

Andrzej Moszczyński

Inaczej o byciu wytrwałym



INSPIRUJĄCY PORADNIK

Andrzej Moszczyński

Inaczej o byciu wytrwałym



2021

[Kup książkę](#)

© Andrzej Moszczynski, 2021

Korekta oraz skład i łamanie:
Wydawnictwo Online
www.wydawnictwo-online.pl

Projekt okładki:
Mateusz Rossowiecki

Wydanie I

ISBN 978-83-65873-99-6

Wydawca:



Andrew Moszczynski Institute LLC
1521 Concord Pike STE 303
Wilmington, DE 19803, USA
www.andrewmoszczynski.com

Licencja na Polskę:
Andrew Moszczynski Group sp. z o.o.
ul. Grunwaldzka 472
80-309 Gdańsk
www.andrewmoszczynskigroup.com

Licencję wyłączną na Polskę ma Andrew Moszczynski Group sp. z o.o. Objęta jest nią cała działalność wydawnicza i szkoleniowa Andrew Moszczynski Institute. Bez pisemnego zezwolenia Andrew Moszczynski Group sp. z o.o. zabrania się kopiowania i rozpowszechniania w jakiegokolwiek formie tekstów, elementów graficznych, materiałów szkoleniowych oraz autorskich pomysłów sygnowanych znakiem firmowym Andrew Moszczynski Group.

*Ukochanej Żonie
Marioli*

SPIS TREŚCI

Wstęp	9
Rozdział 1. Definicja wytrwałości	11
Rozdział 2. Budowanie wytrwałości a marzenia	13
Rozdział 3. Przyczyny braku wytrwałości	21
Rozdział 4. Czy można nauczyć się wytrwałości?	25
Rozdział 5. Jak działa podświadomość	29
Rozdział 6. Odwaga i cierpliwość a wytrwałość	33
Rozdział 7. Metody pracy nad wytrwałością	37
Rozdział 8. Paliwo niezbędne do zachowania wytrwałości	41

Rozdział 9. Inne metody wypracowania w sobie wytrwałości	47
Rozdział 10. Słowa-haki	51
Co możesz zapamiętać? ☺	55
Bibliografia	57
O autorze	73
Opinie o książce	79
Dodatek. Cytaty, które pomagały autorowi napisać tę książkę	83

Wstęp

Wytrwałość – razem z wiarą w siebie, wnikliwością, odwagą, realistycznym podejściem do świata i życiowym entuzjazmem – jest jednym z filarów dojrzałej osobowości. Właśnie te cechy pozwalają nam świadomie kierować własnym życiem i kształtować samego siebie. W oparciu na nich łatwiej nam będzie rozwijać inne, równie pożyteczne i wartościowe przymioty, które będą ich owocami.

Rozważając znaczenie wytrwałości w naszym życiu, odpowiedzmy sobie na następujące pytania:

- Co powoduje, że niektórzy z nas odznaczają się wytrwałością?
- Co może nam przeszkadzać w byciu wytrwałym?
- Jak wypracować w sobie tę szlachetną cechę?

- Dlaczego czasem nawet bardzo utalentowana osoba szybko rezygnuje z własnych planów, zaś człowiek z pozoru przeciętny nie ustaje, wręcz walczy, aby osiągać swoje cele?



Rozdział 1

Definicja wytrwałości

Czym jest wytrwałość? Można ją określić jako konsekwentne dążenie do zamierzonego celu, ale to nie wyczerpuje istoty tej cechy – bycie konsekwentnym oznacza jedynie to, że trwamy w postanowieniu zrealizowania planów. Natomiast prawdziwie wytrwali jesteśmy, gdy mimo przeszkód, niedogodności, zniechęcenia, a także zniechęcania przez innych, nawet bliskich osób, dalej podążamy w wybranym kierunku.



Rozdział 2

Budowanie wytrwałości a marzenia

Dla każdego podążającego w określonym kierunku człowieka istotny jest konkretny cel. A zatem osoby wytrwałe, na przykład sportowcy, doskonale wiedzą, dokąd zmierzają, a świadomość tego jest ich paliwem. Co więcej, osoby wytrwałe wiedzą, dlaczego podążają daną drogą, liczą się z koniecznością wyrzeczeń i włożonego w tę drogę wysiłku. Kim jest człowiek wytrwały? Kimś, kto posiada jasną wizję celu i wierzy, że zasługuje na jego osiągnięcie.

