

**Jacek Łapiński – autor książki
„JAK BYĆ LEPSZYM”**

MOTTO:

Inspirowanie od dobrego do lepszego

AUTOR:

Jacek Łapiński (ur. 16 kwietnia 1981 w Łapach) – prawnik, autor książki „Jak być lepszym”.

Wykształcenie wyższe. Prawniki i technik-ekonomista. Absolwent Wydziału Prawa Uniwersytetu w Białymstoku. Obecnie doktorant z prawa konstytucyjnego na UwB. Autor książki „Jak być lepszym” (psychologia pozytywna i psychologia biznesu) oraz publikacji na temat prawa.

Własna działalność gospodarcza. Prowadzi szkolenia z zakresu rozwoju osobistego, marketingu i samorządu.

Działacz społeczny i samorządowy. W latach 2006-2010 – Radny Sejmiku Województwa Podlaskiego i Przewodniczący Komisji Rolnictwa, Obszarów Wiejskich i Ochrony Środowiska oraz w latach 2007-2011 – członek Rady Nadzorczej Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Białymstoku.

Prowadził zajęcia jako nauczyciel akademicki (przedmioty: „Prawo konstytucyjne”, „Stanowienie prawa miejscowego”, „Konstytucyjny system organów państwowych”) na Wydziale Prawa UwB i Wydziale Administracji UwB w Siedlcach.

Redaktor naczelny czasopism poruszających sprawy samorządowe oraz portalu lokalnego.

Strona autorska – www.jaceklapinski.pl

SPIS TREŚCI:

- I. Wartości na drodze do celu – własna misja i wizja.
- II. Rozwój duchowy – dwa psy i sens życia.
- III. Rozwój umysłowy – świadomość i kreatywność.
- IV. Rozwój emocjonalny – szczęście i nastrój.
- V. Czas to życie – efektywność i energia.
- VI. Zasada bogactwa – wartość pieniądza.
- VII. Przemyślane działanie – skuteczność.
- VIII. Motywacja i pasja – wywieranie pozytywnego wpływu na siebie i innych.
- IX. Tajemnice dobrej komunikacji – słuchanie, pytanie i metafory.
- X. M jak marketing, \$ jak sprzedaż – sieć systemem biznesu.
- XI. Lider – czynniki sukcesu, paradoksy i synergia.

WSTĘP KSIĄŻKI:

Inspiracje na dobrej drodze do celu:

Dzień dobry lub dobry wieczór Szanowny Czytelniku!

- Bo nie wiem kiedy czytasz słowa, które mogą zmienić całe Twoje życie.

Niegdyś w średniowieczu poszukiwano alchemicznej receptury na złoto. Dzisiaj w XXI w. szukamy recepty na szczęście, sukces i sens życia. Każdy z nas przynajmniej raz zapytał siebie: „czy odniosę sukces?” lub „dlaczego inni odnoszą sukcesy?”. Czasami wystarczy jednak zmiana jednego słowa, aby zmienić sposób myślenia. Zamiast „czy” lepiej pomyśleć „jak”, a więc „jak odnieść sukces”? O tym jest ta książka: wiedzieć jak (know – how) o sukcesie, odnoszącym się również do szczęścia i sensu w życiu. Jesteś dobry, ale jak być lepszym?

Człowiek jest istotą fizyczną. Potrzebujemy zdrowia, a także pieniędzy i innych dóbr materialnych ułatwiających życie. Potrzebujemy tego, ale nie tylko tego.

Człowiek jest istotą emocjonalną. Pragniemy kochać i być kochanymi. Lubić i być lubianymi. Zauważ proszę, że w pierwszej kolejności mówi się, że trzeba samemu „kochać”. Człowiek pomimo swojego silnego ego, zmuszony jest otworzyć się na innych. Współcześnie istnieje duży deficyt życia uczuciowego. Jesteśmy ludźmi, żyjemy z ludźmi i dla ludzi.

Człowiek jest istotą umysłową. Sami chcemy mieć poczucie kompetencji i stawiać sobie wymagania, przekraczając granice własnych możliwości. Potrzebujemy osiągnąć oraz napływu nowych myśli i idei.

