

JAK ODNALEŹĆ W SOBIE PASJE?

CZEŚĆ I

Po co są nam pasje? Warto je mieć? Oczywiście, że warto. Teraz zastanówmy się jedynie, dlaczego, i co jest w tym tak niezwykłego. Otóż, to właśnie owe pasje czynią życie ciekawszym i jakoby mniej brutalnym. Zatapiając się w ich toku można zapomnieć o problemach codzienności, można również doskonale odegrać się za przebyte niepowodzenia, porażki, załamania nerwowe czy upokorzenia, to wspaniała droga ku temu, aby się „wyżyć”, wyładować skumulowaną od jakiegoś czasu negatywną energię w dobry sposób, łącząc tym samym przyjemne z pożytecznym. Jedno jest pewne, i jedno trzeba przyznać: człowiek pogrążony wyłącznie w swojej mało ciekawej rzeczywistości, nieszukający jakiegokolwiek od niej ucieczki, robiąc coś tylko i wyłącznie dla siebie, staje się z wolna zwyczajnym szarakiem, który błąka się po ziemi właściwie bez żadnego celu. To osoba, która po latach analizy swego dotychczasowego życia stwierdza i ubolewa, że umknęło jej ono gdzieś między palcami i że nie miała nad nim praktycznie żadnej kontroli ani wpływu na to, jak się toczyło. A przecież mogło być cudownie – myśli, lecz często o dużo za późno. Pasja czy też hobby - różnie zwane - to warunek konieczny do tego, aby czuć się spełnionym. Aby odejść od konwencjonalnych sposobów na życie, aby zapomnieć o tym, co złe i co boli. I aby brać od losu to, co najlepsze.

Poszukiwanie swej drogi życiowej jest jednym z podstawowych elementów naszego życia. Jego celem jest odnalezienie swego szczęścia przy wykonywaniu jakiejś konkretnej czynności albo przy boku ukochanej osoby lub grupy bliskich nam ludzi. Żeby jednak cel został osiągnięty, a co więcej – ażeby był dla nas satysfakcjonujący, w drodze po niego trzeba się nieco wysilić, lecz pamiętać należy, że wszelkie trudy, ponoszone w trakcie przemierzania owej trasy nie są daremne i prędzej czy później skutkują. Nie musi to następować od razu, lecz warto wiedzieć, że oczekiwanie na efekt jest rzeczą chyba najbardziej pasjonującą w całej życiowej wędrówce! Tak, jak mówiłam – nie sam efekt, a wyczekiwanie go! I nie są to zwyczajne słowa z mojej strony. Czyż nie jest fajnie kogoś poznawać po to, żeby z tym kimś być? Przecież poznawanie się i wzajemne próby zdobycia to najlepszy okres w czasie istnienia związku, bo obfituje w najwięcej niespodzianek, emocji, ale niestety też często w wiele rozczarowań. Później przychodzi rutyna, a często wręcz znudzenie, natomiast na początku ta zdrowa, ekscytująca niepewność daje dodatkowy motor do działania i powoduje, że od razu chce się żyć. Powracając zatem do tematu głównego – droga życiowa to nie tylko miłość czy sfera zawodowa, czyli cele końcowe, ale to także ogół wydarzeń i zachowań, które sprawiają nam przyjemność – coś, co daje nam szczęście, a dzieje się w trakcie dochodzenia do sukcesu – czyli w tym momencie celu. Jak zatem znaleźć się na odpowiedniej drodze? Nikt nam tego nie może pokazać, bo nie zawsze to, co z pozoru (kierując się wyłącznie rozumem) wydaje się być najlepsze – niekoniecznie daje nam satysfakcję. Czasem dopiero podjęcie niewielkiego ryzyka powoduje, że osiągamy pełnię szczęścia. Co wobec tego nam pozostaje? Chyba nic innego, jak tylko intuicja, którą – pisałam już o tym nawet – każdy posiada, choć nie każdy potrafi jej „przekazy” odpowiednio interpretować. Myślę, że wglębiecie się i próba odczytania sygnałów wysyłanych przez naszą podświadomość

powinny być właśnie jedynym drogowskazem do tego, co robić, jak, a czego nie i w jakich sytuacjach absolutnie nie oglądać się za siebie. I wtedy chyba już nie powinno być większych wątpliwości.

Marzenia są po to, aby je mieć, a także po to, by robić wszystko, aby się ziściły. Wszystko dlatego, że naszym celem jest bycie szczęśliwym. Oczywiście, nie bez żadnych potknięć w ciągu całego życia, ale radość i satysfakcja to kierunki dążeń chyba każdego człowieka. Niejednokrotnie życie bardziej niż bajkę o pięknych szatach cesarza przypomina tę o kopcuszką – przez długi okres czasu, często wiele lat nie przydarza się nam nic dobrego – nic, co mogłoby cieszyć. Nie oznacza to jednak, że wolno się załamywać, ponieważ, jak wiadomo, bajka o kopcuszką kończy się tradycyjnie „happy endem”, bo jakże by inaczej, toteż wskazywać nam to powinno, że w życiu, jak w bajce, też może nas coś zaskoczyć, i to zupełnie nieoczekiwanie – i przede wszystkim: mile. Przetrwąć ten najgorszy czas, kiedy nie widać już zupełnie ratunku, pomagają właśnie marzenia, czyli ich posiadanie, a także ich wizualizacja, co równa się wyobrażeniu sobie ich spełniania się. Pewien mężczyzna znalazł się kiedyś na totalnym odludziu, gdzie na niczyją pomoc nie mógł liczyć. Wędrował i wędrował, szukając osiedli ludzkich, gdzie mógłby spożyć kawałek chleba, napić się wody i nieco się odświeżyć. Owe poszukiwanie trwało wiele dni, ale potrafił być samodzielny. Na pytanie, jak to możliwe, że przeżył, odpowiedział: „Gdy chciałem pić, wyobraziłem sobie, że przez mój przetyk przepływa właśnie strumień zimniutkiej wody – i od razu czułem się lepiej!”. Oczywiście, samą wizualizacją żyć się nie da, owy człowiek musiał po drodze jakkolwiek zaspokajać swój głód i pragnienie, jednak powyższy przykład obrazuje doskonale, w jaki prosty sposób można przetrwać każdy najgorszy czas. I wierzę, że wszyscy to potrafią, bo warto oddać się marzeniom. Dzięki nim życie choć na chwilę wydaje się takie kolorowe i przystępne.

