

POHVALE ZA KNJIGU „MAPA ŽELJA“

Kad sam sela da čitam „Mapu želja“, odmah sam osetila kako mi se ramena opuštaju. Prvih nekoliko strana sam klimala glavom. Osećala sam se kao da me je neko saslušao i prihvatio. Ona je to učinila. Ona je to postigla. A sada to može i svako drugi. Kamo sreće da je ovaj zlatni rudnik uvida i praktičnog vođstva bio sa mnom prethodnih godina. Osećam se blagosloveno što imam Danijelu u svom životu i ne mogu da dočekam da vidim kako se otvaraju brane ushićenja, „aha“ uvida i promena koje menjaju život, kad ljudi u praksi primene svoje mape želja. Danijela je majstor. Ona je delom vidovita, delom šaptač, a svakako je neko ko nas podstiče. Ako ste spremni da se probudite i živite u skladu sa onim ko vi stvarno jeste, onda odbacite svoje konvencionalne planove šta da radite u životu i svim srcem zaronite u „Mapu želja“.

KRIS KAR, autorka knjiga
„Luda seksi kuhinja“ i „Luda seksi ishrana“

„Mapa želja“ sadrži mnogo života, istina i strasti; šta može biti bolje nego preurediti svoj svakodnevni život u skladu sa željama svog srca?

DŽININ ROT, autorka knjiga
„Žene, hrana i Bog“ i „Izgubljeno i nađeno“

Sa urođenom elegancijom, „Mapa želja“ povezuje našu primalnu energiju želja sa urođenom inteligencijom naših osećanja. Rezultat? Maksimalno efikasno korišćenje vremena koje nam je dato na Zemlji. Radost življenja Laportove je zarazna. Spremite se da se njome zarazite!

MAJKL BERNARD BEKVIT, autor knjige „Viđenje života“

Kad sam prvi put primenila mapu želja, pozvala sam Danijelu da joj kažem: „Ovo radi!“ To što sam obelodanila osećanja koja želim u jezgru svog bića uzdiglo je moje veze i način na koji funkcionišem u svetu. A niko ne izražava našu poetsku motivaciju onako kako Danijela to čini. „Mapa želja“ je „vruća linija“ za vašu komunikaciju sa istinom.

GABRIJELA BERNSTAJN, autorka knjiga
„Vreme je za čuda“ i „Univerzum vas podržava“

Danjela Laport je zastrašujuće pametna, pa ipak je toliko ljubazna i praktična da upali plamen u vama, a da vas ne dovede dotle da osećate kao da će vas ta vatra spržiti. Načuljite uši i slušajte dobro. Ono što ona ima da kaže jeste ono što našem duhu treba da čuje.

MARTA BEK, autorka knjiga
„Naći svoju zvezdu vodilju“ i „Ishrana za radost“

Danijela je vaš istinski zastupnik, svoju snagu crpi iz joge. Drugim rečima, zalaže se da vi ispunite svoju misiju i da sebe ispunite željama. A „Mapa želja“ trasira vam put kako da reorganizujete svoje želje, a ne stresove. Ona je postigla nešto izuzetno.

DR SARA GOTFRID, autorka knjige
„Hormonski lek“

Inspiracija, inovativnost i osećaj lične vrednosti samo su neki od elemenata kojima će vas ispuniti Danijela Laport. „Mapa želja“ raspravlja o tome kako da svoje snove i ciljeve ispunite na realističan način... garantovano će vas oduševiti.

www.beliefnet.com

Kao što to uvek radi, Danijela Laport je „Mapom želja“ napravila nešto vanserijski o temi samoaktualizacije. To iskustvo će vas pozvati, izazvati, pa čak i zavesti da saznate srž onoga ko ste. „Mapa želja“ vam ne daje neku vrstu spoljašnjeg recepta da „živite svoje snove“ i „poduhvatite se uzvišenih ciljeva“ kao drugi programi. Umesto toga, ona vas vodi kroz proces koji će vam garantovano pomoći da uobličite svoj život i donosite odluke na osnovu onoga što će vas učiniti istinski srećnim. Zaboravite sisteme za organizovanje vremena, programe za postavljanje ciljeva i vežbe anticipacije. Sve što vam treba da oblikujete život koji će zaista raditi za vas jeste „Mapa želja“.

