

Rozdział I

Wartości na drodze do celu – własna misja i wizja

ZASADY SPOŁECZNE

Jest na ziemi szczęście, ale w poczciwej pracy – nie w obietnicach losu i loterii – Joseph Conrad.

Życie jest oparte na zasadach, a samo życie stanowi wartość. Dlatego droga do prawdziwego zwycięstwa leży na gruncie zasad i wartości. To jest właśnie tzw. „sukces”, bo dotyczy on całego życia.

Lider (człowiek sukcesu, zwycięzca, przywódca) traktuje swoje życie jako misję, a nie jak karierę. Podejmuje pracę i współpracę, a przez to nadaje sens w życiu i osiąga spełnienie (zwycięstwo, sukces).

Kiedy słyszałeś o zasadach? Jeśli była o nich mowa, to chyba najczęściej w żartobliwym kontekście, że zasady są po to aby je łamać lub pierwszą zasadą jest brak zasad. Jeżeli jednak ktoś nie będzie się ich trzymał, to w końcu wyląduje w przysłowiowej próżni (duchowej pustce). Nie chcę moralizować, ale takie są zasady. Świadomość jest zdolnością rozumowania w kategoriach zasad, a nie tylko samych emocji. Zdaję sobie sprawę, że takie życie na pierwszy rzut oka wygląda na surowe i niewygodne, ale naprawdę służy osobistemu spełnieniu.

Wyobraź sobie teraz to wszystko, co zawsze chciałeś mieć. Mało tego, pomyśl proszę, że jesteś właścicielem całej ziemi. Wszystko co się na niej znajduje, należy tylko do Ciebie: każdy pałac, zamek, hotel czy dom, każdy samochód, jacht czy samolot, każde inne przedmioty (gadżety, ubrania, biżuteria, dzieła sztuki), wszelkie jedzenie i wszystkie pieniądze. Całe miasta, wyspy i kraje należą do Ciebie. Pomyśl,

że to wszystko jest Twoje i poczuć się prawdziwym właścicielem całej planety. Czy byłbyś szczęśliwy?

Jest jednak tylko jeden warunek. Aby to wszystko było rzeczywiście Twoje, musisz być jedynym człowiekiem na ziemi. Wtedy faktycznie wszystko byłoby Twoje! Czy wówczas byłbyś szczęśliwy?

Prosty, klarowny cel i zasady sprzyjają złożonym i inteligentnym zachowaniom. Złożone przepisy sprzyjają prostym i głupim zachowaniom – Dee Hock.

Człowiek nie może żyć w związku z samym sobą. Nasz mózg do normalnego rozwoju potrzebuje kontaktów z ludźmi. Dziecko posiadające wszystko pod względem materialnym: dobre jedzenie, zabawki, ubrania, ciepły kąt – urośnie silne fizycznie. Jeśli jednak zostanie pozbawione miłości, to nie będzie w pełni rozwinięte emocjonalnie i umysłowo (choć badania wskazują również, że bliskość ma także wpływ na fizyczny rozwój i odporność organizmu). Czynnikiem wpływającym na inteligencję dziecka jest właśnie miłość! Trzeba przytulać swoje dziecko i traktować je z szacunkiem, aby stało się dojrzałe i miało zdrowe poczucie własnej wartości.

Powinniśmy wychowywać dzieci w ten sposób, aby stać się dla nich wzorem poprzez życie w zgodzie z głoszonymi wartościami. Dzieci doskonale wychwytyują sprzeczności w tym co rodzic mówi, a w tym co robi.

Psycholodzy ustalili, że przepełnione miłością i radością życia wspólnoty rodzinne wyróżnia pewna cecha – autorytet obojga rodziców, dzieci zaś dochodzą do autonomii, krok po kroku, stopniowo¹. Wychowanie dzieci czy prowadzenie domu mogą być twórcze, podczas gdy poezja wcale nie musi być twórcza².

Cechy wpojone w dzieciństwie przynoszą efekty w przyszłości. Zaszczepienie w dziecku (i w sobie) pewnych zalet, takich jak uczciwość, szacunek do ludzi i umiejętność współpracy, sumienna praca oraz wola osiągnięcia czegoś wielkiego, prowadzi do sukcesu. Rozpieszczone dzieci nie czynią wysiłków, aby pracować nad sobą. Z czasem wygrywiają ci z „charakterem”. Jaką wartość ma charakter?

Zawsze, gdy szliśmy na ustępstwa co do zasad, przegrywaliśmy zarówno my, jak i nasi klienci – Marcus Sieff.

Również w biznesie warto przestrzegać zasad. Liczą się wartości zawodowe, ale przede wszystkim liczą się zasady ludzkie. Peter Drucker (nazwany „papieżem zarządzania”) słusznie stwierdził, że nie ma czegoś takiego jak etyka w biznesie, a jest tylko etyka.

Badania naukowe potwierdzają, że organizacje o silnej kulturze korporacyjnej, opartej na wspólnych, powszechnych wartościach, osiągają o wiele lepsze wyniki niż pozostałe firmy³.

Ponieważ sukces dotyczy życia, to można go osiągnąć tylko w zgodzie z zasadami i wartościami!

¹ J. Santorski, Miłość i praca, Warszawa 2007, s. 67.

² A. Maslow, Motywacja i osobowość, Warszawa 2009, s. 246.

³ J. Kouzes, B. Posner, Przywództwo i jego wyzwania, Kraków 2010, s. 54.

Zasady rozumiem jako pewne niezmiennie prawa moralne dotyczące wszystkich ludzi, a wartości jako pozytywne cechy odnoszące się do konkretnej osoby.

Miłość to słowo, które najczęściej pada z ust skazańców tuż przed wykonaniem kary śmierci, wynika z analizy wypowiedzi 446 mężczyzn i kobiet straconych w Teksasie w ciągu ostatnich 33 lat. Słowo „miłość” wypowiedziane było 630 razy, a „Bóg”, „Pan” oraz imię Boga (różnej wiary) wzywane było 432 razy. Inne wymawiane wyrazy to: dziękować (243), śmierć (132), pokój (95), mama (86), modlić się (80)⁴. Wydawałoby się, że sprawcy najcięższych przestępstw nie żyją w „pokoju” z bliźnimi, jednak okazuje się, że człowiek w obliczu śmierci myśli o Bogu i miłości. Tylko raz padło słowo „bać się”. Boisz się czy kochasz?

WARTOŚCI OSOBISTE

To, co jest za nami, i to, co jest przed nami, jest mało istotne w porównaniu z tym, co jest w nas – Oliwer Wendel Holmes.

Uważam, że najgorsze dla człowieka jest bankructwo. Bankructwo, ale własnego systemu wartości! To, czym ktoś żył dotychczas, traci nagle na znaczeniu, tak jak drastycznie spadają ceny akcji w czasie krachu.

Każdy z nas wybiera wartości jakimi się kieruje i każdy sam musi zadbać o zachowanie własnej tożsamości, w drodze do prawdziwego zwycięstwa: sensu życia (i zbawienia, jeśli ktoś wierzy w Boga). Za tym wszystkim mogą i powinny iść w życiu inne ważne sprawy, choćby finansowe. Można wskazać wartości materialne (pieniądze i dobra majątkowe), ale także wartości niematerialne (miłość, przyjaźń, szacunek czy rozwój osobisty). Wszystkie one mają swoją „cenę”. Motto w gabinecie Alberta Einsteina głosiło właśnie, że „Nie wszystko, co się liczy może zostać policzone i nie wszystko, co może zostać policzone, liczy się”.

Właściwie określone wartości osobiste odnoszą się do zasad moralnych.

Pragniemy, aby nasze życie było wartościowe. Chcemy żyć w dobrobycie: zdrowiu i dostatku materialnym (wartości fizyczne), kochać i być kochanym oraz mieć szacunek w swojej społeczności (wartości emocjonalne), rozwijać się i tworzyć trwałe dzieła (wartości umysłowe) oraz nadać lub odnaleźć sens życia, żyć z czystym sumieniem i osiągnąć zbawienie (wartości duchowe). Z tym powinny wiązać się nasze cele. Żyć w zgodzie z samym sobą, innymi ludźmi oraz Bogiem (jeśli ktoś jest wierzący). Tak więc sukces oznacza nie tylko to, co chcielibyśmy „mieć”, ale też to, kim chcielibyśmy „być”. Tymczasem na słowo „być” przychodzi ludziom najczęściej myśl, aby „być” biznesmenem, pisarzem, piosenkarzem, politykiem, prawnikiem itd., a nie „być” człowiekiem wielkiej wartości. Paradoksalnie większość wie, co chce mieć, ale nie ma wyobrażenia o tym, jaka naprawdę chce być! Żyjemy w kulturze w której to co mamy, wydaje się być ważniejsze od tego co czujemy. Na jakich wartościach się koncentrujesz?

⁴ Rubryka „Peryskop”, „Kochać przed egzekucją”, Newsweek, 20.12.2009, s. 8.

Twój porządek wartości kształtuje Twój charakter. Jeśli takie wartości jak uczciwość, miłość, odwaga (...), wybrałeś i według nich żyjesz, to wkrótce naprawdę staniesz się lepszym człowiekiem – Brian Tracy.

Przyznaję, że zależy mi na pieniądzu, ale jeszcze bardziej na poczuciu, iż robię coś sensownego. Warto dążyć do zysku finansowego i do tego, by stać się człowiekiem świadomym i odpowiedzialnym, wytrwałym i konsekwentnym, uczciwym i życzliwym. Wykształcić takie cechy, których nie można kupić, a które mają swoją wielką wartość.

Panować nad czasem, żeby być efektywnym w pracy, ale być też zorganizowanym w życiu prywatnym. Mieć czas dla siebie i rodziny. Często tak się zatracamy w pogoni za środkami, że gubimy rzeczywisty cel i nie realizujemy swoich prawdziwych wartości. Np. zarabiamy, żeby zaspokoić potrzeby rodziny i nie poświęcamy dla niej wystarczająco czasu na okazywanie uczuć. Warto zaakceptować fakt, że celu nie można osiągnąć za wszelką cenę, jeśli odbywa się to kosztem własnych wartości i kosztem najbliższych.

Czy myślałeś kiedyś o tym, że Twoja „wartość rynkowa”, oferta biznesowa i społeczna, zależy w równym stopniu od Twoich osiągnięć edukacyjnych, zawodowych, materialnych, jak od bogactwa Twojego życia rodzinnego, duchowego, doświadczeń z przyjaciółmi, Twoich zainteresowań i pasji? Czy myślałeś o tym, że rodzina i kariera są nieodłącznymi częściami jednego życiowego projektu? Czy jest duża rozbieżność pomiędzy Twoimi osiągnięciami a poczuciem spełnienia⁵?

To nie cały świat jest problemem. Problem tkwi w Tobie i we mnie – Michael Gerber.

Zainspirowała mnie książka M. Gerbera „Mit przedsiębiorczości”, dotycząca biznesu i odnosząca się do zasad: „To jest wezwanie do uczenia się. Do odczuwania, myślenia i działania w inny, bardziej produktywny i bardziej ludzki sposób, niż ten, na który pozwalają nam obecne umiejętności i poziom zrozumienia. Dzisiejszy świat niełatwo jest zrozumieć. W ciągu ostatnich dwudziestu lat (...) zniknęły tradycyjne granice i bariery: geograficzne, polityczne, społeczne i emocjonalne (...). Nie, nie potrafimy zmieniać całego świata i na szczęście nie musimy tego robić. Zaczniemy od zmieniania naszego najbliższego otoczenia. Zaczniemy zmieniać to, co jest „tu i teraz”. Wręcz musimy to zrobić, jeśli chcemy lepiej żyć. Ponieważ to nie cały świat jest pogrążony w chaosie. To nie inni ludzie są pogrążeni w chaosie. Chaos jest „tu i teraz”. To ja i Ty jesteśmy w nim pogrążeni. Widoczny na świecie chaos, jest tylko odbiciem naszych wewnętrznych konfliktów. Jeśli nie widzimy na świecie sensu, to tylko dlatego, że każdy z nas nie ma poczucia sensu życia. Jeśli świat zachowuje się tak, jakby nie wiedział co robi, to tylko dlatego, że zachowuje się tak, jak każdy z nas. Jeśli świat jest brutalny, chciwy, okrutny, niehumanitarny i pogrążony w głupocie, to tylko dlatego, że jesteśmy tacy Ty i ja. Dlatego jeśli świat ma się zmienić, najpierw Ty i ja musimy zmienić nasze życie! Niestety nie nauczono nas myśleć w ten sposób. Jesteśmy społeczeństwem, które osądza świat zewnętrzny, a nie siebie, i myśli

⁵ J. Santorski, Miłość i praca, Warszawa 2009, s. 13.

w kategoriach „oni kontra my”. (...) Dla społeczeństwa skierowanego „na zewnątrz” spojrzenie „do wewnątrz” stanowi problem. Jednak nadszedł czas, by się uczyć. Teraz jest czas na zmiany. Jeśli nie podejmiemy tego wyzwania, chaos się utrzyma”⁶.

Kształcenie moralne jest ważniejsze. Im bardziej rozwinięty umysł człowiek posiada, tym wówczas może łatwiej popaść w nieumiarkowanie i zwyrodnienie – Arystoteles.

Moralność może wydawać się teraz taka staroświecka, ale nic naprawdę wartościowego nie przychodzi łatwo! Zasady są jasne, ale cała sztuka w ich metodycznym stosowaniu. Uczciwy człowiek pozostaje wierny swoim wartościom. Działa zgodnie ze swym sumieniem, zachowując spokój ducha. To, co czuje, co myśli, co mówi i co robi, jest jednym i tym samym.

