

TAJEMSTVÍ VLIVU



*Život, který si
zasloužíte*



Nigel Risner



Nigel Risner

Tajemství vlivu

Život, který si zasloužíte

Přeloženo z anglického originálu **The Impact Code – Live the life you deserve**, 2006, vydaného nakladatelstvím *Capstone Publishing Limited* (a *Wiley Company*).

Vydalo nakladatelství Ekopress, s. r. o., K Mostu 124, Praha 4
1. vydání – 2007

Překlad Kamila Tkadlecová

Odpovědná redaktorka Iva Kapcová

Obálka a sazba Karel Novák

Tisk Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.

www.ekopress.cz

© Nigel Risner, 2006

© Capstone Publishing Limited (a Wiley Company), 2006

Translation © Kamila Tkadlecová, 2007

© EKOPRESS, s. r. o., 2007

ISBN 978-80-86929-34-7

Obsah

Poděkování	9
Předmluva	11
Úvod	13
Jak tuto knihu používat	23
Jaká je hlavní myšlenka?	25

Kapitola první

V místnosti

Shrnutí	28
Když jste v místnosti, buďte v místnosti	29
Minulost	34
Ponechte si dobré věci z minulosti	43
Co je to mozek?	44
Čtverylka paměťové stopy	48
Malý kámen, velká vlna	51
$Z + R = V$	52
Vraťte se do místnosti!	54
Tempus fugit – Čas letí	56
Vliv v reálném čase	58
Cvičení	61

Kapitola druhá

Modelujte z nejlepšího

Shrnutí.....	64
Učte se od toho nejlepšího.....	65
Nechte si správně pomoci.....	76
Zásady úspěšného modelování.....	77
Organizování.....	79
Organizování úspěchu.....	81
Vytyčení cílů.....	82
Proč si vytyčovat cíle?.....	83
Vybírání týmu.....	85
Velké pokroky.....	87
Cvičení.....	91

Kapitola třetí

Nadšení a smysl

Shrnutí.....	94
Nadšení a smysl.....	96
Stíhejte nadšení, ne svou penzi.....	98
Jak najít v nadšení smysl.....	103
Obklopte se nadšenými lidmi.....	110
Řekněte úplnou pravdu rychleji.....	115
Kdo říká, že nemůžete?.....	116
Cvičení.....	117

Kapitola čtvrtá

Činy

Shrnutí.....	120
Činy.....	121
Připravte se konat.....	125
Zapalte si jednu nebo dvě svíčky.....	129
Malý čin, velká změna.....	132
Začněte se sebou.....	135
Nemůžete zamířit na kachnu.....	136
Daleko od pobřeží.....	137
Smysl a vnímavost.....	138
Cvičení.....	140

Kapitola pátá

Úleva smíchem

Shrnutí.....	142
Úleva smíchem.....	143
Získáte to, o co jste hráli.....	150
Venku je džungle.....	153
Poznejte svá zvířata.....	154
Kdo o koho pečuje?.....	156
O risku.....	163
Přítel potřebuje pomoc.....	164
Cvičení.....	165

Kapitola šestá

Důvěra

Shrnutí.....	168
Důvěra.....	169
Posuďte sami.....	173
Přesvědčení.....	176
Donuťte se důvěřovat, donuťte se věřit, že to dokážete...	182
Věřte si.....	184
Cvičení.....	189

Kapitola sedmá

A co dál?

Udržování TAJEMSTVÍ při životě.....	192
Šest způsobů, jak udržovat TAJEMSTVÍ VLIVU při životě	196
O VLIVU	197
Další moudré věty	198
 Další cvičení	 203
Řešení rébusů	207
Literatura k tématu	209
O Nigelu Risnerovi	211
Ohlasy	213
Jiné tituly Nigela Risnera	217

Poděkování

V duchu této knihy chci lidem nejen děkovat – chci vám sdělit, kdo měl na můj život VLIV a čí zásluhou se mohl tento sen uskutečnit.

Moji rodiče. Jsou to lidé, kteří měli samozřejmě první vliv na můj život. Dali mi jak DNA, tak citovou podporu, kterou jsem potřeboval k úspěchu při pomáhání lidem uskutečňovat jejich sny. Můj slušný a spolehlivý otec, který mi ukázal na světě to dobré i špatné, a má nápaditá a excentrická matka tvořili přímo magickou kombinaci.

