

Vědomý **business**: cesta ke štěstí a svobodě

Čas strávený v práci nemusí být ztracený, říká přední světový konzultant a kouč Fred Kofman. Jeho přístup k businessu a k práci obecně zakládá zcela nové paradigma.

Většina z nás si spojuje business spíše se ziskem, s konkurenčním bojem a s necitlivým využíváním lidí i přírodních zdrojů. Práci obecně pak nejspíš s povinností – protože „pracovat se prostě musí“. Fred Kofman to ale vidí jinak. A soudě podle toho, že si ho najímají top managementy firem jako Google, Microsoft nebo AXA, že pracuje na pěti kontinentech a přednáší na předních světových univerzitách, dávají jeho názory zjevně mnohým smysl.

Vědomý business popisuje sedm snadno uchopitelných kvalit a praktických dovedností, které nám umožňují prožívat svůj pracovní život jako projev naší kreativity, touhy po smyslu vlastního bytí a štěstí. Každý člověk přece hledá ve svém životě štěstí – a jestliže jej hledáme ve vztazích, v rodičovství nebo v koníčcích, proč ho nehledat i v práci?

Přes polovinu svého dospělého života strávíme prací. Je to mnohem víc času, než kolik ho věnujeme všem ostatním bdělým aktivitám. Pokud vnímáme čas strávený prací jako „ztracený“, „mrtvý“ nebo „nevědomý“, pak je taková i většina našeho života. Držíme-li se v práci při zdi, „v malosti“, i náš život se stává „malým“ a nevýznamným. To je důvod, proč je třeba rozšířit rámec obvyklého vnímání businessu a uznat práci jako podstatnou součást spirituálního života, jako projev lidské „velikosti“, píše Fred Kofman ve své knize *Vědomý business*.

Velikost a kreativita nejsou jen výsadou umělců. Je to dar, který má každý člověk, jen si ho mnozí z nás nejsou vědomi. Jsme jedinečnými lidskými bytostmi, a právě díky tomu má naše existence smysl: můžeme totiž přispět světu naprosto specifickým způsobem.

Práce je moje svobodná volba

„I kdyby“, řeknete si, „jak to souvisí s tím, že zítra v sedm zase půjdu do práce?“ „Souvisí to vším,“ odpovídá Kofman. Začneme-li

si být v práci vědomi sami sebe, svých motivací, tužeb a potřeb a začneme-li je respektovat, změní se celý náš svět. Přestaneme se cítit jako oběť světa, který nás obklopuje: svých šéfů, klientů, aktuální vlády nebo ekonomické krize. Začneme se na svět dívat novými očima – a tím se náš svět začne měnit. Představte si, že si ráno uvědomíte, že do práce jdete proto, že jste si to zvolili, a nikoli proto, že musíte! Nemusíte. Jste dospělý člověk, můžete tam klidně nejít. „No ale to mě vyhodí!“ namítnete. Ano, to možná ano. Protože si tedy chcete svou práci udržet a myslíte si, že kdybyste tam nešli, tak vás vyhodí, volíte tam jít. Jdete tam jednoduše proto, že to vyhodnocujete jako lepší volbu.

Když si začneme uvědomovat, že vždycky máme na výběr, nesmírně nás to posílí. Nemůžeme si sice vybrat své vnější okolnosti, například jaký je náš šéf nebo jestli je zrovna ekonomická krize, můžeme si ale vždycky vybrat, jak se tváří v tvář těmto okolnostem zachováme.

Časem zjistíme, že si stejně tak můžeme vybírat chování, které nám svědčí – chovat se tak, abychom ze sebe měli radost, cíti-

Fred Kofman bude přednášet v Praze

Fred Kofman se narodil v Argentině a žil a pracoval v USA. Nyní vede workshopy po celém světě, kterými inspiruje lidi k vědomé a tvořivé práci. U příležitosti českého vydání jeho knihy **Vědomý business: integrita, úspěch a štěstí (Portál, 2010)** přijede Fred Kofman v červnu poprvé do Čech. Zúčastní se Fóra majitelů, platformy pro české podnikatele a 25. 6. 2010 povede odpolední workshop pro veřejnost, nazvaný *Vědomý business: jak vést sebe i druhé v čase změn, spojený se křtem jeho knihy*. Více informací o chystaných akcích s Fredem Kofmanem naleznete na stránkách www.vedomybusiness.cz.

li se naplnění a šťastní. Štěstí totiž přichází tehdy, když jednáme v souladu se svými základními lidskými hodnotami, když naše chování je výrazem naší integrity. Vede takový přístup nutně k úspěchu? Ne vždycky, pokud máme na mysli úspěch čistě materiální nebo společenský. Pokud ale tento pojem chápeme v širším slova smyslu – jako životní úspěch, jehož cílem je nalezení štěstí – pak ano. Fred Kofman mluví o „úspěchu přesahujícím úspěch“, tedy o dlouhodobém pocitu hrdosti, smyslu a štěstí, který pramení z naší poctivé a vědomé práce.

Tereza Kalinová, koučka a lektorka Vědomého businessu v Česku