Wszyscy szanujemy tych, którzy postępują zgodnie z tym, w co wierzą, nawet jeśli nie zgadzamy się z ich przekonaniami. Widzimy bohaterów w ludziach uczciwie dążących do celu.

Sceptyk może powiedzieć, że wszystko jest truizmem. Jeśli jednak nie będzie się mówić o pewnych wartościach, to nie będą one praktykowane. Człowiek jest istotą normatywną. Z jednej strony ma poczucie słuszności. Z drugiej strony, jeśli nie ma wyznaczonych ograniczeń, to czasami bez zahamowania przekracza wszelkie granice. Człowiek inteligentny, z silną wolą, ale ubogi emocjonalnie, to doskonały materiał na fanatyka, również fanatyka własnych celów. Inteligencja i silna wola są pozytywnymi cechami, ale zły człowiek przekształca je w dążenie do zła. Przykładem może być pewien norweski terrorysta, który przez dziewięć lat czytał książki, pisał manifest oraz przygotowywał zamach. Był wytrwały w swym dążeniu. Dlatego tak bardzo liczy się moralność celu.

Liczy się nie tylko pozytywne myślenie, ale przede wszystkim pozytywny system wartości! Jakie wartości Ci przyświecają?

Wiele czysto subiektywnych pragnień jest obiektywnie szkodliwych – Erich Fromm.

Istnieją również wartości negatywne (obawy), co do których zorientowani jesteśmy na ich wystrzeżenie, ponieważ przynoszą one różnego rodzaju przykrości emocjonalne. Anthony Robbins określa je wartościami odpychanymi.

Jako istoty fizyczne dążymy do przetrwania na postawie instynktu samozachowawczego „walcz lub uciekaj”. Dlatego z samej natury o wiele więcej zrobimy dla uniknięcia cierpienia (straty), niż dla uzyskania przyjemności (zysku).

Konflikt pomiędzy wartościami pozytywnymi i negatywnymi może stanowić źródło osobistego sabotażu. Kiedy ktoś pragnie podjąć wyzwanie, ale coś podpowiada mu aby „uciekać” i wycofać się z planowanego działania. Kiedy ktoś marzy o bogactwie, a jednocześnie obawia się nieznacznego pogorszenia komfortu życia. Taka osoba raczej nie podejmie nawet dobrze skalkulowanego ryzyka, ze względu na tego typu obawy. A przecież przedsiębiorcy to ludzie, którzy rezygnują ze stałej pensji, aby tyl-

⁶ M. Gerber, *Mit przedsiębiorczości*, Warszawa 2010, s. 198.

ko zacząć własną działalność. Narażają się tym samym na możliwość niepowodzenia, ale to ich nie zraża.

Osobiście cenię spokój i moją wartością odpychaną jest chęć unikania kłótni z bliskimi osobami. Dla mnie duże znaczenie ma powiedzenie: „Święty spokój nie ma ceny” oraz „Lepiej jeść suchy chleb w spokoju, niż ucztować w niepokoju”. Można mieszkać w małym lub dużym domu, ale uważam, iż najważniejszym meblem jest dobra atmosfera w tych czterech ścianach.

Warto przeanalizować swoje wartości negatywne, na ile one szkodzą (bo powstrzymują przed działaniem), a na ile pomagają (bo w pewien sposób chronią przed pochopnym zaangażowaniem) oraz dokonać świadomej modyfikacji tych wartości.

Obawa przed konsekwencjami działania kiedy trzeba coś zrobić lub nadmierny optymizm w działaniu, mogą w równym stopniu doprowadzić do katastrofy.

Oznacz proszę wartości negatywne, których obawiasz się najbardziej i których chcesz unikać w życiu. Szczerą odpowiedź w tym temacie naprawdę wiele Ci powie.

Nie myl szczerości z prawdą. Możesz się bowiem mylić w dobrej wierze – Mark V. Baker.

Przedstawiam niektóre wartości z książki „Jezus. Największy psychoterapeuta wszech czasów”⁷: (1) Pewne rzeczy rozumiesz wyłącznie z własnego punktu widzenia, (2) Bądź pokorny, formułując opinie. Pamiętaj, że to tylko twoje zdanie, (3) Dobrzy słuchacze są zazwyczaj dobrymi ludźmi, (4) Ludzi których kochasz, czasami traktujesz w sposób, w jaki nigdy nie potraktowałbyś obcych ludzi. Powinieneś prosić, by zostało Ci to wybaczone, (5) Moralność ma źródło w udanych związkach między ludźmi, (6) Samoświadomość to owoc rozwoju naszej osobowości, (7) Ci którzy uważają się za wszystkowiedzących, muszą się jeszcze wiele o sobie dowiedzieć, (8) Postęp jest hamowany przez przekonanie, iż już nastąpił, (9) Ci którzy nie wyciągają wniosków z przeszłości, wciąż w niej tkwią, (10) Nawet ci, którzy dostają to, czego chcą, muszą prosić o to, czego potrzebują, (11) Odwaga nie oznacza braku lęku, lecz wiarę pomimo lęku, (12) Zagubioną duszę należy odnaleźć, a nie ją naprawiać (odnajdź samego siebie), (13) Prawdziwa wiara wywyższa Boga, a nie nas samych, (14) Miłość uzdrowia, (15) Widzimy to, co chcemy zobaczyć, (16) Jeśli jesteś całkowicie pewny, że masz rację, pomyśl raz jeszcze, (17) Arogancją jest wierzyć, że jesteśmy lepsi od innych, taka wiara wynika z obawy, że jesteśmy od nich gorsi, (18) Wznosząc mury, wygrywamy wojny, lecz przegrywamy miłość, (19) Wspólne doświadczenia wiążą silniej niż słowa.

Która myśl dała Ci do myślenia?

⁷ M. V. Baker, Jezus największy terapeuta wszech czasów, Warszawa 2010.

WAGA WARTOŚCI

Ludzie znają dziś cenę wszystkiego, nie znając wartości niczego – Oscar Wilde.

Warto być świadomym, aby życie stało się pozytywnym dążeniem, a nie ciągłym zmaganiem. Codziennie powinniśmy szukać złotego środka, bo nawet złoty medal olimpijski ma dwie strony. Ta kartka też ma drugą stronę na której są kolejne myśli.

Istnieje logika „albo”, że albo „A”, albo „B”. To „albo” czasami powinniśmy zastąpić „oraz”, tak aby było „A” oraz „B”.

Każdy kij ma dwa końce. „Wszystko ma swoje dobre i złe strony” – orzekł Horacy. Gdy część jest dobra, a część jest zła, to czy całość jest dobra czy zła? Nasz umysł odpowiada nam na każde zadane pytanie. Nie zawsze musimy odpowiadać „tak” lub „nie”. Czasami możemy mieć świadomość, że „tak” oraz „nie”.

Czy alkohol jest dobry czy zły? Jeżeli alkohol to nałóg, to jest zły! Jeżeli alkohol to spotkanie z przyjaciółmi i spędzenie fajnego wieczoru, to jest ok!

Czy szklanka jest do połowy pusta czy do połowy pełna? Optymiści powiedzą: „pełna”, pesymiści: „pusta”, ale można stwierdzić, że to też zależy od smaku trunku jakim jest ta szklanka wypełniona ☺.

Czy zebra jest biała w czarne paski, czy czarna w białe paski? Jesteś ciekawy? Poszukaj prozę w necie i jest to ćwiczenie na Twoją ciekawość świata.

Jak patrzysz na przyszłość: jak na szansę czy jak na zagrożenie?

O dużej inteligencji świadczy zdolność uznania dwóch przeciwstawnych idei bez utraty zdolności do funkcjonowania – Scott Fitzgerald.

Pytaniem filozofów jest przysłowiove: „mieć czy być”? Uważam, że można jednocześnie „mieć” oraz „być” i tak naprawdę jedno służy drugiemu. Można być idealistą przestrzegającym zasad oraz pragmatykiem osiągniętym celu. W życiu i biznesie potrzebne jest marzenie, lecz aby się ono urzeczywistniło, konieczne jest jeszcze skuteczne działanie.

Jim Collins i Jerry Porras wykazali, że „Prawdziwie wielkie firmy zachowują swoje podstawowe wartości i cele oraz stale dostosowują strategię i zachowania do zmieniającego się świata”.

W biznesie też trzeba mieć świadomość rozwagi: „Z samej swej natury analitycy finansowi mają skłonność do postawy defensywnej, zachowawczej i pesymistycznej. Po drugiej stronie występują sprzedawcy – agresywni, spekulatywni i optymistyczni. Ci drudzy zawsze wołają „zróbmy to!”, gdy tymczasem księgowi wciąż tylko ostrzegają, że czegoś się nie powinno robić, i określają dlaczego. W każdej firmie potrzebne są te dwie strony, tworzące swoiste równanie matematyczne, ponieważ naturalne napięcie między nimi stwarza właściwy danej firmie system wzajemnej kontroli i równowagi. Jeśli księgowi okażą się zbyt słabi, firma będzie wydawać pieniądze tak

długo, aż splajtuje. Ale kiedy okażą się zbyt mocni, firma nie nadaży za potrzebami rynku lub za konkurencją”⁸.

Jedni mając na uwadze złożoność sytuacji, pozostają przy szczegółach i nie dostrzegają całości. Drudzy widząc całokształt, trzymają się wielkiej wizji i całkowicie ignorują problemy. Tymczasem trzeba widzieć las i wiedzieć z jakich drzew składa się ten las. Aby patrząc na horyzont, patrzeć też pod nogi, żeby przypadkiem nie potknąć się na drodze do celu.

Jeżeli ktoś zajmuje się sprzedażą, to czasami za dużo „wciska”, a za mało służy klientowi. To drugie może przynieść o wiele lepsze efekty.

Bądź zarówno ostrożny, jak i śmiały – Rothschild.

Obowiązek nie może być przeciwstawiany przyjemności, a praca zabawie, kiedy obowiązek jest przyjemnością, zaś praca jest zabawą. Osoby, które wypełniają swoje obowiązki i postępują szlachetnie, jednocześnie zabiegają o swoją przyjemność i są szczęśliwe. (...) Ludzie o najwyższym poziomie identyfikacji społecznej są także ludźmi najbardziej indywidualistycznymi. Ludzie najbardziej etyczni i moralni ludzie są także najbardziej zmysłowi i pełni wigoru. Podobnie zanikanie rozbieżności stwierdzono także w przypadku takich przeciwieństw jak⁹: (1) konkretność – abstrakcyjność, (2) dystans wobec innych – identyfikacja z innymi, (3) powaga – poczucie humoru, (4) introwertyczny – ekstrawertyczny, (5) silny – słaby, (6) konwencjonalny – niekonwencjonalny, (7) mistyczny – realistyczny, (8) aktywny – bierny, (9) męski – kobiecy, (10) pożądanie – miłość.

Inne przykładowe kwestie, które można przeciwstawić i łączyć, to: (1) wolność oraz bezpieczeństwo, (2) logika oraz emocje, (3) optymizm oraz pesymizm, (4) przeszłość oraz terażniejszość, (5) terażniejszość oraz przyszłość, (6) przeszłość oraz przyszłość, (7) duch oraz ciało, (8) romantyzm oraz pozytywizm, (9) współpraca oraz szlachetna rywalizacja, (10) poleganie na sobie oraz poleganie na innych, (11) równość oraz przywileje, (12) zarządzanie oraz przywództwo, (13) wymagania oraz wyrozumiałość, (14) zaufanie oraz kontrola, (15) procedury oraz rozsądek, (16) złożoność oraz prostota, (17) praca oraz odpoczynek, (18) duma oraz pokora.

Polskie przysłowia podpowiadają: „Ani bądź zbyt gościnnie, ani zbyt oszczędny” i „Nie bądź słodki, bo Cię zliżą, nie bądź gorzki, bo Cię splują”.

Kobiety cenią w mężczyznach czułość oraz namiętność. Troskę, ale i stanowczość.

Można być wobec innych życzliwym, a jednocześnie bezwzględny wobec kogoś kto jest nieuczciwy. Wolisz być pierwszy czy lepszy?

⁸ L. Iacocca, przy współpracy W. Novak, Autobiografia, Książka i Wiedza, Warszawa 1990, za J. Kurtzman, G. Rifkin, V. Griffith, MBA Box. Praktyczne idee najtęższych umysłów biznesu, Warszawa 2005, s. 202.

⁹ A. Maslow, Motywacja i osobowość, Warszawa 2009, s. 234.

Człowiek tak naprawdę nie potrzebuje stanu pozbawionego napięcia, lecz zmagania i dążenia do szczytnego celu, realizacji dowolnie wybranego zadania – Viktor Frankl.

Miejmy świadomość, iż pewne wewnętrzne napięcia i sprzeczności jakie odczuwamy, są zupełnie normalne. Pozytywny konflikt to rozbieżność pomiędzy tym kim jesteśmy, a kim możemy być lub tym co już osiągnęliśmy, a tym co jeszcze możemy osiągnąć. Taki nieustanny balans w dążeniu do celu jest motywacją do dalszego rozwoju. Brak jakiegokolwiek dążenia przemienia się w stan ciągłego znudzenia.

Recepta na dobre życie obejmuje wszystkie wymiary życia: materialny, emocjonalny, umysłowy i duchowy. Dlatego warto wsłuchać się w samego siebie i pamiętać o tym kim jesteśmy, kogo kochamy oraz co jest naszą misją. Samemu przekonać się, jak wielką siłą dysponuje człowiek, jeśli tylko połączy to co myśli i czuje, z tym co mówi i robi!

Czasami robimy coś zbyt wcześnie, a czasami coś zbyt późno. Czasami coś za szybko, a czasami coś za wolno. Czasami jesteśmy zbyt blisko pewnych spraw, a czasami zbyt daleko. Warto znać odpowiednią miarę rzeczy.

