VĚNOVÁNÍ

Tuto knihu věnuji v první řadě životu, společnosti jako poděkování za to, že jsem sám mohl přečíst mnoho skvělých knih, které mi otevřely světy, o nichž jsem netušil, že existují. Díky tomu jsem mohl budovat úsilí, abych popsal svůj rozvoj a pokusil se tak vrátit něco nazpět. Jednoduše řečeno, bez knih bych byl nahraný.

Dále tuto knihu věnuji všem, kteří se zajímají o příběhy seberozvoje ostatních a chtějí poznat úhly pohledu jiných lidí, kterým na něčem záleží, touží dělat věci lepšími a vlastním úsilím si chtějí budovat svůj život podle vlastních představ.

V neposlední řadě tuto knihu věnuji sám sobě jako připomínku cesty, jíž jsem došel do fáze, kdy jsem byl schopen vybudovat si život podle mých představ. Po letech snažení se ze mě stal podnikatel a investor, prošel jsem si vrcholnými funkcemi, kdy stále zastávám pozici Generálního ředitele ve výrobní firmě, slušně jsem se stabilizoval sám v sobě a přestal mít strach, což beru za můj největší úspěch. Napsání sebe rozvojové knihy je tím nejdůležitějším a nejtěžším projektem, který jsem kdy řešil. **Nezáleží na tom, jestli mi přinese zisk, důležitý je pro mě její vznik.** Věřím, že vytvořím i další knihy, ale vždy mi bude záležet na tom, aby měly svou kvalitu, hloubku, informační hodnotu a přínos alespoň pro jednoho ze čtenářů.

PODĚKOVÁNÍ VŠEM AUTORŮM:

Děkuji **Johnu C. Maxwellovi**, od kterého jsem přečetl přes dvacet knih. Sehrál velikou roli v mém životě, hlavně při budování týmu a pochopení, jak funguje leadership. Pokud bych si měl zajít pro lekci pokory, obrátil bych se právě na něj. Připadá mi neskutečné, jak někdo dokáže na sobě tak intenzivně pracovat a v jakém měřítku se měnit.

Děkuji **Milanovi Nakonečnému**, přečetl jsem všechny jeho knihy psychologie. Tato hutná, těžká a kvalitní díla mi opravdu pomohla pojmenovat spousty věcí v sobě a pochopit některé zásadní poznatky o psychologii osobnosti.

Děkuji **S. L. Rubinštejnovi**, díky kterému jsem v obecné psychologii začal poprvé v životě vnímat silnou vůli a rozměr dynamiky osobnosti člověka.

Děkuji **Antony Robbinsovi**, který mi ukázal komplexní přístup seberozvoje, včetně oblasti financí. Je obdivuhodné, co dokázal, kolik toho ovlivnil a vybudoval.

Velmi děkuji **Jordanu B. Petersonovi**, díky němuž jsem si uvědomil řadu zásadních faktů o životě. Jeho velmi komplexní a rozsáhlá díla mi otevřela oči a upevňovala mou víru nevzdávat se a vnímat obezřetněji své kroky. Klobouk dolů, vážený pane Petersone, před vaší houževnatostí, přímočarostí a brilantním úhlem pohledu na život.

Děkuji **F. Nietzschemu**, který svými filozofickými díly ukázal, kdo je tady mistr. Velmi hluboké, ale zásadní postřehy o tom,

proč je potřeba se ovládat. Neustále mě nutí přemýšlet nad životem jinak.

Děkuji **Bretu N. Steenbergovi**, kterého jsem poznal, když jsem začal studovat investice. Jeho mistrovská díla mi ukázala, jak lze dojít na vrchol, jak lze trénovat sám sebe, jak na sobě pracovat. Jeho komplexní pohled předvádí budování mistroství, jeho striktní a psychologický přístup mě utvrdil v tom, že bez houževnaté a tvrdé práce nelze nic dokázat. Definitivně mě přesvědčil, abych nepolevoval. S velikým obdivem a respektem jsem hltal jeho knihy.

Děkuji **Howardu Gardnerovi**. Sice od něj mnoho knih neznám, ale kdybych si měl vzít na pustý ostrov jednu ze svých více než 400 titulů, byla by to jeho Teorie rozmanitých inteligencí. Myslím, že mě při jejím čtení dělala každá kapitola lepším člověkem.

