

DAMIAN CZERNIK

# INSTYNYKT SUKCESU

ZŁOTE  
MYSLI

Ten ebook zawiera darmowy fragment publikacji ["Instynkt sukcesu"](#)

Darmowa publikacja dostarczona przez  
[ZłoteMyśli.pl](#)

Copyright by Złote Myśli & Damian Czernik, rok 2010

Autor: Damian Czernik

Tytuł: Instynkt sukcesu

Data: 08.08.2012

Złote Myśli Sp. z o.o.

ul. Toszecka 102

44-117 Gliwice

[www.zlotemysli.pl](http://www.zlotemysli.pl)

email: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody Wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli.

Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

# Spis treści

<u>Obudź w sobie człowieka sukcesu</u> .....	9
<u>Motywacja jako składnik ewolucji</u> .....	11
<u>Zaakceptuj otoczenie, w którym żyjesz</u> .....	12
<u>Wypłyn na pełne morze</u> .....	15
<u>Jesteś panem swojego życia</u> .....	16
<u>Bądź orłem w swoim życiu</u> .....	17
<u>Każdy sukces zaczyna się od działania</u> .....	21
<u>Nie bądź marzycielem, oni nie odnoszą sukcesów</u> .....	22
<u>Na świecie nie ma nic niemożliwego</u> .....	23
<u>Porażki sprawiają, że stajesz się lepszy</u> .....	25
<u>Użyj swojej wyobraźni</u> .....	29
<u>Idź tam, gdzie kierują Cię marzenia</u> .....	31
<u>Co posiejesz, to zbierzesz</u> .....	33
<u>Te rzeczy trzymaj z dala od podświadomości</u> .....	35
<u>Przeszłość nie ma znaczenia</u> .....	37
<u>Jak pozbyć się nękających zmartwień</u> .....	38
<u>Sposób na irytujące drobiazgi</u> .....	40
<u>Masz słabe strony, zamień je w mocne</u> .....	41
<u>Czego uczą nas ludzie sukcesu</u> .....	45
<u>Henry Ford</u> .....	47
<u><i>Stawiaj na jakość</i></u> .....	49
<u><i>Nic nie jest niemożliwe</i></u> .....	49
<u><i>Niech praca stanie się Twoim hobby</i></u> .....	50
<u>John Rockefeller</u> .....	51
<u><i>Ciężko pracuj na swój sukces</i></u> .....	53
<u><i>Podążaj własną ścieżką</i></u> .....	53
<u><i>Bądź perfekjonistą</i></u> .....	54
<u>Nelson Mandela</u> .....	55
<u><i>Inspiruj siebie i innych</i></u> .....	57
<u><i>Dbaj o ludzi, bądź ich liderem</i></u> .....	57
<u><i>Dawaj ludziom nadzieję</i></u> .....	58
<u>Barrack Obama</u> .....	59
<u><i>Bądź dla innych autorytetem</i></u> .....	60

<i><u>Dostosuj się do ludzi, od których zależy Twój sukces</u></i> .....	61
<i><u>By pokonać strach, rób to, czego się boisz</u></i> .....	62
<b><u>Thomas Edison</u></b> .....	62
<i><u>Do sukcesu poprzez niepowodzenia</u></i> .....	64
<i><u>Daż do celu z uporem</u></i> .....	64
<i><u>Klucz do sukcesu: siła woli</u></i> .....	65
<b><u>Benjamin Franklin</u></b> .....	65
<i><u>Uwierz, że potrafisz</u></i> .....	67
<i><u>Samodoskonalenie to podstawa</u></i> .....	68
<i><u>Myśl w kategoriach sukcesu</u></i> .....	68
<b><u>Andrew Carnegie</u></b> .....	69
<i><u>Musisz być przywódcą</u></i> .....	70
<i><u>Pokaż, że się rozwijasz</u></i> .....	71
<i><u>Bądź tym, który wyzwala w innych to, co najlepsze</u></i> .....	71
<b><u>Cele to podstawa sukcesu</u></b> .....	73
<i><u>Świat należy do ludzi, którzy realizują swoje cele</u></i> .....	75
<i><u>Połącz swój sukces z pasją</u></i> .....	76
<i><u>Wyznacz sobie cele życiowe</u></i> .....	77
<i><u>Spójrz na cele pod kątem precyzji</u></i> .....	79
<i><u>Kontroluj wszystkie swoje cele</u></i> .....	80
<b><u>Najlepszy sposób na samodyscyplinę</u></b> .....	83
<i><u>Zwiększ motywację przez wizualizację</u></i> .....	85
<b><u>Bóg daje Ci 27 010 dni</u></b> .....	87
<i><u>Jak wyglądałby Twój wymarzony dzień</u></i> .....	89
<i><u>Pozbądź się rutyny</u></i> .....	90
<i><u>Rozwijaj się, kiedy tylko masz okazję</u></i> .....	92
<b><u>Jak bardziej cieszyć się życiem?</u></b> .....	95
<i><u>6 sposobów na to, by tryskać optymizmem</u></i> .....	97
<i><u>Wielka moc uśmiechu</u></i> .....	100
<i><u>Jak urzekać urokiem osobistym</u></i> .....	101
<b><u>Zwolnij, szkoda życia</u></b> .....	103
<i><u>Wyluzuj, nie bierz życia na poważnie</u></i> .....	104
<b><u>Zakończenie Twojej podróży</u></b> .....	107

