

46 zasad zdrowego rozsądku

Czy istnieją zasady sukcesu?

Odkryj własną drogę do sukcesu

**ZŁOTE
MYSLI**

**Witold Wójtowicz - twórca autorskiego
szkolenia pt. "Psychologia zdrowego rozsądku"**

Ten ebook zawiera darmowy fragment publikacji "[46 zasad zdrowego rozsądku](#)"

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

Copyright by Złote Myśli & Witold Wójtowicz, rok 2008

Autor: Witold Wójtowicz

Tytuł: 46 zasad zdrowego rozsądku

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

<u>PRZEDMOWA.....</u>	<u>7</u>
<u>OD AUTORA.....</u>	<u>10</u>
<u>Jak pomóc światu?.....</u>	<u>11</u>
<u>Zasady sukcesu.....</u>	<u>12</u>
<u>Zanim zaczniesz czytać tę książkę.....</u>	<u>13</u>
<u>Musisz znaleźć własną drogę.....</u>	<u>14</u>
<u>Naucz się prezentować swoją oryginalność.....</u>	<u>15</u>
<u>Zasady zdrowego rozsądku.....</u>	<u>16</u>
<u>Dlaczego strach jest mocniejszy niż marzenia?.....</u>	<u>17</u>
<u>Jak przy pomocy umysłu sterować emocjami i marzeniami?.....</u>	<u>18</u>
<u>Twoje życie buduje się nie z wydarzeń, ale z ich interpretacji.....</u>	<u>20</u>
<u>Przeznaczenie możesz zmienić, wchodząc na wyższy pułap energetyczny.....</u>	<u>22</u>
<u>ZASADA I:</u>	
<u>NIE MA LUDZI BEZINTERESOWNIE DOBRYCH.....</u>	<u>25</u>
<u>ZASADA II:</u>	
<u>NIE MA LUDZI BEZINTERESOWNIE ZŁYCH.....</u>	<u>29</u>
<u>ZASADA III:</u>	
<u>ZAPRZYJAŹNIJ SIĘ Z PIENIĘDZMI.....</u>	<u>32</u>
<u>ZASADA IV:</u>	
<u>WOLNOŚĆ FINANSOWA TO WOLNOŚĆ OD MYŚLENIA O PIENIĄDZACH.....</u>	<u>34</u>
<u>ZASADA V:</u>	
<u>MIEJ ZAWSZE CZAS.....</u>	<u>36</u>
<u>ZASADA VI:</u>	
<u>NIE MA NA ŚWIECIE RÓWNOŚCI.....</u>	<u>38</u>
<u>ZASADA VII:</u>	
<u>PRACA JEST TRENINGIEM MENTALNYCH MIĘŚNI.....</u>	<u>39</u>
<u>ZASADA VIII:</u>	
<u>WYRASTAJĄC Z EMOCJI, AUTOMATYCZNIE WYRASTASZ ZE ZŁA.....</u>	<u>41</u>
<u>ZASADA IX:</u>	
<u>JEŚLI NIE POTRZEBOWAŁBYŚ NIC ZMIENIĆ,</u>	<u>43</u>
<u>ZASADA X:</u>	
<u>BĄDŹ CZŁOWIEKIEM SYMPATYCZNYM.....</u>	<u>46</u>
<u>ZASADA XI:</u>	
<u>NAJWIĘCEJ PIENIĘDZY LUDZIE PŁACĄ ZA WŁASNĄ GŁUPOTĘ.....</u>	<u>50</u>
<u>ZASADA XII:</u>	
<u>NIE CZEKAJ NA ZŁOTĄ RYBKĘ – ZMIEN SAM SWOJE ŻYCIE.....</u>	<u>55</u>
<u>ZASADA XIII:</u>	
<u>URODZIŁEŚ SIĘ GENIUSZEM.....</u>	<u>58</u>
<u>ZASADA XIV:</u>	
<u>MYŚLENIE TO NAPINANIE CIĘGIWY, ALE ŻEBY STRZELIĆ, TRZEBA JĄ PUŚCIĆ.....</u>	<u>61</u>
<u>ZASADA XV:</u>	
<u>IM WIĘCEJ WIN WEŹMIESZ NA SIEBIE.....</u>	<u>63</u>
<u>ZASADA XVI:</u>	
<u>NIE MOŻNA NIKOMU POMÓC.....</u>	<u>66</u>