Děkuji **Danu Millmanovi**, protože se mnou v podstatě jde životem, nad jeho úvahami a tréninku mistrovství těla i ducha neustále přemýšlím.

Děkuji **Napoleonu Hillovi**. O seberozvoj se zajímal celý život. Ukázal mi, jak zásadní je na sobě pracovat, oprostit se od nedůležitých myšlenek a budovat plnohodnotný život. Velmi přínosná díla vznikla díky tomu, že zasvětil svůj život bádání a zkoumání. Knihou Myšlení k bohatství jsem zpočátku tak trochu opovrhoval, ale brzy jsem si ověřil, že se jedná o velmi komplexní psychologii myšlení. Při jejím čtení jsem musel hodně přemýšlet nad tím, co a jak myslí. Další jeho knihy mě přesvědčily o tom, že Hill rozumí psychologii sebe rozvoje jako málokdo.

Bojovník umírá těžce. Aby ho smrt dostala, musí s ním bojovat.
A bojovník se smrti nedá jen tak.

Bojovník má vždy jen dvě cesty, buď se zlepší,
nebo skončí, nic mezi tím.

Pokud chceš něco změnit, budeš to muset brát vážně
a důsledně řešit to, jak a proč žiješ. Jiná cesta neexistuje.
Samo se nevybuduje nic.

CONTROL YOUR OWN LIFE

Buď sám sebou, ovládej svůj vlastní život.

ÚVOD

Trvalo mi přes pět let, než jsem dal dohromady ucelenou formu knihy, která se zabývá tím, jak lépe uchopit svůj život. Její vydání jsem odkládal, protože mi stále nepřišla dobrá a důležitá natolik, abych ji mohl ukázat. Ptal jsem se sám sebe, koho by zajímal seberozvoj, který se opírá hlavně o základy, všichni rovnou chtějí vznešené postupy, jak se vypracovat. Ovšem realita mi ukázala opak. Zjistil jsem, že právě počátky rozhodování o tom, kde začít a na co se prioritně zaměřit, jsou velmi opomíjeny.

Začal jsem psát další, komplexní systém sebe rozvoje pro ty, kdo na sobě potřebují pracovat, ale to byl pořád krok dvě. První krok leží v základech životního stylu na který navazuje systém sebe rozvoje.

Je to napsané tak, aby kniha čtenáře informovala, vzdělala a ukázala směr jak na sobě reálně pracovat, jak to celé uchopit a kde začít. Kniha by měla čtenáře obohatit, rozšířit obzory v kontextu komplexity sebe rozvoje, ale v zásadě by to měla být příručka, která by se měla používat a prakticky využívat. Kdyby mě někdo požádal, zda bych mu dělal řízený mentoring a viděl, že potřebuji npomoct, v první řadě bych mu doporučil si první nastudovat tuto publikaci, začít sám a následně navázat spolupráci s semnou, pokud by byla ještě potřeba.

Snažil jsem se tuto práci uchopit maximálně komplexně a podívat se do všech možných zákoutí, kde je možné se zdokonalovat. Když jsem knihu před vydáním mnohokrát pročítal, upravoval, doplňoval a piloval, zvedala mě výše, pomohla mi si ujasňovat věci, na které někdy sám zapomínám, kolik té práce na sobě vlastně je.

Základy zůstanou absolutní nutností pro každého, kdo bude chtít expandovat. Denně si připomínám a snažím se přivádět na vyšší standardy základní postoje v tréninku, ve stravě, ve spánku, v učení, denně je udržuji, přestože jsem si nikdy nemyslel, že by byly tak důležité a těžké. Jak dobře zmínil J. B. Peterson: *moudrý král stále udržuje základy, hlídá si stabilitu, ne proto, že se bojí neznámého, ale proto, že nic nového nelze stavět na pevných základech*.

Mnoho let jsem pracoval na této publikaci a rovnal si v hlavě, jakou formou uchopím pojednání o základech a o následných postupech sebe rozvoje, o nichž vím, že fungují a nelze je vynechat proto, aby bylo možné začít budovat sám sebe, rozvíjet svou osobnost a tím v životě uspět. Co člověk, to jiná realita, jiný věk, jiné dispozice, jiná minulost, jiné rodinné zázemí, jiná kultura a rozdílné nebo žádné ambice.

