

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Marzę o rzuceniu wszystkiego na trzy miesiące

Jak zrobić sobie przerwę od pracy bez
wysadzania życia w powietrze



Mamy problem. Ale spokojnie. Da się go
rozwiązać i jeszcze będzie z czego się pośmiać.

SPIS TREŚCI

INTRO	1
Rozdział 1 - Nie chcesz rzucić wszystkiego. Chcesz, żeby wszystko na chwilę przestało cię potrzebować	8
Rozdział 2 - Wolność jest świetna, dopóki nie przychodzą rachunki	17
Rozdział 3 - Nie musisz rzucać pracy, żeby przestać pracować	28
Rozdział 4 - Zanim znikniesz, sprawdź, co jest do ciebie przywiązane	38
Rozdział 5 - Przestań czekać na idealny moment	50
Rozdział 6 - Nie zamieniaj wolnego w projekt transformacji człowieka	60
Rozdział 7 - Nie zabieraj pracy ze sobą w kieszeni	73
Rozdział 8 - Nie wydawaj całej wolności w pierwszym miesiącu	83
Rozdział 9 - Zaprojektuj pierwsze dwa tygodnie, zanim zaczniesz projektować całe życie	95
Rozdział 10 - Zrób plan pieniędzy, który działa także wtedy, kiedy plan nie działa	107
Rozdział 11 - Naucz się mieć dzień, który nie musi do niczego prowadzić	118
Rozdział 12 - Jeśli wyjeżdżasz, nie zmieniaj podróży w trzy miesiące logistyki	129
Rozdział 13 - Zanim wrócisz, sprawdź, do czego właściwie chcesz wracać	142

Rozdział 14 - Zaczynij wracać, zanim skończy się wolne, ale nie za wcześnie	154
Rozdział 15 - A jeśli po miesiącu nadal nie czujesz się lepiej?	166
Rozdział 16 - Kiedy wszyscy zaczynają mieć opinię o twoim wolnym	178
Rozdział 17 - A jeśli życie rozwali plan w drugim miesiącu?	190
Rozdział 18 - Nie wracaj do starego życia tylko dlatego, że nadal tam stoi	202
Rozdział 19 - Nie czekaj z odpoczynkiem do kolejnej ewakuacji.....	214
Rozdział 20 - Możesz zrobić sobie przerwę i świat naprawdę się nie skończy	225

INTRO

Jest środa, 14:37. Otwierasz kalendarz i widzisz, że do końca dnia zostały jeszcze dwa spotkania, jedna rzecz „na szybko”, trzy wiadomości oznaczone jako pilne i zadanie, które miało być gotowe wczoraj. Ktoś właśnie wysłał ci kolejne „masz minutkę?”, co w języku biurowym oznacza zwykle od siedemnastu minut do utraty chęci do życia. Patrzysz na ekran i nagle pojawia się myśl.

A gdyby tak po prostu przestać?

Nie na zawsze. Bez dramatycznego wyjazdu w Bieszczady, zmiany imienia na Ernesto i sprzedaży całego majątku w celu hodowania alpak. Po prostu na trzy miesiące. Dziewięćdziesiąt dni bez statusów, deadline'ów, kwartalnych celów, poniedziałkowych odpraw i odpowiadania na wiadomości zaczynające się od „wracam z delikatnym przypomnieniem”.

Brzmi przepięknie.

Potem odzywa się drugi głos.

„A kredyt?”

Trzeci dorzuca: „A praca?”

Czwarty: „A ubezpieczenie?”

Piąty, który najwyraźniej jest rzecznikiem prasowym katastrofy, pyta: „A jeśli po powrocie już nigdy nie znajdziesz pracy, skończą ci się pieniądze, wszyscy o tobie zapomną i będziesz mieszkać w namiocie pod marketem?”

W ciągu trzydziestu sekund niewinna fantazja o trzymiesięcznej przerwie przechodzi więc drogę od hamaka na portugalskim wybrzeżu do bezdomności.

Mózg lubi dynamikę.