Jesteśmy ludźmi i nie zawsze wszystko, czego się podejmujemy przynosi pozytywny, zadowalający nas efekt. Często wychodzimy na czymś jeszcze gorzej niż można by się było tego spodziewać. Błądzenie i zbaczanie z dobrej drogi jest rzeczą ludzką i naturalną, każdemu się to może przytrafić prędzej czy później. Od czasu do czasu. Jest jednak w tym wszystkim pewien ukryty sens, niczym filozofia życia. Jeśli coś robimy nie tak, jak trzeba, to znak, byśmy się natychmiast zrehabilitowali i nie tylko próbowali owy błąd naprawić, ale także go jakoś zadośćuczynić. Nie twierdzą tutaj, że powinniśmy od razu wszyscy robić źle tylko po to, żeby na siłę uczyć się na własnych błędach. Nie, nie o to chodzi, żeby specjalnie podkładać sobie kłody pod nogi. Jednak, gdy już przydarzy się nam jakaś przykra wpadka, nie wolno się załamywać i wtedy jedynie wyciągać wnioski z własnych poczynań, wraz z ponoszeniem wszelkich tego konsekwencji. I takim podejściem do sprawy właśnie charakteryzuje się nasza dorosłość, lecz wcale nie ta papierkowa, ale duchowa.

Jak odnaleźć w sobie pasje? Niektóre z nich ujawniają już na samym początku, a więc w okresie wczesnego dzieciństwa, zaś o istnieniu innych w ogóle nie mamy pojęcia. I w tym drugim przypadku są dwie możliwości: albo owe „nieuruchomione” nigdy dotąd pasje uspimy na dobre, albo prędzej czy później dopuścimy je do głosu, odkrywając je, często zupełnie przypadkowo.

Zajmijmy się na początku tymi pasjami, które drzemią w nas od małego, o których wiemy i które rozwijamy. Możemy mieć naprawdę wiele talentów (według Biblii talenty do wykonywania praktycznie wszystkich czynności posiadamy wszyscy – jednak nie wszyscy rozwijamy te umiejętności w jednakowym stopniu, niektórzy wcale, stąd podział na ludzi, którzy zajmują się różnymi rzeczami w życiu!), ale od początku zmuszeni zostajemy praktycznie do ograniczenia się do tych kilku rzeczy, które już na samym wstępie wychodzą nam całkiem dobrze. To, czym będzie się interesować w przyszłości małe dziecko, z reguły jest determinowane przez rodziców, którzy, wystarczy, że przyłapią je na wykonywaniu jakiejś czynności, np.: „Już teraz lubi się malować i przebierać – ona będzie cudowną

modelką!”. I w ten sposób dziecko musi zaniedbać pozostałe rzeczy, którymi również się interesuje i w których także mogłoby odnosić wiele sukcesów kosztem tego jedyne go zajęcia, które wybrali dla niego rodzice lub opiekunowie. I jest to przykre, ponieważ, a nóż, a dziecko mogłoby być mistrzem również w innej dziedzinie, która go pasjonuje. Nie wolno bowiem ograniczać nikogo do jednej czynności, której powinno się całkowicie poświęcić!

Teraz kwestia druga – pasje uszpię. Te, o których nie ma się pojęcia, że istnieją i że można się im w pełni oddać. Dobrze jest, jeśli odkryte zostają one w miarę wcześnie, ale to nie ma aż tak wielkiego znaczenia. Ważne jest, żeby zostały w ogóle rozpoznane – prędzej czy później. Nie jest przecież powiedziane, że ludzie dorośli czy nawet starsi nie mogą od zera rozpocząć przygody z jakimś cudownym, nowym hobby, które w sobie odnajdą i poczują, że jeszcze mogą coś w tym względzie dobrego zrobić?

Posiadanie pasji nie oznacza wcale, że trzeba być w tej dziedzinie niemal ekspertem i mistrzem. Że trzeba poznać wszystko i wiedzieć wszystko. Że trzeba być w tym względzie autorytetem. Nie! Wystarczy, że dana rzecz nas interesuje i ciekawi. Że się w niej zagłębiemy i lepiej ją poznajemy. Że w ogóle mamy takie chęci, żeby się poświęcić danej sprawie. To co, że jeszcze wiele nam brakuje do perfekcjonizmu! To nic nie zmienia i w niczym nie przeszkadza!

Czy pasje ludzkie można podzielić na te lepsze i na te gorsze? Zabrzmiało to banalnie, ale nie! Każde są na swój sposób ciekawe i godne podziwu. Ale mimo to niektórzy śmieją się z niekonwencjonalnych zainteresowań u pewnych osób, którymi mogą być na przykład: zbieranie starych puszek i robienie z nich mozaiki, pisanie romantycznych wierszy, w których nie wiadomo doprawdy, o co chodzi, czy robienie zdjęć tylko tym ludziom, którzy noszą okulary. Zastanawia wówczas: skąd w ogóle u ludzi biorą się takie zamiłowania? Przecież, wydaje się, że do niczego to nie prowadzi i nie przynosi żadnych zysków, a co więcej – to wstyd! Jednak w gruncie rzeczy właśnie tacy ludzie, których pasje wydają się śmieszne, a samych ich nazywa się dziwakami, oni są najbardziej ciekawi i godni poznania. Noszą w sobie niesamowitą osobowość, której nie każdy rozumie, ale w którą raczej każdy chciałby się bardziej zagłębić.