Můj starší bratr Andrew Risner. Je to člověk, který se mi nikdy nebál říci, že dělám něco špatně.

Fran, má žena, je člověk, který při mně stál posledních 25 let a který mě nikdy nepřestal milovat, ať už jsem udělal cokoli.

Můj syn Daniel. Zajímavý mladý muž, který je pro mě svým odhodláním a vytrvalostí každodenní inspirací. Je to člověk, který nikdy nepůjde s davy a je sám sebou.

Má dcera Sasha je velmi výjimečná mladá žena, jež je stejně hezká zvenku i zevnitř. Její pohled mě může udělat rázem šťastným nebo nešťastným. Děkuji, že je v mém životě takovou inspirací.

Jack Canfield. Můj instruktor, učitel a přítel.

Brian Chernett. Člověk, který mi dal příležitost, i když nevěděl, zda zvládnu předat VLIV prezidentům společností.

Organizační skupiny. Roy, Graham a Robin – lidé z mé původní organizační skupiny. Děkuji jim za to, že mě postrkovali k tomu, abych se stal jedním z předních evropských řečníků. Mému současnému týmu: Shayi, Steff a Stevovi, děkuji za množství inspirace.

Joanne Bloomfield. Žena mnoha talentů, která mě podporovala v průběhu celého projektu. Její nadšení a oddanost ztělesňuje celé pojetí této knihy, především když jsem nebyl „v místnosti“ během mnoha našich schůzek. Je skvělý odborník a nikdy se nebála výzvy psát tuto knihu se mnou.

Steff, mé svědomí.

John Moseley. Za přivedení této knihy na svět.

Ali. Člověk, jehož práce byla se o mě starat. Nikdo jiný na světě se tolik nesnaží o to, abych byl dobře vybaven na ovlivňování světa.

Předmluva

S potěšením vám doporučuji tuto knihu. Pro všechny, kteří si přejí být motivováni ke změně nebo „neustálému zlepšování“, je toto správné místo, kde začít. V průběhu let jsem slyšel Nigela mluvit a viděl, jaký VLIV má na členy akademie – jeho síla měnit jednotlivce i celé organizace vám bere dech.

Jeho prezentace VLIVU byla již přijata desetitisíci lidí. Nyní pomůže tato kniha statisícům dalších zjistit, jak jednoduchá, ale ohromující síla vytváření VLIVU je. Tato lehce pochopitelná filozofie vytváří kladné změny po celém světě. Každý kdo prodělá tuto změnu víry, potřebuje, aby jeho život „stál za prožití“ a stane se Nigelovým dlužníkem.

Podle mého názoru stojí život určitě za tu trochu snahy. S Nigelovou pomocí můžete svůj život hodně změnit – právě teď, v tuto minutu, dnes.

Brian Chernett

zakladatel a prezident Akademie
pro prezidenty společností, Ltd.

Úvod

Vybrali jste si tuto knihu. Skvělé.

Ale uděláte přesně to, co děláte vždy?

Tedy vůbec nic.

Nebo...

Nebo si dáte šanci na to, že budete žít takový život, jaký si zasloužíte?

Je to na vás.

Vždycky bylo.

Ať už jste si tuto knihu koupili nebo dostali jako dárek, to, že ji držíte v rukou pravděpodobně znamená, že chcete od svého života víc. Někteří říkají, že chtějí být „šťastní“, jiní že „toho chtějí více dosáhnout“.

Každý je jiný – nebo to tak alespoň vypadá. Faktem je, že všichni hledáme stejnou věc: více. Chceme to jen v jiném rozsahu, v jiných barvách, v jiné četnosti a intenzitě.

Dobrou zprávou je, že dosáhnout „více“ je jednoduché. Špatnou zprávou je, že to bude jedna z nejsložitějších cest, kterou kdy podniknete. V průběhu let jsem pracoval s tisíci lidmi a všichni se svými životy do jisté míry bojovali. Všichni

měli jednu věc společnou – citový ekvivalent „neodstranitelné skvrny“ v jejich životě. Skvrnu, která nešla odstranit, ať se snažili sebevíce. Je zcela možné vynikat ve většině sfér každodenního života, ale mít problémy dělat pokroky v jediné sféře, kterou je důležité napravit.

