

Zostań Bohaterem™

Inspiracje do działania

„Największą wartością, która dostaliśmy to jest życie”

Grzegorz Bogunia

[Radek Toporek] Witam Was bardzo serdecznie i na wstępie chciałbym Wam podziękować, że mamy okazję się spotkać. Dzisiaj chciałbym z Wami porozmawiać o Waszych celach, tych które już zrealizowaliście i tych które planujecie zrealizować w przyszłości oraz o tym jak do tego doszliście. Ale na wstępie bardzo proszę jakbyście mogli się przedstawić i powiedzieć kilka słów o sobie.

[Maria Bogunia] Ja Maria Lachowicz–Bogunia witam Was serdecznie. Twój głos Radku brzmi jak głos speakera. Myślę, że powinieneś spróbować swojego działania w tym obszarze. Taka mała dygresja na powitanie wszystkich. Jestem coach'em, ekspertem do spraw kreowania wizerunku. Wiele czasu poświęciłam kobietom. Zajmowałam się ubieraniem ich i rozbieraniem, co ciekawe. To rozbieranie było nawet ciekawsze niż ubieranie, ponieważ odkrywałam jak piękne są kobiece ciała. Wystarczy tylko dać „pazura” i kobiety wyglądały w ubraniach przepięknie. Jestem mamą czwórki dzieci, spełnioną bardzo kobietą. Przeszłam długą drogę do tego, aby osiągnąć sukces. Prowadzę obecnie własne firmy i pokonuję problemy, tak naprawdę, życia codziennego na różne sposoby. Uporządkowałam przede wszystkim swoje życie, poukładałam je i teraz dzielę się doświadczeniami z kobietami na różnych szkoleniach, na spotkaniach. Przede wszystkim podzieliłam się tymi doświadczeniami w książce „Kobieta w miłości”. Moje najważniejsze motto to „W życiu piękne są tylko chwile”

[Grzegorz Bogunia] Moje nazwisko Grzegorz Bogunia. Jestem mężem Marii. Jestem przedsiębiorcą. Prowadzę dość sporą firmę. Zajmuję się zarządzaniem zasobami ludzkimi, również finansami. Prywatnie – pasja związana z bieganiem. Jestem od kilku lat zaawansowanym biegaczem. Uczestniczyłem w kilku maratonach i do kilku się przygotowuję. Obecnie prowadzę projekt „Siedem maratonów, na siedmiu kontynentach”. Wychowuję również czwórkę dzieci, wspólnie z Marysią, godząc to z prowadzeniem przedsiębiorstwa i nie rezygnując ze swoich pasji. To takie główne rzeczy na mój temat. Prowadzę też z małżonką fundację Impero Sport, która wspomaga również w zakresie sportowym aktywizacji młodych ludzi.

[RT] Skoncentrujmy się w takim razie na chwilę na Waszej części biznesowej. Jakbyście mogli powiedzieć kilka słów na temat tego od czego zaczynaliście, jakie były Wasze początki?

[MB] Przede wszystkim zaczynaliśmy od tzw „Zera”, albo mniej niż zero, ponieważ borykaliśmy się z olbrzymimi problemami finansowymi. Oczywiście nie dostaliśmy żadnego wsparcia finansowego, ale mieliśmy taką dewizę, że „Damy radę”. Obecnie prowadzimy trzy firmy i fundację. Jedną z tych firm to jest Training&Motivation. Ona jest ściśle powiązana z fundacją Impero Sport ponieważ każdy człowiek, który biega z nami i w tym programie wspiera dziecko, które również biega. Nasze dzieci, które są w fundacji są bardzo mocno selekcjonowane. To są dzieciaki, które nie mają tak naprawdę nic oprócz tego, że po prostu istnieją. Nie mają żadnych perspektyw. Pochodzą z bardzo trudnych rodzin i ich dzieciństwo zostało mocno zaburzone. Co robimy dla tych dzieciaków? My generalnie robimy dla nich można powiedzieć wszystko. Od takiego powiedzenia „Cześć, słuchaj jesteś dla nas ważny” do tego, że aktywujemy ich do różnych sportów, jeżeli oczywiście mają na to ochotę. Ale też dążymy, aby to dzieciństwo były dla nich łatwe, takie ciekawsze, takie powiązane z pasją. I dlatego osoby które u nas biegają, w naszej firmie Training&Motivation mają możliwość wspierania takich dzieciaków. I to się też oczywiście dzieje i bardzo fajnie to funkcjonuje. Mamy olbrzymie doświadczenie z dziećmi ponieważ 10 lat wspieramy rodzinne domy dziecka. Wiemy z jakimi borykają się problemami. Wiemy jak ciężko im w codziennym funkcjonowaniu. Jeżeli rodzina bierze dziewiątkę z domu dziecka to możecie sobie Państwo wyobrazić jakie to jest szalone, ale też i piękne. My właśnie im pomagamy. Wiesz, wpadamy do nich do domu, robimy im remont, robimy przemeblowanie. Pokazujemy dzieciakom, że można fajnie żyć, że można świetnie się rozwijać. Pomimo, że te dzieci są z ogromnej patologii i nie znają normalności to przy nas dostają trochę dzieciństwa i zabawy no i oczywiście dużą dawkę sportu. Oprócz tego prowadzimy firmę Simplex, która zajmuje się porządkowaniem parków logistycznych. Tam oczywiście mamy bardzo dużo osób, które u nas pracują. Osobiście jestem odpowiedzialna za motywację pracowników, za świetną atmosferę w pracy i za to, żeby ludzie czuli się u nas dowartościowani. Nie ma tej korporacji, gdzie jest mnóstwo osób. U nas mrówka jest najważniejsza. Żeby ten pracownik był zadowolony z pracy. Żeby wiedział kto jest ich szefem, wiedział kto płaci im pensję. Wszyscy nasi pracownicy myślę, że czują się fajnie. Mamy też firmę Impero Carly, gdzie pracujemy z małym i średnim przedsiębiorstwem, wdrażając im nowoczesne systemy zarządzania. Porządkując im dokumentację. Pokazując że najważniejsza jest pasja.

