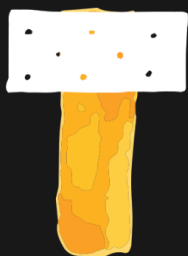
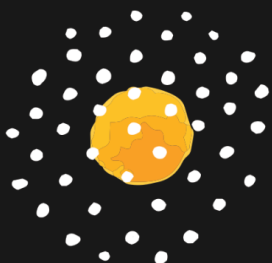
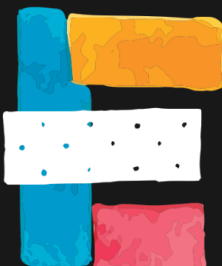


TONY ESTRUCH



ODKRYJ GENIUSZ, KTÓRY JEST W TOBIE



Tytuł oryginału:
Geniotipo. Descubre al genio que hay en ti
Copyright © 2022 by Tony Estruch
All rights reserved
Copyright © for Polish edition
Wydawnictwo BezFikcji
Oświęcim 2023
Wszelkie prawa zastrzeżone

Redakcja:
Michał Swędrowski
Korekta:
Dariusz Marszałek
Redakcja techniczna:
Paulina Romanek
Projekt okładki:
Paulina Klimek

www.wydawnictwoniezwykle.pl

Numer ISBN: 978-83-8320-449-9

TONY ESTRUCH

GENIOTYP

**ODKRYJ GENIUSZ,
KTÓRY JEST W TOBIE**

**TŁUMACZENIE
JOANNA MYDLACH**

OŚWIĘCIM 2023

*Geniusz to złoto ukryte w kopalni;
talent to górnik próbujący je wydobyć.*

Marguerite Blessington

SPIS TREŚCI

| | |
|-----------------------------------|----|
| Prolog: Podróż do wnętrza talentu | 11 |
| Czym są geniotypy? | 15 |

DZIEWIĘĆ GENIOTYPÓW

| | |
|---|----|
| 1. Nieskończoność | 22 |
| Efekt Pigmaliona | 23 |
| Rozwój Nieskończoności | 25 |
| „Ja wiem lepiej”: ciemna strona Nieskończoności | 28 |
| Sławne Nieskończoności | 29 |
| Test diagnostyczny | 30 |
| 2. Kwadrat | 32 |
| Porządek i postęp | 33 |
| Rozwój Kwadratu | 34 |
| Tyrania intelektu: ciemna strona Kwadratu | 37 |
| Sławne Kwadraty | 38 |
| 3. Elipsa | 41 |

| | |
|---|-----------|
| Pogodzić oba światy | 42 |
| Rozwój Elipsy | 44 |
| Zmienność i niestabilność: ciemna strona Elipsy | 46 |
| Sławne Elipsy | 48 |
| Test diagnostyczny | 50 |
| 4. Trójkąt | 52 |
| Wartość asertywności | 53 |
| Rozwój Trójkąta | 55 |
| Manipulacje mistrza przetrwania: ciemna strona Trójkąta | 57 |
| Sławne Trójkąty | 57 |
| Test diagnostyczny | 59 |
| 5. Koło | 61 |
| Nie bądź popychadłem | 62 |
| Rozwój Koła | 64 |
| Podręcznikowy przykład: Nelson Mandela | 65 |
| Wchodzenie w rolę ofiary: ciemna strona Koła | 67 |
| Sławne Koła | 69 |
| Test diagnostyczny | 71 |
| 6. Prostokąt | 73 |
| Szczęście w prostocie | 74 |
| Rozwój Prostokąta | 76 |
| Mono-tonia wygody: ciemna strona Prostokąta | 77 |
| Przykłady Prostokątów | 77 |
| Test diagnostyczny | 78 |