Naučil jsem se, že když chceme získat od svého života více, musíme postupovat určitou, dobře značenou cestou. Musíme se jí držet. Po mnohaleté práci s klienty jsem vyvinul jednoduchý proces, který může používat opravdu každý; nazývám ho **TAJEMSTVÍM VLIVU**. Je tak jednoduchý, že je to skoro k zasmání, ale k tomu, abychom mohli život změnit, je potřeba mít odhodlání ze železa. Jednoduchost mého vzoru odporuje základní podstatě mise – vytváření VLIVU, docílení více věcí a získání života, který si zasloužíte.

Můj život nebyl vždy jednoduchý. Našly se v něm období, kdy jsem byl tak daleko od své pohodlné zóny, že jsem nevěděl, jestli se do ní ještě někdy vrátím. S intenzivními úspěchy v začátcích své kariéry a ničivými neúspěchy (všeho druhu), které rychle následovaly, bych svůj život nikdy nepopsal jako ideální, ale je skvělý, a i když má své nedostatky, jsem na něj pyšný.

Při hledání toho dobrého v každé zkušenosti jsem byl vytrvalý a snažil jsem se žít takový život, jaký chci, život, který si zasloužím – i když při pohledu na své chyby by bylo nejjednodušší to vzdát. Pointa: Ne vždy se mi všechno povede. Ani vy neuděláte všechno správně. Je ale důležité to nevzdávat a zkoušet to dál. Vzpomeňte si na šest zásad modelu a na svém životě pracujte zrovna tak, jako byste pracovali na kterémkoli jiném projektu.

Přeji si, abyste dosáhli alespoň takové úrovně úspěchu, z které se těším já – to je podstatné – a zažili, jaké to je být skutečně šťastni. Přeji si, abyste milovali svůj život zrovna tak, jako já miluji svůj.

Proč se s tím zatěžovat? Proč stojí vytváření VLIVU ve vašem životě za námahu? Zrovna tak jako vy jsem i já nakoupil tucty svépomocných knih od různých moderních guru. Každý nabízel svůj typ utopie. Na rozdíl od vás (tady tipuji), předtím než jsem je odložil do knihovny, přečetl jsem je od první do poslední stránky. Číst takové knihy je má práce, ale považuji to spíše jako nezbytnou nutnost. Jestliže máte problém některé z těchto knih přečíst a najít v těch „řečech“ nějaký smysl, nejste sami. Bohužel jsou svépomocné knihy jen tak dobré, jak jste na ně připraveni; nic a nikdo vám nemůže pomoci, když si nebudete chtít pomoci vy sami.

Takže budeme předpokládat, že chcete od života více a připouštíte, že vytváření VLIVU může být cesta, která vede do „Země zaslíbení“. Nyní přichází čas, abyste otevřeli svou mysl novému způsobu myšlení. Pokud to nejste připraveni udělat, knihu odložte a vraťte se k ní až vyzkoušíte ostatní postupy a stále nebudete mít to, co jste chtěli.

Tato kniha není okamžitý lék na nefunkční život. VY jste ten jediný lék, který potřebujete pro svůj život.

Tak co vám brání ve vytváření VLIVU?

Pro většinu z nás, a především pro vás, odpověď zní...

JSTE LÍNÍ.

„To není moc milé,“ řeknete si asi. „To není moc vlivné.“

Dobře, tak to přiznejte. Ať jste předtím četli nebo poslouchali cokoli, nefungovalo to. Proč byste jinak ještě něco

hledali? Některé sféry vašeho života nejspíše ještě pořád potřebují pozornost, protože jinak byste neměli potřebu číst ani tento úvod, že?

Budeme spolu dělat, myslet a vytvářet větší VLIV ve vašem životě. Bude to náročné, těžké a občas i nepřijemné; když vám to nebude vyhovovat, máte smůlu. Jestliže hledáte rychlou nápravu, žádná neexistuje. Tak přestaňte jen chtít a začněte pracovat. Někdy vám to může připadat jako „moc těžká práce“; to bude proto, že to tak je.

