

Príbehy šťastných ľudí

AJ VY môžete otočiť svoj život - smer ŠŤASTIE



ANDY WINSON



STANISLAVA MRÁZKOVÁ



MARTIN HAUSENBLAS



MARTIN POŠTA



PETRA HARAZÍMOVÁ



FRANTIŠEK KOZÁČEK



EVA STANOVÁ



EVA UHRÍKOVÁ



MARTIN MAŽÁR



SUMMIT
ŠŤASTNÉHO
ŽIVOTA

Autorské práva sú vyhradené a vykonáva ich TORIBA, s.r.o. Akékoľvek použitie častí alebo celku, najmä rozmnožovanie a šírenie textov, či akéhokoľvek obsahu tohto e-booku akýmkoľvek mechanickým alebo elektronickým spôsobom aj v inom než slovenskom jazyku bez súhlasu TORIBA, s.r.o. je zakázané. TORIBA, s.r.o. si vyhradzuje právo udeľovať súhlas na každé použitie diela v zmysle autorského zákona. Spoluautori tohto e-booku nerozširujú ani priamo, či nepriamo nepodporujú, neuprednostňujú a neodporúčajú konkrétnu metódu na dosiahnutie cieľov prezentovaných v e-booku. Zámerom e-booku je iba poskytnúť informácie o možnostiach pomoci pri vašej snahe dosiahnuť šťastie - emočné a duchovné blaho. V prípade, ak využijete všetky informácie z tohto e-booku, čo je vaše zvrchované právo, nenesie TORIBA, s.r.o. ani spoluautori zodpovednosť za vaše akékoľvek konanie či nekonanie ani za ich následky.

Copyright © TORIBA, s.r.o. 2014

Príbehy šťastných ľudí

Aj Vy môžete otočiť svoj život smer šťastie

Vydalo nakladateľstvo [TORIBA, s.r.o.](#), v roku 2014

Vydanie 1. slovenské príbehy redigovala Iveta Hantáková,
české príbehy redigovala Jana Šutová.

Foto [Juraj Šidelský](#). Obálka a grafická úprava [Andrej Ješka](#)

ISBN: 978-80971623-0-6

Spojte sa s nami na:



YouTube



Príbehy šťastných ľudí

AJ VY môžete otočiť svoj život - smer ŠŤASTIE



Obsah

zvoľ si príbeh kliknutím na meno

Andy Winson 6

expert na osobnostný rozvoj a dosahovanie nadštandardných výsledkov

Stanislava Mrázková 8

expert na psaní a tvorbu eBooků a jejich využití v online marketingu

Martin Mažár 13

expert na predaj, tréner, konzultant, Predaj Naruby

Eva Uhríková 16

kariérová poradkyňa a koučka, manažment talentov a koučing kompetencií

Martin Hausenblaus 19

podnikateľ, filantrop, jeho životným poslaním je napomáhať udržiteľnému spôsobu života

Petra Harazimová 22

pomáha ľuďom objavovať ich jedinečnosť, talenty a následne i ciele a uplatňovať je v ich živote

František Kozáček 26

expert na video marketing a zakladateľ prvého motivačného video blogu

Martin Pošta 28

kouč osobného a firemného rozvoje

Eva Stanová 32

expertka na tvorivý marketing a autorka Projektov šťastie

Tam kde je viera v šťastie, tam je aj šťastie.



Príbehy šťastných ľudí



Eva STANOVÁ

Pred nejakým časom mi [Martin Hausenblas](#) rozprával príbeh určený do mojej druhej knihy, ktorú práve píšem. Rozprával mi ho s nadšením a veľkou vášňou. Práve cez jeho príbeh som si uvedomila veľa vecí aj v mojom živote. Inšpiroval ma k niektorým zmenám a dodal mi aj odvahu ísť si zaplávať [so slobodnými delfínmi](#). Som mu za to nesmierne vďačná, že svojím príbehom mi dodal odvahu splniť si tak po siedmich rokoch môj sen.

