

MOĆ SVRHE

Naslov izvornika:

The Power of Purpose

Find Meaning, Live Longer, Better

Copyright © 2010 by Richard J. Leider

Copyright © za hrvatsko izdanje Ostvarenje d.o.o.

© Croatian edition published by arrangement with Agentia literara LIVIA STOIA

Prijevod: Katja Hlup

Lektura: Natalija Štimac

Obrada i prijelom: Ostvarenje d. o. o.

I. izdanje: 2011.

Nakladnik:

OSTVARENJE d. o. o.

Ivana Lackovića 6

Velika Mlaka 10408

tel/fax: 01 62-55-314, 62-55-751

<http://www.izvorznanja.com/>

ostvarenje@hi.htnet.hr

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu

Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu

pod brojem **809587**

ISBN 978-953-306-013-2

MOĆ SVRHE

**PRONAĐITE SMISAO,
ŽIVITE DULJE, BOLJE**

MEĐUNARODNI BESTSELER
DRUGO IZDANJE, IZMIJENJENO I PROŠIRENO

RICHARD J. LEIDER
Koautor bestselera Repacking Your Bags



Za Sally, Andrewa, Gretu, Austina i Ethana:

zbog vas život ima smisla.

Sadržaj

Predgovor.....	ix
Evolucija svrhe.....	ix
Prvi dio.....	1
Smisao svrhe.....	1
Prvo poglavlje.....	3
Trenutak svrhovitosti.....	3
Drugo poglavlje.....	15
Potraga za svrhom.....	15
Treće poglavlje.....	25
Spirala svrhe.....	25
Četvrto poglavlje.....	35
Svrha kao dar.....	35
Drugi dio.....	47
Putevi do svrhe.....	47
Peto poglavlje.....	49
Otkrivanje svoje svrhe.....	49
Šesto poglavlje.....	59
Otkrivanje svojih talenata.....	59
Sedmo poglavlje.....	67
Otkrivanje svojih strasti.....	67
Treći dio.....	77
Rad na svrsi.....	77
Osmo poglavlje.....	79
Kako odgovoriti na životni poziv?.....	79
Deveto poglavlje.....	87

Kako raditi na svrsi?.....	87
Četvrti dio.....	97
Živjeti u skladu sa svojom svrhom.....	97
Deseto poglavlje.....	99
Zašto ujutro ustajem?.....	99
Jedanaesto poglavlje.....	111
Kako živjeti u skladu sa svojom svrhom?	111
Dvanaesto poglavlje.....	119
Kako živjeti duže, bolje?.....	119
Trinaesto poglavlje.....	129
Što je smisao života?.....	129
Izvori.....	137
Grupa za istraživanje svrhe.....	139
Bitna pitanja na životnoj spirali.....	142
Popis za rad na svrhovitosti.....	146
Preporučeno štivo.....	147
Put svrhovitosti.....	148
Bilješke.....	149
Zahvala.....	151
Indeks.....	152
O autoru.....	159

Predgovor

Evolucija svrhe

Vaša svrha.

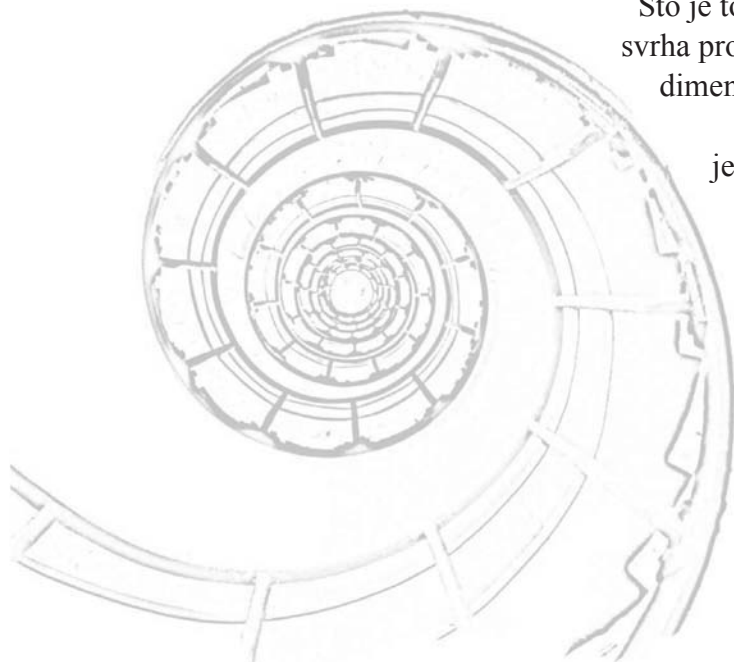
Vaša težnja i cilj.

Razlog vašeg postojanja.

Razlog zbog kojeg ustajete svakog jutra.

Možda niste razmišljali o prve tri navedene rečenice, ali se većina nas zapitala zbog čega ujutro ustajemo, ili se to barem ponekad zapitamo. *Moć svrhe* se, u svom drugom izdanju, bavi upravo tim: razlogom za ustajanje, kako bi vam pomogla otkriti koja je vaša svrha u životu.

Što je to „svrha“? Naša je svrha produžetak najdublje dimenzije koja se nalazi unutar nas - naša jezgra ili bit, mjesto gdje smo sigurni tko smo, odakle dolazimo i kamo idemo. Kad je svrha jasna, ona postaje cilj oko kojega gradimo cijeli svoj život: ona postaje naš izvor



energije i usmjerava način na koji se smisao našeg života očituje u našem svakodnevnom iskustvu.

Čovjek ima svrhu bez obzira na to koliko mu je godina, koliko je zdrav i u kakvoj je ekonomskoj ili socijalnoj situaciji. Vaša je svrha razlog zbog kojeg ste rođeni i može biti ono zbog čega svako jutro ustajete.

“Moć” je druga riječ u naslovu ove knjige i termin koji svakako zahtijeva pažljivije razmatranje. Rječnik *Webster's Dictionary* (op.a., izraz koji se koristi za uobičajene rječnike engleskog jezika u SAD-u) definira moć kao “sposobnost da se nešto učini, radi ili proizvede”. Samo određeni oblici svrhe imaju potencijal da nas osnaže, zato je ključna stvar da dobro promislimo prije negoli ustanovimo vlastitu svrhu. Ono što će u konačnici odrediti moć te svrhe je uspješnost našeg usredotočenja. Za svrhu koja će vam osigurati stvarnu moć potrebno je imati cilj izvan sebe. Samo kad je fokus - naša svrha - veći od nas samih, smisao se može osjetiti svojom punom snagom te doista postati dugoročan, umjesto da bude „samo neki cilj“ koji se ostvaruje i zatim zaboravlja.

