

ZŁOTE
MYŚLI

Odrodzenie Feniksa

Nikodem Marszałek

**Poznaj sekrety zwykłych
ludzi, którzy osiągnęli
niezwykłe rezultaty
i uwolnij śpiącego
w Tobie olbrzymia**

Ten ebook zawiera darmowy fragment publikacji "[Odrodzenie Feniksa](#)"

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

Copyright by Złote Myśli & Nikodem Marszałek, rok 2008

Autor: Nikodem Marszałek

Tytuł: Odrodzenie Feniksa

Data: 08.08.2012

Złote Myśli Sp. z o.o.

ul. Toszecka 102

44-117 Gliwice

www.zlotemysli.pl

email: 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

WSTĘP	4
PSYCHOLOGIA OSIĄGNIĘĆ	20
1. Alchemia osiągnięć	20
1.1. Prawo kontroli.....	21
1.2. Prawo wypadku.....	22
1.3. Prawo przyczyny i skutku.....	23
1.4. Prawo wiary.....	24
1.5. Prawo oczekiwań.....	30
1.6. Prawo przyciągania - „magnetyzm”.....	37
1.7. Prawo zgodności.....	40
1.8. Prawo wdzięczności.....	41
2. Potęga Feniksa	44
2.1. Nastawienie.....	44
2.2. Postawa.....	49
2.3. Wizualizacja.....	54
3. Ognisty wicher	64
3.1. Psycholingwistyka.....	65
3.2. Skupienie.....	66
3.3. Koncentracja i magia słów.....	69
3.4. Hierarchia wartości – Twój największy przyjaciel.....	79
4. Budowanie Sukcesu w Sobie	90
4.1. Równowaga pięciu sił.....	90
4.2. Wizerunek własny.....	103
• Zmiana wizerunku I/II/III.....	116
• Tundruk.....	119
4.3. Konieczne korekty - natychmiastowy plan zmian.....	121
5. Randka z przeznaczeniem	131
5.1. Marzenie.....	131
5.2. Cele są wszystkim.....	137
5.3. Techniki osiągania celów.....	153
5.4. Nieograniczona kreatywność dzięki CSS.....	159
5.5. Zasady skutecznego działania.....	164
5.6. „Tundruk” - Twoja osobista książka zmian II/II.....	171
6. Najpotężniejsze narzędzie na Ziemi	174
6.1. Dlaczego ludzie nie pytają?.....	174
6.2. Dlaczego Afirmacje działają tylko przez 24 dni.....	183
6.3. Podświadomość.....	186
6.4. Nadświadomość.....	190
7 Dniowe Wyzwanie	192
8. Najwspanialszy dzień Twojego życia?	197
BONUS	201
Profile osobowości DISC	201
ZAKOŃCZENIE	215

WSTĘP

Pamiętam jak dziś, kiedy pierwszy raz uczestniczyłem w seminarium związanym z rozwojem osobistym. Pomyślałem sobie: „O co tutaj chodzi? Przecież chodzę do szkoły, potem pójdę na studia, czego chcieć więcej? Dlaczego wszyscy tutaj są tacy radośni?”. Po mojej lewej stronie siedział prezes dużej firmy obuwniczej, po prawej znany aktor, a z tyłu profesor Akademii Ekonomicznej. Wiedziałem, że znalazłem się w doborowym towarzystwie. Po kilku godzinach zapisałem kilkanaście kartek z wyrazem „bzdury”. Prawie wszystko, co usłyszałem zanegowałem, cokolwiek mówca nam przekazywał, ja ignorowałem to, chciałem wyskoczyć na scenę i pokazać mu, jednak na szczęście w tym czasie jeszcze nie mówiłem po angielsku. „To niemożliwe!”, krzychałem do innych uczestników w czasie przerwy. Wyobraźcie sobie siedemnastolatka, który lata z notatkami i krzyczy do prezesa banku: „Co on wygaduje, marnuje tutaj swój czas, co za głupoty!”. Ten człowiek każe mi wziąć odpowiedzialność za swoje życie, jestem kowalem swojego losu, coś takiego jak szczęście czy pech nie istnieje. Mówi, że mam pracować mądrzej, a nie ciężiej. Co on plecie, fakty się nie liczą, wykształcenie, płeć, wygląd, dotychczasowe doświadczenie, zdobyta wiedza, znajomości. To wszystko się nie liczy, gdy mam silne marzenie. „Nie jestem dzieckiem” powiedziałem, kiedyś chciałem zostać lekarzem, strażakiem i co? Pani w szkole mówiła, że trzeba racjonalnie myśleć

i wyciągnąć głowę z chmur. Pierwszy dzień seminarium zakończył się, a ja wróciłem do hotelowego pokoju.

Zacząłem rozmyślać nad tym wszystkim. Usiadłem w ciszy i nagle przyszło mi pierwsze skojarzenie z wiedzą, którą przed chwilą krytykowałem.

Zdarzenie to miało miejsce przed kilkoma laty. Uczęszczałem do najwybitniejszej klasy w historii szkoły. Moja średnia ocen wynosiła 3,6 – 4,2, najistotniejszą rzeczą w tym czasie było przywództwo mojej „paczki”, wszyscy myśleliśmy i mówiliśmy podobnie, dostawaliśmy podobne oceny. Najciekawszym faktem była reszta uczniów, której średnie rok w rok wynosiły 5,4 – 5,8. Wiele nagród z różnych olimpiad (chemicznych, językowych, matematycznych, fizycznych), niegasnące oczekiwania i zachwyty całego personelu wobec naszej klasy poprowadziły prosto w moją stronę. Moja „paczka” zaniżała średnią ocen, dyrekcja powiedziała „Stop!”. Wszystkich z mojej „paczki”, oprócz mnie, posadzono w ławce z najlepszymi uczniami w klasie. Jeśli któryś z moich kolegów miał średnią 3,2 był sadzany z uczniem o średniej 5,8; 3,4 z 5,6 i tak dalej. Co się okazało, ten eksperyment zmienił i przypomniał mi to, co mówił mówca. W tym czasie propagowano poglądy, że inteligencji nie można dźwignąć, intuicji nie można wyćwiczyć, takie prawa jak oczekiwania i wiara nie istnieją, magnetyzm ludzki i metody CSS, co to w ogóle jest? Wiesz co się stało po pierwszym roku tego eksperymentu? „Paczka” pękła, pokruszyła się, moi koledzy osiągnęli swoje życiowe średnie 4,6-4,8. Jak to możliwe mówiłem? Właśnie

ten pierwszy dzień seminarium wyjaśnił mi to fenomenalne prawo. Byłem wściekły, że moi rodzice nie znali tych praw wcześniej, jakże byłbym dziś innym dzieckiem, bardziej spełnionym, powiedziałem leżąc na łóżku hotelowym. Nowa wiedza, którą w tym dniu zdobyłem, potrzebowała spokoju i segregacji. Wiedziałem już, że można stać się lepszym, bardziej efektywnym i skutecznym. Mam wpływ na poziom swojej inteligencji, mogę przyspieszyć swój proces nauki i czytania. Nie ważne, co mówi świat i jak to argumentuje, mogę coś osiągnąć, to zależy tylko i wyłącznie ode mnie.

