

TO, ČO JE UKRYTÉ ZA DVERAMI



Martin Bean

Autor: © Martin Bean
Obálka: © Zuzi Maat
Korektúra: Anetta Letková
Vydavateľstvo: © Elist s.r.o., Liptovský Mikuláš
Rok vydania: 2019

Všetky práva vyhradené. Nijaká časť tejto knihy nesmie byť reprodukováná, uchovávaná v rešeršných systémoch alebo prenášaná akýmkoľvek spôsobom vrátane elektronického, mechanického, fotografického či iného záznamu bez predchádzajúceho písomného súhlasu autora, respektíve vydavateľa.

ISBN: 978-80-8197-232-4

*Venované tým, ktorí boli na kolenách a dokázali vstať.
Ľuďom, ktorí ma inšpirovali. A mojim trom ženám.*

ÚVOD

Stál som pred dverami svojho domu a rukou som tuho stískal chladnú kovovú kľučku. Predstavoval som si všetkých duchov, ktorí sa za dverami mohli nachádzať. Počul som hlasné výkriky v hlave. Bolo to horšie, ako ich vidieť na vlastné oči, pretože v mojich predstavách boli naozaj hrôzostrašní. Cítil som sa ako malé dieťa, ktoré sa bojí pozrieť pod posteľ a jeho jedinou záchranou je posteľ rodičov. Vystrašený a osamelý.

Moja myseľ produkovala nekonečné množstvo scenárov a ani jeden z nich nemal šťastný koniec. A vtom sa vo mne niečo zmenilo. Uvedomil som si, že predsa môžem zlyhať v tom, čo nechcem robiť. Môžem skoncovať so životom, ktorý ma nenapĺňa, a môžem začať robiť to, čo budem milovať... Potom to už bolo jednoduché.

Otvoril som dokorán zaprášenej dvere, za ktorými mali byť duchovia, a výkriky v mojej hlave v tej chvíli utíchli. Neboli tam. Namiesto nich sa za dverami nachádzalo iba zrkadlo a v ňom usmiata tvár. „Tak poďme na to,“ povedal som si.

Od toho momentu som prestal prežívať a začal som žiť. Pochopil som, že život je príliš krátky na to, aby som väčšinu z neho premrhal predstavovaním si bubákov. A stačila mi na to iba jediná správna myšlienka. Impulz.

Možno mi nebudete veriť, ale v tej chvíli som pocítil niečo nadpozemské, čosi ako výboj defibrilátora, ktorý ma prebral k životu. Tak sa začala moja cesta.

Nie. Naozaj nie som motivátor, iba som napísal knihu o tom, čo už všetci dávno vedia. Veď predsa každý vie, ako sa stať lepším a úspešnejším človekom. Motivátor je ten, kto inšpiruje. Ježiš Kristus bol motivátor, pretože ovplyvnil milióny ľudí, aby kovali dobro. Wolfgang Amadeus Mozart bol motivátor. Einstein, Tesla a mnohí ďalší.

Tí, ktorí ovplyvňujú ľudí, menia svet. Ľudia, ktorí sú inovatívni napriek tomu, že na začiatku svojej cesty boli terčom posmeškárov, ľudia, ktorí sa nevzdávajú, majú svoje sny a menia ich na realitu, to sú skutoční motivátori.

Žijeme v časoch, keď sa človek dokáže veľmi ľahko stať úspešným človekom a rovnako ľahko sa vie stať žobrákom. Práve preto si väčšina z nás zvolí radšej zlatú strednú cestu a udržiava si status obyčajnosti, než aby riskovala svoj „pozlátený“ život. To však nie je rozumné. Veď rozdiel medzi úspešným a priemerným človekom je iba v malom kúsku sebavedomia navyše.

V maličkom kúštičku sebavedomia, ktoré rozhodne o tom, či sa človek vydá na svoje dobrodružstvo, či urobí prvý krok, alebo zostane stáť na mieste.

Táto kniha má len jeden cieľ – pomôcť jedinému človeku, aby sa stal tým, čím sa chce stať. Aby sa nebál veľkosti svojich snov. Aby veril sám sebe.

Táto kniha má za cieľ pomôcť tebe.