Człowiek jest też istotą duchową. Potrzebujemy sensu w życiu i sensu życia. Tkwi w nas poczucie dobra czy słuszności. Mamy sumienie, a przez to pragnienie uczciwego życia. Według różnych badań, ponad 95 proc. ludzi wierzy w Boga lub siłę wyższą, a ponad 80 proc. chce się rozwijać duchowo.

Człowiek pragnie wzbogacić swoje życie. Zauważmy, że w tym kontekście bogactwa nie nasuwa się myśl tylko o samych pieniądzach. Podobnie miłość to coś więcej niż seks, a sukces to coś więcej niż zajmowana pozycja. Życie jest bardziej pełne. Chociaż władza, pieniądze i seks oraz sukces, bogactwo i miłość urzekają nas, to jest jeszcze to „coś”. Sens życia. To prawda że są ludzie, którzy sprzedadzą duszę dla zysku. Ale są też ludzie, którzy poświęcą serce temu co słuszne.

Innego człowieka można oszukać, ale własnego sumienia nie da się oszukać. Na własne życie spojrzymy z perspektywy całego życia, tak jak dzień oceniamy dopiero wieczorem, a lato wspominamy po urlopie. Dlatego tak ważne jest, aby czuć się dobrze we własnej skórze. Móc powiedzieć sobie: „Jestem (...) i nie chciałbym urodzić się i żyć jako ktoś inny”.

Współczesny człowiek ma większą wiedzę niż starożytni uczeni. Jednak greccy filozofowie mieli głęboki styl myślenia. To jest właśnie mądrość. Dlatego tak ważna jest reguła filozoficzna. „Bez filozofii nie da się zrozumieć niczego ze świata, w którym żyjemy” – ocenia Luc Ferry, w książce „Jak żyć”. No właśnie jak żyć? A jak myśleć? Jesteśmy przecież istotami myślącymi, a więc dla nas żyć to także myśleć. Każdy z nas ma własną filozofię życia i wartości życia: być może od altruizmu, przez ład moralny i mądrość, aż po życzliwość.

Książkę można przeczytać w kilka godzin lub kilka godzin rozważać nad jedną myślą. Czasem potrzeba całego życia, aby wypełnić tą myśl: Człowiek najbardziej potrzebuje Wiary, Nadziei i Miłości! Wiary w Boga, Nadziei na przyszłość i Miłości ludzi. Największą siłą człowieka jest bowiem jego siła duchowa!

Dedykuję Ci trzy myśli:

„Straszną jest rzeczą, kiedy dusza szybciej zmęczy się życiem niż ciało” – Marek Aureliusz.

„Człowiek, który uważa swe życie za pozbawione sensu, jest nie tylko zwyczajnie nieszczęśliwy, ale i niezdolny do życia” – Albert Einstein.

„Cóż bowiem za korzyść odniesie człowiek, choćby cały świat zyskał, a szkodę na swej duszy poniósł?” – (Mt 16, 26).

Nie mam patentu na rację. Jeśli miałbym, to opatentowałbym ją. Moja książka jest przecinkiem do dalszego działania z myślą o sukcesie. Nawet kiedy piszę „powinieneś” nie mam na myśli przymusu. Proszę tylko o przemyślenie. Może po prostu „warto”. A może tak jest lepiej?

Człowiek jest przecież subiektywny i dlatego zawsze liczyć się będzie oprócz wiedzy – pewna mądrość. Podstawą jest szacunek dla siebie i innych. Ta książka jest o mnie i o Tobie. Dotyczy nas jako ludzi i tego, jak zachowujemy się wobec siebie.

Przedstawiam metody poparte badaniami naukowymi, ale także zdanie wielu myślicieli zweryfikowane przez własne doświadczenia. Cenię mądrość aforyzmów i przywołuję szereg złotych myśli. Interesowała mnie jedynie słuszność wypowiedzianych słów, bez zgłębiania życiorysów ich autorów.

Zebrałem wiedzę z książek (wykaz w bibliografii), które przeczytałem, przemyślałem i wybrałem dla Ciebie to, co uważam za istotne oraz dodałem coś od siebie. Prezentowane pomysły są moim zdaniem warte sprawdzenia. „Można by rzecz o mnie, że w książce tej skompletowałem bukiet z cudzych kwiatów, od siebie dodając jedynie wstążkę, która je związała” – powtarzając myśl za Michel de Montaigne.

