BRIAN TRACY

LETOVÝ PLÁN

Jak dosáhnout rychleji větších cílů, než se vám kdy snilo



LETOVÝ PLÁN

BRIAN TRACY

LETOVÝ PLÁN

Jak dosáhnout rychleji větších cílů, než se vám kdy snilo



synergie

Letový plán
Brian Tracy

Z anglického originálu *Flight Plan* přeložil Jaroslav Veis
Odpovědná redaktorka Veronika Maxová
Návrh obálky Ondřej Klouček
Grafická úprava a sazba Art D, www.art-d.com
Elektronické formáty připravil KOSMAS, www.kosmas.cz
Vydalo nakladatelství Synergie Publishing SE
www.synergiepublishing.com
Vydání první

Copyright © 2008 by Brian Tracy
Translation Copyright © 2015 Synergie Publishing SE
Czech edition published by arrangement with Agentia Literara LIVIA STOIA

ISBN 978-80-7370-306-6 (váz.)
ISBN 978-80-7370-427-8 (e-kniha)

Mé báječné dceři Christině, skvělé mladé ženě,
oddané matce a Damonově ženě. K téhle knize
jsi mě inspirovala, byla jsi mi moudrou rádkyní
a spolupracovnicí a nám všem pak vzorem.

OBSAH

Úvod: Opravdové tajemství úspěchu 9

1. Zvolte si cíl 17
2. Prověřte si své letové možnosti 35
3. Sepište si letový plán 47
4. Připravte se na cestu 61
5. Odstartujete na plný plyn 73
6. Počítejte s turbulencemi 81
7. Letový kurz neustále opravujte 95
8. Rychle se učte a postupujte vpřed 111
9. Aktivujte své supervědomí 127
10. Vyhněte se zkratkám a jiným zázrakům 137
11. Zvládněte strach 145
12. Vytrvejte, dokud neuspějete 155

Závěr: Úspěch není náhoda 165

ÚVOD

Opravdové tajemství úspěchu

I cesta dlouhá tisíc mil začíná prvním krokem.

Konfucius

Žijeme ve skvělé době. Ještě nikdy v dějinách nemělo tolik lidí možnost dosáhnout svých cílů. Pokud se na tom něco změní, pak jen to, že v příštích měsících a letech bude všechno jen lepší. A vy se musíte postarat o to, abyste se stali součástí toho, čemu ekonomové říkají „zlatý věk" lidstva.

V našem světě chtějí všichni být šťastní, zdraví, štíhlí a bohatí – pokud možno snadno a rychle. Není divu, že po celé dějiny nespočet lidí i organizací nabízí lákavá schémata, speciální techniky, ezoterické strategie

a tajemství, jak dosáhnout úspěchu a štěstí bez toho, aby bylo nutné vynakládat příliš mnoho úsilí.

Každý rok či dva přichází někdo s knihou odhalující *Tajemství* rychlé a snadné cesty ke štěstí a spoustě peněz. *Tajemství* tvrdí, že stačí myslet pozitivně a představovat si, že jste šťastní a bohatí, a tím dostanete do života všechny ty dobré věci, po kterých toužíte. Lidem, kteří nejsou ochotni pustit se do tvrdé práce, bez níž nelze dosáhnout ničeho, co by mělo skutečnou hodnotu, se tenhle nápad zamlouvá.

Opravdové tajemství úspěchu spočívá v tom, že žádné takové tajemství neexistuje. Jsou jen univerzální pravidla a časem neopotřebované pravdy, které jsou znovu a znovu objevovány. Štěstí, zdraví a blahobyt nejsou dílem náhody. Jsou výsledkem záměrného plánu a platí pro ně zákon příčiny a následku.

Tento zákon zní: „Každá příčina má svůj následek." Tím také říká, že „každý následek má svou příčinu nebo příčiny". Znamená to, že když uděláte určité věci, dosáhnete určitých výsledků. „Co zaseješ, to sklidíš," stojí v Bibli. Píše o tom také Isaac Newton: „Každá akce vyvolává odpovídající a opačným směrem působící reakci."