Mi sami sebi moramo biti važni u sâmoj svojoj biti. Treba nam dokaz da smo dobri ljudi i da evoluiramo - da postajemo najbolji što možemo biti. Svaki put kad imenujemo ono što smatramo svojom svrhom, zadovoljavamo svoju osnovnu potrebu, potrebu da služimo nekoj svrsi koju smatramo uzvišenom.

Mnogi ljudi tvrde da nemaju dovoljno vremena da porade na svojoj karijeri i kvaliteti života. I, prije nego što možemo zamisliti, kvaliteta našeg života stvarno počinje opadati!

Toliko smo obuzeti preživljavanjem u ovom našem, sve kompleksnijem, svijetu da niti ne stignemo primijetiti kako vrijeme prolazi. Radimo cijeli niz stvari koje bi mogle biti odgovor na pitanje: “Zašto ujutro ustajem?” Međutim, naša nam prezaposlenost također može poslužiti za izbjegavanje odgovora na to pitanje. Pored svega toga, nemiran životni stil može dovesti do nelagode te psiholoških i fizičkih problema. Konačno, možda se na kraju zapitamo i: “Što sam učinio/la sa svojim životom?”

Pronađite smisao. Živite dulje, bolje.

Postoji i bolji način. Pravi razlog za ustajanje svakog jutra mnoga istraživanja povezuju s boljim mentalnim i fizičkim zdravljem te dužim životom. Životna svrha ne samo da će vam produžiti životni vijek, nego će i u vaše godine unijeti živost!

Ako tragate za razlogom zbog kojeg ćete ujutro ustati ili si postavljate pitanja poput ovih, ovo je knjiga za vas:

- Osjećam se kao da sam promašio/la svoj životni poziv. Kako da ga pronađem?
- Uspješno sam zašao/la u srednje godine života. Zar sam doživio/la sve što bih trebao/la?
- Duhovno se razvijam. Kako da svoj duhovni rast povežem sa svojim poslom?
- Prolazim kroz razdoblje burnih životnih promjena (matura, brak, novi posao ili gubitak zaposlenja, razvod, bolest, smrt voljene osobe). Kako da pronađem smisao ili novi smjer u životu?
- Izvana izgleda da sam dovoljno uspješan/na. No, kako da postignem unutarnje ispunjenje?

Ova je knjiga nastala tako što smo sa starijim osobama (iznad 65 godina) razgovarali o svim ovim dubokoumnim pitanjima, a zatim smo njihovu mudrost upotpunili istraživanjima iz znanstvenog područja razvoja odraslih osoba i savjetodavne psihologije. Točnije, nekim smo starijim osobama postavili ovo pitanje: “Da možete ponovno proživjeti svoj život, što biste učinili drukčije?”

Tri su se teme ponavljale kroz sve razgovore. Ispitanici su stalno odgovarali da bi:

- bili promišljeniji
- bili hrabriji
- da bi što prije pokušali dokučiti svrhu svog života.

Iz tog sam ispitivanja zaključio da svrha postoji u svakoj ljudskoj duši. Čini se da svi ljudi imaju urođenu želju i sposobnost da na neki način pridonese životu. Svi mi želimo ostaviti trag. Svatko od nas ima određenu svrhu. Svaki je čovjek eksperiment za sebe. Ne možemo usvojiti tuđu svrhu, ali iz nje možemo učiti jer moramo otkriti vlastitu. Svi smo mi u potrazi za vlastitom svrhom, bilo da svjesno za njome tragamo ili samo naslućujemo da u našem životu nešto nedostaje.

Kroz cijelu su povijest ljudi pokušavali dokučiti smisao svog života, tražili su ga u molitvama, osami, umjetnosti, glazbi, prirodi, zajedništvu, zahvalnosti, opraštanju i na nebrojene druge načine. Svrha se tradicionalno povezivala s duhovnim aspektom ljudskog života te su iscjelitelji, svećenici i šamani bili poslanici koji su pomagali ljudima da se povežu sa svetim kako bi ozdravili tijelo i dušu te postali cjelovitije osobe. Znanost sve više potvrđuje ono što su ljudi oduvijek znali: svrha je ključno sredstvo koje nam pomaže da se suočimo s

neizbježnim životnim brodolomima, svrha nam daje snagu da idemo dalje. Svrha nam može dati volju za životom. Bez nje, mogli bismo umrijeti. Kad imamo svrhu, možemo živjeti dostojanstveno i suosjećajno s drugim ljudima. Svrha uvelike utječe na trajanje našeg života i našu dobrobit i jedino je što nam nitko ne može oduzeti.

Promjena koja se dogodila u 21. stoljeću, promjena ka ubrzanijem, globalnijem svijetu koji pokreće tehnologija, velika je transformacija. U takvim se razdobljima obično fokusiramo na ono što se ne mijenja - ono što ostaje isto, u što se ne dira. Svrha je jedna od tih konstanti. Ljudi svih dobi pokušavaju otkriti svoje mjesto u ovom svijetu koji se stalno razvija i napreduje. Pred nama je izazov, moramo naći smislene odgovore na vječita pitanja o svrsi i smislu života. U ovom stoljeću svrha ima obilježja kretanja - revolucija je usmjerena prema unutra. Moglo bi se reći da živimo u svrhovitom dobu.

Uz to, mnogi od nas već javno govore o onome što svi cijelo vrijeme znamo: preživljavanje adolescencije i ranog djetinjstva ne osigurava nam miran život i karijeru bez neželjenih preokreta. Mijenjamo se, naši se prioriteti i vrijednosti kojima stremimo mijenjaju; samopouzdanje raste, raspršuje se u sumnju, vraća se; veze se razvijaju, raspadaju, preoblikuju; više ne unosimo istu energiju u karijeru ili određeni životni stil, ili se jednostavno počinjemo zanimati za nešto drugo - sve to oblikuje jedan zamršen životni ciklus. Stoga svrhu ne otkrivamo samo jednom i zauvijek, već je preispitujemo u različitim periodima životnog ciklusa, posebice u kriznim razdobljima i tijekom teških životnih promjena.