<u>ZASADA XVII:</u> <u>SUKCES TO TYLKO ODPOWIEDNIA LICZBA POWTÓRZEŃ.....</u>	<u>68</u>
<u>ZASADA XVIII:</u> <u>MOŻESZ BYĆ, KIMKOLWIEK ZAPRAGNIESZ.....</u>	<u>69</u>
<u>ZASADA XIX:</u> <u>NIE PRZEJMUJ SIĘ.....</u>	<u>73</u>
<u>ZASADA XX:</u> <u>LUDZIE NIE SĄ GŁUPI.....</u>	<u>75</u>
<u>ZASADA XXI:</u> <u>MIEJ ŚWIADOMOŚĆ WŁASNEJ ŚWIADOMOŚCI.....</u>	<u>78</u>
<u>ZASADA XXII:</u> <u>NAJBARDZIEJ POMOŻESZ ŚWIATU, GDY BĘDZIESZ SZCZĘŚLIWY.....</u>	<u>80</u>
<u>ZASADA XXIII:</u> <u>ZOSTAŃ AGENTEM 007 SWOJEGO ŻYCIA.....</u>	<u>82</u>
<u>ZASADA XXIV:</u> <u>NIE DAJ SIĘ WPĘDZIĆ W PUŁAPKĘ STRESOWANIA SIĘ NIEPOWODZENIAMI.....</u>	<u>85</u>
<u>ZASADA XXV:</u> <u>NAUCZ SIĘ MILCZEĆ.....</u>	<u>87</u>
<u>ZASADA XXVI:</u> <u>ZNAJDŹ KOŁO STEROWE SWOJEGO ŻYCIA.....</u>	<u>90</u>
<u>ZASADA XXVII:</u> <u>ZRÓB Z ŁĄKI OGRÓD.....</u>	<u>92</u>
<u>ZASADA XXVIII:</u> <u>NIE NARZEKAJ.....</u>	<u>95</u>
<u>ZASADA XXIX:</u> <u>SIŁA REGENERACJI NASZEJ PLANETY JEST POTĘŻNIEJSZA OD LUDZKIEJ GŁUPOTY.....</u>	<u>97</u>
<u>ZASADA XXX:</u> <u>ZNAJDŹ WŁASNĄ METODĘ WALKI.....</u>	<u>99</u>
<u>ZASADA XXXI:</u> <u>TO, NA CZYM SIĘ KONCENTRUJESZ, WZRASTA.....</u>	<u>101</u>
<u>ZASADA XXXII:</u> <u>UCZ SIĘ KONCENTRACJI.....</u>	<u>103</u>
<u>ZASADA XXXIII:</u> <u>TWÓJ MÓZG TO PRZYDATNE NARZĘDZIE, ALE PAMIĘTAJ – TYLKO NARZĘDZIE... </u>	<u>105</u>
<u>ZASADA XXXIV:</u> <u>MEDYTACJA TO UŻYWANIE MÓZGU DO WALKI Z NIM SAMYM.....</u>	<u>107</u>
<u>ZASADA XXXV:</u> <u>ŻYJESZ PO TO, ŻEBY WYZWOLIĆ MOC, KTÓRA JEST W TOBIE.....</u>	<u>109</u>
<u>ZASADA XXXVI:</u> <u>ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ ŻYCIA BEZ PROBLEMÓW I CIERPIENIA.....</u>	<u>111</u>
<u>ZASADA XXXVII:</u> <u>MARZENIA SIĘ SPEŁNIAJĄ?.....</u>	<u>112</u>
<u>ZASADA XXXVIII:</u> <u>TWOJA ŚWIADOMOŚĆ EWOLUUJE</u>	<u>114</u>
<u>ZASADA XXXIX:</u> <u>NAJWAŻNIEJSZA JEST NAUKA NIEMYŚLENIA.....</u>	<u>116</u>
<u>ZASADA XL:</u> <u>ZBUDUJ FUNDAMENT.....</u>	<u>117</u>

<u>ZASADA XLI:</u> <u>ODKRYWANIE SWOJEJ WIARY.....</u>	<u>120</u>
<u>ZASADA XLII:</u> <u>PODŁĄCZ SIĘ DO ŹRÓDŁA SIŁY MENTALNEJ.....</u>	<u>122</u>
<u>ZASADA XLIII:</u> <u>WZMACNIANIE MENTALNEGO POTENCJAŁU.....</u>	<u>123</u>
<u>ZASADA XLIV:</u> <u>ZMIAN DOKONUJĄ LUDZIE O NAJWIĘKSZYM MENTALNYM POTENCJALE.....</u>	<u>125</u>
<u>ZASADA XLV:</u> <u>TWÓJ ŚWIAT BĘDZIE TAKI JAK ZECHCESZ, GDY TYLKO NAUCZYSZ SIĘ CHCIEĆ....</u>	<u>127</u>
<u>ZASADA XLVI:</u> <u>WYBACZAJĄC KOMUŚ, WYBACZASZ SOBIE.....</u>	<u>130</u>

Przedmowa

Pamiętam, jak na początku istnienia serwisu Osiagacz.info miałem na liście prenumeratorów jeden adres e-mail — był to mój adres. Pewnego dnia zdarzył się cud — zapisał się pierwszy subskrybent. Był nim właśnie Witold Wójtowicz — to przez niego musiałem zacząć wysyłać cytaty dnia... do OBU subskrybentów ;)

Obserwowałem stronę Witolda, trochę rozmawialiśmy mailowo, poznałem jego filozofię i było dla mnie oczywiste, że jest on człowiekiem, którego warto zaprosić do współrealizacji mojego kolejnego pomysłu — telewizji internetowej Osiagacz.tv. Jego cotygodniowy program „Prawa sukcesu” cieszy się dziś uznaniem i pomaga tysiącom ludzi.

Książka, którą masz przed sobą, jest niezwykła. To efekt tysięcy godzin studiowania sukcesu przez autora, uczenia się na własnych doświadczeniach, wzrastania. Będzie stanowić dla Ciebie ogromną pomoc na drodze do szczęśliwego życia.

Autor będzie Cię szokował, stawiał Twoje przekonania pod znakiem zapytania, zmuszał do myślenia i przekazywał Ci, co w danym zagadnieniu jest najważniejsze, używając do tego swojego lekkiego, humorystycznego i konwersacyjnego stylu. Poznasz również wiele ciekawych przykładów i porównań, które pozwolą Ci powiązać znane już sytuacje z tym, czego w danym przypadku chce nauczyć Cię Witold.