V čase príprav aktivít [pre Summit šťastného života 2014](#) som hľadala riešenie jednej situácie. Oslovovala som ľudí, aby pomohli odovzdať informáciu o ceste šťastného života ďalším ľuďom. Nedarilo sa mi presvedčiť ich k spolupráci. Trvalo to už nejaký čas. Cítila som sa frustrovaná, záležalo mi na tom, aby som splnila úlohu, ktorú som dostala – dať o Summite šťastného života vedieť čo najviac ľuďom. Napriek tomu, že som mala veľa práce, išla som do kostola. Práve bol totiž ten týždeň, kedy som sa rozhodla opäť navštíviť kostol a skúmať tak môj **vzťah k viere**. Verím, že Boh existuje a viem, že ma vedie v mojom živote. Slová, ktoré som tam počula boli **o novom smere, o kráčaní inou cestou**.

Aj VY môžete otočiť svoj život – smer ŠŤASTIE

Cestou domov ku mne zavítala myšlienka vytvoriť tento e-book a odovzdať tak tým, ktorí hľadajú šťastie alebo ho chcú mať v živote viac, toto posolstvo... **„je možné a naozaj sa dá žiť šťastný každý jeden deň“**.

E-book prináša príbehy deviatich ľudí, ktorí už sú šťastní, svoj život naozaj žijú a vytvárajú si každý jeden jediný deň. Nikto z nich sa nestal šťastným zo dňa na deň, no každý jeden príbeh je výnimočný. Môžete sa tešiť na deväť česko-slovenských príbehov hľadania a nájdania šťastia: [Andyho Winsona](#), [Stanislavy Mrázkovej](#), [Martina Poštu](#), [Evy Uhríkovej](#), [Martina Hausenblasa](#), [Petry Harazímovej](#), [Martina Mažára](#), [Františka Kozáčka](#) i [na môj príbeh](#).

Moje špeciálne poďakovanie patrí **Petre Harazímovej**, ktorá mi pomohla túto myšlienku zrealizovať. Ďakujem Ti Peti za Tvoju nevyčerpatelnú energiu a nadšenie pre zvyšovanie šťastia v Čechách. Taktiež ďakujem všetkým, ktorí ste boli ochotní svoje príbehy zdieľať a poodhaliť aj to, čo bolo vo vašom živote ťažké, čím ste si museli prejsť, aby ste žili svoj šťastný život.

Sponzorovaný šťastím

E-book tak ako aj Summit šťastného života bol sponzorovaný šťastím. Ak si po jeho prečítaní poviete, páčil sa mi alebo dal mi hodnotu, je tu pre vás možnosť **dobrovoľnej ceny**. Čítajte viac na konci [e-booku - TU](#).

Poteší ma, ak mi o vašich príbehoch i o vašej ceste šťastného života napíšete i VY na adresu: eva@styl-stastie.sk.

Prajem Vám šťastie každý jeden deň.

Eva Stanová



Tam kde je viera v šťastie, tam je aj šťastie.



Príbeh Andyho Winsona

... čo nám povedal o sebe ako šťastnom mužovi

Milujem život vo všetkých jeho podobách. Vstávať každé ráno a byť si vedomý, že mám opäť pred sebou príležitosť posunúť svoj život alebo život niekoho iného ďalej. Večer si líhať s tým, že **tento deň bol pre mňa úžasným priateľom alebo jedinečným učiteľom**. Mať pri sebe rodinu, priateľov, o ktorých viem, že sa môžem o nich kedykoľvek oprieť.



V konečnom dôsledku na to, aby som bol šťastný, si nemusím dávať žiadne kritéria ani podmienky. Iba jednu som si dal. **Rozhodol som sa byť šťastný.**

Najťažšie v podnikaní - ako ste to prekonalí?

Asi **najťažšie bolo vytrvať**, kým nájdem správnych ľudí do svojho tímu. Išlo najmä o odborníkov v jednotlivých oblastiach, ktoré oni zvládajú s ľahkosťou a mne to zaberalo veľa času.

