

Autor bestsellerov *Vytvorte si svoju vlastnú budúcnosť* a *Žiadne výhovorky!*

BRIAN TRACY

PÁN SVOJHO

ČASU



Jedinečná metóda
na dosiahnutie
lepších výsledkov
za kratší čas

PÁN SVOJHO

ŽIVOTA

BRIAN TRACY

**PÁN SVOJHO
ČASU**

Jedinečná metóda na dosiahnutie
lepších výsledkov za kratší čas

**PÁN SVOJHO
ŽIVOTA**



MASTER YOUR TIME, MASTER YOUR LIFE

Original English language edition published by Tarcher © 2016 by Brian Tracy.

Slovak Language edition copyright © 2017 by Eastone Group, a. s.

Translation © 2017 Peter Štrba

Z anglického originálu *Master Your Time, Master Your Life*, vydaného v roku 2016 vydavateľstvom Waterside Productions, do slovenčiny preložil Peter Štrba.

V roku 2017 vydalo vydavateľstvo Eastone Books, Bratislava.

Redakčné úpravy: Marianna Petrová

Korektúry: Silvia Bálintová

Layout: Studio Eastone

Tlač: Kasico, a. s.

www.eastonebooks.com

Všetky práva vyhradené. Okrem použitia ukážok na účely recenzie a kritiky žiadna časť tejto knihy nesmie byť reprodukováná ani šírená v akejkoľvek forme alebo akýmkoľvek prostriedkami bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa.

ISBN 978-80-8109-330-2

OBSAH

ÚVOD	<i>Rôzne druhy času</i>	VII
1	Čas na strategické plánovanie a stanovenie cieľa	1
2	Produktívny čas – keď toho dokončíte viac	19
3	Čas, ktorý zlepšuje príjem	39
4	Voľný čas	53
5	Čas na prácu	63
6	Čas na tvorivosť	79
7	Čas na riešenie problémov a rozhodovanie sa	101
8	Čas na rodinu a okolie	115
9	Čas na oddych a relaxáciu	133
10	Čas na ticho	149
	<i>Záver</i>	161

ÚVOD

RÔZNE DRUHY ČASU

*Ceníš si život? Potom neplytvaj časom,
pretože ten vytvára tvoj život.*

– BENJAMIN FRANKLIN

ŽIJEME V SKVELEJ DOBE. Nikdy v histórii ľudstva sme nemali toľko možností robiť tak veľa vecí a dosiahnuť toľko cieľov ako dnes.

Dnes môžeme žiť dlhšie a lepšie ako ktorákoľvek generácia pred nami. Pokrok v modernej medicíne a zdravotnej starostlivosti umožňuje, aby sa osemdesiatky, deväťdesiatky či dokonca stovky dožilo viac ľudí, ako si kedy kto predstavoval.

No napriek veľkému množstvu skvelých možností, ako dosiahnuť úspech, prosperitu, dlhý život a šťastie, máte pravdepodobne rovnaký dojem ako väčšina ľudí: Máme príliš veľa práce, no príliš málo času na jej vykonanie.

Jednoducho nestačíme držať krok s rýchlymi zmenami a explozívnym nárastom množstva informácií, technológií či konkurencie.

To, čo dnes potrebujeme, je nájsť nový spôsob, ako uvažovať o čase, a to v rôznych obdobiach svojho života.

Ukazuje sa, že ak chcete vo všetkom, čo robíte, dosiahnuť najlepšie výsledky, každá činnosť a každý životný záväzok si od vás vyžaduje iný prístup k času.

Čas, v ktorom uvažujete o svojich cieľoch a o tom, čo chcete v živote robiť, by ste mali tráviť úplne inak ako čas, keď si veci už plánujete, určujete si priority a sústredíte sa na úspešné dokončenie úloh.

Potrebujete jeden konkrétny typ trávenia času, keď pracujete, komunikujete, vyjednávate či vybavujete veci, a iný typ trávenia času, keď ste doma s rodinou a rozvíjate svoje najdôležitejšie vzťahy.

Rôzne druhy času sú často ako olej a voda: Nie je možné ich dobre miešať.

