

Išdrįsk pasakyti f**k it... Aš tai padariau.
Aš atsipalaidavau, atsitiesiau, pasakiau tiesą, dariau, kas
man teikė laimės, ir viską priėmiau taip, kaip yra.

RED MAGAZINE

John C. Parkin

f**k it

Daryk, kas patinka



Alma littera

KODĖL – KIAUŠINIS?

Parkinai, kodėl ant viršelio keptas kiaušinis?

Aš porą metų mažčiau, koks turėtų būti šios knygos viršelio dizainas (žinoma, su pertraukomis – tikrai nesėdėjau prie jo ištisus dvejus metus kiekvieną mielą dieną). Ir staiga vaizduotėje iškilo štai toks kiaušinis ir supratau, kad jis – tai, ko reikia, nors nebūčiau galėjęs paaiškinti kodėl. Išties, kiaušinis gali simbolizuoti tam tikrus dalykus, kurie žmonėms veikiausiai patinka, pavyzdžiui, gaminti ar valgyti maistą, įprastą vaikystėje, arba įkūnyti idėją, jog galima mesti darbus ir tapti restorano šefu.

Kiaušinis – stebuklingas dalykas: tai sveikas ir visavertis maisto produktas, patiekiamas savo paties pakuotėje, ir universaliausias virtuvėje naudojamas ingredientas. Kai vakar dariau tai, kas man išties patinka, – vaikštinėjau po „Waterstones“ knygyną Londono Pikadilyje, – pamatčiau Michaelo Ruhlmano knygą „Kiaušinis“. Ji dabar guli ant mano stalo.

Joje Ruhlmanas rašo: „Kiaušinis <...> yra virtuvės Rozetės akmuo [senovės Egipto stela, padėjusi žmonėms iššifruoti kalbą, apie kurią žinota labai menkai]. Perpratę kiaušinio kalbą, – suvokę, koks nuostabus ir gražus jo pailgas ovalas, – atversite naujas maisto gamybos erdves, pakilsite į tikras kulinarijos žvaigždžių aukštumas.“

FK IT. DARYK, KAS PATINKA**

Man regis, kad idėja daryti tai, kas jums patinka, – kaip ir kiaušinis (ar Rozetės akmuo) padeda iššifruoti slaptą paties gyvenimo kalbą. Supratus, kaip atrasti savo tėkmę, ja pasitikėti ir leisti nešamam – visas ima sektis. Kai darote tai, kas jums patinka, prasideda tikri stebuklai. Tai pakeičia jūsų smegenų virpesius (ima vyrauti alfa bangos, būdingos atsipalaidavimo būsenai). Rezultatas – tampate laimingesni, sveikesni ir, regis, įgyjate neregimų jėgų, padedančių sklandžiau įveikti kiekvieną žingsnį.

Jei esate pakankamai atviras ir atsiduodate mėgstamos veiklos tėkmei, galite pasiekti beveik viską. Toji veikla – universaliausias gyvenimo vedlys, lygiai kaip kiaušinis – universaliausias ingredientas. Norint daryti tai, kas patinka, nebūtina veikti koku nors ypatingu būdu, laikytis taisyklių sąvado, išeiti iš darbo ar būtinai jame pasilikti, nertis iš kailio ko nors atkakliai siekiant ar kaip tik ko nors atsakyti... Tiesiog reikia daryti tai, kas jums patinka. Kad ir kas tai būtų konkrečią akimirką.

Išmokę daryti tai, kas jums patinka, turėsite savo receptą, kaip kuo maloniau nugyventi gyvenimą.

MANO AUTOBIOGRAFIJA: AŠ DARAU, KAS MAN PATINKA (ARBA NEPATINKA)

Peržvelgiau savo gyvenimą ir užfiksavau akimirkas, kada dariau tai, kas man patinka (ir kai elgiausi kitaip). Tai buvo tikras nušvitimas, tarsi matytum pro akis prabėgančias ryškiausias akimirkas, tačiau per ypatingą filtrą „Ar tikrai dariau tai, kas man patinka?“

Jūs galite parašyti savo autobiografiją tokiu pat pavadinimu. Pamėginkite suprasti, kada ir kokiomis aplinkybėmis pasielgėte taip, kaip – po velnių – norėjote. Ir kada taip nepasielgėte. Kada pasakėte: „Po velnių!“ ir ėmėte veikti. Ir kada – ne.

Kai apsvarstysite savo patirtį šiuo aspektu, staiga išryškės patys svarbiausi etapai. Nereikia nuodugniai analizuoti viso gyvenimo ir metai iš metų priimamų sprendimų – tiesiog išmokite pastebėti svarbiausius etapus.