Osobiście porzuciłem koncepcję równowagi jako odpowiedniego wyważenia życia na zawodowe i prywatne. Tak naprawdę mamy jedno życie i powinno opierać się na tym, co jest dla nas najważniejsze. Jakie wartości stanowią główną oś w Twoim życiu?

OSOBISTA KONSTYTUCJA

Wszystkie organizacje mają dekalog moralny, nawet załoga pirackiego statku – Bertrand Russell.

Każdy człowiek ma swój kodeks wartości. Zawsze kierujemy się jakimiś wartościami, świadomie lub nieświadomie. Dlatego lepiej jest jasno określić osobistą konstytucję, jako zbiór wartości i celów, które przyświecać nam będą w codziennym życiu, w podejmowanych decyzjach i działaniach.

Osoby o jasno określonych wartościach są o wiele bardziej skłonne do podejmowania decyzji na podstawie własnych zasad i przekonań – dotyczy to również decyzji o wyborze odpowiedniego miejsca pracy. (...) Co zrobi ten co ceni niezależność, a ten co ceni bezpieczeństwo? Jeżeli niezależność i inicjatywa są dla Ciebie ważniejsze niż posłuszeństwo i bezmyślne przestrzeganie procedur, nie będziesz miał problemu ze sprzeciwieniem się swojemu menadżerowi, jeśli uznasz, że jego decyzja jest niewłaściwa. (...) Rzadko dokonujemy wyborów niezgodnych z naszym systemem wartości. Jeśli już jesteśmy do tego zmuszeni, robimy to wbrew sobie, a nasze działania wynikają z konieczności podporządkowania się cudzym normom. Wartości wyznaczają nasze życiowe granice¹⁰.

Nikt nie posiada wiedzy na temat, jak stać się sobą i wyrazić w pełni siebie z wyjątkiem jednej osoby – samego zainteresowanego. Można jednak wskazać pewne

¹⁰ J. Kouzes, B. Posner, Przywództwo i jego wyzwania, Kraków 2010, s. 48 i 45.

praktyczne wnioski, które wypływają z doświadczeń innych ludzi, a z których warto zdać sobie sprawę, kiedy podejmuje się próbę poznania samego siebie¹¹.

Żaden podręcznik z zakresu zarządzania czy przywództwa, nie zdoła Cię nauczyć tego jak najlepiej wyrazić samego siebie i nie zastąpi tego, kim jesteś¹². Warto stawiać sobie różne pytania i na nie odpowiadać, aby uczynić życie naprawdę swoim.

Również w biznesie wartości i cele muszą być zgodne. Nie można zmniejszać pewnych określonych kosztów funkcjonowania personelu, gdy firma słynie z wysokiej jakości obsługi klienta.

Często zdajemy sobie sprawę ze swojej niedoskonałości, choćby w podejściu do różnych obowiązków, bo każdy z nas sobie trochę folguje.

Owszem, istnieje pewna luka pomiędzy wartościami deklarowanymi a realizowanymi, pomiędzy słowem a czynem. Jednak nie powinno to stanowić wymówki, lecz motywację do pracy nad sobą. Żeby luka była jak górską szczeliną, a nie jak wielka przepaść. Czy jesteś jak skała?

Rzeczą najmniej wybaczną jest nikczemna hierarchia wartości – Henryk Elzenberg.

Ustal proszę to, co ma dla Ciebie największą wartość. Określając kluczowe wartości osobiste warto opierać się na wartościach wykraczających poza swoje „ja”. Inaczej człowiek ograniczy się tylko do spraw powierzchownych.

Można wydobyć z siebie głębię, odpowiadając na pytanie: Co jest dla mnie najważniejsze w życiu (naprawdę najważniejsze!)? Zastanowić się, czy właśnie wokół tego toczy się życie.

Jeśli ktoś deklaruje, że najważniejsze są dzieci i rodzina, to w takim razie warto, aby uzmysłowił sobie, czy swojej rodzinie ofiarowuje to, co ma rzeczywiście najlepszego do zaoferowania? Czy czerpie prawdziwą radość z życia rodzinnego?

Określ proszę wartości dodane jakie chciałbyś wносить w życie innych ludzi (coś z siebie – tą przysłowiową cegiełkę w budowę ziemskiego świata). Nie ma sensu odwoływać się tylko do abstrakcyjnych wartości i nie mieć szacunku dla bliźnich.

Ustal też proszę, jakie nowe wartości powinieneś przyjąć. Świadomie zmieniając niektóre wartości, zmieniamy swoje życie. Przykładem może być biblijna przemiana Szawła w Pawła – św. Pawła (mojego patrona z bierzmowania).

Możesz wciąż powtarzać to, co doprowadziło Cię do miejsca, w którym się znajdujesz. Ale możesz też uwalniać ukryte zdolności, by sięgnąć po więcej tego, co możliwe. Taki wybór masz zawsze¹³. Z reguły jest bowiem tak, że gdy nie próbujemy dokonywać w swoim życiu żadnych zmian, robiąc nadal to, co zwykliśmy robić zawsze, to nie możemy liczyć w zamian na nic więcej, niż tylko na to, co otrzymaliśmy od życia do tej pory, choćbyśmy nawet nie chcieli czy też zasługiwali na więcej¹⁴.

Można ukształtować swoje życie na swój własny sposób, jeśli tylko dobrze się je zrozumie. Pomocne ćwiczenia to: (1) Test bezludnej wyspy: kogo i co wzięłbyś

¹¹ W. Bennis, Droga lidera. Klasyczna nauka przywództwa, Gliwice 2008, s. 112.

¹² J. Kouzes, B. Posner, Przywództwo i jego wyzwania, Kraków 2010, s. 41.

¹³ R. Cooper, Zejdź sobie z drogi, Warszawa 2007, s. 36.

¹⁴ W. Bennis, Droga lidera. Klasyczna nauka przywództwa, Gliwice 2008, s. 112.

na wyspę?, (2) Sporządzić krótką biografię jaką chciałbyś, żeby znalazła się o Tobie w encyklopedii, (3) Napisać samemu sobie pochwałę, (4) Wykonać burzę mózgu na temat: „Żyję, bo pragnę dokonać (...)!” i dlaczego?! Zadawać sobie to pytanie, aż zabraknie pomysłów i argumentów, (5) Przemyśleć, co stanie się za pięć lat, jeśli nadal będzie wykonywało się pracę, która jest dla Ciebie (...). Czy nadal wykonywałbyś swoje zajęcie, gdybyś miał do końca życia zapewnioną niezależność finansową? Czym chciałbyś się zajmować w takiej wymarzonej sytuacji?

Ludzi nie obchodzi ile wiesz, dopóki nie wiedzą jak bardzo Ci na nich zależy – Zig Ziglar.

Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej we współpracy z Pomorską Akademią Medyczną przeprowadziła badania osób chorych na raka, by dowiedzieć się, jak wiadomość o chorobie wpłynęła na ich hierarchię wartości. Po diagnozie nowotworu nastąpił wzrost znaczenia takich wartości jak: szacunek do siebie, zbawienie, trwałość życia rodzinnego, prawdziwa przyjaźń, umiejętność przebaczenia. Mniejsze znaczenie nabrały: ekscytujące życie, przyjemności, wygoda w życiu, ambicja, zdolności. Wyniki pokazują, co tak naprawdę jest dla człowieka najważniejsze, a co było dla niego złudną wartością. „Są jednostki, które żyją świadomie, nie muszą się budzić, aby zobaczyć co jest dla nich ważne, ale takich jest niewiele” – oceniła badania Elżbieta Trzęsowska-Greszta z SWPS¹⁵.

Ciekawe ćwiczenie zaproponował Peter Carroll. Zanim przeczytasz dalej, weź proszę kartkę i długopis: „Możecie teraz użyć maksimum dwudziestu pięciu słów. W tych dwudziestu pięciu słowach proszę zawrzeć całą filozofię życiową”. Dostaliśmy na to dwie minuty. Tak jak większość z setki zaproszonych osób, siedziałem kompletnie zbity z pantałyku – wspomina Martin Seligman¹⁶.

Stephen Covey radzi, aby wyobrazić swój pogrzeb i wygłaszaną mowę pogrzebową¹⁷. W ten sposób człowiek zastanowi się jak pragnie, by go naprawdę zapamiętano.

Wartości są dla nas źródłem siły. Kim jesteś i na czym Ci najbardziej zależy? Co jest dla Ciebie ważniejsze niż pozostałe skarby świata?

Każdego dnia, warto zrobić coś wartościowego i codziennie pomyśleć: Co zrobiłem akurat dzisiaj, aby uczynić najważniejszą wartość istotnie najważniejszą?

MISJA – ZBUDUJ SOBIE POMNIK

Każdy powinien po sobie zostawić pamiątkę, że nie żył darmo na ziemi – Julian Bartoszewicz.

Misja to najwyższy cel. Nie tylko przywódcy duchowi czują powołanie. Liderom (i zwiędzskimi firmom) przyświeca misja na której koncentrują swoje działanie.

Dokąd zmierzasz (quo vadis)?

¹⁵ Magdalena Janczewska, Kiedy rodzina i przyjaźń wygrywają z pracą i karierą, Dziennik, 16.10.2008, s. 10.

¹⁶ M. Seligman, Pełnia życia, Poznań 2011, s. 178.

¹⁷ S. Covey, 7 nawyków skutecznego działania, Poznań 2007, s. 95 i 96.

To odpowiedź na pytanie o sens życia na tym świecie. To coś, czemu warto poświęcić życie, ale też coś, co wykracza poza samo życie.

Jan Kochanowski pisał o „zbudowaniu sobie pomnika”, czyli o wniesieniu takiego wkładu, który przetrwa nawet po śmierci! Twórczość poety stała się takim kulturowym „pomnikiem”.

Benjamin Franklin stwierdził: „Jeśli nie chcesz być zapomniany, gdy tylko w proch się obrócisz, albo pisz rzeczy warte przeczytania, albo czynń rzeczy warte opisanie”.

Zainspirowała mnie również myśl: „Nadaj swojemu życiu dodatkową wartość, do którego zostałeś powołany przez samego Boga. Każdy człowiek ma swoje wyjątkowe możliwości, które może wykorzystać do wniesienia swojej części w życie innych ludzi. Nikt nas w tym nie wyręczy ani nie zastąpi. Nie dostaniemy szansy, aby drugi raz przeżyć swoje życie”.

Wypełnianie własnej misji to Twoje zadanie – wyzwanie. Jakie masz wyzwanie?

Postawcie sobie wzniosły cel. Miejcie kult wielkich ludzi i wielkich rzeczy – Ludwik Pasteur.

Każdy z nas nosi w sobie jakąś wartość, jakiś cel, który uznaje za najcenniejszy. Jeśli ktoś stara się nas go pozbawić, odczuwamy to bardzo boleśnie. Przywództwo jest wewnętrznym celem, wartością, która domaga się spełnienia¹⁸.

Nie każdy musi być przywódcą ludzi, ale każdy powinien być liderem w swoim życiu. Potrzebujemy zwycięzców. Potrzebujemy liderów w każdej dziedzinie życia społecznego (w polityce, biznesie, nauce, sporcie, kulturze, medycynie, działalności społecznej itd.). Potrzebujemy również Ciebie!

Jednych z najwyższych wymiarów przywództwa jest przekazanie dobrego wychowania własnym dzieciom.

Pragnę, aby pojawił się przywódca wielkiego formatu, który mógłby uczciwie powiedzieć: „To nie moja osobista kariera i pozycja, ale sukces Polski jest moim życiem i zwycięstwem”.

Misją Adama Mickiewicza było zostanie wieszczem narodowym. Pisał on w natchnieniu: „Ach, żebym dożył tej pociechy, aby moje książki trafiły pod strzechy”. Każdy kto pisze, chce być czytany. Mam nadzieję, że lektura przemawia do Ciebie. Pragnę Cię inspirować od dobrego do lepszego, a nawet do wszystkiego najlepszego! I możesz to osiągnąć!

Wielu liderów podejmując wielkie wyzwanie, miało tylko misję i pasję. Zwycięzcy mają zakorzenioną w sobie filozofię sukcesu. Jack Welch wskazuje: „Misja pokazuje, dokąd dokładnie zmierzasz, a wartości opisują postępowanie, które Cię doprowadzą tam, dokąd zmierzasz”. Jak chcesz żyć? Jak chcesz zwyciężać w życiu i biznesie?

¹⁸ J. Kouzes, B. Posner, Przywództwo i jego wyzwania, Kraków 2010, s. 43.

WIZJA i ZASADA JEŻA

Wizja to nie wszystko. Trzeba ją połączyć z działaniem. Nie wystarczy wpatrywać się w schody. Musimy wspinać się po ich stopniach – Vaclav Havel.

Osobiście mam śmiałą i precyzyjną wizję życia, jakie pragnę prowadzić oraz osobowość, jaką chciałbym stać się.

Gdy Andrew Carnegie zmarł, wśród jego papierów znaleziono dokument ujawniający, że już w wieku 33 lat miał projekt jak pokierować własnym życiem¹⁹. Ponownie redaguję ten akapit w 2012 r., ale mam przemyślane plany na najbliższe lata. Czy myślałeś już o roku 2015? Ja tak!

Warto mieć telewizyjny obraz życia – daleką wizję – „tele” (z greki) znaczy daleko, a „visio” (z łaciny) znaczy wizja. Jednak we własnej telewizji lepiej być nie tylko aktorem, lecz również reżyserem, scenarzystą i producentem, żeby móc kierować swoim życiem.

Aby dostrzegać nie tylko kwartał najbliższej ziemi, ale też szczyt na horyzoncie.