Keď spoznáš vlastnú myseľ a naučíš sa ju používať, ona začne pre teba pracovať. Zabudni na motivačné frázy, ktoré ľudia tak radi recitujú pred zrkadlom. Pokiaľ nie si vyrovnaný vo svojom vnútri, sú to pre teba len slová. Nič viac.

Každý človek pozná návod, ako byť úspešný, nie je to žiadne tajomstvo. Už veľakrát som počul vetu: „Tiež by som to dokázal.“ A som presvedčený o tom, že aj ty.

Prečo teda drvivá väčšina z týchto ľudí nie je úspešná? Odpoveď je jednoduchá.

Pretože majú strach z toho, čo je ukryté za dverami.

*„Nechod' vždy len po vychodených cestách,
lebo vedú tam, kde už boli iní.“*

ALEXANDER GRAHAM BELL

POZNÁŠ SA?

Písal sa rok 2006 a mňa čakal pracovný pohovor, ktorý mal rozhodnúť o tom, či dostanem miesto v jednej veľkej medzinárodnej spoločnosti v našom hlavnom meste. Bol som mladý, plný očakávania, namotivovaný, túžil som mať lukratívne miesto v stabilnej spoločnosti a pekný plat, ktorý by mi moji rovesníci závideli.

Pohovor prebiehal celkom fajn, odpovedal som na tradičné otázky o svojich skúsenostiach, ktoré v tom čase neboli prakticky žiadne, o svojich cieľoch a podobne. Potom mi však pani, ktorá viedla pohovor, položila otázku, ktorá ma zaskočila.

„Kto je Martin Bean?“

Asi desať sekúnd bolo ticho. Usmial som sa a usmiala sa aj ona. Nevedel som, ako mám na jej otázku zareagovať. „Veď som jej už povedal, kde som študoval a aká bola moja posledná práca,“ hovoril som si v duchu.

Ticho začalo byť už celkom nepríjemné, tak som sa snažil vyžmýkať zo seba aspoň niečo. Odpovedal som, že mám rád šport a kino, nič viac. Pani, sympatická päťdesiatnička s dlhými blond vlasmi a okuliarmi, sa opäť usmiala. Hneď po pohovore som si uvedomil, že na kino a futbal sa ma asi nepýtala.

Pýtala sa, kto som a nie, čo mám rád. „Doriti!“ Na pohovore som bol celkom nervózny a aj hlava mi vtedy akoby štrajkovala. Bolo to v časo, keď firmy na Slovensku začínali používať rôzne progresívne metódy prístupu k zamestnancom a ja som nebol na to evidentne ešte pripravený. Prácu, o ktorú som sa zaují-

mal, dostal niekto iný, niekto, kto na tú otázku možno odpovedal lepšie ako ja. Pokojne to však mohol byť aj ktosi s bohatšími skúsenosťami, keďže ja som bol vtedy ešte len „ucho“.

S odstupom času som rád, že som to miesto nedostal a musel som ďalej premýšľať, ktorým smerom sa vyberiem. Keby som sa bol vtedy upísal tej veľkej spoločnosti, možno by som sa nestal tým, kým som dnes. A asi by neexistovala ani táto kniha.

Vtedy som si uvedomil, že poznať sa je základ. Povedz, ako by si odpovedal ty, keby ti niekto položil rovnakú otázku ako mne pani na pohovore? Kto si? Na ceste za úspechom by mal byť toto tvoj prvý krok – musíš zistiť, kým skutočne si. Na nasledujúcich riadkoch sa dozvieš o postupe, ktorý vo svojich začiatkoch aplikovali viacerí úspešní ľudia. Nejde o nič prevratné, no je to dôležité pre tvoju motiváciu, ktorú budeš na svojej ceste určite potrebovať.

Zober si čistý papier, najlepšie formátu A4.

Na ľavú polovicu papiera napíš najskôr svoje silné a potom slabé stránky. Tieto slová znázorňujú tvoje dnešné „JA“, avšak už od zajtra to bude tvoje minulé „JA“.

Na pravú polovicu papiera potom napíš, kým sa chceš stať a aké silné stránky a charakterové vlastnosti by si si chcel osvojiť. Táto skupinka slov znázorňuje tvoje budúce „JA“.

