



Nadine Voindrouh

Dreamboard

Îndeplinește-ți visurile și planul tău cu tine

EDITURA FOR YOU
București, 2017

Cuvânt înainte

Această carte nu este o lucrare despre noțiuni abstracte, filosofice, spirituale sau energii care călătoresc în timp și spațiu pentru a manifesta realitatea gândurilor tale, ci despre cum să îți folosești concret și practic personalitatea și realitatea în care te afli pentru a construi un drum care să te ducă la îndeplinirea visurilor tale și a planului tău cu tine.

Visurile noastre devin realitate atunci când știm clar ceea ce ne dorim, când avem niște obiective clare, disciplină și constanță. Visurile noastre devin realitate pentru că *noi decidem să le îndeplinim – atât de multă forță creatoare are un om, atât de multă forță creatoare ai tu.*

Visurile noastre devin realitate indiferent de cât de îndrăznețe ar fi ele și indiferent de mediul din care provenim. Exemplele de oameni care au reușit în ciuda vicisitudinilor vieții sunt nenumărate. Aș aminti-o pe J.K Rowling, autoarea bestsellerului *Harry Potter*: această femeie divorțată, dependentă de ajutorul social și aflată în depresie severă cu tendințe suicidale, plus un copil de crescut, a avut curajul să creadă în talentul ei, are curajul să creadă în continuare în ea și în visul ei. Deși a fost refuzată constant de către edituri, ea nu a renunțat, a rămas de partea ei, iar astăzi este scriitoare cu o avere de peste 1 miliard de dolari.

Un alt exemplu de femeie aparent lipsită de noroc și șansă este Liz Murray. A crescut într-o familie cu părinți dependenți de droguri și infectați cu HIV; sărăcia i-a forțat pe copiii familiei să mănânce cuburi de gheață pentru a

simți că mănâncă ceva, iar în loc de cină împărțeau între ei un tub de pastă de dinți. La vârsta de 16 ani, Liz Murray ajunge să trăiască pe străzi. Apoi are o revelație: „acum“ este momentul să facă ceva cu viața ei, așa că a ales să nu se mai vadă ca pe o victimă, ba dimpotrivă, a decis să investească în ea și să devină o studentă de nota 10. Între timp, a terminat Universitatea Harvard și este autoare de cărți motivaționale cu un succes răsunător.

Toți acești oameni care au reușit altfel decât majoritatea, care au găsit alte căi, nescrise, de a reuși și a se împlini personal, sunt simboluri care certifică realitatea abilităților noastre de oameni aparent simpli, aparent neajutorați, aparent neputincioși.

Când pare că nu avem șanse egale în viață, învățăm să deschidem mai bine ochii pentru a observa cu adevărat potențialul resurselor noastre, iar când mintea ne joacă feste demoralizându-ne, atunci învățăm să ne reprogramăm felul în care ne vedem pe noi înșine și mediul înconjurător pentru a ne atinge țelurile.

Îndeplinirea visurilor ține de relația ta cu tine însuți, îndeplinirea planului tău cu tine, ține de strategie.

Oamenii de succes au câteva lucruri în comun: determinarea și perseverența. Aceste două atribute pot învinge gura lumii, handicapuri fizice, stima de sine redusă, sărăcia, lipsa educației, reputația defavorabilă – și exemplele pot continua. Însă la fel de important este asupra căror aspecte te concentrezi.

În ce perseverezi? Iar pentru a afla este nevoie să-ți identifice visul și planul tău cu tine.

A persevera în ceva ce nu-ți aparține, ceva nenatural ție, poate duce la mari dezamăgiri și la multă durere. Cunosco o persoană care își dorea cel mai mult să se mărite cu un anumit bărbat; acesta, din păcate, nu o iubea. Însă ea, precum un învingător, s-a concentrat doar pe el, cu maximum de perseverență. Și „a reușit“. S-au căsătorit și au și un copil.

