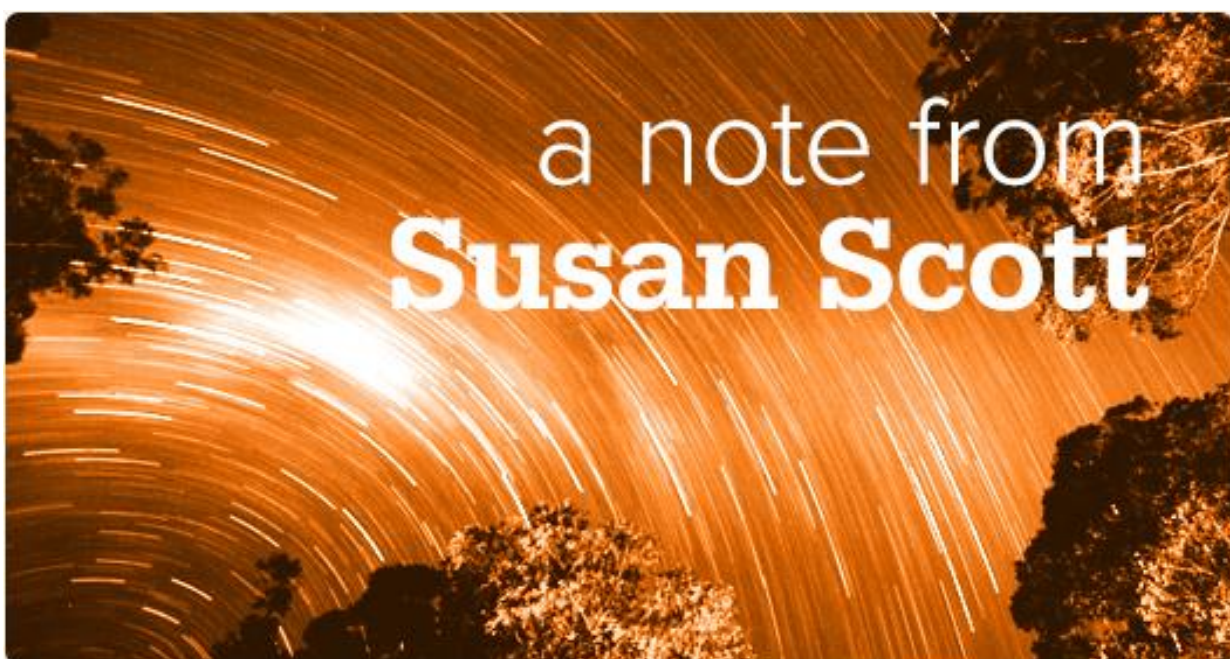


Tylko jedna rzecz...

„Nie podjęłam postanowień na Nowy Rok. Zwyczaj robienia planów, krytykowania, karania i kształtowania mojego życia to dla mnie za wiele jak na jeden dzień.”

Anais Nin



Zgadzam się z Nin, od przynajmniej 10 lat nie przygotowuję listy postanowień noworocznych. Wybieram za to **jedną rzecz**, którą chcę osiągnąć w nadchodzącym roku. Tylko jedną. Lubię kończyć rok z poczuciem satysfakcji. W 2014 roku moja „jedna rzecz” to dokończenie trzeciej i ostatniej książki z serii *fierce*, czyli *Fierce Love*. Kłopot w tym, że dokończenie tej książki było moją jedną rzeczą na rok 2013, ale nie zrobiłam tego. To zadziwiające, jak wiele dystraktorów i wymówek udało mi się wymyślić, żeby tylko nie usiąść do pisania tej książki, której dokończenie jest naprawdę dla mnie ważne.

Dlatego też wiadomość, którą kieruję na koniec roku do Was i do siebie dotyczy koncentracji, jasności oraz ich wspólnej siły. Chciałabym, żebyśmy wszyscy w ciągu roku oraz na jego zakończenie byli zadowoleni z pracy nad tą jedną rzeczą. Przedstawiam Wam trzy strategie, którą mogą być w tym pomocne.

Strategia 1

Wybierz jedną rzecz. Powiedzmy, że chcesz w Nowym Roku awansować, znaleźć miłość, być lepszym człowiekiem, zakończyć ważny projekt, zadbać o zdrowie. Oczywiście, jeśli jeszcze nie wiesz, czego chcesz w tym roku, będzie Ci trudno zacząć. Dlatego przeprowadź sam ze sobą Odważną rozmowę zadając sobie podchwytliwe pytanie „Gdybym wiedział co chcę osiągnąć w roku 2014, co by to było?”. Nie to co uważasz, że powinienesz chcieć, ale to czego naprawdę pragniesz.