## Cele to podstawa sukcesu

*Ludzie, którzy mają cele, osiągają sukces, bo wiedzą, dokąd zacierają.*

***Earl Nightingale***

Tylko garstka ludzi, bo 15% populacji, wie, co naprawdę chce robić w życiu. Wśród tej grupy 5% to najbogatsi ludzie świata. Może nadszedł w końcu czas, aby znaleźć się wśród tych 15%? Różnica pomiędzy życiem bez celu a życiem z celem jest jak pomiędzy piłką tenisową a tą do gry w piłkę nożną. Gdy żyjesz bez celu, odbijasz się od jednej rakiety, a następnie od drugiej — i tak w kółko, dopóki nie wylecisz poza kort.

Gdy jednak postawisz przed sobą konkretny cel, zaczynasz go realizować w skupieniu i w harmonii. Twoje życie nabiera nowego sensu, gdy wiesz, że działania zacierają do tego, abyś trafił do niego prosto — jak piłka do nogi, która musi trafić do swojego celu, czyli bramki.

W 1953 roku na Uniwersytecie w Yale przeprowadzono bardzo ciekawy eksperyment, podczas którego zapytano studentów, czy mają jasno sprecyzowane cele życiowe oraz sposoby ich realizacji. Twierdzącej odpowiedzi udzieliła garstka, tylko 3%. Po 20 latach autorzy eksperymentu odszukali jego uczestników i doszli do wniosku, że pod względem osiągnięć życiowych i finansowych owe 3% studentów osiągnęło znacznie więcej niż pozostałe 97% razem wzięte!

Posiadanie celów przynosi duże korzyści. Ludzie, którzy mają je sprecyzowane, są spełnieni i szczęśliwsi. Żyją pełnią życia, realizując własne ambicje. Są bardziej aktywni, a przez to zdrowsi. To prawda, że posiadając sprecyzowane cele, możemy szybciej odnosić sukcesy.

Problem pojawia się wtedy, gdy nie wiemy, co chcemy osiągnąć i nie potrafimy obrać właściwego kierunku. Często brak czasu czy chęci do spełnienia swoich marzeń oraz dużo obowiązków powodują, że są one odkładane na bok i traktowane jako coś nierealnego — jak fantazje.

To wszystko sprawia, że zaczynamy poszukiwać jakiegoś sensu w życiu. Zadajemy sobie pytania, co zrobić, aby znaleźć się na odpowiedniej drodze — dzięki czemu znów poczujemy, że żyjemy?

Jak znaleźć to coś, czym będziemy się pasjonować i co pochłonie nas bez reszty? To coś, dzięki czemu poczujemy się w życiu spełnieni? Jak znaleźć właściwą motywację, która będzie nam dodawać sił w trudnych momentach i będzie przypominała o tym, dokąd zmierzamy?

Dlatego trzeba określić swoje życiowe cele, rozpoznać wszystkie pragnienia i umiejętnie zacząć dążyć do ich spełnienia. W skład naszych pragnień wchodzi to, kim chcemy być w życiu, co chcemy osiągnąć, a także — zdobyć.

## **Świat należy do ludzi, którzy realizują swoje cele**

Określając cel, musimy być przekonani, że naprawdę chcemy go zrealizować. Cel nie może być naszą chwilową zachcianką, która ulegnie zapomnieniu w ciągu kilku kolejnych dni.

Są ludzie, którzy zamiast wyznaczać cele, wolą spędzać czas godzinami w krainie fantazji. Codziennie marzą o bogactwie, niezwykłych osiągnięciach, gorąco pragną ciekawszego życia, lecz nie zrealizują tego, dopóki nie uświadomią sobie, że dzięki własnym działaniom mogą urzeczywistnić te wizje. Wystarczy, że wrócą na ziemię z krainy fantazji, wyznaczą odpowiednie cele i ze wzmożoną determinacją będą dążyć do ich realizacji.

