



To jest mój biznes,
to Twój,
a to biznes Pana Boga

Magdalena Czaja



Pewnego letniego popołudnia siedziałam sobie w parku przy placu zabaw. Nagle, obserwując bawiące się w piaskownicy dzieci, ze zdumieniem stwierdziłam, że to, na co patrzę, to nie zwykłe dziecięce zabawy, ale życie biznesowe w pigułce! Co widzę: mały, rudy chłopiec próbuje większemu od siebie wyrwać wiaderko. Większy bezceremonialnie (bez prób „negocjacji”) odpycha małego z całych sił, a ten, upadając, wyrzuca w górę fontannę piasku. Słyszę płacz dziecka, ale i komentarz, jak się domyślam, matki większego: „No, umie chłopak zaważczyć o siebie! Poradzi sobie w życiu”. Hmm...

Wyobraźmy sobie teraz, że w tej samej sytuacji głównymi bohaterkami są dziewczynki. Jedna odpycha drugą, ta zaczyna rozpaczać. Idę o zakład, że komunikat byłby zupełnie inny: „Ależ kochanie, nie wolno tak popychać. I trzeba się dzielić z innymi. Zobacz, jak dziewczynce jest teraz przykro – daj jej wiaderko...”

Z tej historii płyną oczywiste wnioski: od małego uczymy chłopców, że mają prawo walczyć o swoje, być wręcz egoistami, bo to oznacza zaradność i męskość. Raczej nie mówi się im, aby próbowali poczuć, co odczuwa w tej sytuacji druga osoba. Odwrotnie jest z dziewczynkami: ta, która wykaże egoizm (nawet zdrowy), jest uważana za samolubną i staje się „niegodną miłości”. Co więcej, najlepiej gdyby każde swoje zachowanie poprzedziła analizą, co mogą czuć inni, i wybierała zachowania nieraniące drugiej osoby, gdyż oczywiście to ona ponosi odpowiedzialność za to, że ktoś poczuje się źle...

Czy wyczuwacie tu, Drogie Czytelniczki, jakąś niesprawiedliwość? A czy widzicie, jak te same mechanizmy pojawiają się w naszym życiu zawodowym?

Czyż nie jest tak, że te nasze biura, korporacje, są właśnie takimi piaskownicami, gdzie większość

mężczyzn walczy o siebie z głębokim przekonaniem, że to jest „tylko biznes” i „wszystkie chwytty dozwolone”, a większość kobiet przejmując się, jak ich zachowanie zostanie odebrane, ocenione, co inni o nich pomyślą? No właśnie.

Gdyby ktoś zadał mi pytanie, jaka jedna, jedyna rzecz zmieniła moją biznesową rzeczywistość, odpowiedziałabym bez wahania: trzy biznesy. To propozycja spojrzenia na prawie wszystkie relacje w życiu, do której zachęca Byron Katie (autorka metody „Praca”; pisałam o niej w poprzednim numerze „Adremidy”). O co chodzi? Jestem pewna, że wszystkie znamy powiedzenie: „To nie mój biznes” albo „To nie Twój biznes”. Byron zakłada, że w życiu są trzy rodzaje takich „biznesów”: mój biznes, Twój biznes (biznes drugiej osoby) i biznes Boga.

Oto przykłady:

Czyj to biznes, gdy ja czuję się szczęśliwa lub smutna? To mój biznes!

Czyj to biznes, gdy Ty czujesz się szczęśliwa lub smutna? To Twój biznes!

A to, jaka jest pogoda, to czyj biznes? To jest biznes Boga!

Innymi słowy: są rzeczy, na które nie mam żadnego wpływu (jak pogoda właśnie, trzęsienia ziemi, koloru oczu, wzrost) – i to jest „biznes Boga”. Nie mam także wpływu na to, jak ktoś zinterpretuje moje zachowanie, wypowiedź etc. – i dlatego to jest „biznes drugiej osoby”. Jedyne wpływy, jakie mam, to wpływ na siebie – i to jest właśnie „mój biznes”.