Každý pokus použiť nesprávny druh času v tej-ktorej oblasti povedie k frustrácii, zlyhaniu a neefektívnosti.

KVALITA VÁŠHO ŽIVOTA



Kvalitu vášho života z veľkej časti určuje kvalita vašej práce s časom. No v skutočnosti ide o to, ako manažujete vlastnú osobnosť, ako spravujete svoj život. Ide o prácu na sebe samom. Ak nedostatočne ovládate svoj čas, je náročné ovládať čokoľvek iné.

Máte však šťastie: Aj ten najbohatší a najúspešnejší človek na svete má počas dňa k dispozícii rovnakých dvadsaťštyri hodín ako vy. Rozdiel medzi úspešnými a neúspešnými ľuďmi je v tom, že tí prví – aj keď niekedy s nižším potenciálom a množstvom príležitostí – často dosiahnu nepomerne viac ako iní. A to vďaka tomu, že svoj čas využívajú lepším a efektívnejším spôsobom.

Vaša schopnosť *rozmyšľať* je tá, ktorá vám zarobí najviac a ktorá je najdôležitejšia. Či už rozmyšľate pred tým, ako niečo vykonáte, alebo počas samotnej činnosti. Ide o schopnosť vybrať si, čo je dôležité viac a čo menej.

Psychológovia nám hovoria, že naša úroveň *sebaúcty* – lásky a rešpektu k sebe samému – je kľúčovým meradlom našej spokojnosti v hoci ktorej oblasti života. Kľúčom k plnohodnotnej sebaúcte je pocit *efektívnosti vlastného konania* – ide o presvedčenie, že dokážete ovládnuť svoj život, dosiahnuť svoje ciele, zrealizovať stanovené úlohy a prísť s výsledkami, ktoré sa od vás očakávajú a ktoré očakávate od seba.

Vaše najhodnotnejšie finančné aktívum je vaša *schopnosť zarábať*. Ide o schopnosť dosiahnuť výsledky, za ktoré vám ľudia zaplatia. Opäť

je to z veľkej časti určené tým, ako využívate svoj čas – pred, počas a po práci.

Thomas Edison raz napísal: „Premýšľanie je najťažšia práca, aká existuje, a to je dôvod, prečo by väčšina ľudí radšej umrela, ako by mala premýšľať.“

To, ako uvažujete o čase a o jeho možnom využití, z veľkej časti určuje vašu efektívnosť a kvalitu života v každej jeho fáze.

ZASTAVTE SA A PREMÝŠĽAJTE



Väčšina ľudí žije v *reakčnom „móde“*. Keď sa niečo okolo nich udeje, reagujú okamžite, automaticky, nepremyslene, čím sa stávajú otrokmi chvíle alebo aktuálneho zoznamu kontaktov vo svojom telefóne či počítači.

Plnú kontrolu nad svojim časom a životom preberiete vtedy, keď *sa zastavíte a porozmýšľate* pred tým, než zareagujete a odpoviete. Ide o to, aby ste v danej chvíli vedeli správne narábať s časom, vhodne sa zachovať a potom reagovať primerane situácii.

Britský historik Arnold Toynbee získal Nobelovu cenu za svoju majstrovskú dvanásťväzkovú prácu *Štúdia dejín (A Study of History)*. Táto séria kníh sleduje vzostup a pád dvadsiatich troch veľkých civilizácií a riš počas dvadsiatich piatich storočí. Toynbee zistil, že existuje predvídateľný cyklus, ktorým si riša prejde – od svojho počiatku až ku kolapsu.

Toynbee prišiel s „teóriou historickej výzvy a reakcie“. Preukázal, že každá veľká civilizácia sa rozvinula z malého počtu ľudí – niekedy išlo o jediný kmeň či dedinu – a opakovaním efektívnej reakcie na vonkajšie výzvy, ktoré zvyčajne vytvárali súperiace kmene či iní nepriatelia, sa skupina stále rozrastala a rozširovala, až začala dominovať veľkým územiam.