KEJT NORTRAP, autorka knjige:
„Novac: ljubavna priča“

Od „Mape želja“ mi se zavrtelo u glavi. Ta istina je tako ogođena, sirova, razotkrivena. Zinula sam od zaprepašćenja.

MEGAN VOTERSON, autorka knjige
„Otkrijte: sveti priručnik kako da se duhovno ogolite“

Stigla sam tek do jedanaeste strane „Mape želja“, a um mi je
POTPUNO OTVOREN.

GEJLA DARLING,
www.GalaDarling.com

Živeo sam punim gasom. Godinama. Bio sam uporan u ostvarivanju ciljeva i žestoko sam se terao da te ciljeve postignem – ma kakvi da su bili. Dok nisam udario u zid i pomislio: „Mora da ima neki drugi način.“ „Mapa želja“ je taj drugi način. To je ono što ljudi traže – jedan nov način da planiraju svoj život, unutrašnji pristup stvarima spolja.

ERIK HENDLER,
www.PositivelyPositive.com

Većina nas je toliko zauzeta planiranjem da zaboravljamo zašto uopšte planiramo. Danijela Laport je podstakla poštovanje prema našim željama na način koji u naše svakodnevno delovanje vraća smisao. „Mapa želja“ menja život.

NIŠA MUDLI,
www.FierceFabulousFree.com

Jedino što sam pogrešila je što sam počela da čitam „Mapu želja“ po noći. Nisam mogla da je ostavim, mahnito pretražujući svoje srce da nađem za čim žudi, zapisujući svoje želje sa jasnoćom koju nisam godinama osetila. Knjiga je direktna, a opet duboko poetična. Obimna je i lepa i velikodušna i duboka. Ne kažem to olako – ona menja sve.

SAMANTA REYNOLDS,
osnivač i predsednik agencije „Eho memoarz“

„Mapa želja“. To je bingo za motivaciju, inspiraciju – okidač za preobražaj da vam pomogne da živite život iz svojih snova kao preduzetnik, ljubavnik, junak. Između njenih sjajnih korica otkrićete mnogo sjajnih videa, muzike, kontemplacije, radne sveske – i Danijelinu čuvenu zdravorazumsku, praktičnu mudrost.

NAVĐIT KANDOLA,
www.TenderLogic.com

Danijela Laport

Mapa
želja

Babun
Beograd, 2016

Naziv originala:
THE DESIRE MAP – Danielle LaPorte

Naziv knjige:
MAPA ŽELJA, Danijela Laport

Copyright © 2014 Danielle LaPorte, Inc
Copyright © 2016 za Srbiju Babun, Beograd

Sva prava zadržana. Nijedan deo ovog izdanja se ne sme reprodukovati, skladištiti u povratnom sistemu, ili prenositi, u bilo kom obliku, ili bilo kojim sredstvima, elektronskim, mehaničkim, fotokopirnim i sličnim, bez prethodne dozvole izdavača i vlasnika autorskih prava.

Urednik:
Nenad Perišić

Prevod:
Goran Bojić

Lektura i korektura:
Babun

Prelom i korice:
Leo commerce

Izdavač:
Babun

Plasman:
ID Leo commerce, Beograd
Mihajla Bandura 36
011/375-2625; 011/375-2626; 011/375-2627; 063/517-874
E-mail: nesaperisic@gmail.com
info@leo.rs
www.leo.rs

Štampa:
Sajnos, Novi Sad

Tiraž: 1.000

ISBN 978-86-83737-99-4

za
tebe
neka lutanja izgubljena ovde su nađena
gladna puna ljubavi
budeći se potišten
budući prisutan
više nego što si bio juče
već nov
istina
ožiljci znanja
uvek rastu
više svetlosti
baš sad
za tebe

Ono što želiš, takva ti je i volja.
Kakva ti je volja, takva su ti i dela.
Kakva su ti dela,
takva ti je i sudbina.
– Upanišade