Drugim szczególnym przeblyskiem było skojarzenie związane z nastawieniem i postawą. Wiedziałem czym jest, jednak zrozumiałem to głębokie przesłanie dopiero, gdy poszybowałem znowu myślami do szkoły podstawowej. Pewien kolega był bardzo dziwnym uczniem. Nie uczył się, często był nieobecny na zajęciach szkolnych, a gdy przychodził nigdy nie miał rozwiązanych prac domowych. Cokolwiek jednak mówił, gdziekolwiek przebywał, rozsiewał w społeczności szkolnej zachwyty i dobre samopoczucie. Cała szkoła go uwielbiała. No tak – pomyślałem w pokoju hotelowym – to było takie proste, wykorzystał troszkę magnetyzmu, dobrze 'reagował' na słowa, które słyszał od innych ludzi, jego postawa była po prostu pozytywna, bez względu na chwilę obecną. Kluczem jego sukcesu były perfekcyjne "odpowiedzi", które wykazywał w czasie ataków na brak odrobionych zadań domowych, nieobecności. Słowa, mowa ciała, spojrzenia, intonacja, całej klasie wydawało się, że On nas hipnotyzuje albo używa jakiejś magii. Mimo oburzeń i początkowych skarg zjednywał sobie wszystkich. Pomyślałem: „Ależ

on będzie miał prosto w życiu, z taką postawą i nastawieniem”. Tak, chcę jego magnetyzmu – powiedziałem – i tej umiejętności zjednywania sobie ludzi. Wiedziałem, że jestem w dobrym miejscu, byłem bardzo podekscytowany i już miałem kolejne myśli i skojarzenia. Zawsze pragnąłem posiadać biznes, jednak nie wiedziałem jak ma on wyglądać i czego ma dotyczyć, mówca po prostu wyciągnął mi to z serca, przedstawił wspaniałą metodę CSS oraz techniki osiągnięcia celów. To, na co teraz zwróciłem uwagę to słowa: „Sami sobie kładziemy kłody pod nogi w drodze do sukcesu, reprezentowane przez nas wartości muszą być zgodne z tym, co robimy. Prawdziwy sukces bierze się ze spójności naszych myśli, życzeń i samego działania.”. Tak, a ja widziałem już tylu zdesperowanych, bogatych ludzi. Zresztą co w ogóle właściciele tych firm robią na tym seminarium? Przecież mają wszystko, czego dusza zapagnie? I w tym momencie tłumacz zadał moje pytanie trenerowi. Otrzymałem w odpowiedzi mądre słowa: „Każdy człowiek pragnie więcej od życia, każdy chce posiadać spokój ducha, lepszy kontakt z Bogiem, jeśli jest wierzący, lepiej kontrolować swoje myśli i emocje, polepszyć kontakty międzyludzkie. Ludzie na wysokich stanowiskach przechodzą przez setki szkoleń i zawsze im mało, dlatego są tak doskonali w tym, co robią. Na moim szkoleniu, to co im najbardziej się podobało, to książka 6 punktów, czyli „Tundruk” oraz umiejętne zadawanie pytań, aby wpływać na swoje stany emocjonalne”. Dziękowałem trenerowi, że nauczył mnie tego wszystkiego, że zrozumiałem, dlaczego zwykli ludzie osiągają niezwykle wyniki.

Dlaczego Odrodzenie Feniksa?

Na początek – z czym kojarzy Ci się słowo **Feniks**? Może, tak jak większości ludzi, z ptakiem, który paląc się po chwili odradza się jako nowe stworzenie. Odrodzenie się tego ptaka jest magiczną siłą i przesłaniem dla nas. Nie potrzebujemy ogromnych temperatur, aby nastąpiło odrodzenie.

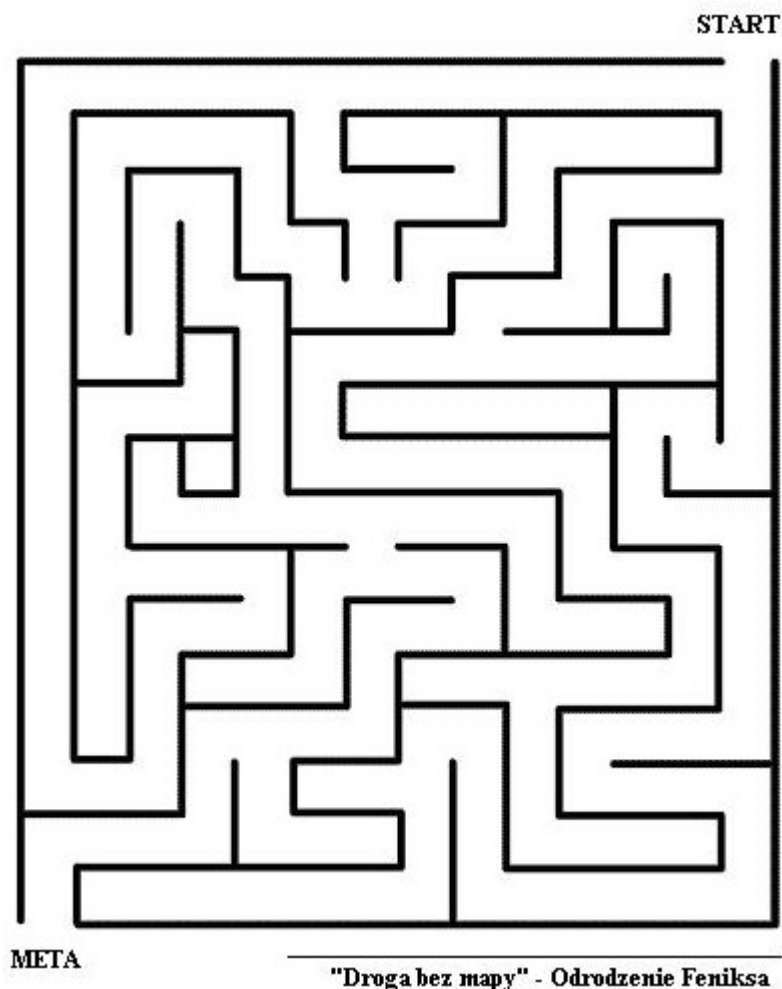
Co powiesz gdy wysunę tezę, że do całkowitego odrodzenia potrzebujemy tylko i wyłącznie dwóch rzeczy:

- chęci połączonych z zaangażowaniem;
- przełomowych informacji?

Dlaczego piszę przełomowych informacji? Proszę, mam dla Ciebie pierwsze zadanie.

Zadanie

Używając ołówka, narysuj najszybszą drogę, by dotrzeć od startu do mety labiryntu. Mierz czas, by dowiedzieć się, jak długa jest ta droga.



Czy już rozwiązałeś? Jak wiele czasu potrzebowałeś, by rozwiązać ten problem? Jeżeli zrobiłeś to tak, jak większość ludzi, zajęło Ci to od 30 sekund do jednej minuty. Czy byłbyś zdziwiony dowiadując się, że niektórzy ludzie rozwiązują tę samą łamigłówkę w czasie krótszym niż sekunda? Pytasz, w jaki sposób? Rysują prostą linię od startu do mety lub linię wokół labiryntu. „Hej – krzyknąłeś – ale to wbrew regułom!” Przyjrzyj się jeszcze raz instrukcji. Nie ma tam słowa o tym, że nie możesz wychodzić poza korytarze czy poza labirynt. Ale większość osób rysuje pokrętną linię, ponieważ pada ofiarą

konwencjonalnego myślenia. Już wcześniej rysowali linie w labiryntach, zakładają więc, że i tym razem muszą. Dlatego osoby myślące w tradycyjny sposób poświęciły wiele zbędnego czasu i wysiłku podczas rozwiązywania łamigłówek. Skupili swoją uwagę na niewłaściwych sprawach – skupili się na zakamarkach i zakrętach w labiryncie, a nie na kierunku, w którym powinni podążać.

Prawda, że to proste rozwiązanie? Twoim celem jest być tu ze mną, Twoją chęcią jest słuchać tego, co chcę Ci przekazać. Ważnym czynnikiem naszych sukcesów czy porażek jest zasób informacji. Co odpowiesz, gdy powiem Ci, że Twój sukces zależy wcale nie od informacji technicznych, jakie posiadasz, ale od czegoś zupełnie innego?

„Rozumiem – mówisz - ale co z lekarzami, informatykami, matematykami, biologami? Przecież oni posiadają informacje.” Tak, owszem masz rację. Może ujmę to inaczej, czy wierzysz w przeznaczenie? Zbieg okoliczności? Przypadek?

Gdy odpowiesz twierdząco na te pytania, mam dla Ciebie inne. Dlaczego w to wierzysz? Jeśli powiem, Ci, że „Twój Sukces i szczęście są w Tobie, a czynniki zewnętrzne są przypadkowe” zgodzisz się z moją interpretacją? Widzisz, zgadzamy się w jednym, z wystąpieniem słowa „przypadek” w naszych zdaniach.

