

Zakoni pobjednika

NAKLADNIK

Poetika j.d.o.o.

Božidara Rašice 1, Zagreb

www.poetika.eu

ZA NAKLADNIKA

Katarina Uskoković

UREDNIK

Davor Uskoković

PRIJEVOD

Sanja Gjenero

LEKTURA

Mirjana Paić-Jurinić

GRAFIČKO OBLIKOVANJE

Beker

PRIPREMA NASLOVNICE

Studio 2M

TISAK

Znanje d.o.o.

Zagreb, listopad 2023.

NASLOV IZVORNIKA

Die Gesetze der Gewinner

Copyright © 2018 Bodo Schäfer

“This translation is published by arrangement with The Rights

Company – Maastricht, The Netherlands www.therightscompany.nl”

© za hrvatsko izdanje Poetika j.d.o.o., 2023.

Sva prava pridržana. Ova je knjiga zaštićena autorskim pravima i ne smije se ni djelomično reproducirati, pohraniti u sustavu za reproduciranje, niti prenositi u bilo kojem obliku i na bilo koji način bez pisanog dopuštenja izdavača.

ISBN 978-953-8481-08-6

CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 001189755.

BODO SCHÄFER

Zakoni pobjednika

**30 pravila za uspješan
i ispunjen život**

POETIKA

Sadržaj

Predgovor.....	1
1. zakon: Donosite odluke	5
2. zakon: Neprestano učite i rastite	15
3. zakon: Svjesno živite današnji dan	25
4. zakon: Usredotočite se na aktivnosti koje vam donose prihod	35
5. zakon: Postanite ugledna ličnost	43
6. zakon: Jednostavno učinite to	53
7. zakon: Pravilno se nosite sa stresom.....	63
8. zakon: Naučite prevladati poteškoće.....	73
9. zakon: Ne izmišljajte toplu vodu.....	83
10. zakon: Razvijte zamah	91
11. zakon: Sanjajte i živite svoj san.....	101
12. zakon: Brinite se o svojem tijelu.....	111
13. zakon: Ne dopustite da vas odbijanje obeshrabri	119
14. zakon: Dajte 110 posto	129
15. zakon: Rastite na svojim problemima.....	135
16. zakon: Budite šef i zaposlenik u jednoj osobi	147

17. zakon: Postavite sebi velike ciljeve	157
18. zakon: Dajte drugima ono što im je potrebno	167
19. zakon: Ne dajte se omesti	179
20. zakon: Budite produktivan primjer	187
21. zakon: Sve važno započnite što prije	197
22. zakon: Preuzmite punu odgovornost	205
23. zakon: Naučite nositi se sa strahom	215
24. zakon: Usredotočite se na svoje jake strane	225
25. zakon: Dajte i oprostite	235
26. zakon: Mudro postupajte s novcem	245
27. zakon: Strpljivo gradite svoje temelje	255
28. zakon: Okružite se uzorima	263
29. zakon: Prihvatite nezadovoljstvo kao pokretačku snagu	273
30. zakon: Budite orao, a ne patka	281
Pogovor	289
Zahvala	293

PREDGOVOR

Vjerujete da ste sposobni za nešto više? Sanjate snove...
A te snove kao da prekriva veo obveza, frustracija i svakodnevne rutine?

Einstein je rekao da se u svakom djetetu skriva genij. Svi mi imamo mogućnost i pravo živjeti kao pobjednici.

Možda se katkad osjećate onako kako sam se ja osjećao prije mnogo godina. Tražio sam nekakav “putokaz”, smjernice koje bi mi pomogle. Počelo je tako što sam svojem prvom životnom treneru rekao: “Sve bih dao da budem uspješan kao vi.” Sumnjičavo je zatresao glavom: “Nisam u to siguran, gospodine Schäfer.”

Uvjeravao sam ga da to zaista mislim. Na to mi je odgovorio: “Onda dođite k meni tri puta na tjedan da naučite. Zapisujte sve i primjenjujte ono što ću vam reći.”