Problem polega na tym, że pomiędzy „pracuję bez przerwy” a „rzucam wszystko i znikam” istnieje całkiem sporo możliwości. Można zrobić sobie dłuższy urlop. Można wziąć urlop bezpłatny. Można wykorzystać przerwę między dwiema pracami. Można zaplanować trzy miesiące wolnego po zakończeniu dużego projektu. Można przejść na jakiś czas na mniejsze obciążenie, jeśli charakter pracy i pracodawca na to pozwalają. Można wreszcie świadomie odejść z pracy, ale zrobić to tak, żeby konto bankowe nie dostało palpacji.

Trzymiesięczna przerwa nie musi być ucieczką.

Może być projektem.

Spokojnie. Nie takim projektem, który zaczyna się od stworzenia tablicy w Notion, pięciu kolorów etykiet i cotygodniowego spotkania ze sobą pod tytułem „Sabbatical Steering Committee”. Chodzi tylko o to, żeby przed wyłączeniem służbowego laptopa wiedzieć mniej więcej, z czego będziesz żyć, co stanie się z twoją pracą, jakie koszty nadal będą przychodziły i co właściwie chcesz zrobić z odzyskanym czasem.

Bo trzy miesiące brzmią romantycznie głównie wtedy, kiedy wyobrażasz sobie trzeci tydzień.

Pierwszy jest łatwy. Śpisz. Jesz śniadanie o 10:43, ponieważ nagle okazuje się, że można. Idziesz na spacer we wtorek o jedenastej i patrzysz z fascynacją na ludzi siedzących w kawiarniach.

„Kim oni są? Czy nikt tu nie pracuje?”

Po dwóch tygodniach układ nerwowy zaczyna powoli rozumieć, że nikt nie oczekuje od ciebie prezentacji do siedemnastej. Po miesiącu możesz odkryć coś znacznie dziwniejszego: kiedy znikają obowiązki, trzeba samemu zdecydować, co zrobić z dniem.

To bywa trudniejsze, niż się wydaje.

Praca jest męcząca, ale dostarcza struktury. Mówi, kiedy wstać, gdzie być, czym się zajmować, kiedy można zjeść obiad i dlaczego w czwartek o 9:00 trzy dorosłe osoby dyskutują przez czterdzieści minut o nazwie pliku. Kiedy praca znika, odzyskujesz wolność, ale razem z nią dostajesz odpowiedzialność za własny czas.

I nagle okazuje się, że samo „niepracowanie” nie jest jeszcze planem.

Dlatego ta książka nie będzie namawiać cię, żebyś jutro wszedł do biura, położył identyfikator na biurku szefa i powiedział: „Muszę odnaleźć siebie”. Zwłaszcza jeśli „odnalezienie siebie” będzie wymagało pieniędzy na czynsz, jedzenie, paliwo, rachunki i okazjonalną kawę kosztującą tyle, ile kiedyś kosztował obiad.

Nie będziemy też robić z przerwy zawodowej luksusu dostępnego wyłącznie ludziom, którzy odziedziczyli mieszkanie po babci i przypadkiem mają drugi dochód z aplikacji sprzedanej Google’owi.

Przerwa kosztuje.

Ale kosztuje również życie bez przerwy.

Koszt może pojawić się w postaci ciągłego zmęczenia, odkładania ważnych decyzji, poczucia, że rok składa się głównie z pracy przeplatanej weekendami regeneracyjnymi, podczas których człowiek próbuje wrócić do stanu umożliwiającego rozpoczęcie kolejnego poniedziałku. Czasem nie potrzebujesz nowego systemu produktywności. Potrzebujesz okresu, w którym nie musisz być produktywny.

To jednak nie znaczy, że trzy miesiące są zawsze najlepszym rozwiązaniem. Czasami wystarczą trzy tygodnie. Czasami problemem nie jest brak długiej przerwy, tylko

konkretna praca, szef, zakres obowiązków albo sposób organizacji dnia. Czasami dłuższa przerwa jest dobrym pomysłem, ale nie teraz, tylko za pół roku, kiedy zbudujesz poduszkę finansową i domkniesz zobowiązania.

Ta książka ma ci pomóc odróżnić fantazję ucieczkową od realnego planu.