Największą — moim zdaniem — korzyścią z przeczytania tej książki jest zachęta do wejścia na wyższy poziom świadomości. Tak jak kiedyś Wi-

told „zmotywował” mnie do rozpoczęcia wysyłania cytatów dnia, tak dziś zainspiruje Cię do opanowania emocji i przejścia do posługiwania się intuicją — jeśli to zrobisz, Twoje życie i Twój poziom szczęścia zmienią się nie do poznania.

Sebastian Schabowski

Promotor psychologii osiągnięć,
twórca serwisu Osiagacz.info

Od autora

Witam Cię serdecznie.

To, że wzięłeś tę książkę do ręki, świadczy o tym, że interesujesz się zagadnieniami związanymi z sukcesem, czyli chcesz być bogaty, szczęśliwy i pewnie jeszcze dużo więcej.

Moja filozofia jest prosta: wszyscy zasługujemy na komfort, radość i szczęście. One są na wyciągnięcie ręki, tylko niestety większość jest zbyt leniwa, żeby rękę wyciągnąć, a niektórzy potrafią ją wyciągać tylko po jałmużnę.

Oczywiście istnieją również ludzie ambitni, chcący pracować nad sobą, tylko często bywają zagubieni i nie wiedzą nawet, na czym praca nad sobą polega. Jedni kojarzą ją z edukacją, inni z medytacją, jeszcze inni – z wynikami w sporcie lub z tym, żeby się nie denerwować, zawsze się uśmiechać i być miłym. A jak komuś to nie wychodzi, to czuje się sfrustrowany i załamany.

Czym więc tak naprawdę jest praca nad sobą?

Otóż nie tyle ma znaczenie to, co robisz, ile to, jak reagujesz na niepowodzenia związane z tym, co robisz.

Każdy w życiu doświadcza upadków. Jednym klęska zamyka umysł – wtedy nie mają szansy na sukces, innym otwiera – wtedy zostają zwycięzcami.

Najpotężniejszą pracę nad sobą wykonujesz właśnie wtedy, gdy upadasz, gdy lecisz w dół i nie masz się czego chwycić. Wtedy Twój umysł działa na najwyższych obrotach.

Nikt nie lubi klęski. I również Tobie nie każę jej lubić. Radzę Ci tylko uczyć się dzięki niej.

***Klęska to korzeń drzewa, zwycięstwo to jego pień.
Im większy jest korzeń, tym większe urośnie drzewo.***

***Upadki to szczeble na drabinie do sukcesu.
Przegrana i zwycięstwo to yin i yang,
które wzajemnie się uzupełniają
i jedno bez drugiego nie może istnieć.***

Jak pomóc światu?

Wszyscy pragniemy żyć we wspianym i bezpiecznym świecie i czasem ludzie zadają mi pytanie: „Jak można pomóc światu?”.

Najbardziej światu pomożesz, gdy staniesz się szczęśliwy. Im więcej jest ludzi szczęśliwych, tym więcej szczęścia na ziemi. Im więcej ludzi bogatych, tym większy dobrobyt.

Nie możesz nikomu dać tego, czego nie masz. Żeby rozdawać szczęście, musisz je mieć. Biedny może tylko uczyć biedy.

Shczęśliwy człowiek nigdy nie zrobi krzywdy drugiemu. Tylko nieszczęśliwi krzywdzą się wzajemnie, zwiększając pulę nieszczęścia własnego i innych.

Właśnie dlatego chcę, żebyś stał się bogaty i szczęśliwy. Z czysto egoistycznych pobudek – bo również chcę żyć we wspaniałym świecie.

Zasady sukcesu

Chcę porozmawiać z Tobą o zasadach sukcesu. Wielu próbuje doszukiwać się tych zasad, ale nikomu to nie wychodzi.

To znaczy: pisanie wychodzi wszystkim, ale gdy ktoś chce zastosować te zasady w praktyce, wtedy okazuje się, że nie wychodzi.

Co, też próbowałeś i nie stałeś się milionerem?

Zastanawiałem się, czy w ogóle o tym pisać, bo jak napiszę, co robić, i ktoś zacznie to robić, to też mu nie wyjdzie.

A wiesz dlaczego?

Bo wyjść nie może. Nie ma prawa! Sukces to nie bigos ani ciasto marchewkowe, na które można dać przepis. Gdyby istniało coś takiego, jak recepta na sukces, to szłoby się do szkoły i świadectwo jej ukończenia byłoby równoznaczne z Twoim pierwszym milionem na koncie.

A więc pierwsza i jedyna zasada sukcesu brzmi:

Zasady sukcesu nie istnieją.

To znaczy – istnieją, ale jest ich tyle, ilu ludzi na świecie. I każdy musi je sam dla siebie napisać.

Zanim zaczniesz czytać tę książkę

Zanim zaczniesz czytać tę książkę, zrób mały test, który odpowie Ci na pytanie, czy w ogóle ta książka jest dla Ciebie.

Usiądź spokojnie i zamknij oczy.

Zastanów się nad tym, czy jest coś takiego, co chciałbyś w życiu zmienić lub zdobyć — może są takie miejsca, gdzie chciałbyś być, albo wartości (materialne, intelektualne, duchowe), które chciałbyś osiągnąć.

Nie stawiaj sobie żadnych limitów: finansowych, intelektualnych, związanych z wiedzą, wykształceniem, uzdolnieniami czy sprawnością fizyczną.

Teraz wyobraź sobie, że zrealizowałeś swój cel.

Jak wygląda Twoje życie? Pomedytuj nad tym przez kilka minut.

