

TODD DUNCAN



ZGODNIE ZE SWOIMI
PRAGNIENIAMI



**BUDUJ
WYMARZONĄ
PRZYSZŁOŚĆ**

SPIS TREŚCI

<i>Wstęp:</i> _____	8
ŻYCIE, JAKIEGO PRAGNIESZ	
<i>Krok 1:</i> _____	14
ODKRYWANIE WŁASNEGO UNIKALNEGO PROJEKTU	
<i>Krok 2:</i> _____	34
WZNOSENIE FUNDAMENTÓW	
<i>Krok 3:</i> _____	60
SZKICOWANIE UPRAŻNIONEJ PRZYSZŁOŚCI	
<i>Krok 4:</i> _____	82
WZNOSENIE ŚCIAN	
<i>Krok 5:</i> _____	104
BUDOWANIE WYMARZONOGO ŻYCIA	
<i>Wniosek:</i> _____	123
CZAS ZAKASAĆ RĘKAWY	

Tytuł oryginału: *Life by design.*
Building the future of your dreams.

Przekład: **Dariusz Bakalarz**
Redakcja i korekta: Ita Turowicz
Skład i skanowanie: www.polanski-interactive.pl

Copyright © 2002 by John Todd M. Duncan

Copyright for the Polish edition © 2011
by Oficyna Wydawnicza LOGOS

Wszelkie prawa zastrzeżone.
Kopiowanie, powielanie, odczytywanie w środkach publicznego
przekazu dozwolone po pisemnym uzgodnieniu z wydawcą.
W sprawie zezwoleń należy zwracać się do
Oficyny Wydawniczej LOGOS
01-913 Warszawa, ul. Szekspira 4/386
tel./fax (22) 772 95 27; tel. (22) 793 09 04
tel. kom. 609 680 132
e-mail logos@logos.warszawa.pl
www.logos.warszawa.pl


ISBN: 978-83-86941-97-1

Krok 3

SZKICOWANIE UPRAŻNIONEJ PRZYSZŁOŚCI

*Jedna rzecz
nadaje blask wszystkiemu.
To myśl, że za rogiem,
coś jest.*

G. K. CHESTERTON




S poglądając na swoją prowizoryczną listę wartości, Jack czuł podekscytowanie i pragnienie wdrażania ich w życie. Piękne otoczenie stanowiło wspaniały katalizator życiowych przemyśleń i refleksji nad tym, jak bardzo oddalił się od tego, co najbardziej ceni. Chciał zacząć żyć zgodnie z wartościami od razu. Oczywiście, nie było to niemożliwe. Mógł zacząć od okazania uczuć kobiecie, którą kochał.

Zdał sobie jednak sprawę, że nie powinien oczekiwać szybkich zmian. W końcu budowa życia na nieodpowiednich fundamentach trwała latami. Remont musiał zabrać trochę czasu. Brał pod uwagę, że spotka się z pewnymi oporami zarówno w rodzinie, jak i w pracy. W końcu dzieci przywykły, że ich ojciec bywa w domu nieregularnie, i oddawały się swoim zainteresowaniom i hobby. Odkąd pamiętały, był nieobecny w życiu rodziny. Tajemniczym, ubranym w czarny garnitur gościem, który wychodził przed świtem, a przychodził długo po zachodzie słońca. Dzieci nie nauczyły się traktować go jako przyjaciela ani ojca.

Postanowił w duszy, że będzie cierpliwy, i musi pamiętać, iż wszelki opór pojawia się z jego winy – w efekcie odejścia od prawdziwych wartości.

Co innego w pracy. Przełożeni zapytają o powody odrzucenia obecnego stanowiska, na którym zarabia dla firmy dużo pieniędzy, na rzecz innego (według nich mniej ważnego), pozwalającego jednak utrzymywać bezpośrednie kontakty z pracownikami. Zastanawiał się, czy takie stanowisko w ogóle istnieje i czy jest wolne. A może stworzą je specjalnie dla niego? Potraktują go zapewne jak kogoś, kto prosi o degradację, co z punktu widzenia firmy i zarabiania pieniędzy nie miało większego sensu. Jednak obiecał sobie, że wprowadzi zmiany w swoim życiu – a jeśli nie uda się w tej firmie, popróbuje w innej. Taka myśl wzbudzała niepokój, ale przypominał sobie, że chce wykonywać pracę umożliwiającą osiągnięcie głębszej satysfakcji i pozwalającą wносить więcej do życia innych. A te dwie rzeczy były dla niego ważniejsze niż spokój w firmie.




