

J. Canfield:

PRAVIDLA ÚSPĚCHU: JAK SE Z MÍSTA, KDE JSTE, DOSTAT TAM, KDE CHCETE BÝT

Praha, Euromedia 2019, druhé vydání, 448 s.

Lidé vyzbrojení větším množstvím informací mají obrovskou výhodu před lidmi, kteří je nemají. I když někdo soudí, že osvojení vědomostí, jež by nám umožnilo stát se úspěšnějšími, by trvalo léta, i pravidelné čtení hodinu denně a sebevzdělávání může být snadným způsobem, jak rozšířit znalosti a citelně zvýšit úspěšnost. Americký podnikatel, motivační řečník a vizionář Jack Canfield v recenzované knize přináší originální životní filozofii, která může být poučná i pro psychology.

Mnozí z nás nechtějí říkat pravdu, protože je nepřijemná. Bojíme se důsledků, že se jíní budou cítit nepřijemně, že zraníme jejich city, nebo že riskujeme jejich hněv. A přesto, když my neřekneme pravdu a když jiní neřeknou pravdu nám, nelze ve skutečnosti nic vyřešit. Fráze „pravda tě osvobodí“ má hluboké opodstatnění. Pravda nám umožňuje svobodně zacházet s věcmi, jaké jsou, a ne s takovými, jaké jsou v našich představách. Pokud pravdu nepřijímáme či si myslíme, že věci jsou podle našich představ nebo je zmanipulujeme, aby s naší lží byly v souladu, narazíme.

Jedna z nejpronikavějších představ v americké kultuře dneška je, že lidé jsou předurčení ke skvělému životu, protože je někdo zodpovědný za naplnění našeho života neustálým štěstím, vzrušujícími kariérami možnostmi, starostlivou péčí v lůně rodiny a uspokojivými osobními vztahy. Ale skutečná pravda je taková, že za kvalitu vašeho života je odpovědná pouze jedna osoba – my.

Většina z nás je podle Canfielda zvyklá ze stránek našeho života, které se nám nelíbí, obviňovat nějaký subjekt mimo nás. Obviňujeme své rodiče, šéfy, přátele, média, spolupracovníky, klienty, partnera, počasí, ekonomiku, astrologický horoskop, nedostatek peněz – každého a všechno, na koho a na co můžeme svalit vinu. Nechceme vidět, že skutečný problém spočívá jinde, než bychom si přáli – totiž v nás.

Chceme-li si vybudovat život podle svých snů, musíme za něj rovněž převzít stoprocentní odpovědnost. Musíme se přestat vymlouvat a vzdát se všech svých příběhů, v nichž vystupujeme jako oběť, všech důvodů, proč nemůžeme nebo jsme dosud nemohli něco udělat. Měli bychom přestat svalovat vinu na vnější okolnosti. Canfield představuje životní rovnici

$V = U + R$, kde V je výsledek, U události a R reakce.

Ve svém životě máme kontrolu nad třemi věcmi: myšlenkami, které formulujeme, svými představami a činy, které uskutečňujeme. Jak tyto věci provádíme, určuje všechno, co zažijeme. Pokud se nám to, co vytváříme a zažíváme, nelíbí, musíme změnit své reakce: změnit své negativní myšlenky na pozitivní. Změňme to, o čem dnes sníme. Změňme své zvyky. Změňme co čteme. Změňme své přátele. Změňme způsob, jakým mluvíme.

Populární obviňování druhých je ztrátou času. Nezáleží na tom, kolik chyb najdete u druhého a jak moc ho budete obviňovat, nás to nezmění. Nikdy se nestaneme úspěšnými, pokud budeme ze svého neúspěchu vinit někoho jiného. Pokud se máme stát vítězi, musíme poznat pravdu – my jsme provedli určité kroky, navodili určité myšlenky, vytvořili své pocity a učinili rozhodnutí, která nás dostala tam, kde jsme. Byli jsme to my!

Lidé si rádi stěžují nesprávným lidem – těm, kdo s jejich stížnostmi nemohou nic dělat. Příjdem do práce a stěžují si na své partnery. Potom se vrátí domů a stěžují si svému partnerovi na lidi v zaměstnání. Proč? Protože je to snadnější. Je to méně riskantní. Odnaučíme se si stěžovat a místo toho žádáme o nápravu ty lidi, kteří ji mohou provést, vyzveme kompetentní osoby, aby podnikly kroky nutné pro to, abychom mohli dosahovat žádaných výsledků. Tak postupují úspěšní lidé. Funguje to. Jestliže se ocitnete v nevhodné či nežádoucí situaci, buď se postarejte o zlepšení, nebo odejděte. Udělejte něco pro změnu, nebo se tím přestaňte zabývat.