| | |
|--|------------|
| 7. Pięciokąt | 80 |
| Powołanie, współczucie i pasja | 81 |
| Rozwój Pięciokąta | 83 |
| Zaniechanie codzienności: ciemna strona Pięciokąta | 85 |
| Sławne Pięciokąty | 86 |
| Test diagnostyczny | 87 |
| 8. Romb | 89 |
| Dziecko inne niż wszystkie | 90 |
| Rozwój Rombu | 92 |
| Trudności w dopasowaniu się: ciemna strona Rombu | 95 |
| Sławne Romby | 96 |
| Test diagnostyczny | 97 |
| 9. Gwiazda | 99 |
| Po drugiej stronie strachu | 100 |
| Rozwój Gwiazdy | 101 |
| Samotność i destrukcja: ciemna strona Gwiazdy | 103 |
| Sławne Gwiazdy | 105 |
| Test diagnostyczny | 106 |
| O teście klinicznym | 108 |

UWOLNIJ SWÓJ GENIUSZ

| | |
|--|------------|
| 10. Jak obudzić w sobie geniusz | 111 |
| Eureka! | 114 |

| | |
|---|------------|
| Codzienna kreatywność | 115 |
| Rodzaje kreatywności | 117 |
| Potęga wyobraźni | 119 |
| „Wyobraźnia jest ważniejsza niż wiedza” | 120 |
| <i>Mabui</i> : istota twojej osobowości | 121 |
| Nie jesteśmy robotami | 122 |
| Melodia szczęścia | 124 |
| Pochodzenie genotypów | 126 |
| Urodzeni, aby dokonywać zmian | 128 |
| Odwaga, żeby zacząć | 130 |
| Cudze obawy | 132 |
| Od przeciętności do doskonałości | 133 |
| Od strachu do ufności | 136 |
| Medytacja to życie | 137 |
| Żyj chwilą obecną | 139 |
| 11. Nieprawidłowości w edukacji | 141 |
| Mówi Ken Robinson | 142 |
| Od potrzeb do możliwości | 144 |
| Formatowanie umysłów | 148 |
| „Wyścig szczurów” | 149 |
| Wyjdź z ukrycia | 152 |
| Jak rozpoznać geniusz | 153 |
| 12. Genotyp w relacjach | 156 |
| Znamy się? | 157 |

| | |
|---|------------|
| Dwa studia przypadku | 159 |
| Nie rozwódź się z samym sobą | 162 |
| Geniotyp w relacjach zawodowych | 172 |
| Droga do szczęścia | 174 |
| 13. Stwórz własnego Supermana | 183 |
| Klucz do entuzjazmu | 184 |
| „Z wielką mocą wiąże się wielką odpowiedzialność” | 185 |
| Paradoks obfitości | 186 |
| 14. Odżywiaj swoją pasję | 190 |
| Czas na życie i odkrywanie | 193 |
| Odżywiaj ciało, dom Twojego geniuszu | 194 |
| Piękna podróż przez pustynię | 199 |
| 15. Talent i życie | 200 |
| Syndrom „przemądrzałej babuni” | 203 |
| O dobrobycie | 205 |
| Ukryty talent | 208 |
| Gotująca się żaba | 210 |
| | |
| Epilog: Karuzela geniotypów | 212 |
| Podziękowania | 215 |
| Bibliografia | 219 |

PROLOG

Podróż do wnętrza talentu

Miałem zaszczyt uczestniczyć w narodzinach pionierskiej koncepcji, która została przedstawiona w tej książce – i jest to powód, dla którego piszę niniejszy prolog.

Po raz pierwszy nawiązałem kontakt z Tonym Estruchem na organizowanym przez niego Kongresie Medytacji, podczas którego byłem jednym z prelegentów. Dziś nie biorę już udziału w wirtualnych eventach tego typu, ale wtedy rozmawialiśmy przez godzinę. Ja byłem w domu, a on w studio, z fortepianem w tle.

