

AM-AM 1/2•BA

ĀEtrtek, 17 zĀĀTMĀ- 2020

Mark Twain kdysi Ā™ekl, Ā¾e pokud ka¾dĀ½ den hned rĀjno snĀ-te Ā¾ivou Ā¾Ābu, mĀ-Ā¾ete pak tento den proĀ¾Ā-t svĀ-domĀ-m, Ā¾e nic horĀĀ-ho vĀ;s uĀ¾ nemĀ-Ā¾e potkat. VaĀje âĚĀ¾Ābaâœ je ten nejvĀtĀĀ- a nejdĀleĀ¾itĀĀĀ- nejvĀtĀĀ- pravdĀ-podobnostĀ- odklĀdat, pokud s nĀ-m neudĀĀite nĀco teĀ• hned. Je to takĀ ten Ākol, kterĀ½ mĀ-Ā¾e chvĀ-li nejpozitivnĀji ovlivnit vĀĀ; Ā¾ivot a pracovnĀ- vĀ½sledky.

Takto zaĀĀ-nĀĀ kniha Briana

Tracyho s nĀĀzvem SnĀzte tu Ā¾Ābu a

podtitulkem âĚ21 rad, jak v co nejkratĀĀ-m Āase udĀlat co nejvĀ-ceâœ.

Kniha pĀ™inĀĀĀ- nĀĀvod, jak mezi

vaĀĀimi Ākoly urĀit, co je pro vĀ;s tou âĚĀ¾Ābouâœ, kterou musĀ-te snĀ-st, aby se vĀĀm

ulevilo a vytvoĀ™il se ve vĀ;s pocit, Ā¾e to nejhorĀĀ- mĀĀte ĀspĀĀĀnĀ za sebou. Jak

Brian Tracy podotĀ½kĀĀ, âĚklĀ-Āem k dosaĀ¾enĀ- vysokĀĀ vĀ½konnosti a produktivity je

navyknout si poprat se ka¾dĀĀ rĀjno nejprve s tĀ-m nejvĀtĀĀ-m Ākolem.

MusĀ-te si osvojit âĚsnĀ-st svou Ā¾Ābuâœ bez dlouhĀĀho pĀ™emĀ½ĀĀlenĀ-

pĀ™edtĀ-m, neĀ¾ se pustĀ-te do nĀĀeho jinĀĀho.âœ

PRAVIDLO ĀE. 1:

pokud musĀ-te snĀ-st

dvĀ Ā¾Āby, zaĀnĀte tou, kterĀĀ je odpornĀĀĀĀ-

MĀ osobnĀ tahle knĀ-Ā¾ka velmi

pomohla s organizacĀ- mĀĀho dne, kdy potĀ™ebuĀi zvlĀdat zamĀstnĀĀ- na plnĀ½ Āvazek

i blog na plnĀ½ Āvazek se vĀĀ-m, co to obnĀĀĀ-. Pomohla mi vyrovnat se s Ākoly, do

nichĀ¾ se mi Āasto nechtĀlo, ale jejichĀ¾ splnĀĀ- je podmĀnkou pro ĀspĀĀch.

HodnĀ mĀ dĀ™Ā-ve brzdila

prokrastinace, neboli chronickĀ odklĀĀnĀ- vĀcĀ-. Od toho mi pomohla metoda

Kaizen. Ale prĀĀvĀ metodu Kaizen je ideĀĀnĀ- kombinovat s âĚmetodou Ā¾Ābyâœ. Jakmile

svou Ā¾Ābu identifikujete, uplatnĀte na jejĀ- âĚkonzumaciâœ metodu Kaizen a mĀĀte

hotovo.

PRAVIDLO ĀE. 2:

Pokud uĀ¾ musĀ-te

snĀ-st Ā¾Āivou Ā¾Ābu, nemĀĀ smysl dlouho sedĀt a pozorovat ji.

NezĀ™Ā-dka se pĀ™istihnu, jak

sedĀ-m v kĀ™esle, Ātu si a vĀ-m, Ā¾e mĀ ĀekĀĀ nĀĀjakĀ½ Ākol, kterĀ½ se nade mnou tyĀĀ-

jako Atlas a visĀ- jako DamoklĀv meĀ.

Nechce se mi do toho, zoufale se mi nechce, ale vĀ-m, Ā¼e mi bude lĀ©pe, aĀ¼ to budu mĀ-t hotovĀ© a bude se mi volnĀ¼ji a s klidnĀ¼jĀ¼-m svĀ-domĀ¼-m dĀ¼chat.

PoĀ™Ā¼d ale jako by mi nĀ¼co brĀ¼nilo zaĀ¼Ā-t.

A vtom si Ā™eknu: Tak sakra, snĀ¼z uĀ¼ tu Ā¼Ā¼bu! MĀ¼m totiĀ¼, pĀ™esnĀ¼ v rozporu s pravidlem Ā¼. 2, chuĀ¼ tu Ā¼Ā¼bu hoooodnĀ¼ dlouho pozorovat, neĀ¼ si ji dĀ¼m na talĀ¼-Ā™. Ale jakmile se rozhodnu jednat dĀ¼-ky metodĀ¼ Kaizen, vezmu Ā¼Ā¼bu Ā¼“ mlask! A ono to najednou jde. A velmi Ā¼asto se ukĀ¼Ā¼e, Ā¼e Ā¼Ā¼ba vlastnĀ¼ nechutnĀ¼ tak hroznĀ¼, jak jsem Ā¼ekala. Mimochodem, kdyĀ¼ se rozhodnete Ā¼Ā¼bu snĀ¼st jen napĀ¼, trpĀ¼-te jak vy, tak Ā¼Ā¼ba.

Jak kniha sprĀ¼vnĀ¼ zdĀ¼razĀ¼uje, Ā¼schopnost soustĀ™edit se cĀ¼-levĀ¼-domĀ¼ na nejdĀ¼leĀ¼itĀ¼jĀ¼- Ā¼kol, vykonat ho dobĀ™e a beze zbytku, je klĀ¼Ā¼em k velkĀ¼mu Ā¼spĀ¼chu, respektu, dobrĀ¼mu postavenĀ¼- a Ā¼Ā¼astnĀ¼mu Ā¼ivotuĀ¼.

TakĀ¼e, Ā™eĀ¼eno s Brianem Tracym, seberte odvahu a udĀ¼lejte prvnĀ¼- krok.

VĀ¼je ostatnĀ¼- pak vyplne z tohoto prvnĀ¼-ho kroku. Odvahu posĀ¼-lĀ¼-te tak, Ā¼e se budete chovat, jako byste jiĀ¼ odvahu mĀ¼li.

SnĀ¼zte tu Ā¼Ā¼bu!

Veronika MatysovĀ¼ P. S. Metoda Kaizen je japonskĀ¼ filozofie, kterĀ¼ je vyuĀ¼itelnĀ¼ vĀ¼ude v naĀ¼em Ā¼Ā¼ivotĀ¼. VyjadĀ™uje nespokojenost se souĀ¼asnĀ¼m stavem a neustĀ¼lou potĀ™ebu ho Ā¼“ i byĀ¼ po malĀ¼ch krocĀ¼ch - vylepĀ¼ovat.