

TWÓRCA SAMEGO SIEBIE

Miejszem gdzie masz najwięcej
do zrobienia, jesteś Ty sam.
/Kurt Tepperwein/

od nawyku do szczęścia...

Historia, o tym jak możesz zostać Twórcą Samego Siebie przed Tobą. Jedna z recept na osiągnięcia, na wyjątkowość oraz na zaufanie do samego siebie. Jeżeli tylko uda Ci się dostrzec, coś co będzie impulsem do zmiany nawet najmniejszej części Twojego życia na lepsze, będzie mi bardzo miło. Bo o to właśnie w tym wszystkim chodzi.



Jest godzina 22.00. Zaczynam swój dzień. W czerwonym multiplanerze pojawiają się 3 cele na jutro. Umieszczam je, w jednej z kategorii: A - must to do, B - should to do, C - nice to do, D - delegate, E - eliminate, whenever possible. Zajmuje to ok. 30 minut, tak jest każdego wieczoru. Moje cele to Wartości, które chciałbym wnieść jutro do życia innych ludzi oraz ubogacić siebie.

Czas wstawać, jest godz. 5.30. Rozpoczynają się codzienne rytuały.

Kilka porannych ćwiczeń (10-15 minut), aby obudziło się moje ciało, aby dowiedziało się, że zaczynamy nowy, dobry dzień naszego wspólnego życia.

Teraz książka - kolejny rozdział, jakże wciągający o poranku. Bez przerywania, telefonów - świat jeszcze śpi, ja **czytam**.

Otwieram multiplaner przyglądam się zapisanym wczoraj zadaniom i **podążam tylko za swoimi celami** - dzisiaj ujęte są w kategoriach A, C, D. To moje cele. Do osiągnięcia stanu zadowolenia, bycia szczęśliwym - potrzebne jest to, aby każdego dnia coś wygrać, na swój sposób zwyciężyć. A najlepiej, jeżeli wygramy te ważne dla nas sprawy.

Teraz **czas na myślenie** (15-30 minut), wyłączam telefon. Taki swoisty przystanek stop z samym sobą. Zastanawiam się co jest dla mnie ważne, dlaczego robię te, a nie inne sprawy, odpoczywam również z dala zgiełku, który będzie otaczał mnie przez większość dnia.

Czas na ludzi. Pamiętam dobrą, mądrą zasadę - **spędzaj czas z ludźmi sukcesu**. Sukces dla każdego może oznaczać coś innego, dla mnie oznacza: kieruj się tam gdzie ludzie są szczęśliwi, ciesz się tym co robią, robią to z pasją, zarażają swoją pasją innych ludzi. Szukam miejsc, w których ludzie są **pełni entuzjasmu**, do życia podchodzą z zaangażowaniem, są gotowi przeżywać je całym sobą, eksplorować świadomie to co nazywam Szczęściem.

Przychodzi też czas na pieniądze, czyli mój czas, który można by określić mianem "jestem w pracy". Wtedy też, staram się koncentrować na tych działaniach, które przynoszą wymierne korzyści finansowe. Staram się wykorzystywać wszystko czego się ucze i czego doświadczam każdego dnia. A to powoduje, że **dywersyfikuję źródła przychodu**, nie jestem przekonany, że każde przedsięwzięcie, za które odpowiadam biznesowo będzie

trwało wiecznie. Świat za szybko się zmienia.

W życiu jest tak, że są Ci, którzy wskazują drogę i Ci, którzy podążają wyznaczonymi drogami. Staram się być w tej pierwszej grupie, i robię wszystko co w mojej mocy i korzystam ze wszystkich swoich umiejętności, aby inni osiągnęli swoje sukcesy, aby wzrastali. **Pomagam innym osiągnąć ich sukces**. Dzięki temu, rosną Oni i rosnę ja.

To co robie, jak to w życiu napotyka na swojej drodze krytykę, jak i pochwały. **Szukam krytyki** i nie boję się jej. To informacja zwrotna o nas samych, a ta przecież jest jednym z kluczowych elementów rozwoju. To właśnie dzięki niej wiem, czy kierunek, którym podążam jest właściwy, czy nie. Mam czas każdego dnia, aby o tym myśleć i to układać (to mój czas na myślenie).

