

WELLNESS **za** MOZGANE

Pot zmagovalca

»Sedim na balkonu, dopolnil sem nekaj čez 40 let in se sprašujem kam sedaj. Vse imam, hišo, vikend, avto, uspešno podjetje, status, otroke, ženo... in kupim si lahko vse; a hkrati imam občutek, da nimam ničesar. V resnici nimam sebe. Imam vse okoli sebe, samo sebe ne. Počutim se tako praznega. Vsem sem na voljo, od mene je odvisnih tisoč ljudi in počutim se ujetnik. Najraje bi vse pustil in odšel, daleč stran od vsega, da se odpočijem... ne morem več, čisto sem se izgubil.«

TEME

Stemi besedami se je danes obrnil, eden najbolj poznanih podjetnikov v jugovzhodni Evropi, za katerega bi si mislil, da mu nič ne manjka. Povabil sem ga na Otok Lošinj v Kvarnerju, saj sem začutil, da mora zamenjati okolje. In da bi naredil največjo napako, če bi vse pustil. Namreč pot, ki jo je prehodil, ga je samo utrudila, ker je sam sebe postavil v podrejen položaj, sedaj pa se moramo samo dvigniti nad vse in predati tudi vso odgovornost tistim, ki misli, da so odvisni od njega, saj jih bo tako naredil neodvisne. Takrat se bo v njem naredil prostor, za njega samega in v njegovem življenju in bo lahko polno zaživel ter se tudi neodvisno odločal. Ne bo potrebno bežati pred lastno potjo in samim sabo. Le v vlogo zmagovalca se mora postaviti.

Pot zmagovalca

Pot zmagovalca je program za prebujanje osebnih potencialov, ki sem ga razvil na Otoku Lošinj na pobudo lastnikov hotela Bellevue, ki je tudi izhodišče programa. Osnova programa

je SiriusPersonalTransformation, ki je del Dinamičnega modela. Pomeni, da udeleženec v 14 dneh, kolikor traja program, gre skozi vseh sedem korakov osebne transformacije, tako da lahko naredi prostor za svoj potencial. Da začuti svojo pravo naravo in zaživi tako kot čuti.

Namreč v življenju se učimo veliko stvari in kot vrhunski vodje pazimo na telo, prehrano... v resnici pa samo nalagamo na nepospravljen temelj in pri tem posnemamo druge in tako z vsakim korakom izgubljammo sebe in smo dalje do svojega bistva.

V programu, ki se v večini odvija na Otoku Lošinj ter na Cresu, Susku in Iloviku, najprej pozabimo vse staro in se posvetimo izključno sebi, temu, kar je skrito v nas. V programu se ne dogajajo nobeni šoki, temveč je poudarek, da lahko na mehak in nežen način prebudimo vse potenciale, saj je naše življenje bilo do sedaj naporno in polno trpljenja. Ampak pot zmagovalcev in pot na vrh ni zato, da bi trpeli, saj ni vodenje kaznovanje, temveč je dajanje vzgled, da smo tukaj na svetu zato, da živimo, da smo svobodni, da moramo sami sebe



dajati na prvo mesto. Vodenje je mojstrstvo in so vanj posvečeni samo tisti na najvišjem nivoju zavesti. Vendar če želimo ostati na vrhu, moramo to tudi živeti in živeti, tako kot čutimo.

Otok Lošinj

Otok Lošinj imam sam po sebi izredno močno energijo, kajti tukaj ne živi niti ena strupena kača; poskusili so, pa nobena ni preživela. Kar pomeni, da iz nas odstrani vse, kar ni naše. Borov gozd in več kot 1.600 zelišč daje otoku posebno klimo, kjer svoje telo v celoti očistimo in se naučimo živeti v skladu z naravo, tukaj jo začutimo. Vsem tem naravnim danostim dodamo še veliko vaj, ki razvijajo čustva in različna čutila, razvijamo telo v pravilno držo in iz njega spravimo vso energijo, ki ne sodi vanj. Tako se telo v celoti osvobodi vsega, kar ne sodi vanj. Hkrati pa se naučimo, kako živeti dalje.