Konečný výsledek bude stát za investici vašeho času a energie. Jestliže mi nevěříte, tak si pečlivě přečtete rozbory případů, které jsem do knihy zahrnul. Můžete se v nich dozvědět, jak obyčejní lidé změnili své životy k lepšímu (často navzdory velké nepřízní osudu) a tím vytvořili ohromný úspěch a měli obrovský VLIV na okolní svět. Mimochodem, kdokoli najde výjimečného člověka, který během cesty za lepším životem nepracoval tvrdě, nemořil se a uronil přinejhorším jen několik slz, může vyhrát peněžitou cenu. Jediným místem, kde můžete najít „úspěch“ před slovem „výkon“ je slovník!

Bude to těžké a i když může být jednoduché změnu pochopit, nemusí už být jednoduché ji provést. Cokoliv neobvyklého nebo složitého bude vždy vypadat jako těžká práce. Jestliže byste to nejraději vzdali a vrátili se na své známé území, zvažte fakt, že vaše činy v minulosti utvářely váš dnešní život; život, s kterým nejste plně spokojeni.

Tajemství, které je zakódováno na stránkách této knihy, čeká na vaše objevení. Odměna je daleko lepší, než byste si kdy představovali. **TAJEMSTVÍ VLIVU** vás naučí vytrvalosti, houževnatosti a závazku.

Můj přítel jednou prohlásil: „Když je vše řečeno a uděláno, je více řečeno než uděláno.“

Posledních sedm let jsem strávil prací s tisíci lidmi po celém světě, od Ameriky po Nigerii, od Dubaje po Ukrajinu, od Maďarska po Izrael. Pochopil jsem, že všichni máme stejné problémy.

Devadesát procent lidí, kterým dávám instruktáž, chtějí být milováni, oceňováni a uznáváni; peníze jsou většinou méně důležité. Většina lidí, kteří mají zájem o instruktáže řídicích pracovníků, má svou finanční situaci pod kontrolou; mají problémy v jiných sférách života. Lidé po celém světě jsou šampióny v obviňování – nikdy mě nepřestane udivovat, jak falešné představy mají lidé o důvodech své nespokojenosti.

Ptám se jich, co by jim pomohlo ke splnění toho, co chtějí – většina lidí začne nesouvislý dialog o tom, co by ostatní mohli udělat pro to, aby jejich život „stál za to žít“. Když se někoho zeptám: „Děláte to vy pro ostatní lidi?“, podívají se na mě pohledem „A proč bych měl?“ Gandhí říkával: „Buďte tou změnou, kterou chcete vytvořit.“

Virginia Satirová prohlásila: „Všichni máme základní potřeby: aby nám lidé naslouchali, věnovali pozornost, aby se nás dotýkali a respektovali nás“. Jak toho můžeme dosáhnout? Nestačí si pouze přečíst tuto knihu, i když to neznamená, že na vás nebude mít silný VLIV; uvědomění je prvním krokem k dosažení opravdové změny. Nicméně ale víme z průzkumu, že my – často chybní lidé – si pamatujeme pouze 25 % toho, co slyšíme, 50 % toho, co vidíme a čteme (tj. tato kniha) a 75 % toho, co děláme. Zapamatujeme si ale neuvěřitelných 90 % toho, co děláme, když to také zároveň učíme někoho jiného.

Tak si prosím nenechávejte tyto myšlenky pro sebe a udělejte to, co tato kniha doporučuje – uchte se a předejte to dál, aby jiní lidé řekli: „Co se to s tebou stalo?“ Nemusíte být mými horlivými vyznavači; já vím z mnoha tisíců důkazů, které jsem obdržel, že TAJEMSTVÍ VLIVU funguje a co je nejdůležitější, protože můj život je tak zatraceně skvělý (i ty mizerné části mě přivedly na něco dobrého). Předávejte toto poselství pro své dobro.

Žijte takový život, jaký chcete žít; sdělte toto poselství ostatním proto, abyste si znovu a znovu upevňovali své chování. Pomáhejte ostatním a pomůžete také sobě.

