

Krzysztof Trybulski

# ŚWIADOMIE DO SUKCESU



55 sposobów, które  
uczynią Twoje życie  
pełniejszym!

Niniejszy **darmowy** ebook zawiera fragment  
pełnej wersji pod tytułem:  
„Świadomie do sukcesu”  
Aby przeczytać informacje o pełnej wersji, [kliknij tutaj](#)

**Darmowa publikacja** dostarczona przez  
[Wydawnictwo Złote Myśli sp z.o.o](#)

**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](#).**

© Copyright for Polish edition by [ZloteMysli.pl](#)

Data: 15.10.2008

Tytuł: Świadomie do sukcesu (fragment utworu)

Autor: Krzysztof Trybulski

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Korekta: Anna Popis-Witkowska, Sylwia Fortuna

Skład: Anna Popis-Witkowska

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli sp. z o.o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: [www. ZloteMysli.pl](http://www.ZloteMysli.pl)

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

**Wszelkie prawa zastrzeżone.**

**All rights reserved.**

# SPIS TREŚCI

<u>PODZIĘKOWANIA.....</u>	<u>7</u>
<u>WSTĘP.....</u>	<u>9</u>
<u>OD AUTORA.....</u>	<u>10</u>
<u>LEKCJA 1.</u>	
<u>HISTORIA WIELKIEGO POLAKA.....</u>	<u>12</u>
<u>LEKCJA 2.</u>	
<u>CZAREK, KTÓRY ZOSTAŁ PIOSENKARZEM.....</u>	<u>16</u>
<u>LEKCJA 3.</u>	
<u>SCHEMAT DZIAŁANIA, ZNIECHĘCENIE I SUKCES.....</u>	<u>19</u>
<u>LEKCJA 4.</u>	
<u>TO CZŁOWIEK TWORZY WSZECHŚWIAT.....</u>	<u>22</u>
<u>LEKCJA 5.</u>	
<u>PIRAMIDA KANGURA.....</u>	<u>24</u>
<u>LEKCJA 6.</u>	
<u>ŚMIECH TO ZDROWIE.....</u>	<u>26</u>
<u>LEKCJA 7.</u>	
<u>RELAKSACJA, ROZLUŻNIENIE I NAUKA.....</u>	<u>28</u>
<u>LEKCJA 8.</u>	
<u>ODKŁADAJ.....</u>	<u>30</u>
<u>LEKCJA 9.</u>	
<u>ROZWÓJ DUCHOWY.....</u>	<u>33</u>
<u>LEKCJA 10.</u>	
<u>PISANIE AUTOMATYCZNE.....</u>	<u>38</u>
<u>LEKCJA 11.</u>	
<u>PRZEMOC.....</u>	<u>40</u>
<u>LEKCJA 12.</u>	
<u>SUKCES.....</u>	<u>50</u>
<u>LEKCJA 13.</u>	
<u>ZWIERZANIE SIĘ.....</u>	<u>57</u>
<u>LEKCJA 14.</u>	
<u>PRZEPIS NA SUKCES.....</u>	<u>61</u>
<u>LEKCJA 15.</u>	
<u>POCHWAŁ SIĘ.....</u>	<u>63</u>
<u>LEKCJA 16.</u>	
<u>RAZEM, A JEDNAK OSOBNO.....</u>	<u>67</u>
<u>LEKCJA 17.</u>	
<u>ŚWIADOMY SEN.....</u>	<u>69</u>
<u>LEKCJA 18.</u>	
<u>EKSTAZA WULKANICZNA.....</u>	<u>72</u>
<u>LEKCJA 19.</u>	
<u>MACIEK, SZCZĘŚCIE I SUKCESY.....</u>	<u>75</u>
<u>LEKCJA 20.</u>	
<u>PRZYGOTUJ SIĘ.....</u>	<u>78</u>
<u>LEKCJA 21.</u>	
<u>JEDNOŚĆ WSZECHŚWIATA.....</u>	<u>80</u>
<u>LEKCJA 22.</u>	
<u>ROBISZ COŚ ŚWIETNEGO.....</u>	<u>82</u>

