



# DROGA WAŻNIEJSZA NIŻ CEL

*Podążaj własnym szlakiem*

**EWA ROSZAK**



## **EWA ROSZAK**

**Psycholog, coach, trener rozwoju osobistego i biznesu.**

Absolwentka Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej  
Wydziału Zamiejscowego we Wrocławiu (2009).

Dzięki pasji do wychodzenia poza schematy – wzbudza  
potencjały innych.

Uczestniczkom swoich projektów szkoleniowych stwarza  
przestrzeń do odkrywania nieszablonowych rozwiązań  
i jednocześnie wzmacnia w podejmowanych działaniach  
już od pierwszych kroków.

Wyznaje zasadę braku ograniczeń, *a sky is the limit* uważa  
za jedno z nich.

Pasjonatka podróży, sportów wodnych i testowania  
rzeczywistości.

Książka Ewy Roszak „Droga ważniejsza niż cel” jest wyjątkowym i praktycznym przewodnikiem w drodze po marzenia i zrealizowane cele. Można powiedzieć, że dzięki tej książce czytelnik przeżywa przygodę swego życia, w którą zabiera nas autorka. To niecodzienna podróż, w której zatrzymujemy się na chwilę, by ustalić swoją wizję, odnaleźć siłę i motywację do drogi, znaleźć drogowskazy i sens podróży. Lektura jest podróżą w głąb siebie oraz przestrzenią na zbudowanie wewnętrznej siły do zdobywania kolejnych szczytów i uzyskiwania szczerej satysfakcji z samej drogi do realizacji marzeń.

Z całego serca polecam tę podróż, w której to Ty jesteś najważniejszą, bo jesteś w niej bohaterem i kreatorem swojej przyszłości.

**Beata Jurasz,**

trener biznesu, life & business coach, autorka książki „Uwolnij ptaka”

Różne drogowskazy spotykałam w życiu i przewodników po szlaku. Żaden jednak dotąd nie radził, aby cieszyć się z każdego napotkanego kamienia. Nawet tego, który wpadł do buta, i przez to opóźnił całą drogę. A jednak okazało się, że można. I że jak się zatrzymałam, zobaczyłam jaszczurkę grzejącą się w słońcu, kwitnące kwiaty przy ścieżce, usłyszałam śpiew ptaków... i dostrzegłam łatwiejszą drogę. W ten sposób nie zauważyłam, kiedy kamień sam wypadł, a ja podążałam dalej, ku mecie. Gdy dotarłam, okazało się, że czerpałam radość nie tylko z osiągnięcia, ale także przeciwności, przez które moje horyzonty były szersze. Dzięki Ewie, która mnie prowadziła, wytrwałam w dążeniu i odnalazłam wartość w podążaniu.

**Marta Rozwadowska,**

prezes spółki, behawiorysta, hodowca

Książka Ewy Roszak „Droga ważniejsza niż cel” jest iście baśnią — na kilka godzin zabierze Cię w inny świat, w którym wszystko jest możliwe. Jest to podręcznik do pracy nad sobą, dzięki któremu przywołasz dobre momenty w swoim życiu, wsłuchasz się w siebie, i znajdziesz nowe siły, aby stawiać sobie cele i do nich dążyć. Autorka ma bardzo lekkie pióro i pisze w bardzo ładnym stylu, przywołując wiele anegdot z własnego życia oraz z życia wielu osób, które zna z praktyki zawodowej bądź na stopie prywatnej. Z tekstu emanuje też, jak bardzo Autorka kocha pracę z ludźmi i pomaganie innym w samorozwoju. Bardzo polecam!

**dr Natalia Bielczyk,**  
przedsiębiorca, pracownik naukowy, autorka i filantropistka

DROGA WAŻNIEJSZA NIŻ CEL

Ewa Roszak

# DROGA WAŻNIEJSZA NIŻ CEL

Podążaj własnym szlakiem

Warszawa 2020

Wydawca: Ewa Roszak [www.4selfdesigners.com](http://www.4selfdesigners.com)

Redaktor prowadząca  
i opieka mentorska: Edyta Niewińska

Redakcja: Kinga Kasperek, Marysia Bernaciak

Korekta: Anna Misztal, Marysia Bernaciak

Projekt graficzny okładki: Ewa Roszak,  
Anna Teodorczyk-Twardowska

Zdjęcia na okładce i pierwszej stronie: Joanna Szakoła

Skład: Anna Teodorczyk-Twardowska

Numer ISBN: 987-83-948717-2-7

Wydanie II zmienione

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie na jakimkolwiek nośniku powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Copyright by Ewa Roszak