Jak jsem již říkal, čtením o VLIVU nevytvoříte změnu. Tajemství MUSÍTE realizovat co nejdříve. Proč? Protože faktem lidské psychologie je, že když nezačnete to, co jste se naučili realizovat do 48 hodin poté, co jste se to naučili, už to nikdy neuděláte. Určitě ne? Určitě si můžeme tento víkend vychutnat poslední dny pohodlného a nefunkčního života? Ne. Jestliže je čas změnit svůj život, je čas to udělat právě TEĎ. Jinak budete trpět následky Zákona slábnoucího účinku. Jestliže mi nevěříte, zamyslete se nad kurzy a školeními, kterými jste si prošli v minulosti. Nemám pochybnosti, že jste si dělali poznámky, rozhodli se – kategoricky – během dlouhého dne školení, že záleží na každé strávené minutě. Jenže jen co jste přišli domů, poznámky skončily v posledním šuplíku vašeho psacího stolu a vy jste je už nikdy neviděli. Tomu se přítelé říká Poličkovy vývoj. Nyní budeme usilovat o staromódní dávku Seberozvíjení.

Předtím než začneme s tímto programem je důležité si zapamatovat, že to co budete číst je má pravda; není to všeobecná pravda.

Když se vám bude myšlenka zamlouvat, tak ji okamžitě realizujte, ale přesvědčte se... cítíte se dobře? Jestliže ne (a je jen malá šance, že se vám něco nebude zamlouvat), udělejte to tak, jak říká Joe Calloway – nechte to běžet.

Než ale začnete myšlenku zavrňovat, měli byste se zamyslet nad tím, co vám na ní vadí. Pamatujte si, že na místo, na kterém se nyní nacházíte, jste se dostali kvůli rozhodnutím a činům v minulosti. Zavrňujete nějaký plán, protože vás staví mimo vaši pohodlnou zónu, nebo protože s ním upřímně nesouhlasíte? Jestliže se bojíte nepohodlí, potom vám mohu říct pouze jedno: **PŘEKONEJTE TO!**

Uvědomte si, že jste během svého života vykonávali rozhodnutí, a proto je váš život dobrý nebo špatný. Einstein prohlásil: „Intenzita myšlení, která vás dostala na toto místo, vás nedostane tam, kde chcete být nyní.“ Einstein byl chytrý chlapík.

Zkráceně to znamená, že budete muset udělat něco jinak, abyste dosáhli výsledku, který požadujete.

V průběhu této knihy najdete citáty, které mám rád. Přepište si je a přilepte někam, kde je budete mít na očích – a učte se z nich. Výzkum lidského chování zjistil, že pokud si něco nepřčtete více než pětkrát, je velmi pravděpodobné, že to nebudete pravidelně používat. Ano. Možná budete muset tuto knihu číst více než jednou. Nestyďte se za to.

Tento efekt paměti můžeme pozorovat všude. Kvůli němu to vypadá, že si vaše děti pamatují každé slovo své oblíbené písničky; kdybychom to byli my, poslechli bychom si píseň jednou a doufali, že si slova zapamatujeme. Musíte věřit v to, co jsme ve skutečnosti – dědičně líní tvorové. Bojujte s nutkáním být líný a držte se programu. Mám mnoho strategií na

to, jak si zapamatovat dobrou lekci, nebo jak se poučit ze zkušeností. Můžete si vynalézt svou vlastní metodu, ale pro mě asi nejlépe fungují zapisování si poznámek v knihách, používání zvýrazňovačů na zvýraznění důležitých částí textu, čtení všeho co se mnou souznívá několikrát (mám knihy, které jsem četl opravdu mockrát). Místo půjčování knih kamarádům jim knihu, kterou si chtějí půjčit, kupte. Na konci této knihy jsem napsal seznam několika skvělých knih, které doporučuji – začněte číst, postavte učení na první místo. Udělejte kladné změny svým úkolem.

Většina lidí – podle toho, že jste si koupili tuto knihu, nejste jedni z nich – říká, že chce lepší život, ale není připravena odvést práci, která je k tomu potřeba. Povšimněte si, že jsem neřekl dřina. Úkoly nejsou samy o sobě těžké, ale změna může být někdy velmi nepohodlná a vám bude těžká připadat. Ed Foreman, jediný senátor, který vyhrál volby do dvou senátů v historii Spojených států řekl: „Vítězi se stávají ti lidé, kteří neustále dělají věci, jež jsou pro neúspěšné lidi nepohodlné.“

Každá změna je zpočátku nepohodlná. Akceptujte to a dostanete se na poloviční cestu k úspěchu. Má práce je naučit vás cítit se pohodlně během změny, během stavu v daném okamžiku a dokonce i během občasného kroku zpět.