Bez ohledu na to, z jaké tlupy člověk pochází, vždy je rozhodující, od koho se učí, co čte, poslouchá, čemu a komu věří. Co jeden člověk, to jedna kniha, každý člověk potřebuje ke svému vnitřnímu a vnějšímu úspěchu odlišný přístup než člověk jiný.

Napsat knihu komplexně ušitou na všechny lidi, kteří na sobě chtějí pracovat, je téměř nemožné. Šablonovitě můžeme říct, jaké obecné návyky, principy či postupy vedou k tomu, aby člověk mohl uspět, a jak může realizovat sám sebe na maximální úrovni. Ale život sám o sobě umí být těžký a složitý a životní pouť velmi náročná, tudíž si musí každý člověk najít svou vlastní vizi, jít po své vlastní cestě a naučit se na sobě pracovat svým vlastním způsobem. Zjednodušeně řečeno, musí si sám vybudovat své vlastní know-how, najít si svůj vlastní styl.

Pokud čtete tyto řádky, zřejmě vás zajímá, jak se posunout, jak na sobě pracovat a vybudovat si lepší život či si ho potře-

bujete dát dohromady. Hledáte možnosti, skulinky či informace. Důsledně bych rozlišil dvě cesty. První cesta je taková, že se chcete zlepšovat, cítit se dobře, rozvíjet kvality své osobnosti, o kterých víte, že ve váš dřímají. Zároveň chcete zjistit, kdo jste, hledáte svůj potenciál a učíte se ho rozvíjet. Toužíte se zlepšovat a budovat sami sebe a díky tomu, třeba dostanete šanci na to, abyste uspěli ve větším měřítku, než tušíte. Mohou přijít šance, které jste nečekali, ale vy už musíte mít sbaleno až zaklepou na dveře.

Druhá cesta za úspěchem, kariérou, penězi nebo si dosaďte cokoli jiného, čím potřebujete ukojit své potřeby, je cesta, na níž sice dosáhnete svého cíle, ale není zaručeno, že se změníte, zesílíte, zmoudříte. Sice víte, za čím jdete, ale netušíte, **kdo chcete být, nechcete kultivovat sebe samotné, nebo ještě nevíte, jak důležité to je**. Na této cestě můžete mít vše, **ale nemusíte být sami pro sebe nikým, nevypracujete a nezdůrazníte svou osobnost**. Ve finále můžete mít vedle sebe partnera svých snů a kapitál, ale k čemu vám všechno bude, když se nebudete cítit dobře, silně, zdravě a nebudete schopni poskytnout druhému člověku emoční komfort? K čemu je pak život, když si nedáte práci zjistit, kdo jste? K čemu pak status, když nevíte jak dál?

Jsem přesvědčen (**ze své vlastní zkušenosti**), že málo lidí ví, co skutečně chce a málokdo ví, jak na sobě správně pracovat, jak postupovat, na co se zaměřit. Po zhruba pětadvaceti letech trénování, hledání, studování a zkoumání se změnilo jen to, že dělám denně více chyb a zhruba tuším jak žít, aby se můj život měnil.

Pokud jsme mladí, plní energie a stanovujeme si krátkodobé cíle, není obtížné je plnit, ovšem dojít k poznání, v čem se chce člověk realizovat a následně během celého života svůj cíl plnit, vyžaduje mnoho snahy a silné vůle. Dlouhodobě na sobě pracovat, dosahovat kvalitních výsledků ve vícero oblastech a být

užitečný, k tomu všemu musíme každý den volit specifický a důsledný přístup. Stejně tak, jak se mění roční období, den i noc, počasí či naše vnitřní stavy, stejně tak vy musíte svůj postoj modifikovat (měnit strategie). Zesilují nároky na život, stárneme a ztrácíme energii, proto jsou vítězové ti, kdo se umí dokonale přizpůsobit vždy aktuálním podmínkám, nejsou konzervativní a přijímají nové podněty.

V každém dni děláme rozhodnutí. Někdy je podceňujeme, protože se nám zdají možná nedůležitá, ale i sebenepatrnější rozhodnutí se kumulují, sčítají se, nabalují a ve svém důsledku rozhodují o tom, kým se stáváme. Každý malý krůček zanechá svou stopu, vše se počítá. Každý **úspěch** je jen důsledkem malých, drobných **zdarů** každého dne, které se skládají za velmi dlouhý čas. Naproti tomu, každé větší **selhání** je rovněž součtem malých každodenních **selhání**. Vše se kumuluje, znalosti, psychologický rozsah, vnitřní energie, zdraví, dovednosti či finance.