Chociaż buddyzm stanowi część mojego życia, odbyłem trzy odosobnienia i przeszedłem program Redukcji Stresu Oparty na Uważności (MBSR, jak brzmi jego angielski skrót), to zawsze byłem kiepski w medytacji. Nie jestem wystarczająco cierpliwy, aby przez wiele godzin siedzieć; zaraz po tym, jak rozsiądę się na poduszce, zaczyna mnie wszystko boleć. Dlatego też najbardziej zbliżoną do medytacji czynnością, jaką wykonuję, jest gra na fortepianie lub spacerowanie po wiejskich ścieżkach przy zachowaniu pełnej uważności.

Po zakończeniu wywiadu gawędziliśmy chwilę i Tony przyznał, że również nie jest najlepszy w medytacji, dodając, iż właśnie z tego powodu zorganizował kongres – pragnął przedstawić medytację w bardziej holistyczny sposób. Następnie od tematu medytacji i muzyki (Tony jest bo-

wiem świetnym pianistą) przeszliśmy do rozmowy o talencie.

Jest to zagadnienie, które zawsze mnie pasjonowało, szczególnie odkąd wspólnie z Hectorem Garcią napisałem książkę *Ikigai*. Została ona pierwotnie opublikowana przez wydawcę tej książki, a do dziś przełożono ją na sześćdziesiąt języków¹.

Aby się dowiedzieć, do jakiego stopnia życiowy cel tak naprawdę stanowi centrum działań danej osoby, projektu lub firmy, zwykło się używać diagramu składającego się z czterech kół, które odpowiadają poniższym czterem pytaniom:

Co kochasz?

W czym jesteś dobry?

Czy jest to coś, za co mogą ci zapłacić?

Czy jest to coś, czego potrzebuje świat?

Tematyka tej książki ma wiele wspólnego z pytaniem stawianym w drugim kole, aczkolwiek wiąże się też z pozostałymi trzema.

Każdy ma w sobie własny geniusz i naszym zadaniem jest odkryć go oraz włączyć w służbę światu, co odpowiada czwartemu kołu diagramu. Gdy masz naturalny talent, z radością stosujesz go w działaniu, i jest wielce prawdopodobne, że otrzymasz za to zapłatę – tak wypełnia się diagram *ikigai*.

Wracając do rozmowy, która miała miejsce po nagraniu naszej sesji na kongres, zapytałem Tony'ego Estrucha, czym się zajmuje. Zawsze byłem lepszy w słuchaniu niż w mówieniu; naprawdę szczerze interesuje mnie życie innych. Wtedy on przedstawił mi po raz pierwszy swoją teo-

¹ W tym na język polski: H. García, F. Miralles, *Ikigai. Japoński sekret długiego i szczęśliwego życia*, tłum. K. Mojowska, Warszawa 2017 (przyp. red.).

rię dziewięciu geniotypów, nad którą od lat pracował wraz z multidyscyplinarnym zespołem. Natychmiast mnie zafascynowała, a mój uśpiony radar literackiego przewodnika od razu się uruchomił.

Od dwudziestu pięciu lat zajmuję się tematyką rozwoju osobistego i duchowości. Zaczynałem jako tłumacz i korektor, później zostałem wydawcą, dziennikarzem i autorem, mam na koncie pięćdziesiąt wydanych książek. Moją specjalnością jest odkrywanie nowych kierunków w dziedzinie automotywacji pojawiających się na świecie. Po przeczytaniu tysięcy tekstów mogę śmiało stwierdzić, że niezwykle rzadko się zdarza, by jakiś autor przedstawił coś naprawdę nowego i oryginalnego. W znacznej mierze są to pełne podobieństw przeformułowania tego, co napisali już inni.

Dlatego też byłem zdumiony koncepcją Tony'ego Estrucha. Wychodząc z założenia, że każdy jest geniuszem (a jest to teoria, z którą zawsze się zgadzałem), zaprezentował on model dziewięciu rodzajów geniuszu – geniotypów. Aby w pełni rozwinąć talent i zaoferować go światu (a także otrzymać za to pieniądze), najpierw musisz rozpoznać swój wewnętrzny geniusz. W przeciwnym razie może się okazać, że walczysz po niewłaściwej stronie.

