

Nestavte si dům na písku



Měl jsem tu čest v životě poznat dva velmi úspěšné muže. Oba dva si chtěli postavit dům podle svých představ. Najali si tedy architekta a vynaložili veškeré své úsilí, aby mu popsali své představy a sny o svém domě. Architekt jim nakreslil plány přesně podle jejich představ. A oba dva muži se intenzivně těšili, jak si své domy postaví a budou si užívat svého úžasného života.

Od počátku vše probíhalo dobře. Oba dva se pustili do práce. Stavěli, stavěli a stavěli. S postupem času bylo příjemné pozorovat, jak stavba roste. U jednoho domu se však stalo cosi podivného. Jak dům rostl do výšky, začal se naklánět na stranu. Majitel se podívoval a netušil, co se to s jeho domem děje. Proto zavolał svého architekta a ptal se, jak je to možné. Záhy se po několika testech dozvěděl, odpověď: základy jeho domu byly špatně položené. Vše, co tento člověk doposud udělal, bylo nutno zbourat a začít stavět úplně od začátku.

Tato životní příhoda mi odkrývá podstatu mnohem větších pádů, které se v životě člověka mohou stát. Častokrát za mnou přicházejí lidé, kteří mi vyprávějí své životní příběhy a já zjišťuji, že jejich bolesti jsou způsobeny špatně položeným základem, na kterém svůj život postavili. Nejčastěji se různé životní pády stávají právě v oblasti vztahů. Lidé se jako mladí seznámí a začnou si plánovat společnou budoucnost. Za několik let se však ukáže, že jejich společný základ byl špatně položený. Začíná se hroutit úplně všechno. Začíná se hroutit jejich vztah, jejich rodina, jejich finance, jejich zdraví, jejich domov.

Navštívil mě jeden člověk, který mi vyprávěl svůj životní příběh: Se svojí partnerkou žili společně téměř dvacet let. Ona mu však i po takto dlouhé době oznámila, že si našla někoho jiného a že ze vztahu odchází. Její manžel nesl její rozhodnutí těžce a propadl se do hluboké deprese. Nevěděl, co má dál v životě dělat, a jakákoliv další rozhodnutí pro něj byla utrpením. Zavíral se do samoty a trápil se. Od svého mozku poslouchal stále samé negace. S postupem času nutně docházelo i k velmi nepříjemným situacím týkajících se dělení společného majetku a sporů o děti. Tyto situace by nemusely nastat, pokud by lidé věděli hned na začátku, [jakým způsobem si vybrat partnera](#) pro svůj vztah a tím mu položit dobrý základ. Pak se nemůže stát, že se jejich životní dílo rozpadne.

Hledání životního partnera a budování finanční stability a dobré práce jsou našimi hlavními životními úkoly. Musíme se naučit je perfektně zvládat, aby se nám nestalo, že se zařadíme do zástupu těch, kterým se jejich životní stavby rozpadnou a musí začínat úplně od začátku.

Jakým způsobem se tento správný základ pokládá? Za prvé: Musíme vědět, kam se chceme v životě dostat. Jak to poznáme? Víme, že život můžeme rozdělit do čtyř oblastí, ve kterých náš mozek pracuje: Jsou to práce, zdraví, vztahy a peníze. V těchto oblastech si vždy vytyčte své cíle, u kterých máte maximální prožitek slasti a radosti.

Tyto cíle si definujte pro každou oblast zvlášť. Jestliže své cíle máte vytyčené, snažte se pro ně vytvořit co možná nejpevnější základ.

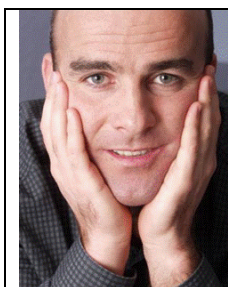
Pokud vezmeme oblast vztahů, chceme poznat, zda námi zvolený partner je s námi maximálně kompatibilní. Potřebujeme tedy zjistit, existuje-li zde kompatibilita povah. Jak to zjistíme? Zjišťujeme ji pomocí [čtyř metod pro výběr životního partnera](#).

Jestliže se podíváme do oblasti financí, tak i v této oblasti chceme pokládat stabilní základ. Jak se to dělá? Opět se podíváme na své finanční cíle a za použití svého domácího [rodinného či firemního rozpočtu](#) si plánujeme své příjmy a náklady tak, abychom se za několik let do svého vysněného cíle dostali.

Jak se buduje základ pro oblast práce? Opět se podíváme, čeho v této oblasti chceme dosáhnout. Pro co máme [talent](#)? Kde chceme být, aby nám bylo dobře? A začneme se v této oblasti vzdělávat. Začneme shromažďovat podklady, začneme vyhledávat přátele, kteří se podobnou činností zabývají. Začneme trávit čas s lidmi, kteří tuto oblast milují. Správný základ pro oblast práce je zcela klíčový. Je to oblast, kde budeme schopni používat svůj talent, kde budeme schopni rozvíjet svoje nejnítěrnější touhy, kde budeme schopni pracovat s velkou radostí.

Poslední v této naší struktuře je [zdraví](#). I o zdraví víme, že ho chceme mít. Bez zdraví, pokud se o něj nebudeme starat, nebudeme schopni prožívat slast v dalších třech oblastech. Zdraví musíme mít, a pokud ho nemáme, nebude se nám v životě dařit dobře. Správně položený základ v oblasti zdraví je pevné a jasné rozhodnutí, že budeme zdravě jíst, pravidelně cvičit, že se nebudeme stresovat, že budeme eliminovat všechny životní nepříjemnosti, že se naučíme žít sami se sebou. Kvadrant zdraví, přestože se zdá být v mladém věku ne příliš podstatný, se v dospělosti může stát velmi omezujícím faktorem. Nepodceňujme proto ani tento kvadrant. Snažme se o něj velmi pečlivě starat i v době, kdy je ještě všechno v pořádku.

Vybudujte si spolehlivé základy. Základy nejsou nikdy vidět, ale všichni dobře víme, že dům bez základů by nikdy nestál. Nestavme tedy své životní stavby na písku! Protože když přijde povodeň, silný vítr, či bouře, může se vám i jinak krásně vypadající nádherný dům sesypat jako domeček z karet.



© **Napsal ing. Aleš Kalina**

Kouč v oblasti osobního rozvoje

(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: kalina@mujkouc.cz

www.mujvztah.cz

www.foto-mluvi.cz

www.mamdepku.cz

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.