Mistrství by se tedy dalo definovat jako důslednost v čase.

Je třeba zařídit se tak, aby člověk i ve vyšším věku dokázal plnit si své cíle, aby se mohl spolehnout na své zdraví, měl vybudované vztahy, před sebou perspektivu i naději nebo rozpracované projekty. Pro mnohé může být odchod do důchodu očekávaným obdobím života, ale ne pro sebe realizující se lidi. Pro ně může představovat útěk od úsilí rozvoje sebe sama a pád do pasivity a (čekání na smrt?).

Nevadí, když člověk zatím neví, co chce, při snaze na sobě pracovat, přijdou odpovědi samy. **Život snahu vnímá. Pokud nastane tlak, snaha dostatečně silná, život povolí a pomůže.** Vypracovat se a něčeho dosáhnout stojí nemalé úsilí, ovšem neustále pokračovat a prohlubovat svůj život, to je už otázkou velmi silné osobnosti a charakteru. Takový život je žitý na jiné hodnotové úrovni než bez plánu postupovat, poté se oslabený

zastavit, případně se divit nebo být z aktuálních důsledků v šoku či vyčerpaný.

Když to shrnu, nic není zadarmo. Nemalé úsilí stojí cítit se silně a v dobré kondici, protože s věkem ubývá energie, asociací a motivace pořád se zlepšovat. Být skutečně vzdělaným člověkem, nabýt hodnotné informace a obsáhnout svůj obor, alespoň částečně chápat zákonitosti života a přírody, je rovněž celoživotní úkol vzdělávání se a aplikování nabytých znalostí celý život. Předat ze sebe světu to, co umíme, aby to pomohlo co nejvíce lidem, je velmi náročná práce. Neméně podstatným tématem jsou mezilidské vztahy. Pro kvalitní a smysluplný život je třeba je systematicky kultivovat a rozvíjet.

A v podstatě je zde zásadní otázkou proč? Protože život je jen jeden, je jen jedna šance nějak poznat či pochopit náš život, a tak by ve finále měl sebe rozvoj sloužit jako **ucelená věda, jak si prodloužit svůj vlastní život na co nejvyšší úrovni a uspět podle svých vlastních představ**. Je jen jedna šance, jeden časový úsek od A do Z, ale jakou to bude mít hloubku, šířku a úroveň, to už si musí každý vybrat sám. Jsem stále přesvědčen o tom, že jediné štěstí je, že vznikl život, okamžik, je to jediné co máme, jediné, co reálně existuje.

Když jsem začal vytvářet první tvorbu, měl jsem pořád tendence popisovat, proč jsou lidé neúspěšní, co je důležité, jak postupovat, jak cvičit, stravovat se, trénovat pokoru, budovat leadership i mezilidské vztahy. Chtěl jsem jednoduše sdělit všechno všem, protože vím kam (hlavně odkud) jsem se sám posunul a co jsem na sobě odpracoval, odcvičil a nastudoval, o praxi ve vedení firmy či v byznysu ani nemluvě. Všechny svoje zkušenosti jsem chtěl předat všem.

Vypracoval jsem se z mínusu, neměl jsem ideální podmínky na dobrý start a z nezvladatelného a nekompetentního kluka,

zámečníka v montérkách cestou do manažerské, ředitelské a následně CEO pozice, vystudoval školy, založil svou vlastní firmu, vydělal dostatek peněz na to, abych měl prostor kvalitně cvičit i neustále studovat, a myslím, že jsem i mnoha lidem pomohl se zorientovat nejen v tréninku, ale i na své cestě či v manažerské praxi. A stále si nemyslím, že bych něco dokázal.

Nicméně jsem byl ze psaní hodně zmaten, začal jsem se v něm ztrácet, protože se stále měnil můj pohled. V průběhu života jsem se na téma díval jinak z pozice ředitele, jinak z pozice učitele karate. Jiný úhel pohledu jsem měl jako vysokoškolák, jiný jako budovatel byznysu, investor. Všechno se mi začalo míchat dohromady, byl jsem mnoho let frustrován, pořád jsem zkoušel psát, ale nevěděl, jak to celé uchopit, trápilo mě to vskutku mnoho let.