KNJIGA JEDAN: TEORIJA.....	11
PERSPEKTIVA: PREGLED PROGRAMA.....	13
Sve je počelo uoči Nove godine, kraj kamina	15
PREDSTAVLJAMO: ŽELJU	29
Živo srce oslobođenja	33
Pogledajte želji u oči.....	37
MAGNETIČNOST OSEĆANJA.....	45
Sve što radimo vođeno je željom da se osećamo na određeni način	47
Dobrobit od jasnih želja.....	63
Poštujte svoje želje	72
Neporeciva ogromna vrednost negativnih osećanja	75
Znati kako se osećamo.....	81
NAMERE I CILJEVI.....	89
Ciljevi sa dušom?	91
Uspostavljanje zdravih odnosa sa namerama i ciljevima	107
ISKRENI NAPOR, POVERENJE I VERA	127
Žestoko, ali fleksibilno. Dualnost ciljeva sa dušom.....	129
Otpor	135
Radite manje, dobijte više	139
Poverenje	141
Molitva i usklađenost.....	143
Afirmacije mogu da vas slude	149
Zasluživati nešto	153
KNJIGA DRUGA: RADNA SVESKA.....	163
PREGLED MAPE ŽELJA.....	165
Oblasti života	165
Optimizacija	166
NOSAČ DUŠE.....	169
Brzometni početak.....	170
Psihičko surfovanje	172

Osećaji pozitivnosti.....	174
Uspostavljanje odnosa prema životu	176
Odnos prema ljudima = odnos prema životu	177

ZAHVALNOST I ONO ŠTO NE PALI 179

Zahvalnost sve postavlja u pravu perspektivu	179
Moram da budemo realni prema onome što ne pali, kako bismo to mogli da promenimo	180

RAZJAŠNJAVANJE ŠTA SU VAŠA SUŠTINSKI ŽELJENA OSEĆANJA. TO JE CELOKUPAN, VAŽAN I LEP RAZLOG ŠTO SMO OVDE..... 195

Počnite od onoga što osećate da je lako.....	195
Oruđa koja možete da koristite	196
Dajte rečima njihovu moć.....	196
Znajte da znate	196
Korak 1: Kako želite da se osećate u svakoj od ovih oblasti svog života? Recite	198
Korak 2: Udubite se u reči. Pogledajte definicije reči koje ste napisali.....	202
Korak 3: Odaberite neke reči. Vratite se svom nabranjanju reči i zaokružite one koje u vama izazivaju najveći odjek	203
Korak 4: Prepoznavanje obrasca. Posvetite im pažnju	205
Korak 5: Načinite finalni izbor. Odaberite tri do četiri suštinski željena osećanja – i sijajte!.....	208
Moja suštinski željena osećanja	209
Bravisimo!	209
A sad se odmorite	210

EVOLUCIJA I IGRA REČI MOJIH

SUŠTINSKI ŽELJENIH OSEĆANJA 213

Unapređenje mojih misaonih oblika.....	213
Ponovno podešavanje kompasa	214
Zahtev moje najdublje želje jednom završava: radost	216

KORIŠĆENJE VAŠIH SUŠTINSKI ŽELJENIH

OSEĆANJA DA VAS USMERAVAJU ŠTA DA UČINITE,

IMATE I DOŽIVITE..... 219

Kako da sa svojih želja pređete na namere	219
---	-----

Nemilosrdne činjenice i strahovi u pogledu toga da dobijete ono što želite.....	228
Pozitivni i inspirativni misaoni obrasci koji će zaseniti strah i poterati vas napred	229
BONUS! DOBILI STE ONO ŠTO ŽELITE. VEĆ	231
Šta to želite... što već imate?.....	231
Ljudi i resursi koji mi pomažu	234
Kako ćete dati sebe?	236
ŽELJO, UPOZNAJ SE SA DELOVANJEM.....	237
Odaberite samo tri ili četiri glavne namere ili cilja za ovu godinu	237
Zbog čega sam najviše uzbuđena?	238
U slučaju da se plašite da odaberete neke stvari	239
Odaberite tri ili četiri glavne namere i cilja za ovu godinu	240
Moje namere i ciljevi za ovu godinu	240
STRANICE ZA DELOVANJA	241
Mesečna provera	242
Ove nedelje	243
ŽELJA KAO PRAKSA.....	245
I naravno	245
Kad stvari ne valjaju.....	247
Pomozite jedni drugima.....	248
HTELI BISTE DA POKRENETE GRUPU MAPE ŽELJA? PREDSTAVLJAM VAM NAJVEĆI KLUB ČITALACA NA SVETU	249
JOŠ JEDNA STVAR.....	257
HVALA VAM.....	259

Knjiga 1: Teorija

PERSPEKTIVA: PREGLED PROGRAMA

Ako počnete da shvatate šta ste, ne trudeći se da to
promenite, onda počinjete da se preobražavete.
– Ćidu Krišnamurti

SVE JE POČELO UOČI NOVE GODINE, KRAJ KAMINA

Pre oko osam godina, odlučila sam da dočekam Novu godinu u miru, kod kuće. Pozornica: beba je zaspala. (Ura!) Omiljene nezdrave grickalice (čips i sos sa belim lukom, molim). Muzika: „Gruv armada“. Vatra gori u kaminu. Nova godina se široko otvarala, a srce mi je bilo puno ambicija. Došlo je vreme za neke anticipacije. Ciljevi! Planovi! Gomila planova.