A teraz pomyśl, jak będzie wyglądało, jeżeli tego nie osiągniesz i będziesz żył zwykłym, szarym, przeciętnym życiem (do pracy i z pracy, do pracy i z pracy, do pracy i z pracy).

Czy różnica jest duża?

Jeśli nie, to znaczy, że ta książka nie jest dla Ciebie.

Jeśli jednak poczułeś dużą różnicę, wręcz ból w sercu, to znajdziesz w niej ważne drogowskazy.

Musisz znaleźć własną drogę

Czytając książki o sukcesie lub uczestnicząc w seminariach, dowiadujesz się wielu mądrych rzeczy typu: znajdź marzenie, miej cel, pracuj wytrwale, nie załamuj się itp. Trudność polega jednak na tym, że zasad tych nie da się wprowadzić w praktykę, bo nie podlegają kontroli świadomości.

Nie da się podjąć decyzji odnośnie do marzenia czy wytrwałości. Gdyby można było powiedzieć sobie: „Od dzisiaj się już nigdy nie będę załamywał i będę miał wielkie cele”, to niepotrzebne byłyby sztaby psychologów i psychiatrów.

Nie chcę przez to powiedzieć, że z życiem nie da się nic zrobić. Wręcz przeciwnie – można bardzo wiele, tylko trzeba wiedzieć jak.

Niektórzy lubią podawać przykłady wielkich ludzi, opowiadać ich biografie i opisywać życiowe zmagania. Może i ciekawie się to czyta, ale w praktyce niewiele to daje. Nie wszyscy mają talent van Gogha, upór Edisona czy urodę Marilyn Monroe. Czytając historię Asimova, nie stajesz się sławnym pisarzem, ani Dylana – piosenkarzem, a gdy zaczniesz powielać to, co robili, to tylko się wygłupisz.

Nawet gdybyś miał ich talent, to i tak musisz znaleźć własną drogę.

Nie istnieje więc nic takiego jak schemat, po zastosowaniu którego osiągniesz szczyty. Wręcz przeciwnie: żeby osiągnąć więcej niż inni, musisz wyjść poza wszelkie schematy i stać się indywidualnością. Tylko człowiek oryginalny osiągnie sukces.

„Co to jest oryginalność i dlaczego ja nie jestem oryginalny?” – możesz zapytać.

Jesteś, każdy jest, tylko nie każdy potrafi tę oryginalność wyrazić. A więc stań się wyrazicielem swojej oryginalności, a będziesz bogaty.

Dobry sprzedawca to taki, który sprzedaje swoją indywidualność, a produkt jest tylko dodatkiem.

Ta książka jest właśnie podręcznikiem stawania się człowiekiem oryginalnym.

Naucz się prezentować swoją oryginalność

Wiesz już, że jesteś oryginalny. Teraz musisz się nauczyć to prezentować. Nie na siłę, nie nachalnie, tylko z wyczuciem i umiarem.

Wiem, że pojęcie „z wyczuciem i umiarem” nic nie mówi. To tak jak „szczypta soli do zupy”. Jeden szczyptą przesoli, inny nie dosoli. Ale dobry kucharz zawsze da właściwą szczyptę.

Jak stać się dobrym kucharzem?

Lata praktyki. Ale trzeba wiedzieć, co i jak praktykować.

Jeśli chodzi o to, żeby stać się człowiekiem oryginalnym, to należy praktykować tylko jedną rzecz: zdrowy rozsądek.

Jeżeli chcesz być dobrym malarzem, to najpierw naucz się klasycznych podstaw. Potem jakąkolwiek abstrakcję namalujesz, to będzie miała „ręce i nogi”. Niektórzy zaczynają od końca: nie mają pojęcia o malowaniu, dlatego tworzą abstrakcje. Kto się na tym nie zna, to nawet czasem to kupi.

Podobnie jest z oryginalnością. Jeżeli usiłujesz być oryginalny, nie mając zdrowego rozsądku, to robisz z siebie durnia. Kto się na tym nie zna, to na chwilę Cię zaakceptuje i może będziesz miał swoje pięć minut.

Zasady zdrowego rozsądku

Opowiem Ci teraz o zasadach zdrowego rozsądku. Są cztery główne:

1. Mieć swój temat i nie wtrącać się w nie swoje sprawy.
2. Interpretować świat pozytywnie.
3. Działać.
4. Nikomu nie szkodzić.

W szkole artystycznej nauczą Cię rysunku, koloru, waloru, anatomii, słowem — dadzą Ci warsztat. Ale Ty musisz wiedzieć, co chcesz malować.

I jeszcze jedno: musisz malować, robić wystawy, czyli wyrażać się w malarstwie.

Nauczę Cię więc zasad zdrowego rozsądku, ale Ty musisz wiedzieć, do czego chcesz go użyć i używać go, czyli wyrażać swoją indywidualność.

Świat bez przerwy atakuje nas milionem informacji, z których większość jest negatywna. Myślenie zdroworozsądkowe polega na tym, żeby nie dać się wciągnąć w nurt przeciętności, umieć wybierać ziarno z plew i mieć siebie samego za przewodnika.

Niektórym wydaje się, że pieniądze czy to, co można za nie kupić, da im szczęście. Ale gdy tylko to zdobędą, to przekonują się, że to nie szczęście, tylko chwilowe omamienie. Oczywiście nie ma nic złego w posiadaniu pieniędzy, ale pamiętaj: jeżeli nie potrafisz być szczęśliwy bez nich, to również nie będziesz szczęśliwy z nimi.