Znakomita większość stresów, jakie przeżywamy w życiu, wynika z tego, że nie jesteśmy w swoim biznesie, ale w biznesie innych lub Boga (rzeczy, na które nie mamy żadnego wpływu). Kiedy myślę: „On powinien wziąć się do roboty. Powinien bardziej dbać o siebie. Nie powinien się spóź-





niać, bo narobi sobie kłopotu” – to jestem w nie swoim biznesie, ale w biznesie drugiej osoby. Jeśli martwię się np. powodziami albo o to, kiedy umrę – jestem w biznesie Boga. Jeśli mentalnie jestem „w interesie” drugiej osoby (umownie „Twoim”) lub Boga, to efektem jest poczucie osamotnienia, złości, zawodu. Jeśli Ty żyjesz swoim życiem i ja żyję Twoim życiem (bo jestem „w Twoim biznesie”), to kto żyje moim życiem? Bycie mentalnie w biznesie drugiej osoby odciąga mnie od bycia obecną w moim życiu. I nikt inny nie odpowiada za ten stan rzeczy, tylko ja.



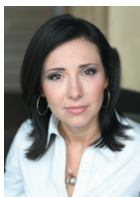
Co może dać znajomość trzech biznesów na co dzień i w pracy? Od teraz już zawsze, gdy tylko poczujesz dyskomfort w relacji z drugą osobą, złość, rozczarowanie, zawiedzione oczekiwania, możesz się zatrzymać i zadać sobie pytanie: „A w czym biznesie ja jestem”? Zwróć uwagę: np. dajesz komuś radę, mimo że nikt o nią nie prosił – to w czym biznesie jesteś, gdy dajesz radę – nieproszona?

Z doświadczenia mojego i moich klientek wiem, że początkowo szczególnie kobiety mają problem ze stosowaniem filtra trzech biznesów w życiu. Na przeszkodzie stają nam stare przekonania, które przyjęłyśmy jako dziewczynki: że to egoistyczne, że przecież my to robimy z troski o drugą osobę. No tak – tylko czy to do końca prawda i czy czujemy się z tym dobrze? Przecież to właśnie myśli, które pojawiają się, gdy wchodzimy w czyjś biznes, sprawiają nam ból, wywołują te wszystkie stresujące uczucia. Może warto jednak się nad tym zastanowić?



Na koniec piękny przykład, jak przełomowym doświadczeniem może być stosowanie niewychowania w biznes innych. Jest to historia mojej znajomej, która pewnego dnia miała spotkanie w gronie topowych menadżerów swojej branży. Byli to sami mężczyźni. Burzliwa dyskusja polegała na wytaczaniu coraz potężniejszych dział mających na celu przekonanie „przeciwników”. Znajoma już na samym początku dyskusji zaczęła się zastanawiać, czy w ogóle chce brać udział w tym prężeniu muskułów, i natychmiast doszła do wniosku, że nie. Milczała więc przez pierwszą godzinę spotkania. Zaczęła się jednak mocno denerwować, pojawiły się myśli typu: „No powiedz coś, bo wyjdzie na to, że kompletnie nie masz zdania”, „Szybko wymyśl coś odkrywczego, zaistnij tu jakoś”. Wiedziała, że jeszcze rok wcześniej na pewno posłuchałaby tych podszeptów i na pewno wzięłaby udział w dyskusji, która tak naprawdę kompletnie jej nie interesowała. Oczywiście, najbardziej natrętnym pytaniem było: „Co oni o mnie pomyślą?”.

I wtedy zapytała siebie: „A w czym ja jestem biznesie, czy ja naprawdę mam wpływ na to, co oni pomyślą?”. Postanowiła zostać w swoim biznesie i nie uczestniczyć w rozmowie. Przesiedziała tak, milcząc, dwie godziny, po czym przeprosiła panów i tłumacząc się obowiązkami, wyszła ze spotkania. Po tym doświadczeniu powiedziała, że jeszcze nigdy nie czuła się tak z siebie dumna! A co pomyśleli panowie? Tego nie wiemy, ale jestem pewna, że część zinterpretowała jej milczenie jako dezaprobatę dla ich argumentów („Chyba nie mówiliśmy nic ciekawego”), a część może faktycznie pomyślała, że ona nie ma nic do zaofiarowania... Ale w czym my jesteśmy biznesie? □



Magdalena Czaja – przedsiębiorca, wicedyrektor Instytutu Metody Tippinga (Radykalne Wybaczanie), nominowana do nagrody Bizneswoman Roku w drugiej edycji konkursu „Sukces Pisany Szminką”, trener rozwoju osobistego, praktyk metody Byron Katie. W pracy trenera, ze względu na swoje doświadczenie, z pasją łączy duchowość z ziemską materią. Szczególną radość daje jej wspieranie w rozwoju kobiet biznesu, które, jej zdaniem, mają mnóstwo niewykorzystanego potencjału i jeszcze więcej hamujących przekonań. Ukończyła School for the Work oraz The Work in Business – Byron Katie. Metodę tę stosuje z powodzeniem również na sesjach indywidualnych.