Co jest najważniejsze w nas? My razem pracujemy, razem prowadzimy gospodarstwo domowe, razem planujemy, razem realizujemy i razem rozwiązujemy trudne sytuacje. Tworzymy tak na prawdę, przy kolacji wspólnie, przy dobrym winie fajną symbiozę.

[RT] Miałem okazję dobrze Was poznać i zauważyłem, że doskonale się uzupełniacie. Grzegorz , który koncentruje się na prowadzeniu biznesów i Maria, która głównie koncentruje się na prowadzeniu fundacji. Wspólnie realizujecie pasję, jaką jest bieganie. No właśnie i tak się zastanawiam Grzegorz, jak godzisz swoją pasję z obowiązkami służbowymi, bo wydaje się to niezwykle trudne.

[GB] Na początku zawsze należy zadać sobie pytanie do „Do czego dążę?”. Mam taką dewizę, że „Nikt nie obiecał jutra” Odkąd prowadzimy firmy, zawsze miałem w głowie, że to muszą być projekty rentowne, więc nie prowadzę projektów, które w jakiejś dłuższej perspektywie są dla nas nierozwojowe. Bardzo mocno przykładam do tego szczególną uwagę, ponieważ projekty rozwojowe są kapitalnymi projektami. Faktycznie jest tak, że z Marysia prowadzimy trzy projekt, było ich nawet trochę więcej, ale są one prowadzone bardzo precyzyjnie. Zawsze wszystkie sprawy są bardzo dokładnie ustawione. Nauczyło mnie tego życie. Po prostu precyzja w działaniu i przede wszystkim konsekwentne działanie. Konsekwencja i samodyscyplina to są takie dwa słowa, które u mnie bardzo często się pojawiają. Dlatego też, przyszedł taki moment w moim życiu, kiedy oprócz prowadzenia działalności biznesowej zrozumiałem, że muszę zainwestować przede wszystkim w siebie jako człowieka, w swoją fizyczność. Dlatego, żeby móc żyć i realizować wiele rzeczy niezbędne jest moje zdrowie, a do tego jest niezbędny sport. Postanowiłem zaangażować się w działalność związaną z bieganiem jako aktywnością fizyczną. Okazało się, że jest to najprostsza forma sportu, ale przez to najbardziej wymagająca w sensie tych dziesięciu kroków, które człowiek wykonuje i pojawia się zmęczenie i w tym momencie zaczyna się praca nad sobą. Bardzo mnie to rozwija, zresztą nie tylko mnie ponieważ okazuje się, że cała rodzina aktywizuje się sportowo i również biega. To spowodowało, że postanowiliśmy w innych osobach zaszczerpić taką potrzebę uprawiania sportu na co dzień, nie od święta, nie od widzi mi się, tylko na co dzień. Dlatego, że poprzez uprawianie sportu w sposób nieprawdopodobny poprawia się nasz komfort życia. W związku z tym stworzyliśmy taki projekt, który pomiędzy naszymi biznesami wydaje się projektem niezbędnym, aby nastąpiła symbioza. Czyli jest biznes oczywiście, ale jest przede wszystkim inwestycja w siebie na płaszczyźnie fizycznej, ale i na płaszczyźnie duchowej. I to, wydaje się, że powoduje w naszym życiu harmonię. Po prostu harmonię. Dzięki temu jest cudownie. Projekt Training&Motivation służy temu, aby po pierwsze codziennie, a właściwie w takich cyklach tygodniowych w sposób poprawny prowadzić całą aktywizację sportową, tak aby nie było jakiejś kontuzji, aby nie zniechęcać się do realizacji własnych celów. A po drugie, aby na bieżąco można było dostosować to do naszej pracy. Najważniejszą rzecz, którą my mamy, którą uważamy za „clou” tematu to jest CEL. Do czego tak naprawdę dążę i czego ja chcę. Jeżeli ja poznam cel, czy to na płaszczyźnie prywatnej, czy to na płaszczyźnie biznesowej, czy też na płaszczyźnie sportowej, jeżeli znam cel, jeżeli znam miejsce gdzie chcę być, to wtedy bardzo łatwo układa się plan. Plan jest tym projektem, który trzeba zrobić, który pomaga nam osiągać cele. Nawet jeżeli tego celu nie osiągniemy w 100%,ale był plan to zawsze ten plan można modyfikować, tak aby w kolejnym procesie dojść do sukcesu. Taka jest nasza dewiza i tak to wygląda.

[RT] Słuchając Ciebie Grzegorzu przychodzi mi do głowy mój blog, gdzie ja również piszę jak realizować swoje cele, jak realizować swoje marzenia. Prawda jest taka, że jeżeli nie masz celu to nie wiesz gdzie masz dojść. Jak nie wiesz gdzie masz dojść to nie możesz mieć planu. No właśnie, mówiąc już o planie to jakbyście mogli powiedzieć jak doszłście do miejsca w którym teraz jesteście? Co takiego zrobiliście, że teraz jesteście szczęśliwymi ludźmi, którzy z jednej strony realizują własne cele biznesowe, a również i własne, prywatne pasje?