Teraz môžeš vidieť začiatok svojej cesty a cieľ.

Daj si záväzok, že každý deň urobíš nejaký krok, aby si sa priblížil k svojmu budúcemu „JA“. Vôbec to nemusí byť nič veľké, aj malé krôčiky sú viac ako prešľapovanie na mieste.

Zaves si tento papier niekam, kde ho budeš mať každý deň na očiach, napríklad na chladničku. Teraz bude tvojou „motivačnou modlou“. Znázorňuje tvoju cestu, tvoje pokroky a pozrieš sa naň vždy, keď budeš pociťovať nedostatok motivácie.

V takých chvíľach sa zameraj hlavne na svoje minulé „JA“ a budeš vidieť, ako sa čo i len pri troche úsilia denne meníš na to, kým sa chceš stať.

Zistíš, že aj ten najmenší krôčik má zmysel, pokiaľ kráčaš správnym smerom.

Tento jednoduchý psychologický postup ti neuveriteľne pomôže pri každej strate motivácie, ktorá s určitosťou príde, ak sú tvoje ciele dlhodobejšieho charakteru. Či chceš byť úspešný fitness tréner, majiteľ stánku s bagetami alebo čokoľvek, čo ti napadne, nezískaš to hneď. A čo trvá viac ako pár dní, to si už vyžaduje určitú dávku motivácie.

Motivácia je podľa mojich skúseností to najpodceňovanejšie slovo u priemerných ľudí, pričom práve ona je najhlavnejším faktorom, ktorý rozhoduje o tom, či zoberieme do ruky knihu, ktorá nás niečo naučí, alebo či sa oblečieme, zbalíme si veci a ideme do posilňovne.

Priemerní ľudia slovo motivácia poznajú, stretávajú sa s ním vždy, keď sa do niečoho odhodlajú, avšak ich sila vôle alebo, lepšie povedané, slabosť sa postará o to, že po niekoľkých dňoch sa ich motivácia úplne rozplynie.

Motivácia

(lat. motus – pohyb)

Je vnútorná hnacia sila, ktorá vyvoláva aktivitu organizmu a tlačí nás k uspokojeniu našich nenaplnených túžob a potrieb.

Práve preto jej skutočnému potenciálu neveria.

Určite poznáš reči typu: „To by som zvládol“ a: “To dokáže každý.“ Ľudia ich majú vo zvyku vravievať, keď vidia úspech niekoho iného.

Je to pravda, dokázal by to každý. Lenže nie každý úspech aj dosiahne.

Dosiahnutie cieľov je dlhodobý proces, ktorý si vyžaduje vytrvalosť a udržiavanie si práve motivácie na určitej úrovni. Preto úspešní ľudia potrebujú nástroje, rituály a stratégie.

Hlavne vďaka nim nakoniec dosiahnu svoje ciele. Dá sa povedať, že motivácia a sila vôle sú dva elementy, bez ktorých sa nedajú dokázať veľké veci.

A práve na to slúži táto kniha, prvá zo série STROM ŽIVOTA. Opisuje stratégie na udržanie si motivácie, ukazuje techniky na zosilnenie vôle a nabáda na rozhodnutia, ktoré odlišujú úspešných ľudí od tých priemerných.

Od ľudí, ktorí sa radšej zdržiavajú vo svojej komfortnej zóne.

Komfortná zóna je bezpečná a pohodlná bublina, v ktorej žije väčšina ľudstva. Títo ľudia sú spokojní vo svojej zóne komfortu, pretože majú pocit, že keď budú tvrdo pracovať, môžu si dopriať čokoľvek z bohatého výberu potravín a oblečenia, môžu chodiť raz ročne na týždňovú dovolenku pri more a cez zimu na víkendový wellness pobyt. Viac nepotrebujú.

Prečo by mali riskovať a stratiť tieto benefity konzumnej spoločnosti? Ved' keď budú pracovať ešte tvrdšie, môžu si predsa dovoliť aj nové auto z reklamy. Na splátky.