Wszyscy wytrwali ludzie, jakich znam, mają odwagę marzyć, ale przykładają do swych pragnień właściwą miarę. Dlaczego tacy są?

Być może nie pozwolili sobie wmówić, że marzenia niosą jedynie rozczarowania. Może

nie chcieli poprzestawać na tym, co im przynosi los, tak jak większość ludzi, tylko zapragnęli wybić się ponad przeciętność?

Ustalmy zatem, dlaczego marzenia są paliwem dla działania, dla wytrwałego znoszenia przeciwności. Marzenie to wyobrażanie sobie siebie jako kogoś, kim chcielibyśmy być, lub jako kogoś, kto już posiada to, co chcielibyśmy mieć. Marzyciel widzi siebie jako osobę, która postępuje w pewien określony sposób. Na całym świecie zawody policjanta, strażaka, sędziego, ratownika czy lekarza są otaczane dużym szacunkiem. Czyż nie jest tak, że w rodzinach, gdzie któreś z rodziców wykonuje ten zawód, dzieci także podświadomie marzą o tej profesji?

Jeśli mają predyspozycje do tego, to już w młodości wyznaczają sobie pewne pośrednie cele, aby jak najszybciej stać się tym kimś z marzeń. Widzenie szczegółowego obrazu siebie, takiego jakim chcielibyśmy być, już od dzieciństwa pozwala zdobyć energię do tego, aby w końcu zostać na przykład ratownikiem, który może ocalić ludzkie życie.

Wierzę, że marzenia są najskuteczniejszym sposobem na wyrobienie w sobie wytrwałości w dążeniu do celu. Przekonałem się o tym wielokrotnie. To, że trzymasz w ręku napisaną przeze mnie książkę, oznacza, że jedno z moich marzeń, które pielęgnowałem od ponad 15 lat, właśnie się spełniło.

W Polsce w wielu środowiskach człowiek ambitny, wytrwale realizujący marzenia, musi być przygotowany na wiele przykrości. W niektórych środowiskach ludzie uważają, że posiadanie marzeń jest co najmniej nierozsądne. Spotkałem nawet takich, którzy gardzą osobami mającymi odważne marzenia, gdyż uważają, że to tylko bujanie w obłokach – jak mówią, życie trzeba „jakoś” przeżyć, twardo stąpając po ziemi. Właśnie pod wpływem takich opinii część z nas rezygnuje z ujawniania własnych marzeń. Oczywiście z czasem marzyciel może zyskać szacunek, ale początki bywają trudne. Tak zwani realiści, którzy twardo stąpają po ziemi, mogą zniechęcać innych, często także własne dzieci, do snucia marzeń.

A zatem odważ się marzyć – bądź w tym ekspertem. Pomyśl o tym, kim chcesz być i dlaczego. Podświadomość sama zrobi swoje, czyli ukierunkuje Twoją koncentrację na sprawy, które mają przybliżyć Cię do realizacji marzeń.

Zachęcam do analizy życia konkretnych ludzi wytrwałych, których marzenia mogą wydać się zaskakujące i wręcz niemożliwe do spełnienia.

„Miał po prostu szczęście...” – taki komentarz na pewno słyszałeś nie raz. Jak zauważyłem, mówi się tak o ludziach, którzy coś osiągnęli dzięki wytrwałości i determinacji. To dowód na to, że są ludzie, którzy nie wierzą w moc swego myślenia i działania. Uważam jednak, że są po prostu ignorantami w tej dziedzinie, bo przecież jest wiele wspaniałych przykładów na to, że marzenia mają ogromną moc.