<b><u>LEKCJA 23.</u></b>	
<b><u>POZYTYWNE MYŚLI SĄ NAJSILNIEJSZE.....</u></b>	<b><u>84</u></b>
<b><u>LEKCJA 24.</u></b>	
<b><u>PRZESZKODY A CEL.....</u></b>	<b><u>87</u></b>
<b><u>LEKCJA 25.</u></b>	
<b><u>KONFLIKT UCZUCIOWY.....</u></b>	<b><u>89</u></b>
<b><u>LEKCJA 26.</u></b>	
<b><u>NAJPROSTSZA DROGA DO SUKCESU.....</u></b>	<b><u>91</u></b>
<b><u>LEKCJA 27.</u></b>	
<b><u>PRZEDSEN.....</u></b>	<b><u>93</u></b>
<b><u>LEKCJA 28.</u></b>	
<b><u>KAZIK OGRODNIK.....</u></b>	<b><u>95</u></b>
<b><u>LEKCJA 29.</u></b>	
<b><u>KTO PIERWSZY, TEN... ALBO NIKT.....</u></b>	<b><u>98</u></b>
<b><u>LEKCJA 30.</u></b>	
<b><u>OBIEKTYWIZM I ODWRACANIE UWAGI.....</u></b>	<b><u>101</u></b>
<b><u>LEKCJA 31.</u></b>	
<b><u>BOGACTWO ZA WSZELKĄ CENĘ?.....</u></b>	<b><u>103</u></b>
<b><u>LEKCJA 32.</u></b>	
<b><u>GNIEW, FRUSTRACJE, ZEMSTA.....</u></b>	<b><u>105</u></b>
<b><u>LEKCJA 33.</u></b>	
<b><u>ROZWÓJ I EDUKACJA CZŁOWIEKA.....</u></b>	<b><u>107</u></b>
<b><u>LEKCJA 34.</u></b>	
<b><u>DWA DNI I PO MIESIĄCU.....</u></b>	<b><u>109</u></b>
<b><u>LEKCJA 35.</u></b>	
<b><u>PESYMIZM I WALKA.....</u></b>	<b><u>112</u></b>
<b><u>LEKCJA 36.</u></b>	
<b><u>UŚMIECH, RADOŚĆ, SZCZĘŚCIE – ŻYJ POZYTYWNIENIE .....</u></b>	<b><u>114</u></b>
<b><u>LEKCJA 37.</u></b>	
<b><u>HARMONIJKA ŻEBER.....</u></b>	<b><u>116</u></b>
<b><u>LEKCJA 38.</u></b>	
<b><u>NIGDY SIĘ NIE PODDAWAJ.....</u></b>	<b><u>118</u></b>
<b><u>LEKCJA 39.</u></b>	
<b><u>INSTYNYKT.....</u></b>	<b><u>120</u></b>
<b><u>LEKCJA 40.</u></b>	
<b><u>„SŁUCHAJ, SŁUCHAJ, AJ JAJ”.....</u></b>	<b><u>122</u></b>
<b><u>LEKCJA 41.</u></b>	
<b><u>OLÉ!.....</u></b>	<b><u>124</u></b>
<b><u>LEKCJA 42.</u></b>	
<b><u>TRENING RELAKSACYJNY.....</u></b>	<b><u>126</u></b>
<b><u>LEKCJA 43.</u></b>	
<b><u>PRAWDZIWA WIEDZA.....</u></b>	<b><u>129</u></b>
<b><u>LEKCJA 44.</u></b>	
<b><u>ALBO WSZYSCY, ALBO TY.....</u></b>	<b><u>131</u></b>
<b><u>LEKCJA 45.</u></b>	
<b><u>PRACA Z MIŁOŚCI.....</u></b>	<b><u>133</u></b>
<b><u>LEKCJA 46.</u></b>	
<b><u>ZENON I ZNAJOMI.....</u></b>	<b><u>135</u></b>
<b><u>LEKCJA 47.</u></b>	
<b><u>JA CZY WY?.....</u></b>	<b><u>138</u></b>