*Zanim coś zaczniesz,
przypomnij sobie,
że czekają cię nieprzewidziane
trudności i bariery [...]
Tylko jedną rzecz
jesteś w stanie widzieć jasno
i wyraźnie: swój cel.
Uformuj w myślach jego wizję,
a potem kurczowo się jej trzymaj.*

KATHLEEN NORRIS

SZEROKI KONTEKST

Przez głowę Jacka przebiegło mnóstwo myśli. Planował kroki, jakie musi podjąć, żeby wykonywane zajęcia stały w zgodzie z jego celem i wartościami. Posunięcia, które pomogą zbudować nowe fundamenty. Jednak po kilku minutach kłębowiska myśli poczuł się przytłoczony. Zastanawiał się, co może zrobić natychmiast, a co przełożyć do najbliższej okazji? Osobowość typu A przekonywała go, że powinien szybko uporać się z każdym wyzwaniem i natychmiast przechodzić do następnego. Ale on wiedział lepiej. Instynkt organizacyjny podpowiadał mu, że musi być jakiś lepszy, bardziej ukierunkowany proces wprowadzania zmian. Patrz na wszystko w szerokim kontekście, powtarzał sobie.

Wrócił do swojej listy i zaczął się zastanawiać, z jakiego powodu każda z wymienionych wartości jest tak ważna. Rodzina: oczywiście kochał żonę i dzieci, ale znaleźli się na liście dlatego, że chciał im coś więcej



od siebie dawać. Jako ojciec i mąż był w niepowtarzalnej pozycji, aby tego dokonać. Wyobrażał sobie siebie jako dobrego, skutecznego ojca i męża. Spojrzał na kolejną pozycję na liście: zdrowie. Dlaczego jest takie ważne? Dlaczego znalazło się tak wysoko na liście? Odpowiedź była prosta. Dobre zdrowie zapewni mu energię, dyscyplinę i możliwość solidnego trzymania się pozostałych wartości nie tylko przez chwilę, ale przez długi czas. Słabe zdrowie natomiast stanowiłoby przeszkodę w prowadzeniu życia zgodnego z wartościami. Wpadł na pewien pomysł. Uznał, że dla każdej wartości powinien zapisać wizję jej realizacji. Musi każdą z nich umieścić w szerszym kontekście, a dopiero potem zdecyduje, jakie podjąć działania.

Gdy odwrócił kartkę z listą i zaczął pisać, obudziła się z drzemki jego żona. Skinęła w jego stronę i uśmiechnęła się. Odpowiedział uśmiechem tak serdecznym, jak pierwszy raz, kiedy się spotkali.

*Gdybym czegoś pragnął,
to nie bogactwa ani sławy,
lecz młodzieńczej pasji postrzegania,
że nie ma rzeczy niemożliwych.
Rozkosze rozczarowują.
Możliwości – nigdy.
Któreż wino tak musuje,
tak nęci bukietem i tak odurza,
jak możliwość.*

SØREN KIERKEGAARD

DOSTRZEGANIE MOŻLIWOŚCI

„Przyszłość należy do tych – napisał John Sculley – którzy potrafią dostrzec szanse, zanim staną się oczywistością”. Jakie szanse i możliwości stwarza twoje życie? Zastanawiałeś się kiedyś nad tym? Poświęciłeś kiedykolwiek czas, aby wyobrazić sobie, co by było, gdybyś naprawdę dał z siebie wszystko, gdybyś w pełni wykorzystywał wszystkie swoje talenty i umiejętności, gdybyś świadomie budował życie na właściwych fundamentach?

W świecie biznesu panuje przekonanie, że wizjonerem jest ktoś szczególny, kto ma dar dostrzegania wspaniałych możliwości, a innym „nieuzdolnionym” pozostaje tylko słuchać go i naśladować. Rzeczywiście niektórzy ludzie wyostrzyli sobie wzrok i łatwo dostrzegają okazje, ale w odniesieniu do własnego życia każdy może być wizjonerem – i to dobrym. Bo tak naprawdę, aby budować upragnione życie, trzeba być wizjonerem. Który budowniczy zaczyna stawiać dom bez naszkicowania planów albo instaluje ściany bez wzniesienia szkieletu?