Napríklad Mongolskú ríšu, najväčšie impérium v histórii, čo sa týka rozlohy územia, založili traja ľudia – Temüjin, jeho mladší brat a ich matka Hoelun. Stalo sa tak po tom, čo iný mongolský kmeň napadol

ich dedinu. Temüjin, ktorý sa do dejín zapísal ako Džingischán, „dokonalý bojovník“, rozšíril Mongolskú ríšu na územie rozprestierajúce sa od Japonského mora cez celú Čínu, Indiu, väčšinu Ruska a Stredného východu až k Stredozemnému moru a Dunaju.

PODSTATNÁ JE VAŠA VOĽBA A ROZHODNUTIE



Rovnako je to aj s vami a vašim životom. Pokiaľ na nepretržité výzvy každodenného života a práce reagujete efektívne, zlepšuje sa vaše myslenie aj schopnosti. A ste na najlepšej ceste využiť svoj potenciál naplno.

Váš úspech z krátkodobého aj dlhodobého hľadiska určuje v najväčšej miere to, akým spôsobom reagujete na nevyhnutné a neodvratné prekážky či výzvy každodenného života. Nazýva sa to *schopnosť reakcie*. Ukazuje, či dokážete reagovať efektívne na neprestajné a navzájom si odporujúce požiadavky na váš čas.

Pomocou tejto knihy sa naučíte celý rad metód, ako využívať a spravovať svoj čas. Ide o najlepšie techniky, aké boli kedy objavené. Budeme hovoriť o rovnakých stratégiách, aké používajú najúspešnejší a najšťastnejší ľudia v našej spoločnosti.

Tým, že začnete využívať tieto metódy, prevezmete plnú kontrolu nad svojím časom aj životom a počas nasledujúceho roka či dvoch dosiahnete viac, ako sa väčšine ľudí podarí dosiahnuť za niekoľko rokov alebo dokonca za celý život.

Keď sa začnete hlbšie zamýšľať nad vlastnou aktuálnou situáciou a naučíte sa využívať konkrétny najefektívnejší spôsob, ako si poradiť s rôznymi udalosťami v rôznych obdobiach života, uvidíte všetko jasnejšie a budete reagovať s väčšou sebadôverou ako kedykoľvek predtým.



1

ČAS NA STRATEGICKÉ PLÁNOVANIE A STANOVENIE CIEĽA

*Je istá vec, ktorú človek musí mať, aby bol úspešný, a tou
je jednoznačnosť zmyslu vlastnej existencie. Musí vedieť,
čo chce, a mať spaľujúcu túžbu dosiahnuť to.*

– NAPOLEON HILL

JEDEN Z NAJDÔLEŽITEJŠÍCH DRUHOV ČASU je ten, ktorý trávite premýšľaním, rozhodovaním sa a plánovaním, ako dosiahnuť veci, ktoré vo svojom živote skutočne chcete.

Jednoznačne najväčšia strata času prichádza vtedy, keď sa vychytíte robiť niečo bez jasných, konkrétnych cieľov. Mnohí ľudia premárnia svoje najproduktívnejšie obdobie života tým, že iba reagujú na čokoľvek, čo sa deje okolo nich, a pracujú na cieľoch iných ľudí namiesto toho, aby sa zastavili a jednoznačne si rozmysleli, čo v skutočnosti chcú pre seba.

Hovorí sa: „Než urobíš čokoľvek, musíš najprv urobiť niečo iné.“

Než podniknete veľké dobrodružstvo svojho života, musíte sa rozhodnúť, kde chcete skončiť. Dobrou správou je, že nikdy predtým neexistovalo na svete toľko možností dosiahnuť svoje ciele ako dnes. No iba vy sa môžete rozhodnúť, čo vlastne chcete.

Prečo máme na svete bohatých a chudobných ľudí? Jedno z vysvetlení je, že asi osemdesiatpäť percent majetných ľudí má jeden veľký cieľ, na ktorom celý čas pracujú. Iba tri percentá chudobných majú jeden veľký cieľ a pracujú na ňom iba občas, ak vôbec.