Prvo sam htio pronaći formulu uspjeha i sreće. Naravno da takva jedinstvena formula ne postoji. Život je previše raznolik.

Nakon toga želio sam da mi trener pomogne riješiti neke tadašnje probleme. Ni tu se moja očekivanja nisu odmah ispunila. Umjesto da mi riješi neke moje teške situacije, objasnio mi je principe: zakone pobjednika. Ono što u početku nisam razumio, pokazat će se kao velik dobitak: nisam samo naučio kako se nositi s trenutnim problemima, osposobio sam se i za buduće izazove.

Naravno da teške situacije i danas doživljavam. Tada se zapitam: “Što bi mi sada rekao moj trener?” U mašti čujem njegov glas, vidim njegovo lice i siguran sam da ću postupiti ispravno.

Bilo je u mojem životu trenutaka kada su ljudi u meni pobudili sumnju. Tada sam se uvijek sjetio njegovih riječi: “Stvarno me ljuti kada netko prezire druge ljude. A to čini kad god im uskrati priliku da budu uspješni i sretni. Nitko – stvarno nitko – ne smije sebi uzeti za pravo da kaže: Ne možeš imati bolji život! I nitko to ne bi trebao reći sebi.”

Nemaju svi tu sreću da nađu takve učitelje. Zbog toga sam napisao ovu knjigu: u njoj su sažeta najvažnija načela za uspjeh koja sam imao priliku naučiti.

To su vrlo stare, provjerene istine. Većina ljudi čula je za neke od njih, ali ih baš ne primjenjuje. Ima misli koje poznajemo deset godina, a tek nas u jedanaestoj zadivi njihova dubina i korisnost.

Dok radite na sadržaju ove knjige, primijetit ćete tri stvari:

Kao prvo, čini se da neki zakoni jedni drugima proturječe. Neki će to možda prigovoriti. No, zakoni pobjednika odnose se na naše živote. A oni su puni paradoksa: ono za što se čini da su proturječja, zapravo su različiti dijelovi jedne velike cjeline.

Drugo, uočit ćete u knjizi i neka ponavljanja. Tako sam želio pokazati da su pojedinačni zakoni međusobno povezani. Kad zakone vidimo u kontekstu, tek tada stvarno obogaćuju naše živote.

Treće, zamijetit ćete ovo: nije uvijek lako živjeti prema zakonima pobjednika. No, imamo mi za to dovoljno snage. Svoj život možemo promijeniti u bilo kojem trenutku. Uspjeh i zadovoljstvo ne treba pripisivati prvenstveno sreći: oni su velikim dijelom rezultat određenog načina života koji se temelji na određenim načelima.

Ta spoznaja nije svima po volji. Mnogi sebe radije vide kao žrtvu, pa im to dođe kao dobrodošao izgovor.

Ali, istina je: mi imamo izbor! On ne ovisi toliko o situaciji u kojoj se nalazimo koliko o onome što ćemo iz nje izvući. Vi i ja, svatko od nas, ima priliku biti pobjednik. A ova je knjiga puna “receptata” koje možete odmah primijeniti.

Bodo Schäfer

Nadam se da će vas *Zakoni pobjednika* dodirnuti na poseban način i da će vas potaknuti. Za vas imam tri posebne želje:

Pretvorite svoje snove u stvarnost.

Obogatite svakodnevicu zlatnim trenucima.

Postanite osoba kakva biste mogli biti.

Srdačno vaš,

Bodo Schäfer

1. ZAKON: DONOSITE ODLUKE

Bio jednom jedan mali potok koji je stigao do ruba velike pustinje. Ondje je začuo glas: “Hajde, samo nastavi dalje.” No, potok se bojava novog i nepoznatog. Plašio se promjene. Želio je imati više vode i voditi ljepši život, ali nije se htio mijenjati ni preuzeti rizik.