Najpierw, podobnie jak Jack, musisz jasno przedstawić swoją wizję, a dopiero potem możesz podejmować działania, czyli rozpoczynać proces codziennego budowania. Wylałeś już fundamenty (cel) i ustaliłeś, jakich potrzebujesz materiałów (wartości), aby zbudować życie, które sam sobie projektujesz. W następnej kolejności musisz wyobrazić sobie, jak twoje życie będzie budowane – ściana po ścianie, wartość po wartości. Generalnie trzeba więc nakreślić plan, jak to życie ma wyglądać. Nie namawiam cię do odgadywania przyszłości, bo tylko Bóg ją zna (zachęcam jednak, abyś poprosił Go o radę). Proponuję, byś wyobraził sobie idealne wcielenie w życie każdej wartości z listy – zarówno teraz, jak i w przyszłości. Aby to osiągnąć, nie potrzeba czarodziejskiej kuli, ani kart. To może zrobić każdy, także ty.

Abyś lepiej zrozumiał ten proces, podam kilka przykładów, w jaki sposób ja przedstawiłem wizję swoich wartości.

WARTOŚĆ 1:

AKTYWNE ŻYCIE DUCHOWE

(W RELACJACH Z BOGIEM)

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:

POŚWIĘCAM SVOJE ŻYCIE NA ROZBUDZANIE
U LUDZI PAŚJI I ODDANIA BOGU POPRZEC
NAUCZANIE I DZIELENIE SIĘ SWOJĄ WIARĄ,
ABY POMAĞAĆ BOGU W REALIZACJI
ZAMIARÓW I ABY COŚ ZMIENIAĆ.

WARTOŚĆ 2:

ZDROWIE

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:

PROWADZĘ AKTYWNE ŻYCIE. DBAM
O KONDYCJĘ, BO ONA DODAJE MI
ENERGII, ABY CIEŚZYĆ SIĘ ŻYCIEM, I SIŁY,
ABY IŚĆ PRZED SIEBIE. DBAJĄC O ORGA-
NIZM I WZMACNIAJĄC GO, LEPIEJ WDRAŻAM
POZOŚTAŁE SVOJE WARTOŚCI.

WARTOŚĆ 3:

RODZINA

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:

MAM UDANE MAŁŻEŃSTWO, KTÓRE
PRZEŚTRZEGA OBIETNICY „DOPÓKI ŚMIERĆ
NAS NIE ROZŁĄCZY”. PRZEKAZUJE DZIECIOM
I ŻONIE MOJE CHRZEŚCIJAŃSKIE WARTOŚCI
I ROBIE WSZYŚTKO, CO W MOJEJ MOCY,
ABY POMAĞAĆ IM DORAŚTAĆ W MIŁOŚCI
I ŚWIETLE BOGA.
DAJE PRZYKŁAD SVOIM ŻYCIEM,
PRZEKAZUJĄC TAKIE CECHY, JAK RADOŚĆ,
NADZIEJA, SZACUNEK I WIARA W SIEBIE.
OŚIĄGAM TO, SŁUŻĄC W DOMU DUCHOWYM
WZOREM WYROZUMIAŁOŚCI I DAJĄC TO, CO
MAM NAJCENNIEJSZE, CZYLI CZAS.



Człowiek może stać się tylko tym, co jest w stanie sobie wyobrazić, do czego „jego wyobraźnię się posunie”.

DANE RUDHYAR

WYRAŹNY OBRAZ ŻYCIA

Każde zapisane przedstawienie wizji wartości nie tylko stanowi fragment planu, lecz także nadaje kształt całemu życiu. A po zapisaniu wizji wszystkich wartości z listy uzyskujesz znacznie wyraźniejszy obraz życia, które pragniesz sobie zaprojektować.

Teraz twoja kolej. Na następnych stronach zapisz przedstawienie wizji wszystkich wartości, które wymieniałeś w poprzednim rozdziale. Jeśli podobny proces wykonałeś niedawno na własną rękę, to proponuję poświęcić kilka minut, aby przedstawić je tutaj raz jeszcze, przypomnieć je sobie oraz ocenić, w jaki sposób przebiega realizacja wizji. Każde przedstawienie wartości zapisuj w czasie teraźniejszym oraz w pozytywnym, afirmującym tonie. Pamiętaj, że stanowią one wizję twojego życia i ona będzie wcielana w praktykę.

Właściwie najważniejszym powodem tego ćwiczenia jest to, że od dziś dnia twoje życie będzie stanowić wierne odzwierciedlenie twoich wartości.