Czy w związku z tym trzeba mieć oryginalne pasje, aby być człowiekiem ciekawym i nietuzinkowym? Nie, nie trzeba, bo musu żadnego w tym względzie nie ma! Jednak próbuję w ten oto sposób wyjaśnić, że nie trzeba się kryć ze swoimi „dalekimi od normalności” (wydawałoby się) zainteresowaniami, które naprawdę pochłaniają mnóstwo naszej uwagi, energii i czasu. Bo to nie żadna hańba ani wstyd. Aczkolwiek nasze pasje równie dobrze mogą być bardzo konwencjonalne, a żeby ludzie mogli nas podziwiać i cenić nas za to, co robimy w życiu. Nie trzeba tutaj nawet wiele kombinować.

Należy mieć rozeznanie, co sprawia nam najwięcej przyjemności. A to chyba nie jest sprawą aż tak trudną? Mając o tym pojęcie, można dojść dalej, odkrywając dalsze swe ukryte zainteresowania, które „wychodzą na jaw z czasem”. I mogą się one łączyć ze sobą, albo wręcz przeciwnie – mogą pochodzić z zupełnie innych biegunów i nie pokrywać się absolutnie. Czyli, na przykład, jeśli do tej pory wydawało nam się, że uwielbiamy nauki humanistyczne, że naszym przeznaczeniem jest albo dziennikarstwo, albo pisarstwo, albo coś pokrewnego, pewnego dnia możemy stwierdzić, że równie dobrze czujemy się na siłach w naukach ścisłych! I wcale nie jest powiedziane, że doskonały humanista nie może być na przykład bardzo dobrym informatykiem...? Albo że kobieta-bizneswoman nie może być świetna w grach zespołowych? Albo że naukowiec nie będzie się czuł jak ryba w wodzie za kierownicą samochodu i osiągał na trasie niebotycznych prędkości? To tylko pozory, które bardzo często mylą.

Podobnie, jeśli chodzi o pasje. Często myślimy: „Gdzie, ja bym miał to zrobić?! Ja, taki nieudacznik życiowy?” – a ostatecznie okazuje się to nieprawdą. Nie musimy szukać

daleko – czasem nasza „kolejna miłość” znajduje się bardzo blisko – tak, że nawet o tym nie mamy pojęcia. Tylko trzeba wyciągnąć ku temu rękę.

Jak zatem odnaleźć w sobie pasję? Co robić, aby być szczęśliwym z powodu całkowitego się im oddania? Czy można mieć kilka pasji naraz? Zapraszam do lektury.

CZEŚĆ II

W tej części przeczytaj, proszę, wypowiedź pani psycholog z Lubonia (koło Poznania), **Barbary Kozar**, która próbuje w ten oto sposób wyjaśnić, skąd czerpać inspiracje, jak pogodzić kilka pasji naraz i jak czerpać z nich pełnię satysfakcji.

W okresie nastu lat młodzież ma silną potrzebę nawiązywania pozytywnych i silnych więzi z rówieśnikami. Pojawia się potrzeba samorozwoju – rozwijania swej osobowości, zainteresowań, zdolności, kompetencji, a także potrzeba dbania o poszerzanie swych umiejętności. Niektórym młodym ludziom wydaje się, że nauka w szkole pochłania ich cały wolny czas, w związku z czym nie mają wolnych miejsc w grafiku, aby poświęcić się czemuś innemu. A czemu owa nauka nie może stać się dla nich pasją? Przecież na pewno spośród wielu przedmiotów, które mają w szkole, są takie, których nauka sprawia im wiele przyjemności? Oczywiście, że nauka może być pasją. Może nie sama nauka, co po prostu dana dziedzina, jak np.: informatyka, geografia, historia, język polski, języki obce... Przecież to są sprawy, którym można się równie dobrze poświęcić, co na przykład jakiejś dyscyplinie sportowej albo jakiejś sferze artystycznej. Nie ma to znaczenia! Pasje można połączyć w ten sposób, że wszystkich ich musimy się uczyć w szkole. I tak możemy interesować się zarówno historią, jak i geografią i w niczym to nie przeszkadza. Ale nie wierzę, że nauka typowo szkolna pochłania cały wolny czas ucznia! Z pewnością każdy młody człowiek jest w stanie wygospodarować odpowiednią jego ilość, aby rozwijać jeszcze jakieś inne zainteresowania, jak właśnie sport czy sztuka, albo coś innego. Uważam, i nie tylko ja tak uważam, że każdy posiada w sobie niespożyte możliwości, aby rozwijać się na wielu płaszczyznach – zarówno duchowo, jak i fizycznie. Tylko trzeba wiedzieć, co się naprawdę chce w życiu robić! I co najważniejsze – nie wolno już wówczas spocząć na laurach, bo na późniejsze lata można tego bardzo gorzko żałować.

A teraz kilka pytań, które zadałam:

JA: W czym pomagają pasje, szczególnie młodym ludziom?

B.K.: Pasje, jeśli są dobre i pozytywnie rozwijają młodego człowieka, odciągają jego uwagę od rzeczy złych, jak na przykład picie alkoholu, zażywanie narkotyków, w czym ma zamiłowanie na przykład wielu innych jego rówieśników. Każdy wybiera swój własny sposób na życie – jeden wybiera poświęcenie się swojej miłości, jaką jest konkretna jakaś pasja, a inny właśnie włóczenie się po ulicy, dokonywanie rozbojów, balansowanie na granicy prawa...