Glas je opet progovorio: “Ako se ne odvažiš na taj korak, nikada nećeš doznati za što si sposoban. Samo vjeruj da ćeš se dobro snaći i u novom okruženju. Nastavi dalje teći.”

Tada je potok odlučio nastaviti. Pritom mu nije bilo posebno ugodno. U pustinji je postajalo sve toplije i potok je na kraju ispario. Izdižući se u zrak, male kapljice su se sakupljale i stvorile oblake koji su se kretali nad pustinjom. Oblaci su putovali mnogo dana dok nisu stigli do velikog mora s druge strane pustinje, gdje su se ispraznili u obliku kiše.

Potočić je sada vodio mnogo ljepši život nego što

se ikada usudio sanjati. Dok su ga nosili valovi, pomislio je smiješeći se: “Nekoliko sam puta promijenio oblik postojanja – a ipak sam sada više ja nego ikad prije.”

Mnogim ljudima je teško donositi odluke, posebice ako je potrebno preuzeti rizike. Tome se pridružuje strah od promjene. A mnogo toga se u određenim okolnostima može promijeniti: možda vaša dnevna rutina, mjesto stanovanja, krug prijatelja i poznanika, sve se to može promijeniti. Međutim, najveća promjena događa se u vama. A upravo se toga većina boji. Upitajte se kritički: želite li ostati onakvi kakvi jeste? Ili želite rasti i pozitivno se mijenjati? Rast i svaku promjenu uvijek pokreće neka odluka.

Golem je strah od pogrešne odluke. Strah od napuštanja poznatog, “sigurnog” terena u zamjenu za nešto nepoznato. Ali, taj korak znači mogućnost rasta. To je velika prilika za svakog čovjeka.

Svaka je odluka i razdvajanje

Svaka odluka zapravo znači raskid. Sa svakom odlukom biramo jednu mogućnost i odvajamo se istodobno od svih drugih. Tko stvarno donese ozbiljnu odluku, svjesno zatvara pristup svakoj drugoj mogućnosti.

Kada su u pitanju važne odluke u našim životima, biramo između prošlosti i budućnosti. Možemo odlučiti

držati se onoga što imamo, ali u tom slučaju nismo slobodni za novu priliku. To u isto vrijeme znači da smo odlučili odreći se svojih snova i svoje vizije za ispunjeniju budućnost. Ili se možemo pustiti i imati obje ruke slobodne za naše ciljeve i snove.

Nije moguće istovremeno se držati onoga što nam daje “sigurnost” i posegnuti za vizijom. Morate se odreći ili svoje “sigurnosti” ili mogućnosti ostvarenja snova. Za što se odlučujete? Želite li se držati prošlosti ili birate priliku za bogatu budućnost? Odgovore znate samo vi. Vi znate jeste li zaista zadovoljni svojim sadašnjim životom – ili biste trebali nešto promijeniti. Promjene uvijek počinju odlukama. Dakle razdvajanjem. Za to je potrebna hrabrost.

Tko se ne odluči, onemogućuje svoj rast

Znate li kako u Africi love majmune? Lovac stavi kamen veličine kokošnjeg jajeta u rupu u deblu promjera oko šest centimetara. Pritom se ponaša vrlo tajnovito. Majmuni ga promatraju sa sigurne udaljenosti i postaju znatiželjni.

Nakon toga lovac se udalji nekoliko metara. Majmun odmah prilazi stablu i poseže u rupu. Napipa predmet i želi ga izvući iz rupe. No, otvor je premalen. Naravno, majmun bi u bilo kojem trenutku mogao lako izvući ruku kada bi ispustio kamen. Ali, ne može se natjerati na to. I tako naposljetku lovcu uspijeva uhvatiti majmuna tako što mu mirno navuče vreću preko glave.