„Genialne”, pomyślałem, po czym oświadczyłem Tony'emu:

– Oto książka, która może pomóc bardzo wielu ludziom.

Ponownie odnalazłem się w roli przewodnika, żeby poprowadzić Tony'ego, on zaś zabrał się do pracy. Efektem tego działania jest książka, którą trzymasz w ręku.

Jestem przekonany, że zaproponowany przez niego model pomoże Ci odkryć Twój wewnętrzny geniusz, abys

mógł rozwinąć wszystkie swoje talenty i zdolności. Ułatwi Ci także rozpoznanie geniotypów wśród członków Twojej rodziny, przyjaciół i kolegów. Dzięki temu lepiej ich zrozumiesz i pomożesz im zadziwić świat ich własnym geniuszem.

Rozpoczyna się emocjonująca przygoda!

Z pozdrowieniami,
Francesc Miralles

CZYM SĄ GENIOTYPY?

Każdy z nas jest geniuszem w jakiejś dziedzinie. Aby jednak wydobyć z siebie i innych to, co najlepsze, musimy zrozumieć tę najdoskonalszą koncepcję ludzkich zdolności, jaką jest talent.

Wiele osób sądzi, że nie ma żadnych szczególnych umiejętności, ale przecież każdy z nas jest w czymś dobry. Naszym zadaniem jest rozpoznać swój dar i pokazać go światu. Jak stwierdziła dziewiętnastowieczna irlandzka pisarka, cytowana na początku tej książki, każdy ma w sobie ukryty skarb i własny talent do wydobywania. Jaki jest mój talent? Jakie są moje zdolności i umiejętności? W jaki sposób mogę sięgnąć po to, co we mnie najlepsze, by olśnić świat moim wewnętrznym bogactwem i blaskiem? Celem tej książki jest pomóc Ci to odkryć.

Każdy człowiek jest z natury genialny, a jak określił to dziennikarz Malcolm Gladwell, geniusz to unikatowy egzemplarz. Chodzi nie tylko o to, że jest on wyjątkowy w swej dziedzinie, ale także o to, że „jego staranna budowa odróżnia go od produktów seryjnych”. Zazwyczaj jednak dzieje się na odwrót: często najlepsza część nas samych przysypana jest warstwami wpojonych przekonań, rezygnacji czy uprzedzeń. A przecież, jak ujęła to Marguerite Blessington, jesteśmy jak ten górnik, który – jeżeli będzie zajęty czymś innym – nie zjedzie do kopalni wydobywać złota.

Wielu ludzi spogląda codziennie w lustro i nie czuje się nikim wyjątkowym? Ich spojrzenie zdradza brak poczucia własnej wartości. Gdy człowiek poznaje samego siebie i odkrywa swój talent, zaczyna go doskonalić i zachwycać swym wewnętrznym blaskiem. W tej książce przyjrzymy się dziewięciu geniotypom, które są dziewięcioma różnymi sposobami na wykorzystywanie naszego geniuszu poprzez własny talent. Pragnę wyraźnie zaznaczyć, że żaden z nich nie jest sam w sobie lepszy od innych.

Każdy talent jest szczególną kompozycją zasobów i zdolności, pełni określoną funkcję użytkową i stanowi wartość dla jego posiadacza, a także dla świata, pod warunkiem że mamy odwagę rozwijać go z rozmachem, bez lęku i wątpliwości.

Odkąd rozpocząłem moje badania, jak również w trakcie pracy jako doradca, regularnie słyszę zdanie, które może brzmieć różnie, ale jego sens sprowadza się do słów: „Nie jestem pomysłowy. Umieć dobrze gotować, ale to wszystko”.

Jak to – „to wszystko”?

Zadziwiająca jest ludzka zdolność do bojkotowania samego siebie i podejmowania starań mających na celu stłumienie całego swego potencjału. Są osoby, które czują się mało wartościowe, ale malują obrazy, tworzą przepisy kulinarne albo posiadają niesamowitą zdolność słuchania i rozumienia innych.