Dobro došli u drugo izdanje knjige!

Ovu sam knjigu napisao iz dubokog uvjerenja da živimo u duhovnom svijetu koji se neprestano razvija, te da svaka osoba nosi jedinstvene darove i svrhu kojima pridonosi ovome svijetu.

Ova je knjiga nadogradnja prijašnjih izdanja Moći svrhe, ona proširuje i produbljuje temu. Temelji se na dvadeset i pet godina iskustva u radu s ljudima svih dobnih skupina koji su tragali za svojom svrhom. Dodane su nove priče o svrsi, a drugi su materijali dopunjeni. Također, Izvori, koji se nalaze na kraju knjige, dopunjeni su jer su me mnogi pitali kako se mogu služiti ovom knjigom na seminarima, tečajevima, u književnim klubovima i na sastancima duhovnih ili istraživačkih grupa.

Knjiga je organizirana na način koji je meni smislen, ali svatko ima drukčije potrebe i interese pa se slobodno koristite knjigom prema redoslijedu koji vam odgovara. Vjerujem da duh dira i pokreće naše živote kroz evoluciju naše svrhe. To je točka iz koje počinjem kad pomažem ljudima da otkriju vlastitu svrhu. U pluralističkom društvu svi se neće složiti s mojom početnom točkom. I to je u redu. Stoga želim biti jasan, naime, moj cilj nije izražavanje vjerskog stava ili isključivanje onih koji ne dijele moje mišljenje. Naprotiv, upravo je ta početna točka razlog mog prihvaćanja brojnih različitosti među ljudima. Zbog točke iz koje počinjem nešto poduzimati kako bih pomogao ljudima, vjerujem da svaka osoba ima duhovni razlog za postojanje i da naš svijet neće biti potpun dok svatko od nas ne otkrije svoju svrhu.

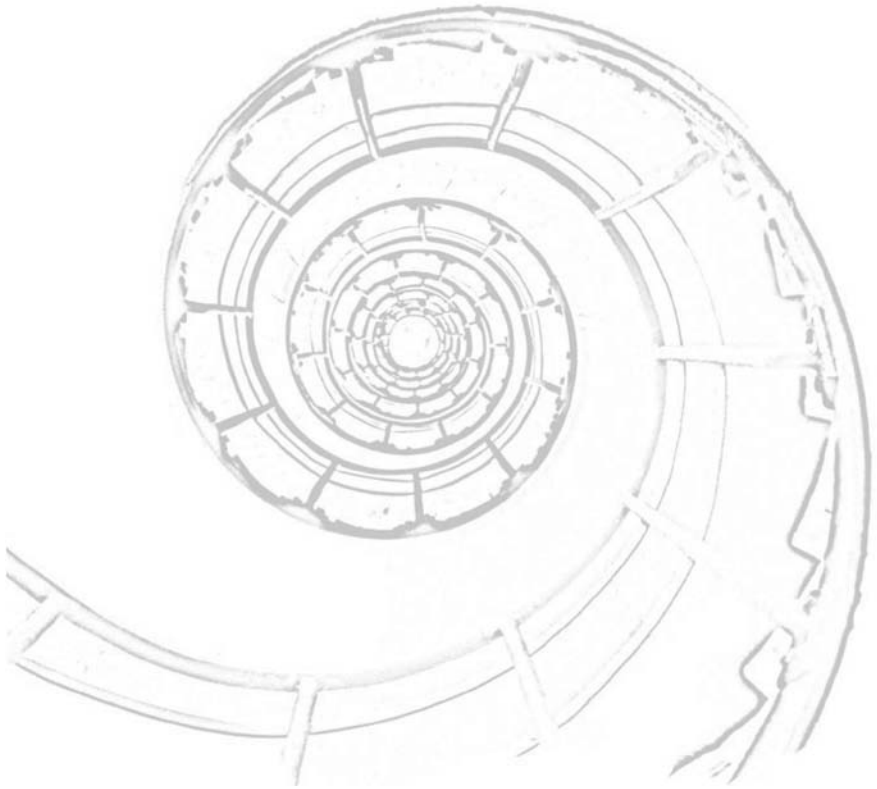
Nadam se da ćete i vi otkriti vlastitu svrhu - ako sam ja pronašao svoju, ova će vam knjiga zasigurno pomoći da i vi pronađete svoju!

Richard J. Leider

Minneapolis, Minnesota

Prvi dio

Smisao svrhe



Prvo poglavlje

Trenutak svrhovitosti

Samo sam pokušavala doći kući s posla.

Rosa Parks

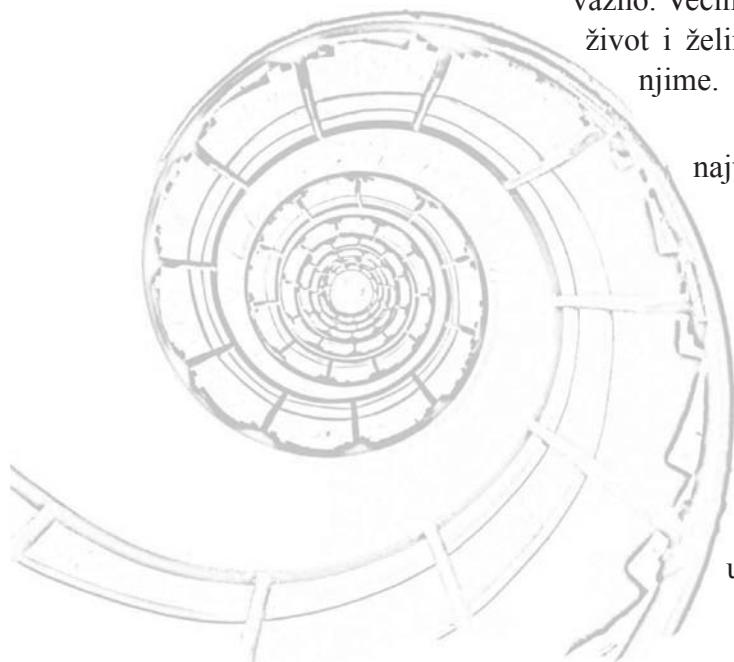
Svrha je ključna za ljudski život. Ona nas čini ljudskim bićima. Svrha nije samo ono što nas čini ljudskim bićima već je i jedina stvar koja nam se ne može oduzeti. Svrha nam daje volju da živimo i da ustrajemo. Ona nam daje razlog da ujutro ustanemo. Svrha nam daje hrabrost.