[www.4selfdesigners.com](http://www.4selfdesigners.com)

Warszawa 2020

*Książkę dedykuję mojej Mamie,  
która każdego dnia pokazuje mi swoim życiem,  
że niebo nie jest limitem.*



Serdeczne podziękowania kieruję w stronę Kamili Kruk i Marcina Osmana, którzy znaleźli się na mojej życiowej drodze i jednym zdaniem potrafili zweryfikować obrany przeze mnie kierunek.

Podziękowania dla Michała Zwierza, od którego zaczęło się wszystko, co nowe na mojej drodze.

Specjalne podziękowania dla Marty Idczak oraz załogi statku kosmicznego ST – 38.

Ogromne podziękowania dla Edyty Niewińskiej, redaktor prowadzącej i mentorki, dzięki której książka stała się opowieścią, a nie tylko poradnikiem.

Podziękowania kieruję do Ewy Dziubanii-Pniewskiej za uwagi dotyczące wstępu.

Serdecznie dziękuję moim pierwszym Czytelnikom, którzy zakupili książkę w ramach przedsprzedaży.

## WIADOMOŚĆ OD AUTORA

**D**o napisania książki, którą trzymasz w ręku, zainspirowała mnie moja droga do zrealizowanego przeze mnie celu. Zauważyłam, że często obsesyjnie podejmowałam działania w kierunku realizacji swoich założeń, nie pamiętając o tym, że życie wydarza się właśnie „tu i teraz”. A droga jest ważniejsza niż cel.

Mój wyścig zaczął się po ukończeniu studiów, kiedy przyszedł czas na „prawdziwą” pracę. Kończyłam coraz więcej kursów doszkalających, coraz więcej dyplomów znajdowało się w segregatorach, a w środku czułam coraz większą pustkę. Mój entuzjazm z czasów studiów zaczął ulatywać. Wynikało to z zawodu spowodowanego dotychczasowymi stanowiskami pracy, jak i wynagrodzeniem. Jednocześnie z zazdrością spoglądałam na osoby osiągające sukces zawodowy i finansowy w mojej dziedzinie. W głowie miałam osiągnięcia innych, guru rozwoju osobistego, i wciąż zadawałam sobie pytanie, kiedy moje umiejętności będą tyle warte co ich i na ile będą mogła tak

jak oni kreować swoją przestrzeń zawodową, by realizować cele swoje, a nie innych.

Przyszło przebudzenie, a wraz z nim zdałam sobie sprawę, że biorę udział w wyścigu, który sama sobie zafundowałam. Odkrycie nastąpiło na szkoleniu prowadzonym przez Marcina Osmana i Kamilę Kruk. Usłyszałam na nim bardzo ważne dla mnie stwierdzenie, dzięki któremu na nowo zaczęłam realizować swój plan, pamiętając tym razem o swoim entuzjazmie każdego dnia i o poczuciu własnego spełnienia. Jedno zdanie zmieniło nastawienie i tym samym – moje działania. Wierzę, że w tej książce znajdziesz dla siebie źródło inspiracji, dzięki któremu podążysz własnym szlakiem. Jest wielu ludzi, którzy porzucali swoje marzenia, ponieważ zbyt wiele razy o nie walczyli, zbyt wiele razy spotykali niekorzystne sytuacje na swojej drodze. Z tego powodu w końcu wybierali to, co było dostępne na ten moment, i tracili dotychczasowy sens, w wyniku czego wpadali we frustrację i zaczęli działać chaotycznie. Dlatego przedstawiam swoje doświadczenia, jak również historie uczestników moich projektów rozwojowych – by pokazać Ci, w jaki sposób można korzystać z obecnej życiowej sytuacji, by zarówno cieszyć się życiem każdego dnia, jak i realizować zamierzone cele. W tej książce odnajdziesz ćwiczenia i refleksje, które pomogą Ci stworzyć Twój osobisty szlak.

