

HOSS_aHOPF

Každý den jeden krok

Jak být každý den
úspěšnější



HOSS_aHOPF

Každý den jeden krok

Jak být každý den
úspěšnější

TATRAN

Jak s touto knihou dosáhnout úspěchu v životě

Když jsme založili podcast *Hoss & Hopf*, brzy se ukázalo, že si velmi dobře rozumíme. Od samého začátku jsme měli svému publiku co říct a rychle rostoucí počet sledujících to jen potvrdil. V některých věcech se shodneme, v jiných ne a právě to tvoří ideální kombinaci.

V této knize jsme pro vás shrnuli naše strategie úspěchu, podle nichž sami žijeme. Díky nim jsme se dostali tam, kam jsme chtěli. A totéž se může podařit i vám, pokud s touto knihou budete pracovat správně.

Univerzální recepty na úspěch neexistují, to vám potvrdí každý úspěšný, velmi úspěšný i megaúspěšný člověk na světě. Proto vám nabízíme bohatý výběr, z něhož si můžete zvolit to, co vás nejvíc osloví. Doporučujeme k tomu samolepicí bločky, tzv. post-ity. Projděte si knihu a označte každou strategii, která vás osloví. Při druhém čtení svůj výběr zredukujte. A napotřetí znovu. Ideálně by vám mělo zůstat nejvýš deset strategií úspěchu. Zkuste podle nich dlouhodobě a udržitelně řídit svůj život a úspěch se dostaví.

Prejeme vám hodně radosti z této knihy a z úspěšných strategií Hosse a Hopfa!



Kiarash Hossainpour



Philip Hopf

PS: Při čtení narazíte tu a tam na témata, s nimiž jste se v knize už setkali. Většinou se jedná o zásadní pravdy, které se postupně objevují z různých úhlů pohledu, například otázka vašeho mindsetu.

Někdy také narazíte na různé názory na stejné téma. No a co! Jak už jsme řekli, ve všem se neshodneme. Život není lineární a my také ne.

A když už mluvíme o linearitě: Jste příliš zvědaví, než abyste se spokojili s jednou pravdou či jedním poselstvím na každý den? Chcete číst „dopředu“, dnes deset stran, zítra dvě, nebo v jiném pořadí? Klidně! Dokud budete mít na paměti hlavní myšlenku z úvodu a budete se každý den soustředit na jednu konkrétní věc a na úkoly s ní spojené, nebudeme vám to mít za zlé. Jen nezapomeňte na název knihy: *Každý den jeden krok*.

Úvod

Záplava informací v současné době má paradoxní účinek: Místo aby nás povzbudily, ochromují nás.

Obsah je dnes dostupný všude, krátká videa, inspirativní citáty, návody a „lifehacky“, ale jejich účinek je jen dočasný. Nepřinášejí skutečnou, trvalou změnu. Plýtváme drahocenným časem a energií při konzumaci údajů, které zůstávají na povrchu, místo abychom se odhodlali k činům. Každý den nám tak unikají nesčetné příležitosti ke změně. Jsme uvězněni v koloběhu pasivity, zatímco náš potenciál pro opravdový růst zůstává nevyužitý.

Klíč k překonání této ochromující nečinnosti však není tak vzdálený, jak by se mohlo zdát. Drtivá většina lidí selhává ve snaze o hlubokou životní proměnu z jediného hlavního důvodu: kvůli nedostatku disciplíny. Nemluvíme přitom o hrdinských činech nebo velkolepých rozhodnutích. Skutečnou sílu má souhrnný účinek drobných, každodenních rozhodnutí, která nenápadně, ale neúprosně vytvářejí základ opravdové transformace.

Tato kniha vás s touto nemilosrdnou pravdou konfrontuje bez příkras. Nechce se stát dalším nevyužitým doplňkem vaší knihovny, ale praktickým akčním plánem pro každý den. Každá její stránka přináší jasnou myšlenku, doprovázenou konkrétním úkolem, který můžete hned v daný den uskutečnit. Právě tato forma je klíčová: Proměňuje čtení z pasivní činnosti v aktivní, cílený proces. Místo pouhého příjmu informací vás vede k jejich okamžité aplikaci, bez výmluv, krok za krokem vpřed.

Díky tomuto strukturovanému přístupu vzniká proces, jenž systematicky vytváří pokrok. Denní plnění úkolů snižuje riziko zahlcení informacemi a podporuje cílené, postupné zlepšování. Vzniká dynamika, v níž každý úspěšně splněný úkol položí základní kámen pro následující krok.

Tato rutina spouští tzv. setrvačný efekt (flywheel effect): S každým uskutečněným krokem a s každým uvědoměním dodáváte svému osobnímu rozvoji hybnou sílu. Výsledkem je exponenciální růst vašich schopností a nepřetržitý proces sebezdokonalování.

Tato kniha tedy nabízí víc než pouhé vědění – je to plán cesty k opravdovému, každodennímu růstu poháněnému konkrétními činy.

Začněte hned. Otevřte knihu na dnešním datu a neváhejte. Nezáleží na tom, jestli jste teprve na začátku své cesty, nebo jste už kus ušli, každá stránka představuje příležitost překročit vlastní hranice a růst.