Aby rozumieć teraźniejszość i jednocześnie potrafić przewidzieć przyszłość.

Tak jak niektórzy mają dwa kalendarze na ścianie. Jeden jednodniowy, gdzie każda kartka dotyczy kolejnego dnia. Drugi jednopłanszowy obejmujący cały rok.

Ważne sprawy dotyczą szerszej perspektywy czasu, jednak dzieją się już teraz. Dlatego trzeba pracować nie tylko w swoim życiu, ale także nad swoim życiem.

„Wizja niepoparta pracą jest tylko marzeniem; praca bez wizji jest zwykłą harówką; wizja i praca razem są nadzieją dla świata” – głosi sentencja z kościoła w Sussex.

Gdzie chcesz być za trzy lata? A gdzie naprawdę będziesz?

Kluczem do osiągnięcia sukcesu jest rozstrzygnięcie kwestii, co naprawdę uwielbiasz robić, a potem znalezienie sposobu, by robić właśnie to, co uwielbiasz, zapewniając sobie dostatnie życie – Napoleon Hill.

Podobną myśl jako „zasadę jeża” sformułował Jim Collins. Zasada dotyczy odpowiedzi na trzy pytania:

Co jest Twoją największą pasją?

W czym możesz być najlepszy na świecie?

Co przynosi Ci korzyści materialne?

Jeśli coś jest naszą pasją, jesteśmy w tym dobrzy i przynosi to nam (lub może w bliskiej przyszłości przynosić) korzyści materialne – to warto to robić i rozwijać się w tym kierunku! Pasja będzie napędzać do tego, aby być jeszcze lepszym i z czasem przełoży się to na większy zysk.

Można stawać się specjalistą coraz wyższego poziomu²⁰: (1) pierwszego: zdolny wykonawca – wnosi swój wkład dzięki zdolnościom, umiejętnościom, wiedzy i dobrej organizacji pracy. (2) drugiego: cenny członek zespołu – jego wkład i osobiste zdolności wspomagają osiągnięcie celów całej grupy i pozwalają mu dobrze współpracować z innymi członkami zespołu. (3) trzeciego: kompetentny menadżer – organizuje

¹⁹ D. Carnegie, Po szczeblach słowa, Warszawa 2009, s. 18.

²⁰ J. Collins, Od dobrego do wielkiego, Warszawa 2007, s. 42 i 57.

ludzi i zasoby niezbędne do sprawnej realizacji wyznaczonych celów. (4) czwartego: skuteczny przywódca – wydobywa zaangażowanie i prowadzi do realizacji jasnej i pobudzającej wizji, stymulujące osiąganie coraz lepszych wyników. (5) piątego: buduje trwałą potęgę dzięki paradoksalnemu połączeniu osobistej skromności oraz siły i determinacji do osiągania znakomitych wyników, bo: „Patrz w okno aby dostrzegać przyczyny sukcesu. Patrz w lustro aby dostrzegać przyczyny porażki”.

Postać „Laska” z kultowej komedii „Chłopaki nie płaczą” radzi: „W ogóle, bracie, jeżeli nie masz na utrzymaniu rodziny, nie grozi Ci głód, nie jesteś Tutsi ani Hutu i te sprawy, to wystarczy, że odpowiesz sobie na jedno zajebicie, ale to zajebicie, ważne pytanie: co lubię w życiu robić. A potem zacznij to robić”. Co będziesz robił?

DROGA

Ludzie obierają różne drogi szukając spełnienia i szczęścia. Fakt, że nie idą Twoją drogą, nie oznacza, że się zgubili – H. Jackson Brown.

Czy fascynuje Cię sam cel? Czy też droga do celu?

Kto ma rację? Czy ten, kto koncentrował się na celu i nie pozwalał, by cokolwiek zmusiło go do zmiany raz obranego kursu? Czy ten, który wybrał podejście kreatywne i impulsywne, i skoncentrował się bardziej na samej podróży niż na jej celu? (...) Jak znaleźć złoty środek, czy też równowagę, między konsekwentną realizacją celów a koniecznością zachowania elastyczności? Czasem pojawiają się nowe możliwości, których nie przewidzieliśmy, wyruszając w podróż. Jak rozstrzygnąć, czy decyzja od odsunięcia celu w czasie (a nawet jego zmianie), aby wykorzystać te możliwości, jest słuszna? (...) Wniosek z tego jest taki, że trzeba umieć planować, ale jednocześnie należy też zachować elastyczność, aby w razie potrzeby odpowiednio modyfikować swoje plany²¹.

Energię do pracy czerpiemy z własnych osiągnięć. Dlatego przy wyborze zajęcia warto mieć świadomość, że najlepsze jest to, co nas pasjonuje, a zaowocuje to także pieniędzmi. Większość wybiera jednak drogę „mieć – robić – być”. Taki ktoś twierdzi, że jeśli miałby pieniądze, to robiłby w życiu to i to, i wówczas byłby „dobry”.

Większość ludzi uważa się za szlachetnych. Jednak to zobowiązuje, do szlachetnego postępowania w drodze do celu, który powinien być „szczyt-ny”. Dlatego słuszniejsza (i skuteczniejsza) jest druga strategia: „być – robić – mieć”.

Tak jak wszystkie drogi prowadzą do Rzymu, tak właściwa droga prowadzi do sukcesu. Gdzie znajdziesz się za kilka lat, gdy będziesz trzymał się obranej drogi?

Albo znajdziemy drogę, albo ją sobie zbudujemy – Hanibal.

Pragnę zachęcić Cię do tego, abyś obrał sobie za cel samo życie, doceniał jego wartość i piękno, a także okazywał wdzięczność za ten dar. Abyś żył od wewnątrz na zewnątrz oraz podjął się rozwoju osobistego w wymiarze duchowym, umysłowym, emocjonalnym i fizycznym.

²¹ Z. Ziglar, *Żyj lepiej niż dobrze*, Warszawa 2009, s. 87 i 88.

Na każdym kroku można spotkać coś wspaniałego, jeśli jest się otwartym na przeżycie życia. Drogowskazem są wartości, a pasja napędza energię do dalszej podróży. Przekonanie, że kroczy się tą właściwą drogą, podnosi na duchu każdego, kto dąży do zwycięstwa.

Budująca jest afirmacja: Osiągnę swój cel, ponieważ nie zrezygnuję z własnej drogi, którą wybrałem. Każdego dnia zbliżam się do celu, ponieważ daję z siebie wszystko co najlepsze, podczas wykonywania zadań!

Nie ma żadnego sposobu, żeby zmierzyć pewność siebie i przekonać się, że jesteś gotów ruszyć naprzód. Przy całej dostępnej technologii wciąż jeszcze czekamy na termometr pewności siebie (pewnościomierz?). Magiczna chwila, na którą czekałeś; to teraz²²! Czy jesteś pewny swojej drogi?

Trudno jest iść przez życie wieloma drogami jednocześnie – Pitagoras.

Odnalezienie własnej drogi życia i sukcesu należy do Ciebie. Można iść tylko jedną drogą, ale zawsze istnieje też inna możliwość postępowania. To, co się aktualnie dzieje w życiu, pokrywa się z wcześniej wybraną drogą.

Jednak gdy ktoś wybiera drogę na skróty, tam prędzej czy później pojawia się czyjeś cierpienie.

Droga porażki to poruszanie się bez celu. Nie wejdzie się na szczyt, jeśli zawsze chce się mieć z górki. Płynąc z wiatrem, zapłynie się tylko tam, gdzie zawieje wiatr.

Droga sukcesu to świadome stawianie kroków zmierzających do celu, związane również z pokonywaniem przeszkód.

Czasami do zwycięstwa brakuje tylko jednego kroku. W czasie drogi warto celować, aby korygować drogę do celu. Osiągnięcie celu jest tak samo ważne jak droga do niego, bo to jednoczesne źródło radości i satysfakcji.

Gdy coś Cię powstrzymuje teraz – powstrzyma Cię i później. Prosty sposób na uniknięcie odkładania spraw na później, to zacząć coś od razu. Później będziemy mieli pewien psychiczny przymus dokończenia zadania. Musisz niekiedy na początku „zmusić się”. Czy coś Cię powstrzymuje?

Jeżeli naprawdę chcesz dotrzeć na Olimp, to dołóż starań, aby każdy krok wiódł Cię w tamtym kierunku – Sokrates.

Często powtarzam, że człowiek, żeby do czegoś dojść, musi się nieźle nachodzić. Dlatego lubię spacerować. Sukces przypomina zdobywanie górskiego szczytu. Jako cel obieramy szczyt marzeń i krok po kroku, wspinamy się w górę. Radość przebywania na szczycie jest większa, niż gdy wjedzie się tam kolejką linową. Wprawdzie również można podziwiać wspaniałą krajobraz, ale nie ma tej satysfakcji. Opiera się ona na świadomości przebytej drogi i własnych osiągnięć. Odczułem to jako małe dziecko, wjeżdżając kolejką na Kasprowy Wierch i wchodząc na Giewont.

Buty na drogę to różne umiejętności, takie jak: dobra komunikacja, panowanie nad czasem, właściwe gospodarowanie pieniędzmi, zdolność zachowania spokoju czy podtrzymania wytrwałości oraz wiele innych. Jednak to, co pozwala dotrzeć na szczyt

²² K. Hogan, D. Lakhani, M. Marti, 12 sekretów sukcesu w biznesie, Gliwice 2010, s. 122.

możliwości, wcale nie musi pozwalać się na nim utrzymać. Szczególnie istotna jest wówczas pokora, świadomość i odpowiedzialność.

Pewien turysta zapytał starszka siedzącego na ławce²³:

– Z czego to miasteczko jest znane?

– No cóż – odpowiedział starszek po chwili wahania – może pan stąd wyruszyć i dotrzeć wszędzie, gdzie pan tylko zechce.

Czy w swoim życiu czujesz się na miejscu, czy nie na miejscu?

Tylko ci, którzy gotowi są zaryzykować, że pójdą za daleko, mają szansę sprawdzić, jak daleko można zajść – Thomas S. Eliot.

Posiadamy możliwość wyboru drogi. Kieruje Cię wartość Twojego celu. Życie to przecieranie nowych szlaków, również tych umysłowych, aby dotychczasowe tory myślenia nie stały się koleinami. Nawet idąc tą samą drogą, jeśli zmienimy postrzeganie – zobaczymy to, czego dotychczas nie zauważaliśmy. Podobnie jest z dostrzeżeniem okazji. Nie ma innej drogi do sukcesu niż własny rozwój! To bieg z przeszkodami. Potykasz się, lecz zmierzasz dalej naprzód. Zamiast jednego wielkiego skoku, krok po kroku. W szwach każdy ruch determinuje kolejne posunięcie – podobnie w życiu każdy krok determinuje następny. Najtrudniejszy jest zaś ten pierwszy. Czasami warto porzucić stary tor i wytyczyć nowy szlak. Życzę Ci powodzenia na tej nowej drodze do zwycięstwa.

Kilka myśli na drogę:

„Podróż tysiąca mil rozpoczyna się od pojedynczego kroku” – Konfucjusz.

„Idź swoją drogą, a ludzie niech mówią, co chcą” – Dante.

„Iść przez życie z podniesionym czołem, a nie z zadartym nosem” – Magdalena Samozwaniec.

„Najważniejsze wyprawy w życiu to wychodzenie ludziom naprzeciw” – Henry Boye.

CEL

Może to zakrawać na paradoks. Ale jedynie nieliczni ludzie wiedzą, czego chcą – Robert Collier.

To niestety prawda. Większość ludzi nie ustaliła tego, co ma dla nich najważniejsze znaczenie. Zdecydowane nastawienie na cel, to cecha ludzi odnoszących sukcesy w każdej dziedzinie życia. To cecha prawdziwych zwycięzców.

Cel oznacza przejęcie pełnej odpowiedzialności za swoje życie. Są jednak tacy, którzy nie chcą przyjmować takiej odpowiedzialności. Jeśli nie określą celu, nie będą musieli podejmować działań, aby go osiągnąć.

Wielu obawia się kpin ze strony innych. Tego, że ktoś powie, iż oszalał, skoro marzy mu się to i owo. Zwykle inni ludzie mówią to z zawiści: „a nuż mu się uda” i już na starcie chcą kogoś zdołować.

²³ J. Maxwell, Talent nie wystarczy, Warszawa 2009, s. 69.

Niektórzy przejawiają też lęk przed porażką, a za niespełniony cel obwiniają siebie (co obniża poczucie własnej wartości) lub innych (co powoduje niepotrzebne pretensje). Nie warto obwiniać nikogo. Frustracja jest poczuciem daremności.

Porażka jest przejściowym niepowodzeniem, dopóki ktoś nie uzna się za pokonałego. Ogólnie są dwa wyjścia. Można stchórzyć i zrezygnować lub podnieść rzuconą rękawicę i podjąć wyzwanie.

Nierealizowany cel jest jedynie sloganem. Fatamorgana to cel bez działania. Na drodze poruszamy się precyzyjnie z mapą. A jak dokładnie poruszasz się w życiu?

Zanim zaczniesz się wspinać po drabinie sukcesu, upewnij się, że drabina jest wsparta o właściwy budynek – Stephen Covey.

Zacznąć z wizją końca to wiedzieć, gdzie się jest i dokąd się zmierza, aby stawiać kroki we właściwym kierunku. Łatwo jest wpaść w pułapkę aktywności, w wir życia. Pracować coraz ciężiej i wspinać się na szczyt, aby zobaczyć, że to nie ta góra. Można być bardzo zajęтым, a jednocześnie mało efektywnym.