[MB] Wiesz co poopowiadamy, ale mam taką małą refleksję co do tego planu. Nie jest to takie proste. My sobie tutaj gadamy o planie, o celu. Niby to wszystko jest dla nas takie oczywiste, ale my na początku w ogóle nie wiedzieliśmy, jak tworzyć takie plany i cele. Wstawałam rano i myślałam „Trzeba jakoś ogarnąć, tych komorników, tych sędziów”. Miałam codziennie wezwania do sądów, bo mój wspólnik chciał mnie wsadzić do więzienia. Jak jesteś w takiej „czarnej dupie” to dla kobiety, która nie lubi porażek to nie jest takie oczywiste, aby zrobić plan. My teraz gadamy o planie i celu, ale wówczas nikt nas nie uczył jak zrobić ten plan, jakie w ogóle cele sobie wyznaczyć. Nam zajęło to jakieś sześć lat zanim doszliśmy do tego, że trzeba zrobić jakiś plan Grzegorz miał bardzo trudne dzieciństwo. Ja z kolei miałam takie, że moja mama kochała tylko swoich synów i nie za bardzo patrzyła się na mnie. Goniła mnie do roboty. W sumie super. Bo jestem dzisiaj w stanie zrobić wszystko. Mogę ziemniaki kopać, mogę iść sprzątać. Nie raz sprzątałam w rodzinnym domu dziecka, zresztą uczę dzieci jak to w ogóle robić. Wydaje mi się, że jak ktoś jest naprawdę w ciężkiej sytuacji do to niego należy dotrzeć w zupełnie innych sposób jak mówić mu „Zrób plan, ustaw sobie cele. W takim momencie możesz usłyszeć „ale ja nie mam za co jeść”, albo „mąż mnie zostawił, nikt mnie nie kocha, potrzebuję miłości”. No jak można zaplanować miłość? No nie da się zaplanować miłości. Dlatego napisałam książkę „Kobieta w miłości” bo dla mnie miłość była najważniejsza, bo tak pragnęłam miłości, ponieważ nie byłam kochana w dzieciństwie. Większość kobiet , które do mnie przychodzą, mówią „A bo mnie mama nie kocha”. Większość kobiet ma problemy z mamą. W momencie kiedy poczułam miłość to nie zaczęłam od planu tylko poczułam się bezpieczna, że mam koło siebie mężczyznę, który mnie kocha. Jak poczułam bezpieczeństwo to byłam jak czotg. Byłam w stanie iść do każdego klienta, wysłać tysiąc ofert, wyrzucali mnie, wyrzucali moje oferty do kosza, a ja mówiłam do Pana „Ja wiem, że Pan wyrzucił ofertę do kosza, ale może jednak by się Pan ze mną spotkał”. Bardziej to było dążenie do tego, że może się uda. W momencie kiedy zaczynaliśmy chyba w naszym słowniku nie było słów „CEL” i „PLAN”, tylko bardziej myśleliśmy aby przeżyć do następnego dnia. Pamiętam, jak szukaliśmy pieniędzy po kieszeniach, żeby w ogóle kupić chleb dla dzieci wówczas ciężko było, aby słowo „cel” i „plan” w ogóle funkcjonowało. Tutaj pewnie Grzegorz może więcej opowiedzieć, ale ja pamiętam, te nasze początki. Dzisiaj jesteśmy tu gdzie jesteśmy i możemy hucznie mówić „plan” i „cel”. Co tydzień rozmawiamy o tym przy wspólnym stole. Kiedyś to nie było takie oczywiste.

[RT] To Maria co mówisz jest niezwykle ciekawe, ponieważ to pokazuje jedną rzecz. Jeżeli jesteś w sytuacji kryzysowej to w pierwszej kolejności najważniejsze jest abyś miał/a poczucie bezpieczeństwa, abyś miał/a taką osobę, która da Ci to poczucie bezpieczeństwa. Dopiero, kiedy będziesz czuł/a się bezpiecznie możesz myśleć o budowaniu jakichkolwiek długoterminowych planów. W trakcie naszej rozmowy słyszę takie słowa jak „komornik”, „sędzia”, „trudne dzieciństwo”. Gdybyście mogli powiedzieć kilka słów na temat tego jak to wyglądało?