Proszę Cię o wytrwałość przy czytaniu owej książki. Zresztą wytrwałość jest jednym z czynników sukcesów. Wiem, że „Łatwiej jest książkę napisać, niż niektórym ją przeczytać” – jak głosi polskie przysłowie. Teraz to Twoja książka. Przygotowana tak, aby możliwe było jej czytanie w dowolnym fragmencie, ale „Czytanie bez trawienia jest niezdrowe”. Dlatego w lekturę warto również zaangażować myślenie krytyczne.

Pisząc, przeczytałem ponad czterysta różnych książek na temat sukcesu i rozwoju. Nie jest jednak ważne to, czy ktoś przeczytał ich dziesięć czy sto, ale ważne jest to, jakie myśli one wywołały i do jakich działań skłoniły. Tak naprawdę czytamy książkę dla dwóch lub trzech pomysłów – inspiracji, które można wykorzystać w życiu. Nie tyle co do osiągnięcia wielkich sukcesów, co do poprawienia obecnych wyników.

Gdzie tkwi tajemnica szczęścia?

Gdzie tkwi tajemnica sukcesu?

Gdzie tkwi tajemnica sensu?

W Tobie! Swoje życie możesz zmienić tylko Ty! Każdy ma wady, które może zredukować. Każdy ma zalety, które może rozwijać. Dzięki temu można mieć dobre życie, lepsze od niezłego!

Przychodzi taki moment, że człowiek nie chciałby być już starszy, a marzy o tym, aby zatrzymać czas dla siebie. Kolejne urodziny wprawiają człowieka bardziej w stan refleksji niż w stan radości.

Fizycznie rozwijamy się do pewnego wieku, ale emocjonalnie, umysłowo i duchowo możemy rozwijać się do ostatniego dnia życia. I w tym tkwi tajemnica sukcesu.

Niegdyś istniało błędne przekonanie naukowe o ograniczonych możliwościach rozwoju ludzkiego umysłu. Oczywiście zdarzają się choroby mózgu, ale w świetle nowych badań, okazuje się, że ludzki mózg zachowuje ciągłą plastyczność. Może podlegać zmianie i rozwijać się w każdym wieku.

Zresztą 30-latek z powodu trybu życia może mieć kondycję fizyczną gorszą niż 40-latek. Emocjonalnie może być „Piotrusiem Panem” jak 18-latek, zaś z powodu chronicznego niewyspania (jak wskazują badania) jego mózg może funkcjonować jak u 70-latka.

Człowiek jest istotą społeczną. Ponieważ sami tworzymy społeczność, to zmianę możemy zacząć od siebie. Częściej patrzmy w lustro, aby zobaczyć jakie mamy ubranie, a nie patrzmy jakie niesiemy przesłanie. Tymczasem człowiek jest jak ściana i kieruje się zasadą wzajemności. „Kto sieje wiatr zbiera burzę”. Dobre ziarno, odpowiednio pielęgnowane, rodzi obfite plony. Dlatego warto pierwszemu wykazać inicjatywę. Okażmy dobro, a zyskamy dobro. Podstawą jest szacunek.

Każdy chce być jakoś lepszy. Już właśnie dziś można zacząć „nowy rok” w swoim życiu. Naprawdę można bardzo wiele. Warto podejmować przemyślane działania i tworzyć własne dzieło życia, a „Ponieważ piękna nie można zdefiniować, każdy może mieć swoje własne” – jak stwierdził Czesław Żemła. Podobnie każdy może mieć swój własny sukces. Może to być sukces w pracy lub sukces w wychowaniu dziecka, sukces finansowy lub jakikolwiek inny. Po prostu swój własny sukces.

Jeśli ktoś chce zarobić na chleb, to na ten chleb zarobi. Jeśli zaś ktoś chce osiągnąć coś dobrego i wielkiego, to musi myśleć i działać zupełnie inaczej. Moją misją jest inspirowanie od dobrego do lepszego. „Jeśli lepsze jest możliwe, to dobre nie wystarcza” – stwierdzają zgodnie Jacek Santorski i Grzegorz Turniak. Tak naprawdę albo działamy, albo unikamy czegoś i tłumaczymy to sobie dlaczego. W życiu są dobre i złe momenty, ale zawsze mamy wybór. Lider świadomie przyjmuje odpowiedzialność.

Sukces to dobre życie. Jak być lepszym?

