

## 2. KDE JSTE NYNÍ?

Přejděme nyní od úvodu k první otázce na tělo: **Jak jste na tom právě teď?** Ze srdce bych vám přál, abyste všichni do jednoho mohli upřímně prohlásit, že jste na tom po všech stránkách výborně. Na otázku *Jak se daří?* vám devět lidí z deseti odpoví *Díky, dobře*. Jakmile se s nimi ale pustíte do hlubší debaty, začnou postupně vyplouvat na povrch problémy. Tento tradiční scénář se stal takovou samozřejmostí, že většinu z nás ani nenapadne se nad tím pozastavovat. Problémy jsou neodmyslitelnou součástí života. To však nelze říci o **sebeanalýze**, která zpravidla bývá vstupní branou k řešení těchto problémů. Důkladná sebeanalýza navíc není pouze prvním krokem k nalezení východiska z tíživé životní situace. Měla by být zároveň výchozím bodem jakéhokoli významného lidského záměru.

Aby se váš život mohl neomylně a trvale ubírat správným směrem, bezpodmínečně musíte znát odpověď na tři základní otázky:

- 1) **Kde jste nyní?**
- 2) **Kým ve skutečnosti jste?**
- 3) **Kam se chcete dostat?**

Všechny tři body postupně probereme dopodrobna.

Teď je na vás, abyste si upřímně odpověděli na první z uvedených tří otázek: **Kde jste nyní?** Dokážete objektivně zhodnotit současný stav svého života? Věřím, že ano. Poslouží vám to jako startovní čára pro rozjezd na vyšší úroveň. Máte zájem?

Jestli ano, jak jste na tom právě v tuto chvíli?

Pro lepší ujasnění si jednotlivé oblasti rozdělte do následujících bodů:

● Zdraví, kondice, vitalita	-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5
● Pocit štěstí a rovnováhy	-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5
● Finance a majetek	-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5
● Partnerský vztah	-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5
● Práce (úmorná – zábavná)	-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5
● Osobní záliby, čas na sebe	-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5
● Čas strávený s blízkými	-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5
● Prostředí, ve kterém žijete	-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5

Pořadí není podstatné, důležité jsou všechny aspekty. Navíc se vzájemně ovlivňují. Vezměte si tužku a přiřďte každé oblasti počet bodů od -5 do +5 tak, že +5 je nejlepší hodnocení, a naopak -5 bije na poplach.

Udělejte to hned. Nic si nenamlouvejte. Píšete to jen pro sebe a nikdo vás nevidí.

Hotovo? Dostala se některá oblast do záporných hodnot?

Pokud ano, chcete s tím něco udělat?

A co ty oblasti, které se pohybují někde kolem nuly? Stačí vám to ke spokojenosti?

Máte možnost se kdykoli významně posunout, pokud sami sebe a své okolí začnete vnímat správným způsobem.

**Mimoto musíte bezpodmínečně pochopit, jakými prostředky a v jakém skutečném rozsahu své životní podmínky sami vytváříte.** Změňte přístup a změníte i své skóre.

Člověk může žasnout, kolik lidí se snaží dosáhnout jiných výsledků tím, že dělají stále to samé. Benjamin Franklin tento přístup bez skrupulí označil za *definici štenství*. Řekl bych, že lidé ve skutečnosti příliš nepřemýšlejí o tom, co dělají. Navyklá mysl nás velmi snadno nave-

de k tomu, abychom jednali opakovaně tímto způsobem. Je to jako začarovaný kruh, protože víte, že pracujete, ale nevíte, že děláte něco špatně. Nevidíte výsledky, tak zvýšíte tempo. Neuvažujete o tom, že chyba je ve vás, a proto si nedokážete vysvětlit, jak je možné, že pořád dostáváte to samé. Jste frustrovaní. Výsledky jsou stále neuspokojivé, tak ještě přidáte. Nakonec rezignujete pro nedostatek vnitřní motivace, vrátíte se do starých kolejí a vymluvíte se na přesycený trh a špatnou ekonomickou situaci.

Nejde ani tak o to, že by se lidé o nic nesnažili nebo pozitivně nepracovali. Jedná se spíše o jejich celostní přístup spočívající ve snaze ovlivnit vnější podmínky a jiné lidi, které je těžké a často nemožné změnit. Věříte, že je to jenom zvyk? Zvyk přehazovat odpovědnost na vnější svět a nebrat v úvahu způsob vlastního uvažování a jednání. Chceme změnit partnera, děti, zaměstnavatele, společníka, politický systém... Mnoho významných osobností historie nás přitom po celá staletí upozorňovalo na to, že **zdroj veškeré naší existence leží v nás samotných**. Lev N. Tolstoj to vyjádřil takto: „Všichni si myslí, že změní svět, ale nikdo nepřemýšlí nad tím, jak by změnil sám sebe.“ Lao-c’ napsal: „Pokud opravíte svou mysl, zbytek vašeho života zapadne přesně na to správné místo.“ Dalajlama pronesl tuto myšlenku: „Z jistého hlediska je náš skutečný nepřítel, pravý původce našich problémů, skryt v našem nitru.“

Všichni tito a další moudří lidé se nám vždy snažili a snaží sdělit jediné: Utváříme svůj život **zevnitř směrem ven**. Způsob, kterým přemýšlíme, je zodpovědný za naši každodenní realitu i za to, kým se staneme. Přesto se lidé automaticky snaží dosáhnout výsledků **zvenku směrem dovnitř** a je velmi pravděpodobné, že to děláte i vy. Tento postoj pramení z mylné, avšak rozšířené představy, že naše životy jsou formovány vnějšími okolnostmi. Pro tolik podnikatelů naivně očekává, že když už tak dlou-

ho na něčem usilovně pracují, a přesto stále nedochází k žádnému viditelnému posunu, tak se už přece „něco tam venku“ musí konečně jednou „otočit“! **Své myšlení ale tito lidé neprověřují. Nemění systém svých přesvědčení,** protože nemají ani potuchy o tom, že právě to je ten bludný kořen, který je v důsledku dovede vždy zpět do jednoho a téhož bodu. Pusťme se tedy do toho a pojďme prozkoumat, jak se lidé nevědomky stávají svým vlastním následkem.