Većina nas želi vjerovati da život ima neku svrhu - da naše postojanje na ovom svijetu nešto znači i da je ono što radimo važno. Većina nas želi smislen život i želimo hrabro kročiti njime.

Svrha je jedno od najvažnijih pomagala koja nam daju hrabrost. Ona se opetovano očituje kod ljudi koji su iskusili hrabrost.

“Trenutak svrhovitosti” - trenutak smisla.

Ovo poglavlje ukazuje na važnost



tog trenutka u samoj potrazi za svrhom te će vam pomoći da prepoznate i stvorite trenutke svrhovitosti u vlastitom životu.

Moć trenutka svrhovitosti

Rosa Parks doživjela je trenutak svrhovitosti koji je na kraju preobrazio čitavu naciju. Bila je uhićena jer je u Montgomeryju, u Alabami, 1. prosinca 1955. godine odbila svoje sjedalo u autobusu prepustiti bijelcu. Taj jedinstveni čin potaknuo je bojkot vožnje autobusom koji je doveo do konačnog uključivanja crnaca u autobusni prijevoz u Alabami te je pokrenuo razvoj pokreta za civilna prava u SAD-u.

Traganje za dostojanstvom osnovno je svima nama. Međutim, često se zapitamo što se događa s našim dostojanstvom tek kad nas neka neprilika prisili da se suočimo s njegovim stanjem - uhićenje, bolest, smrt, razvod ili gubitak zaposlenja. Život uzimamo zdravo za gotovo dok nas ne razbudi neka kriza i prisili nas da se preispitamo. Kriza je katalizator trenutka svrhovitosti. A trenuci svrhovitosti suočavaju nas s važnim pitanjima poput: "Što bih sad trebao/la učiniti?"

Let 427 trebao je iz zračne luke O'Hara u Chicagu poletjeti u 16.50 sati jednog petka poslijepodne. Bill je krenuo na sastanak sa zastupnicima rukovodećeg odbora jednog sveučilišnog vijeća. Uoči polaska u zaglušujućoj buci u užurbanoj zračnoj luci na razglasu je čuo kako ga pozivaju da dođe do najbližeg informacijskog pulta. Rečeno mu je da se odmah javi u svoj ured, a onda je saznao da je sastanak otkazan - takvo što nije mu se dogodilo u jedanaest godina rada!

Nešto prije nego što je počelo ukrcavanje na let 427 Bill je zamijenio svoju kartu i brzo krenuo prema drugom redu gdje mu je njegova pomoćnica Nancy rezervirala povratni let u

rodni grad, Atlantu. Kad je nazvao svoju suprugu Valerie dok se automobilom vozio prema kući, ona mu se javila u suzama, preplavljena emocijama koje nije mogla kontrolirati. “Bille”, zajecala je, “zar nisi čuo? Avion kojim si trebao letjeti u Pittsburgh srušio se malo prije slijetanja i nitko nije preživio!”

Bill je bio zaprepašten. O tom je trenutku svrhovitosti na autocesti govorio: “Osjetio sam začuđujuću smirenost, osjećaj mira koji se nadvio nad mene kao potvrda da me Bog nosi na svom dlanu”. Stigao je kući, a ukućani su ga obasipali poljupcima i zagrljajima i nisu se mogli zaustaviti dok je televizija u njihov dom prenosila gorke detalje pada leta 427. Bill se prisjeća: “Znam da je odgađanje mog odlaska privremeno. Moj je život do daljnega produžen”.

Bill je bio uvjeren kako Bog od njega očekuje da nešto postigne u svom životu. U ponedjeljak, tri dana nakon što je za dlaku izbjegao smrt, naslutio je kakva mu je svrha bila namijenjena. U osiguravajućoj agenciji, gdje je bio direktor, okružili su ga prijatelji, osoblje i kolege, koji su mu zahvaljivali na ulozi koju je odigrao u njihovim životima. Bill je već bio rukovoditelj jedne od najvećih, najuspješnijih osiguravajućih agencija u zemlji, ali u tom je trenutku shvatio koja je njegova viša svrha. Od tada je njegov cilj bio “podizanje ljudi koji se u životu vode višim vrijednostima”. To je postala njegova osobna misija i misija njegove agencije. Bill više nije odgađao one važne sate poduke koje je trebao održati, nego se usredotočio na to da novostečeno, dragocjeno vrijeme utroši na podučavanje ljudi da žive u skladu sa svojom svrhom.

Što je životna svrha?

Naša dobrobit i kvaliteta života ovise o nalaženju cjelovitosti u našem životu. U engleskom jeziku riječi zdravlje (*health*),

liječiti (*heal*), cjelovit (*whole*) i svet (*holy*) imaju isti korijen. Tako ukazuju na očiglednu činjenicu da postajanje cjelovitom osobom nije samo pitanje novca i zdravlja nego i smisla.

Imati svrhu - jasan razlog zbog kojeg ćete ujutro ustati - ključno je da bi se postalo cjelovitom osobom. Zamislite da ste odlučili provesti privatnu anketu među nekolicinom prijatelja i pitate ih što je svrha života? Što mislite da će biti njihov najčešći odgovor? Bi li taj odgovor bio sličan vašemu ili prilično različit?

Na prvi pogled može se učiniti da je odgovor toliko očigledan da uopće nema potrebe postavljati pitanje. Ali, ne dajte se zavesti. Mudro je ponovno razmotriti pitanje za koje mislite da znate odgovor. Odgovor na to pitanje mijenja se u različitim fazama našeg života i s promjenom životnih okolnosti.

Svoj sam profesionalni život posvetio upravo istraživanju tog jednog jedinog pitanja. Tako sam imao povlasticu tisućama ljudi postaviti to pitanje kao i mnoga druga. Otkrio sam da većina ljudi na pitanje: "Koja je svrha života?" odgovara vrlo slično. Možda će se poslužiti drugim riječima, ali zajedničko je svim njihovim odgovorima sljedeće: "Svrha života je ono što bismo trebali činiti i biti dok smo još na svijetu".

Svrha je ono što nas čini ljudskim bićima

Dakle, koja je vaša osobna svrha? Bilo da odgovor na ovo pitanje razmatramo javno ili privatno, ono je iznimno važno za naše zdravlje, izlječenje, cjelovitost i uzvišenost. Jer, ono što će na kraju oblikovati naš život jesu pitanja koja si postavljamo, koja si ne postavljamo ili ona za koja nikad ne bismo ni pomislili da si ih uopće trebamo postaviti. Upravo su pitanja ono što oblikuje našu ljudskost.

