

FREEDOM

DAJ SOBIE SPRÓBOWAĆ.

Nie musisz wiedzieć, jak daleko dojdiesz, żeby zrobić pierwszy krok.

Wolność w sporcie zaczyna się od możliwości wyboru: mogę sprawdzić, co mnie ciekawi. Mogę wejść w coś nowego, uczyć się i szukać własnej drogi. Nie muszę z góry wiedzieć, czy będę w tym dobry.

KTO DECYDUJE, CO JEST DLA CIEBIE?

„Za niski”. „Za słaby”. „Nie masz do tego budowy”. Takie słowa potrafią wyprzedzić pierwszą próbę. Z czasem możesz zacząć powtarzać je sobie i rezygnować, zanim poznasz własne możliwości.

Twoje predyspozycje mają znaczenie. Ale nie muszą odbierać Ci prawa do nauki, przyjemności i własnego postępu. Aby wejść na boisko, do wody czy na stok, nie musisz od razu pasować do obrazu mistrza.

OD OCENY DO WŁASNEGO DOŚWIADCZENIA

„To chyba nie dla mnie”. —→ „Sprawdzę sam”.

Pierwsza próba daje Ci coś, czego nie da cudza opinia: własne doświadczenie.

Nie każda dyscyplina musi zostać z Tobą na lata. Możesz odkryć coś swojego albo uznać, że chcesz szukać dalej. W obu przypadkach podejmujesz decyzję na podstawie tego, co sam poznałeś.

SKREŚLANY. PRÓBOWAŁEM DALEJ.

Nie chciałem, żeby cudza ocena wyznaczała granice mojego świata.

Przez swoje życie próbowałem wielu sportów. Biegałem, grałem w piłkę nożną, siatkówkę i piłkę ręczną. Jeździłem na nartach, rolkach i snowboardzie. Pływałem. Trenowałem lekkoatletykę.

BIEGI

PIŁKA NOŻNA

SIATKÓWKA

PIŁKA RĘCZNA

NARTY

ROLKI

PŁYWANIE

SNOWBOARD

LEKKOATLETYKA

Nie byłem odpowiednio wysoki. Nie byłem odpowiednio zbudowany. Nie byłem odpowiednio dobry. Często byłem skreślany na starcie.

Ale próbowałem.

Nigdy nie bałem się próbować. Nie chciałem czekać, aż ktoś uzna, że pasuję. Wchodziłem w kolejne dyscypliny i sprawdzałem, czego mogę się nauczyć.

Dziś mogę wybierać, czego chcę spróbować, i robię rzeczy, o których kiedyś nawet nie marzyłem. Widzę, jak wiele pozostałoby poza moim zasięgiem, gdybym od początku przyjął, że to nie dla mnie.

MOŻLIWOŚCI ODKRYWAŁEM, PRÓBUJĄC.

WIĘCEJ MOŻLIWOŚCI. WIĘCEJ WOLNOŚCI.

Każda nowa umiejętność daje Ci kolejny sposób przeżywania świata.

Sprawność ma dla mnie wartość także poza wynikiem. Daje swobodę: mogę dołączyć do gry, spróbować nowego ruchu, wybrać inną aktywność. To, czego się uczę, staje się częścią życia, które mogę sobie wybrać.

01 POZWALASZ SOBIE BYĆ POCZĄTKUJĄCYM

Na początku możesz nie wiedzieć, jak coś zrobić. Możesz pytać, uczyć się od innych i popełniać błędy. Nie musisz ukrywać, że dopiero zaczynasz. Właśnie od tego zaczyna się nauka.

02 ODKRYWASZ WŁASNE POWODY

Możesz trenować dla radości, ciekawości, spotkań z ludźmi albo poczucia, że umiesz coś nowego. Nie musisz być najlepszy, żeby sport wnosił coś ważnego do Twojego życia.

03 ROZSZERZASZ SWÓJ WYBÓR

Uczysz się w swoim tempie, poznajesz możliwości i ograniczenia. Z czasem możesz wybierać spośród rzeczy, które wcześniej wydawały się niedostępne. Masz coraz więcej własnych odpowiedzi na pytanie: „co chcę robić?”.

I właśnie wtedy zrozumiałem, że prawdziwa wolność pojawia się wtedy, gdy przestajesz bać się próbować.

MOC TO WOLNOŚĆ