Największą satysfakcję czerpie się nie z tego, że inni Cię podziwiają, ale ze stanu, gdy sam czujesz własne możliwości i potencjał. A jeżeli inni to również docenią, to ich sprawa, ale nie powinno to znacząco zwiększać puli Twojego samozadowolenia.

Jeśli natomiast ludzka akceptacja wyzwala u Ciebie poczucie zadowolenia, a brak akceptacji frustruje, to jesteś biednym człowiekiem.

Dlaczego strach jest mocniejszy niż marzenia?

Życie naszych przodków w jaskiniach wymagało bardziej rozwiniętego mechanizmu przetrwania niż cieszenia się życiem. Rozwinął się więc w nas strach przed śmiercią, bólem, chorobami, czyli instynkt samozachowawczy. Można powiedzieć, że około 90% naszego programu emocjonalnego jest zdominowane przez strach, a tylko 10% – przez potrzebę osiągnięcia dodatkowych wartości, czyli marzenia. Gdyby było inaczej, nie przetrwalibyśmy. Dlatego częściej koncentrujemy się na tym, co złe, czyli czego powinniśmy się obawiać, niż na tym, co dobre, czyli co możemy osiągnąć.

To, że codziennie musisz posłuchać dziennika, związane jest właśnie z tym instynktem. Chcesz dowiedzieć się, czy zagraża nam wojna, czy będzie powódź, a może ceny pójdą w górę.

Dziewięćdziesiąt procent problemów, jakimi się stresujesz, nigdy się nie pojawi. To tylko instynkt je narzuca, żeby wywołać u Ciebie gotowość do trzymania maczugi pod ręką. Z pozostałych dziesięciu procent osiem rozwiązesz bez problemu, a pozostałe dwa będą wymagały zasięgnięcia porady specjalisty. Czy już widzisz, jak strach Tobą manipuluje?

Człowieku, już nie jesteś jaskiniowcem. Nie zauważyłeś tego?

Ty zauważyłeś, ale Twoje emocje, podświadomość i system nerwowy nie zauważyły i dalej działają jak u zwierząt.

Tak naprawdę – życie jest piękne i ludzie są wspaniali. To tylko ewolucja tak ukształtowała nasze charaktery, żeby dać nam szansę przetrwania. A więc nie miej pretensji do tych, którzy wyzwalają w stosunku do Ciebie negatywne emocje. Oni robią to ze strachu. Pamiętaj, że w podtekście każdej krytyki, złości czy nienawiści leży strach narzucony przez instynkt samozachowawczy.

Jak przy pomocy umysłu sterować emocjami i marzeniami?

Na pewno już wiesz, że aby osiągnąć sukces, trzeba mieć marzenie. Ale ponieważ marzenie to tylko 10% naszego programu emocjonalnego, a strach 90%, to strach torpeduje większość pojawiających się marzeń. Jeśli więc jeszcze jakieś Ci zostało, to jesteś w grupie pięciu procent szczęściarzy, którzy mają szansę w naturalny sposób osiągnąć sukces.

Naszym centrum sterowania jest umysł, czyli logika. Ale przy pomocy logiki nie da się postawić celu, czyli znaleźć marzenia. I bardzo dobrze, bo prawdziwy cel to nie ten, który Ty stawiasz, tylko ten, który stawia Ciebie (na nogi).

Ster okrętu to takie urządzenie, które jest zanurzone w wodzie i które się odchyła, by zmienić kierunek statku.

Czy żeby skrócić okrętem, wskakujesz do wody i wyginasz ster?

Nie ma takiej potrzeby, masz do tego koło sterowe, które porusza sterem.

Podobnie jest z naszym życiem. Jako ster masz umysł, więc pytanie, jakie musisz sobie zadać, brzmi: „Jak przy pomocy umysłu mogę sterować emocjami i marzeniami?”.

Marzenia nie da się świadomie budować lub powiększać. Przychodzi samo, gdy instynkt samozachowawczy upewni się, że nie zagraża nam żadne niebezpieczeństwo. Wyłącza się wtedy stan gotowości, co powoduje automatyczne włączenie się układu nakierowanego na rozwój, czyli budzą się marzenia. Działanie tego mechanizmu jest analogiczne do działania układu sympatycznego i parasympatycznego w układzie wegetatywnym.

Czyli odpowiadając na pytanie, jak świadomym działaniem wyzwolić marzenia, należy uwzględnić trzy elementy:

1. Stworzyć wokół siebie atmosferę bezpieczeństwa: przestać oglądać dzienniki i słuchać ich, przestać czytać gazety i rozmawiać z ludźmi o problemach.
2. Nauczyć się myślenia zdroworozsądkowego, czyli takiego, które torpeduje myślenie negatywne i wyimaginowane problemy.
3. Nauczyć się koncentracji umysłu. Im Twój umysł potrafi dłużej utrzymywać koncentrację na określonym temacie, tym bardziej eliminuje instynktownie narzucający się strach i wyzwala się jego moc.

Nie chcę tutaj wprowadzać zabarwień ezoterycznych, ale pojęcia „moc umysłu” muszę użyć tylko dlatego, że ona po prostu istnieje.

Moja misja to „odezoterycznić” (że się tak wyrażę) to, co z braku naukowego podejścia stało się ezoteryczne i mistyczne i co powoduje, że przyzwoitemu naukowcowi wstyd się za to wziąć, bo straci twarz.