JEDNO PERCENTO A DEVÄTDESATDEVÄT PERCENT



Veľká polemika sa vedie o tom, aký je rozdiel medzi ľuďmi patriacimi k „vyvolenému jednému percentu“ a nami ostatnými. Tvrdí sa, že jedno percento ľudí vlastní alebo kontroluje viac majetku ako všetci ostatní dokopy. Táto štatistika však nie je presná.

Rozdiel je v skutočnosti medzi *hornými tromi percentami* a ostávajúcimi deväťdesiatimi siedmimi. Keďže väčšina ľudí začína s málom, respektíve z ničoho, správna otázka by mala znieť takto: „Ako sa tie tri percentá ľudí, ktorí začínali z ničoho, stali takými úspešnými v priebehu jednej či dvoch generácií?“

Odpoveď je jednoduchá: Tie tri percentá ľudí majú jasné ciele, ktoré si zapísali, a plány, na ktorých každý deň pracujú. Presne vedia, kým sú, čo chcú a kam idú. Majú plán či mapu, ktorá ich vedie rýchlejšie a s neustále sa zvyšujúcou presnosťou k tomu, aby dosiahli zdravie, šťastie, bohatstvo a prosperitu, o ktorú sa väčšina ľudí usiluje celý život.

Vďaka tomu, že majú zapísané svoje jednoznačné ciele, vyplývajú oveľa menej času ako iní ľudia. Ľudia, ktorí majú svoje ciele a plány zapísané, zarábajú a akumulujú majetok v priemere desaťkrát viac ako iní s rovnakou mierou inteligencie a vzdelania.

JASNÝ CIEĽ ZNAMENÁ VŠETKO



Je jeden príbeh o poľovníkovi, ktorý išiel na okraj lesa, zavrel oči a vystrelil z pušky medzi stromy. Potom sa otočil k priateľovi a povedal: „Dúfam, že niečo dobré do mojej strely vbehne!“

Príliš veľa ľudí žije svoj život takýmto spôsobom. Vrhnú sa do života ako pes, ktorý naháňa auto prechádzajúce okolo, a len zriedka niečo „chytiť“. Väčšina ľudí prežije svoj život bez cieľa, snažia sa, ako len vedia, a jednoducho dúfajú, že sa im prihodí niečo dobré. No nádej nie je stratégiou. Ide o recept na zlyhanie, ak nie katastrofu.

Na to, aby ste využili maximum svojho času a vychutnali si kvalitu a kvantitu bohatstva a odmien, musíte sa pravidelne zastavovať a zamýšľať nad svojimi cieľmi – hlavne vtedy, keď zažívate turbulentnú a rýchlu zmenu. Intenzívne sa musíte začať orientovať na cieľ. Medzi najlepšie nástroje na spravovanie vlastného času patrí stanoviť si ciele, vytvoriť si plány a zorganizovať si život okolo vecí, ktoré naozaj chcete robiť a vlastniť.

Na to, aby ste si mohli stanoviť ciele a vytvoriť osobné strategické plány, musíte sa na veci pozrieť z nadhľadu a vyhradiť si istý čas na rozmyšľanie, odísť kamsi preč, ďaleko od vecí, ktoré by vás mohli rušiť a rozptyľovať. Potom si musíte odpovedať na niekoľko kľúčových otázok, aby ste sa uistili, že to, čo robíte navonok, je v súlade s osobou, ktorou ste vo svojom vnútri, a v harmónii s tým, čo skutočne chcete dosiahnuť.

NAZRITE DO SEBA



Prvá otázka, ktorú si kladiete, je: „Kto som?“ Odpoveď na ňu odhaľuje predstavu, ktorú o sebe máte, o osobe, za ktorú sa považujete. Keďže vaše konanie je vždy v súlade s tým, ako sa vnímate alebo opisujete vo vnútri, táto odpoveď o vás prezrádza veľa.

Nápis v starovekej gréčtine na Apolónovom chráme v Delfách hovorí: „Človeče, poznaj sám seba.“ Presne v tomto poznaní sa rodí múdrosť.