Toliau rasite minėtu aspektu pateiktą mano autobiografiją – taigi patys galite įsitikinti, kaip man sekėsi daryti tai, kas patinka (arba nepatinka).

1971 m. Aš – mažas berniukas. Vakaras, vos pradėjo temti. Mėtau akmenukus į kanalizacijos angą gatvėje, kurioje gyvena mano šeima. Matau, kaip jie krinta į vandenį keliomis pėdomis žemiau, ir atkartoju garsą, pasigirstantį tą akimirką: *pliumpt*.

Staiga man už nugaros išdygsta kaimynas – gana griežtas policijos viršininkas. Jis viso labo beda į mane pirštu ir nueina. Bet aš iki šiol kartais prabundu vidury nakties ir galvoju, ką dariau *blogai*. Aš dariau tai, kas man teikė džiaugsmo, o mane už tai pasmerkė (man taip atrodo). Ne pati geriausia gyvenimo, kuriame daroma tai, kas patinka, pradžia.

Pamoka: žmonės gali smerkti jus už tai, kad darote tai, kas jums patinka.

1983 m. Kasdien su draugu Garetu dviračiu važiuoju į mokyklą. Atstumas nemenkas, ir vienoje vietoje turime leisti nuo kalno keliu, išsišakojančiu į du kelius: vienas veda į mokyklą (Long Itoną), kitas – į miestą (Notingamą). Kiekvieną dieną miname į mokyklą, tačiau vieną kartą sustojame, linktelime kits kitam ir pasukame į Notingamą.

Tai buvo didžiulis nuotykis – absoliučios laisvės pojūtis, kurį gali patirti tik pabėgęs nuo ko nors itin slegiančio ir primenančio kalėjimą. Viena iš tų kelių mokyklinių dienų, kurias išties prisimenu. Tiesą sakant, diena, kai nėjau į mokyklą, – ryškiausias to meto įspūdis.

Pamoka: daryti tai, kas patinka, gali būti smagiausia gyvenimo akimirka, net jei tai prieštarauja taisyklėms.

1985 m. Nusprendžiau mesti groti gitara (iki tol maniau, kad man tai patinka) ir tapti automobilių mechaniku (maniau, kad man tai *patiks*), nors nieko neišmaniau apie variklius ir neturėjau jokios patirties. Kiti

studentai stengėsi įgyti praktikos teisės ir finansų apskaitos bendrovėse, o aš patraukiau į vietinį „Ford“ automobilių remonto servisą.

Tai buvo pragaras. Kol dirbau ten, mechanikai juokaudavo paskutinę darbo dieną įmesią mane į kanalą (jie sakė, jog šitaip nutikdavo visiems tokiems laikiniams mokiniams). Kanale buvo galima aptikti pirkinių vežimėlių, sijų, žiurkių ir gal net ankstesnių mokinių lavonų, taigi kuo labiau praktika artėjo į pabaigą, tuo labiau darėsi neramu. Paskutinę dieną, kai iki darbo pabaigos liko valanda, nuėjau susitikti su vadybininku ir pasakiau, kad esu susitaręs su gydytoju dėl vizito ir jau turiu eiti. Tada nepastebimai išslinkau pro priekines duris (mechanikai naudojosi užpakalinėmis). Niekada nebemačiau nė vieno iš tų žmonių ir niekada savo rankomis nebekeičiau tepalo.

Pamoka: atrasti mėgstamą veiklą galima tik eksperimentuojant.

1986 m. Nusprendžiau, kad lankyti universitetą ir trejus metus daryti tai, kas man patinka (tai yra skaityti puikias knygas), – geresnė idėja nei visos kitos (pavyzdžiui, dirbuotis vietiniame „Ford“ servise), taigi galiausiai susiėmiau ir pradėjau uoliai studijuoti.

Pamoka: kartais reikia sunkiai padirbėti, kad galėtum daryti tai, kas tau patinka.

1987 m. Tapau burlenčių instruktoriumi. Burlentės buvo mano aistra ir viena iš priežasčių, kodėl pasirinkau universitetą netoli jūros – įžvelgiau galimybę baigus imtis šito darbo.

Pamoka: nuostabu kurti planus, susijusius su pragyvenimu iš mėgstamos veiklos.

1989 m. Paskutiniiais metais universitete parašiau kelis prašymus dirbti vadybos konsultavimo bendrovėse. Jų atlyginimai absolven-

tams buvo beprotiškai dideli, be to, buvo galima keliauti į JAV pasi-
mokyti. Įtikinai save, kad man tai būtų pats tas darbas.