Izvukla sam tablu za vizualizaciju i podelila je na oblasti života, na primer, dom, ljubav, novac, posao. Sa bivšim mužem, počela sam da pišem ciljeve u svakoj oblasti. *Novi kuhinjski sto. Otplatiti dug sa kreditne kartice. Časovi plivanja. Smršati pet kilograma. Uložiti u neko veliko umetničko delo. Da počnemo da idemo biciklom na posao. Porodično venčanje na Havajima. Napraviti zabavu u vrtu. Platiti učešće. Dogovor sa izdavačem. Nove čizme „fraj“. Naći crkvu. Naći časove joge.*

On: Možda bi trebalo da otputujemo u Australiju dok je još lako putovati sa bebom.

Ja (*ne zanima me da idem u Australiju sa bebom. Zato skrećem razgovor*): Misliš li da će se Dik Klark večeras pojaviti na Tajms skveru, na novogodišnjem odbrojanju, ili će sve obaviti Rajan Sikrest?

(pauza)

On: Ali, ja volim ovu sofu.

Ja: Hoću novi mek buk pro. Sa ogromnim ramom.

On: Pa, zaslužuješ novu opremu, mala.

Ja: Zaslužujem, zar ne?

To baš i nije bila tabla za vizualizaciju, ali nije bio ni puki spisak obaveza. Pa ipak je nešto nedostajalo. Osećala sam se sito, ali prazno. Revnosno ali ne... *energično*. Uzela sam olovku u drugoj boji i počela da škrabam reči za pozitivna osećanja u svakom odeljku.

Sloboda!
Obilje.
Seksi.
Zemlja. Priroda. Eko-ljubav.
Povezani.
Kreativni.
Hram.
Prava ljubav.

Ja: Kako bi hteo da se osećaš na poslu?

On: Odvažno. Pouzdano. Avanturistički.

I stvari su se promenile. Vežba je spolja prešla unutra. Pa smo počeli ispočetka.

Umesto da pričamo o spoljašnjim ciljevima, pričali smo o tome kako bismo hteli da se osećamo u raznim oblastima svojih života.

To je već bilo inspirativnije. I spisak naših želja je počeo da se uobličava.

Praviti večernju zabavu jednom mesečno.
Nabaviti mikser sa stalkom – praviti pastu.
Dizajnirati seriju 'hvala-vam' čestitki.
Nabaviti CD sa tantričkom muzikom.
Dve nedelje putovanja kanuom.
Objaviti svoje spise kao autorsko izdanje.

Vizuelno, to je počelo da izgleda lepše. Psihološki, osetila sam to pre kao poziv nego kao još jedan spisak stvari koje treba uraditi.

A sad, filmski rez: prolazi još nekoliko Novih godina. Uz kamin. Rajan Sikrest umesto Dika Klarka. Ta cela stvar sa „osećanjima i ciljevima“, kako je postala poznata, razvila se u jedan nezvanični proces, koji je doveo do promene u tome kako gledamo na budućnost.

Zapisali smo podosta pozitivnih osećanja, a onda smo se zapitali: „**Šta ako možemo da postignemo da se osećamo tako?**“

U tom jednostavnom pitanju leži nov način da se živi, koji suptilno i polako vodi do dubokih promena u načinu na koji sam htela da postignem stvari. Zvanično sam odustala od sistema postavljanja ciljeva, što je na kraju dovelo do toga da se okanim spiskova stvari koje treba uraditi, što je dovelo do odustajanja od sistema za planirenje vremena, koji su mi stvarali prevelik stres.

Svanulo mi je. Fokusiranje na željena osećanja = oslobođena energija. Bila sam na tragu nečega.