Existuje jednoduché pravidlo: Když budete opakovaně dělat to, co dělají úspěšní lidé, nic nezbrání tomu, abyste nakonec dosáhli stejných výsledků jako oni. A naopak, když nebudete dělat to, co dělají úspěšní lidé,

není vám pomoci. Úspěch není náhoda. Není to důsledek štěstí, ale zámyslu. Jednoduše řečeno, je to záležitost příčiny a jejího následku.

Velký objev

Možná že největším objevem lidských dějin – základním principem náboženství, filozofie, metafyziky a psychologie – je, že myšlení je příčinou a podmínky jsou následkem. To znamená, že vaše myšlení vytváří vaši skutečnost. Nevidíte svět takový, jaký je, ale spíše takový, jací jste vy. Kam se podíváte, vidíte sebe. V širším slova smyslu je svět kolem vás zrcadlem vašeho vnitřního světa. Cokoli, na co myslíte uvnitř, se odrazí v tom, jací jste navenek. Když chcete vědět, co se v někom odehrává, prostě pozorujte, co se děje s ním a kolem něho.

Zákon souladu – „Váš vnější svět je v souladu s vaším vnitřním světem" – je neporušitelný přinejmenším v průběhu času. Nikdy nemůžete získat a udržet něco z vnějšku, rozhodně ne na delší dobu, pokud jste se na to nepřipravili a nezasloužili si to uvnitř.

Jistě jste slyšeli, že pokud máte uspět, musíte pro to udělat vše, co si to vyžaduje. Vnitřně je to, co si váš cíl vyžaduje, *mentálním ekvivalentem* toho, co chcete získat nebo zažít vně. Abyste mohli měnit vnější svět, musíte

měnit ten svůj vnitřní. Už Goethe říkal, že kdo chce víc, musí nejprve být lepší.

Jinými slovy, kdo chce jakýmkoli způsobem změnit svůj život, musí změnit sám sebe. Chcete-li, aby váš život byl skvělý, musíte se učit, růst a získávat nezbytné zkušenosti, které vám přinesou moudrost i schopnost vhledu. K tomu žádné zkratky nevedou.

To mě vede k metafoře úspěchu, kterou sdílím už po mnoho let s tisíci lidmi po celém světě. Když ji popisuji, každý úspěšný člověk, se kterým jsem kdy mluvil, říká: „Právě tohle je důvod, proč jsem dnes úspěšný."

Život je cesta

Za celé ty roky jsem létal po celé zemi a mnohokrát i po celém světě. Jednoho dne jsem si uvědomil pozoruhodnou věc: když cestujete kamkoli letadlem, 99 procent letového času letadlo pochopitelně časový plán nedodržuje! Vlivem povětrnostních podmínek, stoupavých i klesavých vzdušných proudů, větrů z boku, turbulencí, bouří, blesků a zemského magnetismu letadlo pořád poletí jinak, než bylo naplánováno.

Když však linka do New Yorku v Los Angeles startuje, ozve se z reproduktorů pilot a řekne něco jako: „Dámy a pánové, děkujeme vám, že letíte s naší leteckou společností. Váš dnešní let potrvá přibližně pět hodin

a dvanáct minut a na letišti La Guardia přistaneme dvacet minut před osmnáctou hodinou. Přejeme vám příjemný let.“ A co víc, můžete si být jisti, že o pět hodin a dvanáct minut později letadlo na La Guardii přistane, na minutu přesně, jak očekáváte.

O to jde: v životě většinou nebudete naplánovaný čas dodržovat. Ať už si to naplánujete sebelíp, bude váš život stejně sérií dvou kroků vpřed a jednoho vzad. Od chvíle, kdy odstartujete svou životní pouť ke svému cíli, budete muset cestu bez ustání opravovat. Budete startovat, zastavovat se, zahýbat vlevo či vpravo, přelézat překážky či je podlézat a často se vracet. To jsou základní zkušenosti, které musíte mít, abyste se stali člověkem, který je schopný dosáhnout dlouhodobého úspěchu.

Potřebujete letový plán

Jeden moudrý člověk mi řekl: „Uspět je cíl, to ostatní jsou jen řeči.“ Dosáhnout něčeho velkého znamená vytýčit si jasné cíle a vypracovat plány a harmonogram, jak se dostat odněkud, kde jste dnes, tam, kde chcete být v budoucnosti. Potřebujete mít časový plán, který vypracujete, než se vydáte na cestu k cíli, a který vás k němu povede. Dále musíte mít odvahu „vzlétnout“, vykročit s vírou, bez záruky, že uspějete. Během cesty musíte být připraveni kurz neustále upravovat. A především musíte

dokázat s předstihem řešit vše, co vám umožní v cestě pokračovat až do místa určení.