WARTOŚĆ 1:

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:



WARTOŚĆ 2:

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:



WARTOŚĆ 3:

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:



WARTOŚĆ 4:

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:



WARTOŚĆ 5:

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:



WARTOŚĆ 6:

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓŁOWEJ WIZJI WARTOŚCI:



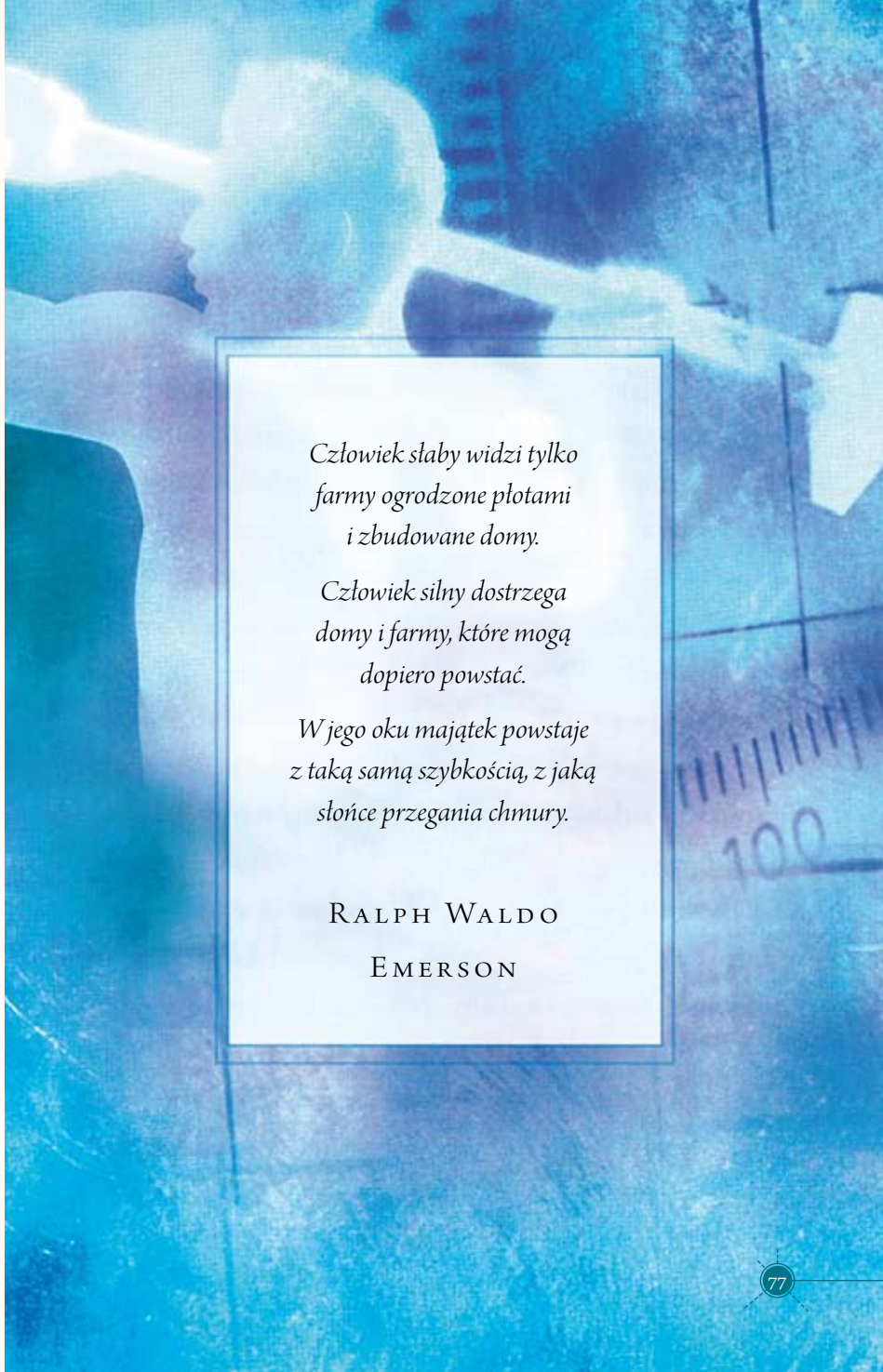
WARTOŚĆ 7:

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓLWEJ WIZJI WARTOŚCI:



WARTOŚĆ 8:

PRZEDSTAWIENIE SZCZEGÓLWEJ WIZJI WARTOŚCI:



*Człowiek słaby widzi tylko
farmy ogrodzone płotami
i zbudowane domy.*

*Człowiek silny dostrzega
domy i farmy, które mogą
dopiero powstać.*

*W jego oku majątek powstaje
z taką samą szybkością, z jaką
słońce przegania chmury.*