Kad bismo morali navesti ono zbog čega vrijedi živjeti, ono što životu daje smisao i svrhu, većina bi ljudi rekla da su to ljudi koje volimo. Odnosi, uz posao, okosnica su kvalitete života ljudi svih dobnih skupina. Oni koje volimo, kao i način na koji ih volimo, najvažniji su razlog zbog kojeg ujutro odlučujemo ustati.

Ipak, najčešći problem s kojim se danas mnogi ljudi suočavaju je usamljenost. Usamljenost - osjećaj izražene izolacije ili život bez prijatelja - proživljava gotovo polovica čovječanstva. Žalimo se da nam treba više vremena za prijatelje ili bismo željeli više iskrenih prijatelja, a ne poznanika, jer užurban život donosi mnoštvo poznanika, ali vrlo malo iskrenih prijateljstava.

Lako možemo život ispuniti aktivnostima. Uvijek se još nešto više može učiniti, uvijek ima načina da izbjegnemo pogled u zrcalo. Ako nismo oprezni, možemo svoju prezaposlenost zamijeniti za smisao te pretvoriti život u popis stvari koje treba obaviti, što nam može oteti svo vrijeme koje imamo i iscrpljivati nas, ali nam neće pružiti užitak u prijateljstvu koje nas ispunjava.

Budući da uvijek ima još stvari koje se mogu obaviti, naš će nas popis nadživjeti. Radovi na našem životu nikada neće završiti. Na svaku osobu koja svoju energiju i pozornost usmjeri u potragu za svrhom dolazi mnoštvo onih koji naporno rade, čekajući - čekajući na neko čarobno, jednostavno rješenje za svoju svrhu, čekajući na znak.

Otkrivanje onoga što je važno

Institut MMI (MetLife Mature Market Institute) primijenio je sofisticiranu metodu za istraživanje tržišta na pitanje svrhe. Znanstvenici s MMI-ja sa mnom su blisko surađivali i poslužili

se mojim radom kao temeljnim modelom svrhe u ovom istraživanju. Istraživanje, nazvano *Otkrivanje onoga što je važno* (*Discovering What Matters*), na precizan je znanstveni način ispitalo kako ljudi postavljaju prioritete u svom životu te kako se suočavaju s izazovima. Kroz ovu povezanost mjerila i smisla došlo se do jedinstvenog, mjerljivog dokaza o ulozi koju svrha ima u ljudskim životima. Otkriveno je da bez obzira na dob, spol, financijski status ili trenutačnu životnu fazu, većina ljudi najviše važnosti pridaje aktivnostima povezanim sa smislom kako ga oni shvaćaju te, iznad svega, vremenu provedenom s prijateljima i obitelji.

Ljudi koji poznaju svrhu svog života prije su od ostalih govorili da su “sretni” te su se opisivali kao osobe koje “dobro žive”. Osjećaj svrhovitosti danas je povezan s “fokusiranošću” na važne stvari u životu i “vizijom” budućnosti u kojoj se želi uživati.

Istraživanje je pokazalo da je koncept svrhovitosti, čak i sama ta riječ, nešto što mnogi, ako ne i većina ljudi, osobito poštuje. Neki su govorili da im svrha u životu osigurava općeniti smjer u kojem bi trebali ići, a neki su išli toliko daleko da su prema svrsi odredili prioritete u svakodnevnom životu. Ipak, mnogima je bilo teško iskreno opisati kako bi to svrhu iskoristili kod svakodnevnih odabira koji im se nude.

Je li svrha tek ezoterična zamisao koju je dobro imati ili se radi o snažnijem, univerzalnom konceptu? Odgovori mnogih ispitanika upućivali su na to da je upravo u svrhovitosti razlika između onih koji govore da “dobro žive” i onih koji nisu dobro živjeli. Osamdeset i četiri posto onih koji su tvrdili da njihov život ima svrhu reklo je da “dobro žive”.

“Sam svoj majstor” bila je vježba koja je poslužila da bi se otkrilo kako ljudi, s obzirom na svoje aktivnosti, očekuju da će

živjeti za pet godina. Ponuđeni su brojevi koji su bili “životni bodovi”, a trebali su ih rasporediti u četiri različite kategorije: novac, liječenje, smisao i mjesto. Kao i kod rezultata drugih istraživanja, ispitanici iz svih dobnih skupina najviše su životnih bodova dali aktivnostima koje su povezane uz smisao života - tj. aktivnostima kojima se bave s prijateljima i obitelji - a stariji su ispitanici (oni između 65 i 74 godine) uglavnom provodili sve svoje vrijeme u aktivnostima koje su povezivali sa smislom života.

Iz ovog je istraživanja jasno da zrele odrasle osobe u životu pokreće potraga za smislom i svrhom te da nam je, što smo stariji, sve važnije živjeti smislenim i svrhovitim životom. Iako postoje određene razlike između dobnih skupina, prihoda, imovine, opetovana je poruka ovoga istraživanja da su okolnosti koje uistinu utječu na naše zadovoljstvo, sreću i dobro raspoloženje gotovo istovjetne. ¹

Svatko ima neku svrhu. Koja je onda moja svrha?

Zabavnu stranu ovog istraživanja svrhe predstavlja mjuzikl *Avenue Q*, dvadeset i prva najduža predstava u povijesti koja se prikazuje na Broadwayu, a osvojila je i nekoliko nagrada Tony, uključujući onu za najbolji mjuzikl. Predstava je također doživjela mnoga uprizorenja širom svijeta, kao i jedno koje sam vidio u teatru Gielgud u Londonu.

Predstavu je uglavnom nadahnula (a i slična joj je) dječja emisija *Sesame Street*. Većina likova u predstavi su lutke kojima na sceni upravljaju glumci; scena je smještena u nekoliko kuća u zapuštenoj staroj ulici u rubnom dijelu New Yorka. Međutim, likovi imaju dvadesetak i tridesetak godina i suočavaju se s problemima koji brinu odrasle, a ne s onima

koja muče predškolce kao u emisiji *Sesame Street*. Tema koja se neprestano provlači je potraga središnjeg lika za njegovom neuhvatljivom “svrhom”.