Sokrates povedal: „Život, ktorý nie je preskúmaný, nie je hodný žitia.“ Pokiaľ si nebudete pravidelne vyhradzovať čas na to, aby ste skúmali svoj život a nachádzali uistenia o jednoznačnosti svojich cieľov, respektíve o tom, že sa nezmenili, stanete sa reaktívnymi, budete konať impulzívne a často budete robiť to, čo od vás budú chcieť iní a nie vy.

Začnite túto analýzu cieľov tým, že si uvedomíte, že ste jedineční a potenciálne *výnimoční*. Nikdy predtým nežil a ani nebude žiť nikto, kto by bol presne ako vy: Buďte sami sebou. Byť niekým iným sa nedá, pretože ten „niekto iný“ je už obsadený.

Ste zvláštnou a komplexnou kombináciou vedomostí, skúseností, vzdelania, talentov, schopností, záujmov, emócií, túžob a obáv. Navyše,

počnúc raným detstvom ste zažili komplexný súbor vecí, ktoré vás sformovali na osobnosť, ktorou dnes ste.

Máte špeciálne silné stránky či schopnosti a narodili ste sa ako človek absolútne spôsobilý dosiahnuť v niektorej oblasti excelentnú úroveň, možno dokonca vo viacerých naraz. Máte veľkú zodpovednosť voči sebe aj iným: Máte zistiť, čo je cieľom vašej špeciálnej misie na Zemi, odhaliť, načo ste sem vlastne boli poslaní. Musíte si ujasniť víziu, zmysel života a túžbu svojho srdca.

ROBTE TO, ČO NAOZAJ MILUJETE



Jednou z vašich veľkých úloh v živote je nájsť niečo, čo robíte skutočne radi, a potom vložiť celú svoju bytosť do snahy dosiahnuť v tejto činnosti absolútne excelentnú úroveň.

Po dovŕšení dospelosti a počas celej svojej kariéry si musíte klást množstvo otázok a potom si na ne odpovedať. Vaše odpovede sa budú meniť s časom a nadobudnutými skúsenosťami. Zakaždým, keď si tieto otázky položíte, vaše odpovede musia byť jasné a musíte byť ochotní zmeniť ich, keď získate nové informácie.

Začnite s predpokladom, že vás nič neobmedzuje. Predstavte si, že by ste mali čarovný prútik a dokázali by ste svoj život urobiť ideálnym v každom smere. Spýtajte sa sami seba:

1. Čo chcem *naozaj* urobiť so svojím životom?
2. Čo chcem *naozaj, naozaj* urobiť so svojím životom?
3. Čo chcem *naozaj, naozaj, naozaj* urobiť so svojím životom?

Keď si túto otázku kladiete tretí raz, keď je tam to „naozaj, naozaj, naozaj“, ste v kľúčovom bode. Núti vás siahnuť hlbšie do seba, opustiť umelé odpovede o peniazoch a úspechu a často vám ponúkne odpoveď, ktorú ste hľadali. To je fáza, keď začínate aktivovať svoj skutočný potenciál.

OSOBNÉ STRATEGICKÉ PLÁNOVANIE



Úspešné firmy investujú mnoho času a peňazí do vývoja strategických plánov pre svoje obchodovanie. Ide o starostlivo premyslené ciele, ktoré používajú na dosiahnutie väčších úspechov a ziskovosti v boji s konkurenciou na trhoch.

Rovnako aj vy potrebujete strategický plán, *osobný* strategický plán, pomocou ktorého zabezpečíte, že dosiahnete čo najviac za čo najkratší čas a urobíte pritom čo najmenej chýb.

Osobné strategické plánovanie sa sústreďuje na štyri základné otázky, ktoré by ste si mali klásť pravidelne:

1. *Kde sa dnes nachádzam vo svojom živote? Čo ste dosiaľ dosiahli? Ako ste na tom finančne? Aký je váš rodinný život? Čo vaše zdravie a telesná kondícia?*
2. *Ako som sa dostal/a tam, kde dnes som? Ktoré rozhodnutia v minulosti sformovali váš súčasný život? Čo má najväčší podiel na vašom súčasnom úspechu? Čo viedlo k nezdarom?*
3. *Kam chcem ísť v budúcnosti? Idealizujte. Predstavte si dokonalú budúcnosť. Plánujte na päť rokov dopredu a predstavte si, že váš život je excelentný v každom ohľade. Ako by vyzeral? V čom by bol odlišný od vášho súčasného života?*
4. *Ako sa môžem dostať z bodu, v ktorom sa nachádzam, tam, kde chcem byť? Počnúc dneškom, čo všetko by ste mohli robiť inak, aby ste si vytvorili dokonalú budúcnosť?*