Skutečné tajemství v akci

I ty nejdůmyslnější řízené střely, které neomylně doletí k cíli, musejí nejprve odstartovat. Musejí být odpáleny. A dřív než mechanismus jejich navádění začne fungovat, musejí se dát do pohybu.

Stejně tak dřív, než začnete využívat všech svých zjevných sil i schopností, musíte odstartovat sami sebe. Musíte učinit první krok. Musíte zahájit akci. Musíte překonat obavy z neúspěchu a možných zklamání. Musíte opustit svou zónu pohodlí a vkročit do „zóny nepohodlí".

Opravdovým tajemstvím úspěchu je to, že život je jako cesta letadlem na dlouhou vzdálenost. Nejprve si musíte určit, kam chcete dorazit, nastoupit do letadla a odstartovat k cíli a dopředu vědět, že 99 procent času se budete od kurzu odchylovat.

Rozleťte se

Na cestě k tomu, abyste byli šťastnější, zdravější a vedlo se vám lépe než dosud, musíte učinit dvanáct kroků. Tím, že podle nich budete postupovat, dostanete svůj

život plně pod kontrolu a zaktivizujete veškeré své duševní síly. Stanete se tím, kým jste se chtěli stát, a tak posílíte šanci, že cíle podle svého jízdního řádu dosáhnete. Tady ty kroky máte.

1

Zvolte si cíl

Pro úspěšné lidi je charakteristická jejich důkladnost. Genialita je schopnost podstupovat nekonečné útrapy. Žádný významný úspěch se nedostaví bez extrémní pečlivosti a vytrvalé snahy zacílené i na ty nejmenší detaily.

Elbert Hubbard

Jste schopní dosáhnout v životě víc, než jste si vůbec kdy dokázali představit, a to právě teď hned. Talentu máte dost, aby stačil na stovku životů. Nikdy nebylo víc příležitostí a vymožeností, které vám umožní dosáhnout lepšího zdraví, většího štěstí i lepšího finančního zajištění než dnes. Abyste mohli tohoto neomezeného potenciálu využít, je vaší první a největší povinností k sobě samému ujasnit si, co doopravdy chcete.

Když si budete naprosto jisti, kdo jste, co chcete a kam až chcete dojít, dosáhnete desetkrát víc než průměrní lidé a dosáhnete toho mnohem rychleji.

Prakticky všichni máme společné čtyři cíle. Jsou to (1) být v kondici, zdraví a dlouho žít; (2) dělat práci, která nás baví, a být za ni dobře placeni; (3) mít dobré vztahy s lidmi, které máme rádi a kterých si vážíme a kteří mají rádi nás a váží si nás; a (4) dosáhnout finanční nezávislosti, abychom se už nikdy nemuseli bát, že nebudeme mít dost peněz. Když si každou z těchto oblastí oznámkujete od jedné do deseti, zjistíte, že většina vašich dnešních problémů a starostí souvisí s tou oblastí vašeho života, kde jste si dali nejnižší známky. Svůj život zlepšíte nejrychleji, když dosáhnete pokroku právě v této oblasti.

Vidět svět jako bohatý zdroj možností

Až odstartujete k některému z těchto čtyř cílů, můžete buď dychtivě vyhlížet množství příležitostí, které na vás čekají, nebo naopak usoudit, že příležitosti nejsou. Když budete dychtiví, budete si zároveň důvěřovat, budete optimisticky naladění a budete pozitivně a vytrvale pracovat na tom, abyste směřovali k cíli svých snů.

Přístup naplněný očekáváním možností vás povede i k tomu, abyste svět viděli jako laskavý a vlídný. Budete věřit, že svět je dobré místo, obydlené lidmi, kteří jsou z větší části také dobří. Získáte pocit, že právě v dnešní době se vám bude žít nejlépe.