Je li moguće da smo katkad zarobljenici svoje prošlosti? Da se grčevito držimo stvari i sigurnosti? I je li moguće da zbog toga nemamo odriješene ruke – za život koji bi nas usrećio? Ovdje se susrećemo s važnim osnovnim pitanjem: što želimo postići u životu?

Theodore Roosevelt jednom je rekao: “Daleko je bolje odvažiti se na velike stvari, slaviti velike pobjede, čak i ako na tom putu bude neuspjeha, nego se svrstati u red običnih duša koje ne iskuse ni mnogo radosti ni mnogo tuge jer žive u sivoj zoni gdje nema ni pobjede ni poraza.”

Pobjednici se ne drže grčevito situacije koja ih ne zadovoljava. Mogu preuzeti rizik jer znaju da je sve bolje od nezadovoljavajućeg minimalnog postojanja. Za većinu ljudi u Europi siromaštvo ne znači gladovati nego živjeti dosadnu svakodnevicu.

Velika je razlika igrate li da ne biste izgubili ili igrate da biste pobijedili. Tko se samo trudi ne izgubiti, usredotočen je na rizike i opasnosti. Onaj kojem je cilj pobjeda, pred očima ima mogućnost pobjede. Što mislite, tko se od njih osjeća sretnije?

Razlozi zašto se odluke ne donose

1. Mnogi misle da se moraju cijeli život baviti istim poslom

Odluku o karijeri mnogih ljudi donijeli su zapravo neuki

tinejdžeri – mi sami. Možda su te odluke bile dobre, a možda i nisu. U tom je slučaju možda krajnje vrijeme za nove odluke. Važno pitanje glasi: volite li ono čime se bavite? Život je prekratak da bismo svaki dan radili posao koji baš i ne volimo. I bez obzira na to što radite, izravna ste konkurencija ljudima koji vole upravo taj posao.

2. Mnogi misle da se mogu “poslije” odlučiti

Međutim, onaj tko ne može donijeti odluku gubi povjerenje u sebe. Uz to, nije moguće ne donijeti odluku. Čak i ako odluku niste donijeli, donijeli ste odluku. Odabrali ste da sve ostane isto kao prije. Ili ste odabrali neodlučnost. To stanje oduzima vrlo mnogo energije. Opterećuje. Niste slobodni i ne možete se slobodno kretati.

Usprkos tome, mnogi kažu da jednako dobro mogu odlučiti i kasnije. Najbolje je zamisliti da se vaš cilj nalazi na pokretnim stubama. Stalno se kreće – udaljava od vas. Ako neko vrijeme prije donošenja odluke oklijevate, cilj je već izvan dosega.

3. Mnogi se boje “pogrešne” odluke

Takvo što ne postoji. S odlukom ste odabrali jednu alternativu. Stoga nikad nećete znati kako bi se vaš život odvijao da ste odlučili drukčije.

Primjer: Pretpostavimo da odlučujete želite li otići na more ili u planine, i odaberete planine. Nažalost,

ondje pada jaka kiša – bez prekida svih deset dana vašeg boravka. Većina bi sada rekla: “Odluka je bila pogrešna.” S pravom?

Ne nužno. Jer ne znate što vam se moglo dogoditi na moru. Možda biste se ozbiljno otrovali hranom i cijelo vrijeme ležali u krevetu. Možda u planinama upoznate partnera iz snova. Tada se odmah relativizira prvotna procjena da ste donijeli “pogrešnu” odluku. Istina je: nikad zapravo nećemo točno znati bi li nam bilo bolje da smo drukčije odlučili. I to zato što ne znamo kako bi nam tada život tekao. Nakon što ste neko vrijeme razmišljali, svaka je odluka bolja od nikakve.

4. Mnogi misle da odluke mogu donositi lako i bezbolno

Čini se da je idealna odluka ona koja se gotovo sama nameće. Mnogi su stoga skloni čekati dok ne ostane samo jedna mogućnost jer je druga izgubila privlačnost. Pritom previdimo da se tada ustvari više ne radi o odluci. Nema više odabira.