Slušao sam zaneseno dok su pjevali pjesmu “*Purpose*” (“Svrha”). Središnja poruka pjesme - “Svatko ima neku svrhu. Koja je moja?” - nekoliko je puta izazvala žamor među strancima koji su sjedili oko mene, hihotali su se na stihove poput: “Svrha - to je maleni plamen koji ti pali vatru pod guzom/Svrha, to je poput vožnje automobila punim gasom” i drugi. Te sam večeri izišao iz kazališta uvjeren da je svrha konačno postala nešto o čemu se javno govori. Nakon predstava u Londonu i Las Vegasu, nakon svih onih mladih i starih koji su za njome tragali, oduvijek neuhvatljiva svrha života konačno se našla u središtu zanimanja. *Avenue Q* bio je moj trenutak svrhovitosti.

Često je upravo taj trenutak svrhovitosti ono što budi naše talente i strasti. Benjamin Jackson jednog se vikenda natjecao u lokalnoj desetakilometarskoj utrki u kojoj je sudjelovalo i nekoliko sportaša u invalidskim kolicima. U razgovoru nakon utrke s jednim od njih Ben je shvatio s kakvim se sve izazovima ti ljudi suočavaju tijekom svakodnevnih aktivnosti. Uskoro je na koledžu koji je pohađao uvidio kako zaista žive ljudi u kolicima, a upoznao se s njihovim životom i na majčinu radnom mjestu. Počeo je slati pisma i tražiti od školske uprave da namakne novac kojim će se studentima s invaliditetom omogućiti kretanje i bolja dostupnost sadržaja. Ben je počeo studirati arhitekturu i sad savjetuje organizacije kako da svoje zgrade učine dostupnijim osobama s fizičkim ograničenjima. Posao koji ga je ispunjavao započeo je jednim trenutkom svrhovitosti koji je uslijedio nakon desetakilometarske utrke, a danas je to Benov životni poziv.

Svrha nam pomaže da shvatimo suštinu svog života, ono o čemu se doista brinemo u našem stvarnom svakodnevnom životu. Naš nam svijet tada odjednom počinje izgledati smisljeno.

Igra svrhe

Postoje trenuci svrhovitosti koji bi mogli koristiti svima nama kad bismo pružili sebe svijetu u kojem živimo. Ako tražite novi polet, možete zaigrati “igru svrhom”.

Evo kako se igra ova igra. Pogledajte oko sebe, gdje god da ste se našli, i promislite što ili tko treba vašu pomoć. Na primjer, ako se vozite u automobilu, možete druge automobile koji pokušavaju ući u vaš prometni trak puštati pred sebe cijelim putem do svog odredišta. Druga je mogućnost da svom supružniku ili nekom drugom do koga vam je stalo izrazite novi razlog zbog kojeg vam je ta osoba važna. Ili prijatelja bez nekog razloga pozovite na kavu; na kraju dana organizirajte proslavu jer ste taj dan uspješno preživjeli; ustanite ranije da biste napisali nekome e-mail ili pisanu zahvalnicu.

Važno je u životu igrati savjesno, pružati svoje darove ili služiti drugima. Trebate raditi male stvari zbog kojih ćete osjećati da ste na tragu svoje svrhe. Često mnogo energije ulažemo u ostvarivanje velikih stvari, ali želimo osjećati da djelujemo prema vlastitoj svrsi u “svakom” trenutku svog života. Trenutaka svrhovitosti ima posvuda, svakog se dana možemo ispuniti sami sobom. Stoga, kad smo na oprezu, uvijek spremni zaigrati igru svrhe, otvaraju nam se neograničene mogućnosti.

Napravite popis trenutaka svrhovitosti koje biste sutra mogli

priređiti, koji će druge iznenaditi i zbog kojih ćete se osjećati dobro. Koja je vaša najomiljenija igra sa svrhom?

Trenutak svrhovitosti koji me promijenio

Jedna je osoba izazvala trenutak svrhovitosti koji je imao dalekosežan učinak na moj život. Bio je to Richard Reusch, moj savjetnik na koledžu. Dr. Reusch tražio je od svojih studenata da po rezultate ispita dolaze u njegov ured kako bi sa svakim mogao osobno razgovarati. Tema razgovora nisu bile samo ocjene. Na kraju prvog semestra u koledžu Gustavus Adolphus, kad sam bio pred izbacivanjem, pošao sam na razgovor s dr. Reuschom prije završnih ispita. Još uvijek mogu osjetiti dim lule i zamisliti njegov ured u kojem je sjedio okružen afričkim rukotvorinama sakupljenim tijekom njegova 40-godišnjeg misionarskog rada u Tanzaniji s plemenom Masai. “Zbilja sam izgubljen”, rekao sam mu. “Želio bih ostati ovdje, ali sam gadno zabrljao. Što da radim?”

Dr. Reusch nije me pitao o predavanjima koja sam slušao, samo je zatražio da mu ispričam nešto o sebi. “O sebi?” Ni jedan me drugi profesor do tada to nije pitao! Nakon jednog magičnog sata iz njegova sam ureda izišao s jasnom slikom onoga što sam želio od svog školovanja i od svog života. Nekako je dr. Reusch taj sat učinio gotovo duhovnom seansom i znao sam da sam predodređen za nešto posebno.

Dvadeset godina kasnije otputovao sam u Tanzaniju i popeo se na Kilimandžaro. Bio sam zapanjen kad sam saznao da se krater na vrhu zove Reuschov krater. Dr. Reusch se na Kilimandžaro popeo 65 puta, pomogao je da se ustanovi njegova točna visina i otkrio sam da je krater sada službeno nazvan prema njemu. Govorio je 20 jezika i pisao je knjige o

vjeri, povijesti i zemljopisu na njemačkom i engleskom jeziku te na svahiliju.

Richard Reusch došao je u Minnesotu i podučavao crkvenu povijest, komparativnu religiju te mačevanje na koledžu Gustavus Adolphus. Njegov je dosje pun pisama zahvale mladih, roditelja i studenata kao i onih plemenskih vođa Masaia koji su mu poručivali: “Dođite, molimo Vas, i ponovno nam pomozite!”

Svoje je poslanje, ili službu, završio u crkvi St. John u Stacyju, u Minnesoti, gdje je bio pastor do kraja života. Dva tjedna prije smrti objavio je datum povlačenja iz službe. Taj je datum bio dan njegova pokopa.