<b><u>LEKCJA 48.</u></b>	
<b><u>MUZYKA.....</u></b>	<b><u>140</u></b>
<b><u>LEKCJA 49.</u></b>	
<b><u>CZYM JEST SZCZĘŚCIE?.....</u></b>	<b><u>142</u></b>
<b><u>LEKCJA 50.</u></b>	
<b><u>TRENING CZYNI MISTRZA.....</u></b>	<b><u>145</u></b>
<b><u>LEKCJA 51.</u></b>	
<b><u>GRAŻYNA I GNIEW.....</u></b>	<b><u>148</u></b>
<b><u>LEKCJA 52.</u></b>	
<b><u>PIENIĄDZE A PRACA.....</u></b>	<b><u>151</u></b>
<b><u>LEKCJA 53.</u></b>	
<b><u>BOGACTWO I WYKSZTAŁCENIE.....</u></b>	<b><u>153</u></b>
<b><u>LEKCJA 54.</u></b>	
<b><u>„NIE MAM SIŁY”.....</u></b>	<b><u>157</u></b>
<b><u>LEKCJA 55.</u></b>	
<b><u>TWOJE ŻYCIE W TWOICH RĘKACH.....</u></b>	<b><u>159</u></b>

## Wstęp

Celem tego poradnika jest pokonanie Twoich słabości i lęków w drodze do osiągnięcia prawdziwego szczęścia i odniesienia sukcesu, którego pragniesz.

Tak naprawdę, aby osiągnąć sukces w jakiegokolwiek dziedzinie, powinieneś zacząć od pokonania siebie.

Ta książka poprzez teksty, klucze i pytania umożliwi Ci zarówno pokonanie siebie, jak i osiągnięcie sukcesów w drodze do prawdziwego szczęścia, o jakim dotychczas nawet nie miałeś pojęcia.

Pokonaj dziś siebie, pokonaj siebie i udowodnij, że można lepiej.



Pokaż, na co Cię stać, ale nie jeden raz, słuchaj i ufaj sobie — od teraz, przez wszystkie dni — na zawsze.

Przyjemnej lektury!

Krzysztof Trybulski  
[Krzysztof.Trybulski@gmail.com](mailto:Krzysztof.Trybulski@gmail.com)

## Od Autora

Przekonałem się na własnej skórze, jak niewiele potrzeba do tego, aby odnieść prawdziwy sukces. Człowiek uczy się na błędach, a najlepiej uczyć się na błędach ludzi, którzy sami coś osiągnęli. Kiedy zacząłem błędzić, szybko przekonałem się o tym, że robiąc to, co dotychczas, do niczego w życiu nie dojdę. W tym momencie stanęli przede mną ludzie, którzy pragnęli podzielić się ze mną zdobytą wcześniej wiedzą i praktyką życiową, życząc mi przy tym wszystkiego, co najlepsze. Nie mogłem uczyć się od nich wszystkich naraz, dlatego musiałem wybierać pomiędzy osobami, które same nigdy nie osiągnęły, a tymi ludźmi, którzy osiągnęli bardzo wiele i z każdym kolejnym dniem ich życie wydaje się być coraz lepsze. Po dokonaniu odpowiedniego wyboru duchowny Dawid przeprowadził mnie przez wszystkie aspekty sukcesu, których jego zdaniem powinienem przestrzegać, aby odnieść własny sukces. Dawid uczył mnie przez kilka miesięcy, pozwalając na to, abym uczył się na własnych błędach, i tłumaczył mi, jak on by się w danej sytuacji zachował i dlaczego.

W książce tej przedstawię Ci wszystko to, czego się od niego nauczyłem, w dosyć skróconej formie. Przed sobą masz kilkadziesiąt skondensowanych lekcji sukcesu, szczęścia, bogactwa i miłości. Tym samym książka ta stanowi dla Ciebie podręcznik sukcesu, do którego możesz zawsze sięgnąć. Całość przyozdobiłem motywacyjnymi cytami, myślami i aforyzmami, tak abyś zawsze mógł się zmotywować, bez względu na to, na której lekcji zechcesz się zatrzymać na dłużej. Jak się szybko przekonasz, to nie jest zwykła książka. To jest księga Twojego życia, dzięki której osiągniesz wszystko to, czego pragniesz.

Jeszcze jedna bardzo ważna kwestia, która pozostaje mi do wytłumaczenia — dlaczego kilkadziesiąt lekcji zamiast opowiadania na 200 stron. Otóż dlatego, że poznając jeden aspekt, nie poznałbyś kilkadziesiątu innych. W obecnej formie poznasz wszystko, co tak naprawdę jest Ci potrzebne do odniesienia sukcesu, bez zbędnego odziewania słów w nieodpowiednie ubranie.