Neznamená to, že byste si neměli být vědomi problémů a potíží světa. Uznáváte, že existují, a víte o nich. S dychtivým přístupem ke světu však budete pozitivnější i konstruktivnější, soustředíte se víc na to, jak problémy řešit, než na ně samotné. Budete se víc zajímat o to, co udělat, aby se věci kolem vás zlepšovaly, než o to, kdo zavinil to, co se stalo.

Když však se postavíte ke světu jako k místu s omezenými možnostmi, budete se chovat zcela opačně. Uvěříte, že úspěch je záležitost štěstí a že všichni, kdo ho dosáhli, nejspíš přišli k penězům tím, že někoho podvedli. Všude kolem sebe budete vidět jen trápení a nespravedlnost. Snadno se spokojíte se starými výmluvami: „Bohatí budou ještě bohatší a chudí ještě zchudnou“ nebo „Nezáleží na tom, co znáš, ale koho znáš“, případně „S radnicí nemá smysl bojovat“.

Postoj, pro který se rozhodnete, ať je to kterýkoli, se na vás podepíše. O vašem vnitřním světě bude rozhodovat svět kolem vás. Už to, že čtete právě tuto knihu, však znamená, že ke světu zaujímáte dychtivý a vstřícný postoj. Máte velký smysl pro sebeovládání a věříte, že o většině z toho, co se vám stane, rozhodujete sami.

Jste-li pozitivní a konstruktivní člověk, přijímáte vysokou míru odpovědnosti za sebe sama a za vše, co se vám stane. Neviníte z toho jiné lidi a ani se

nevymlouváte. Když se vám nějaká situace, ve které se octnete, nelíbí, dáte se do práce a usilujete o to ji změnit. Když ji změnit nedokážete, přijmete ji. Ale nikdy si jen nestěžujete.

Naplánujte si cíl

Čím víc času se rozhodnete věnovat tomu, kam se chcete dostat, a svým cílům, tím rychlejší a snazší bude dosáhnout jich. To, co děláte dnes, bude vždy určováno vašimi budoucí záměry.

Začněme s otázkou, která je možná nejdůležitější ze všech: **Co opravdu chci se svým životem podniknout?**

Když si kdykoli v životě stanovujete cíle, počínejte si naprosto sobecky. Idealizujte si to. Přesně si určete podmínky, ve kterých se budete cítit nejšťastnější a které vám, jestliže se vám podaří jich dosáhnout, poskytnou největší uspokojení,.

Představte si, že máte kouzelnou hůlku a můžete svůj život zlepšit úplně ve všem. Jak by to asi vypadalo? O čem byste se odvážili snít, kdybyste věděli, že nemůžete neuspět?

Když nad touto otázkou budete přemýšlet, představte si, že vás naprosto nic neomezuje. Představte si, že máte k dispozici všechen čas stejně jako všechny peníze, všechny vědomosti a všechny dovednosti, všechny

přátele a kontakty, vzdělání i schopnosti, které jsou zapotřebí k tomu, aby se vám splnily veškeré cíle, které si vytýčíte. Nebo jinak, představte si, že máte kreditní kartu bez omezení a můžete letět, kam chcete.

Vaše ideální kariéra a příjem

Začněme s vaší prací a kariérou v ní. Kolik byste museli vydělávat, aby váš příjem byl ideální? Kdybyste měli mít perfektní zaměstnání, jaká by to měla být firma nebo organizace, pro kterou byste měli pracovat? S jakým typem lidí byste chtěli spolupracovat? Kdybyste si měli navrhnout práci, čím by vás měla nejvíc těšit a co by ji činilo nejvíc produktivní? Jaká zvláštní nadání a schopnosti, které máte, byste rádi co nejvíc využili?

Protože v nějakém zaměstnání budete pracovat po většinu svého života, je jedním z nejdůležitějších úkolů mít naprosto jasno, jaká práce je pro vás ta nejlepší. „Klíčem k úspěchu je rozhodnout se, co vás těší dělat nejvíc, a pak si najít způsob, jak si tím vydělat na dobré živobytí," říká Napoleon Hill.

Kdybyste měli dělat celý život jen jednu věc a měli za to dostávat dobrý plat, co by to bylo?

Vaše přirozené vlohy a schopnosti

Wayne Dyer říká, že všechny děti přicházejí na svět s tajnými příkazy. Jaké jsou ty vaše? Pro co jste se narodili?