Pewnego razu przyszedł do mnie na konsultację młody człowiek, który miał na koncie dziesięć wydanych książek i chciał odnaleźć swój talent. Uśmiechnąłem się pod nosem. Jeśli zastanowimy się nad tym i będziemy ze sobą szczerzy, to okaże się, że większość z nas jest jak ten pisarz, który nie widzi własnego talentu.

Być może Twoją mocną stroną nie jest działalność literacka czy artystyczna, ale jesteś świetnym mediatorem, potrafisz towarzyszyć osobom doświadczającym trudności, umiesz wspierać innych na drodze rozwoju czy też ich rozbawić, a przecież to właśnie dzięki śmiechowi stajemy się odporni na przesadną powagę i gniew, tak powszechne w dzisiejszym świecie. Bez wątpienia są to zasoby, które ułatwiają nam codzienne życie i pomagają czuć się szczęśliwymi. Nawet najprostszy talent może zmienić świat, jeśli płynie prosto z serca. Gdy rozpoznasz swój geniotyp, będziesz mógł odkryć go w pełni i zastosować w każdej dziedzinie Twojego życia.

W każdym z nas mieszka geniusz. Być może jeszcze go nie odkryłeś, bo nie wiedziałeś, jak do niego dotrzeć. Zresztą fakt, iż Twój talent pozostawał dotąd w ukryciu, może wynikać z wielu czynników:

- wpojone przekonanie, że geniusz to sprawa ludzi bardziej utalentowanych, wykształconych czy mających więcej „szczęścia” niż Ty,
- pogodzenie się ze *status quo* i przyjęcie, że nie możemy stać się kimś więcej ani sięgać dalej,
- uważanie swojego talentu za niewystarczający, a nawet pospolity; przekonanie, że to, iż nie stałeś się sławny, wynika z braku talentu,
- edukacja, którą odebraliśmy, pełna ograniczeń i uprzedzeń (temu punktowi poświęcam osobny rozdział w drugiej części książki).

Po tym wprowadzeniu zagłębimy się w koncepcję, która może zrewolucjonizować całe Twoje życie.

Jak działa ta książka

W trakcie naszego życia uczymy się i przystosowujemy do różnych sytuacji, ale talent to coś wrodzonego. Inna sprawa, czy jesteśmy go świadomi i wiemy, jak kierować nim dla własnej korzyści, ponieważ – jak zobaczymy w opisach poszczególnych typów – każdy dar ma także ciemną stronę.

Geniotyp jest narzędziem samopoznania, które pozwala odkryć własne możliwości i je rozwijać, a także uporządkować umysł z perspektywy serca. Jest jak instrukcja obsługi zdolności, w których posiadaniu jesteś, odkąd przyszedłeś na świat. Rozpoznanie własnego geniotypu pomoże Ci odblokować i rozwinąć wewnętrzny dar, wyzbywając się zakorzenionych uprzedzeń i jednocześnie stawiając czoła swojej ciemnej stronie.

Jeśli chcesz odkryć własny talent, a zarazem towarzyszyć innym w wydobywaniu ich wewnętrznego skarbu, geniotyp prezentuje wzorce rządzące każdym z talentów, które wskazują, jak wydobyć wszystkie jego korzyści i uniknąć właściwych dla niego pułapek. W związku z tym na kartach tej książki znajdziesz informacje o stronach pozytywnych i negatywnych danego geniotypu, a także wskazówki, jak je zrównoważyć.

Analiza, którą trzymasz w dłoniach, jest owocem dziesięciu lat badań prowadzonych przez ekspertów z różnorodnych dziedzin. Dzięki temu kwestia talentu zostanie omówiona z różnych perspektyw.

Osobny rozdział poświęcony jest relacjom interpersonalnym, gdyż to właśnie w nich talent człowieka objawia się w najbardziej kompleksowy sposób.