Spriateľte sa s myslením v jasných pojmoch. Osobné strategické plánovanie si vyžaduje v prvom rade to, že si stanovíte jasné ciele a zapíšete si ich. Potom starostlivo preskúmate rôzne stratégie, ktoré môžete zaviesť do svojho života, aby ste tieto ciele dosiahli.

Väčšina ľudí chce zarábať veľa peňazí tým, že by robili niečo, čo by si užívali, a napokon vďaka tomu dosiahli finančnú nezávislosť. No

iba malé percento ľudí tento cieľ, spoločný pre nás všetkých, dosiahne. Prečo je to tak?

ZROD BOHATSTVA



Len v Spojených štátoch amerických je viac ako desať miliónov miliónárov a vyše osemdesiat percent z nich to dosiahlo vlastnou prácou. Vo svete sú takmer dve tisícky miliardárov a z nich sa rovnakým spôsobom – vlastnou prácou – vyšvihlo šesťdesiatšesť percent. Vo všetkých prípadoch ide o jednotlivcov, ktorí začínali z ničoho a dosiahli finančný úspech v priebehu jedného ľudského života, ak nie aj skôr. Prečo by ste teda vy nemohli?

Existujú rôzne spôsoby, ako dosiahnuť svoje ciele, napríklad vysoký príjem, finančnú nezávislosť alebo dokonca bohatstvo.

Jednou z ciest k finančnému úspechu je podnikanie, čiže schopnosť začať samostatne zarábať a svoju zárobkovú činnosť úspešne rozvíjať. Rozbehnúť firmu a začať ponúkať výrobok alebo službu je dnes jednoduchšie ako kedykoľvek predtým. Zaregistrovať si spoločnosť, zriadiť internetovú stránku a začať s prevádzkou trvá menej ako dvadsaťštyri hodín.

Mnohí ľudia sa stanú finančne nezávislými tým, že sa špecializujú a stanú sa absolútne excelentnými vo svojej oblasti, pracujú pre nejakú spoločnosť a sú veľmi dobre platení. Potom prejdú k niekomu inému a prepracúvajú sa hore, pričom postupne v priebehu rokov zarábajú čoraz viac.

Desať percent všetkých miliónárov predstavujú odborníci v istej oblasti, napríklad lekári, právnici, architekti, účtovníci a inžinieri. Dlhý čas tvrdo pracovali, odvádzali vynikajúcu prácu, získali si skvelú reputáciu a napokon aj veľmi dobrý plat.

Môžete si vybrať cestu podnikateľa a budovateľa firmy alebo sa rozhodnúť pracovať pre nejakú spoločnosť, špeciálne takú, ktorá má skvelý

potenciál a práve začína. Môžete sa špecializovať a stať sa excelentnými v tom, čo robíte. Veľký úspech sa dá dosiahnuť mnohými spôsobmi.

POČÚVAJTE SAMI SEBA



Môžete sa vybrať rôznymi cestami – záleží to od vašej osobnosti, zručnosti, povahy a od toho, čo máte naozaj radi. Dobrou správou je, že neexistuje jediná najsprávnejšia cesta. Miliónom ľudí sa po finančnej stránke darí veľmi dobre, aj keď pracujú pre niekoho iného, alebo keď sa špecializujú, alebo v oboch prípadoch dokopy. Iní sa presadia v nejakom odvetví ako podnikatelia vďaka tomu, že si osvojili širokú škálu schopností. Ďalší uspejú v mnohých odvetviach vďaka jednej schopnosti. Založia si vlastnú firmu a potom sa špecializujú, aby sa stali skvelými pri poskytovaní nejakej služby alebo vývoji výrobku, ktorý ľudia veľmi chcú a sú ochotní zaň zaplatiť.