Tak właśnie postępują ludzie sukcesu — wielcy myśliciele, zdobywcy, zwycięzcy określają cele i je realizują. To dlatego świat należy do nich. Zmieniają swoje życie na lepsze. Widzą sens ciężkiej pracy, ciągłego poświęcenia dla swoich celów i pragnień! Często się dziwimy, dlaczego tacy ludzie osiągają sukcesy na wielką skalę. To od nich powinniśmy się uczyć. Determinacja, jaką się posługują niektórzy z nich, na pewno powala z nóg. Pamiętaj, że świat należy do ludzi, którzy mają odwagę marzyć i ryzykować, aby spełniać swoje marzenia. I starają się robić to jak najlepiej.

## **Połącz swój sukces z pasją**

W ciągu życia podejmujemy się wielu różnych zawodów. Możesz gotować, prowadzić sklep, wypełniać urzędowe

papiery, jednak na dłuższą metę możesz odczuć, że żaden z tych zawodów nie daje Ci tej upragnionej satysfakcji. Spójrz na ludzi, którzy odnieśli w życiu sukces. Jeśli poprosisz ich o jedną wskazówkę, jak zostać takimi jak oni, usłyszysz jedną i tę samą odpowiedź: „Rób to, co lubisz”.

Bill Gates, założyciel Microsoftu, Steve Jobs, prezes firmy Apple Inc., Anthony Robbins, najlepszy mentor życiowy, Robert Kiyosaki, inwestor i biznesmen. Dla takich ludzi wykonywana praca jest jednocześnie pasją. Nie dzielą życia na zawodowe i prywatne.

Pomyśl o sobie: jeśli nie lubisz swojej pracy, prawdopodobnie nie ma ona nic wspólnego z Twoją pasją — to nie jest sposób na sukces. Prawdziwy przychodzi wtedy, gdy kochasz to, co robisz.

Młodzi ludzie bardzo często borykają się z tego typu problemami. Zadziwiające jest to, że wielu z nich nie wybiera świadomie swojego zawodu. Decyzję o nim podejmują za nich rodzice lub inne okoliczności. Niejedna osoba zaczęła karierę w wieku 18 lat w pracy, którą uznawała za tymczasową, i kończyła na tych samych stanowiskach 30 lat później. Jeżeli miała szczęście, ta ścieżka otworzyła przed nią drogę do kariery oraz osobistego i zawodowego sukcesu, a wraz z nimi radość i poczucie spełnienia.

Wielu innych nie ma jednak nawet krzty szczęścia przy rozpoczęciu pracy. Gdy na początku jedynie sprawdzają, jak się wpasują w dane stanowisko, a następnie okupują je lata później, nie ma dla nich znaczenia, czy są szczęśliwi, czy już nie.

Znam wielu ludzi, którzy zarabiają przyzwoite pieniądze



wykonując pracę, która nie daje im radości, ponieważ żyją w ciągłym stresie i zdenerwowaniu. Kiedy jednak proponuję im wybór innej, swobodniejszej pracy, od razu na pierwszym miejscu pada argument, że przez to będą zarabiać mniej.

Ironia tkwi w tym, że takie osoby są w stanie oddać swe szczęście, by zarabiać pieniądze, które mają przynieść im szczęście. Dlatego mogą utknąć w tej finansowej pułapce na miesiące, lata, a nawet całe życie.

Nigdy nie jest za późno, by znaleźć cel, który będzie odzwierciedlał Twoją pasję i sprawi, że nareszcie zaczniesz robić to, co lubisz, a nawet na tym dobrze zarabiać. Pamiętaj, że pasja działa jak siła napędowa sukcesu, ponieważ dodaje do niej element entuzjazmu, satysfakcji i świadomość, że robisz to, co naprawdę lubisz.

## **Wyznacz sobie cele życiowe**

Nadeszła pora, aby sporządzić listę wszystkich celów życiowych. Powinieneś na tym etapie spisać każdy Twój cel, nawet ten, który uznajesz za trudny, niewykonalny i niemożliwy do spełnienia. Powinieneś wiedzieć, że często nie zdajemy sobie sprawy z możliwości, dzięki którym możemy zrealizować niemożliwe z pozoru zamierzenie.

Spisz wszystko, czego tylko pragnąłeś — nie tylko jako dorosły człowiek, ale także to, o czym marzyłeś od dziecka, na przykład popłynąć statkiem, nauczyć się grać na gitarze czy spotkać wyjątkową osobę itp.

Wyłącz na chwilę swoją lewą półkulę mózgu, która jest odpowiedzialna za logiczne myślenie. Logika zabija pojawiające się pomysły i cele negatywnymi słowami typu: „Nawet o tym nie myśl”, „Nigdy Ci się to nie uda” itd. Cele wpisz w jedną kategorię: „Moje cele życiowe”, a następnie, gdy już żaden pomysł nie przyjdzie Ci do głowy, umiejętnie sprecyzuj, ile czasu zajmie Ci osiągnięcie każdego z nich. Niektóre zapewne kilka tygodni, a dużo większe nawet kilka lat. Tutaj posegregujemy je według jednego z 3 kryteriów czasowych, czyli: krótkoterminowe, średnioterminowe i długoterminowe. Do dzieła.