Pokiaľ ide o podnikanie vo všeobecnosti, kedysi boli pre mňa výzvou zmeny situácií. **Niečo som naplánoval, a zmenila sa situácia**. Musel som sa teda vydať znovu na cestu. **A potom - čas**. Investoval som veľa času, kým sa dostavili prvé výsledky. Práve cez túto skúsenosť som pochopil, že najviac ľudí zanechá podnikanie práve z toho dôvodu. Na začiatku sa nadchnú, začnú niečo robiť, naštartujú sa a potom zabudnú pridávať plyn alebo si myslia, že to pôjde samo od seba, vlastnou zotrvačnosťou. Skutočnosť je však taká, že trvá aj niekoľko rokov, kým sa dostavia výsledky. V podnikaní je dôležitá práve **vytrvalosť a orientácia v situácii na trhu a tiež sledovanie trendov**.

Čo ste na začiatku nemal rád?

Keď trvali niektoré procesy dlhšie, ako som plánoval, a kým som nabral potrebné skúsenosti. Takisto nebolo príjemné, keď sa napríklad zmenil zákon, prípadne prišlo k neočakávaným udalostiam, ktoré som nevedel ovplyvniť, ale prišli z vonkajšieho prostredia.

Kde ste zobrali silu?

Primárne v sebe, **vo svojich víziách a vo svojom poslaní**. Keď som už nevládal, tak som siahol po technikách **neurolingvistického programovania**, ktoré mi dodávali dostatočné množstvo zdrojov na to, aby som mal stále dostatok vnútornej sily. Dnes sa mi stačí pozrieť na mojich synov a o dostatočnú silu mám postarané 😊 Vonkajšiu silu som podporoval stravou a vhodnou pohybovou aktivitou. Kombinácia týchto faktorov mi dodávala energiu pre telo, myseľ a dušu. Informácie som čerpal zo seminárov, z tréningov, kníh a od mojich koučov. Stretával som sa s úspešnými ľuďmi a postupne si skladal vlastný systém.



Bod zlomu - keď to zrazu išlo

To, že som vydržal a stále išiel dopredu, nemenil svoje ciele, ale stratégiu, ako sa k cieľom dopracovať. Chcelo to **čas, vytrvalosť, vášeň, neoblomnú odhodlanosť ísť za svojim snom a cieľom**, nech sa deje čokoľvek.

Čo máte teraz rád a čo vám prináša v práci šťastie?

Mám rád život. Máam rád, keď sa ráno zobudím a moji synovia sú pri mne a celá rodina sa spolu naraňajkuje.

Z pohľadu práce je to spätná väzba od účastníkov mojich tréningov a koučingu o tom, ako sa ich život a práca posunuli dopredu, ako uskutočnili zmeny, ktoré by si predtým nevedeli ani predstaviť.

Mám rád úspech iných ľudí, ktorým som pomohol nejakou vedomosťou či znalosťou, keď som ich nasmeroval či inšpiroval.

Mám rád usmiatych ľudí, ktorí aj napriek tomu, že majú svoje problémy, veria, že majú šancu ich zvládnuť, ovplyvniť, a dobre vedia, že majú šancu niečo na tomto svete vytvoriť.

Mám rád ľudí, ktorí myslia vo veľkom. Vnímajú a veria, že aj jednotlivec má šancu niečo vytvoriť alebo zmeniť. Sú to ľudia, ktorí chcú za sebou niečo zanechať.

Ako to ovplyvnilo váš osobný život?

Môj život žijem tak, ako som si ho zariadil.



Zrnko múdrosti od Andyho Winsona

... čo by ste odkázali mužom (ženám), ktorí sú na začiatku cesty a nedôverujú si?