Najważniejszym przesłaniem tego seminarium jest to, że bez względu na wiek, wykształcenie, wykonywany aktualnie zawód, płęć,

wygląd, miejsce zamieszkania – możesz osiągnąć wszystko, co tylko Twój umysł będzie w stanie sobie wyobrazić. Innym istotnym pytaniem jest, czy zapłacisz cenę, aby być tam, gdzie chcesz?

W wieku 17 lat po moim pierwszym seminarium, o którym czytałeś wyżej, zadałem sobie pytanie: „Dlaczego niektórzy osiągają sukces łatwiej niż inni?”. Zafascynowała mnie nierówność posiadania, szczęścia i wpływów, jaka mnie otaczała. Coś w środku mówiło mi, że muszą istnieć jakieś przyczyny tych różnic. W tej właśnie chwili wskoczyłem w nieznane, poświęciłem się bez granic.

Przez dziewięć lat (pisząc mam 25 lat) przeczytałem ponad pięćset różnego rodzaju książek, szereg publikacji i wysłuchałem ponad tysiąc godzin samych wykładów w formie „audio”. Poznałem kilku milionerów i miliarderów. Uczestniczyłem w dziesiątkach seminariów tylko po to by zrozumieć „W jaki sposób funkcjonuje życie”. Zapoznałem się z wieloma metodami, technikami i myślami filozoficznymi – czując, widząc i słysząc. Nie powiem nie było łatwo, trwało to długo, a tak naprawdę proces nauki cały czas trwa.

Jednak już dziś mogę wysunąć tezę, że: „Wszystko, czego potrzebujesz do Twojego szczęścia, spełnienia, spokoju ducha, mistrzowskich relacji z rodziną, dziećmi, bliskimi jest w Tobie”.

Posłuchaj, powiedz mi tak szczerze, od ilu ludzi usłyszałeś takie słowa: „Wierzę w Ciebie, wierzę w Twój Sukces, poradzisz Sobie, Ty to zrobisz.”

Spotykam na swojej drodze ludzi, którzy na to pytanie odpowiadają „Nigdy nie usłyszałem takich rzeczy, nawet od swoich rodziców.”. Wiele słów i wiary trzeba wnieść w sukces.

Czym tak właściwie jest sukces?

Słowo **sukces** jest często wykorzystywane. Jeśli już czytałeś jakiś mój artykuł, zapewne znasz moją definicję słowa sukces – jest to wartościowy ideał, do którego dążysz. Sukces nie jest milionem dolarów, wierz mi, spotkałem milionerów, którzy nie nazywają siebie ludźmi sukcesu. Sukces nie jest wystąpieniem w telewizji, nie jest też mega – hiper sprzedażą.

Sukces jest drogą, którą sobie obrałeś i zaplanowałeś, to jest definicja tego słowa. Sukcesem odniósł nauczyciel, który chciał być zawsze nauczycielem, człowiekiem sukcesu jest ogrodnik, ponieważ robi to, co lubi. Człowiekiem sukcesu jest kobieta, matka i żona, ponieważ zawsze chciała nią być.

Niesamowite osiągnięcia zwykłych ludzi

Jakże ważny jest podtytuł tego seminarium. Pytałem Cię wcześniej, czy wierzysz w przypadek, jeśli nie przeczytałeś uważnie, dałem już swoją odpowiedź. Nie wierzę w przypadki, zbiegi okoliczności. Jeśli Ty wierzysz, Twoim życiem kieruje przypadek, jednak pewnego dnia spojrzysz za siebie i będziesz czekał na przypadek, który nigdy Cię

już nie popchnie do przodu i co wtedy zrobisz? Zaczyniesz obwiniać te przypadki i okoliczności? Oczywiście, że nie, bo one nie istnieją, zaczniesz winić państwo, polityków, ekonomię, najbliższych.

Ponad 90% ludzi sukcesu zaczynało od zera. Kończyli szkoły, czasem ich nie kończyli, zaczynali pracę, czasem od razu zakładali swoje biznesy lub co gorsza byli osobami bez zajęcia mającymi czas, ale nie mającymi pieniędzy. Jednak jak to się dzieje, że te wszystkie wartości, umiejętności, doświadczenie w końcowym etapie sięgania po najwyższe laury, nie miały znaczenia?

Ważnym pytaniem jest, czy posiadasz wystarczająco dużo czasu? Każdy człowiek na tej planecie posiada nie mniej i nie więcej jak 24 godziny na dobę, co daje nam 1440 minut, co przekłada się na 86 tysięcy sekund.

A gdybym Ci powiedział, że możesz zwiększyć ilość czasu, a dzięki temu zwielokrotniłbyś zyski i w krótkim czasie osiągnął więcej, stał się bardziej skuteczny w swoich działaniach?

Dobrze wiesz, że nie można mieć więcej czasu. Skoro więc nie ma więcej czasu, to dlaczego tak napisałem? Bo w głębi duszy wiesz, że masz więcej czasu na to, co naprawdę jest ważne dla Ciebie. Jeśli trochę przebudujesz swoje życie, może teraz nie wiesz jak, ale część Ciebie wie.

Czym jest czas? Czas to uczucia, to emocje. Zobacz - jeśli robisz to, co lubisz, nagle minuty zamieniają się w godziny.

To nie przypadek, że mężczyźni i kobiety osiągają „szczyty dawno zaspanych gór”. Na seminarium przedstawiamy System. Za każdym sukcesem kryje się System.

Co mam na myśli pisząc system?

Jest to system, który reprezentują i reprezentowały osoby, które osiągnęły to, o czym Ty zawsze marzyłeś.

Czy sobie zdajesz sprawę z istnienia pewnych sił we wszechświecie, czy też nie? One mogą działać dla Ciebie lub przeciwko Tobie. Są to naturalne prawa, które były opisywane już 2000 lat temu. Możesz o nich przeczytać w Biblii, Koranie, Torze.

Kilka tysięcy lat temu spisywano je na manuskryptach i zwojach, były przekazywane z pokolenia na pokolenie, często ludzie oddawali za nie życie.

Dziś w dobie Internetu żadna informacja nie jest ukrywana. Dlaczego więc ludzie na całym świecie nadal nie otrzymują od życia tych wszystkich obfitości?

Ponieważ nie stosują się do Naturalnych Praw i Systemu.

Wielkie osiągnięcia nigdy nie są dziełem przypadku. Edison 9999 razy się pomylił, aby znaleźć właściwe rozwiązanie. Czy my też musimy popełniać tyle błędów? Powiem Ci coś: ja nie chcę tyle razy przewrócić się, tracić tylu kontraktów, wspaniałych pracowników, kontrahentów, czekać do późnej starości, aby wypowiedzieć te słowa: „Gdzie jest moje życie, czy ono tak musiało wyglądać?”

Pewien człowiek powiedział te znamienite słowa: „Człowiek mądry uczy się na swoich błędach, człowiek sprytny uczy się na cudzych błędach, człowiek głupi nigdy się nie uczy.”.

Pamiętasz, jak pytałem Cię, czy słyszałeś takie słowa „Wierzę w Ciebie, dasz radę, uda Ci się”? Do 9 roku życia, słyszymy średnio 9 tysięcy razy „Nie uda Ci się, nie dasz rady, nie ruszaj, zostaw.”.

Są tylko dwie możliwości: miałeś wspaniałych rodziców, którzy wierzyli w Ciebie, kochali i bezkrytycznie akceptowali lub wspaniałe środowisko, które nigdy Cię nie krytykowało, nie ponizalo i mówiło same wspaniałe rzeczy na Twój temat. Oczywiście, taka sytuacja byłaby spełnieniem marzeń.

Każdy w podświadomości ma zachowane negatywne wzorce, do których się odwołuje. To Twój dawno zapomniany przyjaciel, koleżanka, która odnosi sukcesy w konkurencyjnej firmie, rodzice, którzy starali się jak mogli, telewizja czy gazety.

9 tysięcy razy „Nie uda Ci się” wystarczy, abyś nigdy nie zasmakował czym jest sukces. Dlatego konieczne jest poznanie seminarium i treści książki „Odrodzenie Feniksa”.