Często się okazuje, że zwycięstwa są puste w środku, pozbawione głębszej treści, a za sukces przyszło zapłacić znacznie więcej, niż był on wart²⁴.

Ludzie zwykle stawiają sobie zadania do wykonania: znalezienie partnera i małżeństwo, studia i tytuł naukowy, praca i awans. Nawet po osiągnięciu tego wszystkiego można odczuwać niedosyt, bo inni zdobywają więcej: są prezesami większych firm, mają ładniejsze domy i fajniejsze samochody. W takiej sytuacji goni się królika, ale czy królik jest prawdziwy?

Dlatego warto nauczyć się rozróżniać między środkami do celu a samym celem. Skończenie studiów jest zadaniem. Rozwój osobisty jest celem, a zajęcia na studiach mają tak naprawdę pomóc w istocie samodoskonalenia. Sam tytuł nie przynosi całkowitej satysfakcji. Z działaniem muszą wiązać się wartości i poczucie pewnego sensu: po co się to właściwie robi?!

Zadaniem jest zdobycie przysłowiowego miliona. Prawdziwym celem jest osiągnięcie bezpieczeństwa i wolności, które wiążą się nie tylko z samą niezależnością finansową. Zysk jest ważnym zadaniem, ale nie celem samym w sobie.

Wypisz tyle myśli, aż wyczerpiesz zasób wszystkich swoich odpowiedzi: Odpowiedz proszę na pytanie: do czego naprawdę są Ci potrzebne pieniądze?

Zdradzę Wam sekret, który pozwolił mi osiągnąć cel: moja siła wynika wyłącznie z nieustępliwości – Ludwik Pasteur.

Siła tkwiąca w określaniu celów jest tak olbrzymia, że krąży o niej wiele legend. Mówi się o zwycięzcach mających cel, a zapomina się o przegranych, którzy posiadali taki sam cel np. zdobyć złoto olimpijskie. Zadanie zdobycia jakiejś posady może przynieść rozczarowanie, bo o ten sam fotel ubiega się wiele innych osób, a przeznaczony jest tylko dla jednego. Paradoksalnie uczucia pustki można doznać nawet po skutecznym osiągnięciu zamierzenia.

²⁴ S. Covey, 7 nawyków skutecznego działania, Poznań 2007, s. 97.

Cel jest jak tunel i dąży się do wyjścia. Jednak może to rodzić pewną negatywność. Jedno z niebezpieczeństw polega na tym, że ktoś zapatrzony w odległy punkt, może potknąć się o codzienne sprawy. Człowiek żyje wówczas przyszłością, a nie potrafi cieszyć się teraźniejszością. Staje się jak koń z klapkami na oczach. Wpada się w pewne koleiny myślowe i ogranicza się kreatywność.

Są też ludzie, którzy zrobią wszystko, aby osiągnąć swoje zamierzenia. To przyślowiowe dążenie do trupach po celu (dlatego tak istotne są zasady).

Oczywiście dobrze jest być pozytywnie upartym w dążeniu do wyznaczonego celu. Rosyjskie przysłowie mówi: „Chcę – to połowa mogę”. Jednak cała sztuka w tym, aby coś bardzo „chcieć”, a nie nie „musieć”.

Nie trzeba wygrać maratonu, ale można go przebiec i pokonać własne słabości. Nie trzeba zostać mistrzem świata, ale można zdobyć mistrzostwo osobiste.

Warto stawiać sobie kolejne dążenie i zaczynać od nowa. Właściwie ten proces nigdy się nie kończy. Z czasem tylko zamierzenia stają się coraz większe. Jak osiągasz wyznaczone cele?

Zarządzanie w oparciu o cele sprawdza się, jeśli znasz cele – Peter Drucker.

Brian Tracy wskazuje: „Główną przyczyną sukcesu w życiu jest umiejętność stawiania sobie i osiągnięcia celu. Dlatego ludzie bez celu w życiu są skazani na wieczną pracę na rzecz tych, którzy cel mają. Pracujesz albo na cele innych ludzi albo na swoje własne”.

Jeśli nie ma się wyznaczonego celu, to działania są tylko reakcją na to, co się przytrafia (akcja – reakcja). Dobrze jak jest dobrze („mam szczęście”), ale gorzej jak jest źle („mam pecha”). Jeśli ludzie znają cel, mogą planować i reagować odpowiednio do sytuacji, tak aby ów cel osiągnąć. Daleka perspektywa myślenia korzystnie wpływa na bieżące podejmowanie decyzji. Wielu pracuje ciężko, ale nie posiadając jasno określonych zamierzeń, obniża przez to swoją efektywność. Jednak cel sam w sobie nie czyni życia łatwiejszym. Poprzez wybór nadaje się kierunek energii i wpływa na poprawę wyników.

„Wystarczy, że w morzu przeciętności będziesz człowiekiem, który wie, co chce robić, a potem dokłada starań, by swój cel zrealizować, a wyróżni Cię to spośród niemal wszystkich innych ludzi” – stwierdził David S. Jordan. Czy wiesz czego chcesz?

Rozbrykany rumak nie dorówna starej szkapie spokojnie człapiącej do celu – Sy-ma C’ien.

Jasność celu to czynnik skuteczności w każdej dziedzinie życia. Już w starożytności Diogenes stwierdził: „Zawsze spoglądaj na cel”.

Kennon Sheldon i Linda Houser-Marko wykazali w badaniach, że „Osoby, które umieją wyznaczyć sobie cele zbieżne ze swoimi zainteresowaniami i wartościami, działają skuteczniej, z większą elastycznością i w bardziej zintegrowany sposób we wszystkich sferach życia”. Pewność siebie, pasja, poczucie spełnienia, jakie dzięki temu zyskują, przekładają się na pozostałe ich sfery życia²⁵.

²⁵ T. Ben-Shahar, W stronę szczęścia, Poznań 2009, s. 130.

Ludzie, którzy potrafili określić cele swoich dążeń, są bardziej skłonni do odczuwania zadowolenia z życia i bardziej skłonni do pozytywnego nastawienia wobec samych siebie (Krueger 1998)²⁶.

Warto określić, gdzie się jest i dokąd się zmierza. Dlatego dedykuję Ci myśl: „Czy słyszałeś kiedyś, żeby człowiek, który z determinacją przez całe swoje życie realizuje jakiś cel, w żadnej mierze go nie osiągnął? Czy człowiek, który nieustannie ma ambitne pragnienia, nie zostaje przez nie wywyższony? Na dłuższą metę ludzie osiągają to do czego zmierzają. Dlatego lepiej jest mierzyć wysoko” – pyta i odpowiada Henry David Thoreau.

CEL – PAL!

Kiedy ostatecznie zdecydowałem, że dany cel wart jest osiągnięcia, przystępowałem do realizacji, podejmując kolejne próby, aż do końcowego sukcesu – Thomas Edison.

Zamiast kilku zadań na jeden rok, proponuję Ci wyznaczenie jednego wielkiego celu, ale na kilka lat. Urealnij marzenie, określając swoje królewskie postanowienie. Gdzie chcesz być za pięć lat?

Niewielu ludzi ma jasno określone i zapisane cele, a jeszcze mniej je realizuje. Większość lepiej planuje wakacje niż życie. Szacuje się, iż tylko ok. 10 proc. ludzi jest w stanie dokładnie określić to, co chciałoby robić za pięć lat. Wielki cel można zwykle zrealizować właśnie w przeciągu takiego czasu. Czasami ktoś powie: pięć lat to dużo, ale czas tak czy inaczej upłynie.

Umieszczanie celów w kontekście następuje poprzez stosowanie schematu: „co – dlaczego – jak”, może stać się sposobem myślenia na temat naszych ról i zamierzeń²⁷: Co? – np. zadbać o zdrowie. Dlaczego? – aby mieć większą energię w pracy i po pracy. Jak? – codzienny spacer po 30 minut. I iść drogą, krok po kroku, do celu.

Przyjrzyj się proszę następującym kontrastom²⁸: (1) cel typu przestań: przestać wydawać więcej niż zarabiam lub przestać przybierać na wadze, (2) zwyczajny cel: zarobić pięć tysięcy lub zgubić pięć kilogramów, (3) wielki cel: wzbogacić się lub wyszczupić (określając jak bardzo – przyp. JŁ), (4) cel otwartej przestrzeni: mieć na zawsze niezależność finansową lub być zawsze pełnym energii.

Gdy jest kilka celów, to nie ma żadnego, bo zwykle sił wystarczy maksymalnie na dwie – trzy zmiany. Najważniejszy cel jest tylko jeden! Nie da się podjąć wszystkich zadań! Jaki masz cel numer jeden?

²⁶ D. Niven, 100 prostych sekretów lepszej połowy życia, Warszawa 2010, s. 196.

²⁷ S. Covey, A. R. Merrill, R. R. Merrill, Najpierw rzeczy najważniejsze, Poznań 2008, s. 169 i 170.

²⁸ R. Cooper, Zejdź sobie z drogi, Warszawa 2007, s. 55.

Dobrze określony cel jest jak ćwiczenie fizyczne – trzeba się nieźle namęczyć

– **Mary Kay Ash.**

Cel powinien być:

(1) Twój, czyli wartościowy dla Ciebie. Jeśli ustalisz najważniejsze wartości – Twój cel stanie się jasny. Powinien być on najważniejszą wartością, jak druga miłość. Pomimo, że to Twój cel, to musisz liczyć się ze zdaniem najważniejszych dla Ciebie osób. Jednak nie może być Ci też w żaden sposób narzucony.

Z badań naukowych wynika, że ludzie bardziej angażują się w realizację tych dążeń, które sami sobie wyznaczają. W przypadku pracy zespołowej, cel powinien być uzgodniony (również na linii lider-zespół) i zrozumiały dla wszystkich. Często różne cele przyświecają właścicielom, zarządzającym i pracownikom. Niekiedy jeden członek spółki chce inwestować, a drugi konsumować zyski.

(2) Pozytywny. Powinna Ci przyświecać dobra idea skierowana na dążenie, a nie unikanie. Jednakże formułując cel w formie pozytywnej, nie można uciekać przed własnymi problemami!

(3) Terminowy. Wyznacz proszę określoną datę osiągnięcia celu, bo inaczej sprawa przestanie być czasowym wyzwaniem. To ważna umiejętność, aby utrzymać cel. Co tak naprawdę chcesz? Dziś, jutro, w tym tygodniu i miesiącu, o tej porze roku, w ciągu tego roku i w czasie pięciu lat?

(4) Konkretny. Istotne jest mierzalne określenie wyniku. Zamiast marzenia „pragnę być bogaty”, lepsze jest określenie: „do dnia (...) chcę zarabiać/mieć majątek (...)”. Albo zamiast określenia: „będę lepszy dla swoich dzieci”, lepsze jest: „będę poświęcał (...) czasu na ich sprawy oraz będę dla nich robił to (...) i to (...) każdego dnia”. Zdefiniuj też pierwszy krok: „zaczynam dnia (...) o godz. (...)”. Warto stworzyć tablicę wyników. Po pewnym czasie ocenisz siebie, sporządzając sprawozdanie z realizacji celu. Brak jasności umożliwia szereg wymówek.

(5) Odręcznie spisany i czytelnie podpisany. Pisząc angażujemy się w pierwsze działanie. Tworzy się osobiste zobowiązanie, wyzwala regułę konsekwencji. Swój cel można przedstawić innym, co dodatkowo wzmacnia postanowienie. Charles De Gaulle, prezydent Francji, publicznie ogłosił zamiar rzucenia palenia. Zobowiązanie podjęte w sposób aktywny jest trwalsze niż zwykła obietnica.

Napisz do siebie list na przyszły rok, że już zrobiłeś to, co wyznaczyłeś. Po roku komuś może być naprawdę głupio jeśli zajrzy do notatek i zobaczy, że jednak nic nie zrobił! Z tego co zapisane można się rozliczyć. Najlepiej codziennie czytać i myśleć o swoich celach i działać pod tym kątem.

Warto spisać prawdziwe cele, a nie takie które dobrze wyglądałyby, gdyby ktoś do nich zajrzał.

Ustal priorytety, które będą kluczowe dla Ciebie i Twojego życia w perspektywie pięciu najbliższych lat! W ten sposób podejmuje się wybór między tym co naprawdę ważne, a tym co nie ważne. Inaczej człowiek będzie skupiał się tylko na codziennych problemach (widząc tylko to!) lub żył zgodnie z przyzwyczajeniami. Może to być nawyk szukania przyjemności lub ciężkiej pracy bez żadnej skuteczności.

(6) Realny. Osiągalny w tym znaczeniu, że powinno czuć się, iż można to zrealizować. Nie może to być chciejstwo na zasadzie życzeń, że chciałbym to i to. Ci którzy takie życzenia wymyślają, szybko o nich zapominają (pod wpływem innego nastroju). „Stawianie sobie za cel rezultatów nieosiągalnych albo osiągalnych w jedynie w pewnych mało prawdopodobnych sytuacjach nie jest przejawem ambicji. To po prostu szaleństwo” – stwierdza Peter Drucker.

Pobożne życzenia mają mało wspólnego z pobożnością, a dużo z niezajomością realiów²⁹.

John Dewey i Edward Thorndike wskazali na realność osiągnięcia celu jako aspekt motywacji. Na ogół świadomie tęsknimy do tego, co przypuszczalnie będziemy mogli osiągnąć. Kiedy wzrastają dochody, ludzie stwierdzają, że właśnie pragną i dążą do posiadania rzeczy, o których wcześniej nawet nie marzyli. Przeciętni ludzie marzą o nowych samochodach, lodówkach i telewizorach, ponieważ mieszczą się one w zakresie ich realnych możliwości, nie zaś o niedostępnych im jachtach lub samolotach³⁰.