Změna je podle Canfielda zákon života. Ti, kdo se příliš dívají do minulosti nebo přítomnosti, pravděpodobně zmeškají budoucnost. Každý, kdo se dostal nahoru, musel snést řadu odmítnutí. Máme-li být úspěšní ve vytváření života svých snů, musíme věřit, že jsme schopni něco dokázat. Musíme věřit, že máme správný materiál a že jsme schopni to, co si přejeme, uskutečnit. Musíme v sebe věřit. Nezáleží na tom, zda tomu říkáme sebevědomí, sebedůvěra, nebo sebejistota. Je to hluboce zakořeněná víra, že máme, co je potřeba – schopnosti, vnitřní zdroje, talent a dovednosti, abychom dospěli k žádaným výsledkům.

Dějiny jsou plné příkladů neuvěřitelného bohatství a úžasných zisků, jichž lidé dosáhli jen tím, že si o něco jednoduše požádali. Žádání – jeden z nejmocnějších nástrojů k dosažení úspěchu vůbec – je stále náročným úkolem, který drží většinu lidí zpátky. Jsme-li jako většina lidí, možná zůstáváme vzadu hlavně proto, že

nežádáme o informaci, pomoc, podporu, peníze a čas, které potřebujeme k naplnění své vize a realizaci svých snů.

Někteří lidé procházejí životem, jako by měli za sebou velkou kotvu, která je táhne dolů. Kdyby se jí dokázali pustit, mohli se pohybovat rychleji a úspěchu by dosáhli snadněji. Možná jste to vy, kdo setrvává u bolestí minulosti, minulých nebo nedokončených věcí, minulého hněvu nebo strachu. Uvolnění těchto kotev může často být konečným krokem, který je třeba učinit, abychom udělali za svou minulostí čáru a chopili se budoucnosti.

V životě je podle Canfielda třeba umět odpouštět. Topit se neustále ve starých ranách nemá smysl. Uznejme svůj hněv a odpor. Uznejme svou ránu a bolest jako důsledek. Uznejme své obavy a pochybnosti o sobě jako následek. Zkusme se však vcítit do kůže druhé osoby a pochopit, z čeho v dané situaci vycházela a jaké okolnosti její chování ovlivňovaly. Odpusťme té osobě a nechme ji být.

Byli bychom překvapeni, jak se přední podnikatelé, profesionálové, pedagogové a politici vůdci světa nechávají uvěznit v projektech, situacích a příležitostech, které jsou pouze dobré, zatímco ty skvělé zůstávají nepovšimnuty a musejí čekat, až si na ně lidé najdou čas. Soustředíme-li se na to, co je jen dobré, často zabráníme tomu, aby se vyjevilo to, co je skvělé.

Lidé často věří, že peníze korumpují charakter, že peníze jsou kořenem všeho zla, lidé s penězi jsou sobečtí, špatní a nemorální, staráme-li se o peníze, nemůžeme mít smysl pro duchovno. Realita je jiná. Současný stav našeho bankovního účtu, našich prodejů, zdraví, společenského

života, postavení v práci apod. je faktickým projevem našeho přechodného myšlení. Pokud si upřímně přejeme změnit nebo zdokonalit své výsledky v podnikání či zaměstnání, musíme změnit své myšlenky a musíme je změnit okamžitě.

Chceme-li mít bohatství, musíme se podle Canfielda hluboko ve svém srdci rozhodnout, že budeme ve svém životě bohatí. Příliš velké utrácení může obrátit naše finanční cíle v trosky. Udržuje nás v dlužích, zabráňuje nám šetřit, jak bychom mohli, a soustřeďuje naši pozornost spíše na konzumaci než na vytváření a hromadění bohatství. Jsou pouze dvě cesty, jak mít více peněz na investice a další přepych: buď utrácet méně peněz, nebo jich více vydělat.

V mysli mnohých z nás jsou zafixována přesvědčení, která naši úspěšnost omezují, ať se to týká našich vlastních schopností, nebo názorů na to, co udělat, abychom byli úspěšní, nebo toho, jak bychom se měli chovat k druhým lidem. Překonat vlastní omezující faktory je prvním důležitým krokem k tomu, abychom dosáhli úspěchu. Můžeme se naučit poznávat názory, které nás omezují, a nahradit je pozitivními, jež přispívají k naší úspěšnosti.

Canfieldovo poselství je jednoduché, silné a praktické. Jestliže dodržíme jeho pravidla, zjistíme, že fungují. Knihu by si měli přečíst všichni, kdo chtějí dosáhnout v životě úspěchu. Ať už je naším cílem více peněz, šťastná rodina, více volného času či méně stresu, pravidla představená v jeho knize fungují. Jeho kniha je výtahem hlavních principů, které lze využít k vytvoření opravdového úspěchu v životě.

Marek Loužek