Naše doporučení: Zařadte tuto knihu do své ranní rutiny, abyste naplno pocítili její účinek. Začněte den splněním příslušného úkolu a večer se zamyslete nad tím, co se vám podařilo. Tento každodenní rituál vám nepřinese jen okamžitý posun, ale i možnost rok za rokem navazovat na to, čeho jste dosáhli, a díky tomu neustále růst.

Strategie mého úspěchu

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

Stránka mi obzvlášť leží na srdci, protože

.....

.....

.....

.....

1. LEDNA

Hranice reality jsou určovány hranicemi naší představivosti

Rozhlédněte se kolem sebe: Každé architektonické dílo, každý ohromující obraz, každý průlomový vynález, to všechno vzniklo nejprve jako zdánlivě nemožná představa v hlavě nějakého vizionáře. Byli to lidé jako vy a já, kteří se odvážili uvažovat mimo hranice známého světa.

Dějiny jsou plné příkladů transformativní síly představivosti. Vzpomeňte si na bratry Wrightovy, kteří snili o létání v době, kdy to bylo považováno za čiré bláznovství. Na Steva Jobse, jenž si dokázal představit svět, kde jsou počítače intuitivní a dostupné pro každého. Na Alberta Einsteina či Maxe Plancka, kteří navzdory etablované vědě rozvíjeli představy o povaze světa dávno předtím, než je bylo možné experimentálně potvrdit. Všechny tyto osobnosti se nenechaly omezit hranicemi tehdejší reality, naopak, svými vizemi tvořili realitu novou.

I vy v sobě máte tuto sílu. Jediné skutečné hranice jsou ty, které přijímáme ve své mysli. Když se odvážíte k velkým snům a využijete sílu vlastní představivosti, začnete aktivně utvářet realitu kolem sebe. Každá odvážná vize, každý nápad, který se zpočátku zdá nemožný, je tahem štětcem na plátně vašeho života – a pouze vy rozhodujete o tom, jak bude výsledné mistrovské dílo vypadat.

1. Vyhradte si 15 minut a najděte si klidné místo, kde vás nikdo nebude rušit.
2. Zavřete oči a představte si, že veškeré překážky a omezení zmizely. Nechte svou představivost volně plynout a v co nejživějších detailech si vizualizujte své nejodvážnější sny a cíle.
3. Tyto vize si запиšte a udělejte z nich svůj každodenní kompas.

Čekáte na dokonalý den, nebo ho dnes sami vytvoříte?

Jak často se přistihnete, že čekáte na dokonalý okamžik, kdy konečně začnete a pustíte se do realizace svých cílů? Doufáte v ideální podmínky, v magický den, kdy do sebe všechno zapadne a vy budete připraveni naplno rozvinout svůj potenciál. Jenže hořká pravda zní: Takový den nikdy nepřijde. Jediný způsob, jak dosáhnout něčeho velkého, je právě z dnešního dne udělat svůj dokonalý den.

Přestaňte hledat výmluvy a čekat na správnou konstelaci hvězd. Vyhýbejte se i oblíbené pasti, kdy si stanovíte zdánlivě rozumnou podmínku, jen abyste nemuseli začít hned. Až uklidím, tak se pustím do projektu. Přitom dobře víte, že všechno, co vám zdánlivě brání jít si za svými cíli, se vyřeší v okamžiku, kdy tomu začnete věnovat čas. Proto převezměte iniciativu a využijte sílu, kterou nyní máte, abyste aktivně utvářeli svůj život.

Vzpomeňte si na největší změny ve svém životě. Nastaly proto, že jste nečinně čekali na tu pravou chvíli, nebo proto, že jste vykročili vpřed navzdory všem překážkám a nedokonalostem? Úspěch není náhoda, ale výsledek rozhodného jednání. Jak kdysi řekl Seneca: „O mnohé věci se nepokoušíme proto, že jsou těžké, ale těžké jsou proto, že se o ně nepokoušíme.“ Nechte se těmito slovy inspirovat a udělejte z dnešního dne svůj osobní bod zlomu.

1. Vybavte si něco, co už dlouho odkládáte.
2. Neptejte se, kdy bude nejvhodnější chvíle, prostě začněte.
3. Udělejte první krok, byť sebemenší. Udělejte z dnešního dne svou startovní čáru.

Každý chce být úspěšný. Jen málokdo však ví, jak na to.

Úspěch není náhoda.

Je to rozhodnutí udělat každý den jeden krok.

Bez výmluv.

Když žijete v souladu se svým přesvědčením a spojíte ho s pevnou vůlí, žádná bouřka vás nezastaví – a nezáleží na tom, odkud přijde.

Přesně díky tomu HOSS a HOPF dosáhli mimořádného úspěchu a díky tomu zaujali svým podcastem miliony lidí.

Ano, může se to podařit i vám.

Jenom musíte změnit svoje nastavení, protože přístup je rozhodující.

Tato kniha vás naučí:

- zastavit kolotoč myšlenek,
- ovládnout své emoce,
- zbavit se toxických přesvědčení,
- natrvalo změnit svoje návyky,
- řídit se vlastní intuicí.

Každý den se tímto způsobem posunete dál.

Každý den jeden krok.

Jednoduše ho udělejte.

Začněte teď!



ISBN 978-80-222-1877-1



9 788022 218771 >

Vydavatelstvo TATRAN

LITERATURA FAKTU/Osobní rozvoj

www.nakladatelstvitatran.cz



Více se o autorech dozvíte na:

 **Hoss&Hopf**