Byłoby nierozsądne jednak uważać, że jestem omnibusem i wiem wszystko najlepiej, bo to prawdą nigdy nie będzie. Dlatego też **szukam mentorów i korzystam z jego rad**. To ludzie, którzy mnie inspirować, często kierują moje myślenie na całkiem nowe tory, zmieniają percepcję lub ją poszerzają.

Pomiędzy tymi wszystkimi nawykami jest codzienność, ta zwyczajna, moja, ludzka. Radości i troski, sukcesy i porażki. Jednak to wszystko pomiędzy jest wynikiem moich nawyków, codziennie pielęgnowanych, skrupulatnie realizowanych. W ich wyrobienie włożyłem mnóstwo pracy i trudu. I robię to każdego dnia:

- wstaje kiedy inni śpią,
- uczę się kiedy inni oglądają tv,
- szukam właściwego otoczenia, kiedy inni są często w środowiskach, które nie wnoszą do ich życia nic wartościowego,
- dywersyfikuję źródła przychodu, kiedy inni chodzą do pracy. Mógłbym wyliczać jeszcze bardzo długo. Wszystko co robię, mogę sprowadzić do tego, że każdego dnia mam odwagę mierzyć się z tym, co jest trudne, wymagające oraz niepopularne. **Nie idę za tłumem**, bo to zgubna droga. To ja muszę wiedzieć dokąd podążam.

Kończy się mój dzień, w którym żyłem zgodnie z 13 nawykami opisanymi w książce Thomasa C. Corlaya "Change your habits, change your life". I znowu zasiadam do swojego multiplanera, sprawdzam cele A, C, D (sprawdzam jak wypada realizacja planu). Jest dumna. To co było dla mnie najważniejsze dzisiaj, osiągnęłam. Jestem szczęśliwy, uśmiecham się do siebie, do swojej Rodziny, do swojego życia. Zegar na moim biurku wskazuje godz. 22.00.

Otwieram następną stronę notesu, zapisuję nowe cele, na jutro - na wtorek. I to samo zrobię we środę, czwartek, piątek, sobotę... itd. Tak właśnie krok po kroku, cierpliwie, każdego dnia jestem twórcą samego siebie.

Tworzenie samego siebie, to wyjątkowa umiejętność i wyjątkowy dar dla nas, naszej Rodziny, naszych Przyjaciół, i wszystkich, którzy spotykają nas na swojej drodze. W tym procesie niezbędne są 3 moce:

- wiedza: czego pragniesz w swoim życiu i dlaczego tego pragniesz;
- otoczenie: życie wśród ludzi, którzy pomagają realizować Twoje dlaczego;
- wsparcie: narzędzia, które pomagają Ci wytrwać w postanowieniach, podnosić się w trudach i rozumieć sukcesy i wagę do-

ceniania nawet niewidzialnych radości.

Każdy z nas ma swój los w swoich rękach. Nikt za nas nie decyduje co się wydarzy w naszym życiu. Nikt nie odbierze nam szczęścia, oprócz nas samych. Nikt również za nas nie zmierzy się z trudnościami, musimy pokonać je samodzielnie.

Albo robisz rzeczy trudne i masz łatwe życie, albo robisz rzeczy łatwe i masz trudne życie. Wybór należy do Ciebie. Życie to umiejętność.

Odważ się na trud - nazwij go najlepszym nauczycielem, **Doceniaj** każdy sukces, którego doświadczasz w swoim życiu, **Wyrób nawyki**, które pomogą osiągnąć Ci równowagę i sens.

Zobaczysz jakie mądre życie, możesz budować mając w pełni wpływ na każdy dzień. Poświęć czas, aby z miejsca w którym jesteś, znaleźć się w punkcie, na które czekałeś całe życie.

Robert Suszko

GoodPoint

robert.suszko@goodpoint.life