Poza tym na końcu każdego rozdziału pierwszej części książki znajduje się krótki, orientacyjny test diagnostyczny, dzięki któremu możesz wstępnie określić odpowiadający Ci geniotyp. Jestem pewien, że po zakończeniu lektury będziesz w stanie rozpoznać ten właściwy Tobie. Co więcej, dowiesz się, jak doskonalić talent, aby móc dzielić się z innymi bogactwem, które w Tobie drzemie. Gdy już rozpoznasz własny geniusz, w drugiej części książki dowiesz się, jak go uwolnić, cieszyć się nim, a przede wszystkim podnieść samoocенę za jego pośrednictwem.

Geniusz, którym już jesteś

Zanim przejdziemy dalej i omówimy dokładniej każdy geniotyp, chciałbym powiedzieć kilka słów o moim dzieciństwie i genezie tego projektu.

Jedno z moich najbardziej wyrazistych wspomnień odnosi się do lat szkolnych. Muszę przyznać, że byłem uczniem, którego interesowało wszystko poza nauką. Nigdy nie rozumiałem racji bytu wielu przedmiotów. Poza tym, jak stwierdził w jednym ze swych wystąpień ekspert w dziedzinie edukacji Ken Robinson, fakt, iż nauczyciel naucza, nie oznacza automatycznie, że uczniowie przyswajają wiedzę. Jeśli nauczyciel nie zdoła złapać z nimi kontaktu, a uczniowie nie otworzą się na wiedzę, na nic zdadzą się wszelkie słowa i wyjaśnienia, procedury i wpajane wartości. To tłumaczy, dlaczego będąc w szkole, tak często bujałem w obłokach.

Osobiście uważam, że sensem nauczania jest towarzyszenie drugiej osobie, żeby mogła wydobyć z siebie to, co najlepsze. Oznacza to oferowanie jej wsparcia i narzę-

dzi potrzebnych do tego, aby jej talent mógł ujrzeć światło dzienne i aby pojęła ona wszystkie swe zdolności. W nierozłącznym procesie nauczania i uczenia się niezbędna jest iskra, która rozpali ogień wewnętrznej pasji i rozświetli wszystkie sfery życia ucznia, prowadząc go do odkrycia jego prawdziwego przeznaczenia.

Chcąc to osiągnąć, trzeba wyjść poza myślenie racjonalne, które jest bardzo przydatne, ale jednocześnie stanowi mocno ograniczony sposób pojmowania życia. Nasz geniusz często jest ukryty na samym dnie i żeby po niego sięgnąć, oprócz posiadania informacji, musimy także rozwinąć intuicję i nauczyć się słuchać serca, ponieważ są to dwa (intuicja i serce) filary talentu. Na niewiele zda się klarowny umysł i uśpione serce.

Z kolei inny sposób patrzenia na świat i na własne życie pozwoli stworzyć nowe, na pierwszy rzut oka niedostrzegalne połączenia. Gdy talent rozkwita, stwarza nowe rzeczywistości. Zauważmy na przykład, że przed 2007 rokiem telefon, komputer i ekran dotykowy miały ze sobą, *a priori*, niewiele wspólnego. Jednak dzięki wizji założyciela Apple Steve'a Jobsa narodził się iPhone, inteligentny telefon łączący w sobie wszystkie ich funkcje, który na zawsze zmienił naszą codzienność i sposób postrzegania rzeczywistości. Gdy odnajdziesz swój genotyp, na podobnej zasadzie otworzy się przed Tobą wszechświat nowych możliwości i prędko zaczniesz robić rzeczy, o których dotąd nie śniłeś.

Jest to książka o wrodzonym talencie, o geniuszu, którym już jesteś, i który mieszka w Tobie. Zatem nie zwlekaj. Zapraszam Cię do zapoznania się z opisami dziewięciu genotypów i dostrzeżenia własnego geniuszu.

Przygoda Twojego życia właśnie się rozpoczyna.