Wiele tego typu tematów zapętlilo się w koleinach wierzeń i domysłów. Nauka się za nie nie bierze, bo to wstyd, a że to wstyd, to się nauka za nie nie bierze.

Wracając do tematu — wprowadzenie w praktykę powyższych trzech punktów spowoduje, że wyzwolisz samosterujący się mechanizm, który będzie Cię automatycznie nakierowywał na sukces.

Twoje życie buduje się nie z wydarzeń, ale z ich interpretacji

Zacząć należy od stworzenia wokół siebie atmosfery bezpieczeństwa. Pierwsza rzecz to maksymalnie wyeliminować dostęp informacji, o które dopomina się system instynktu samozachowawczego.

Wiem, że zapytasz: „To ja mam dzienników nie oglądać? A co jak będzie wojna i nawet nie będę o tym wiedział?”.

Nie przejmuj się — jeżeli wojna przejdzie obok Ciebie i się o tym nie dowiesz, to tym lepiej dla Ciebie. Ale nie przypuszczam, żeby znajomi pozwolili Ci na taki komfort.

Od negatywnych informacji nie uciekniesz, świat karmi Cię nimi na co dzień, więc przynajmniej sam sobie ich nie dokładaj.

Prawo przyciągania mówi, że z jakości informacji, jakimi karmisz swój umysł, kreuje się jakość Twojego życia. Ponieważ żyjesz w negatywnym świecie — ucieczki nie ma. Jedyne, co możesz zrobić, to nauczyć się myśleć w kategoriach zdroworozsądkowych, czyli takich, które tym informacjom nadają inny sens.

Nawet największa ilość wody nie zatopi Twojego statku, jeśli nie dostanie się do jego wnętrza. Podobnie jest z negatywnymi informacjami: nie zaszkodzą Ci, jeśli nie wpuścisz ich do swojego dialogu wewnętrznego.

Każdą sytuację czy wydarzenie możesz dowolnie interpretować. Tak naprawdę to Twoje życie buduje się nie tyle z wydarzeń, ile z ich interpretacji. Jeśli interpretujesz świat negatywnie, to żyjesz w negatywnym świecie, jeśli pozytywnie, to w pozytywnym.

Wiem, że powiesz: „Ale jeżeli ktoś ma złe intencje i celowo wyrządza zło, to jak można to interpretować pozytywnie?”.

Widzisz – tak naprawdę nikt celowo nie wyrządza zła. Nawet najgorszy psychopata i morderca chce dobrze, tylko jego system wartości działa inaczej. Według niego to, co robi, jest dobre.

Myślenie zdroworozsądkowe to nie jest akceptacja takiego działania. Chodzi tylko o umiejętność takiej interpretacji nawet najgorszego zjawiska, żeby swoją oceną nie szkodzić sobie samemu.

***To, co najbardziej nas niszczy,
to nie wojny ani zatrucie środowiska,
tylko zatrucie się własnymi myślami.***

Stworzenie wokół siebie atmosfery bezpieczeństwa zostawiam Tobie, bo tylko od Ciebie zależy, czy włączysz telewizor, czy nie.

Ja natomiast przedstawię Ci zasady zdrowego rozsądku, czyli dam do przemyślenia coś, co pozwoli Ci zmienić schematy, które trzymają Cię tu, gdzie jesteś.

Nie chcę przez to mówić, że mam patent na wiedzę, mądrość czy zdrowy rozsądek. Chcę Ci tylko uzmysłowić, że zawsze istnieje inna inter-

pretacja niż ta, do której jesteś przyzwyczajony. Bo przyzwyczajenia tworzą myślowe schematy, które stają się koleiną, którą jedziesz.

Pamiętaj: nie istnieje coś takiego jak interpretacja obiektywna. Jeśli ktokolwiek mówi cokolwiek, to tylko dlatego, że na podstawie swojego życia, aktualnej wiedzy i doświadczenia właśnie tak to widzi. Jutro może zobaczyć inaczej. A więc nie przywiązuj się do niczyjej interpretacji, a najbardziej do własnej. Staraj się jak najczęściej nadawać zjawiskom i wydarzeniom nowe znaczenie, coraz bardziej pozytywne.

Przeznaczenie możesz zmienić, wchodząc na wyższy pułap energetyczny

Brak szacunku do kogoś oznacza blokadę w sferze emocjonalnej.

Możesz powiedzieć: „Jak mogę szanować pijaka, bandytę czy gwałciciela?”.

Nie, ja wcale nie chcę bronić złoczyńców. Chcę tylko obronić Ciebie.

Przed kim?

Przed Tobą samym. Bo zanim potępisz najgorszego zbrodniarza, zastanów się, co mogło spowodować, że stał się zbrodniarzem. Nie mówię, że nie należy mu się kara, ale nie chodzi mi teraz o niego, tylko o Ciebie — dokładnie o to, że Twoja emocja zaangażowała się w potępienie sytuacji, na zaistnienie której nie miałeś wpływu i na zlikwidowanie której wpływu również nie masz.

Ile razy zdarza Ci się na przykład oglądać wiadomości i zdenerwować się, bo politycy są tacy, że określenie „głupi” to jeszcze dla nich komplement?

Czy masz na to wpływ?

Oczywiście, że tak, byłeś przecież na wyborach :)

Widzisz – jest wiele rzeczy, które ingerują w Twój świat, a na które nie możesz nic poradzić. Ale tak naprawdę, to możesz poradzić: nie wpuścić ich do swojego świata. Jesteś panem tego, co ma energię niższą od Twojej, i niewolnikiem tego, co ma wyższą.