Ludzie niepełnosprawni wspinają się na wyżyny w dziedzinach, w których nikt przy zdrowych zmysłach nie wróżyłby im najmniejszego sukcesu. Choćby **Jan Mela**, polski polarnik, najmłodszy w historii zdobywca biegunów północnego i południowego. Jednocześnie jest on

pierwszym niepełnosprawnym, który dokonał takiego wyczynu. Mela stracił lewe podudzie i prawe przedramię w wyniku porażenia prądem, którego doznał w wieku 13 lat. W dwa lata po wypadku nawiązał kontakt z Markiem Kamińskim, znanym polskim polarnikiem i podróżnikiem, z którym potem odbył wyprawę i zdobył oba bieguny Ziemi. W 2009 roku Mela wspinał się także na Elbrus – najwyższy szczyt Kaukazu, razem z grupą innych niepełnosprawnych. Założył fundację Poza Horyzonty, która wpiera niepełnosprawnych w realizacji ich marzeń. Mela jest współautorem programu podróżniczego *Między biegunami* emitowanego w Radiu Kraków. Warto przytoczyć tu wypowiedź polarnika na temat pokonywania barier, która jest częścią przesłania jego fundacji: „W naszym życiu cały czas mamy przed sobą różne horyzonty – horyzonty wyobraźni, horyzonty możliwości. Jesteśmy otoczeni barierami, choć w rzeczywistości większość z nich znajduje się tylko w naszej głowie. Gdy uznajemy coś za niemożliwe, stawiamy sobie barierę, której nie przejdziemy. My chcemy

przenosić siebie i innych poza horyzonty, pokazywać, że nie ma rzeczy niemożliwych”¹.

Natalia Partyka, obecnie jedna z najlepszych tenisistek stołowych w Polsce i Europie, osiągnęła tę pozycję, mimo że urodziła się bez prawego przedramienia. Trenowała wytrwale od 7 roku życia, nie ustawała w dążeniu do osiągnięcia mistrzowskiej formy, chociaż przez niepełnosprawność musiała zapewne starać się o wiele bardziej niż jej zdrowe koleżanki. Dzięki wytrwałości udało się jej zdobyć wiele medali w zawodach na szczeblu krajowym i światowym. Grała zarówno z niepełnosprawnymi, jak i pełnosprawnymi przeciwniczkami. Tak opowiada o swoim dążeniu do sukcesów sportowych: „Tenis stołowy jest moją największą pasją i tak naprawdę nie wyobrażam sobie życia bez celuloidowej piłeczki. Mimo tego, że sport to wiele wyrzeczeń i dni spędzonych poza domem, nigdy nie żałowałam, że zaczęłam trenować, ponieważ wszystkie lata spędzone na treningach i turnie-

1 Cytat pochodzi ze strony fundacji: http://www.pozahoryzonty.org/jas_tekst.html.

jach wiele mnie nauczyły. Gra sprawia mi dużo radości i satysfakcji i mam nadzieję, że w następnych latach mojej kariery ping-pong nadal będzie mnie bawić”².

Zbigniew Sajkiewicz w dzieciństwie przeszedł chorobę Heinego-Medina. Mimo tego, dzięki ogromnej wytrwałości i samodyscyplinie, stał się jednym z najlepszych niepełnosprawnych pływaków w Polsce. Jest znany także na świecie: w swoim dorobku ma m.in. dwa medale igrzysk paraolimpijskich, dziesiątki pucharów i dyplomów pływackich mistrzostw Polski i Europy. Jego prawdziwą pasją jest pływanie długodystansowe. Na co dzień pracuje jako technik komputerowy i udaje mu się łączyć to zajęcie z karierą sportową. O swojej największej pasji mówi: „Pływanie w jeziorach, w morzach stało się moją pasją. Moim marzeniem jest pokonanie Kanału La Manche, ale nie w jednym, lecz w dwóch kierunkach. To byłby wyczyn”.

2 Cytat pochodzi z: <http://nataliipartyka.pl/o-mnie>.

Kiedy poddajemy się wpływowi marzeń i wyznaczamy cele, wytrwałość pojawia się jako ich owoc. Zatem za przykładem tych osób rozpoczynamy rozmyślać o własnej przyszłości w kategorii celów i odważmy się marzyć.



O autorze

Andrzej Moszczyński od 30 lat aktywnie zajmuje się działalnością biznesową. Jego główną kompetencją jest tworzenie skutecznych strategii dla konkretnych obszarów biznesu.

W latach 90. zdobywał doświadczenie w branży reklamowej – był prezesem i założycielem dwóch spółek z o.o. Zatrudniał w nich ponad 40 osób. Spółki te były liderami w swoich branżach, głównie w reklamie zewnętrznej – tranzytowej (reklamy na tramwajach, autobusach i samochodach). W 2001 r. przejęciem pakietów kontrolnych w tych spółkach zainteresowały się dwie firmy: amerykańska spółka giełdowa działająca w ponad 30 krajach, skupiająca się na reklamie radiowej i reklamie zewnętrznej oraz największy w Europie fundusz inwestycyjny. W 2003 r. Andrzej sprzedał udziały w tych spółkach inwestorom strategicznym.

