Do mety jest bliżej, niż myślisz

5 rzeczy, których nauczy cię triatlon, a które z łatwością wykorzystasz w biznesie

mś

DANIEL LEWCZUK – BIZNESMEN, INWESTOR I COACH W JEDNYM

W 2013 r. stałem nad brzegiem jeziora w Zell am See w Austrii, sparaliżowany strachem przed startem w zawodach triatlonowych Ironman 70.3 (1,9 km pływania, 90 km jazdy rowerem i 21 km biegu). Chciałem zrezygnować. Organizm przedziwnie zareagował na stres, ale postanowiłem spróbować. Rok później w Klagenfurcie, również w Austrii, ukończyłem dystans Ironmana (3,8 km pływania, 180 km jazdy rowerem i 42 km biegu).

Aktywność fizyczna to nie tylko wytrzymałość, szybkość i siła, ale również odporność na stres, systematyczność, współpraca z grupą i umiejętność radzenia sobie z porażkami. Te umiejętności, których nauczył mnie triatlon, później znakomicie sprawdziły się w biznesie.

1 Kryzys to zjawisko przejściowe

Wystartowaliśmy. Istne piekło! Zachłysnąłem się wodą, ktoś mnie kopnął, kogoś uderzyłem ja. W głowie kłębiła się jedna myśl: jak najszybciej przed siebie, do mety - wyjście z wody, kilkugodzinna jazda rowerem, kilkugodzinny bieg maratoński, meta. Cel osiągnięty, marzenie spełnione. Zmęczenie wielkie, ale satysfakcja ogromna.

Dean Karnazes, amerykański ultramaratończyk, powiedział kiedyś: „Jeżeli nie możesz już biec, idź. Jeżeli nie możesz już iść, to się czołgaj, ale za wszelką cenę się nie poddawaj".

Pamiętam rok 2008. Przez ponad trzy lata od startu własnego biznesu twierdziłem nieskromnie, że największym wyzwaniem w firmie jest wymiana wałka z tuszem w faksie, tak szybko spływały kontrakty, umowy i zlecenia. W trzecim kwartale 2008 r. przyszło załamanie. Klienci zaczęli zwalniać pracowników, co odbiło się również na mojej firmie. Biznes stanął. Musiałem podejmować trudne decyzje, zwalniać ludzi. Miałem ochotę płakać. W którymś momencie pomyślałem, że biznes to próba - trzeba przez nią przejść. Udało się. Zadziałała strategia małych kroków i pokonywania kryzysów, które są przecież nieodłączną częścią długodystansowych zawodów sportowych.

2 Wyrzeczenia zwracają się z nawiązką

Kiedy zacząłem się przygotowywać do pierwszego startu w triatlonie, szybko zrozumiałem, że muszę wprowadzić w swoim życiu wiele zmian: przeorganizować dzień, lepiej zarządzać czasem, zmienić dietę. Zrezygnowałem z ulubionych dań z gatunku „śmieciowego jedzenia" i przerzuciłem się na zdrowe jedzenie. W piątkowe wieczory, zamiast sięgać po butelkę czerwonego wina, grzecznie kładłem się spać, aby w sobotę rano zrobić długi trening biegowy.

Bez wyrzeczeń sukces w biznesie nie jest możliwy. Boleśnie tego doświadczyłem, kiedy 12 lat temu, nie mając żadnego kapitału, zakładałem swoją pierwszą firmę. Liczył się każdy grosz. Z pierwszego kontraktu wynająłem biuro, z drugiego kupiłem biurko, z trzeciego używany laptop, z czwartego zatrudniłem asystentkę. Każdy grosz był reinwestowany w rozwój, w kolejne osoby, w kolejne miejsca pracy. Zawsze miałem zasadę, aby najpierw zadbać o wszystkich pracowników - honorarium dla siebie wypłacałem na końcu albo nie wypłacałem w ogóle.

Ale po roku od startu firmy kupiłem sportowy samochód. W jednej chwili moja wiarygodność przywódcy runęła w gruzach. Powtarzane często teksty, że jesteśmy start-upem, musimy oszczędzać, trzymać nisko koszty, przestały mieć moc. Ludzie szybko przyszli po podwyżki, na które musiałem się zgodzić przez popełniony przez siebie błąd.

Umiejętność odkładania gratyfikacji w czasie, zdolność do wyrzeczeń i poświęceń przynosi o wiele więcej korzyści. Spotkałem się ostatnio z kolegą, który jest początkującym przedsiębiorcą, ale po trzech latach od założenia firmy zatrudnia już 200 osób. Na ekranie jego monitora zauważyłem najnowszy model Porsche 911. - Kupujesz? - zapytałem. - Chyba tak - odpowiedział z niepewnością. - To dobry moment w firmie na tak duże zakupy? - dopytuję. - Nie wiem. - Wstrzymaj się. Za pięć lat kupisz sobie takich kilka.