JA: Czyli można rozumieć, że pasje jakoby ratują młodego człowieka przed jego własną zagładą?

B.K.: Są potrzebne, aby pokazać mu, że można żyć inaczej. I że tylko dzięki ciężkiej, wytrwałej pracy można osiągnąć dużo więcej niż ci, którzy ani myślą zrobić coś porządnego ze swoim losem.

JA: Niektórzy ludzie mają to szczęście, że robiąc coś, co jest ich pasją, dodatkowo mogą na tym zarobić. Dlaczego tak wielu ludzi nie czuje się spełnionymi w swojej pracy?

B.K.: Czasami dobre chęci nie wystarczają i w obliczu dzisiejszych realiów ludzie łapią każdą możliwą pracę, byle tylko cokolwiek zarobić, żeby nie być bezrobotnym, nawet

kosztem tego, że do pracy nie przychodzą z radością, i że się w niej męczą. Ale są nieliczni, którzy autentycznie pracując – w pełni się realizują i są szczęśliwi. Nawet młodzi ludzie – aktorzy, wokaliści, pisarze, dziennikarze, wolontariusze – to taka praca, która nie dość, że przynosi im wiele korzyści majątkowych, to jeszcze przede wszystkim sprawia, że czują się radośni, że robią coś z powołania i dzielą się tym optymizmem z innymi. Taka praca jest dużo bardziej efektywna! I tylko taka, bo na pewno nie ta, którą wykonuje się z przymusu.

JA: Które dziedziny życia, które są dla kogoś pasją, zasługują na największy szacunek?

B.K.: Na pewno te, które dają wiele radości. No i te, które przekazują wiele dobra innym bliźnim. Tak więc – nie tylko korzyści dla jednej osoby, ale dzielenie się nimi z pozostałymi ludźmi.

JA: Czyli wszelkiego rodzaju praca charytatywna?

B.K.: Na pewno. Ale nie tylko. Przede wszystkim na szacunek zasługują te pasje ludzkie, które widać, że są realizowane z wielkim sercem, pełnią człowieka, który im się poświęca.

JA: Jak odnaleźć zatem w sobie pasję? Konkretnie!

B.K.: Jeśli ich rozwijanie jest naszym przeznaczeniem i życiowym powołaniem, to przyjdą same, w najmniej spodziewanym momencie. I nie ma tu żadnej zbędnej filozofii – podobnie, jak z przyjaźnią i miłością. Gdy pojawi się nagle, spontanicznie – jest najtrwalsza. Hobby, które jest dla nas, z pewnością się ujawnią, i to w „swoim” czasie. Nie ma tutaj co przyspieszać.

JA: Czyli, wynika stąd, że jeśli ludzie z dnia na dzień sami uroją sobie, że są do czegoś stworzeni, to jest to tak naprawdę tylko i wyłącznie ich iluzja, bo tak naprawdę prawdziwe powołanie pojawi się bez ich udziału, tylko przyjdzie z góry?

B.K.: Nie, no nie ma tutaj co generalizować. Nie ma nic złego w samodzielnym wynajdowaniu sobie rzeczy, którym chcielibyśmy się poświęcić. Ale nie powinno to się odbywać na zasadzie: „O! Wszyscy ci, co uprawiają sport, są fajniejsi i ludzie ich bardziej cenią. To ja też to zacząć robić – od jutra zacząć myśleć nad tym, co zacząć trenować. A w sumie – obojętne, co to będzie – nie muszę tego nawet lubić, nie muszę być do tego stworzony – ważne, żebym to w ogóle robił systematycznie i widział tego efekty!”

JA: Aha. A więc tylko powołanie jest w stanie zapewnić nam szczęście i radość z wykonywania jakichś czynności? I pojawia się ono w naszym sercu zupełnie nagle i spontanicznie?

B.K.: O to powinniśmy być spokojni. Powołanie do czegoś pojawia się u każdego człowieka. Tylko należy go odpowiednio wysłuchać. Właściwie zinterpretować. Wówczas możemy mieć pewność, że żyjemy i pracujemy w zgodzie ze swoimi pragnieniami, ukrytymi marzeniami i dążeniami. Każdy z nas ma jakieś cele i nasze pasje powinny nas do nich przybliżać – jeśli nie czujemy, że jesteśmy bliscy celu, poświęcając się danej pasji, nie ma co jej kontynuować!

JA: Czyli jednym słowem – nie ma co mówić o odnajdywaniu w sobie pasji, o kreowaniu sobie swojej wymarzonej drogi życiowej, bo to przecież tylko przeznaczenie i powołanie za to odpowiadają, a te pojawiają się u każdego w najmniej spodziewanym momencie?

B.K.: Można tak to określić. Oczywiście, można próbować „na własną rękę” z różnymi rzeczami – a nóż okażą się naszym przeznaczeniem – i już wówczas, podczas poświęcenia się danej sprawie „bez powołania”, może ono przyjść i wtedy mamy pewność, że nasze działania nie są bez sensu, że chcemy się tej dziedzinie całkowicie oddać, że chcemy w tym dalej tkwić.

JA: Aha! To jeszcze nowszy trop. Czyli wynika stąd, że nawet w kwestii odnajdywania w sobie pasji życiowych, nie można obawiać się tzw. „metody prób i błędów”? Czyli że można się sparzyć nawet w tym względzie, żeby nie bać się porażek i podejść do nowych przedsięwzięć? Czy tak jest?