Jeśli rzeczywiście chcesz skorzystać z tej książki, nie wyobrażaj sobie, że wystarczy ją raz przekartkować. Po uważnym przeczytaniu powinieneś co miesiąc poświęcać kilka godzin na powtórzenie.

Wiem, że na początku będzie Ci trudno postępować zgodnie z tymi regułami przez cały czas, jednak Twój wysiłek przyniesie Ci olbrzymie owoce.

Od wieków ludzie zadawali jedno pytanie: „Dlaczego jedni ludzie osiągają większy sukces od innych?”. Tysiące pisarzy, myślicieli, filozofów, trenerów zainwestowało miliony dolarów i godzin na szukanie tej odpowiedzi!

Dlaczego inni ludzie zarabiają więcej, mają więcej przyjaciół, cieszą się lepszym zdrowiem i posiadają większą satysfakcję z życia?

Czym jest Pełen Sukces?

Zanim zaczniemy, musimy się skupić na 6 najważniejszych punktach sukcesu. Dla wszystkich są one takie same. Słyszałem to setki razy

i setki razy analizowałem. Mówi o tym Zig Ziglar w swoim „Born to Win”; Brian Tracy w „Psychology of Achievement”, przekazuje to również Anthony Robbins w swoim „Power to Influence”.

1. Spokój ducha.

Wszyscy najwięksi przywódcy duchowi, psychologowie, filozofowie pokazują, jak można osiągnąć upragniony spokój ducha. Innymi słowy - mówiąc „spokój ducha”, mam na myśli: wolność od strachu, wolność od gniewu, wolność od winy.

Jest to zresztą największy problem XXI wieku.

Chodzi o to, że kładziesz się spać ze spokojem ducha i wstajesz z takim samym pozytywnym nastawieniem.

2. Zdrowie oraz wysoki poziom energii witalnej.

Gdy nie mamy zdrowia, samopoczucie jest niskie, nigdy nie będziemy w pełni się cieszyć życiem.

Nie osiągniemy także nigdy spokoju ducha.

3. Stosunki międzyludzkie.

To jak zachowujemy się w stosunku do innych. Jak bardzo jesteśmy pomocni, lubiani.

4. Finansowa wolność.

Pod pojęciem finansowa wolność mamy na myśli, że masz tyle pieniędzy, że nie musisz się o nie martwić. Dla jednej osoby to będzie 40 tysięcy rocznie, dla innej 500 tysięcy rocznie. Głównym założeniem jest jednak to, że nie martwisz się tutaj o przetrwanie do „pierwszego”. Nie można cieszyć się życiem, gdy martwisz się, skąd weźmiesz pieniądze na zapłacenie rachunków.

5. Cele i ustalone wartości.

Żeby w pełni funkcjonować jako ludzie musimy mieć cele, do których dążymy i znać wartości, które reprezentujemy.

6. Samorealizacja, którą Maslow określił w swojej piramidzie potrzeb. Cokolwiek jesteś w stanie sobie wyobrazić o sobie, możesz to osiągnąć. Czy realizujemy swój pełen potencjał?

Żyjemy w najbardziej bogatym okresie historii, jaki ludzkość zna. Nasz standard życia jest tak wysoki, że 50 lat temu moglibyśmy tylko pomarzyć o takim. Jednak są ludzie, którzy żyją w krańcowej desperacji, są niezadowoleni ze swojej pracy, niezadowoleni ze swojego życia, rodziny, znajomych, palą, piją za dużo. Dlaczego tak jest? Rodzimy się bez podręcznika. Wyobraź sobie, że obok Ciebie siedzi fachowiec, który dostarczył Ci instrukcję obsługi i krok po

kroku pokazał, jak wgrać najnowsze oprogramowanie oraz jak po tym systemie swobodnie się poruszać. Gdy zaczniesz poruszać się jak ekspert, zrobisz postępy w Twojej pracy, jakość i ilość wyników osiągniętych będzie się stale zwiększać.

Wiem, że chcesz więcej od życia. Chcesz polepszyć stosunki międzyludzkie. Każdy chce być szczęśliwszy, zdrowszy, posiadać zabezpieczenie finansowe, mieć dobre stosunki z rodziną.

Mam dla Ciebie wyzwanie. Musisz przejąć kontrolę nad każdym aspektem Twojego życia. Twoim zadaniem będzie korzystanie z tej wiedzy, którą tu zdobędziesz, a nie tylko wysłuchanie jej. Moim pytaniem dla Ciebie jest: jak możesz natychmiast przejąć kontrolę nad swoim życiem? Każdy ma z nas talent, dar, umiejętności, które czekają tylko, aby je odkryć. Jestem wielce podekscytowany, że razem będziemy pracować nad Twoimi umiejętnościami.

Do zobaczenia na szczycie

Nikodem Marszałek

PSYCHOLOGIA OSIĄGNIĘĆ

1. ALCHEMIA OSIĄGNIĘĆ

„Chcę, abyście pamiętali o jednej rzeczy. Wasza bieda nie jest czymś, czego należy się wstydzić, ani też czymś, z czego należy być dumnym. Wasza bieda jest czymś, czego należy się pozbyć tak szybko, jak tylko potraficie.”

Jackson Stevers

(do swoich 2 synów, którzy znajdują się na liście Forbes 400)

Istnieją tylko dwa prawa:

- ludzkie,
- naturalne.

Prawa ludzkie ulepszamy i często pod presją ich przestrzegamy. Jednak na te drugie nie mamy żadnego wpływu, dzisiaj nauka tłumaczy większość z nich, jednak zostaje spory obszar, który pozostał bez odpowiedzi. Prawa naturalne dzielimy na psychiczne i fizyczne.

Dzisiaj popracujemy nad esencją wysokich osiągnięć przeciętnych ludzi. Większość praw psychicznych, o dziwo, została spisana już

ponad 2000 lat temu. Czynnikiem, który nas interesuje jest stałość tych praw.

Nie ma też, Drogi Czytelniku znaczenia, czy wierzysz w te prawa, czy je znasz, gdyż one i tak działają dwadzieścia cztery godziny na dobę. Te prawa nie są nowe i unikatowe, w dawnych czasach spisywano je na manuskryptach, możemy je przeczytać w Biblii, Koranie, Torze. Osobiście spotkałem się z tak usystematyzowaną wiedzą dopiero na mistrzowskim i już dziś legendarnym seminarium Brian'a Tracy'go: „Psychology of Achievement”. Postęp i wiedza jednak podpowiadają Mi, aby te prawa rozbudować. Zaczynajmy...

Nie ma mowy o osiągnięciu sukcesu, spokoju ducha, niezależności finansowej, jeśli nie znamy i nie dostosowujemy się do tych uniwersalnych praw. Tutaj nikt nie ma immunitetu lub wyłączności, gdy Ci się powodzi, to znaczy, że żyjesz zgodnie z tymi prawami, gdy narzekasz na życie, robisz prawdopodobnie nieświadomie wszystko przeciwko tym prawom.

1.1. Prawo kontroli

W psychologii jest to jedno z największych praw, które mówi nam, że poziom kontroli, jakim obejmujemy nasze życie ma bezpośredni wpływ na nasze samopoczucie psychiczne. Jak się czujesz, gdy ktoś kontroluje lub rządzi Tobą? Kłopoty psychosomatyczne biorą się

z braku kontroli nad jakimś ważnym elementem w życiu. Od czego zaczyna się kontrola naszego życia? Oczywiście od kontroli naszych myśli, nad którymi mamy rzeczywistą władzę:

- samodyscyplina;
- samodoskonalenie;
- samokontrola.

Do tych trzech technik możemy dojść jedynie poprzez kontrolę myśli. Tracąc panowanie na czymś, po prostu odejść od tego lub zabrać się do pracy nad czymś innym. Pracuj nad czymś, co możesz kontrolować. Prawo to wyraźnie mówi, że musimy wiedzieć dokąd zmierzamy. Człowiek, który ma wyraźny cel i plan zawsze ma przewagę nad niezdecydowanym, ale o tym w dalszej części książki.