Jaké zvláštní vlohy, schopnosti, zájmy, touhy a dovednosti váš činí jedinečnými – a tím vás odlišují od ostatních lidí? Jak víte, když něco děláte, že je to právě to, co byste dělat měli? Jak to zjistíte?

Nabízím deset ukazatelů, jež může použít při rozhodování, zda jste na tom správném místě a děláte to, proč jste na světě:

1. Svou práci *milujete*. Zajímá vás, fascinuje vás, přitahuje vás.
2. Chcete v ní *vyniknout,* být mezi nejlepšími 10 procenty ve svém oboru.
3. *Obdivujete* špičkové lidi ve svém oboru a chcete být jako oni a dosáhnout stejného úspěchu.
4. Chcete se *poučit* o oboru, který jste si zvolili – čtete si o něm, navštěvujete kurzy a přednášky, sledujete programy, které se ho týkají. Neúnavně se celý život učíte.
5. Správná práce je pro vás ta, kterou se snadno naučíte a snadno vykonáváte. Zdá se vám *přirozená*, zatímco pro většinu jiných lidí je obtížná.
6. Když se pustíte do práce se vší vervou, *čas se zastaví*. Často se zapomenete najíst, napít se, udělat si přestávku nebo si odpočinout.
7. Úspěch v práci vám přináší pocit naprosté sebedůvěry a uspokojení, je to váš *vrcholný životní zážitek*. Už se nemůžete dočkat dalšího úspěchu.

8. Rádi o své práci *přemýšlíte* a mluvíte o ní, i když ji zrovna nevykonáváte. Prostupuje celý váš život.
9. Rádi se *družíte* s lidmi z oboru a při každé příležitosti se pouštíte do pracovních debat.
10. Plánujete si, že v téhle práci *vydržíte celý život* a do důchodu nikdy nepůjdete, tak vás těší.

Říká se: „Dělej to, co děláš rád, a peníze přijdou za tebou." Pravý úspěch spočívá ve schopnosti objevit, co děláte rádi. Vrhněte se do toho celým srdcem a snažte se být lepší a lepší. Určit si, co je vaše ideální zaměstnání nebo pracovní kariéra, je pro výběr vašeho skutečného cíle a naplnění všech vašich možností naprosto zásadní.

Osobní život bez kazu

Mávněte kouzelnou hůlkou ještě nad svou rodinou, vztahy a osobním životem. Kdyby váš osobní život byl dokonalý, jak by asi vypadal? Jaký životní styl by vás těšil? Kde byste žili? Jaký dům byste měli? Jak byste s členy rodiny trávili čas ať už v pracovní dny, nebo ve dnech volna?

Pokud nežijete v manželství, zkuste popsat dokonalý vztah. Představte si vysněnou partnerku nebo partnera. Sepište si jednotlivé vlastnosti a rysy takového

dokonalého člověka. Užasnete, jak rychle potom narazíte právě na toho, o kom soudíte, že je ten pravý nebo ta pravá.

A pokud je váš osobní život ve všech směrech zcela dokonalý, jak byste rádi žili? Jakým autem byste jezdili? Jak by vypadala vaše dovolená? Kam byste rádi jeli? Vytvořte si takový ideální kalendář – den za dnem, týden za týdnem, měsíc po měsíci, rok po roce. Vědět, co chcete, je první krok k tomu, abyste to dostali.

Představte si, že vás nic neomezuje

Kdyby vaše zdraví bylo dokonalé, čím by se lišilo od vašeho zdraví dnes? Kolik byste vážili? V jaké kondici byste byli? Jak byste jedli? Cvičili byste každý den, nebo každý týden? Představte si, že byste mohli vytvarovat své tělo k dokonalosti. Jak byste asi vypadali?

A konečně, kolik byste potřebovali, aby byl váš život dokonalý i po finanční stránce? Kolik peněz byste měli v bance? Kolik byste investovali, aby pro vás peníze pracovaly? Jaký by měl být váš majetek? Jakou mzdu byste měli dostávat každý měsíc a každý rok? A především, jakou částku byste si přáli mít?

Čím jasnější budou vaše odpovědi na tyto otázky, tím snáze si budete plánovat, čeho chcete dosáhnout, a tím snáze si stanovíte svůj letový plán.