B.K.: Tak, jak najbardziej! Nie możemy się bać podejmować różnych prób, nawet jeśli okazują się one nieskuteczne i nieudane. Bo pasje to nie jest kwestia tego, że musimy być

mistrzami od razu. Nie musimy być mistrzami w ogóle. Ważne, żebyśmy kochali całym sercem to, co robimy!

JA: Aha! Dziękuję więc ślicznie za rozmowę, no i oczywiście za tak cenne wskazówki. Myślę, że przydadzą się one każdemu. Mi również!

B.K.: Dziękuję również. Będę się cieszyła, jeśli moje słowa będą w stanie komuś pomóc.

CZEŚĆ III

A oto fragmenty różnych publikacji, które pojawiły się w prasie bądź w książkach na ten temat.

1. *Ważnym czynnikiem, który powinieneś wziąć pod uwagę przy deklarowaniu życiowej misji, są twoje uzdolnienia. Z całą pewnością każdy człowiek ma jakiś talent, dar, coś, co robi dobrze. Niektóre talenty, na przykład anielski głos, przyciągają uwagę. Lecz oprócz takich zdolności istnieje jeszcze wiele innych, których może nie podziwia się tak bardzo, ale które są tak samo, a może nawet bardziej, ważne – na przykład umiejętność słuchania, rozśmieszania, dawania, wybaczenia, przyciągania innych albo po prostu miły sposób bycia. Inną prawdą jest, że wszyscy rozkwitamy w różnym czasie. Jeśli jesteś „kwiatem jesiennym”, odpuść się. Może trochę potrwać, zanim odkryjesz swoje talenty. Kiedy Michał Anioł wyrzeźbił jakieś piękne dzieło, zapytano go, jak mu się to udało. Odpowiedział, że ta rzeźba istniała już w bloku granitu, on musiał tylko „wydobyć” ją z niego. Podobnie Victor Frankl, austriacki Żyd, psychiatra, który przetrwał obóz zagłady podczas drugiej wojny światowej, sądził, że **my nie kreujemy naszych talentów w życiu, lecz raczej je odnajdujemy. Urodziliśmy się z nimi, musimy je tylko odkryć.** Nigdy nie zapomnę, jak kiedyś odkryłem w sobie talent, którego istnienia w ogóle się nie spodziewałem. Na samym początku szkoły średniej dostałem zadanie domowe – napisać jakieś opowiadanie w czystej angielszczyźnie. Od razu wiedziałem, co to będzie. Tytuł brzmiał: „Stary człowiek i wielka ryba”. Była to historia, którą ojciec często mi opowiadał przed zaśnięciem, gdy byłem dzieckiem. Myślałem, że to on ją wymyślił. Nie zadał sobie trudu, by powiedzieć mi, że zaczerpnął ją z opowiadania „Stary człowiek i morze” Hemingwaya. Byłem zszokowany, kiedy wypracowanie wróciło do mnie z uwagami: „Nieco banalne. Jak <<Stary człowiek i morze>> Ernesta Hemingwaya”. „Co za Hemingway?” – pomyślałem. „I w jaki sposób udało mu się ściągnąć coś od mojego taty?”. W taki oto niechlubny sposób rozpocząłem cztery lata zajęć z angielskiego w liceum, które były dla mnie tak ekscytujące jak tłumok brudnej bielizny. Dopiero w college’u poszedłem na krótki kurs pisania u znanego profesora i tam odkryłem w sobie pasję do pisania. (...) „Wielkie odkrycie” to zabawa, która pozwoli ci dotrzeć do głębszych warstw twojego „ja”, gdy przygotujesz się do zdeklarowania swojej życiowej misji. Przechodząc przez kolejne etapy, odpowiadaj szczerze na pytania. (...) Mam nadzieję, że kiedy zakończysz tę zabawę, będziesz lepiej wiedział, co cię inspiruje, co lubisz robić, kogo podziwiasz i jak chciałbyś spędzić życie.*

- Pomyśl o jakiejś osobie, która wniosła pozytywne zmiany do twojego życia. Jakie pożądane przez ciebie cechy ma ta osoba?

- Wyobraź sobie siebie za dwadzieścia lat w otoczeniu najważniejszych osób w twoim życiu. Kim są te osoby i czym się zajmują?

- Gdyby między dwoma wieżowcami rozciągnięto stalową kładkę szeroką na piętnaście centymetrów, co sprawiłoby, że zdecydowałbyś się przejść po tej kładce? Tysiąc dolarów? Milion? Twój ulubiony zwierzak? Brat? Sława? Zastanów się dobrze...

- Opisz sytuację, w której czułbyś prawdziwe natchnienie.

- Wypisz dziesięć rzeczy, które uwielbiasz robić. Może to być śpiew, taniec, przeglądanie czasopism, rysowanie, czytanie, snucie wizji na jawie... cokolwiek, co uwielbiasz robić.

- Jeśli mógłbyś spędzić jeden dzień w wielkiej bibliotece, czytając, jaka byłaby to książka?

- Wyobraź sobie, że za kilka lat lokalna gazeta pisze reportaż o tobie i przeprowadza wywiad z trzema osobami: jednym z rodziców, z bratem lub siostrą i z przyjacielem. Co chciałbyś, by powiedzieli o tobie?

- Pomyśl o czymś, o czym sądzisz, że mogłoby cię przedstawiać – na przykład róża, piosenka, zwierzę... Dlaczego akurat to cię reprezentuje?

- Jeśli mógłbyś spędzić godzinę z jakimkolwiek człowiekiem, który żyje lub żył, kto by to był?