Jasná myšlienka predstavuje asi deväťdesiatpäť percent úspechu. Čím jasnejšiu predstavu o tom, kým ste a čo chcete, máte, tým jednoduchšie uspejete za takmer každých podmienok alebo okolností.

Thomas Carlyle napísal: „Človek, ktorý nemá ciele, napreduje iba pomaly aj po tej najhladšej ceste, zatiaľ čo človek s jasnými cieľmi napreduje aj po tej najhrboľatejšej ceste.“

Keď si nájdete čas na to, aby ste sa zastavili a porozmýšľali nad tým, čo naozaj chcete a ako to získať, môžete si ušetriť roky tvrdej práce, pri ktorej iba chodíte sem a tam, pričom napredujete len minimálne. Zabudnite na chyby minulosti a sústreďte sa na budúcnosť. Je jedno turecké príslovie, ktoré hovorí: „Bez ohľadu na to, ako dlho si išiel po nesprávnej ceste, vráť sa.“

FAKTOR INTELIGENCIE



Josh Billings, americký humorista, raz povedal: „Človeka nezraňuje to, čo pozná. Zraňuje ho to, o čom vie, že nie je pravda.“

Keď som vyrastal, moji učitelia a rodičia mi neustále opakovali, že ak nebudem nosiť domov dobré známky, ak nevychodím strednú školu a ak nepôjdem na vysokú školu, nebudem v živote úspešný. A ja som im veril. Keď ma vyhodili zo strednej, zmieril som sa so životom na pomocných prácach. Nasledujúcich niekoľko rokov som umýval riad, kopal studne, pracoval na pílach či v továrňach a niekedy som spával v aute.

Frustrovaný pri pohľade na úspešných, oveľa mladších ľudí okolo mňa som napokon začal pochybovať, či úspech a zlyhanie vnímam správnym spôsobom. Začal som sa pýtať: „Čím to je, že sú niektorí ľudia úspešnejší ako iní?“

To, čo som objavil, ma prekvapilo. Zistil som, že existuje iba slabá súvislosť medzi úspechom a kvalitným vzdelaním, inteligenciou, dobrými známkami, pôvodom v bohatej rodine či dokonca prirodzenými schopnosťami.

Inteligencia bola označená za dôležitú vlastnosť úspešných ľudí v každej oblasti. No výskumy v tomto smere ukázali, že mnoho úspešných ľudí nemalo výnimočné IQ a ani v škole nedostávali dobré známky. Možno boli nadpriemerne inteligentní, no nešlo o žiadnych géniov.

SPÔSOB KONANIA



Experti prišli k názoru, že inteligencia je viac o „spôsobe konania“ ako o dobrých známkach alebo vysokom IQ. Takže čo je potom inteligentný spôsob konania? Odpoveď je jednoduchá: Konáte *inteligentne*, keď robíte niečo, čo vás posúva k jednému z cieľov, ktoré ste si pre seba stanovili. Konáte *neinteligentne* vždy vtedy, keď robíte čokoľvek, čo vás neposúva k niečomu, čo chcete.

Na mojich seminároch vyučujem jednoduchú techniku a zaručujem, že zdvojnásobí príjem hocikoho v miestnosti. Nazývam ju Metóda A/B.

Funguje takto: Všetky svoje úlohy a aktivity si rozdelíte na dve kategórie, na úlohy A a B. Úlohy kategórie A sú činnosti, ktoré vás posúvajú

bližšie k cieľom, ktoré, ako hovoríte, naozaj chcete dosiahnuť. Patrí sem napríklad túžba byť úspešnejším vo svojom odbore, zarábať viac peňazí, tráviť viac času s rodinou či priateľmi a užívať si vynikajúci zdravotný stav.

Aktivita kategórie B sú na druhej strane tie, ktoré vás neposúvajú k týmto cieľom alebo vás dokonca od nich vzdávajú.

A tu je pravidlo, ktoré mení životy: *Robte iba úlohy kategórie A.*

Naučte sa vykonávať iba tie úlohy, ktoré obohacujú a vylepšujú váš život či prácu a ktoré vo vás vyvolávajú pocit, že sa posúvate smerom k veciam, ktoré chcete, a k človeku, ktorým sa chcete stať.