Tymczasem zasługujesz na więcej niż sam przypuszczasz. Oczekiwania w znacznej mierze napędzają rezultaty. Jeśli ktoś mało oczekuje, to szybko zadowala się tym co ma i łatwo spoczywa na laurach. Michał Anioł przestrzega: „Największym niebezpieczeństwem, jakie na nas czyha, nie jest zbyt ambitny cel, którego nie jesteśmy w stanie zrealizować, lecz niezbyt wygórowany, który osiągamy”.

Uważam, że nie ma lepszych lub gorszych celów, jeśli są uczciwie wybrane.

(7) Motywacyjny. Cel sam w sobie jest mechanizmem motywacyjnym. Właściwie określony odnosi się przeciw do wartości (motywacja wewnętrzna). To sprawia, że będziesz chciał go zrealizować.

Jasno określone cele wpływają na kreatywne myślenie, nawet w sposób podświadomy. Porządek w umyśle zachowuje się dzięki realnemu celowi. Inaczej energia rozprasza się. Nie pozwalaj na to, aby mało istotne sprawy odciągały Cię od Twojego wyzwania. Zastanów się czego potrzebujesz, a bez czego możesz się obejść. Niech to co słuszne i trudniejsze wygra z tym co łatwe i przyjemne. Dobrze jest przez cały czas przypominać sobie o korzyściach płynących ze zrealizowania celu i negatywnych konsekwencjach nieosiągnięcia zamierzeń.

Twoja postawa z pozytywnego myślenia zmieni się w pozytywne działanie. Wyznaczając cel, tworzysz plan, układając życiowe puzzle w odpowiedni sposób.

W dążeniu miej nad sobą litość. Doceniaj każde osiągnięcia i nagradzaj się. Błędy bolą i przekonasz się o tym na własnej skórze, ale gdy masz poczucie wyzwania, to nigdy nie zrezygnujesz z dążenia do raz obranego celu.

Stawianie celów to nawyk zwycięzców, bo to napędowe koło sukcesu. Gdy już osiągniesz cel, znajdź sobie nowy. W ten sposób zawsze będziesz do czegoś dążył.

W jakiej dziedzinie postawisz przed sobą wyższy cel? Jakie zobowiązanie podejmiesz teraz?

²⁹ M. Wilczyński, Traktat o życzeniach, Wprost, 26.12.2007, s. 91.

³⁰ A. Maslow, Motywacja i osobowość, Warszawa 2009, s. 58.

ZADANIA – UŁAMKOWY CEL

Najprostszym sposob, by zrobić wiele rzeczy to robić je po kolei – Samuel Smiles.

Cel ma charakter działań wielozadaniowych. Zadanie to ułamkowy cel.

Jeśli chodzi o wywieranie wpływu na siebie, to warto wyznaczyć sobie wielki cel, który będzie Ci przyświecał, ale określić też zbiór zadań na tyle jasnych, aby nie można było wymyślić wymówki dla każdego z nich. Dla niektórych ludzi cele długoterminowe są mało przekonujące, więc zadania krótkoterminowe będą bardziej motywujące. Tak więc: daleki cel, bliskie zadania i regularne sprawdzanie postępów (informacja zwrotna).

Lista zadań do zrobienia to lista rzeczy, które chciałbyś dokonać w kontekście celu, ale także w ciągu roku, kwartału, miesiąca i tygodnia.

Postanowienia na dany dzień są dobrym lekarstwem na nawyk odkładania spraw na później, bo taka lista jest codzienną dawką pracy. Jednak nie można dać się przytłoczyć. Jeśli codziennie pojawiają się kolejne zadania, to niezależnie od Twych starań, prawdopodobnie i tak nie uda Ci się wszystkiego załatwić. Nie warto wyznaczać listy kilkudziesięciu spraw, aby później wycofywać się z kilku ostatnich.

Postanowienie z czego trzeba zrezygnować to bardzo ważna sprawa. Jeśli tego nie zrobisz, samoczynnie rezygnujesz np. z czasu dla siebie lub rodziny. Oprócz tradycyjnej listy zrobić to a to, pamiętaj proszę np. o zabranii dzieci na wycieczkę.

Jeśli określiłeś swoje wartości, to będziesz wiedział co jest ważne, a co jest nieważne. Zdziwisz się, ile nieważnych rzeczy robiłeś (tyle, że pilnych) i ile ważnych pomijałeś. Czy oprócz listy rzeczy do zrobienia, masz również listę rzeczy z których należy zrezygnować?

Zawsze chciałam być „kims”. Powinnam być bardziej precyzyjna – Lily Tomlin.

Wynotuj wszystkie swoje życzenia! Biorąc pod uwagę moje dotychczasowe życie: chciałbym: (...), nie chciałbym: (...). Interesującym rezultatem tego procesu jest odkrycie, że tak naprawdę wcale nie chcemy części rzeczy, o których zawsze marzyliśmy³¹.

Czasami warto spełniać swoje życzenia w ramach motywującej nagrody, jeśli są one wartościowe.

Stephen Covey radzi prowadzić listę spraw „być może” – które być może zrobisz, a być może nie – w zależności od przemyślenia sprawy w późniejszym czasie.

Najczęściej stawiamy sobie zadania na Nowy Rok. Jednak noworoczne postanowienia rzadko są w stanie przetrwać zimę. Jeśli są tylko powiedziane, to zapał do ich realizacji topnieje wraz ze śniegiem podczas pierwszej odwilży. Trudno jest coś spełnić, jeśli po miesiącu się o tym nie pamięta. Zadania powinny być zapisane i przypominane. Czasem odradzają się na wiosnę, ale tylko na krótko jak rozkwit pąków kwiatów. Latem ma się urlop i wolne od wszelkich zmagania. Wraz z jesiennymi liśćmi

³¹ K. Hogan, 168-godzinny tydzień. Żyj w pełni 24/7, Gliwice 2010.

opada cały zapał i czeka się na kolejną datę w kalendarzu. Z każdym kolejnym rokiem wiąże się nowe nadzieje, ponawiając życzenia.

Postanowienia można też stawiać sobie w szczególnych dla nas dniach np. w imieniny czy urodziny. Kup proszę zeszyt, który posłuży Ci jako notatnik i zacznij „nowy rok” zgodnie z datą jego zakupu, czyli już nawet dziś!

Naprawdę pomocne są postanowienia miesięczne: np. marzec – przeczytam 10 książek, kwiecień – będę chodził na basen lub codziennie spacerował, maj – itd. Przez okres miesiąca koncentrując się tylko na jednym zadaniu łatwiej wywiązać się z własnego zobowiązania, a przez to wykształcić nowy nawyk i... tak już zostanie.

Pomyśl, o ile bardziej wydajni moglibyśmy być, gdybyśmy mieli właściwych ludzi pracujących nad właściwymi sprawami we właściwym czasie – nad niewielką liczną najważniejszych projektów, które w ostatecznym rozrachunku mają największe znaczenie³². Czy dzielisz zadania na pilne i na ważne?

ROZWÓJ OSOBISTY

Dobre jest to, co sprzyja udoskonaleniu osoby ludzkiej, złe jest to, co obniża doskonałość osoby. W tej zasadzie kryją się inne – Józef Tischner.

Rozwój osobisty jest kluczem do sukcesu, szczęścia i sensu w życiu, bo uwzględnia wszystkie wymiary człowieka: fizyczny, emocjonalny, umysłowy i duchowy. Najczęściej pomijaną ścieżką rozwoju jest droga duchowa, czyli doskonalenie się w tym co najważniejsze: w swym człowieczeństwie.

Rozwój osobisty jest naturalną potrzebą człowieka w postaci samorealizacji. Istnieje w nas ciekawość świata i głód wiedzy. Rodzi to twórcze myślenie i energię do działania. Rozwój wymaga poniesienia ceny poświęcenia, ale przynosi też korzyść w postaci słodkiego owocu satysfakcji z osiągnięć. Człowiek jest najbardziej szczęśliwy i odnosi największe sukcesy, wtedy gdy robi to, co daje mu sens. Rozwój opłaca się, bo im jesteśmy lepsi w tym co robimy, tym łatwiej mierzymy się z zadaniami. Mamy więcej energii i mniej jej potrzebujemy.

Myślenie o samodoskonaleniu nie polega na fantazjowaniu, ale o stworzeniu własnego ideału poprzez określenie wartości i misji oraz dążeniu do celu. Cele transakcyjne dotyczą wykonania zadania, a cele transformacyjne uczenia się.

Stephen Covey zaproponował proste ćwiczenie: wypisać wszystkie role społeczne, jakie pełniemy lub chcielibyśmy pełnić (np. ojciec, partner, kochanek, przyjaciel, pracownik, członek społeczności), a następnie każdego dnia tygodnia, przeznaczyć czas na przemyślenie i rozwijanie tych kreacji, czyli wszystkich aspektów swojego „ja”. To gwarantuje harmonijny rozwój.

Rozwój może przejawiać się przez udoskonalanie zalet lub ograniczenie wad, a także przez wypracowanie nowych konkretnych umiejętności. Generalnie praca nad zaletami jest efektywniejsza, ale każdy ma też swoją „piętę achillesową”. Najlepiej rozwijać te cechy, które są dla nas najbardziej przydatne. Nad jaką wadą lub zaletą chcesz pracować?

³² S. Covey, 8 nawyk, Poznań 2009, s. 248.

Jedyna godna rzecz na świecie: twórczość, a szczyt twórczości to tworzenie siebie – Leopold Staff.

Rozwój osobisty to nasz wewnętrzny obowiązek i wyzwanie. Rozwinięcie w sobie idei ustawicznego kształcenia to sprawa największej wagi, aby własne życie i charakter uczynić bardziej szlachetnym.

Rozwój to moja pasja wynikająca z potrzeby zmieniania świata, a tą zmianę zaczynamy od siebie. Inspirujących odpowiedzi w tym zakresie udziela Maria Skłodowska-Curie i Lew Tołstoj stwierdzając odpowiednio: „Nie można mieć nadziei na skierowanie świata ku lepszym drogom, o ile jednostek nie skieruje się ku lepszemu”, a także: „Wszyscy chcą zmieniać świat, ale nikt nie chce zmieniać siebie”. Właśnie za to cenię aforyzmy, iż jednym celnym sformułowaniem mówią tak wiele i skłaniają do głębokiej refleksji. Większość ludzi chce zmieniać innych, narzekając: ten jest taki, a ten owaki. Czasami to my sami jesteśmy problemem, a nie ten „ktoś”.

Do pewnego wieku rozwijamy się samoczynnie. Później musimy to czynić celowo. Człowiek dochodzi do pewnej granicy i chciałby zatrzymać czas dla siebie. Następuje fizyczne starzenie się, ale w żaden sposób nie ogranicza to dalszego rozwoju emocjonalnego, umysłowego i duchowego, który może trwać do ostatnich dni życia. Powinniśmy pracować nad sobą, aby tworzyć siebie. W innym przypadku nie będziemy wiedzieli do czego naprawdę jesteśmy zdolni. Nikt nie będzie doskonały (bo to nieosiągalny ideał), ale każdy powinien być coraz lepszy (w jak najlepszej wersji).

Ludzie na poziomie mistrzostwa osobistego potrafią konsekwentnie osiągać wyniki, które mają dla nich najważniejsze znaczenie. Podchodzą więc do życia, jak artysta podchodzi do swego dzieła. Osiągają to dzięki zaangażowaniu w całościowy proces uczenia się. Mistrzostwo osobiste jest dyscypliną stałego pogłębiania osobistej wizji, obiektywnego widzenia rzeczywistości³³.

Codziennie można uczyć się z doświadczeń (świadomie analizując działanie), a także od innych (z książek, gazet i netu, od mentorów, trenerów, ze szkoleń czy z wykładów na uczelni oraz z programów edukacyjnych). Jeżeli chcemy zwiększyć siłę fizyczną – to ćwiczymy, jeśli zaś moc umysłową – to uczymy się. Jaką nową cechę chcesz wypracować?

Ludzie, którzy pielęgnują to, co małe, sami staną się mali. Ci zaś, którzy pielęgnują to, co wielkie, będą wielcy – Mencjusz.

Nie wystarczy być we właściwym miejscu i czasie. Trzeba być właściwą osobą we właściwym miejscu i czasie. Wszyscy liderzy podejmowali się rozwoju osobistego i kształcenia ustawicznego. Nigdy nie jest za późno na nauczenie się czegoś nowego. Tymczasem wielu ludzi mając 30-40 lat twierdzi, że jest za stara na naukę, a przecież taka osoba ma jeszcze przynajmniej ćwierć wieku aktywności zawodowej przed sobą w dynamicznie zmieniającej się gospodarce. Tu jednak nie chodzi tylko o posadę i dyplomy uczelni, ale o pełnię świadomego życia.

³³ P. Senge, *Dyscyplina mistrzostwa osobistego – sztuka myślenia systemowego*, [w:] J. Kurtzman, G. Rifkin, V. Grifith, *MBA box. Praktyczne idee najtęższych umysłów biznesu*, Warszawa 2005, s. 31.

Jestem przekonany, że człowiek nie rodzi się z przypisanymi umiejętnościami. Musimy się wszystkiego nauczyć. To jest właśnie optymistyczne, że „musimy”, czyli możemy (i powinniśmy) sami to wypracować. Oczywiście dużo zależy od urodzenia, w tym sensie jak rodzice pokierują naszym rozwojem. Jednak jesteśmy w stanie przełamać ograniczenia przeszłości, korygując je w dorosłym życiu.

Czy umiesz pisać? Zapewne odpowiesz, że tak. Ale czy umiesz pisać lewą ręką, jeśli jesteś praworęczny lub odwrotnie? Możesz się jednak nauczyć.