[GB] Generalnie ten okres był bardzo trudny. Wspólnik zostawił Marię w bardzo ciężkiej sytuacji, zabierając jej praktycznie wszystko. Marysia wspominała tutaj o braku planu, albo że nie pojawiał się on w naszym słowniku, ale jednak mimo wszystko on gdzieś nieświadomie cały czas w nas był. Dla nas było oczywiste, że codziennie rano trzeba wstać i robić swoje.. Oczywiście zgadza się, że miłość przenosi wszystko. Tak naprawdę, jeżeli pojawia się miłość to wszystko jest dwa razy łatwiejsze. Mogę powiedzieć z tamtego doświadczenia w tym ciężkim okresie, że przede wszystkim była wiara w sukces, nie poddawaliśmy się. Codziennie rano człowiek wstawał i szedł dalej. Były dni lepsze i gorsze, ale wstawaliśmy i kolejnego dnia pojawiał się uśmiech na twarzy, a nieraz może tego uśmiechu nie było. Dla nas jednak to było oczywiste, że trzeba iść do przodu, ponieważ to jest życie, a w życiu wszystko się może wydarzyć. Dzisiaj to oczywiście tak definiuję, ale wtedy robiliśmy to kompletnie instynktownie nie poddając się. Wszystkim mogę życzyć tylko jednej rzeczy. Nie poddawajcie się choćby nie wiem jak było w życiu. Po prostu trzeba wstać i iść dalej. A jak jest tak bardzo trudno to po prostu należy poleżeć przez chwilę, następnie znowu wstać i znowu iść dalej. Miałem bardzo trudne dzieciństwo. Pochodzę z absolutnie patologicznej rodziny. Uciekłem w wieku 15stu lat z domu. Życie nauczyło mnie cierpliwości, konsekwencji i szanowania innych ludzi. Jeżeli to wszystko się pojawia plus pojawia się najcudowniejsza rzecz na świecie, akceptacja samego siebie, to wtedy wszystko jest tak naprawdę łatwiejsze. Tak przynajmniej ze mną było, Zacząłem postrzegać siebie jako wartościowego człowieka i doceniać wartość życia, że je w ogóle mam. Nie ważne gdzie jestem i co robię. MAM ŻYCIE. To jest punkt wyjścia do najważniejszych wartości. Bo dzisiaj możemy sobie porozmawiać tylko dlatego, że tu jestem. Kiedyś zrozumiałem, że wszystko jest w moich rękach. Powolutku i konsekwentnie po prostu idziesz do przodu. Myślę, że tak jest w życiu. Nie poddawać się Czasami boli, ale musi boleć. Wówczas należy pamiętać, że zawsze przyjdzie lepszy lub gorszy efekt, ale on zawsze przyjdzie. I w tych ciężkich chwilach dokładnie tak było, że kładliśmy się spać absolutnie zmęczeni. Nawet nie chciało nam się rozmawiać, ale rano wstawaliśmy z myślą „Dobrze, zaczynamy od nowa ponieważ jest nowy dzień, nowe możliwości, nowy czas”. I tak jest do dzisiaj. Oczywiście jest dużo łatwiej, mamy wszystko poukładane, ale nie zapominamy o tym, że życie się jeszcze nie zakończyło. Przed nami cała masa nowych wyzwań, pracy nad sobą, pracy na naszym małżeństwie i naszymi dziećmi, które dorastają. Hmm..trudno powiedzieć, że to jest „praca”. To jest tak na prawdę refleksja. Warto o tym pamiętać, aby rano wstać uśmiechnąć się przede wszystkim do siebie, później pojawia się życzliwość do innych i zaczyna się działać. Myślę, że wspólnie

z Marysią postrzegamy nasze życie oraz życie naszych przyjaciół i dookoła ludzi jako coś jedyne i najbardziej wartościowe. Jak to się rozumie, to nie ważne jaki w życiu sukces osiągniesz, to życie samo w sobie staje się sukcesem.

Wówczas istotny jest tylko rozwój. Dlatego pojawił się na przykład maraton, który był dla mnie absolutnym wyzwaniem. Pamiętam jak byłem małym dzieckiem i oglądałem w telewizji Olimpiadę to wówczas było dla mnie coś nieosiągalnego. Nawet butów nie miałem do biegania. Więc pierwszy raz jak stanąłem na starcie maratonu to płakałem ze wzruszenia, że moje dziecięca marzenia się spełniają. To było coś nieprawdopodobnego. Przebiegłem ten maraton i pewnie przebiegnę kolejne. Dzisiaj stawiam sobie inne wyzwania.

Warto nie zapominać o tym, że wszystko jest w naszych rękach. Najważniejsze jest mieć marzenia. Jak człowiek w ferworze walki nie zapomina o marzeniach, że chce mieć lepsze życie nie tylko na płaszczyźnie biznesowej, ale w ogóle wtedy to wszystko zaczyna się łączyć w całość.

[RT] Hmmm... Najważniejsze jest MIEĆ MARZENIA. Myślę, że warto to pamiętać. Wspominałeś o tym, że ważnym elementem jest wiara w siebie, poczucie własnej wartości, wiara w to że mogę realizować to o czym myślę. Z tego co słyszę nie zawsze tak u Was było. Co takiego się stało że poczuliście iż możecie mocno trzymać ster własnego życia i że to Wy nim możecie kierować?

[MB] To jest to o czym Grzegorz powiedział, żeby nie poddawać się. Jak Cię wyrzucą oknem, to szukasz rozwiązania B. Bardzo często jest tak, że ludzie mówią „No widzisz, nie udało się. Ktoś nie przyjął mojej oferty. Nie udało się.” Uważam, że wszystko się da.

Miałam marzenie z dzieciństwa. Kiedy rodzice zabrali mi pokój ponieważ stwierdzili, że nie zasługuję na niego, mieszkałam w takiej dziwnej spiżarce wówczas stworzyłam sobie swój świat. Pomyślałam, że chcę być szczęśliwa, że niby jestem sekretarką, że projektuję ubrania.

Kiedy było ciężko to myślałam, że ja go stworzę tu i teraz w realu. Teraz ten świat jest taki o jakim marzyłam. Chciałam mieć kwiaty, świece, chciałam dbać o szczegóły.

Tutaj mam wielki apel do kobiet. Spotykam z dziewczynami, które mają często bardzo dobrą sytuację w domu, ale nie mają przywiązania do takich drobiazków, aby kupić kwiaty, zapalić świece, zaprosić męża i rodzinę do stołu i powiedzieć „kochanie jak jest pięknie i ślicznie”. Warto robić to nie tak od święta, ale tak na co dzień. Mamy codziennie o dziewiętnastej kolację i to jest nasze święto. Zawsze dbam, aby były świece, które tworzą fajny klimat. No i tyle. Ta przyszłość, te marzenia realizuję się dzisiaj tu i teraz.

[RT] Kiedy pojawił się pomysł na fundację? Na to aby pomagać innym?

[GB] Z fundacją to jest taka historia, że generalnie od kiedy zaczęliśmy wychodzić na prostą to dla nas było oczywiste, że osoby które lepiej zarabiają i mają takie możliwości mają nawet obowiązek pomagać słabszym.