Tek kada procijenite više mogućnosti, odabir ima moć. Što više cijenite alternativu – iako nju niste izabrali – to ćete više cijeniti mogućnost koju ste odabrali.

Želite li ojačati poštovanje prema sebi, donosite brze odluke. Vježbajte svoj “mišić odlučivanja”.

U trenucima odluke određujemo svoju sudbinu

Zamislite: u sljedećih nekoliko godina u vašem će se životu pojaviti nova osoba. Imat će ključeve vaših ulaznih vrata i vašeg automobila. Stanovat će u vašoj kući i sjediti za vašim stolom. Koristit će sve stvari za koje ste tako mukotrпно radili i koje su vam prirasle srcu. Čitat će vaše bankovne izvode i provjeravati jeste li doista nešto postigli posljednjih godina. Spavat će u vašem krevetu. A kad kritički pogledate u zrcalo, ugledat ćete je. Ta osoba ste vi. Stvorili ste je odlukama koje danas donosite i onim što sada činite ili ne činite.

Kako će ta osoba izgledati? Kako će živjeti? Što će raditi i kakve će prijatelje imati? Koliko će kvalitetan život voditi? Hoće li biti sretna osoba koja živi ispunjen život?

Odgovore na ta pitanja određuju vaše današnje odluke. *Ljudi koji imaju nisko samopoštovanje štite se tako što ne preuzimaju rizike.* Zbog toga se toliki drže nečega što im se zapravo uopće ne sviđa. Ipak, najveći je rizik da će u budućnosti podnositi život u kojem ne uživaju. Zato je jedan vrlo uspješan muškarac jednom rekao: “Zašto ne riskirate? Ne možete pasti s poda.”

Pobjednici temelje svoje odluke na onome što stvarno žele. Odluke donose brzo i dugo ih se pridržavaju. Većina drugih, pak, dugo odgađa donošenje odluka i brzo mijenja već donesene odluke. Pobjednici mogu brzo odlučiti jer znaju da je loša odluka još uvijek bolja od

nikakve. Mogu se brzo odlučiti jer znaju što žele. Ključ je sposobnosti brzog donošenja odluke biti svjestan svojih vrijednosti. Ako vam je jasno koje su vaše vrijednosti, bit će vam lakše donositi odluke.

Praksa:

Danas ću svoju sposobnost donošenja odluka poboljšati tako što ću se obvezati na sljedeće korake:

1. Vježbat ću sposobnost brzog donošenja odluka. Zamislit ću da postoji mišić odlučivanja koji ojačam svaki put kada brzo odlučim. Ima ljudi koji 15 minuta proučavaju jelovnik – i onda naruče špagete bolonjez. Danas namjeravam odlučiti unutar 30 sekundi što ću jesti i piti. Čak i uz rizik da ću morati pojesti nešto što mi nije ukusno. Svaku manju odluku tijekom današnjeg dana donosit ću unutar 30 sekundi.
2. Pri donošenju svake odluke zapitat ću se: koje su posljedice ako tako odlučim? I: hoće li odluka koju ću sada donijeti usrećiti mene i ljude oko mene? Tako učim oslušivati sebe.
3. Zapisat ću odgovore na pitanja: Tko želim biti za pet godina? Što želim raditi za pet godina? Što želim imati za pet godina? Sve svoje odluke usmjerit ću prema tim ciljevima. Odvojit ću se od stvari koje mi se u osnovi uopće ne sviđaju. Tako ću imati obje ruke slobodne za svoje snove.
4. Zapat ću se postoji li “teška” odluka koju već dugo odgađam. Zapisat ću pojedine mogućnosti izbora. Tada ću razmisliti trebam li se posavjetovati s iskusnim ljudima. No, važnije od svega, zapisat ću do kojeg roka svakako moram donijeti odluku.