Strategia 2

Stwórz ze swojego celu hasło dostępu do urządzeń lub programów, z których regularnie korzystasz. Moja córka Halley mnie tego nauczyła. W naszym biurze w Seattle korzystamy z pewnego narzędzia o nazwie *Salesforce*, do którego wymagany jest dostęp za pomocą hasła. Indywidualne hasło powinniśmy zmieniać co pół roku. Przez pierwszych sześć miesięcy 2013 roku, hasło Halley brzmiało mniej więcej: *znajdź nowy idealny dom dla rodziny*. Dla wzmocnienia siły hasła dodała do niego kilka cyfr, by następnie korzystać z niego regularnie kilka razy dziennie. Dzięki temu cel ukazywał się jej wielokrotnie w ciągu dnia, było to nieuniknione. Znalazła idealny dom i przeniósła się do niego z rodziną w październiku. Dla kolejnych sześciu miesięcy jej hasło brzmiało mniej więcej tak: *sprzedaj stary dom do końca grudnia 2013 roku*. Dom wymagał jednak pewnych prac, dlatego oferta sprzedaży znalazła się na rynku dopiero 18 grudnia. Oniemieliśmy z wrażenia, kiedy dom został sprzedany już następnego dnia. Sprzedaż miała zostać sfinalizowana dopiero 7 stycznia, lecz dzień przed Bożym Narodzeniem kupujący zapytał o możliwość dopełnienia formalności 31 grudnia.

Dla mnie, wprowadzanie hasła wiele razy w ciągu dnia jest łatwiejsze niż sztuka medytacji, dlatego myślę, że będzie miało wielką wartość i siłę. Dla Ciebie także. Kiedy piszemy ciągle to, czego pragniemy, magia i cuda mogą się zdarzyć.

Strategia 3

Powiedz „tak” słowu „nie”. Częścią ludzkiej natury jest, że chcemy mówić „tak” kiedy tylko to możliwe. Poprowadzisz tę komisję? Ok. Pomożesz znajomemu albo członkowi rodziny? Oczywiście. Pojedziesz w podróż służbową? Jeśli taka jest potrzeba, ok. Napiszesz kolejny artykuł? Jasne, na kiedy?

Chcemy pomagać, dawać coś z siebie, wspierać. Jednak poeta David Whyte sugeruje, że jeśli mówimy tak, tak i jeszcze raz tak przy każdej okazji, to wtedy na to najważniejsze tak, prawdziwe i najważniejsze „tak”, nie będziemy mieli już miejsca. Rozumiesz?

Kiedy już widzisz swój cel, upewnij się, że masz na niego wystarczająco dużo przestrzeni mówiąc „nie” temu wszystkiemu, co może ci przeszkodzić w jego realizacji.

Poniżej niektóre sprawy, którym zaczęłam ostatnio mówić „nie”:

- Wystąpienia inspiracyjne *keynote*, które odbywają się w środku zimy na wschodnim wybrzeżu Stanów. Istnieje wtedy duże ryzyko opóźnienia i odwołania lotu ze względu na pogodę.
- Wystąpienia inspiracyjne *keynote*, które wymagają ode mnie opuszczenia mojego domu na drzewie na wyspie Orcas w porze lata i jesieni.
- Spędzanie czasu z ludźmi, którzy mnie nudzą, są fałszywie wylewni, kierują się innymi wartościami etycznymi, a każda rozmowa sprowadza się do opowieści na ich temat.
- Zaproszenia na kolację.

Może się przez to wydawać, że zachowuję się jak diva operowa lub snobka, którą nie jestem. Naprawdę nie jestem. Tyle że, w zeszłym roku będąc tam (w samolocie, na spotkaniu, na kolacji) nie byłam tutaj (pisząc), czyli w miejscu dla mnie ważnym. Tylu różnym sprawom i zobowiązaniom, których autorką często byłam ja sama, powiedziałam „tak”, że nie dokończyłam pisać książki *Fierce Love*. A mam przy tym jasność, że to jest właśnie to, co powinnam była zrobić. Skończyć ją i oddać w Twoje ręce.

Podsumowując:

1. Wybierz jedną rzecz, którą w roku 2014 najbardziej chcesz osiągnąć.
2. Wymyśl hasło z tym związane.
3. Pozwól sobie mówić „nie”. Nie przepraszaj.

Osiągnijmy tę jedną rzecz w tym roku. Ok? Ja wam powiedziałam swoją. A jaka jest Twoja?