Finanční nezávislost

Zkuste si udělat jednoduché cvičení: Spočítejte si, kolik by vás stál příjemný život měsíčně, a to i kdybyste neměli žádný příjem. Zahrňte do toho všechny náklady na bydlení, stravu, dopravu, výdaje na zdraví, dovolenou a zábavu. Znásobte toto číslo dvanácti (počet měsíců v roce) a výsledek znásobte ještě dvaceti (počet let, po které pravděpodobně budete žít, než odejdete do důchodu). Výsledné číslo by mělo představovat váš důchodový cíl. Tolik musíte dát dohromady, abyste byli celoživotně finančně nezávislí.

Potom si určete svůj čistý majetek. Spočítejte si na papíře, kolik přesně máte dnes. Představte si, že všechno, co vlastníte, prodáte a odstěhujete se do ciziny. Počítejte poctivě. Kolik byste dali dohromady, kdybyste veškerý svůj současný majetek zlikvidovali? Je to typ analýzy, který vyžaduje banka, když od ní chcete získat půjčku. Věřitel chce vědět, co vlastníte, kolik kde dlužíte a kolik peněz máte okamžitě k dispozici.

Tím znáte, pokud jde o finance, výchozí bod, váš momentální majetek a také cíl – kolik peněz chcete v příštích letech získat. Tím jste začali konat.

Myšlení ve stylu „zpět z budoucnosti“

Při určování definitivního cíle v kterékoli oblasti života vycházejte z „dlouhodobé perspektivy“. Tato technika, které využívá většina úspěšných lidí ze všech oborů, vyžaduje plánovat několik let dopředu a rozhodnout se, kde na konci tohoto období chcete být.

Uvažujte přitom metodou „zpět z budoucnosti“. Představte si, že se z nějakého příhodného bodu v budoucnosti ohlížíte zpátky do přítomnosti. A potom začněte zvažovat, jaké kroky musíte počínaje dneškem podniknout, abyste se z přítomné situace přesunuli tam, kde v budoucnosti chcete být.

Pohled z dlouhodobé perspektivy vám umožní vidět sebe i svůj život jasněji. Odhalí, co musíte dělat, ale také co musíte přestat dělat, chcete-li se přesunout do cíle, který jste si zvolili.

Čtyři mocné techniky

Při rozhodování o svém cíli můžete užít čtyři speciální techniky, jak pokrok urychlit a zvýšit pravděpodobnost, že ho dosáhnete tak, jak jste si to rozvrhli. Jsou to *verbalizace, vizualizace, emocionalizace* a *racionalizace*. Postupně si o nich něco řekněme.

1. *Verbalizace*. Znamená to, že si sepíšete zřetelné, specifické a měřitelné cíle. Cíl, který nevidíte, nemůžete zasáhnout. Stejně tak nemůžete dospět do cíle, který nedokážete přesně popsat. Čím víc času věnujete tomu, aby váš popis cíle byl precizní a přesný, tím snazší pro vás bude také dosáhnout jistoty, že každý krok, který učiníte, je správným směrem.
2. *Vizualizace*. Veškerá zdokonalení vašeho vnějšího života počínají zdokonalením duševního obrazu sebe sama a budoucnosti, o kterou stojíte. Vizualizujete tím, že si v mysli vytváříte zřetelný a podrobný obrázek dokonalého cíle, kam směřujete. Schopnost vizualizace je jednou z nejneuvěřitelnějších schopností, které máte. Vždy, když si v hlavě přehrajete cíl, který jste si verbalizovali a vizualizovali, vtiskujete si toto poselství hlouběji a hlouběji do podvědomí. Čím zřetelněji dokážete svůj cíl v mysli vidět, tím rychleji se mu přiblížíte i v realitě.
3. *Emocionalizace*. Při emocionalizaci cíle, který jste si verbalizovali a vizualizovali, v sobě vlastně vytváříte pocit, jaký byste zažili, kdybyste cíle už dosáhli. Čím intenzivněji si přejete, abyste tohoto cíle dosáhli, čím víc síly a energie do toho vložíte, tím rychleji budete k tomuto cíli směřovat.
4. *Racionalizace*. Racionalizujte si svůj cíl tím, že si sepíšete důvody, proč ho chcete dosáhnout, a veškerý užitek, který vám přinese. Připravte si