O SOBIE (nieco inaczej):

Jestem nienasyconym czytelnikiem. Trawi mnie pasja poznania i zrozumienia wielu nowych tematów. Czytam wszystko co może wzbogacić moją wiedzę. Przeczytałem kilkaset książek i tysiące stron różnych materiałów. Jednak nie warto szcycić się tym co się przeczytało, ale tym co się przemyślało i rzeczywiście dokonało.

W życiu zdobywałem różne doświadczenia zawodowe. Wykonywałem również zaszczytne funkcje publiczne (m.in. radnego Sejmiku Województwa Podlaskiego) i jestem w trakcie kończenia doktoratu z prawa na UwB.

Obecnie prowadzę też szkolenia i spotykam się z Czytelnikami.

Już jako uczeń szkoły podstawowej lubiłem pisać wypracowania dotyczące charakterystyki głównych bohaterów lektur. Będąc na studiach na Wydziale Prawa Uniwersytetu w Białymstoku szczególnie zainteresowałem się psychologią rozwoju osobistego.

To od pewnych usłyszanych słów na pielgrzymce z Suwałk do Wilna (zob. rozdział II) oraz od książki „Inteligencja emocjonalna w praktyce” (D. Goleman) zaczęło się moje w pełni świadome zainteresowanie istotą „samodoskonalenia”.

Dwie kolejne książki po które sięgnąłem to: „Maksimum osiągnąć” (B. Tracy) oraz „Młody bogaty rentier” (R. Kiyosaki). Największy wpływ na moje myślenie i działanie wywarli: S. Covey („7 nawyków skutecznego działania”), P. Drucker (całokształt twórczości), V. Frankl („Człowiek w poszukiwaniu sensu”), D. Goleman i J. Welch („Winning znaczy zwyciężać”). W Polsce również mamy uznanych twórców takich jak J. Santorski i M. Szurawski, a także liderów biznesu którzy jednocześnie są nauczycielami i dzielą się swoją wiedzą jak A. Blikle, L. Czarnecki i S. Lachowski.

Przyznam szczerze, że w naszym kraju mamy deficyt pozytywnych wzorów, bo nasza mentalność skupia się na wytykaniu błędów, nie zaś na docenieniu zasług.

Tak naprawdę powinienem podziękować wielu szczególnie inspirującym autorom. Cały wykaz literatury znajduje się w bibliografii.

Czytam także wiele różnych gazet. Dzienniki: „Dziennik Gazeta Prawna”, „Gazeta Wyborcza”, „Rzeczpospolita”, tygodniki opinii: „Angora”, „Newsweek”, „Polityka”, „Uważam Rze”, „Wprost”, magazyny: „Businessman.pl”, „Charaktery”, „Coaching”, „Focus”, „Forbes”, „Sukces”, „Własny Biznes – Franchising” i dzienniki lokalne: „Gazeta Współczesna”, „Kurier Poranny”.

Kupując gazety wydajemy jednorazowo ok. 100 zł, ale zyskujemy wiele cennych inspiracji. W 2009 r. postanowiłem napisać książkę. Podjąłem przemyślane działanie w tym celu, aby moje myśli zyskały realną formę. Stało się „to” zadaniem do zrealizowania. To jest też mój pierwszy krok w realizacji mojej życiowej misji i pasji.

Przyznam szczerze, że zawsze tkwiło we mnie głębokie przekonanie o słuszności wybranej drogi. Musiałem jednak też wytrwale śleźć dniami i nocami nad napisaniem „Sztuki sukcesu” oraz otworzyć swe myśli przed Wami, Drodzy Czytelnicy. Oto trzymasz owoc mojej kilkuletniej pracy. Mam nadzieję, że będzie Cię inspirowała i przez to okaże się naprawdę owocna. Dziękuję, bo czuję się zaszczycony, że spędzisz ze mną czas, czytając ową lekturę. Podczas czytania proszę Cię o wytrwałość i cierpliwość.

(...)

Moja skromna publikacja w żaden sposób nie wyczerpuje tematu. Mógłbym rzec, że jest tylko przecinkiem do istoty rozwoju fizycznego, emocjonalnego, umysłowego i duchowego człowieka. Na szczęście! Świadczy to, że nawet tysiąc publikacji nie są w stanie ująć głębi naszego człowieczeństwa...