Apoksiome

Osredni lik celotnega programa je grški kip, ki so ga ob otoku v morju našli leta 1996 in so ga

poimenovali Apoksiomen, kar pomeni tisti, ki čisti. Gre za grškega atleta, ki se čisti po borbi. Grške atlete lahko primerjamo z današnjimi vodji, saj so neprestano v borbi. In na takšno borbo se morajo dobro pripraviti, ne samo fizično, predvsem psihično. In najboljši borci so tisti, ki sami sebe dobro poznajo, da vedo česa so zmožni, ker so potem 100-odstotno v tistem, kar počnejo. Ampak to ni nekaj, kar je samo po sebi umevno. To je dar, ki ga je potrebno negovati. Zanimivo je, da so orodja za čiščenje, ki so jih imeli grški borci po borbi, v največji meri našli ravno na otoku Lošinj, kar nam da vedeti, da so že takrat svoje vojščake, atlete in vodje pošiljali na Lošinj na rehabilitacijo. Na otoku ne gre toliko za čiščenje fizičnega telesa, kolikor za čiščenje psiholoških smeti, ki prekrivajo naš potencial in se je izkrivil že v zgodnjem otroštvu. Potencial se skriva v našem DNK zapisu, ki smo ga prenesli že od naših prednikov, ker pa zaradi napačne vzgoje nikoli ni zaživel in tukaj na otoku, ga prebudimo, da skupaj z nami zaživi polno življenje.

Ostali programi

Po opravljenem programu vsak udeleženec postane Zmagovalec. Vsak zase, v svoji življenjski situaciji. In potem to prenaša na vsa področja, zasebna in poslovna. Tako smo razvili programe tudi za ostala področja:

- Pomembne življenjske odločitve: očiščenje zunanjih vplivov, da se odločamo samo iz sebe. Odmik iz domačega okolja, soočanje s samim seboj, realni pogled na situacijo, da najdemo svojo pot.
- Predporočne pare: pomen zakonske zveze, predstava, s čim vse se v zakonu srečujemo, da se na ta način izognemo pretirani improvizaciji ali nepotrebnim konfliktom.
- Družine: poudarek na naravnosti, pristnosti, kako pomembna je kvalitetna komunikacija v družini in prekinjanje stari vzorcev, ki smo jih prinesli od svojih prednikov.
- Dame: spodbujanje k izražanju ženske energije. Ženska, ne glede na funkcijo (tudi

vodilno) deluje na ženski način, ohranja milino, hkrati pa ostaja močna.

- Gospode: spodbujanje občutka in spoštovanje do žensk, stabilnost, pomagamo, da »odraste«, pretrga pretirano vez s starši.
- Športnike: za vrhunske športnike, ki dosežejo limit, svojo zgornjo mejo in ne znajo več naprej. Takrat je potrebno prečiščenje, opustitev starih navad, postavitve novih ciljev. Individualni in timski športniki.
- Hujšanje: izgubljanje teže in oblikovanje postave zaradi drugih. Potrebno spremeniti ozaveščanje, vzorce, da povrnemo sami sebi vrednost, da se ne počutimo ogrožene in hujšamo samo zaradi svojega dobrega počutja in zdravja.
- Po ločitvi: odpuščanje bivšemu partnerju, njegovi družini, postavljanje novih, osebnih ciljev, prekinitev tekmovanja in igranja čustvene prizadetosti.
- Ob izgubi najbližjih: pomoč pri prebolevanju čustvene bolečine, zavestnega sprejemanja boleče situacije, slovo od preteklosti, odmik.
- Družinska podjetja: pomembna je stroga meja med poslovnim in zasebnim delom, odgovornost za sprejemanje odločitev, medosebni odnosi znotraj podjetja in zunaj – prenehanje prenašanja trenj iz podjetij v zasebno življenje.
- Vodstveni kader: odnosi, relacije med operativo in vodstvom, vzpostavitev ravnovesja med upravo in izvajalci.

Obiskovalec programa pridobi predvsem samospoznanje, kdo je in kako se počuti. Zna upravljati s svojimi čustvi in potenciali. Njegovo samozavedanje je močnejše na vsakem koraku in prične sam sebe izpolnjevati v vseh pogledih. Njegov čas postane veliko bolj izkoriščen in poln. Začne delovati v skladu sam s sabo. Na program se lahko prijavite na: <https://www.dynamicleadership.management>.



Milan Krajnc

Milan Krajnc je pedagog in psihoterapevt, specializiran za vodilne, katerim pomaga iz začaranega kroga, tam, kjer so vstopili. Reorganizira podjetja in poučuje mlade, da ne ponavljajo napak starejših. Pišete mu lahko na e-naslov: Milan.Krajnc@CrisisCaptain.com