RALPH WALDO
EMERSON

OD OŁÓWKA DO MŁOTKA

Twoje życie zaczyna nabierać kształtów. Widzisz to? Proces budowy rozpoczął się i choć się jeszcze zbyt nie namęczyłeś (no, może trochę), to posiadanie fundamentów, materiałów i projektu wymarzonej przyszłości powinno dodawać ci pewności siebie. Jednak nie poprzestawaj na tym. Tak jak budynek nie powstaje w biurze architekta, tak twoje życie nie powstanie z papieru i atramentu. Musisz chwycić młotek (cel) i umocować ściany (wartości). Musisz ustalić, jak w praktyce regularnie realizować swoją wizję. Musisz ubrudzić sobie ręce.

„Największą tragedią – powiedział kiedyś Paul Tournier – jest to, że większość ludzi przez całe życie przygotowuje się do życia”. Najsmutniejszymi zwrotami są: „gdyby tylko”, „mogłoby tak być”, „gdyby nie to...”. Dobrze zostało to ukazane w filmie *Family Man*. Jeśli go oglądałeś, to wiesz, że stanowi on współczesną wersję filmu *To wspaniałe życie* Franka Capry z 1946 roku. Główny bohater grany przez Nicolasa Cage'a, bogaty makler u szczytu

kariery, samotny, wyrafinowany mężczyzna, raptem zostaje „wrzucony” do życia, jakie mógłby wieść, gdyby nie zbudował własnego według niewłaściwych planów.

Pewnego ranka budzi się w zwykłym domu na przedmieściu, a obok niego leży kobieta, która już od ponad dziesięciu lat jest jego żoną. (A raczej byłaby, gdyby zbudował życie na prawdziwych wartościach). Okazuje się, że jego praca – zmęczonego sprzedawcy – nie jest lukratywna i wspinała, ale przynosi mu spełnienie i szacunek. W pierwszej chwili ogarnia go frustracja, a nawet złość. Zastanawia się, gdzie są jego pieniądze, ferrari, apartament na Manhattanie i szczęśliwy stan kawalerski. Z każdym dniem jednak coraz bardziej zdaje sobie sprawę, że właśnie do takiego „mogłoby tak być” życia został stworzony. Uświadamia sobie, że nadal kocha kobietę, którą wiele lat temu opuścił dla kariery, a dzieci byłyby wspaniałym pobłogosławieniem tej miłości.



Niestety, anioł-przewodnik przypomina mu, że musi wrócić do realnego życia – tego, które zbudował nie na tych wartościach, które – jak się okazało – ceni najbardziej.

Film kończy się tym, że Cage – razem ze swoimi pieniędzmi, ferrari i kawalerskim stanem – zaczyna szukać dawnej dziewczyny (żony z „mogłoby tak być” życia), którą wiele lat temu porzucił, by robić karierę zawodową. W końcu odnajduje ją, dowiaduje się, że nie wyszła za męża, ale właśnie wyjeżdża za ocean. Rysując przed nią wizję, jak by mogło być, przekonuje, żeby przebukowała bilet na lot i poszła z nim na kawę. Chociaż film nie przedstawia dalszych losów bohatera, można sobie wyobrazić, że dostaje drugą szansę na zbudowanie życia na nowo i zgodnie z właściwym systemem wartości.

Być może właśnie teraz stoisz przed podobną szansą. Twoja sytuacja wygląda zapewne inaczej niż u hollywoodzkiego bohatera, ale mając cel, znając swoje wartości i zarysowawszy wizję realizacji tych wartości, również uzyskałeś wgląd w swoje „takie, jak mogłoby być” życie. Podobnie jak bohater filmowy,

wyraźnie ujrzałeś, jak może wyglądać przyszłość, jeśli będziesz ją budował na odpowiednich fundamentach i zgodnie z odpowiednim projektem.

Być może twoja wizja przyszłości niewiele się różni od obecnego życia – jest tylko lepsza, obfitsza i bardziej spełniająca. A być może zupełnie odbiega od życia, które prowadzisz. Tak czy inaczej, stoisz teraz przed szansą. Zgromadziłeś już narzędzia konieczne do budowy wymarzonej przyszłości, a teraz przyszedł czas, aby je zastosować. Jeśli więc jesteś gotowy, wciągaj rękawice, zakładaj kask i zaraz wchodzimy na miejsce budowy twojego życia.



Krok 4

WZNOSZENIE ŚCIAN

*Na pół gwizdka,
bez wkładania serca
i bez wysiłku nie powstanie
nic wartościowego.*

ISAAK BARROW