Dr. Reusch znao je reći da se čudo događa kad se združe potreba i rješenje. Tog sam dana u njegovu uredu svjedočio čudu koje se dogodilo zahvaljujući njegovu nesvakidašnjem životu. Bio je jedan od najsvrhovitijih ljudi koje sam ikada susreo.

Svrha je prepoznavanje trenutaka svrhovitosti tijekom života i hrabrost koju je potrebno imati da bismo odabrali živjeti usklađeni s vlastitom svrhom. Svrha određuje naš doprinos u svijetu, od dana do dana. Možda će se svrha očitovati kroz obitelj, zajednicu, odnose s drugima, posao ili duhovne aktivnosti. Od života primamo ono što mu dajemo, a u tom procesu sve više shvaćamo što znači “pravi trenutak”.

Razmišljajte o budućnosti. Koje ćete godine doživjeti? Zamislite se u toj dobi. Osvrćući se na svoj život, što biste željeli ostaviti u naslijeđe? Kako ste postali osoba kakva vam je bilo suđeno da postanete? Što možete učiniti da biste izazvali trenutak svrhovitosti kako biste u retrospektivi bez žaljenja gledali na svoj život?

Drugo poglavlje

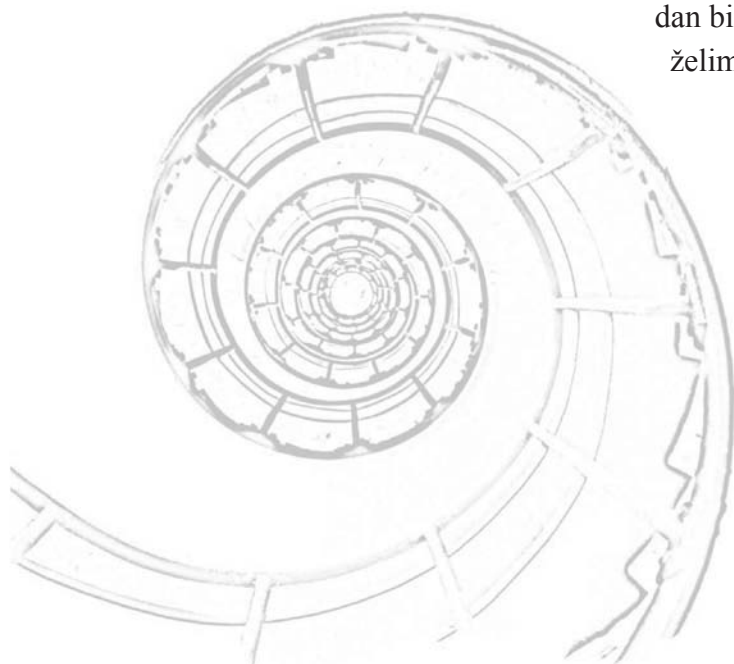
Potruga za svrhom

Služenje drugima je renta kojom plaćamo svoje življenje. Upravo je to svrha života, a ne nešto što činimo u slobodno vrijeme.

Marian Wright Edelman (američka aktivistica koja se borila za dječja prava)

Viktor Frankl, koji je preživio holokaust, terapeut i autor knjige *Man's Search for Meaning*, ističe da mnogi od nas preispituju svoj život te umjesto toga predlaže: "Neka život preispita vas". Mi se pitamo: "Što je to život učinio za mene? Hoće li današnji

dan biti onakav kakav ja želim? Kakvu ću korist ja imati?" Ipak, mnogo je mudrije okrenuti pitanje i dopustiti životu da preispita nas. Način da otkrijemo vlastitu svrhu je otvorenost prema pitanjima koje život može uputiti nama.



Često se upravo u izmaglici dubokoumnih trenutaka svrhovitosti rješavamo spona svakodnevne brige za preživljavanje i dopuštamo životu da nas propitkuje. Otpuštanje sitničavih briga, sukoba, potrebe za kontrolom te shvaćanje da je život kratak i da je svaki trenutak dragocjen često je dobrobit koja proizlazi iz kriza.

Terapeuti koji liječe oboljele od raka Carl i Stephanie Simonton svojim pacijentima savjetuju sljedeće:

Morate zastati i razmotriti svoje prioritete i vrijednosti. Morate biti voljni biti ono što uistinu jeste, ne ono što bi drugi ljudi htjeli da jeste jer mislite da je to jedini način da primite ljubav. Ne smijete više biti neiskreni. Sad ste došli do točke kad, ako uistinu želite živjeti, morate biti ono što jeste. ²

Ima li boljeg savjeta za sve nas?

Kad god smo suočeni s trenutkom svrhovitosti poput raka ili neizbježne sudbine, u prilici smo životu dopustiti da nas preispita. Važan je stav koji ćemo zauzeti u toj situaciji. Ovo će vas poglavlje poučiti kako životu možete dopustiti da vas preispita.

Maraton nade

Osjećaj svrhe rijetko nam se samo dogodi. Osjećamo ga jer ga tražimo, jer odlučujemo reći: “Da, ja jesam važan; želim da moj život bude važan”. Budući da osjećaj svrhovitosti dolazi iznutra, samo je nama poznato da li ga uistinu imamo. Samo smo mi svjesni da li zbog nečega u svom životu ustajemo svako jutro.

Terry Fox ³ je očit primjer. Ovaj je mladi Kanadanin vrlo rano morao otkriti svoju svrhu. Dva dana nakon osamnaestoga

rođendana Terry je saznao da ima zloćudan tumor u desnom koljenu. Trebali su mu odmah amputirati nogu jer se bolest mogla proširiti na ostatak tijela. Odjednom, sam se život našao u središtu njegove pozornosti, nije ga više mogao uzimati zdravo za gotovo. Unatoč šoku i brzini kojom mu se život promijenio, Terry se nije dugo sažalijevao. U svojoj je bolničkoj sobi osjetio trenutak svrhovitosti, pronašao je osobni razlog za život.

Mnogi će od nas biti prisiljeni promišljati o razlogu vlastitog postojanja kad se nađu u teškoj krizi. Međutim, kako je Terry rekao: “Ne morate činiti ono što sam činio ja - čekati da ostanete bez noge ili dobijete neku tešku bolest - da biste odvojili vrijeme i otkrili od čega ste točno napravljeni. Počnite sad. Svatko to može”.