Na kraju godine, kad sam ponovo pregledala svoju „tablu anticipacija“, kako sam je zvala u to vreme, nisam se osećala tako razočarano kad nisam mogla da stavim kvačicu pored „Pariz“ ili „smršati pet kilograma“, kao stvari koje su postignute. Gledala sam drugačije na stvari. Mogla sam da vidim da su moja dva putovanja u Njujork te godine i novi časovi joge doveli do toga da postignem dugo željeno stanje bića. Napredovala sam. Osećala sam se onako kako želim češće nego što se nisam tako osećala.

Što je ironično, taj način planiranja daje više fluidnosti i saosećanja, i više motiviše. Upravo kao što sam mogla da vidim kako su nepostignute ciljeve istovremeno zamenile druge stvari – često bolje nego one koje sam zamišljala – mogla sam takođe da vidim gde nisam bila u skladu sa svojim najiskrenijim željama. Mogla sam da vidim da se ne osećam, recimo, previše slobodno ili onako kreativno i povezano kao što sam želela da se osećam u određenim oblastima svog života.

Počela sam da vežbam da to primenim do kraja godine. Revidirala sam planove u maju, na svoj rođendan, i u septembru, zato što volim tu energiju jeseni – „ušušajmo se i bacimo na posao“. Kao što kaže autorka „Projekta sreća“ Gričen Rubins – „sada je septembar januar“.

Počela sam sa dubljom praksom. U stvari, počela sam da meditiram na same reči. Potražila sam definicije i poreklo raznih reči i počela da ih pretresam. Fokusirati se na četiri osećanja izgledalo je izvodljivo i inspirativno. A onda sam, dame i gospodo, **napravila... ceduljice... koje će promeniti**

sve. Četiri osećanja. Uglavljena u moj dnevni raspored. Koja se odnose na svaki dan. Kojima se rukovodim u izboru.

Počela sam da govorim o „željenim osećanjima“, što je pojam koji će postati poznat, u javnosti, na mojim tribinama. „Dakle, kad razjasnite kako zaista želite da se osećate, vaš način planiranja života bi mogao da se okrene naglavačke“, objasnila sam. A devojke bi mi kasnije prišle sa pitanjem: „Dakle, kako da uradim to sa 'željenim osećanjima'?“ „O, Bože, potpuno ste u pravu sa tim svojim osećanjima i ciljevima. Uvek smo tako osećale. Ima li neka vežbanka koju bih mogla da dobijem?“ Nešto smo otkrili.

Nazvala sam tu teoriju: strategija želja. Pisala sam o njoj u glavi 3 svoje knjige „Sesije za paljenje vatre“, i pokazalo se da je to najsmislenije obrađeno poglavlje u toj knjizi. Počele su da se javljaju reakcije. Ljudi su počeli da kače cedulje sa svojim suštinskim željenim osećanjima u svoje dnevničke, i na frižidere. Da ih pišu u raspravama na „Fejsbuku“. Tvitovali su „spiskove osećanja“.

U međuvremenu, počela sam da još dublje radim na tom procesu. Kao meditaciji; kao sistemu; kao istraživanju svog sopstvenog odnosa prema samoj želji; kao molitvi... kao multimedijalnoj propovedi o tome kako da smislenije biramo.

A onda sam odlučila da to učinim zaista stvarnim u svetu i objavila sam program „Mape želja“ za svoje čitaoce. I tada je to postalo zaista neporecivo: ljudi žude da se na nov način u njihovim životima dese neke stvari. Manje jurenja za stvarima, a više inspiracije. Dublji smisao, ali bez ugrožavanja napretka. Više ljubavi i mnogo manje kritičnosti.

A priče... priče su me raspametile. Ljudi su napuštali posao, ili počinjali da rade nešto sasvim drugo. Prilazili značajnim drugim ljudima i približavali se glavnim ličnim istinama. Bilo da mi neko piše o tome gde je zastajao, šta je započinjao ili kakve je nove životne obrasce otvarao, jedna stvar je kristalno jasna: kad se zaista prepustite svojim željama, oslobađate svoju moć – i svoju radost.

Dobro došli u „Mapu želja“.



GLAVNA PRETPOSTAVKA

Okrenuli smo procedure dostignuća naglavačke. Po pravilu, mi krećemo sa svojim spiskovima šta treba da se uradi, spiskom stvari koje hoćemo da postignemo za života i svojim strateškim planovima – sve su to stvari koje hoćemo da imamo, steknemo, postignemo i iskusimo van sebe. Sve te težnje su pokretane urođenom željom da se osećamo na određen način.