Ai zice că despre asta este vorba: să ai un vis, să lupți și să perseverezi până îți iese. Însă nu este așa deloc; trebuie să existe echilibru și armonie între *vis*, care este o realitate ce urmează să se manifeste, și *prezent*, care este o realitate ce se manifestă aici și acum. Între cele două trebuie să existe armonie. Vom vorbi despre aceasta în paginile ce urmează. Cât despre persoana amintită, acum își târăște zilele într-o nefericire continuă. Bărbatul respectiv nu îi aparținea de fapt, iar acela nu era visul ei.

**Un vis împlinit armonizează,
creează simbioză între tine și viața ta,
nicidecum nu aduce nefericire.**

Mereu m-am întrebat cum poate fi mai important un plan de afaceri al unui S.R.L. decât viața unui om. S.R.L.-ul pleacă la drum cu un plan de afaceri scris, calculat și documentat în cele mai mici detalii pentru a asigura succesul afacerii și al companiei. Un S.R.L. are un plan de afaceri în care se

regăsește prețul fiecărui kilometru de benzină consumat, fiecărui tom de hârtie, prețuri calculate și documentate de la cele mai mici achiziții și acțiuni până la cele mai complexe și costisitoare. Pe scurt, S.R.L.-ul pleacă la drum cu un plan și o strategie.

Omul, mai important decât un S.R.L. sau o afacere, pleacă la drum fără să aibă habar unde vrea să ajungă, fără să știe clar ce vrea de la sine și cu sine, unde se vede peste 5 ani, peste 10 ani. Omul parcă joacă la loterie cu viața lui, lucru pe care nu l-ar face cu afacerea sa. Acel plan, pe lângă acuratețea pe care i-o dă față de obiectiv, îi este și sprijin atunci când se întâmplă situații dramatice sau când lucrurile nu se întâmplă așa cum și-a dorit. Planul devine sprijin pentru o redresare mai ușoară.

Învață când să dai cu zarul și când să faci un plan.

Eu însămi sunt un om boem, lipsit de acuratețe în mai toate aspectele vieții mele. Sunt un om dezorganizat, uituc, incapabil de a prioritiza din mers. Eu sunt omul care are nevoie de un Plan A și de un Plan B. Sunt omul care are nevoie să cunoască etapele prin care trebuie să treacă înainte de a trece prin ele. Și sunt și omul care, atunci când cade, se ridică ușor, dar își pierde traiectoria. Îmi ia foarte mult timp să mă redrez. Eu sunt omul care a avut și are planuri; în vreme de restriște le folosesc pe post de cârje pentru a mă repune pe drumul către planul meu cu mine, către visurile mele.

Nu spun că trebuie să abandonăm spontaneitatea vieții și elementul-surpriză – au farmecul lor. Spun doar că nu trebuie să încurcăm borcanele: când ai un vis pe care vrei să-l îndeplinești, nu-ți permiți improvizații, jumătăți de măsură și aruncări de zaruri. Când pleci la drum spre visul tău, să fii ca un soldat organizat, precis, concentrat pe țintă; când pleci în vacanță, lasă-te condus de spontaneitate; când alegi meniul zilei, lasă spontaneitatea să o facă. Când pleci către visul tău, pleacă la drum cu precizie matematică.

**Ce ar fi dacă
într-o lume care bâjbâie
tu ai fi omul
cu un plan bine pus la punct?**

Toți oamenii au un vis, iar această carte te învață cum să-l identifici și cum să-l transformi în planul tău cu tine. Când vei fi terminat această carte, vei avea o hartă cu puncte clare prin care trebuie să treci pentru a ajunge acolo unde îți dorești. Tot aici vei găsi exerciții ce te vor transforma într-un om mai organizat, mai optimist și mai determinat – un învingător!

Visul și planul tău cu tine

PARTEA I

„Mergi cu încredere
în direcția visurilor tale.
Trăiește-ți viața
așa cum
ți-ai imaginat-o!“

Henry David Thoreau

1 Despre visul vieții și îndeplinirea lui

Pentru fiecare dintre noi, visul vieții înseamnă ceva diferit – în funcție de cultura în care am crescut și care ne-a influențat, de primii ani de viață, de percepție și, de fapt, în funcție de tot ceea ce se întâmplă în viața unui om și îl face să fie unic și special.