[MB] Przepraszam, że Ci przerwę Grzegorz. Mój mąż tego nie pamięta, ale jak mieszkaliśmy w takim dziwnym domu, jeszcze nic nie mieliśmy a już pomagaliśmy rodzinie w której miały miejsce różne sytuacje w tym również molestowanie seksualne. Wyciągnęłam z tego domu dziewczynkę i wspólnie z siostrą umieściłam w rodzinnym domu dziecka. Nawet kiedy nie mieliśmy jeszcze kasy, miałam potrzebę pomagania innym.

[GB] To prawda, że Maria zawsze miała taką potrzebę, aby wspomagać inne osoby. I tak właściwie się działo od zawsze. Od kiedy byliśmy razem zawsze pomagaliśmy tam gdzie widzieliśmy tego sens. W naszym odczuciu praca musi być z dwóch stron. Jeżeli pomagamy komuś to chcemy widzieć, że ten człowiek również wykonuje jakąś pracę, aby się rozwijać. Wówczas to jest takie połączenie. Każdy z nas może mieć trudny moment w życiu i napotkanie takich ludzi jak my (kiedyś my również spotkaliśmy takie osoby, które na pomogły) powoduje sprzężenie podwójne. Wtedy zawsze jest lepiej i łatwiej. Dlatego oczekujemy od tych osób, którym pomagamy, od tych dzieciaków, ale również od ich rodzin, rodziców, aby wykazywali się dużą aktywnością. Nie chcemy tylko dawać w sensie finansowym. Pracujemy z nimi, szczególnie Maria, aby walczyli o swoje życie. Aby dbali o piękno, czystość domu, dbali o te dzieciaki, nie tylko w kategoriach odrobienia lekcji, ale również porozmawiania, stworzenia atmosfery rodzinnej, pokazania tego czego te dzieci wcześniej nie doświadczały.

W związku z tym, że robiliśmy to jako osoby prywatne to w tym roku powstał pomysł aby zrobić to w sposób formalny. Powstała fundacja Impero Sport. Dlaczego sport? Doświadczyliśmy jako osoby dojrzałe, które już trochę przeżyły, że ten sport dał nam absolutny komfort do życia. Czujemy się jak młodzi bogowie, chociaż mamy po czterdzieści lat i dużo obowiązków. Te czterdzieści minut które poświęcamy na sport, a to jest zaledwie dwa, trzy procent naszego życia, które daje nam nieprawdopodobnego power'a do realizowania innych zadań. Mamy taką filozofię, że dzieciaki, które są w takiej dosyć trudnej sytuacji życiowej rozumieją, iż dzięki poświęceniu i ciężkiej pracy oraz przełamywaniu swojej strefy komfortu zaczną zauważać że wszystko leży w ich rękach. Jeżeli pokonałem samego siebie, swoją fizyczność, jeżeli nie chciało mi się wyjść, a jednak wyszedłem i przeszedłem, przepełnąłem, przebiegłem, coś co kiedyś wydawało mi się bardzo nierealne to na samym końcu pokazuje się efekt. Życie jest bardzo proste. Wystarczy konsekwentnie, codziennie robić to samo, a na samym końcu zawsze jest piękny efekt. ZAWSZE. Jeżeli codziennie będę kopał rów i będzie on prosty to może to będzie kiedyś Kanał Panamski. Muszę to jednak robić codziennie i konsekwentnie. Tak właśnie jest ze wszystkim co my realizujemy. Tego uczymy nasze dzieci. Staramy się tak żyć, aby konsekwentnie robić małe rzeczy. Bo z małych rzeczy robią się WIELKIE. Nasza fundacja ma na celu, zmianę sposobu życia, aby pokazać że

może być ono po prostu cudowne. Chcemy nauczyć dzieciaki, że jednak w życiu trzeba się trochę spocić, ale jak się spocę to osiąga podwójny wymiar. Ten fizyczny, który daje lepsze dotlenienie, ale i psychiczny. Widzę, że to jest mój organizm, moje ciało i to ja tutaj rządę. To z kolei daje płaszczyznę do tego, że jak Ci młodzi ludzie wchodzą w dorosłe życie czują się bardziej pewnie, bo to jest bardzo ważne aby zbudować w nich PEWNOŚĆ, aby siebie akceptowali. Taka przyświeca idea tego co chcemy robić i co robimy. Widzimy tego świetne, fantastyczne efekty i widzimy uśmiech. Na samym końcu to jest chyba najważniejsze.

[RT] Wydaje się, że to jest największa nagroda, kiedy inwestuje się w takie dziecko i widać w pewnym momencie na jego twarzy zadowolenie i uśmiech oraz to, że pomimo wielu trudności w życiu wychodzi na prostą, mając przy tym świadomość, że po prostu się mu pomogło.

[GB] Wydaje się, że taka najprostsza rzecz jaką możemy tym młodym ludziom przekazać to są prace fizyczne. Ciężko jest takiemu młodemu człowiekowi, zamkniętemu na świat, który nie słucha nikogo ponieważ został mocno skrzywdzony, który nie ma refleksji na temat życia, ciężko jest mu cokolwiek wytłumaczyć. Więc najprostszą drogą z naszej perspektyw jest doświadczyć przez nich fizyczności, że poprzez proste prace fizyczne, uprawianie sportu zaczynają inaczej postrzegać świat. Przede wszystkim widzą, że inni ich doceniają. Kiedy ten młody człowiek zostanie doceniony, to jest punkt wyjścia do dalszej pracy. Tak to postrzegamy, tak to sami doświadczyliśmy i takie jest nasze zdanie na ten temat rozwoju młodego człowieka. Mamy kilka takich przykładów, kiedy tego doświadczyliśmy i te dzieci przepięknie się rozwijają i idą do przodu. To jest najfajniejsze.