3 Pokonanie lęku

Przystąpienie do realizacji sportowego marzenia ograniczało się w zasadzie do jednego, do powiedzenia: „Tak, chcę ukończyć triatlon na dystansie Ironman" - mimo że nigdy wcześniej nie uprawiałem sportów wytrzymałościowych i w dniu podjęcia wyzwania ważyłem 116 kg, a kilometr biegłem średnio w tempie 8 minut. Ale to właśnie ta jedna kluczowa decyzja uruchomiła kolejne, stała się katalizatorem wielu innych, które w konsekwencji doprowadziły do celu.

12 lat temu założyłem pierwszą firmę. Pamiętam, jakie uczucia mi towarzyszyły: lęk przed reakcją mojego ówczesnego pracodawcy przy składaniu wypowiedzenia, lęk przed niewiadomą, lęk przed opiniami innych, lęk przed porażką.

Jack Canfield, przedsiębiorca i mówca motywacyjny, powiedział kiedyś: „Wszystko, czego pragniemy, jest po drugiej stronie lęku". Nigdy się nie dowiemy, do jak wielkich osiągnięć doprowadzi nas życie, jeżeli nie pokonamy tych małych demonów. Jestem w biznesie 18 lat, od 12 prowadzę własną firmę, od 11 lat inwestuję. Dziś jestem niezależny i wolny finansowo, bo znalazłem w sobie odwagę, by pokonać lęk, i głęboko wierzyłem, że się uda.

4 Skupienie na celu

Kiedy marzyłem o wystartowaniu w zawodach Ironman, cel wydawał mi się nierealny, prawie niemożliwy do osiągnięcia. Im częściej o nim myślałem, tym bardziej mnie to spinało.

Postanowiłem więc zdobyć doświadczenie w najmniejszym możliwym dystansie, czyli supersprincie (200 m pływania, 8 km jazdy rowerem, 2 km biegu). Po ukończeniu zapisywałem się na kolejne zawody, zwiększając dystans: sprint (0,5 km / 15 km / 5 km), ćwiartka dystansu Ironman (0,9 km / 45 km / 10,5 km), dystans olimpijski (1,5 km / 40 km / 10 km), połówka dystansu Ironman (1,9 km / 90 km / 21 km), dystans Ironman (3,8 km / 180 km / 42,2 km).

Ten początkowo nierealny cel udało mi się osiągnąć, realizując mniejsze zadania.

Biznes jest po to, by generował zyski i maksymalizował wartość dla udziałowców. Zakładając firmę, postawiłem jasny cel: w 10 lat zarobię tyle, by nic nie musieć. Cel zrealizowałem w dziewięć lat.

5 Wszystko jest możliwe

Główne hasło zawodów Ironman brzmi: „Anything is possible". Dla większości marzycieli ukończenie triatlonu na pełnym dystansie jest niewyobrażalnym osiągnięciem. Przez wiele miesięcy ciężkich treningów zawodnicy jak mantrę powtarzają to hasło, a ukoronowanie wysiłku przychodzi w momencie, kiedy wbiega się na ostatnią prostą do mety, wyłożoną dywanem z logo zawodów. Po lewej i prawej stronie dopingują setki, a czasami tysiące kibiców, wśród których jest najbliższa rodzina. Emocje sięgają zenitu, kiedy spiker zawodów odczytuje twoje imię, wypowiadając legendarną formułkę: „You are an ironman".

Nagle to monumentalne wyzwanie, to piękne marzenie staje się rzeczywistością i zmienia wiele w życiu. Bo jeżeli to, co wydawało się kiedyś niemożliwe, stało się możliwe, to jakie inne przeszkody zatrzymają cię na drodze do osiągnięcia celu? Pokonanie 226 km na trzy różne sposoby: płynąc, jadąc rowerem i biegnąc, daje nam porządną lekcję i dowód, że wszystko w życiu jest możliwe. Nauka kolejnego języka? Założenie firmy? Awans? Międzynarodowa kariera? Wolność finansowa? „Anything is possible". ●

Tekst w dłuższej wersji ukazał się w serwisie businessinsider.com.pl

Spotkaj się Danielem Lewczukiem 1 października w Krakowie. Szczegóły na www.zyciebezograniczen.pl

Książka Daniela Lewczuka **„4 pustynie. Biegnij i znajdź własną drogę"** do kupienia w księgarniach.