- Każdy ma jeden lub więcej talentów. Które z powyżej wpisanych dotyczą ciebie? Wskaż je lub napisz inne, nie wymienione w tej liście (zdolności do nauk ścisłych, zdolności humanistyczne, twórcze myślenie, wysportowanie, aktywność, empatia, zdolności manualne, zdolności artystyczne, umiejętność współpracy, dobra pamięć, umiejętność podejmowania decyzji, tworzenie, tolerancja, zdolność przewidywania, przemawianie, pisanie, taniec, umiejętność słuchania, śpiewanie, poczucie humoru, dzielenie się, zdolności muzyczne, umiejętność zapamiętywania szczegółów).

Fragment pochodzi z książki pt.: „7 nawyków skutecznego nastolatka”, Sean Covey, Poznań 2002.

2. Jakie masz nadzieje, marzenia i plany na przyszłość? Jakie jeszcze tkwią w tobie możliwości, które chciałbyś rozwinąć i wykorzystać? Te pytania otwierają przed nami wspaniały świat. Wszystko, co w życiu robimy, każdy nasz krok i ruch to sprawa wyboru. Nawet, gdy myślimy, że to ktoś za nas decyduje lub że rządzi nami los, podejmujemy wybory, choćby w formie nastawienia do problemu czy podejścia do życia. Opowiedzenie się za określonym podejściem do życia to jedna z najważniejszych decyzji. Ogólne nastawienie ma wielki wpływ na przebieg każdej sytuacji. Pozytywny stosunek do życia przynosi najczęściej dobre rezultaty nawet w trudnych warunkach, postawa negatywna prowadzi zwykle do marnych skutków, choć okoliczności sprzyjają. Wszyscy znamy ludzi, którzy zawsze starają się dostrzegać dobre strony sprawy i nie zrażają się przeszkodami. (...) Test ten pozwoli ci dowiedzieć się więcej o sobie i swoich zdolnościach (...).

- **Zdolności.** Nawet osoby najbardziej ambitne i dynamiczne nie zdają sobie często sprawy, w jak wielu rzeczach są dobre. Zrób listę wszystkich uzdolnień, jakie masz w różnych dziedzinach, niezależnie od tego, czy są to talenty duże czy małe. Gdy odkryjesz, co potrafisz, nabierzesz do siebie zaufania. (...)

- **Zainteresowania.** Wypisz wszystkie swoje zainteresowania, przedstawiając je bardzo dokładnie. Którym poświęcasz uwagę, a które zaniedbujesz? Na które chciałbyś znaleźć więcej czasu? Czy zajmujesz się sprawami nie mającymi nic wspólnego z twoją pracą? Czy na przyjęciu umiesz z ochotą rozmawiać o swoich zainteresowaniach z całkiem obcą osobą? Jakie talenty zaniedbałeś z powodu natłoku pracy lub też obawiając się porażki?

- **Wyzwania i wybory.** Co chcesz w życiu robić? Jakich wyborów dokonałeś do tej pory? Co cię inspiruje i budzi w tobie entuzjazm?

- **Troska o siebie.** Czy jesteś dla siebie dobry? Czy dbasz o siebie, rozpoznajesz swoje potrzeby i zaspokajasz je – na przykład odpoczywasz, robisz przerwy w pracy, zapewniasz sobie rozrywkę? Czy może jesteś wobec siebie surowy, nietolerancyjny i wymagający? (...)

Po spisaniu odpowiedzi na przedstawione pytania przyjrzyj się im i zobacz, co przyciąga twoją uwagę. Może jest to coś, co zawsze chciałeś robić, jakaś zdolność, którą pragnąłbyś rozwinąć, albo sprawa, która naprawdę cię pasjonuje, ale nie masz na nią czasu? Pora pomyśleć o swoich pragnieniach, uwzględnić je w planach na przyszłość, a potem zrealizować. Zyskasz wówczas większe zadowolenie z życia, a także staniesz się w pełni sobą. Dzięki proponowanym przemyśleniom zobaczysz siebie i swoją przyszłość w zupełnie innym świetle. Kim jeszcze chciałbyś się stać i czego mógłbyś dokonać w życiu? Wybierz co tylko chcesz! (...) Gdy odpowiesz na te pytania, zrobisz pierwszy krok w kierunku rozszerzania swoich horyzontów i odkryjesz wiele możliwości, tkwiących w twoim życiu i pracy. Droga na

szczyt rozpoczyna się od śmiałego i szczerego wejrzenia w siebie i poznania własnych pragnień.

Fragment pochodzi z książki pt.: „Duch sukcesu”, Norma Drummond, Warszawa 2004.

CZEŚĆ IV

W tej części chciałabym przytoczyć kilka przykładów z życia codziennego, które pokazują, jak niewiele potrzeba ludziom do szczęścia, bowiem odnaleźli w sobie samych tak ogromne pasje, o czym nigdy nawet nie śnili.