[RT] No właśnie, ta część fizyczna człowieka ma również znaczenie. Myślę, że nasza kondycja fizyczna jest nierozzerwalnie związana z naszą psychiką. Możliwość, wyjścia z domu i wzięcia tej metaforycznej topaty i pomachania kilka razy, albo przebiegnięcie się dwóch, czy trzech kilometrów ma znaczenie. Jeżeli się ruszymy i poczujemy się lepiej to również nasza kondycja psychiczna się poprawi. Dzięki temu mamy możliwość wyjścia z dołka, albo realizacji celów, które wcześniej odkładaliśmy.

[GB] Dokładnie tak

[MB] Gdybyśmy mieli kiedyś taką możliwość, że ktoś by do nas przyszedł i powiedział tu jest taki program. Działajcie!!! To by było jak złapanie Pana Boga za nogi.

[GB] Mimo wszystko zawsze wychodziliśmy na długie spacerki.

[MB] No tak, zawsze coś robiliśmy. Ja zawsze borykałam się z tym, że byłam po prostu gruba. Jakby ktoś wówczas powiedział „Maria, pobiegasz pół godziny, co drugi dzień i zrzucisz te kilogramy to od razu bym poszła”. Teraz bieganie i uprawianie sportu jest modne. Jedenaście lat temu jak zaczynaliśmy biznes to od rana do nocy siedzieliśmy w robocie, dzieci, zakupy. Gdyby wówczas, ktoś do nas przyszedł i

powiedział, że mam taki program to na pewno byśmy w to weszli, ponieważ widzimy teraz jak lepiej funkcjonujemy. Nawet jak czasami jest przerąbane to ogarniamy dzięki temu tematy z radością.

[RT] Wspomniałaś chwilę o programie. To jakbyście mogli powiedzieć teraz kilka słów na temat Waszych planów na przyszłość. Co zamierzacie zrobić?

[MB] Ja się zafiksowałam totalnie na te dzieciaki. Zawsze mi to sprawiało przyjemność. Jak przyjeżdżam do domu to uczę ich jak nakrywać do stołu i robię z nimi inne fajne rzeczy. Chciałabym, aby ta fundacja może zrobiła za dwa lata jakiś bal charytatywny, żeby jak najwięcej ludzi przyszło. Jestem bardzo kreatywna, uwielbiam robić imprezy. Chciałabym zrobić taką imprezę, która byłaby dedykowana naszym dzieciakom. Chciałabym, aby tych dzieciaków było jak najwięcej. Zależy mi również, aby jak najwięcej osób biegało w naszym programie, ale to jest dla mnie drugorzędna sprawa. Najważniejsze dla mnie są dzieci. Przed chwileczką dostałam maila od kolejnej rodziny, która boryka się z olbrzymimi problemami. Nie mają gdzie spać, nie mają łóżek. Wzięli pod opiekę dużo dzieci jako rodzina zastępcza, ale nie mają niczego. Skoncentrowałam się na pomocy takim rodzinom. Ich sytuacja jest bardzo skomplikowana w obliczu prawa. Dostają bardzo mało środków na utrzymanie. I dlatego moja droga jest związana z pomocą dzieciom bo dzięki temu ostatecznie tworzymy fajne społeczeństwo. Poza tym one są takie wdzięczne, tak się uśmiechają, tak się cieszą. Do cioci Marysi się przytulają, mówią, że ciocia Marysia jest taka fajna. Ale ciocia Marysia nie jest tylko fajna, ale również wymagająca. Robię im plan, narzucam im tempo. To wówczas te plany i cele o których wspominaliśmy właśnie się pojawiają. Poza tym moje najbliższe plany pięcioletnie to wesprzeć mego męża w jego celach. Chciałabym, aby osiągnął te siedem maratonów. Będę jego wsparciem. Z absolutną miłością i akceptacją będę robiła wszystko, aby czuł się komfortowo. Poza tym moim takim marzeniem oprócz dzieciaków, to... może zatańczyć z moim mężem jakieś tango. Może pojedziemy na Kubę i tam nas ktoś nauczy. Natomiast nie mam planów w obszarze biznesowym. Teraz jestem na etapie, kiedy czuję się spełniona. Chciałabym trochę dać innym ludziom, zrobić trochę szkoleń. Chciałabym przekazać tą swoją energię, ale nic na siłę. Jeżeli kobiety i mężczyźni będą chcieli zobaczyć nasze świadectwo życia to przyjdą i posłuchają, A jeżeli nie to trudno, może przyjdą dzieciaki i też będzie fajnie. Nic na siłę. Nie wiem jakie marzenia ma natomiast mój mąż. Może dowiem się czegoś przy okazji.