1.2. Prawo wypadku

Są ludzie, którzy uważają, że wszystko dzieje się bez naszego udziału i kontroli i nie mamy fizycznej możliwości kontrolowania czegokolwiek. To, co się dzieje, jest dziełem przypadku. Kobiety i mężczyźni planują i ponoszą porażki, mówią „to nie ma sensu, nie można kontrolować swojego przeznaczenia”. Konsekwencją takich czynów jest negatywna postawa, frustracja, sceptycyzm. To wszyscy ci, którzy wierzą, że los i szczęście są głównymi czynnikami osiągnięcia sukcesu, istnieją zbiegi okoliczności i ludzie urodzeni pod dobrą gwiazdą. Jeżeli w to wierzysz, zapomnij o tym prawie, otrzymałeś właściwą lekturę we właściwym czasie.

1.3. Prawo przyczyny i skutku

Każdy skutek w Twoim życiu ma swoją przyczynę. Jest to żelazne prawo wszechświata. Przypadki nie istnieją. Żyjemy w uporządkowanym świecie rządzonym przez prawa. Prawo to mówi, że istnieją wyraźne przyczyny i wyraźne skutki. W księdze przysłów czytamy: „Co człowiek zasieje, to zbierze”. Jest to uniwersalne prawo siania i zbierania. Nas jednak najbardziej tutaj interesuje interpretacja tego wszystkiego. „Myśli są przyczynami, a warunki skutkami”.

Zmiana świata zewnętrznego odbywa się od wewnątrz. Otrzymujesz od życia to, co sam mu dasz.

„Sukces jest dziełem przypadku. Zapytaj o to każdego nieudacznika.”

Earl Wilson

Newton odkrył prawo przyczyny i skutku: „Każdej akcji równa się reakcja”. Zbieramy plon tylko pod warunkiem, że zasiejemy. Jeśli zasiejemy ogórki, nie zbierzemy pokrzyw. Nie pokonasz praw natury. Nasze fizyczne i psychiczne zdrowie, nasz sukces życiowy są rządzane przez to samo równanie, które wymaga od nas, abyśmy „płacili z góry”. Nigdy nie wiemy, kiedy otrzymamy nagrodę za nasz trud i wysiłek.

To co otrzymujesz dzisiaj, jest wynikiem Twoich siewów w przeszłości. Mówisz o innych, inni będą mówić o Tobie. Dobrze wyrażasz się o innych, inni będą dobrze wyrażać się o Tobie.

Jak często słyszymy takie słowa: „chciałbym mieć taki talent”, albo „chciałbym mieć jej szczęście”.

Nie dostrzega się lat, miesięcy ćwiczeń i wysiłku, które przyczyniają się do odniesienia sukcesu. Pomyśl, to tak jakby zbierać nigdy nie siejąc, jest to niemożliwe, chyba, że masz na myśli chwasty! Czytałem kilka lat temu o natychmiastowych karierach, błyskawicznym sukcesie, obojętnie czy masz na myśli aktorów czy piosenkarzy. Prowadziłem wywiady z wieloma polskimi gwiazdami: „Wysiłek i praca, to jest coś, czego ludzie nie chcą słyszeć, dlatego o tym nie mówimy”. Gdybyś zasiał ziarenko słonecznika, nie wyrosnie Ci dynia! Gdyby tak się działo, gra nie byłaby warta świeczki. Pamiętaj, ta zasada dotyczy wszystkiego, jednak najpierw musisz pójść i pokopać w polu!

1.4. Prawo wiary

Jest to nadrzędna zasada, o której przeczytasz w każdej książce, która mówi o sukcesie czy rozwoju osobistym. W cokolwiek wierzysz z uczuciem, będzie Twoją rzeczywistością. Dzisiaj jesteś wszystkim, co reprezentuje Twoja wiara i przekonania. Nasza wiara tworzy filtr, przez który widzimy świat, nie pozwalamy także, aby żadna

informacja, która jest sprzeczna z tym filtrem przedostała się do środka, nawet jeżeli nasz filtr jest całkowicie niezgodny z rzeczywistością. Wierzymy, że to jest prawdziwe i to staje się prawdziwe dla nas.

W Biblii jest napisane „Podług Twojej wiary się stanie”. Inaczej mówiąc, nie musisz wierzyć w to, co widzisz, lecz widzisz to, w co wierzysz.

Niezwykłe osiągnięcia, zwykłych ludzi:

„Jeśli wierzysz, że sukces jest kwestią szczęścia lub przypadku, łatwo się zniechęcisz lub zawiedziesz, kiedy rzeczy będą się toczyć nie po Twojej myśli. Twoja wiara określa, czy czeka Cię sukces, czy porażka.”

„Kiedy sądzisz, że **możesz...** lub kiedy sądzisz, że **nie możesz...**, w obu przypadkach masz rację!”

Henry Ford

Bardzo lubię ten cytat, dlatego, że ukazuje potęgę wiary. Kiedy sądzisz, że możesz coś zrobić, to... masz rację, możesz to zrobić! Ale kiedy jesteś przekonany, że **TEJ SAMEJ RZECZY NIE MOŻESZ WYKONAĆ** to wiesz, co wtedy? Wtedy tego nie możesz zrobić!

To jest zdumiewające, że bardzo często ludzie odnoszą sukcesy nie dzięki swoim dokonaniom czy talentom, lecz dzięki swojej wierze. Zawsze byłem zafascynowany ludźmi, którzy posiadali niezłomną wiarę w to, co robią.

Historia uczy nas, że często ludziom wierzącym w siebie i swoją misję udawało się dokonać niezwykłych czynów, mimo że rzesze innych, łącznie z uczonymi, mówiły im, że coś jest niemożliwe!

Vincent Van Gogh

W swoim życiu sprzedał tylko dwa obrazy – na dodatek obydwu swojemu bratu! Wszyscy współcześni mu artyści wyśmiewali się z jego techniki malarskiej, wmawiali mu wręcz, że jest prymitywna. On wierzył w swój talent i w swoją wizję.

Fred Astaire

Podczas pierwszego testu umiejętności scenicznych Freda Astaire'a agent przyglądający kandydatów napisał notatkę: „Nie potrafi grać. Nie potrafi śpiewać. Trochę tańczy.”

Margaret Mitchell

Wydała tylko jedną książkę w swoim życiu..., ale co to była za książka! Jej „Przeminęło z wiatrem” wygrało nagrodę Pulitzera w 1939 roku, a film nakręcony na kanwie powieści stał się

najpopularniejszym filmem w historii kina. Większość ludzi nie wie jednak, że książka „Przeminęło z wiatrem” została odrzucona przez 32 wydawców!

Mimo, że była nieśmiałą, spokojną osobą, wierzyła tak mocno w wartość swojej książki, że w końcu dotarła do wydawcy, który ujrzawszy w powieści to, czego nie dostrzegło 32 poprzednich wydawców!

Mój ulubiony przykład Alberta Einsteina

Był dzieckiem o opóźnionym rozwoju: niektórzy z jego nauczycieli byli przekonani, że jest tępakiem! Nie mówił przed czwartym rokiem życia i nie potrafił czytać przed siódmym. Jeden z nauczycieli wystawił mu taką cenzurkę: „Wolno myśli, nie potrafi się bawić i cały czas pogrążony jest w dziecięcych marzeniach”. Z jednej szkoły nawet go wyrzucili, a do drugiej nie chcieli go przyjąć. Wiemy dziś, że był jednym z największych myślicieli XX wieku.

Gdy słucham opowieści o takich ludziach jak on, którzy zrealizowali swoje marzenia, ponieważ wierzyli w siebie – przypominają mi się słowa Eleanor Roosevelt „Nikt bez Twojej zgody nie może sprawić, że poczujesz się gorszy”.

Ci ludzie, o których wam opowiedziałem, nie poddali się po pierwszych słowach krytyki. Gdyby tak się stało, to nasz świat byłby uboższy o tych wspaniałych ludzi i ich dzieła.