Táto jednoduchá stratégia vám počas nasledujúcich mesiacov a rokov umožní zdvojnásobiť či strojnásobiť vašu produktivitu, výkon a výsledky.

Najlepšie na tom je, že keď pracujete na svojich najdôležitejších cieľoch, zažijete pocit víťazstva, väčšieho šťastia, naplnenia života a napredovania. Vaša sebaúcta porastie. Vychutnáte si hrdosť na seba a väčší rešpekt voči sebe samým.

Navyše, keď pracujete na najdôležitejších úlohách či cieľoch a ich dokončení, získavate obdiv, vážnosť a rešpekt aj všetkých okolo vás. Rýchlo sa stanete jedným z najcennejších ľudí v organizácii, pre ktorú pracujete.

RECEPT NA ÚSPECH A AKO SI STANOVIŤ CIELE



Existuje jednoduchý, no účinný recept, ako dosiahnuť úspechy v siedmich krokoch. Môžete sa ho naučiť a praktizovať po celý zvyšok života. Prednášal som o ňom viac ako miliónu ľudí po celých Spojených štátoch amerických, v Kanade a v ďalších sedemdesiatich dvoch iných krajinách. Celé roky za mnou prichádzali nespočetné množstvá ľudí, prípadne mi písali e-maily, v ktorých sa neustále opakovali takmer rovnaké slová: „Zmenili ste mi život, vďaka vám som zbohatol/la.“ A vždy išlo o ciele.

KROK 1: Rozhodnite sa, čo presne chcete. Väčšina ľudí to nerobí. Buďte konkrétni. Vaše ciele by mali byť také jasné, že by ste ich dokázali vysvetliť šesťročnému dieťaťu a ono by sa mohlo obrátiť na iné šesťročné dieťa a vysvetliť mu ich. Navyše by vám malo byť schopné povedať, ako ďaleko ste od svojich cieľov, a to pre ich jednoznačnosť a jednoduchosť.

Jednou z najväčších chýb je, keď si ľudia myslia, že ciele *už majú*, hoci v skutočnosti majú iba nádej a sny. Zvyknem robievať malé cvičenie: Keď sa spýtam ľudí na prednáškach, či majú ciele, všetci zdvihnú ruku a povedia áno.

Potom ich požiadam, aby mi povedali zopár príkladov. Zakričia povedzme toto: „Chcem byť šťastný!“, „Chcem byť bohatý!“ alebo: „Chcem cestovať!“, prípadne: „Chcem mať pekný rodinný život!“

No toto nie sú ciele. Sú to želania a nádeje, ktoré sú vlastné všetkým ľuďom na Zemi. Je to fantázia a sny, ktoré má každý. Nejde o jasné, konkrétne ciele, na ktoré sa môžete sústrediť, aby ste sa každý deň mohli pokúšať dosiahnuť ich. Nedajú sa merať. Nikto vám nedokáže povedať, ako blízko ste k ich dosiahnutiu.

ZAPÍŠTE SI TO



KROK 2: Zapíšte si to. Iba tri percentá dospelých majú svoje ciele zapísané a zdá sa, akoby všetci ostatní pracovali iba pre nich. V priemere zarábajú desaťkrát viac ako ľudia, ktorí si ciele nezapísali. Keď sa napokon rozhodnete dať ich na papier, pamätajte, že by mali byť merateľné. Pridajte k nim nejaké číslo, aby hocikto dokázal povedať, ako blízko ste od ich dosiahnutia.

Existuje pravidlo, ktoré hovorí: Ak chcete byť úspešní, každý svoj cieľ a aktivitu kvantifikujte. No ak chcete byť bohatí, každý svoj cieľ a aktivitu kvantifikujte *finančne*.

Jedna nedávna štúdia v oblasti manažmentu priniesla pohľad na prácu stopäťdesiatich vedcov. Tí študovali tisícky spoločností vo viac ako dvadsiatich krajinách. Ukázalo sa, že existujú tri faktory, ktoré zodpovedali