- **Kasia:** „Od zawsze lubiłam dużo pisać, jako dziecko tworzyłam już swoje pierwsze małe, co prawda pozbawione za bardzo sensu, książeczki i wszyscy mówili, że będę wielką pisarką. W szkole się bardzo udzielałam na lekcjach polskiego, fascynowała mnie proza i poezja, za wszystkie prace pisemne dostawałam super oceny. Gdy osiągnęłam pełnoletność, napisałam dwie książki. Wydawało mi się, że to dzieła mego życia, ale żadne z wydawnictw nie chciało ich wydać. Nie wiedziałam, co jest ze mną nie tak. Studiowałam na polonistyce, dostawałam nagrody w konkursach poetyckich, a moje książki nie miały siły przebicia? Dopiero, kiedy przeszłam kurs i specjalność dziennikarską na studiach, i zaczęłam pracować w tym zawodzie, odkryłam, że dużo lepiej idzie mi opisywanie przeszłości i terażniejszości – nie zaś kreowanie jakiejś dziwnej przyszłości, o czym to pisałam w swoich książkach. Owszem, były one poprawne stylistycznie i pod względem technicznym, ale dziś stwierdzam, że nikogo by nie zaciekawiły! Stanowiły niby jedną całość, ale tak naprawdę nikt, oprócz mnie, nie wiedział, co miałam na myśli, pisząc je. Teraz jestem dziennikarką z krwi i kości, ludzie mnie cenią za moją pracę i faktycznie się w tym spełniam. Może napiszę jeszcze kiedyś książkę, ale na pewno nie będzie to książka beletrystyczna, a jedynie książka faktu. Moim marzeniem jest podróżować po świecie i opisać swoje przeżycia w którejś ze swoich publikacji. I wierzę, że wszystko przede mną!”
- **Tomasz:** „Spróbowałem już w życiu naprawdę wielu rzeczy! Zaczęło się od podstawówki – tata wybrał dla mnie szkołę sportową, trenowałem piłkę nożną. Ale to chyba nie było „to”, bo trener nie wróżył mi większej kariery. To było chyba niespełnione marzenie mojego ojca, ażebym został wielkim piłkarzem. Później wybrałem się do liceum plastycznego, a kiedy chciałem już kontynuować to na studiach, na ASP – okazało się, że mnie nie przyjęli. W międzyczasie pragnąłem jeszcze zaciągnąć się do marynarki wojennej, ale wymagano dobrej znajomości matematyki, z której nigdy nie byłem rewelacyjny, więc spasowałem. Na dzień dzisiejszy pracuję w agencji reklamowej, realizuję się całkowicie, studiuję zaocznie ciekawy kierunek oraz oprócz tego, nadal pasjonuję się okrętami podwodnymi, no i oczywiście grafiką – dziś już tylko praktycznie komputerową, ale myślę, że gdybym wyjął zakurzoną już sztalugę i węgielek, nadal bym się przy tym bawił tak samo doskonale, co na plenerach w szkole średniej!”
- **Monika:** „Zawsze byłam bardzo ambitna – ludzie mówili, że wręcz chorobliwie. Miałam to po tacie, który pokładał we mnie ogromne nadzieje. Z resztą – ja również pokładałam. I można powiedzieć, że wymagałam od siebie dużo więcej, niż mogłam w stanie zrobić. No, ale do rzeczy. Za namową rodziców poszłam do jednego z najlepszych ogólniaków w mieście. Męczyłam się przez trzy lata, żeby mieć tylko jak najlepsze oceny. Ale i tak maturę napisałam średnio do tego stopnia, że nie dostałam się na żaden z kierunków, na które złożyłam papiery. Postanowiłam wówczas, że muszę coś ze sobą zrobić, więc wybrałam się na studia zaoczne. Żeby nie obciążać kosztami rodziców, musiałam poszukać sobie pracy. Zrobiłam więc szybki kurs florystyczny i zatrudniłam się w kwiaciarni. I co się okazało? To tu dopiero odnalazłam swoje szczęście. Wszystkie kwiaty obdarzam szczególnym szacunkiem, i jakąś taką... miłością? Uwielbiam pakować prezenty, dodawać różne dodatki do

bukietów, bawić się tymi kwiatami. U nas zawsze tak pięknie pachnie! No i kontakt z ludźmi, z którymi można sobie o wszystkim pogadać. Nie ma nic cudowniejszego!”

- **Ola:** „Któregoś dnia ktoś do mnie zagadał na gadu-gadu, po czym okazało się, że szuka dystrybutorów do firmy rozprowadzającej perfumy. Zgodziłam się podjąć współpracę, bo uznałam, że oprócz wkładu pieniężnego rzędu 80 zł na początkowy starter z próbkami (w co musiałam zainwestować, bo inaczej nikt by ode mnie nie kupował), że nic nie tracę. I rzeczywiście. Z czasem tak się wkręciłam w ten interes, że jest to praktycznie mój jedyny zarobek, z którego spokojnie, bez większego wysiłku jestem w stanie wyżyć. Nie dość, że spotykam się z klientami, to jeszcze z nowymi ludźmi, których również chcę pod siebie podłączyć jako dystrybutorów, i wciąż jestem w biegu, ale ja to uwielbiam. Bardzo mi się to zajęcie podoba i naprawdę czuję się dobrze z tym, co robię!”
- **Jola:** „Zawsze miałam problemy z nadwagą. I długo z tym nic nie robiłam. Ale w wieku około dwudziestu lat stwierdziłam, że dosyć tego, że ludzie się po kątach ze mnie śmieją, jak wyglądam, i że im jeszcze pokażę. Najpierw próbowałam diet, ale za dużo mi nie dawały. W końcu się przemogłam i zaczęłam codziennie rano biegać. Później robiłam to już dwa razy dziennie. No i od czasu do czasu chodziłam na basen, przestałam też zajadać się słodyczami. Nic dziwnego, że waga zaczęła spadać sama. Ale, gdy już osiągnęłam wymarzoną sylwetkę, nie przestałam kontynuować dotychczasowego trybu życia. Nadal biegałam i polubiłam aktywny tryb życia. Po dwóch latach codziennych treningów – obojętnie, czy padało, czy grzmiało, czy wiał wiatr – byłam nieugięta i za namową mojej koleżanki wzięłam udział w maratonie. Oczywiście, nie znalazłam się w żadnej czołówce, ale... przebiegłam cały dystans bez żadnego zatrzymania! To był dla mnie cud! Teraz mam lat trzydzieści, za każdym razem biorę udział w maratonach, jestem w klubie biegacza, mam cudowną figurę (o niebo lepszą niż jako nastolatka) i zaczęłam zdobywać różne puchary i medale! I bardzo kocham to, co robię. I nikt mi nie odbierze mojej pasji!”
- **Marcin:** „Nie dostałem się na studia dzienne na wymarzoną turystykę i rekreację, więc złożyłem na studia zaoczne, ale musiałem podjąć jakąś pracę. Pierwszy rok opłacali mi rodzice, a ja zrobiłem w tym czasie kurs pilota wycieczek, przewodnika miejskiego oraz przewodnika gór – Karkonoszy. I dałem radę! I w lecie podjąłem pierwszą pracę w biurze podróży właśnie jako pilot wycieczki. Poprowadziłem chyba trzy takie wycieczki, a później oprowadzałem turystów zagranicznych po moim mieście. Później biuro podróży, z którym wcześniej współpracowałem, zaproponowało mi stałą posadę przy obsłudze klienta. I dziś spokojnie jestem w stanie połączyć pracę, którą kocham, ze studiami, które również kocham. I oczywiście w wakacje znów będę podróżować, wędrować z ludźmi, chcę poszerzać swoje kwalifikacje, aby być na przykład także przewodnikiem górskim po Tatrach. Oczywiście, na tym nie poprzestane, będę się rozwijać dalej. I dzięki temu zwiedzę cudowne miejsca – nareszcie mogę podróżować, o czym zawsze marzyłem, ale nigdy nie było ku temu okazji ani pieniędzy. I cieszę się, że robię to, co mnie naprawdę interesuje!”

