

Utazzunk Odüsszeusszal

„Engem a roppant kényszerűség űz...” (Odüsszeia)

Melyik sportoló ne érezné át ezt a mondatot? Nagy teljesítményhez nagy hajtóerőre van szükség.

Odüsszeusz története megmutatja, hogyan **tartsd meg a biztos irányt** és hogyan **állj ellen a csábító körülményeknek!**

Az Út

Odüsszeusz történetét Homérosz nyomán ismerjük meg. Elsőre úgy tűnik, hogy az eszes és bátor hős kalandos útját beszéli el a szerző. Trója meghódítása után a görög hadak hazafelé indulnak, Odüsszeusz is Ithaka szigetére tart, ahol felsége és fia várja. A pár hetes hajóút végül 10 év szenvedésekkel és megpróbáltatásokkal tele bolyongássá válik.

Legyőzni magunkat Minden út tele van veszélyekkel. Akinek magasztos célja van az életben, ott a csalódás és a szenvedés elkerülhetetlen. Odüsszeusz története azért igaz, mert mindenkiről szól: a hősről harcosról, az emberi lélekről, aki le akarja győzni... mit is? A tengert, a sziréneket, a küklpszokat, Posszeidón haragját? Nem. Egyedül önmagát kell legyőznie. Trójában már átjárt az ellenség eszén, de saját magával sokkal nehezebb dolga van.

Egyetlen részletet ragadnék ki a hosszú kalandozásból: ez a háromezer éves történet azóta is a **kitartás és szilárd elhatározás mintapéldája**.

A Szirének szigete

Odüsszeusz tudja előre, hogy a szirének szigete, amely mellett el kell haladniuk, kivételes veszélyeket rejtget. Csodálatos énekhangjukkal a szirének magukhoz vonzzák a mit sem sejtő hajósokat, akik a szigetet körülvevő zátonyokon vesztükbe rohannak. Ezért találékony hősünk jó előre megtervezi, hogyan kerül el a halálos veszélyt. Hajósai fülébe viaszt önt, így ők nem hallják meg a csábító dallamot, saját magát pedig a hajó árbócához kötteti ki, és meghagyja legénységének, hogy semmi áron el ne oldozzák.

Mindig is felmerült bennem a kérdés: miért nem öntött a saját fülébe is viaszt? Nem fogjuk megtudni, hiszen nincs már kitől megkérdezzük. Én magamban erre jutottam: épp az a lényeg, hogy ő hallotta a szirének hangját, mégis megmenekült. Miért?

Odüsszeusz szerződés

Felülkerekedett, mert nem bízta magát a hamis önbizalomra, a megtévesztő magabiztosságra. Reálisan belátta, hogy a csábításnak nem tud ellenállni, a befolyásolt állapotban rossz döntést fog hozni. Ezt nem engedhette meg magának. Ezért az előrelátó intézkedéseit azóta is alkalmazzák a társadalomtudományok különböző területein – üzleti menedzsmenttől a sportpszichológiáig – és **Odüsszeusz szerződésként** emlegetik.

*A legnagyobb győzelem az, amikor saját gyengeségeinket,
rövidlátásunkat, pillanatnyi vágyainkat győzzük le:*

előrelátással, hittel és fegyelemmel.

„Árbóchoz kötve” – előre hozott jó döntések

Használd Te is bátran ezt a kis trükköt, ha úgy érzed, hogy a verseny hevében nem fogsz tudni a reális körülményeknek megfelelő jó döntést hozni:

-
- Mérd fel jó előre, hogy milyen nehézségekkel kerülsz majd szembe a verseny különböző szakaszaiban
 - Találd ki előre a taktikát, amikor még objektív és józan az ítélőképességed
 - Vizsgáld meg, melyek a kritikus pontok, hol fenyeget a „csábítás” veszélye
 - Fektess le magadnak jó előre pár szabályt, amelyet majd mindenképpen betartasz
 - Rögzítsd írásban is ezt a pár gondolatot, megerősítve így a magaddal kötött „szerződést”
 - Készítsd magadnak egy-két rövid mantrát, amit verseny közben is mondogathatsz magadnak
-