Bo „rzucę wszystko” jest fantastycznym zdaniem.

Ma tylko fatalny arkusz kalkulacyjny.

Zajmiemy się więc pieniędzmi, ale bez zamieniania życia w dział controllingu. Policzymy, ile naprawdę kosztują trzy miesiące bez wynagrodzenia, gdzie ukrywają się wydatki, o których łatwo zapomnieć, i jak zbudować margines bezpieczeństwa, żeby drugi miesiąc przerwy nie upłynął pod hasłem „ciekawe, czy można przeżyć na makaronie i punktach lojalnościowych”.

Przyjrzymy się także pracy. Jak rozmawiać z pracodawcą o dłuższej przerwie. Kiedy lepiej poprosić o urlop bezpłatny, kiedy wykorzystać moment zmiany pracy, a kiedy odejście jest decyzją racjonalną, a nie tylko reakcją na wyjątkowo paskudny wtorek. Porozmawiamy o powrocie, luce w CV, poczuciu wypadnięcia z obiegu i tym dziwnym lęku, że po trzech miesiącach branża rozwinie się tak bardzo, że wszyscy będą już pracować holograficznie, a ty nadal będziesz pytać o hasło do Wi-Fi.

Będzie też o samej przerwie.

Bo bardzo łatwo poświęcić pierwszą połowę wolnego czasu na „ogarnięcie zaległości”, a drugą na przygotowywanie się do powrotu. W ten sposób trzy miesiące można profesjonalnie zamienić w dwutygodniowy odpoczynek otoczony sześćdziesięcioma dniami administracji.

To nie jest cel.

Nie będziemy budować idealnej przerwy. Nie musisz przez trzy miesiące objechać Azji, nauczyć się hiszpańskiego, przebiec półmaratonu, napisać powieści, zrobić kursu nurkowania i wrócić jako „nowa wersja siebie”.

Możesz wrócić jako ta sama wersja.

Tylko wyspana.

I to już byłby całkiem solidny rezultat.

Najważniejsze pytanie nie brzmi więc: „Czy mogę sobie pozwolić na trzy miesiące wolnego?”

Brzmi: „Co musiałoby się wydarzyć, żebym mógł zrobić to odpowiedzialnie?”

To ogromna różnica. Pierwsze pytanie często kończy się szybkim „nie”. Drugie uruchamia planowanie. Może potrzebujesz sześciu miesięcy przygotowań. Może dziewięciu. Może wystarczy ograniczyć kilka kosztów, zebrać odpowiednią rezerwę, porozmawiać z pracodawcą i wybrać rozsądny moment.

A może po dokładnym policzeniu wszystkiego stwierdzisz, że trzy miesiące nie są ci potrzebne.

Też dobrze.

Celem nie jest rzucenie pracy.

Celem jest odzyskanie poczucia, że nie jesteś do niej przyspawany.

Bo kiedy wiesz, że możesz zrobić sobie przerwę, praca przestaje wyglądać jak tunel bez wyjścia. Pojawiają się drzwi. Nie musisz przez nie natychmiast wychodzić.

Wystarczy wiedzieć, gdzie są.

Rozdział 1 - Nie chcesz rzucić wszystkiego. Chcesz, żeby wszystko na chwilę przestało cię potrzebować

Najczęściej zaczyna się niewinnie. Nie od załamania, dramatycznego maila do zarządu ani demonstracyjnego wyrzucenia laptopa przez okno. Zaczyna się w poniedziałek rano, kiedy patrzysz na kalendarz i próbujesz zrozumieć, dlaczego twoje życie pomiędzy 8:30 a 17:00 zostało podzielone na prostokąty. Jeden prostokąt mówi „status”. Drugi „sync”. Trzeci „catch-up”. Czwarty również jest statusem, ale tym razem dotyczącym poprzedniego statusu.

I wtedy po raz kolejny myślisz:

„Chciałbym na trzy miesiące zniknąć.”

Nie umrzeć. Nie uciec przed rodziną. Nie rozpocząć nowego życia jako producent sera na Sycylii.

Po prostu nie być przez chwilę potrzebnym wszystkim naraz.