Biblijna definicja wiary

Każdy wie, że wiara istnieje, ale czasami trudno nam przychodzi ją zdefiniować. Najlepsze wyjaśnienie pojęcia wiary znajduje się w Biblii. W Liście do Hebrajczyków o wierze mówi się w ten sposób: „*A wiara jest pewnością tego, czego się spodziewamy, przeświadczeniem o tym, czego nie widzimy*”. Innymi słowy nie musisz czegoś widzieć, aby w to wierzyć. Gdy NAPRAWDĘ w coś wierzysz, to Twoja wiara stanowi wystarczający dowód. W swoim umyśle widzisz swoją wizję tak jasno, że doskonale wiesz, iż trzeba tylko czasu, zanim stanie się ona rzeczywistością. Na tym właśnie polega wiara.

Druga odpowiedź to sposób patrzenia na świat.

Są dwie możliwości:

- optymistyczny;
- pesymistyczny.

Nie będziemy teraz opisywać poszczególnych wzorców, bo każdy je zna. Osoby ze spojrzeniem pesymistycznym mają też takie nastawienie, mają negatywną opinię na temat świata i siebie. Ludzi optymistycznych łatwo przewidzieć. Budują i tworzą, są pełni energii.

Najgorsze są tutaj przekonania. Opowiem wam prawdziwą historię o chłopaku, który w szkole średniej miał same 5 i 6. Złożył podanie

na uniwersytet i przygotowywał się do egzaminów. Jest taka procedura w USA, że przystępuje się do egzaminu Scholastic Aptitude Test. Kilka tygodni po tym dostał wyniki testu i pismo, że został przyjęty z wynikiem 99. Ucieszył się naturalnie, że został przyjęty, jednak martwiło go co innego. Nie wiedział co oznacza cyfra 99, myślał, że jest to jego IQ, a wiedząc, że przeciętna wynosi 100 nabrał przekonania, że ma ograniczoną inteligencję i na uniwersytecie nie ma szans. Przez cały semestr zawałał lub oblewał wszystkie przedmioty. Opiekun roku w końcu go zaprosił i zapytał, z jakiego powodu tak kiepsko mu idzie.

- No cóż – odpowiedział – Nie może mnie pan za to winić. Moje IQ wynosi tylko 99.

- Na jakiej podstawie pan tak twierdzi? – zapytał opiekun patrząc w papiery studenta.

- Tak napisano w zawiadomieniu o przyjęciu mnie na uczelnię.

Kiedy opiekun zorientował się co zaszło, wyjaśnił różnice między IQ, a wynikiem testu. Wynik 99 oznacza, że wynik ten był równy lub lepszy od wyników 99% wszystkich pozostałych studentów w całych Stanach. Jest pan jednym z najbardziej bystrych młodzieńców w całej szkole - rzekł dyrektor.

Większość samoograniczających przekonań, to przekonania całkowicie fałszywe. Opierają się na negatywnych danych, które otrzymałeś i przyjąłeś jako prawdziwe.

1.5. Prawo oczekiwań

Jest to prawo, które w pozostałych rozdziałach będzie wzmacniane. Cokolwiek oczekujesz z głębokim przekonaniem, stanie się to samospełniającą przepowiednią. Ludzie sukcesu nieustannie mówią, że oczekują od siebie wspaniałych wyników. Oczekiwania mają ogromny wpływ na nasze stosunki międzyludzkie. Oczekiwania naszych rodziców, znajomych, otoczenia, mają ogromny wpływ na naszą przyszłość. Innymi słowy: „Od życia otrzymujesz niekoniecznie to, czego chcesz, lecz to, czego oczekujesz”.

Dostajesz to, czego się spodziewasz

Zwykle przyciągamy do siebie to, czego oczekujemy. Tenista mówi: „Muszę mieć przy sobie moją króliczą łapkę, inaczej nie wygram”. I ma rację, jeśli to sobie wmawia. Ale siła nie kryje się w małej króliczej łapce, trzynastym w piątek i przechodzeniu pod drabiną. Jeśli Ania mówi: „Ludzie przychodzą do mnie zawsze, kiedy w domu mam jeden wielki bałagan”, to ten wzorzec będzie się powtarzał w jej życiu. Twój mąż powtarza, że co roku w zimie choruje, i tak będzie. W następnym temacie przeczytasz o nastawieniu, jednak czy wiesz, że lekarze doszli do wniosku, że rekonwalescencja pacjentów zależy od ich nastawienia i częściej jest zgodna z oczekiwaniem chorych niż z oficjalnymi prognozami? Jaki z tego wniosek?! Taki, że wszystko zależy od słów, które wypowiadasz. Ty decydujesz o tym, w jaki sposób myślisz. Ty decydujesz o tym, co wprowadzasz do swojego umysłu, i co otrzymujesz z powrotem.

Niezwykłe osiągnięcia, zwykłych ludzi:

„Ludzi sukcesu charakteryzuje ufne, pozytywne oczekiwanie w stosunku do siebie. Oczekują, że będą osiągać sukcesy, oczekują, że będą lubiani, znani, bogaci.”

W książce „Pigmalion w klasie” dr Robert Rosenthal przedstawia eksperyment, który wykonał pod koniec lat sześćdziesiątych.

„Dyrektor szkoły wezwał do siebie trzech nauczycieli. Oto, co im powiedział: Obserwując Wasze metody nauczania doszliśmy do wniosku, że jesteście najlepszymi nauczycielami w szkole. Aby nagrodzić Was za tak wspaniałe umiejętności, damy każdemu z Was klasę złożoną z najlepszych uczniów tej szkoły. Dzieci te zostały wybrane na podstawie najnowszych testów IQ. Oczekujemy, że w ciągu najbliższego roku osiągną postępy w nauce, wynoszące od 20 do 30 procent. Aby jednak uniknąć posądzeń o dyskryminację, musimy utrzymać całą sprawę w tajemnicy. Nie powiemy o tym rodzicom i Wam także nie wolno zdradzić uczniom, że zostali specjalnie wybrani do tej wybitnej klasy. Nauczyciele byli zachwyceni. Marzeniem belfra jest klasa pełna uzdolnionych dzieci. Powrócili do swoich zajęć pełni świeżego entuzjazmu. Przez rok obserwowano uważnie klasy i nauczycieli. Uczyli z większym zaangażowaniem, mieli więcej cierpliwości do uczniów. Spędzali więcej czasu po lekcjach. Gdy jakieś dziecko miało kłopoty w czymś, zakładali zawsze, że problem leży po stronie nauczania, nie dziecka”.

Jakie były wyniki? Tak, jak przewidywano - poprawa od 20 do 30%. Gdy dyrektor wezwał nauczycieli, spytał jak im się pracowało. Odpowiedzieli, że to był najlepszy rok w ich karierze. Dyrektor wyjaśnił im, że to był eksperyment i dzieci nie były szczególnie uzdolnione, wybrano je losowo. Przez krótką chwilę myśleli, że to ich zasługa, jednak i oni zostali wybrani losowo. Można powiedzieć podwójna intryga. Eksperymentatorzy zataili wszystko oprócz oczekiwań „jesteście znakomitymi nauczycielami i oczekujemy od Was doskonałych wyników w pracy z tymi klasami wybitnych uczniów”.

Dzieci były traktowane jako wybitne, oczekiwania wobec nich były wysokie. W obu przypadkach informacje były fałszywe, jednak pochodziły z zaufanego źródła. Najlepszym jednak wynikiem był wzrost IQ jednego z uczniów z 90 do 115. Było to możliwe dzięki wpływowi pełnego pozytywnych oczekiwań nauczyciela.

Zrób to teraz

Najlepszym chyba zachowaniem motywacyjnym jest stałe i ufne oczekiwanie od innych najlepszego. Ludzie zawsze będą się starać Cię nie zawieść. Powtarzam Wam dziś, mówcie do każdego, w szczególności do dzieci, nie tylko swoich: „Jesteś najlepszy, jesteś najwspanialszym małym człowieczkiem na świecie”. Wielu ludzi sukcesu zawdzięcza swój sukces takiej postawie swoich bliskich i ludzi, których szanowali. Najlepszą rzeczą jest mówienie „Wierzę w Ciebie. Wiem, że Ci się uda”.

Powiedz swoim dzieciom, bliskim, że ich Kochasz, gwarantuję Ci, że 91% problemów psychicznych zniknie, od tak. Powiedz, że Kochasz.