Když jsem přečetl sebe rozvojové nebo naučné knihy od některých skvělých autorů, říkal jsem si, že nemá vůbec smysl vydávat vlastní knihu, že nebude mít žádnou úroveň ve srovnání s díly, se kterými jsem se seznamoval. Jednalo se o knihy psychologie nebo motivační knihy o seberozvoji či knihy o financích. Většina představovala takové perly, že moje sebevědomí klesalo k nule. Přesto jsem se nevzdal a zkoušel svou tvorbu stále ucelovat do mé vize. Když mě znovu přepadla frustrace, dal jsem na chvíli od textu ruce pryč, více cvičil, přemýšlel, četl a pak zase psal. Šlo to pořád dokola až jsem sebral odvahu a slíbil sám sobě, že svoje odhodlání dotáhnu do finále.

Nejvíce jsem na sobě pracoval o samotě, přestože se mi často nechtělo a bylo to velmi nepříjemné. Trénoval jsem karate, četl, studoval obory a budoval vnitřní hodnoty, řídil firmy. A pak mi to v podstatě došlo. Tuto knihu otevře ten, kdo chce na sobě pracovat, kdo prostě hledá možnosti, jak svůj život změnit, hledá návody a vodítka.

Uvědomil jsem si, že musím překonat svoje zábrany, že kniha možná nebude dost dobrá, ale musím se pokusit pomoct každému, kdo bude o moji radu stát a kdo ji bude potřebovat. Pochopil jsem, že musím předat svoje know-how a odevzdat i své kalhoty.

Jednoduše řečeno, přestal jsem mít strach odreprezentovat svůj poctivý úhel pohledu na psychologii seberozvoje a jít s „kůží na trh". Tato kniha je tu teď pro vás, celou dobu budu mluvit k vám, kteří na sobě chcete pracovat, svůj život změnit, chcete něčeho dosáhnout a jste ochotni pro to udělat co bude ve vašich silách, protože vás zajímá život.

A proč to dělám? Je to jednoduché. V životě bych se nemohl vypracovat, kdybych nežil tam, kde žiji. Tedy ve světě, který mi umožnil přečíst mnoho knih od velkých a zajímavých lidí a poznat mnoho dobrých, ale i těžkých životních příběhů lidí. To mi umožnilo získat úctu k životu a udržovat pokoru k lidem i ke světu, protože mě až někdy děsilo a překvapovalo jak umí dát život nekompromisní výcvik lidem, kteří si to zaslouží nejméně.

Nikdy jsem nepohrdal formálním vzděláním. Právě na vzdělávacích institucích jsem potkal mnoho schopných a vzdělaných lidí. Od nich jsem dostal lekce, kterých si vážím, protože mě na mé cestě posunuly kupředu. A opačný pohled. Pracoval jsem pro velmi bohaté lidi. Ukázali mi, jak se orientovat ve větě byznysu, ale pro rozvoj své vlastní osobnosti jsem od nich nezískal vůbec nic.

Měl jsem tu čest cvičit a rozvíjet se mnoho let pod mistry života, jejichž mentalita, moudrost a silné zdraví jsou nepochopitelné. Učil jsem se od velmi kvalitních ředitelů, kteří byli velcí praktici a věděli, jak funguje realita, nemluvě o tom, co jsem se o řízení firmy dozvěděl z mnoha kvalitních knih.

Takže proč to vlastně dělám? **Protože žiju**. Zajímá mě život, jeho smysl, proč tu jsme a jak svoje dny můžeme zkvalitnit. Přeji si více poznat, pochopit, zlepšovat se, sílit, dosahovat výsledků, napravovat nedostatky, zbavovat se závislostí. Mám tendence pomáhat druhým lidem, aby na sobě pracovali, komplexně zkvalitnili svoje životy a chtěli pomáhat ostatním. Musím poděkovat za vše, co jsem dostal. Chci dělat, na čem mi skutečně záleží. To je to, co je pro mě nejdůležitější. Dopsat tuto knihu byl pro mě nejdůležitější milník v životě. Ten nejdůležitější projekt.

V této knize **nenajdete vznešené principy**, jak dosáhnout všeho co chcete, jedná se o náročnou praxi, kterou absolvuji celý život a zafungovala mi a o můj úhel pohledu na důležité věci. Reálná práce na sobě samém s tím, že respektuji jisté **zákonitosti a principy**.