Aby sme však o ľuďoch z komfortnej zóny nehovorili iba negatívne, je pravda, že sú veľmi dôležití – pre úspešných jedincov. Ako sa hovorí: Keď si nezačneš plniť svoje sny, najme si ťa niekto, komu pomôžeš plniť tie jeho.

„Nečakajte. Ten pravý čas nepríde nikdy.“

NAPOLEON HILL

ŽIVOT V STRACHU

Bol raz jeden chlapec, ktorý sa narodil v Juhoafrickej republike v meste zvanom Pretória. Tento chlapec sa odlišoval od ostatných detí v škole tým, že bol najmenší v triede, a aj preto bol často terčom šikany. Ukrýval sa do svojho vlastného sveta a jeho najlepšími priateľmi boli vedecko-fantastické knihy a komiksy.

Keď sa niekoľkokrát stalo, že chlapec neodpovedal rodičom na ich otázky, mysleli si, že ich syn má problémy so sluchom. Navštívili preto lekára, ktorý zistil, že jeho diagnóza je úplne iná. Chlapec občasne prestával vnímať svet okolo seba, čomu nepomohla ani otcova násilná povaha, s ktorým chlapec žil po rozchode rodičov. Taktiež sa pravidelne uchýľoval k "útekem z reality" vo forme videohier a programovania. Zo starých súčiastok si ešte len dvanásťročný chlapec poskladal svoj prvý počítač a naprogramoval prvú hru, ktorú mu dokonca publikovali v špecializovanom časopise.

O pár rokov neskôr poslal tento chlapec do vesmíru svoju prvú raketu a dnes je 53. najbohatším človekom planéty. Viedol úspešnú firmu PayPal, aktuálne je najhlavnejšou osobou v štruktúrach firiem Tesla, SpaceX a Boring Company a jeho ďalším cieľom je kolonizovať Mars.

Tento chlapec sa volá Elon Musk a je synonymom toho, že naša myseľ má nekonečnú moc.

Pokiaľ máš sny, vieš ich aj uskutočniť.

Elon je človek, ktorého ciele boli a sú nereálne a on ich napriek tomu dokáže premeniť na skutočnosť. Je skutočný motívator a vzor pre ľudí.

V našom „slobodnom“ svete je slobodný len ten, kto nemá strach. Realitou však je, že väčšina ľudí dnes žije v strachu, hoci sa to tak nemusí na prvý pohľad javiť. Nejde totiž o strach z neúspechu, ktorý vie byť viditeľný, ale stále viac ľudí začína limitovať strach z úspechu. Určite ste už zachytili nejaké články na túto tému. Osobne som postrehol v tomto roku minimálne tri.

Takáto forma obáv a neistoty nie je taká viditeľná ako strach z prehier a ani ľudia, ktorých sa to priamo týka, si ju často neuvedomujú.

Spomenutí ľudia stoja na prahu príležitosti a premýšľajú, ako veľmi sa ich život zmení, keď vykročia zo svojej komfortnej zóny. Pýtajú sa, čo môžu stratiť, namiesto toho, aby sa sami seba opýkali, čo môžu získať – to je strach z úspechu.

Strach z neúspechu je prirodzený. Rovnako ako strach z bolesti, pavúkov, ale strach z úspechu je iba dôsledok komfortného sveta, v ktorom všetci žijeme. Nie je pre človeka prirodzený. Vytvorila ho táto éra pozlátka, keď sme dostali jednoduchý život ako na podnose, podmienený tvrdou prácou a pôžičkami.

Strach z úspechu nie je správny ani prirodzený. A ty by si mal poznať rozdiel.

Pozlátený život je ten, ktorý nie je ťažké vybudovať. Nepotrebuješ na to žiadnu extrémnu námahu, stačí sa len zamestnať a banky ti ochotne poskytnú financie, aby si si mohol kúpiť, čo budeš chcieť.

Prípadne môžeš banky vynechať, odkladať si z výplaty každý mesiac nejakú sumu a o pár mesiacov uťahovania si opasku si budeš môcť zadovážiť vďaka ojazdené auto. Ak by si však mal v pláne začať si sporiť na byt či starší domček, prajem ti veľa šťastia. A veľa rokov. Bez dobrej tety Banky to nepôjde.