Pamatujete se na to, když jste poprvé řídili auto? Nebo když jste byli poprvé na rande se svou první láskou? A jaké to bylo, když jste poprvé jeli na kole bez pomocných koleček? Nejprve jste si byli nejistí, byli jste úplně nemotorní, báli jste se a pravděpodobně to všechno zkazili. Dokážete si představit, že by si dítě přivlastnilo stejný postoj k chození, jako máme my dospělí k žití? Kdyby to mimino vzdalo při prvním pádu, nebo

se rozhodlo „na to zapomenu, můžu si ublížit,“ tak bychom se všichni šouपालi po zadku.

Kromě toho, že by nám to ničilo oblečení, nemluvě o tom, na kolik by náš přišly účty za čistírnu, se zamysleme, jaký by byl život, kdybychom se rozhodli vzdát chození! Začneme jako šampióni; a vyrosteme v lenochy.

Vytváření změn ve vašem životě bude znamenat také vytváření VLIVU v životech jiných lidí. Někteří lidé jsou tak ztlučení, že nevěří, že jsou schopni vytvořit alespoň malinký kousek VLIVU. Není to ani trochu pravda.

Jak řekla jednou Anita Roddicková: „Jestli si myslíte, že jste moc malí na to, abyste měli nějaký vliv, tak zkuste spát s komárem v pokoji.“

Tak tedy, jste připraveni začít, nebo chcete pokračovat ve stěžování na to, že vám život nedává co si zasloužíte? Je to plně na vás. Jestli chcete více, přijměte zodpovědnost za svůj život a chování; přestaňte kňourat a začněte pracovat.

Vyzývám vás k získání více VLIVU na svůj život. Doufám, že se máte natolik rádi, že pro sebe uděláte to nejlepší.

Nikdy nedělejte kompromisy ohledně toho, co vás dělá šťastnými. Život je moc krátký. Dovolte mi, abych vám ho osladil.

„Nikdy není moc pozdě na to, abyste se stali lidmi, kterými jste mohli být.“

– George Eliot

Z celého srdce vám přeji mnoho úspěchů.

Nigel Risner

Jaká je hlavní myšlenka?

Řekl jsem, že je Tajemství jednoduché a nedělal jsem si leg-raci. V každé kapitole jsem zdůraznil „hlavní myšlenku“. Poté následuje souhrn toho, jak tato část tajemství funguje a čeho se snaží docílit. Abyste pochopili její účinek, budete si muset přečíst podrobnosti. Není ale potřeba znát detaily k tomu, abyste mohli ihned začít přemýšlet o pojetí. Budete překvapeni co vás napadne poté, co si knihu poprvé přečtete. Pokud budete k sobě upřímní (a to není tak jednoduché jak to zní), tak začnete otvírat svou mysl a srdce novým způsobům myšlení a bytí.

Přečtěte si tuto knihu alespoň dvakrát; vaše první přečtení bude zaměřeno vaší touhou dokázat, že kterákoli nová teorie je špatná. Naše vnitřní obavy budou dělat vše pro to, abychom zůstali oddáni tomu, co je nám pohodlné. Snažím se říct, že vaše první reakce nemusí být založena na tom, že si myslíte že mluvím nesmysly, ale na vašem vnitřním strachu ze změny.

Jestliže si knihu přečtete dvakrát a bude se vám líbit, tak si ji nechte. Nedávejte ji přátelům. Kupte jim novou knihu (tím mi opravdu pomůžete!) a svou knihu si schovejte, abyste do ní mohli v budoucnu nahlédnout. Uděláte něco špatně a zapomenete, o čem to všechno je. Opravdu zapomenete. Vezměte si svůj zvyrazňovač a začněte zvyrazňovat to, co si chcete z knihy zapamatovat – pokud chcete, pište si na stránky poznámky. Kupte si hezký sešit nebo deník, kam si můžete zapisovat své pokroky. Přepište si do deníku myšlenky, které vás zaujaly. Zapište si vše, na co jste pyšní. Poznamenejte si,

když dosáhnete něčeho, o čem jste si mysleli, že to nezvládnete. Dělejte si poznámky, zkrátka začněte dokumentovat svou proměnu. Až se budete cítit sklíčeně, nic vás nepozvedne tak rychle, jako váš „deník úspěchů“.