W latach 2005-2015 był prezesem i założycielem spółki, która zajmowała się kompleksową komercjalizacją liderów rynku deweloperskiego (firma w sumie

sprzedała ponad 1000 mieszkań oraz 350 apartamentów hotelowych w systemie condo).

W latach 2009-2018 był akcjonariuszem strategicznym oraz przewodniczącym rady nadzorczej fabryki urządzeń okrętowych Expom SA. Spółka ta zasięgiem działania obejmuje cały świat, dostarczając urządzenia (w tym dźwigi i żurawie) dla branży morskiej. W 2018 r. sprzedał pakiet swoich akcji inwestorowi branżowemu.

W 2014 r. utworzył w USA spółkę LLC, która działa w branży wydawniczej. W ciągu 14 lat (poczynając od 2005 r.) napisał w sumie 22 kieszonkowe poradniki z dziedziny rozwoju kompetencji miękkich – obszaru, który ma między innymi znaczenie strategiczne dla budowania wartości niematerialnych i prawnych przedsiębiorstw. Poradniki napisane przez Andrzeja koncentrują się na przekazaniu wiedzy o wartościach i rozwoju osobowości – czynnikach odpowiedzialnych za prowadzenie dobrego życia, bycie spełnionym i szczęśliwym.

Andrzej zdobywał wiedzę z dziedziny budowania wartości firm oraz tworzenia skutecznych strategii przy udziale następujących instytucji: Ernst & Young, Gallup Institute, PricewaterhouseCoopers (PwC) oraz Harvard Business Review. Jego kompetencje można przyrównać do pracy **stroiciela instrumentu**.

Kiedy miał 7 lat, mama zabrała go do szkoły muzycznej, aby sprawdzić, czy ma talent. Przeszedł test

pozytywnie – okazało się, że może rozpocząć edukację muzyczną. Z różnych powodów to nie nastąpiło. Często jednak w jego książkach czy wykładach można usłyszeć bądź przeczytać przykłady związane ze światem muzyki.

Dlaczego można przyrównać jego kompetencje do pracy stroiciela na przykład fortepianu? Stroiciel udoskonala fortepian, aby jego dźwięk był idealny. Każdy fortepian ma swój określony potencjał mierzony jakością dźwięku – dźwięku, który urzeka i wprowadza ludzi w stan relaksu, a może nawet pozytywnego ukojenia. Podobnie jak stroiciel Andrzej udoskonala różne procesy – szczególnie te, które dotyczą relacji z innymi ludźmi. Wierzy, że ludzie posiadają mechanizm psychologiczny, który można symbolicznie przyrównać do **mentalnego żyroskopu** czy **mentalnego noktowizora**. Rola Andrzeja polega na naprawieniu bądź wprowadzeniu w ruch tych „urządzeń”.

Żyroskop jest urządzeniem, które niezależnie od komplikacji pokazuje określony kierunek. Tego typu urządzenie wykorzystywane jest na statkach i w samolotach. Andrzej jest przekonany, że rozwijanie **koncentracji i wyobraźni** prowadzi do włączenia naszego mentalnego żyroskopu. Dzięki temu możemy między innymi znajdować skuteczne rozwiązania skomplikowanych wyzwań.

Noktowizor to wyjątkowe urządzenie, które umożliwia widzenie w ciemności. Jest wykorzystywane przez wojsko, służby wywiadowcze czy myśliwych. Życie Andrzeja ukierunkowane jest na badanie tematu źródeł wewnętrznej motywacji – siły skłaniającej do działania, do przejawiania inicjatywy, do podejmowania wyzwań, do wchodzenia w obszary zupełnie nieznane. Andrzej ma przekonanie, że rozwijanie **poczucia własnej wartości** prowadzi do włączenia naszego mentalnego noktowizora. Bez optymalnego poczucia własnej wartości życie jest ciężarem.