Dva tjedna nakon operacije Terry je počeo s kemoterapijom. Klinika za rak i bolni tretmani podsjetili su Terryja da se gotovo polovica oboljelih od raka nikada ne oporavi. Počeo je uviđati ono do čega mu je najviše stalo; ono što ga je dirnulo. Terry je počeo uviđati svoju novu svrhu koja se iskristalizirala u projekt: trčat će preko cijele Kanade kako bi skupio milijun dolara za pomoć u borbi protiv raka i novac će donirati kanadskom udruženju za rak (Canadian Cancer Society).

Moć svrhe prosječnog je sportaša transformirala u osobu koja je dnevno tijekom pet mjeseci trčala maraton s umjetnom nogom! Kad je prešao tri petine svog putovanja preko Kanade, Terry Fox morao je prekinuti Maraton nade. Nikada ga nije završio jer mu se rak proširio na pluća. Međutim, do svoje smrti, godinu dana kasnije, nadišao je svoj cilj: prikupio je nekoliko milijuna dolara i nadahnuo stotine tisuća ljudi. Život je upitao Terryja i on mu je odgovorio.

Terry Fox simbolizirao je ono u što većina ljudi želi vjerovati - da postoji svrha života, da naše postojanje doista

nešto znači, da je ono što činimo uistinu važno. Samo odlučnost pojedinca može nešto što se čini osrednjom zamisli preokrenuti u začuđujući uspjeh. Pouka je da iza svakog velikog djela stoji barem jedna osoba koja je bila zaokupljena svojom svrhom toliko da je nešto odlučila poduzeti. A jedino mjesto na kojem možemo naći takvu motivaciju nalazi se u nama samima.

Mitovi o svrsi

Ako priču Terryja Foxa smatrate posebnom te neprimjenjivom na vašu osobnu potragu za svrhom, možda bi na vas mogli utjecati neki od najčešćih mitova koji govore o svrsi.

Nisu samo izuzetno uspješni ljudi ti koji postižu izvanredna ostvarenja, nego i obične, prosječne osobe - dakle svi ljudi spomenuti u ovoj knjizi – mogu nadići samonametnute sumnje i druge prepreke da bi se pokrenuli i djelovali u pravom smjeru nakon što otkriju ono što ih zapravo dira. Slijede četiri najčešća mita koji nas mogu spriječiti u djelovanju u skladu s našom svrhom. Dok čitate svaki od njih, zapitajte se: “Vjerujem li u napisano?”

Prvi mit: Da bih imao svrhu, moram učiniti nešto uistinu posebno.

Stvarnost: Možete li uopće zamisliti nešto što je potpuno novo? Gotovo je svaka ideja ili kreacija produžetak ili sinteza prethodnih zamisli. Nova znanstvena otkrića grade se na postojećim temeljnim istinama, često su i rezultat reorganiziranih i ponovno primijenjenih starih koncepata. Dok otkrivamo svoju svrhu, često moramo prihvatiti ovu činjenicu: većina novih ideja zapravo je rezultat posudbe, dodavanja, kombiniranja

ili modificiranja starih ideja. Kao i trkači u štafetnoj utrci, mi samo nosimo palicu određeni dio utrke.

Djelovanje: Paradoks je svrhe u tome što se kod stvaranja novih rješenja prvo trebamo upoznati s tuđim zamislima kako bismo izgradili temelje na koje ćemo postaviti vlastitu zamisao. Prikupite što više informacija (shvatite da ih nikada nećete imati dovoljno). Odlučite se. Počnite živjeti u skladu sa svojom svrhom.

Drugi mit: Samo nekolicina izuzetnih ljudi uistinu ima svrhu u svom životu.

Stvarnost: Ovo je najčešća racionalizacija mitova o svrsi. Ne može se poreći da smo često od svetaca, mudraca i stručnjaka tražili rješenja za svoje probleme. Međutim, u povijesti ima mnoštvo primjera običnih ljudi koji nisu bili stručnjaci iz područja u kojima su ostavili traga. Zapravo, upravo je njihova neupućenost bila njihova prednost jer na situaciju nisu gledali iz uobičajenoga kuta.

Djelovanje: Svrha se očituje i uspješno se ostvaruje u skladu s energijom koju unosimo u njezino ostvarenje, a ne prema stupnju naše stručnosti. Najvažnije je imati strast, zato se osobito moramo posvetiti njegovanju svojih strasti.

Treći mit: Prava svrha dolazi iz nadahnuća i otkrivenja. Dok nam se to ne dogodi, opušteno možemo nastaviti činiti ono što obično činimo.

Stvarnost: Teorija o motivaciji koja nas iznenada preplavljuje traži od nas da povjerujemo kako su kreativne zamisli i novi smjerovi djelovanja tek bljeskovi briljantnosti koji se iznenada ukazuju samo srećnicima:

svrhu ima samo nekolicina sretnika. Ako u to povjerujemo, zbilja nećemo ništa postići. Svaka uspješna osoba potvrdit će vam da je apsurdno čekati nadahnuće.

Djelovanje: Nadahnuće doživljavaju samo oni koji ga uistinu traže. Prvo nešto moramo poduzeti, a onda se događa trenutak svrhovitosti.

Četvrti mit: Svrha je dobra, ali nije praktična. Meni treba novac!

Stvarnost: Često se toliko unosimo u svakodnevno preživljavanje da gubimo uvid u ono što doista činimo te naša aktivnost postaje svrha samoj sebi umjesto da bude sredstvo za postizanje određenog cilja.

Henry David Thoreau bio je poprilično neobazriv kad je zaključio: “Nije dovoljno biti zaposlen. Mravi su zaposleni!” Pitanje koje bismo si mi trebali postaviti je: “Zašto smo toliko zaposleni?”

“Joj, rado bih se pridružio, ali kako da nađem vremena za to? Imam suprugu, posao, djecu i financijske obaveze. Zbilja, kako misliš da odvojim vrijeme još i za to?” Zvuči vam poznato? Mnogima je upravo vrijeme velika prepreka. Međutim, ako budemo čekali da nam se vrijeme ukaže samo od sebe, bit će to kao da štedimo stavljajući na stranu novac koji nam preostaje od plaće svakoga mjeseca. Budući da redovito trošimo sve što zarađujemo, to je dakle neostvarivo očekivanje.

Djelovanje: Jedini način da pronademo vrijeme koje bismo posvetili svojoj svrsi jest da ga preusmjerimo s neke druge aktivnosti. U tome je prava moć svrhe - u usmjeravanju energije u naše stvarne prioritete.