CZEŚĆ V

W tej części pragnę zaproponować ci kilka prostych zadań do wykonania, ażebyś mógł przekonać się, że odnalezienie w sobie pasji jest jak najbardziej w zasięgu twojej ręki – nieważne, ile masz lat, jakim urodziłeś się człowiekiem i co robisz w życiu. Oczywiście, nie

musisz wykonywać wszystkich od razu – w zależności od twoich chęci i samozaparcia. Niemniej jednak, życzę wytrwałości, no i... powodzenia!

1. Nie bój się prosić ludzi o opinie o tobie. Pytaj się i rozwiewaj swe wątpliwości. Ale nie stawiaj pytań typu: „powiedz, co o mnie myślisz”, a na przykład: „czy uważasz, że nadaję się, żeby robić to, to i to w życiu? Czego mi jeszcze brakuje, abym mógł się tym zajmować?”. Przygotuj się na aprobatę, ale również na krytykę. Nie obrażaj się jednak wówczas, a przyjmij ją z godnością, biorąc sobie takie słowa naprawdę do serca.

2. Wypisz sobie na kartce co najmniej dwadzieścia rzeczy, które udało ci się kiedykolwiek życiu zrobić z pozytywnym skutkiem. Przypomnij sobie tylko te sprawy, które ci się udały. Natychmiast przywoła to przyjemne wspomnienia, przez co przyćmi ciemne chmury, które przybyły nad twoje samopoczucie.

3. Zapisz się na jakieś ciekawe, oryginalne zajęcia, np. malowanie na szkle, albo inne. A jeśli brakuje ci pieniędzy, to wybierz się po prostu na jednorazowe warsztaty, które są organizowane przez miejscowe domy kultury, biblioteki, i inne tego typu instytucje. Zawsze jest pełno zabawy przy tym, no i oczywiście można odkryć w sobie różne nowe umiejętności!

4. Sięgnij po jakąś dobrą książkę. Pamiętaj bowiem, że człowiek, który jest odczytany, ma zawsze dużo więcej do powiedzenia w towarzystwie. I że ma pod tym względem czym zabłysnąć, dzięki czemu wzbudza respekt. Pomyśl o tym!

5. Jeśli potrafisz pisać, spróbuj swoich sił jako powieściopisarz. Nawet, jeśli żadne wydawnictwo nie zechce twojego dzieła, zawsze możesz go wydrukować i ofiarować swoim przyjaciołom i rodzinie, aby wiedzieli, że mają przyszłą gwiazdę w pobliżu, na wyciągnięcie ręki niemalże...

6. Wybierz się na casting do „Szansy na sukces”, albo zapisz się do jakiejś agencji aktorskiej lub statystów. Jeśli się nie uda, to trudno, tylko wybierz taką, która nie robi cię na „szaro”, czyli jakąś sprawdzoną.

7. Zmusz się trzy razy w tygodniu do porannego joggingu, raz do basenu, a raz do aerobiku. Jeśli będziesz miał karnety, to nie przepłacisz, a będziesz dużo bardziej zmotywowany i systematyczny, by się na zajęciach jednak pojawić. Schudniesz, poprawisz kondycję i wyzwolisz hormony szczęścia. Same plusy!

8. Zaczynaj chodzić na kurs salsa. Jeśli nie masz z kim chodzić, możesz chodzić na zajęcia tańca solo (są takie). Dlaczego salsa? Oczywiście, równie dobrze może być cza-cza, samba, walc, tango, flamenco, czy hip-hop, ale jednak salsa jest ostatnio niezwykle popularna, i z pewnością ma w sobie to „coś”. Nikt nie oprze się twoim wirującym bioderkom, a każdy, któremu opowiesz o tym, co robisz, od razu zwariuje na tym punkcie. Jeśli nie stać cię na takie zajęcia, spokojnie możesz wybrać się do klubu, który organizuje za darmo takie warsztaty (tylko, że to już dużo mniej profesjonalnie, dużo bardziej dla zabawy).

KURS PT.: „JAK ODNALEŹĆ W SOBIE PASJE?”
OPRACOWAŁA MARTA AKUSZEWSKA, REDAKTOR
PORTALU eSzkoła.pl (KONTAKT:
m.akuszevska@eszkola.pl)