Visul unui om pare o realitate paralelă. De cele mai multe ori, când un vis este intens, el se derulează în mintea noastră ca un film al cărui personaj principal suntem. Un film în care ne trăim visul. Dacă visul este să fii pictor, atunci filmul, vizualizarea se transformă în ore întregi de pictat. Indiferent dacă te afli în metrou, speli vase sau ești pe cale să adormi, în mintea ta pictezi și iar pictezi, cu ochii deschiși. Și, culmea, simți totul ca fiind firesc. Te simți natural. Simți că totul este natural și organic. În visul tău, totul capătă sens.

În visul tău, devii atemporal. Timpul trece blând, armonios. Nu-l simți când trece. Abia aștepti să te trezești a doua zi și să o iei de la capăt: să pictezi. O simplă vizualizare involuntară ne duce pe culmi ale entuziasmului și ale motivației de a ne face rost cumva de acea viață pe care o visăm și o tot visăm.

Nu simți același lucru când vizualizezi că faci ceea ce nu îți place... dimpotrivă! Gândește-te un pic: câți contabili de pe lumea asta își doresc, de fapt, să picteze? Pare exagerat, dar lucrurile chiar așa stau. Așa am fost învățați să trăim. Faptul de a fi contabil plătește cu certitudine facturile, a fi pictor – mai

Visul
are tiparul genetic
a tot ceea
ce ești tu.

puțin. Parcă îl și aud pe acel gen de părinte: „Câtă vreme stai în casa mea, nu te faci niciun pictor! Unde ai mai auzit tu că se caută pictori?! Țsta este hobby, nu profesie. Să pictezi când oi fi la casa ta. Eu nu dau banii pe facultate de pictură. Ai să dai la o facultate serioasă, ai să-ți iei un serviciu care să-ți asigure ziua de mâine și, după, poți să pictezi cât vrei...“ Trist și dureros.

Mulți descriu visurile unui om ca fiind niște țeluri, niște obiective, însă mie nu mi se par așa. Dimpotrivă, îmi pare chiar o blasfemie să reduci visul unui om la titlul de „obiectiv“. Obiectivele urmează o schemă clară, concretă. Trebuie să se încadreze în niște parametri de timp, de dimensiune, de potențial de a fi îndeplinit, pe când la vis... doar cerul este limita!

Pentru ca un vis să existe, să se manifeste, să se îndeplinească, nu trebuie să se încadreze în nicio logică și niciun parametru.

Visurile *par* imposibile, dar nu sunt. Mă întreb ce-ar fi fost dacă celebrul discurs ținut de Martin Luther King în 28 august 1963, când îi cerea Americii egalitate rasială și încetarea discriminării, ar fi început cu „I have a goal“ („Am un obiectiv“) în loc de „I have a dream“ („Am un vis“); ar mai fi fost, oare, considerat o capodoperă a oratoriei? Sau ar mai fi mobilizat la fel o națiune pentru a îndeplini visul lui King?

Spuneam că, de cele mai multe ori, visul *pare* imposibil. Imaginează-ți un miliardar al cărui vis suprem este să aibă un apartament în proprietate personală ca să nu mai fie nevoit să stea cu socrii... La nivelul lui, acela nu este un vis, ci o nevoie pe care și-o poate îndeplini imediat; nu este nici măcar o dorință sau un obiectiv. Însă același apartament devine un vis – ba chiar un vis mareț – pentru o femeie cu doi copii și posibilități reduse, care locuiește în casa socriilor ei, înghesuiți cu toții în două camere. Așadar, visul are elemente iluzorii de imposibilitate a îndeplinirii. Spun „iluzorii“ pentru că asta este: doar o iluzie. În realitate, orice om, oricum ar fi el, de oriunde ar fi el, își poate îndeplini visurile.

Visul tău este parte din tine, este o realitate a ta. Nu este ceva din afara ta pe care trebuie să-l atragi sau să-l aduci la tine. Acest vis există, undeva, cu titlu de realitate. Dovada stă și în faptul că, atunci când îl vizualizezi, te

Îndeplinirea visului
constituie
scoaterea la suprafață
a realității interioare.

face să vibrezi, te energizează, îl simți înăuntrul tău, este în tine, ca parte din tine. Te simți firesc în reveriile visului tău. Pare că există deja și că doar trebuie să mai treacă o vreme pentru a te întâlni cu situațiile din vis și a le trăi cu adevărat.