Na mé cestě jsem byl mnoho času sám. Jedinou spásu, jediné opravdové přátelé jsem někdy nacházel v oněch knihách, kde autoři popisovali těžká úskalí na cestě seberozvoje. Jejich myšlenky pro mě představovaly balzám na duši. Uvědomoval jsem si, že nejsem sám. Pokud budete chtít, aby vás lidé kolem vás měli rádi, nemějte cíle, nic nechtějte, pak nemusíte říkat ne.

Karel Čapek trefně poznamenává, že

„čím jste silnější, tím více máte nepřátel,
proto musíte být nejsilnější“.

A Bruce Lee rovněž zmiňuje:

Abys byl nejlepší, musíš přežít nejhorší.

Jak si začnete budovat svou cestu, svůj život a své já, nastane (bude muset nastat) chvíli samota, lidé kolem vás se začnou divit, proč už neděláte tohle nebo tamto, budou vás nahlodávat, zrazovat, podceňovat.

Věřte sami sobě, (striktně budujte víru v sebe sama), nikomu jinému, jen sami sobě, že dokážete to, co potřebujete, musíte a chcete dokázat, najděte v sobě sílu a víru, abyste se mohli o sebe opřít a mohli si jednoho dne říct: No páni, já to dokázal, změnil jsem se, vypracoval jsem se a můžu pokračovat dál. Nejdůležitější je, když si uvědomíte, že jste svoji snahu nikdy nevzdali. Znám ten pocit a nikdy bych ho za nic nevyměnil. Pokaždé, když se na sebe podívám do zrcadla, mohu být hrdý, protože jsem svoje snažení nikdy nevzdal. Co znamená nikdy jsem nevzdal? Nikdy jsem nepřestal bojovat za svůj život, za to, v co věřím, bez ohledu těžkostí, které mě provázely. Je to i z důvodu, že přestáváte mít strach se stávat tím, kým být můžete a chcete.

Pokud budete na své cestě cítit bolest, budete se cítit špatně, nebudete vědět kudy kam, nebudete vidět smysl, vzpomeňte si na mě. Podobné překážky překonávám, podobná úskalí vnímám a nestydím se již za svoje pocity. Uvědomte si, že se jedná o prověrky mysli a odhodlání, v **žáru těžkých situací se kalí náš charakter**.

Ve chvílích, kdy už nemůžete, vzpomeňte si, že v tu chvíli já nemůžu třeba ještě více, a je jedno kde jsem. Třeba píšu další knihu nebo trénuji v tělocvičně, řeším byznys, bojuji za své lepší zítřky, za svůj lepší život, ale pořád se snažím pracovat. Pokud se začnete cítit skvěle a nebudete se trápit, přestanete růst. Pokud chcete růst, smiřte se s tím, že vaše prožitky budou někdy pěkně nepříjemné. Neztrácejte odhodlání. Jak jinak bychom mohli potom pomáhat? Jak jinak bychom mohli tahat lidi do kopce, když jsme na něj sami svými silami nevylezli. **Pamatujte, že znakem dlouhodobě úspěšného profesionála je schopnost připravovat se v dobrých časech na časy horší**.

Možná se bude zdát, že až moc tlačím na výkon, budete vnímat stále se opakující požadavky-usilovná práce, tvrdý trénink,

sebeovládání, jenže život a odborná literatura mi neukázala nic jiného. Jak psychologie, tak úspěšní lidé mi neustále ukazují pravdu o tom, jak řešit život, abychom něco získali. Jsem jimi hodně ovlivněn, ale i faktem, že co jsem získal, bylo velmi náročné a musel jsem tvrdě pracovat sám na sobě. Nikdo mi neukázal jednodušší způsob, jak se blížit k cíli a naplňovat vize. Ale jsem tomu rád, je to má cesta, mé chyby, mé postupy, můj život, můj nádech a výdech, má mysl, můj osud, můj každý jeden den, ve kterém mám jen jednu šanci a jednoho dne bude ta poslední.

A nyní, dejme se do práce. Přeji mnoho úspěchů v osobním i profesním životě!

Zakončím to citátem od Fridricha Nietzsche. Nevím, proč se ke mně dostal až po mnoho letech a mnoha přečtených knihách. Asi má všechno svůj čas. Slova přesně vystihují, že plný výkon není možný denně:

„V horách pravdy nikdy nemůžete šplhat zbytečně:
buď dosáhnete vyššího bodu dnes, nebo budete trénovat své síly,
abyste dosáhli vyššího bodu zítra.“