Pamoka: puiku išmėginti visas galimybes.

1989 m., vėliau. Atsisakiau gerai mokamo darbo pasiūlymų va-
dybos konsultavimo bendrovėse. Viena firma (*Coopers-Ander-
son-Waterhouse* ir kt.) paskambino mano tėčiui ir paaiškino, kaip aš
kvailai pasielgęs, ir paprašė, gal jis galėsiąs įtikinti mane prisidėti prie
jų bendrovės. Tėčiui irgi atrodė, jog aš – kvailys. Bet ten nėjau dirbti.

*Pamoka: reikia drąsos pasakyti ne, net kai visi aplinkui tikina, jog turi
pasakyti taip.*

1989 m., dar vėliau. Vis dėlto man reikėjo pinigų, todėl pradėjau
dirbti tėčio finansų apskaitos įmonėje. Tai paskatino jį viltis, kad gal
pasiliksiu ir perimsiu verslą. Bet buvau visiškai netikėlis šioje srityje:
negalėjau ilgam susikaupti prie skaičių sąrašų. Palikau bendrovę, – o
tai nuliūdino mano tėtį, – bet supratau, kad, šiaip ar taip, viskas būtų
baigęsi blogai. Šį sprendimą padaryti nebuvo sunku.

*Pamoka: nedaryti to, kas jums nepatinka, taip pat svarbu, kaip ir
daryti tai, kas patinka. Kartais šitai gali įskaudinti žmones.*

1990 m. Svarstau galimybę būti anglų kalbos mokytoju ir drauge
burlenčių instruktoriumi kokioje nors karštoje užsienio šalyje (nesi-
jaučiau itin gerai, o mano sveikata paprastai pagerėdavo būnant sau-
lėje). Vis dėlto supratau, kad idėja – beprotiška, ir grįžau į koledžą
(nuosmukio laikotarpį) mokytis rašyti televizijos reklamų tekstų.

*Pamoka: turėjau rimčiau pažiūrėti į savo svajones mokytis anglų kal-
bos ir plaukioti burlente. Tačiau ramybės nedavė mintis, jog reikia
apsiraminti ir įgyti deramą profesiją. O juk siekdamas minėtosios*

svajonės (tapti anglų kalbos mokytoju ir buriavimo instruktoriumi) būčiau galėjęs atsidurti lygiai toje pačioje vietoje, kur esu dabar, – kaitrioje šalyje prie jūros. Tik pasirinkęs šį variantą, galbūt būčiau labiau mėgavęsis procesu. Bet ką gali žinoti.

1994 m. Man labai patiko mintis turėti darbą, kuriame galima visą dieną tik sėdėti ir kurti idėjas. Taigi gavau pirmą mokamą darbą puikioje reklamos agentūroje BBH (*Bartle Bogle Hegarty* – tuomet jos visos buvo vadinamos santrumpomis) – parašyti „Häagen-Dazs“ ledų televizijos reklamos scenarijų.

Pamoka: norėjau dirbti kūrybišką darbą, tačiau tokių vietų buvo išties nedaug. Taigi ši užduotis buvo jau šis tas. Tai nulėmė mano tikėjimas, kad galiu daryti tai, kas man patinka, ir atkaklios pastangos (stažuotės, patirtos nesėkmės ir pan.).

1994 m., vėliau. Trokšte troškau dirbti geriausioje Londono, o gal ir pasaulio, agentūroje HHCL (*Howell Henry Chaldecott Lury*). Jie pasiūlė man vietą netrukus po to, kai pradėjau dirbti BBH. Ir aš sutikau, nors BBH savininkas ir reklamos guru Johnas Hegarty pasisodinęs mane pasakė, kad darau rimtą klaidą, dėl kurios visada gailėsiuos.

Pamoka: jaučiau, kad darau teisingą sprendimą. Ir jis buvo teisingas: laikas, praleistas HHCL, kur mane supo genijų genijai, buvo pats geriausias mano gyvenime.

1997 m. Sutikau Gaią. Drauge nuveikėme daugybę dalykų, kurie mums patiko. Gal ir ne visai tai, kas patiko, bet tikrai vedžiau tą, kurią mylėjau.

Pamoka: tikėkite meile ir kliaukitės instinktais. Gaia – angelas, o aš – laimingas vyras.