Šta ako, pre svega, razjasnimo kako zaista hoćemo da se osećamo u sebi pa tek onda napravimo svoje spiskove poslova, postavimo ciljeve i napišemo spisak stvari koje hoćemo da postignemo za života?

Kako hoćete da se osećate kad pogledate svoj nedeljni raspored? Kad se oblačite ujutru? Kad uđete na vrata svog studija ili svoje kancelarije? Kad se javite na telefon? Kad unovčite ček, primite nagradu, dovršite svoje remek-delo, prodate nešto ili se zaljubite?

Kako želite da se osećate?

Znati šta zaista želite da osećate najmoćniji je oblik jasnoće koju možete da postignete. Stvoriti ta osećanja je najmoćnija kreativna stvar koju možete da učinite sa svojim životom.

Iz Glave 3: Strategija želja, Sesije za paljenje vatre

IDEJE. INTROSPEKCIJA. JASNOĆA. AKCIJA.

Ovo su dve knjige u jednoj. Jedan deo je teorija: koren želje, moć osećanja, opasnosti i obećanja namera i ciljeva. A drugi deo je metodologija: prava vežbanka koja vam pomaže da razjasnite kako želite da se osećate u svom životu i šta želite da radite, imate i doživite u skladu sa tim osećanjima.

Možete to nazvati holističkim životnim planiranjem. Unutrašnje se susreće sa spoljašnjim. Duh pokreće materiju.

Svrha „Mape želja“ je:

- ❖ u krajnjem ishodu, da vam pomogne da se **setite svoje svetlosti**, svoje prave prirode, svog izvora – izvora života koji nas sve povezuje;
- ❖ da vam pokaže za čime žudi vaše srce – **vaša suštinski željena osećanja**;
- ❖ da vas vodi u korišćenju **vaših omiljenih osećanja kao sistema orijentacije da možete da birate** i da budete prisutniji i življi;
- ❖ da vam pomogne da koristite svoja željena osećanja kao način da **dođete do utehe i jasnoće u vremenima bola**;
- ❖ da vam pokaže kako da koristite svoja željena osećanja kao **kreativno gorivo** koje će pomoći da se u vašem životu dogode sjajne stvari koje će zračiti oko vas;
- ❖ da vam pomogne da **naglasite pozitivne** aspekte svog života, a da i dalje uvažavate, a ne da omalovažavate, negativne delove koje želite da prominite;
- ❖ da vam pomogne da uvidite da ste mnogo veći od svojih osećanja, a isto tako, možda paradoksalno, da vam pomogne da gledate na svoja **osećanja kao znakove na putu do vaše duše**.

PRAVITE
VIŠE
IZBORA

„Mapa želja“ osmišljena da vam pomogne da pravite izbore sa više samopouzdanja.

A to će reći, i da **pravite više izbora u životu** i da **to činite sa više samopouzdanja**.

Vi imate uticaja na svoj život. Ima mnogo stvari koje možemo da izaberemo sa namerom da kreiramo svoju stvarnost. A to su stvari koje ulaze u naše plakare i ostave, ono što se unosi u naše telo, ljudi sa kojima provodimo slobodno vreme, pokloni koje dajemo, to kako obožavamo, misli na koje se fokusiramo. Nered je jedan izbor. Gnev je jedan izbor. Ozlojeđenost je izbor. A stvar izbora su i širina, fleksibilnost, smeh, saosećanje, nežnost i istrajnost.

Izbiri koji se prave sa samopouzdanjem jesu „celoviti izbori“ koji uzimaju u obzir vaš um, telo i dušu. Te odluke uključuju našu ličnu ekologiju – koliko vremena imamo, kakav je osećaj posvetiti to vreme nečemu, gde smo ranjivi i gde smo osetljivi, gde ono u čemu smo jaki služi potrebama sveta. Kad biramo sa celovitog mesta, svesni smo toga kako nas naše odluke vode bliže ili dalje od sebe samih, od drugih, od društva.