[GM] Mówiliśmy o planach. Nasze życie jest tak naprawdę jednym wielkim planem. Na wielu płaszczyznach pilnujemy, aby wiele rzeczy które robimy nam nie uciekły, ponieważ to daje nam taki komfort i spokój. Mam swoje plany, które są zawarte w kalendarzu, mamy plany dzieci które nie chcielibyśmy aby nam uciekały, które są dla nas bardzo ważne. Faktycznie Marysia ma taką misję, życiową do której się kapitalnie nadaje, aby dawać energię i siłę ludziom zwłaszcza tym młodym, którzy za bardzo w to nie wierzą. Ona to konsekwentnie robi i jestem dla niej pełen podziwu i dumy. Ona nie

ma obawy jak zostanie oceniona, bo tak czasami się dzieje. Ona robi swoje. To jest coś kapitalnego. Moje plany są codziennością. Dziękuję, że jestem tu i teraz, że mam możliwość doświadczać. Mam swoje marzenia związane nie tylko z pracą, ale i z domem. Praca jest tylko wypadkową, ponieważ tam zarabiam pieniądze, które pozwalają nam jakoś funkcjonować, ale bardzo dla mnie jest istotna sytuacja w domu, atmosfera jaka panuje. To jest coś na co ja bardzo zwracam uwagę. Dom jest dla mnie wszystkim. Mam swoją pasję związaną z bieganiem, co jest dla mnie czymś kapitalnym. Bardzo szybko postawiłem sobie cele. Siedem maratonów, na siedmiu kontynentach. Robię to dla siebie. Nie chcę całemu światu coś udowadniać. Pochodzę z takiego domu, gdzie wydawało się za coś całkowicie nierealnego wyjazd za granicę. A teraz mogę sobie pozwolić na realizację właśnie takiego celu. Chciałbym też pokazywać młodym ludziom, z którymi mam do czynienia, którzy wokół nas się pojawiają, że nie warto rezygnować nawet z największych marzeń. Ja dzisiaj dosięgam rzeczy o których nawet nie marzyłem, ale to cudownie. Staram się też przez cały czas mieć pokorę do tego co robię. Pokora to jest bardzo ważna rzecz. Nic nie wydarzyło się na zawsze. Tak naprawdę, należy pamiętać że w życiu nie jest tylko z górki. Przyjdzie moment, że będzie pod górkę i mam nadzieję, że właśnie teraz buduję siłę pod to, że jak będzie pod górkę to będę umiał sobie z tym poradzić. Tak do tego podchodzimy. Są codzienne tematy, które musimy zrealizować, są drobne sprawy, które co powtórzę, budują te wielkie sprawy. Każda rozmowa, którą Maria przeprowadza ze swoim podopiecznym buduje docelowo dużą sprawę. Ten każdy bieg, czy też mały trening który wykonam buduje ostatecznie wielką sprawę. I tak właśnie w życiu jest. My tak do tego podchodzimy. Tak do tego ja sam osobiście podchodzę. W życiu tak jest, że te cele czasami ewoluują, natomiast na pewno jedno jest ważne. Jeżeli już przyjęto się jakiś plan należy konsekwentnie i powolutku go realizować i ostatecznie ZAWSZE PRZYCHODZI EFEKT. Tak to jest z moimi, naszymi tak naprawdę celami i planami ponieważ wspólnie je realizujemy i wspólnie cudownie się w nich odnajdujemy.

[RT] Powoli zbliżamy się do podsumowania naszego spotkania. Gdybyście mieli poradzić innym osobom, które są na zakręcie życiowym co takiego jest ważne, na co powinny zwracać uwagę, jak wyjść z tego zakrętu to co byście doradzili? Wy jako osoby które same wielokrotnie przechodziły przez takie zakręty, same wielokrotnie miały pod górkę, co byście mogli powiedzieć osobom, które w tym momencie są na takim zakręcie życiowym?

[MB] Przede wszystkim spisać swoje marzenia. Nie bać się marzyć.

[RT] Czyli punkt pierwszy nie bać się marzyć i spisać swoje marzenia.

[MB] My marzyliśmy, ale trochę baliśmy się tych marzeń, ale mimo wszystko marzyliśmy. Nie było na chleb ,ale ja widziałam siebie w sukni w operze w Wiedniu. Czyli pierwsza sprawa to są marzenia. Dwa, znaleźć sobie jakąś odskocznnię od życia codziennego, czyli na przykład może to być bieganie, albo jakiś spacer. Warto mieć trzydzieści minut na pójście w las, aby przestać myśleć. A jak przestajesz myśleć, to

zastawiasz sobie przestrzeń w mózgu i wówczas nagle przychodzą fajne myśli. Jak biegam i wychodzę na godzinę to nie mam siły myśleć, ale dzięki temu, jak przychodzę do roboty to mam piętnaście tysięcy pomysłów. Nie polecam siłowni ponieważ tam jest dużo ludzi i myśli się wówczas gubi. Polecam jakikolwiek sport na zewnątrz, aby mieć do czynienia z naturą, która pomoże w uporządkowaniu w głowie tematów. Trzy, to zrobić ten plan tylko mówiąc o nim w czasie dokonanym. Mieć listę. I za każdym razem jak zrobię punkt z tej listy to powiedzieć sobie „Jestem z siebie DUMNA, zrobiłam dobrą robotę”. Pochwalić się. Dzisiaj jest taki deficyt. Ludzie nie mówią „Jestem z siebie DUMNY”. Mama nie mówiła „Jestem z Ciebie duma”, tata nie mówił „Jestem z Ciebie dumny” i my też do swoich dzieci nie mówimy „Jestem z Ciebie dumny”. A trzeba sobie powiedzieć czasem „JESTEM Z SIEBIE DUMNY, za to że rano wstałem pół godziny wcześniej, wypłem kawę, zjadłem śniadanie i zgodnie z planem poszedłem pobiegać”. Chwalić siebie za każdy dzień fajnie zrealizowany.