Moje cele życiowe:

Cele krótkoterminowe (do 2 lat):

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Cele średnioterminowe (od 2 do 5 lat):

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Cele długo terminowe (powyżej 5 lat):

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## **Spójrz na cele pod kątem precyzji**

Gdy spisałeś swoje cele, powinieneś zadbać o to, by zostały sformułowane w jak najbardziej szczegółowy sposób. Im więcej dany cel będzie posiadał detali, tym łatwiej będzie nam sprecyzować umiejętności pod kątem jego osiągnięcia.

Cele, które są opisane w sposób ogólny, sformułuj jeszcze raz na osobnej kartce, możliwie w jak najbardziej szczegółowy sposób. Jasno wyraż to, czego chcesz. Jeśli marzysz o stanowisku szefa własnej firmy, wyobraź sobie, na czele jakiej branży stoisz, jak wygląda Twój gabinet i codzienna praca.

Postaraj się uchwycić wszystko jak najprecyzyjniej.

Powinieneś zadać sobie następujące pytania:

Co sprawi, że dostanę wymarzoną posadę?

Jak zmieni się moje życie, gdy to osiągnę?

Czy są osoby, które mogą mi w tym pomóc?

Zacznij gromadzić informacje dotyczące Twoich obranych celów. Powinieneś znajdować przyjemność w prowadzeniu poszukiwań i w czytaniu o celach, do których dążysz. Porady znajdziesz prawie wszędzie: w internecie i książkach albo poznasz ludzi, którzy już ten cel osiągnęli i tylko czekają, by podzielić się swoimi radami. Kto wie, może w gronie Twoich znajomych znajdzie się ktoś, kto posiada taką wiedzę?

## **Kontroluj wszystkie swoje cele**

Każdy cel, który pragniemy zrealizować, powinien ciągle być pod naszą kontrolą — to znaczy, że musisz mieć pewność, że podczas jego realizacji masz na niego 100% wpływu.

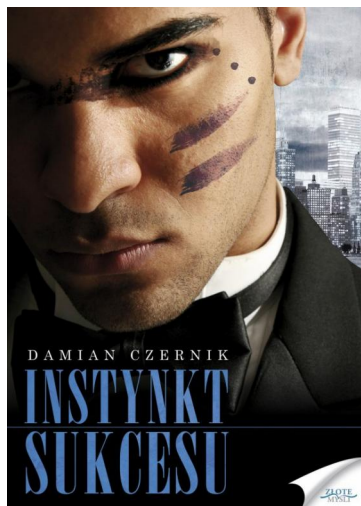
Wszystkie Twoje cele powinny być wyznaczone w taki sposób, by osiągnięcie sukcesu albo porażki zależało w dużej mierze tylko od Ciebie. Przykładowo, gdy poniesiesz porażkę, nie będziesz mógł znaleźć nic na swoje usprawiedliwienie. Wszyscy mamy predyspozycje, aby zrzucać winę na innych za swoje niepowodzenia, natomiast sami nie potrafimy dostrzec i przyznać się do błędu.

Przy realizacji niektórych celów koniecznie musimy wziąć pod

uwagę działania osób trzecich, na przykład w sporcie. Gdy pragniesz zająć dobre miejsce w zawodach narciarskich, Twoje powodzenie będzie w dużym stopniu zależęć od formy innych uczestników zawodów, a nawet od warunków pogodowych i tych panujących na trasie, czyli nachylenia stoku i grubości śniegu. Jednak nie licz na to, że w dniu wyścigów Twój przeciwnicy będą w kiepskiej formie, bo możesz się rozczarować.

Z kolei musisz pamiętać, by nie budować swojego życia, szczęścia i celów tak, aby ich spełnienie zależało od innych. W przeciwnym razie może Cię spotkać rozczarowanie i porażka. Gdy mamy pewność, że to my całkowicie kontrolujemy nasz cel, możemy cały czas pracować nad sobą, aby jak najszybciej go urzeczywistnić. Tylko Ty odgrywasz kluczową rolę w swoim życiu, nie powierzaj realizacji swoich marzeń nikomu innemu jak tylko sobie.

Dlaczego warto mieć pełną wersję?



Pełną wersję książki zamówisz na stronie  
wydawnictwa Złote Myśli

<http://www.zlotemysli.pl/prod/6672/instykt-sukcesu-damian-czernik.html>