Prawo oczekiwania

1. Oczekiwania naszych rodziców. Może zaistnieć taka sytuacja, że ktoś miał na Ciebie negatywny wpływ i negatywne oczekiwania. Możesz w takiej sytuacji być dalej podświadomie obciążony stałym dążeniem do tego by ich nie zawieść.
2. Drugi rodzaj oczekiwań to oczekiwania Twojego pracodawcy, ludzi, z którymi pracujesz. Gdy Twój pracodawca i osoby są pozytywne, jesteś szczęśliwy, lepiej sobie radzisz w stresowych sytuacjach. Jednak są szefowie i współpracownicy, którzy są negatywni, ich postawy i zachowanie po prostu demotywują. Nie ma takiej możliwości, żebyś czuł satysfakcję z takiej pracy.

Mój zawodowy przykład

Przyszedł do mnie kiedyś bliski przyjaciel mojego brata - Przemek. Mówił, że chce rzucić pracę z powodu szefa. Jest przykładem człowieka, który oddał całego siebie w pracy, a jedyne co dostał, to negatywne wzorce i nierealne oczekiwania. Na pytanie, czym jest sukces, – odpowiedział: – „To zdrowie, poczucie bezpieczeństwa, duża kwota w banku, bliskość rodziny, że przyszłość przyniesie coś jeszcze lepszego”. Jest to bardzo ważne pytanie, bo pokazuje nam wzorzec wartości, jaki człowiek reprezentuje.

Teraz zrobimy to, czego nikt nie robi. Ocenimy siebie i Twojego szefa. Wielu ludzi tego nie robi, bo nie będzie mogło zaprzeczyć, musimy stanąć oko w oko z naszą sytuacją. Mówię do Przemka, „Chodź, przyjrzymy się Twojemu szefowi. Będziemy wpisywać plusy i minusy Twoje i szefa”. Z powodów osobistych wypisuję tylko listę Jego szefa.

a) Moim pierwszym pytaniem było: „Jak bardzo jest szczęśliwy Twój szef? – No myślę, że nie jest za bardzo szczęśliwy. Dlaczego nie jest szczęśliwy? Bo gdy mówię kawał, on nigdy się nie uśmiecha.”.

b) „Jak jest z jego zdrowiem? – Zdecydowanie minus - pije, pali, ma dosyć dużą nadwagę”.

c) „Spokój ducha, czy w ogóle wie, co to oznacza? On nie posiada spokoju ducha, ciągle chodzi nerwowo, dzwoni w różne miejsca, kłóci się ze wszystkimi”.

d) „Bardzo bogaty jest Twój szef? No nie wiem, posiada dwa luksusowe samochody i dwa mieszkania. Co roku wyjeżdża do ciepłych krajów na dwa miesiące.”

Mówię Przemkowi: „Wiesz znam kilku największych przedsiębiorców w Polsce, oni posiadają miliardy! Jakby porównać Twojego szefa do nich, jak on wypada na ich tle? On nie ma tyle pieniędzy.”

e) „Ilu ma przyjaciół? – No myślę, że żadnego. Ja nie jestem jego przyjacielem, ja tam tylko pracuję”.

f) „Powiedz mi, jaki ma stosunek do swojej rodziny, małżonki? – Jest rozwiedziony, a dziecko jest pod opieką matki.”

g) „Jaką on ma nadzieję na przyszłość? – No wiesz, przed rozmową z Tobą myślałem, że dużą? Przed chwilą myślałem że jest człowiekiem sukcesu, ale po rozmowie z Tobą uważam go za totalnego palanta.”

Tak, pozwalałeś kontrolować swoje samopoczucie i warunki takiemu człowiekowi. Zobacz 6 minusów i żadnego plusa, czy Ty naprawdę chciałbyś się zamienić z Twoim szefem? Czy po tej analizie, chciałbyś się zamienić z kimkolwiek?

Kluczem do Twojego sukcesu jest utrzymanie balansu. Wcześniej oddawałeś się komuś lub czemuś bez reszty, co tak naprawdę nie miało sensu. Dzięki równowadze jesteś bardziej kreatywny, produktywny, masz lepsze relacje z rodziną, bliskimi, znajdziesz odpowiednią pracę i biznes. O równowadze i balansie porozmawiamy w następnym temacie. Musisz zdać sobie sprawę z faktu, że czasem kierują nami ludzie, którzy „pożjadali wszystkie rozumy, mają nad nami przewagę finansową, czasem intelektualną”. Czujesz się źle wśród tych ludzi odpowiadając na te pytania? Powinieneś nabrać: kontrastu i energii.

Uwolnij się od cudzych oczekiwań

Usłyszałem kiedyś taką historię: „Pewien gazeciarz nie grzeszył uprzejmością i w sposób wyjątkowo gburowaty wydał klientowi resztę, ten wszakże wcale tym nie zrażony spojrzał mu prosto w twarz i bardzo serdecznie się pożegnał.

- Coś nie w sosie ten facet, nie uważasz? – zapytał kolega.
- Ach, zawsze jest taki – wzruszył ramionami przyjaciel.
- To dlaczego nadal okazujesz mu tyle uprzejmości? – zdziwił się kolega.
- A dlaczego nie? Dlaczego to on ma mi dyktować, jak powinienem się zachowywać?”

Co za wspaniała postawa i niezależność. Jak zareagowalibyśmy w takiej sytuacji? Nic tak nie niszczy nas samych, jak tracenie energii na usiłowanie przypodobania się innym ludziom.

Męczymy się, rozpisujemy cudze charaktery tak, aby odgadnąć i spełnić cudze oczekiwania. Wolnością jest być tym, kim się jest naprawdę. Pamiętaj, co napisałem w „Motywacji bez granic” w dodatku „Pełne życie – podstawowe pytania o wartości”? Kiedy postanawiamy skończyć z udawaniem, że jesteśmy takimi, jakimi chcą nas widzieć inni, dokonujemy wyboru i przemieniamy nasze życie.

„Krytykować, potępiać i narzekać potrafi każdy głupiec i większość głupców to robi”

3. Oczekiwania wobec Twoich dzieci, współmałżonka. Słyszeliście na pewno taką informację, że dzieci do 9 roku życia słyszą 9 tysięcy razy słowa „nie uda się”, „nie próbuj”, „nie dasz rady”. Jesteśmy indywidualistami, którzy niestety dorastają w negatywnych środowiskach i bez znaczenia tutaj jest, czy mieszkasz na Malibu Road, Beverly Hills, czy na Piłsudskiego. Jak często zdarza się, że słyszymy takie słowa matki, ojca: „Choć głupku, choć tu, Ty nieznośny bachorze” lub jeszcze gorzej „Posadzą Cię za to do więzienia” Ludzie, 5, 6-letnie dziecko posyłacie do więzienia? Pewien psycholog zbadał, że 90% ludzi, którzy dzisiaj są w więzieniu, w dzieciństwie słyszało: „Ty pójdziesz do więzienia”. Od dziś oczekuj wszystkiego, co jest najlepsze od swoich bliskich.

4. Najważniejsze oczekiwania to oczekiwania, które mamy wobec siebie. Możemy świadomie utworzyć ich prywatny zestaw, swój osobisty sposób podejścia do świata oparty na oczekiwaniu od siebie najlepszego w każdej sytuacji.

1.6. Prawo przyciągania - „magnetyzm”

Na ten temat napisano wiele książek. Prawo to mówi, że każdy z nas jest żywym magnesem. Nieustannie przyciągamy do siebie ludzi i sytuacje, które odpowiadają naszym głównym myślom.

Podam prosty przykład:

Jest to zjawisko rezonansu. Gdy w dużym pomieszczeniu mamy dwa fortepiany i uderzymy w klawisz C na jednym z nich, to po przejściu do drugiego fortepianu zauważymy, że wibruje w nim taka sama struna C.

Według tej zasady mamy tendencję do spotykania i angażowania się w związki i sytuacje, które wibrują w harmonii z naszymi najważniejszymi myślami i uczuciami. Najważniejszą informacją dla nas jest to, że gdy wiemy dobrze, czego chcemy i z jakimi ludźmi chcemy przebywać, przyciągniemy ich do swojego życia.