1999 m. Dar tebedirbdamas HHCL ėmiausi veiklos, kuri man labai patiko, – pradėjau taikyti transo metodiką ir šamanų technikas. Jos labai išpopuliarėjo, ir netrukus keliskart per savaitę tekdavo nugarazdinti į transo būseną 20 ar net daugiau žmonių.

Pamoka: kartais mėgstamą veiklą galite įtraukti į kasdienį gyvenimą. Tai įmanoma.

2000 m. Pradėjau dirbti ne visu etatu, taigi galėjau skirti laiko dar vienam užsiėmimui, kurį dievinau, – rašyti scenarijus. Kiekvieną penktadienį užsidėdavau ritualinę rašymo kepurę ir sėdėdavau prie savo teksto.

Pamoka: gal net nebūtina mesti darbo, kad galėtumėte daryti tai, kas jums patinka.

2001 m. Baigiau scenarijų. Bet kai įsivaizdavau, kaip jį reikės perrašyti ir vargti, kad mano filmas ar filmai būtų pastatyti, supratau, kad laukia nauji kančių keliai. O aš tenorėjau gyventi santarvėje su savimi, todėl nusprendžiau mesti scenaristo darbą ir visas jėgas skirti harmonijos menui – čigongui.

Pamoka: visada būkite pasirengę iš naujo įvertinti, ar tikrai darote tai, kas jums patinka. Net jei turite labai tikslią planą, neprisirikiškite prie jo. Leiskitės vedami aistros, o ne plano.

2002 m. Mudu su Gaia išsikraustome iš mūsų Londono buto ir su dvyniais, kuriems tada buvo vieneri, sėdame į kempingą ir patraukiame į Italiją. Mes ieškome tinkamo žemės sklypo ir namo, kuriame galėtume įkurti holistikos centrą.

Pamoka: tai buvo pašėlęs laikas. Kelias dienas palikę Londoną liejome ašaras stovyklavietėse. Bet jutome, jog turime judėti toliau – ir judėjome. Kartais tiesiog negali atsispirti potraukiui daryti tai, kas patinka.

2004 m. Atidarėme savo centrą „The Hill That Breathes“. Pradžioje buvo sunku, tačiau nepaprastai smagu. Labai greitai pajutome darą tai, kas mums išties patinka: gyvename nuostabioje vietoje, bendraujame su mieliais žmonėmis ir dalijamės su jais idėjomis, sėdėdami milžiniškoje indėniškoje palapinėje tipyje.

Pamoka: galimybė imtis mėgstamos veiklos – dažnai sunkus darbas. Jis gali pareikalauti aukotis ir įveikti įvairias kliūtis, iškylančias kelyje.

2005 m. Surengėme pirmąjį *F***k It* seminarą – nors tam atkakliai priešinosi daugybė žmonių, įsitikinusių, kad ši idėja neturinti nieko bendra su dvasingumu, o mes esantys velnio vaikai.

Pamoka: jei pasitikite savimi ir darote tai, kas jums patinka, žmonės vis tiek gali nepritarti jūsų idėjoms. Bet jei jaučiatės esą teisūs, tiesiog laikykitės savo.

2008 m. Supratau, kad man patiktų kurti muziką (vėl). Tai tapo kovos ir džiaugsmo, džiaugsmo ir kovos šaltiniu ilgiems metams.

Pamoka: darant tai, kas patinka, retai kada viskas vyksta sklandžiai. Aš nuolatos susidurdavau su iššūkiais ir jausdavau nerimą, kad tik neapsikvailinčiau.

2012 m. Uždarėme „The Hill That Breathes“, kad galėtume koncentruotis į *F***k It* mokymus įvairiose Italijos ir viso pasaulio vietose. Nors centras buvo populiarus, supratome, kad mūsų tikroji aistra – mokyti.

Pamoka: nereikia laikytis ko nors įsikibus tik todėl, kad tai sekasi. Sėkmė gali dar labiau trukdyti užsiimti tuo, kas patinka. Turėjome rizikuoti, žengti kitą žingsnį, kad ir toliau būtume ištikimi nuostatai daryti tai, kas išties patinka.

FK IT. DARYK, KAS PATINKA**

2014 m. Norėjau dirbti kuo mažiau, o daugiau būti namie su savo berniukais, todėl atmesdavau bet kokius kvietimus: sakyti kalbas, duoti interviu, rengti seminarus ar rašyti knygas. Pasakius „ne“ pirmą kartą, toliau einasi lengviau.

Pamoka: kartais norėdami daryti tai, kas išties patinka, turite pasakyti „ne“ daugeliui kitų dalykų, kurių irgi būtų smagu imtis.