Czyli cała praca nad sobą to wzmacnianie potencjału energetycznego.

Również jest to powód, dla którego nie da się tak naprawdę pomóc drugiemu człowiekowi.

Nie zwiększysz jego energii. A jeśli tylko usuniesz z jego życia chwilowe zło, to ono prędzej czy później wróci, żeby uczyć go życia.

Możesz jedynie usunąć zło ze swojego życia. Nie przejmuj się więc, słysząc o wojnach, wypadkach, przestępstwach. One nie są przeznaczone dla Ciebie, jeżeli posiadasz odpowiedni poziom energii.

„A co, jeżeli nie mam?” – zapytasz.

Wtedy są również dla Ciebie. Ale wtedy również się nimi nie przejmuj, bo przejmowanie się to negatywna koncentracja. Przeznaczenie możesz zmienić, jedynie wchodząc na wyższy pułap energetyczny. A wyższy pułap osiągniesz, gdy nauczysz się myśleć zdroworozsądkowo.

Przedstawię Ci teraz czterdzieści sześć zasad zdrowego rozsądku. Nie chodzi mi o to, żebyś ze wszystkimi się zgadzał. Chcę Ci tylko dać coś do przemyślenia.

Jeśli czujesz potrzebę, by mnie krytykować, to zrób to bez krępowania się.

Cenię zarówno tych, którzy mnie chwala, jak i tych, którzy krytykują, bo widzę, że myślą.

Zasada I: Nie ma ludzi bezinteresownie dobrych

Jesteś panem tego, co rozumiałeś, i niewolnikiem tego, czego nie rozumiesz. Jeśli nie rozumiesz siebie, jesteś niewolnikiem własnych myśli, nawyków, emocji, wiedzy, doświadczenia, mądrości, działania.

„Jak można być niewolnikiem wiedzy, mądrości?” – możesz zapytać.

Można, jeśli wiedza, doświadczenie i mądrość nie prowadzą Cię do coraz wspanialszego życia. Jeśli każdy kolejny dzień nie jest coraz lepszy i nie stajesz się coraz szczęśliwszy, to znaczy, że działania, które wykonujesz, nie idą w kierunku Twojego dobra.

To kto wtedy je dyktuje i dla czyjego dobra je wykonuje?

Dyktują je Twoje nawyki, które nie są Twoje, tylko zostały Ci wprogramowane przez proces edukacji i wychowania. Edukacja to program rządowy, a więc normalne, że mamy być mrówkami i pracować dla rządu.

Jeśli chodzi o wychowanie, to oczywiście rodzice zawsze chcą dobra swoich dzieci. Jednak każdy zawsze na pierwszym miejscu stawia dobro własne, dopiero potem dobro innych, nawet jeśli ci inni są jego dziećmi. Nie ma altruistów. Nawet najwięksi mistycy i święci, którzy całe życie poświęcili innym, zrobili to tylko dlatego, że mistycyzm to zrozumienie, a raczej głębokie odczucie jedności z innymi ludźmi i światem, więc jeśli rozumiesz, że świat to Ty, to poświęcając się dla świata, robisz to dla siebie.

Obojętnie jaką filozofią się zechcesz podpierać, to i tak całe życie poświęcasz sobie i tylko sobie. Liczy się tylko to, co ma jakikolwiek związek z Tobą, ze zwiększeniem Twojego poziomu radości i dobrego samopoczucia. Nawet jeśli ktoś Cię kocha, to tak naprawdę, kocha on własne dobre samopoczucie, jakie daje mu przebywanie z Tobą.

Kiedy ktoś płacze po stracie kogoś bliskiego, to tak naprawdę użala się nad sobą, bo został sam.

Tacy niestety jesteśmy i jeśli tego nie zrozumiemy i nie zaakceptujemy, to rozbudujemy nasz świat o niekończące się ilości złudnych idei, nadziei, teorii, które prędzej czy później runą jak domek z kart, a my staniemy się pustymi skorupami złudzeń.

Nie, to nie jest egoizm, a nawet jeżeli jest, to nie ma większego znaczenia, bo tak po prostu jest i nie masz na to wpływu. Każda roślina, zwierzę, człowiek czy wirus zainteresowany jest tylko sobą, więc można by przypuszczać, że tak powinno być. A więc nie udawaj więcej altruisty ani filantropa, bo to jedno wielkie oszustwo. Liczysz się tylko TY.

Czyli pierwsza lekcja życia polega na zrozumieniu, że tak naprawdę jesteś sam na tym świecie i nikomu na Tobie nie zależy, chyba że przynosisz komuś zysk.

Ktoś kiedyś mądrze powiedział, że spośród 100 osób, które znasz, 80% nie obchodzi Twoje problemy, a pozostałe 20% wręcz się cieszy, że je masz.

Niedawno pewna znajoma opowiadała mi, jaka to jest zachwycona, bo znalazła w Internecie program partnerski, w którym jego twórcy piszą, że będą jej pomagać, kochać ją i zrobią wszystko, żeby została milionerką. Chodziło o sprzedaż książek. Od razu zrobiła stronę internetową

i poprosiła mnie, żebym napisał jej ładnie brzmiące powitanie na stronie tytułowej.

Napisałem jej więc:

Witam Cię, nieudaczniku, któremu się tak kliknęło, że znalazł się na mojej stronie.