Przykład

Sześć lat temu, gdy szukałem wymarzonej małżonki, zastosowałem właśnie prawo: „magnetyzmu”. Analizowałem też resztę praw, wykorzystywałem je w biznesie, lecz nigdy, aby przyciągnąć konkretną osobę. Jaki proces wykorzystalem? To tak jak z celami, wziąłem kartkę papieru spisałem po 16 cech: fizycznych, psychicznych..., teraz właśnie Cię zaciekawilem, powiem tylko, że jeśli te prawa by nie zadziałały, dzisiaj byś nie czytał tej książki - ale o tym w temacie: „wizualizacja”.

Przytrafiło Ci się kiedyś, abyś pomyślał o kimś, kogo nie widziałeś latami, miesiącami, a tu nagle ta osoba do Ciebie dzwoni lub ją spotykasz? Nucileś sobie piosenkę, włączasz telewizor, a tu nagle

właśnie leci ten utwór. Myślisz o książce lub jakiejś informacji, której potrzebujesz, a po krótkim czasie dostajesz to, czego szukałeś. Wiele ludzi przypina etykietkę przypadku. Już we wstępie uczuliłem Cię na „przypadki i zbiegi okoliczności”. Twój umysł jest magnesem i przyciągasz to, o czym myślisz.

W klasycznym już bestsellerze: „**Myśl i bogać się**” Napoleon Hill napisał: „Nasze mózgi magnetyzują się naszymi dominującymi myślami i w sposób nieznaną te magnesy przyciągają do nas siły, ludzi, okoliczności życiowe, zgodne z naszymi dominującymi myślami”.

W książce James’a Allena „**Tak jak człowiek myśli**” czytamy: „Wcześniej czy później człowiek odkrywa, że jest ogrodnikiem swojej duszy, przewodnikiem swojego życia. Odkrywa w sobie prawa rządzące myślami i coraz lepiej rozumie, jak potęga myśli i czynniki umysłowe wpływają na kształtowanie się jego charakteru, okoliczności i losu (...). O tym, że okoliczności wyrastają z myśli, wie każdy człowiek, który choćby przez krótki czas ćwiczył samokontrolę”.

W książce „**Magia Wiary**” czytamy: „Nasze myśli o strachu tak magnetycznie przyciągają kłopoty, jak konstruktywne, pozytywne myśli przyciągają wyniki pozytywne. Toteż bez względu na swoją treść, myśl rzeźbi rzeczywistość według własnego wizerunku. Kiedy wsiąknie to już do świadomości człowieka, wtedy przychyła się on do tej niezwykłej siły, której ma użyć (...). To, co się może wyda

zbiegiem okoliczności, bynajmniej nim nie jest. Jest to materializacja wzorców z Twoich fal mózgowych”.

Mógłbym przytoczyć ponad setkę autorów. Myśl nie jest „niczym”, lecz „czymś”. Abyś mógł ją myśleć, musi zaistnieć. Ona musi być rzeczą! A zatem, jak każda rzecz, ma własną energię, musi więc podlegać takim samym prawom i zasadom, jak wszystko na tej planecie.

1.7. Prawo zgodności

W Biblii jest wyjaśnione jako: „Po owocach czynów poznacie ich”. Wszystko w życiu przemieszcza się od wewnątrz na zewnątrz.

- Twój zewnętrzny świat stosunków z ludźmi jest odzwierciedleniem osoby, którą naprawdę jesteś;

- Twój zewnętrzny świat dochodów i finansów odpowiada wewnętrznemu stanowi myśli i gotowości.

Sposób, w jaki ludzie reagują na Ciebie jest odbiciem Twojej postawy i zachowań wobec nich. Goethe powiedział „Trzeba być czymś, by móc coś robić”.

Musimy się zmienić. Zanim zobaczymy jakiegokolwiek zmiany na zewnątrz, musimy stać się innymi ludźmi **wewnątrz**. Dlatego jest

tak ważne, aby zawsze oczekiwać rzeczy pozytywnych od siebie, wszystkiego co najlepsze.

Musimy sobie odpowiedzieć na dwa ważne pytania:

I. Napisz trzy oczekiwania, jakie masz wobec siebie:

1.....

2.....

3.....

II. Co rozumiesz pod pojęciem „kim jestem?”:

.....

.....

.....

.....

.....

...

1.8. Prawo wdzięczności

Prawo wdzięczności jest zasadą naturalną, w myśl której akcja i reakcja są sobie równe, ale ich zwroty są przeciwne. Można, a nawet trzeba przytoczyć postawę wdzięczności, jaką przyjął Jezus. Zawsze

mawiał: "Ojcze, dziękuję Ci, żeś mnie wysłuchał. (J. 11,41)". Okazuj wdzięczność, dziękuj za wszystkie pozytywne rzeczy, jakie spotykasz.

Wypełniając umysł wdzięcznością, nieprzerwanie jesteś skupiony na najlepszych rzeczach. Dzięki wdzięczności rodzi się wiara. Umysł pełen wdzięczności tworzy nadzieję, która przechodzi w wiarę.

Podsumowanie tego podrozdziału

Podsumuję ten rozdział historią, która wydarzyła się kilkadziesiąt lat temu:

„Pewien człowiek pracujący na kolei został przez przypadek zamknięty w wagonie chłodni. Walił w drzwi i krzyczał, ale nikt go nie usłyszał. W końcu zaakceptował swoje przeznaczenie, usiadł, uspokoił się i palcami na ścianie wyskrobał dla tych, którzy go odnajdą: robi się coraz zimniej, zaczynam się trząść, nie pozostaje mi nic tylko szlochać, powoli zamierzam na śmierć, to są moje ostatnie słowa”. Po 5 godzinach znaleziono go martwego. Ale co było dziwne agregat był zepsuty i w wagonie było 10 stopni Celsjusza, a powietrza było dużo. Ten człowiek po prostu chciał umrzeć”.

Już nieraz słyszeliście, czytaliście książki, które opisywały nasze myśli, powtórzę więc tylko słowa Buddy:

„Jesteśmy tym, co o sobie myślimy. Wszystko, czym jesteśmy wynika z naszych myśli, naszymi myślami tworzymy świat”.

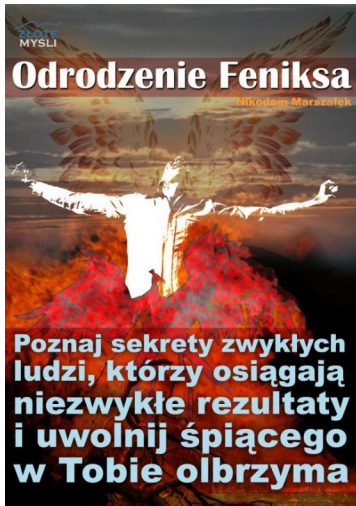
Jesteśmy poniewierani przez okoliczności dopóty, dopóki uważamy siebie za wytwór warunków zewnętrznych.

Rozumiejąc prawa oczekiwania, wiary, przyczyny i skutku, zaczniesz w pozytywny, ufny sposób myśleć o najważniejszych aspektach Twojego życia, przejmiesz panowanie nad tym, co Cię w nim spotyka. Zharmonizujesz życie z zasadą przyczyny i skutku.

Zasiejesz pozytywne przyczyny i zbierzesz pozytywne skutki. Zaczniesz mocniej wierzyć w siebie i swoje możliwości. Będziesz oczekiwać lepszych wyników. Przyciągniesz do siebie pozytywnych ludzi i sytuacje i wkrótce Twoje zewnętrzne życie wyników stanie się zgodne z wewnętrznym światem konstruktywnego myślenia.

Wydrukuj sobie, każdy prawo na osobnej karcie. Czytaj te prawa ilekroć masz wolny czas. Przyklej je koło komputera, na lodówce w przedpokoju, koło telewizora.

Dlaczego warto mieć pełną wersję?



Pełną wersję książki zamówisz na stronie wydawnictwa
Złote Myśli

<http://feniks.zlotemysli.pl>