Je potrebné hľadať a učiť sa od tých najlepších práve v tej oblasti, v ktorej chceme byť **najlepší**. Nájsť ľudí, ktorí majú za sebou konkrétne výsledky, nielen o tom rozprávajú. Teoretikov je veľa. **Vždy hľadajte ľudí, ktorí vám dokážu ušetriť veľké množstvo omylov a času**, pretože koleso už bolo vymyslené, načo ho vymýšľať odznova. Choďte za svojimi snami, lebo jediné, čo budete na konci života ľutovať, je to, čo ste neurobili. Život je len jeden, tak urobte z neho umelecké dielo, na ktoré budete hrdí.

Môj tip - stretávajte sa s ľuďmi, učiteľmi, ktorí majú reálne výsledky v tom, v čom chcete byť dobrí. Nevyhľadávajte tých, ktorí len teoretizujú, lebo filozofov je plný svet. Ak chcete múdrosť, otvorte si Bibliu, ale ak **chcete konkrétne výsledky - šťastie, peniaze, dobrý vzťah - choďte za tými, ktorí to vo svojom živote aj žijú.**



Příběh Stanislava Mrázková

...rekněte nám něco o sobě jako o šťastné ženě?

Jsem spokojená a šťastná žena, která si plní své sny a miluje svoji práci.

Štěstí je docela relativní věc. V průběhu života se učíme z médií, že **šťastný člověk vypadá tak, že je usměvavý a nic ho netrápí**. Osobně si myslím, že i když je člověk dlouhodobě šťastný, neznamená to, že nemá dny, kdy je všechno na prd, že se někdy nevzbudí ráno s náladou pod psa, nebo že ho něco nerozčaruje. **Každý člověk má chvíle veselé i smutné.**

Myslím, že největší mýtus o štěstí je ten, že až jednou budeme šťastní, už nikdy se nebudeme cítit mizerně. Tak to není, život jde ve vlnách a mnohé skvělé věci si uvědomujeme jako skvělé jen tehdy, když je můžeme dát do kontrastu s něčím ne až tak skvělým :) **Vše musí být v rovnováze.**

Zrovna nedávno se mi to stalo velmi hezky v praxi. Byl ponurý lednový týden, přšelo, děti byly u tatínka, já jsem celý týden jen seděla u počítače a ani se mi nechtělo vycházet ven. Když jsem šla po pár dnech zavřená doma nakoupit, měla jsem pocit, že takhle nějak vypadá konec světa. Cítila jsem se z toho bez energie a říkala jsem si, proč vlastně bydlím na tak hrozném místě, jako je Havířov? Pak mi to ale došlo. **Život je o kontrastech** a mě za 4 týdny čekala cesta na Mauricius, do teplých krajin, na konec světa v trochu jiném smyslu.

Tohle hnusné lednové havířovské počasí doprovázené smogem a zimou bylo dokonalým opakem tropického ráje. Uvědomila jsem si, že stejně tak, jak hrozné to je teď, tak to bude úžasné za měsíc. Byla jsem v tu chvíli neskonale vděčná tomu kontrastu :).

Ne vždy je to v životě takhle jasné. Mnohdy je nám fakt mizerně, věci jdou od desítky k pěti, všechno se zdá být špatně a člověk nevidí světlo na konci tunelu. To, co je důležité v tu chvíli, je podívat se na to z nadhledu.

Uvědomit si ten tunel a to, že každý tunel má někde konec a člověk bude zase na slunci. **Měla jsem v životě hrozné období** v době, kdy jsem odešla od mého muže, byla jsem tak zmatená z dění těch dnů, že jsem nedokázala odhadnout ani to, co se stane za týden. Moje kamarádka mi tenkrát vysvětlila, že si mám představit, že jsem v mlze, že není nutné se snažit něco vidět, protože ať se budu snažit, jak chci, tak ta mlha tam prostě bude.

A tak se mám prostě chytit nějakého lana v té mlze, nebo prostě lézt vpřed po čtyřech a věřit tomu, že za několik měsíců se mlha rozplyne a všechny ty hrozné věci, které se teď dějí, budou dávat obrovský smysl.