Tu ai tot ceea ce îți trebuie pentru ca acest vis să devină realitate. Soluția nu este în afara ta, ci în tine. Nu ai nevoie de nimic din afară pentru a-ți îndeplini visul – în sensul că, indiferent cum arată sau este „în afara ta“, indiferent cum se schimbă lumea înconjurătoare, tu ai în tine uneltele, informațiile și tot ceea ce îți este necesar pentru a-ți îndeplini visul. Prin „nu ai nevoie de nimic din afara ta pentru a-ți îndeplini visul“ mai spun și că înăuntrul tău este soluția, este adevărul; exteriorul trebuie doar editat în funcție de necesarul îndeplinirii visului tău.

De multe ori, oamenii cred că îndeplinirea visurilor lor ține de câți bani au în bancă, de mediul din care provin sau de noroc. Și, dacă nu se încadrează în niciuna dintre categorii, atunci renunță, când, de fapt, ei au deja totul, mai puțin curajul de a opri vocea din cap care le spune că nu se poate – sau vocile celor din jur care spun același lucru.

Visul vieții

- Este cea mai personală viziune a unui om despre scopul său.
- Este cea mai autentică viziune a unui om despre viitorul său.
- Este soluția nefericirilor unui om.
- Este harta către „casa“ împlinirii personale.
- Visul vieții devine planul tău cu tine sau este planul tău cu tine.
- Visul unui om este doar moral și pozitiv, niciodată imoral, niciodată negativ.
- Un vis nu se naște niciodată singur, el se naște împreună cu o soluție.
- Visul știe ce are de făcut pentru a ajunge să se manifeste.
- Uneori, visul este atât de ascuns în cotloanele sufletului și ale minții, încât multe exerciții de introspecție vor fi necesare pentru ca el să-și adune curajul de a se arăta.

- Este special, sensibil și foarte personal.
- Poate fi un lucru concret sau abstract.
- Este organic, are o viață a sa, separată de noi, dar în noi. Visul îi este intrinsec omului.
- Visul vieții este o Stea a Nordului, călăuză în tot ceea ce faci pentru a ajunge să fii omul potrivit la locul potrivit.
- Visurile apar și se sting în funcție de evoluția noastră sau a planului nostru cu noi înșine.
- Un vis poate să nu mai fie valabil atunci când evoluăm la un alt nivel personal, emoțional, financiar sau spiritual.
- Visul nu apare acolo unde nu poate fi îndeplinit. El nu s-a născut pentru a muri, ci se naște pentru a se manifesta, așa cum și noi ne-am născut, iar acum ne manifestăm.
- Visul este puternic și curajos; nimic nu îi stă în cale, nici sărăcia, nici distanța, nici timpul. Singurul dușman al unui vis este doar acela care îl visează.
- Pentru ca un vis să se manifeste, trebuie să ne aliniem și să ne armonizăm cu noi înșine, cu sinele nostru, cu planurile noastre pentru noi.
- Visul vieții este acel loc în care, când îl vizualizezi, când ai reverii cu el, te simți omul potrivit la locul potrivit și toate capătă un sens.
- Visul vieții este și acel lucru pentru care ai munci oricât pentru a se îndeplini.
- Orice om are un vis, indiferent dacă este bogat, sărac, urât, frumos.
- Pe cât de important este să ai un vis, pe atât de important este să afli care este acela!
- Pe cât de important este să ai un vis, să știi care este acela, pe atât de important este să acționezi spre îndeplinirea lui!
- Nu este vis să ai bani ca să plătești facturile; nu este vis să ai o slujbă aproape de casă. Vis este acel lucru care, odată împlinit, face astfel încât viața ta să fie de calitate și toate să aibă logică pentru tine, să aibă sens; ca urmare, te simți confortabil cu tine însuși și cu tot ceea ce te înconjoară.