W swojej pracy Andrzej koncentruje się na procesach podnoszących jakość następujących obszarów: właściwe interpretowanie zdarzeń, wyciąganie wniosków z analizy porażek oraz sukcesów, formułowanie właściwych pytań, a także korzystanie z wyobraźni w taki sposób, aby przewidywać swoją przyszłość, co łączy się bezpośrednio z umiejętnością strategicznego myślenia. Umiejętności te pomagają rozumieć mechanizmy wywierania wpływu przez inne osoby i umożliwiają niepoddawanie się wszechobecnej indoktrynacji. Kiedy mentalny noktowizor działa poprawnie, przekazuje w odpowiednim czasie sygnały ostrzegające, że ktoś posługuje się manipulacją, aby osiągnąć swoje cele.

Andrzej posiada również doświadczenie jako prelegent, co związane jest z jego zaangażowaniem w działa-

nia społeczne. W ostatnich 30 latach był zapraszany do udziału w różnych szkoleniach i seminariach, zgromadzeniach czy kongresach – w sumie jako mówca wystąpił ponad 700 razy. Jego przemówienia i wykłady znane są z inspirujących przykładów i zachęcających pytań, które mobilizują słuchaczy do działania.



Opinie o książce

Małe dziecko przychodzi na świat bez instrukcji obsługi, o czym boleśnie przekonują się kolejne pokolenia młodych rodziców. A jednak mimo tej pozornej przeszkody ludzkość była i jest w stanie poradzić sobie z tym wyzwaniem. Jak? Młodzi rodzice szybko uczą się – głównie metodą prób i błędów – jak zaspokajać potrzeby swojego dziecka. Rodzicielstwo to ciekawa mieszanka zaufania do własnej intuicji, pomocy bliskich i odwołania do wiedzy ekspertów. To nie stały zestaw umiejętności, które ujawniają się w chwili narodzin dziecka, lecz raczej proces nabywania nowych umiejętności dostosowanych do potrzeb i rozwoju własnych pociech.

Nie inaczej jest w przypadku rozpoznania swoich talentów i wykorzystania ich w codziennym życiu. Nie są to zdolności, jakie nabywa się po przeczytaniu jednej książki lub uczestniczeniu w weekendowych warsztatach, lecz raczej droga, na którą się wchodzi świadomie i którą podąża przez resztę życia. Wybierając się w podróż, zwykle pakujemy ze sobą przewodnik i mapę,

dlatego też podczas podróży do własnego wnętrza także warto sięgnąć po jakiś przewodnik. Seria książek autorstwa Andrzeja Moszczyńskiego jest właśnie takim przewodnikiem, zawierającym cenne podpowiedzi oraz techniki odkrywania i wykorzystywania swoich talentów. Autor nie stawia się w pozycji eksperta wiedzącego lepiej, co jest dla nas dobre, lecz raczej doradcy odwołującego się szeroko do filozofii, literatury, współczesnych technik doskonalenia osobowości i własnych doświadczeń. Zdecydowanymi mocnymi stronami tej serii są przykłady z życia ilustrujące prezentowane zagadnienia oraz bogata bibliografia służąca jako punkt do dalszych poszukiwań dla wszystkich zainteresowanych doskonaleniem osobowości. Uważam, że seria ta będzie pomocna dla każdego zainteresowanego świadomym życiem i rozwojem osobistym.

Ania Bogacka

Editorial Consultant and Life Coach

* * *

Na rynku książek wybór poradników jest ogromny, ale wśród tego ogromu istnieją jasne punkty, w oparciu o które można kierować swoim życiem tak, by osiągnąć spełnienie. Samorealizacja jest osiągnięta poprzez mą-

drość i świadomość. To samo sprawia, że książki Andrzeja Moszczyńskiego są tak użyteczne i podnoszące na duchu. Dzielenie się mądrością w formie przykładów wielu historycznych postaci oświeśla drogę w tej kluczowej podróży. Każda z książek Andrzeja jest kompletna sama w sobie, jednak wszystkie razem stanowią zestaw narzędzi, przy pomocy których każdy z nas może ulepszyć umysł i serce, aby ostatecznie przyjąć proaktywną i współczującą postawę wobec życia. Jako osoba, która badała i edytowała wiele tekstów z filozofii i duchowości, mogę z entuzjazmem polecić tę książkę.

Lawrence E. Payne

OFERTA WYDAWNICZA

Andrew Moszczynski Group sp. z o.o.



[Kup książkę](#)