## WSTĘP

**K**iedy zasiadłam do pisania opowieści o drodze, oczami wyobraźni zobaczyłam Ciebie – jak sięgasz po książkę, zawierającą bliskie Ci rozwiązania. Zobaczyłam, jak bierzesz ją do swoich rąk. Rozglądasz się za dogodnym miejscem do lektury. Może jest nim Twój ulubiony fotel, może łóżko, w którym relaksujesz się przed snem, a może zabrałeś ją w podróż autobusem, pociągami lub samolotem? Wyobrażam sobie, jak zapoznajesz się z jej kolejnymi stronami, oglądasz okładkę, kartkujesz w poszukiwaniu znaków, które potwierdzą, że warto się w nią zanurzyć.

Może bierzesz książkę do ręki, gdy stoisz przed wyzwaniem, a może jest to czas, w którym potrzebujesz wsparcia i zastanowienia się nad podjętymi decyzjami. Może jesteś kobietą, singielką, żoną, matką, babcią. A może mężczyzną, singlem, mężem, ojcem, dziadkiem. Może mieszkasz na wsi, w małym miasteczku, a może w dużej aglomeracji. Bez względu na to, kim jesteś i w jakim momencie życia

aktualnie się znajdujesz, książka, którą trzymasz w swoich rękach, ma za zadanie przeprowadzić Cię przez Twoją drogę do celu w sposób spełniony.

Może się okazać, że droga, którą kroczysz, potrzebuje tylko weryfikacji. Wówczas dzięki treści książki dokonasz przeglądu już poczynionych kroków. A może jesteś już na ostatnich etapach swojego osobistego szlaku do celu i chcesz umocnić siebie w dalszych decyzjach dotyczących jego realizacji? A może odszedłeś od pierwotnego planu, czujesz się pogubiony i potrzebujesz jeszcze raz uporządkować swoją rzeczywistość? Jeszcze raz nazwać rzeczy ważne po imieniu?

Nawet jeśli żadne z powyższych pytań nie dotyczy Twojego doświadczenia, gdyż właśnie zaczynasz wędrówkę swoją własną drogą lub jej dopiero poszukujesz, to również niniejsza książka jest dla Ciebie.

Zawiera 7 etapów tworzenia drogi, które szczegółowo opisują poprzez ćwiczenia i zapraszam Cię do ich testowania. Tak, byś mógł odnaleźć siebie i zdecydować, jakich rozwiązań obecnie potrzebujesz. Każdy etap książki składa się z krótkiego opowiadania, refleksji i ćwiczeń.

To od Ciebie zależy, czy te etapy przejdiesz w tydzień, w miesiąc, czy w 3 miesiące. Czy podejmiesz pierwsze kroki w trakcie czytania, czy jednak zaczekasz na odkrycie swojego osobistego planu na końcu lektury. A może

pozostał Ci do zauważenia ostatni krok i tylko czekasz na jego poznanie?

Książka to Twój przewodnik w drodze do marzenia, odszukania sensu życia i spełnienia. Dzięki niej odkryjesz swój osobisty szlak. Uzyskasz jasny obraz tego, co możesz zrobić każdego dnia, aby utrzymać poczucie spełnienia i zrealizować swój cel. Twój przewodnik będzie dostosowany do Ciebie, co da Ci pewność, że niejednokrotnie będzie służył w realizacji dalszych życiowych podróży.

Powodzenia!  
*Ewa*

## ROZDZIAŁ PIERWSZY

# WIZJA A STRATEGIA DZIAŁANIA

### Wezwanie osobistego szlaku

**P**rzygotuj się na usłyszenie wezwania z osobistego szlaku. Wezwania – czyli intuicji, głosu serca – które od jakiegoś czasu daje Ci znać o swoim istnieniu i ma służyć wybraniu Twojej własnej drogi do celu. Takie wezwanie może być pozytywnym uczuciem, gdy myślisz o własnym biznesie, zamiast kontynuowaniu studiów; emocjami, które czujesz, gdy myślisz o wyjeździe z kraju i rozpoczęciu kariery naukowej za granicą lub zostaniu freelancerem, gdyż to pierwsze jest bliższe Twemu sercu. Może się zdarzyć, że usłyszałeś już swoje wezwanie, jednak podążyłeś nie za głosem serca, ale za oczekiwaniem społeczeństwa lub korzyściami – niekoniecznie z Tobą spójnymi. Czyli wybrałeś jednak studia, mimo że głęboko w sercu wciąż pojawiał się głos przedsiębiorcy. Powtarzałeś sobie,