Ako praktično primenite „Mapu želja“:

- kad postavljate svoje godišnje ciljeve, planirate svoju nedelju, gradite karijeru, pravite planove za odmor... imaćete na umu svoja suštinski željena osećanja;
- kad birate koga da pozovete kući, kako da reagujete, šta da date, kuda da idete, kako da se krećete, kako i šta ćete obožavati... imaćete na umu svoja suštinski željena osećanja;
- kad želite da stvari budu drugačije, kad ste u bolu, kad dobijete sjajnu ideju da nešto uradite, kad hoćete da uradite nešto neverovatno... imaćete na umu svoja suštinski željena osećanja;
- kad pišete imejl, tražite ono što hoćete, birate poklone, kupujete cipele... imaćete na umu svoja suštinski željena osećanja;
- kad uveče pođete na spavanje i probudite se ujutru... imaćete na umu svoja suštinski željena osećanja.

A na osnovu onoga što imate na umu, stvarate i svoju realnost.

To treba da bude praktično. Ja mogu da vam dam poetične teorije i motivacioni podsticaj, ali ako to ne budete mogli da koristite svakodnevno kako biste se osećali bolje, onda smo promašili cilj. Ja sam lično veoma orijentisana na rezultate – a najveći rezultat je da se osećam povezano sa svojim izvorom energije češće nego što se osećam odvojeno od njega. A to zahteva svakodnevnu svesnost i otvorenost – u kuhinji, imejlovima, razgovorima i u bakalnici.

PLANIRANJE VAŠEG DANA PRETVARA SE U TO KAKO ŽIVITE

Najveći broj oruđa za planiranje života fokusira se na spoljašnja dostignuća i rezultate – na uspeh. Što je neverovatno vredno. Težiti rezultatima je ono što naš život pokreće napred. Ali, najveći broj sistema za postavljanje ciljeva ne uspeva da angažuje najmoćniji pokretač koji stoji u osnovi svake potrage: osećanja koja najviše želite.

Vi ne jurite sam cilj – vi jurite osećanja za koja se nadate da će vam postizanje tog cilja doneti.

Možda toga uopšte niste svesni. Mnogi od nas automatski teže uspehu. Ušla sam u hodnik jedne velike korporacije, a zaposleni su svuda okačili svoje petogodišnje ciljeve. „Udata, sa dva deteta do 34. godine. Živim kraj okeana i volim taj pogled! Steći master diplomu poslovne administracije! Završiti maraton u vrhu svoje kategorije. Putovaću po svetu i zarađivati poučavajući. Za 5 godina lansiraću svoju modnu odevnu liniju.“

Lepo. Sjajno je imati sve te stvari. Većina nas živi u pravom raju privilegija – čak i ako imamo malo resursa, najveći

broj nas ima obilje prilika i društvene podrške. Krenite da postignete šta god želite – samo budite svesni zašto to jurite. Jer, ako idete u poslovnu školu kako bi vas tata potapšao po leđima kada diplomirate, a vi se osetili poštovnim i jakim, ili planirate da kupite kuću sa hrastovim parketom zato što će to učiniti da imate osećaj mira – pa, možda tražite ljubav u sasvim pogrešnim ciljevima.

Kad razjasnite kako želite da se osećate, možda ćete videti da ćete tražiti neke druge stvari i možda ćete ih tražiti na drugačiji način.

Kad raščistite kako želite da se osećate, vaši spoljašnji ciljevi će se možda smestiti na neko ugodnije mesto u vašoj psihi, a vi ćete se osećati mnogo celovitije.

Kad razjasnite kako želite da se osećate, sama potraga za tim će vas više zadovoljavati. Kvalitet putovanja i cilj putovanja počće da se stapaju u vašem srcu.

Ovaj program nije:

- ❖ Planiranje sledeće decenije ili čitavog vašeg života. Petogodišnji planovi su izuzetno važni za posao i za kompanije. Ovde počinjemo od vašeg srca – koje će vam kazati šta želite da učinite u svetu, pa će tako voditi i vaše petogodišnje planove, ako i kada bude potrebno da ih napravite. Ali, mi gledamo samo godinu po godinu. Ja lično volim da pravim svoju mapu želja dvaput godišnje.
- ❖ Oruđe za upravljanje projektom. Za upravljanje projektom potrebno je oruđe posebno namenjeno za to.
- ❖ Novi raspored vremena ili kalendar. Zato što ovom svetu ne treba još jedan sistem raspoređivanja vremena ili kalendara. I zato što već postoje neki izvrsni sistemi za to.

Mapa želja je jedna ideologija koja se uklapa u bilo koji kalendar ili sistem ciljeva koji volite i koji već koristite. Ona je konj koji vuče kola.