Jeśli ktoś sądzi, że nie ma żadnych szczególnych uzdolnień, to jest w błędzie. Rozwój każdego wznosi na wyższy poziom. Jest to bardzo motywujące uczucie, gdy człowiek dostrzega, jak wielki potencjał w nim się znajduje, a kto nie zatrzyma się w rozwoju – odniesie zwycięstwo, chociażby nad samym sobą. Powinniśmy zatem zdążyć do doskonałości w granicach swoich własnych możliwości, które wciąż będziemy przesuwac do przodu. Zwycięstwo nad samym sobą tak wzmacnia człowieka, że ułatwia mu odniesienie sukcesu w innej dziedzinie.

Czynnikiem najbardziej oddziaływającym na Ciebie – jesteś Ty sam! Ale każdy z nas potrzebuje wsparcia, inspiracji. Człowiek świadomą decyzją jest zdolny uwolnić własny potencjał i wzmocnić indywidualne umiejętności np. słuchania, rozwijania empatii, podejmowania współpracy, panowania nad emocjami czy poprawiania nastroju itd. itp. To są życiowe sprawy, które przekładają się na codzienną jakość życia.

Kto prowadzi w Twoim życiu? Jesteś kierowcą czy pasażerem?

Ten, kto nie ma poczucia doskonałości, ten zadawała się spokojną przeciętnością – Paul Cezanne.

Wszystko co jest nowe, niesie za sobą jakieś zagrożenie. Dlatego często podświadomie mówimy sobie „nie” i następuje z pozoru bezpieczna stagnacja. Tymczasem grozi to zastygnięciem w umysłowym marazmie. Obawiamy się tego co nieznane, więc najlepiej poznawać jak najwięcej. Paradoksalnie bezpieczeństwo i wolność oferuje tylko rozwój!

Już fakt, że ktoś za cel stawia sobie kształcenie ustawiczne, wyróżnia człowieka spośród innych. To decyzja i działanie, które po wielokroć podwyższa jakość własnego życia i to również finansowego. Ludzie najlepiej zarabiający rozwijają się w swojej dziedzinie, aby zwiększać wartość oferowanej pracy.

Wielu ludzi postrzega życie jako dążenie do uzyskania tego czy tamtego, zdobycia określonych rzeczy materialnych i osiągnięcie jakiegoś stanowiska w karierze. Psychologowie nazywają to „motywacją niedoboru”. Trzeba być lepszym od samego siebie, a nie tylko od rówieśników, poprzedników, konkurentów czy sąsiadów. Liderzy dążą do spełnienia poprzez wyrażanie siebie. Czerpią satysfakcję z rozwoju osobistego i tworzenia trwałego dzieła. Dzięki temu osiągają lepsze wyniki finansowe. Rozwój ma więc jednocześnie wymiar duchowy i materialny. Nie chodzi tylko o zysk finansowy, ale także o poczucie sensu. „Jeśli będziesz ciężko pracował nad swoim zajęciem, zarobisz na życie. Jeśli będziesz ciężko pracował nad sobą, zarobisz fortunę” – stwierdza Jim Rohn.

Bycie dobrym już po prostu nie wystarcza, ponieważ wszystko wokół jest po prostu dobre. W ramach postępu domagamy się, aby wszystko było coraz lepsze. Chcemy mieć bezpieczniejszy, wygodniejszy i szybszy samochód, i wymieniamy go na nowy, lepszy model. Czy tego samego wymagasz od siebie? Czy rozwijasz się?

Prawdziwy rozwój jest powolny. Miej cierpliwość do wszystkiego, ale przede wszystkim cierpliwość do siebie – św. Franciszek Salezy.

Rozwój to sprawa codziennej pracy. Stawanie się lepszym jest procesem, a nie jednorazowym wydarzeniem, aby zmienić wzorzec z „mieć – robić – być” na „być – robić – mieć”. Na tym polega trwała osobista przemiana. Wymaga inteligentnej pracy oraz wytrwałości. Tymczasem wielu chciałoby zmienić całe swoje życie w jeden dzień i mieć z tym spokój. W jeden dzień można zmienić przekonania, które przełożą się na dalsze działania. Jednak ową zmianę należy konsekwentnie podtrzymywać.

Nie ma takiego zdarzenia, którego nie można wykorzystać z myślą o własnym rozwoju. Każde doświadczenie może okazać się pozytywne, jeśli spojrzy się na nie jak na życiową lekcję. Błędy mogą uczyć pokory oraz hartować na przyszłość. Rozwój wiąże się ze zmianą sposobu myślenia i polega na dążeniu do głębszych uczuć, nie zaś na ucieczce przed negatywnymi uczuciami. Czasami musimy poradzić sobie z cierpieniem wynikającym z braku sukcesu.

Rodzice mogą naśmiewać się z dziecka uzdolnionego artystycznie. W „Małym Księciu”, tenże bohater próbował przedstawić dorosłym swoją koncepcję boa dusicielą, który połknął słonia: „Dorośli mi poradzili, abym dał sobie spokój z rysowaniem węży boa, czy to otwartych, czy zamkniętych, a żebym lepiej się zajął geografią, historią, rachunkami i gramatyką. A zatem w wieku sześciu lat poniechałem widoków na świetną karierę malarską”.

Ile zaangażowania wkładają rodzice w stosowne wychowanie dziecka. Ile wysiłku ponosi dziecko w szkole, zanim zdobędzie wiedzę. Ile pracy poświęca rolnik, zanim zbierze plon z pola na chleb.

Świadomość skłania do refleksji. Pisząc zdałem sobie także sprawę, że napisany tekst podobnie jak charakter każdego człowieka wymaga korekty. Książka i wszystkie inne sprawy wymagają ciągłej pracy. Zawsze można coś poprawić. Co skorygujesz?

Jeśli nie stajesz się coraz lepszy, stajesz się coraz gorszy – Pat Riley.

Są trzy możliwości: postęp, zastój i regres. Zastój i regres nie wymagają żadnego wysiłku. Wystarczy tylko zatrzymać się. Jednak w wyniku zmian brak postępu oznacza zacofanie. Albo uczymy się codziennie, albo cofamy się umyślowo. Albo jesteśmy bliżej celu, albo dalej. Podciągamy się, albo opuszczamy. „I woda, stojąc, gnije”! – głosi polskie przysłowie. Rozwój lub niedorozwój – wybór należy do Ciebie!

Codziennie ulepszenia (nawet drobne) składają się na osobisty „kaizen”. To nieustanne doskonalenie. Dlatego kaizen kładzie nacisk na rozpoznanie problemów.

Jeśli ktoś naprawdę chce się rozwijać, to powinien dowiedzieć się co mu w tym przeszkadza, a to wymaga szczerości wobec siebie (i przez to czasami boli). Samozadowolenie jest błędem. Wyzwaniem jest pokonać własne słabości. To nas określa

i ogranicza. Lepiej przeprogramować swoje nastawienie z „tego nie umiem” na „tego się jeszcze muszę nauczyć”. Z praw fizyki wynika, że łatwiej się opuścić (lub kogoś ściągnąć), niż się podciągnąć.

Ludzie zwykle mają dobre intencje, podejmują szczerze postanowienia i nawet podejmują pierwsze kroki. Jednak kolejne już nie. Brak stałego poszukiwania ulepszeń (jako nawyk), brak oceny wyników (informacja zwrotna) i brak wzmocnienia działania (motywacja) przyczyniają się do zaniechania. Praktyka rozwoju to faktyczna realizacja. Wielu myśli, że działanie polega na unikaniu błędów, ale ostatecznie liczy się to, co rzeczywiście wnosi się wartościowego w końcowe dzieło.

To tak jak na życie patrzeć przez pryzmat grzechów młodości. Wielu młodych rozwijając się popełnia błędy. Szczerze, co my sami robiliśmy będąc w młodym wieku? Czy pamiętamy swoje głupie błędy? Jesteśmy mądrzejsi, lecz nadal je popełniamy. I co z tego? Nie jest to usprawiedliwienie, ale zrozumienie dla pewnych sytuacji.

Dzikiego rumaka można okiełznać i mieć wspaniałego wierzchowca. Nie zmienimy swojej ludzkiej natury, ale możemy nad nią zapanować. Można powiedzieć: „taki już jestem”, ale można się też zapytać: „czy taki być muszę?”.

Wzrost dla samego wzrostu to filozofia komórki rakowej – Edward Abbey.

W naturze życia leży rozwój, więc ograniczanie się byłoby wbrew naturze (chyba że, świadome ograniczenie ego dla wyższych celów). Należy rozróżniać rozwój od rozrostu. Rozrost z 80 kg do 100 kg nie oznacza jeszcze rozwoju człowieka. Przyrost wagi może po prostu oznaczać zwyczajne roztycie.

Rozwój jest koniecznością w tym sensie, że indywidualne osoby w coraz większym stopniu będą musiały czuć się odpowiedzialne za kształcenie ustawiczne i zapewnienie sobie sukcesu w pracy. Osiągnięcia znaczą jednak niewiele, jeśli nie odnosimy sukcesów jako człowiek. Należy pamiętać o wartościach odnoszących się do wyższych celów. Warto wykorzystać swoje umiejętności i energię do wypełniania dobrych zadań.

Z badań wynika, że po osiągnięciu najwyższego stopnia rozwoju zwracamy uwagę nie tylko na własne potrzeby, ale także na potrzeby innych. Ludzie, którzy osiągnęli najwyższy stopień moralnego rozwoju, są altruistami. Im bardziej zapominamy o sobie – oddając się sprawie, której pragniemy służyć, bądź też osobie, którą pragniemy kochać – tym głębsze jest nasze człowieczeństwo i tym bardziej urzeczywistniamy swój potencjał. W ten sposób można przerosnąć siebie. Aby być liderem, trzeba służyć innym. Aby być wielkim myślicielem, trzeba umieć odczuwać. Musimy otwierać się na ludzi, żeby móc prawidłowo się rozwijać.

Badania dowodzą, że ludzie po pięćdziesiątce, którzy uczą się, zgłębiając interesujące dla nich tematy, są bardziej skłonni do odczuwania zadowolenia z życia i bardziej skłonni do odnajdywania w sobie energii (Helterbran 1999)³⁴.

Jeśli nie realizujesz swojego potencjału, to dlaczego tak się dzieje?

³⁴ D. Niven, 100 prostych sekretów lepszej połowy życia, Warszawa 2010, s. 211.

Marketingu można nauczyć się w jeden dzień, jednak na osiągnięcie mistrzostwa w tej dziedzinie potrzeba całego życia – Philip Kotler.

Doradzam, aby do własnego rozwoju podchodzić w sposób wytrwały, krok po kroku, dzień po dniu. Interesować się wszystkim, co pomoże w drodze do celu, a pojawiające się problemy traktować jak znaki. Być elastycznym jeśli chodzi o szczegóły, ale konsekwentnym jeśli chodzi o istotę sprawy. Życie dokonując postępu. Nawet jeśli zbuduje się nowy dom, to i tak trzeba go konserwować i remontować. Nawet jeśli ktoś jest w czymś naprawdę dobry, to i tak powinien nad tym pracować.

Warto opracować strategię rozwoju osobistego, żeby nie być osobą która „dobrze zapowiadała się, a (...)” lecz osobą „odnoszącą sukcesy”. W życiu prywatnym rzadko stosujemy równie zdyscyplinowane podejście jak w pracy. Wielka szkoda, bo życie to coś więcej niż praca. Warto być oddanym własnemu życiu. Jediną drogą człowieka i powtórzyć to z pełnym przekonaniem, jest rozwój.

Kilkukrotnie powtarzam w książce pewne wątki (i jak to z ludźmi: dla jednych może to być irytujące, a dla drugich inspirujące), ale szybka nauka to nie kurs szybkiego czytania. Tak mądrość to coś więcej niż wiedza.

Jak to się mówi „raz posłuchaj (poczytaj), raz zobacz, raz zrób”. Kto czyta, słucha i patrzy, myśli – wie więcej. Kto ćwiczy, naprawia i poprawia, działa – umie więcej.

Rozwijając koncentrujemy się na własnych postępach. Rozwój to stwarzanie różnych możliwości w dalszym życiu. Zrozumienie siebie jest podstawą realizowania indywidualnego potencjału jako niepowtarzalnej istoty ludzkiej. Posiadamy przecież wyjątkowe cechy.

Szczerze proszę, czy uważasz, że brakuje Ci zdolności, czy brakuje Ci wytrwałości do wykorzystania tych zdolności?

Wypracowując własną filozofię życia i kulturę rozwoju odkryjemy swoje powołanie – powołanie do wielkości. Akme to najwyższy szczyt, rozkwit, dojrzałość. Akme dotyczy również Ciebie! Czy rzeczywiście wierzysz, że masz w tym życiu rolę do odegrania?

CENA POŚWIĘCENIA

Po pierwsze – zdecyduj czego naprawdę chcesz. Po drugie – określ cenę, którą jesteś gotów zapłacić, by to uzyskać, a potem zdecyduj się ją zapłacić –

H. L. Hunt.

Sukces ma swoją cenę, bo aby coś osiągnąć, to należy się temu poświęcić. Dlatego wyznaczając cel, należy uwzględnić zagadnienie „za cenę” i jest to zapłata z góry! Z tym, że jest płacona w codziennych ratach. Wyrzeczenie to inwestycja. Musimy najpierw zainwestować czas, zdrowie (energię) i pieniądze, nim nasze wysiłki zaowocują. Są to jednak nakłady bez gwarancji zysku, więc warto określić dokładnie, co można poświęcić.

I tak jak w górach ceny są wysokie, a nad morzem słońce ☺, tak cena poświęcenia ma swoją wysoką i słoną „wartość”. „Nie ma owocu, który nie byłby gorzki, zanim dojrzeje” – stwierdził Publiusz Syrus.