Skoro już masz tego pecha, że się tu znalazłeś, to trzeba Tobą trochę pomanipulować, żeby zarobić na Tobie pieniądze... Chciałem powiedzieć – chcę Cię zaprosić do wspianatego programu partnerskiego. Tak brzmi lepiej, nie? Chociaż docelowo chodzi o to pierwsze, ale każdy pisze to drugie, a głupi frajerzy dają się nabierać, ha ha ha.

Jeszcze tu jesteś? Jeszcze Cię nie cofnęło?

Idź lepiej na inne strony, gdzie będą Ci kadzić, że chcą dać Ci wspianatą szansę (czytaj: chcą Cię wciągnąć, żebyś na nich robił), że zależy im na Tobie (czytaj: na pieniądzach), że będziesz dużo zarabiał (czytaj: jak się naharujesz i coś zarobisz, to oni z tego będą mieli działkę), że mają wspianate produkty (czytaj: trzeba to badziewie jakoś upchnąć), że oni na pewno Ci pomogą (czytaj: będą Cię mieli gdzieś, bylebyś tylko dla nich robił).

Zadanie do wykonania

Przemyśl swoje życie i przyznaj się przed sobą do tego, że jednak jesteś egoistą.

Zasada II: Nie ma ludzi bezinteresownie złych

Czyli pierwszym prawem zrozumienia świata jest zrozumienie, że nie ma ludzi bezinteresownie dobrych. Prawo to jednocześnie implikuje następne, które mówi, że również nie ma ludzi bezinteresownie złych.

Jeśli ktokolwiek robi cokolwiek, to tylko dlatego, że ma powód, który z jednego punktu widzenia może być zły, a z innego dobry. Dla człowieka, który to coś robi, zawsze jest dobry.

Dlaczego ludzie strajkują?

Czy widziałeś kiedyś strajk z powodu innego niż pieniądze?

Dlaczego ludzie nie strajkują z powodów ważniejszych od pieniądza?

Bo nie dostrzegają nic ważniejszego. Nie wiedzą, że żyją w biedzie nie dlatego, że mają złego szefa albo zły rząd, tylko złe myślenie. Szef i rząd zawsze będą tacy sami: będą dbać o siebie, a Tobą będą manipulować i dawać minimum, poniżej którego zaczniesz strajkować.

Gdybyś więc naprawdę chciał poprawić sytuację społeczną, to należałoby strajkować przeciwko ludzkiemu egoizmowi, negatywnym informacjom, z których bierze się agresja, przeciwko horrorom w kinach, kłótniom w rodzinach, konfliktom politycznym, społecznym, religijnym.

Wiem, że bzdury piszę, bo kto miałby strajkować, kiedy wszyscy się kłócą, oglądają horrory, są egoistami i uważają, że ich religia jest jedyna

i najlepsza. Trzeba by chyba zaprosić Marsjan, żeby strajkowali. Ziemia nie nie dadzą rady, bo widzą tylko pieniądze.

Nie mówię, że jest coś złego w pieniądzu. Problem polega tylko na tym, że wszyscy jesteśmy tacy sami i krytykując kogokolwiek za cokolwiek, tak naprawdę krytykujemy cechy, które sami posiadamy. Gwarantuję Ci, że gdybyś znalazł się w sytuacji człowieka, którego krytykujesz, to w większości wypadków postąpiłbyś tak samo jak on. Ludzie działają według schematów. Analogicznie: ci, którzy krytykują Ciebie, gdyby znaleźli się w Twoich butach, zrobiliby to samo.

Słyszałeś o eksperymencie Milgrama? Jeżeli nie, to sprawdź w Google. W każdym razie – zostało udowodnione, iż ludzie w większości tak bezkrytycznie słuchają autorytetów, że są w stanie torturować lub nawet zabić drugiego człowieka, gdy poleci im to zrobić ktoś, kogo uważają za autorytet.

Jeśli większość tak robi, to można by zadać sobie pytanie: „Kim jest ta mniejszość, która by tego nie zrobiła?”. Otóż są to ludzie, nazwijmy ich: na wyższym pułapie świadomości. Ludzie, którzy odbierają świat bardziej intuicyjnie. Oni nie przyjmują poleceń od autorytetów. Sami są dla siebie autorytetami i jeśli trzeba, to są w stanie zaprzeczyć autorytetom. Nie są przez to popularni i na przestrzeni dziejów tacy ludzie często przyplacali życiem swoją inność.

To są ludzie, którzy mają coś, dla czego warto żyć.

Czy wiesz, jaką siłę daje posiadanie czegoś, dla czego warto żyć? Czy masz coś takiego? Czy w Twoim życiu jest coś, co pasjonuje Cię do tego stopnia, że poświęciłbyś temu życie?

Jeśli nie, to Twoje życie jest smutne. Żyjesz z dnia na dzień, nie wiesz po co, męczysz się i boisz się śmierci. Natomiast jeśli masz coś takiego,

wtedy Twoje życie staje się piękne, radosne i wspaniałe. I największym paradoksem jest to, że wtedy nie masz problemu z oddaniem życia.

*Bo coś, dla czego warto żyć,
jest zarazem czymś, dla czego warto umrzeć.*

Zadanie do wykonania

Znajdź w swoim życiu coś, dla czego warto żyć.

Dlaczego warto mieć pełną wersję?



Pełną wersję książki zamówisz na stronie wydawnictwa
Złote Myśli

<http://www.zlotemysli.pl/prod/6519/46-zasad-zdrowego-rozsadku-witold-wojtowicz.html>