To ważne rozróżnienie, bo marzenie o długiej przerwie bardzo często nie oznacza, że nienawidzisz pracy. Możesz nawet lubić to, co robisz. Możesz dobrze zarabiać, mieć sensownego szefa, ciekawy zespół i służbowy ekspres do kawy, którego jakość przekracza standardy przemysłowe. Problemem nie musi być praca sama w sobie.

Problemem może być brak końca pracy.

Nie chodzi tylko o godziny spędzone przy komputerze. Chodzi o pozostawanie w gotowości. Myślenie o rzeczach, które trzeba zrobić jutro. Sprawdzanie wiadomości wieczorem „tylko na sekundę”. Przypominanie sobie pod prysznicem, że nie wysłałeś pliku. Otwieranie laptopa w

niedzielę, bo skoro i tak przypomniła ci się jedna rzecz, to można ją przecież szybko załatwić.

Słowo „szybko” wykonało w historii pracy biurowej więcej nadgodzin niż większość ludzi.

Sama długość dnia roboczego mówi więc niewiele. Można pracować osiem godzin i mieć poczucie, że praca zajmuje dwanaście. Można pracować intensywnie przez sześć i po zamknięciu komputera faktycznie przestać. Różnicę robi granica.

Jeśli twoja granica przypomina przejście dla pieszych namalowane kredą podczas ulewy, nic dziwnego, że zaczynasz fantazjować o radykalnym rozwiązaniu.

Trzy miesiące wolnego są dla mózgu bardzo atrakcyjną wizją, ponieważ brzmią wystarczająco długo, żeby wydarzyło się coś prawdziwego. Tydzień urlopu? Pierwsze dwa dni dochodzisz do siebie, trzeciego zaczynasz odpoczywać, czwartego przypominasz sobie, że urlop ma koniec, a szóstego sprawdzasz już pogodę na poniedziałek, jakby od temperatury miało zależeć twoje dalsze istnienie.

Dwa tygodnie brzmią lepiej.

Trzy miesiące brzmią jak reset systemu.

I właśnie dlatego warto najpierw ustalić, czego właściwie od tego resetu oczekujesz.

Co dokładnie chcesz przerwać?

Wyobraź sobie, że jutro dostajesz trzy miesiące płatnego wolnego. Nie musisz nic organizować. Przelew przychodzi jak zwykle. Nikt nie może do ciebie pisać w sprawach służbowych. Twoje stanowisko czeka. Zaczynasz w poniedziałek.

Co czujesz jako pierwsze?

Jeżeli odpowiedź brzmi „ulgę”, świetnie. Teraz trzeba ustalić, z czego konkretnie ta ulga wynika.

Może najbardziej cieszy cię myśl, że nie musisz rano wstawać.

Może że nikt nie będzie czegoś od ciebie chciał.

Może że nie masz spotkań.

Może że możesz przez dwa miesiące podróżować.

Może że wreszcie będziesz mieć czas dla dzieci, partnera, rodziców albo siebie.

A może sama myśl o otwarciu służbowej poczty powoduje w tobie emocję zbliżoną do tej, którą człowiek czuje, kiedy dentysta mówi: „Możemy spróbować bez znieczulenia”.

To są zupełnie różne problemy.

I wymagają zupełnie różnych rozwiązań.

Jeśli najbardziej brakuje ci snu, trzy miesiące wolnego mogą pomóc, ale prawdopodobnie potrzebujesz również zmiany codziennego rytmu po powrocie.

Jeśli problemem jest konkretny szef, przerwa da ci trzy spokojne miesiące, po których wrócisz do dokładnie tego samego szefa. Będzie wypoczęty. Ty również. Konflikt będzie mógł rozpocząć drugi sezon.

Jeżeli natomiast od lat pracujesz bez dłuższej przerwy, odkładasz podróż, ważny projekt osobisty albo zwyczajnie masz poczucie, że życie przecieka ci pomiędzy kolejnymi kwartałami, wtedy trzymiesięczna pauza może być dokładnie tym, czego potrzebujesz.

Najpierw jednak nazwij problem.

Nie „mam dość”.