


Beata Grzywacz



*Alfabet
drogi
do sukcesu*

*Alfabet
drogi
do sukcesu*

Beata Grzywacz

*Alfabet
drogi
do sukcesu*

Alfabet drogi do sukcesu.

Autor: Beata Grzywacz

Wydawnictwo: Pasja i Ty

Tarnobrzeg 2020

Wydanie I

© 2020 Beata Grzywacz

Wszelkie prawa zastrzeżone

ISBN: 978-83-947340-2-2

Redakcja i korekta: Graphito

Projekt, projekt okładki, skład i łamanie: Barbara Wrzos, Graphito, www.graphito.pl

Niniejsza publikacja ani żadna jej część nie może być kopiowana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody Autorki. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wydawnictwo: Pasja i Ty

Beata Grzywacz

e-mail: kontakt@pasjaity.pl

tel.: 607 641 252

*Moim dzieciom, Annie i Jakubowi,
by zawsze podążały za swoimi marzeniami.*

Drogi Czytelniku,

Książka, którą trzymasz w ręku, to jedno z moich spełnionych marzeń. To efekt przemiany, jaka rozpoczęła się we mnie cztery lata temu i trwa nadal. Dzielę się w niej swoimi spostrzeżeniami, doświadczeniami, wiedzą i umiejętnościami. Nie podaję gotowego lekarstwa a jedynie kilka podstawowych składników, które możesz dodawać w dowolnych proporcjach. Ufam, że mikstura, którą stworzysz, będzie dla Ciebie najbardziej korzystna.

Zdecydowałam się ją napisać, żeby pokazać, że nie można tkwić w marazmie, beczynności, beznadziei, czekając, aż coś się wydarzy. Trzeba wziąć sprawy we własne ręce i zawalczyć o siebie, o swoje marzenia.

I jeszcze jedno – nieważne, gdzie mieszkasz, ile masz lat. Ja właśnie skończyłam 50 i czuję, że żyję, że nie powiedziałam jeszcze ostatniego słowa.

Beata

Wszystkie wypowiedzi cytowanych kobiet pochodzą z mojej książki „Tarnobrzeskie kobiety” oraz bloga „Pasja i Ty” (www.pasjaity.pl).

B jak burza

W życiu nie chodzi o to, by przeczekać burzę. Chodzi o to, żeby nauczyć się tańczyć w deszczu.

Steven D. Wolf

Często w naszym życiu szaleją rozmaite burze – małe, większe i te całkiem duże. Pojawiają się nieporozumienia w małżeństwie, w rodzinie, w pracy, czasem dochodzą do tego problemy finansowe, zdrowotne i w ten sposób mamy już istne tornado połączone z trzęsieniem ziemi.

Przed niektórymi burzami możesz się schować, zamknąć w domu, przeczekać, ale są i takie, przed którymi nie ma ucieczki. Czy jednak rzeczywiście nie możesz nic zrobić?!

Po co czekać aż przeminie coś, co Cię dotyka w tym momencie? Po co zadręczać się rzeczami, które na 90% nie wydarzą się, a jeśli nawet, to nie będziesz mieć na nie absolutnie żadnego wpływu?!

Czyż nie lepiej włożyć gumowe buty i po prostu potańczyć w deszczu? Ciesz się tym, co masz, obserwować piękno

otaczającego nas świata i korzystać z jego uroków? Zauważyć, że na drzewach pojawiają się pierwsze pąki, zazieleniła się trawa, słysząc piękny śpiew ptaków.

A może ta burza jest po coś?

Może to znak, że powinieneś zwolnić? Może bardziej zadbać o swoje zdrowie, poświęcić czas dzieciom, współmałżonkowi, rodzicom? Może to pora na zmianę pracy, podjęcie odważnej decyzji?

Jeśli masz rzeczywiście poważny problem, spróbuj go rozwiązać. Jeśli uważasz, że nie dasz rady, zastanów się, kto lub co może nam pomóc.

Czasem warto porozmawiać z kimś życzliwym, czasem trzeba się zdobyć na odwagę, stanąć oko w oko z szefem i na spokojnie wyjaśnić wątpliwości.

Czasem trzeba po prostu odpuścić, wsłuchać się w rytm własnego serca, by usłyszeć, co ma do powiedzenia.

Spis treści

| | | |
|----------|--------------------------|----|
| <i>A</i> | jak alfa, czyli początek | 9 |
| <i>B</i> | jak burza | 11 |
| <i>C</i> | jak cel | 13 |
| <i>D</i> | jak działanie | 17 |
| <i>E</i> | jak edukacja | 21 |
| <i>F</i> | jak finanse | 23 |
| <i>G</i> | jak godzina | 25 |
| <i>H</i> | jak hejt | 28 |
| <i>I</i> | jak inteligencja | 31 |
| <i>J</i> | jak jutro | 33 |
| <i>K</i> | jak konsekwencja | 34 |
| <i>L</i> | jak lustro | 36 |
| <i>Ł</i> | jak łabędź | 38 |

| | | |
|----------|------------------------|----|
| <i>M</i> | jak macierzyństwo | 41 |
| <i>N</i> | jak nadzieja | 42 |
| <i>O</i> | jak odwaga | 44 |
| <i>P</i> | jak podsumowanie | 47 |
| <i>R</i> | jak relacje | 49 |
| <i>S</i> | jak smutek | 50 |
| <i>Ś</i> | jak świt | 51 |
| <i>T</i> | jak troska | 54 |
| <i>U</i> | jak uśmiech | 56 |
| <i>W</i> | jak wypalenie zawodowe | 58 |
| <i>Z</i> | jak zainteresowanie | 62 |
| <i>Ż</i> | jak życie | 64 |
| | Na zakończenie | 67 |



Beata Grzywacz – absolwentka Filologii Polskiej na UJ, nauczycielka, właścicielka firmy edukacyjno-szkoleniowej „Pasja i Ty”, autorka książki „Tarnobrzeskie kobiety”, blogerka, recenzentka. Prywatnie mama dwójki cudownych dzieci. Uwielbia robić wiele rzeczy, odkrywać nowe możliwości, pomagać innym. Pamiętaj też o własnym rozwoju.

Nikt nie rodzi się mistrzem w żadnej dziedzinie. Zresztą mówi się, że samym talentem nie osiągniesz sukcesu. Musi za tym iść ciężka praca, przede wszystkim nad sobą. Jeżeli nie podejmiesz tego trudu, jeżeli będziesz szedł w tłumie, to daleko nie zajdziesz.

„Alfabet drogi do sukcesu”

Ta książka może być inspiracją dla wielu kobiet. Najczęściej najbardziej inspirują nie znawcy tematu, którzy oddaleni są od nas o lata doświadczeń i zdobywania wiedzy, ale ktoś obok, kto idzie razem z nami, ale jest już o krok dalej.

Iwona Majewska Opiełka
psycholog, mentor, trener rozwoju osobistego