[GB] To myślę, że jest kwintesencja tego co mówimy. Bardzo ważne z mojej perspektywy jest to, że największą wartością, którą dostaliśmy to jest życie. Oczywiście można narzekać na to jak wyglądamy fizycznie. Można znaleźć w życiu wiele rzeczy, które nas niestety obciążają. Każdemu jednak polecam, aby popatrzeć w lustro i powiedzieć „Jestem najlepszy z najlepszych”. I idę dalej, czego ja chcę, do czego dążę i na czym to życie ma dalej polegać? Myślę, że najważniejsza w życiu rzecz to jest refleksja. Nie taka refleksja nostalgiczna, gdzie będziemy refleksyjni przez całe życie. Tylko tak, kiedy mówimy sobie „OK, taki jestem, takie mam cechy. Warto popatrzeć czasami na to nawet w sposób krytyczny. Ale należy pamiętać, że to jest moje życie, które jest piękne i zrobię wszystko, aby czuć się w nim szczęśliwym. Ważne jest, aby powiedzieć „Żyłem zgodnie ze swoją pasją”. Pasja, marzenia o tym należy pamiętać i po prostu o to walczyć oraz pozwolić sobie na zdefiniowanie, czego ja chcę i do czego dążę. Jeżeli to uda nam się zrobić to sukces jest tylko kwestią czasu. Tak po prostu jest.

[RT] Podsumujmy w takim razie to o czym mówiliście. Wspominaliście o tym, że warto jest mieć marzenia. Jeżeli ma się marzenia to dużo łatwiej jest je realizować. Mówiliście również o pasji, dzięki której z jednej strony oczyszczamy umysł i jest doskonałą odskocznią od dnia codziennego, ale pozwala również „ładować baterię”. Wspominaliście również o tym, że jeżeli już się uda i osiągniecie dane cele, zrealizujecie sukces to warto sobie pogratulować, warto być z siebie dumnym, warto wierzyć w siebie i swoje możliwości. Natomiast warto również mieć czasami taką pokorę i zadumę do życia bo nie wszystko to co mamy jest nam dane na zawsze. Wydaje mi się również, że niezwykle istotnym elementem jest to o czym wspominała Maria, czyli poczucie bezpieczeństwa. Jeżeli czujemy się niekomfortowo, jeżeli sytuacja jest krytyczna to ciężko nam planować jakiegokolwiek cele, jakiegokolwiek zadania. Dopiero kiedy będzie zagwarantowane poczucie bezpieczeństwa, wówczas możemy się skoncentrować na planowaniu. To co Ty Grzegorz wspominałeś również jest niezwykle istotne. Jeżeli chcemy realizować jakieś zadania to po prostu musimy być cierpliwi i konsekwentni.

Wspominałeś o tym rowie, który jeżeli chcesz wykopać to najpierw trzeba wbić pierwszy szpadel zrobić mały dołek i dopiero krok po kroku machając tą łopatą wykopie się duży dół. Cierpliwość i konsekwencja jest niezwykle istotna. Zasada małych kroków pozwala zrealizować własne cele.

Na zakończenie bardzo Was proszę o to, abyście podali adres stron Waszych firm oraz fundacji, którą poprowadzicie, a także programu Training & Motivation, tak aby słuchacze tego podcastu mogli wejść na te strony i poczytać trochę więcej o Was samych.

[GB] Więc słuchajcie, zapraszamy serdecznie wszystkie osoby, które chciałyby zobaczyć jak funkcjonujemy, jak działamy, co robi nasza fundacja, co robi nasz program Training & Motivation. Zapraszamy na nasze strony ponieważ faktycznie jest tam dosyć dużo pokazane. Nasza fundacja nazywa się Impero Sport i też taką mamy stronę www.imperosport.pl. Tam widać naszą bieżącą aktywność, co robimy. Naszym celem jest to, aby trafiać do osób absolutnie właściwych co się okazuje nie jest takie proste. Nad tym dosyć dużo pracujemy. Mamy mecenasów, którzy finansują konkretny projekt, konkretnego dzieciaka. My definiujemy co potrzeba. Wszystkie osoby, które byłby zainteresowane, które chciałyby pomóc to byłoby cudownie. My jesteśmy otwarci i czekamy na kontakt. Zapraszamy serdecznie. Jest również strona www.maria-coach.pl Na tej stronie poznacie Marię, czyli osobę która jest motorem od strony takiej zupełnie mentalnej, podejścia do życia, do tego jak powinniśmy się opiekować innymi, jak powinniśmy napędzać się i nie czekać na działania. Maria, jest osobą, która działa natychmiast. Na stronie poznacie jej filozofię życia, zapoznacie się z jej osobą i jej działalnością. I mamy naszą stronę www.trainingandmotivation.pl na której to stronie pokazujemy nasz team, jak również mamy platformę do układania całej naszej aktywności sportowej. Pomagamy osobom, które chcą rozpocząć przygodę ze sportem, tak aby robić to w sposób umiejętny tak, aby osiągały swoje cele. A każdy ma inne. Ktoś chce schudnąć, ktoś chce przebiec maraton, ktoś jeszcze inny mówi Grzegorz, chcę ukończyć triathlon na jakimś poziomie. Więc nasi specjaliści ułożą plan tak dostosowany, aby w umiejętny sposób osiągnąć własne cele. Zapraszamy serdecznie do zapoznania się z naszą stroną, z naszymi aktywnościami.

[RT] Powtórzę w takim razie jeszcze raz adresy stron o których Grzegorz wspominałeś www.imperosport.pl, www.maria-coach.pl oraz www.trainingandmotivation.pl. Kochani bardzo serdecznie Wam dziękuję za ten niezwykle inspirujący i ciekawy wywiad. Życzę Wam realizacji kolejnych Waszych marzeń i Waszych celów i jak największej ilości uśmiechów dzieciaków, którym pomagacie. Liczę, że będziemy mieli jeszcze okazję w przyszłości się spotkać, być może przeprowadzimy jeszcze jeden wywiad. Kto wie? Zobaczymy. Powodzenia i do usłyszenia.

[GB] Dziękujemy bardzo