Ten, kto chce osiągnąć niewiele, musi niewiele poświęcić. Ten, kto chce osiągnąć więcej, musi więcej poświęcić. Ten, kto chce wznieść się na wyżyny swoich możliwości, musi poświęcić się temu całkowicie. Co możesz poświęcić?

Poświęcenie jest ofiarą dobrego dla lepszego – Jan Fedorowicz.

Warto traktować czas jako coś wyjątkowo cennego i dysponować nim z niezwykłą rozważą. Jeśli go nie szanujemy, to mamy problem. W życiu płacimy nawet za swój własny czas.

Przemyślane działanie (w postaci ćwiczeń i pracy) to poważna inwestycja w lepszą przyszłość. Chodzi tu też o decyzję, w którym kierunku podążymy. Mistrzostwo to dzieło wytrwałej praktyki. Każdy sukces jest zwycięstwem determinacji.

Osiągnięcia naukowców są owocem wielu lat pracy. Student z respektem czytający książkę profesora, myśli: nigdy nie zdołam napisać czegoś równie dobrego. Uważa jego dzieło za przejaw wyższej inteligencji, a nie myśli o wielu latach badań i pracy, które ostatecznie doprowadziły do publikacji. Ukierunkowanie na proces zmusza nas do postawienia sobie pytania: „jak mogę to zrobić?”, a nie: „Czy mogę to zrobić?”³⁵.

Pisanie książki jest satysfakcjonujące, ale wymaga ciężkiej pracy. Włożyłem wiele serca w jej napisanie i nie mogę być do końca pewien reakcji Czytelników na moją filozofię sukcesu.

Każdy z nas sam decyduje ile pracy jest gotów włożyć w swoje dzieło. Osiągnięcie sukcesu wiąże się z pokonaniem własnych ograniczeń. Czemu chcesz się poświęcić?

Wielkie umysły mają cele, inne mają życzenia – Washington Irving.

Każdy chciałby wieść udane życie, ale tylko nieliczni gotowi są zapłacić należną za to cenę. Większość wybiera krótkotrwałe korzyści, bez konieczności ponoszenia jakichkolwiek kosztów. Owa „większość” nigdy nie poświęci się całkowicie temu, aby zdobyć bogactwo. Tymczasem zapytani czego pragną najbardziej, odpowiedzą życzeniowym sloganem: „więcej pieniędzy”. Nie określając przy tym dokładnej sumy, ani czasu w jakim chcieliby to osiągnąć. A jeśli już, to chcieliby zbyt dużo i to natychmiast. Czas jednak mija, a nic się nie zmienia. Narzekanie jest znacznie łatwiejsze, niż podejmowanie działań zmierzających do osiągnięcia celu. Ludzie wołają cuda od pracy, stąd popularność bajki o złotej rybce. Ignoranci widzą potem tylko widoczne skutki rzeczy, nie zaś samą istotę rzeczy. Wskazują na szczęśliwy los. Nie zauważają podejmowanego dzieła pracy.

Co jednak robiliby człowiek, gdyby do końca życia miał wszystko to co chciał, jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki? Paradoksalnie nudził się i gnuśniał.

Czy umiesz się poświęcić dla innych?

Bacz wpierv na oddawanie usług zanim spojrzysz na zysk – Henry Ford.

Psycholog Walter Mischel przeprowadził eksperyment badając samokontrolę u czterolatków. Dziecko zostawało same w pokoju, w którym był dzwonek. Miało do wyboru: cierpliwie czekać na powrót dorosłego (za co dostawało dwa cukierki) albo

³⁵ T. Butler-Bowdon, *Złota 50 podręczników samodoskonalenia*, Warszawa 2009, s. 201.

zadzwoić, by wezwać psychologa i otrzymać jeden cukierek. Niektóre przedszkolaki potrafiły się oprzeć chęci natychmiastowego zjedzenia cukierka, inne używały dzwonka. Ten wybór ma konsekwencje w późniejszym życiu. Świat dorosłych to stale oczekiwanie na nagrodę. Zanim opanujemy jakąś umiejętność, poświęcamy na jej doskonalenie wiele czasu, nawet na deser czekamy do końca obiadu. Świat dzieci jest zupełnie inny – rządzi w nim hasło: ja tego chcę i to natychmiast! (...) Eksperyment zapoczątkowany przez Mischela jest kontynuowany. Psycholodzy obserwują sukcesy i porażki dorosłych już uczestników badania. Ci, którzy w wieku czterech lat oparli się pokusie, jako młodzi byli bardziej niż pozostali lubiani przez rówieśników, lepiej sobie radzili z przeciwnościami losu, wierzyli w siebie, nie wycofywali się z podjętych zadań nawet mimo piętujących się trudności. Na studiach potrafili pogodzić rozrywkę z nauką. Jako partnerzy tworzyli udane związki i dobrze funkcjonujące rodziny. Dlaczego? (...) Samokontrola, czyli panowanie nad impulsami i reakcjami, jest działaniem świadomym. Kontrolujemy myśli, emocje, pragnienia i zachowanie, by się dopasować do norm społecznych. Bez samokontroli nie mogliśmy pokonywać słabości charakteru i destrukcyjnych zachowań ani funkcjonować w grupie. Do samokontroli trzeba dojrzeć³⁶.

Te dzieci, które mają zaspakajane wszystkie potrzeby, nie umieją być szczęśliwe, bowiem stają się nałogowcami tego, co jest przyjemne. Gdy czegoś im zabraknie, są sfrustrowane. Jako dorośli konsumują najszybciej.

Paradoksalnie, aby być spełnionym należy umieć odraczać w czasie przyjemność nagrody. Jako dziecko pamiętam robienie zapasów na zimę. Zbierałem jagody i maliny, żeby mama zrobiła przetwory. Chociaż pragnąłem zjeść wszystko od razu, to musiałem się jednak powstrzymać, aby nazbierać cały słoik i nie wrzucać owoców do „dziurawego dzbanka”, jak nazywałem swój mały brzuszek. Zimą otwierałem słoik pysznych malin, a wraz z nim przywoływałem wspomnienie lata. Wtedy nauczyłem się „aby nie zjadać malin od razu” i miałem odrobinę lata w zimie.

Przysłowiowe „nie zjedzenie cukierka” w dorosłym życiu to nauka nim podejmiemy się pracę lub oszczędzanie na przyszłość. Najczęściej ludzie koncentrują się na osiągnięciu natychmiastowych korzyści. Podejmują działania, które na dłuższą metę przyniosą negatywne skutki np. kredyty w myśl zasady: „mieć to, co chcę, teraz, już”. Niewątpliwie w życiu istnieje wiele pokus, które odciągają nas od realizacji celu. Dokonywane wybory determinują przyszłość. Bierzesz kredyt konsumpcyjny i spłacasz odsetki czy oszczędzasz i żyjesz z odsetek od zgromadzonego kapitału?

Znam cenę sukcesu: to poświęcenie, ciężka praca oraz nieustanne oddanie sprawie, nad którą pracujemy – Frank Lloyd Wright.

Jeśli chcesz rzeczywiście osiągnąć wytyczony przez siebie cel, zanim zaczniesz, musisz zdać sobie sprawę z wysiłku, jaki musisz włożyć w jego realizację oraz z jego rezultatów. Nawet jeżeli uda Ci się go osiągnąć, to efekty mogą okazać się niezgodne z Twoimi oczekiwaniami (...) Błędnie określone czynniki wpływające na realizację

³⁶ Ewa Nieckuła, Test cukierka, Wprost, 9.11.2009, s. 88.

zamierzeń, to³⁷: (1) Czas: realizacja celu zajmuje im więcej czasu, niż początkowo zakładali. Ludzie nie mają czasu, żeby zrealizować zamiary, (2) Wysiłek: realizacja celu jest trudniejsza, niż oczekiwali. Nie jest warta wysiłku, (3) Problemy: nie spodziewają się kryzysu, który może pokrzyżować ich plany i odciągnąć od wytrwania w swoim postanowieniu, (4) Nagrody: dostrzegają rezultaty swoich działań, podczas gdy inni nie zwracają na nie takiej uwagi, jakiej by oczekiwali, (5) Utrzymanie efektów: kiedy już osiągają swój cel, zapominają, jak trudni utrzymać się w formie. Ponieważ nie zakładają, że zasady, wprowadzone podczas diety i ćwiczeń, będą musieli stosować przez resztę życia, powoli wracają do starych nawyków i w ogóle zapominają o diecie i ćwiczeniach.

W przypadku osiągnięcia wysportowanej sylwetki to jej osiągnięcie jest możliwe, ale trudno osiągalne. Mniejszej części rzeczywiście się to udaje. Jednak wymaga to o wiele więcej wysiłku, niż obiecują reklamy, książki czy trenerzy na siłowni.

Cena poświęcenia strażaków lub ratowników jest często wielokrotnie wyższa niż cena naszego poświęcenia. My najczęściej poświęcamy reputację czy komfort życia, podczas gdy oni narażają własne życie i zdrowie.

Osiągnięcie trwałego sukcesu wymaga osobistych poświęceń i ciągłego wysiłku w celu uzyskania i podtrzymania efektów. Nie brzmi to zbyt zachęcająco, jednak odpowiedz proszę na dwa pytania: Jaka jest cena poświęcenia? Jakie koszty poniosę, jeśli nie zapłacę ceny poświęcenia?

ANALIZA SWOT – BYŁBYM LEPSZY, GDYBYM...

Poznaj swoją największą zaletę, swój największy dar – Baltasar Gracian.

Analiza SWOT to analiza mocnych i słabych stron oraz analiza szans i zagrożeń z nimi związanych. W języku chińskim słowo kryzys składa się z dwóch znaków: pierwszy oznacza „zagrożenie”, drugi zaś „szansę”. Samo życie niesie obfitość szans i różne zagrożenia. To od nas najbardziej zależy, czy nowa sytuacja okaże się szansą.

Jesteśmy różni i w różnych rolach się sprawdzamy. Dlatego warto świadomie dokończyć osobistą analizę SWOT, realnie oceniając wady i zalety. Uczciwy bilans życia osobistego i zawodowego przyniesie nowe spojrzenie na dotychczasowe działania.

Co jest Twoją największą zaletą? Aby wygrać w kartach trzeba mieć jakiś atut. Nigdy nie zapominajmy o własnej wyjątkowości. Posiadamy mocne strony, ale dodatkowo warto jeszcze nad nimi popracować, aby wskazane cechy były jeszcze silniejsze. Kapitalizację przynosi koncentracja i skuteczne wykorzystanie zalet. To droga do rozwinięcia pełni możliwości.

Szczęśliwi ci, którzy mogą dowiedzieć się o swych wadach i naprawić je – William Szekspir.

Co jest Twoją największą wadą? Nawet najsilniejszy ma swoją piętę achillesową – przynajmniej jedną przeszkadzającą w życiu cechę charakteru. Pierwszym krokiem

³⁷ M. Goldsmith, M. Reiter, Sukces ...i co dalej?, Gliwice 2009, s. 286 i 285.

jest świadomość, że czasem szkodzimy samym sobie. Zwykła „pięta” powoduje, że jest się kulawym, co uniemożliwia dojście na szczyt np. człowiek z przepracowania upada na zdrowiu. Czasami potrzebujemy innych ludzi, aby unaocznili nam wady, których sami nie dostrzegamy. Jednak nawet najbliżsi nie będą wcale skłonni do ich wskazania. Pamiętajmy, że jako ludzie mamy tendencję do przeceniania niektórych zalet, ale także do wyolbrzymiania pewnych wad, podczas gdy jesteśmy trochę lepsi lub trochę gorsi. Czasami też całkowicie ignorujemy niektóre słabości. Jeśli zna się już słabe strony, to można je poprawić.

Analiza SWOT wskaże nam co robimy, a czego nie robimy. Dzięki wiedzy na temat siebie, można maksymalizować zyski przy minimalizacji kosztów. Liderzy wcale nie odznaczają się nieograniczonymi możliwościami. Są jednak świadomi swoich zdolności, jak również własnych ograniczeń.

Kto nie uwierzy w własny rozwój, ten na zawsze pozostanie szarym przechodniem – Johann Wolfgang Goethe.

Chcę Ci zaproponować dobry sposób na szybką poprawę Twoich umiejętności przemawiania (za książką „Sztuka przemawiania”³⁸), który wymaga tylko chwili refleksji i żadnych nakładów finansowych. Analizując swoje każde wystąpienie publiczne uzupełniaj poniższe zdanie: „Byłbym lepszym mówcą, gdybym (...)”. Technikę uzupełniania zdań na wszelkie tematy wymyślił Nathaniel Branden. Po każdym dniu zapisz taką myśl, w zależności od tego czym się zajmujesz lub na czym Ci szczególnie zależy:

„Byłbym lepszym człowiekiem, gdybym (...)”.

„Byłbym lepszym przedsiębiorcą, gdybym (...)”.

„Byłbym lepszym pisarzem, gdybym (...)” itp.

Należy być szczerym wobec siebie. Zapisywać codzienne uwagi i regularnie przeglądać notatki. Będą one drogocennymi wskazówkami. W ten sposób utworzy się swój własny przepis na sukces (przemyślany i sprawdzony w działaniu).

Byłbym lepszym (...), gdybym (...) – codziennie przemyśl to, co powinienesz robić, żeby być lepszy!

„Po sposobie, w jaki spełniasz swój obowiązek poznasz wartość swoją” – stwierdza właśnie Goethe. Jak być lepszym?

³⁸ J. Detz, Sztuka przemawiania. Nic nie mówić, ale jak mówić, Gdańsk 2008, s. 125.