## Lekcja 1. Historia wielkiego Polaka

*Przeciętny człowiek nie jest specjalnie ciekaw świata.  
Ot, żyje, musi jakoś się z tym faktem uporać,  
im będzie to kosztowało mniej wysiłku — tym lepiej.  
A przecież poznawanie świata zakłada wysiłek,  
i to wielki, pochłaniający człowieka.  
Większość ludzi raczej rozwija w sobie zdolności przeciwne,  
zdolność, aby patrząc — nie widzieć, aby słuchając — nie słyszeć.*

Ryszard Kapuściński

Żeby osiągnąć prawdziwe szczęście i prawdziwy sukces, trzeba posiadać w sobie dziecięcy entuzjazm, prawdziwą dziecięcą radość, dziecięcy uśmiech, szczery i prawdziwy. Każdy człowiek marzy o tym, aby mając lat dwadzieścia, trzydzieści albo czterdzieści, odnieść pełny sukces w dowolnej dziedzinie życia. Jeśli podążymy w kierunku pracy lub pieniędzy, dążąc do nich, nie odnajdziemy radości w tym, co robimy. Prawdziwa radość opiera się bowiem na czymś, czego 80% ludzi na Ziemi nie potrafi dostrzec, mimo że każdy ma to na wyciągnięcie ręki. Radość z posiadania jest czymś naturalnym, jeśli nie zapomnimy o tym, że do prawdziwego szczęścia potrzebne jest nam coś jeszcze: radość z istnienia i posiadania tego, co już mamy. Walcząc o więcej i więcej, nie dostrzegając tego, jak wiele już posiadamy, szybko zgubimy się w labiryncie życia.

Karol i Karolina mieli po 14 lat. Oboje cieszyli się tak samo, mieli to samo, wychowali się w takim samym społeczeństwie, byli bliźniaka-

mi, więc i ubierali się tak samo. Karol w wieku 20 lat miał własny samochód, mieszkanie i rodzinę. W wieku 30 lat stracił wszystko, co osiągnął, i został bezdomnym. Dążąc do jak najszybszego zaspokojenia natychmiastowych potrzeb, przestał cieszyć się z posiadania i istnienia, w skutek czego stracił wszystko, co posiadał.

Karolina w wieku 20 lat uczyła się wzmacniania poczucia własnej wartości. Ciągle była dzieckiem, emanował z niej prawdziwy dziecięcy entuzjizm. Była ciągle tą samą osobą, co w wieku 14 lat. Podczas gdy Karol zdobywał kolejne przedmioty, ona wciąż kształtowała swój umysł poprzez relaks i wizualizację. Cieszyła się z życia i w wieku 30 lat została znaną piosenkarką. Nadal się cieszy tym, co już posiada, i nigdy nie zapomina podziękować za szanse, które otrzymuje każdego dnia. Podczas gdy Karol martwi się o to, na jakim dworcu będzie spał, ona cieszy się z tego, co już posiada, i wie, że przyszłe życie będzie ciągle dla niej obfite, ponieważ nigdy nie przestała żyć prawdziwym szczęściem. Wręcz odwrotnie — zawsze zagłębiała się w nim.

Co takiego podzieliło Karolinę i Karola, że ich życie ukształtowało się w taki, a nie inny sposób? Karola nie cieszyło to, co robił, Karolina potrafiła cieszyć się każdą chwilą swojego życia. Karolina była przepełniona entuzjazmem.

W zasadzie ludzi mogą podzielić na dwie grupy. Na tych, którzy zarabiają pieniądze, robiąc coś, czego nie lubią, i na tych, którzy oddają się rozrywkom, pasjom i hobby, a inni im za to płacą. Michał Wiśniewski, Andrzej Stasiuk (i tysiące innych znanych Polaków) doszli do tego, co posiadają, dzięki temu, że oddawali się pasji swojego życia, dzięki której osiągnęli bogactwo. Tak więc zanim osiągnęli sławę i bogactwo, byli przepełnieni prawdziwą miłością i radością. Zanim osiągnęli niezależność finansową, byli bogaci, ponieważ robili to, co

stanowiło dla nich prawdziwą radość życia. Ich głównym założeniem nie było zarobienie milionów, sprzedanie jak największej liczby płyt i książek. Wiedzieli o tym, że prawdziwe bogactwo to nie pieniądze. Wiedzieli o tym, że pieniądze są złudzeniem.

Większość ludzi na świecie uważa, że aby osiągnąć prawdziwe bogactwo, należy pracować od poniedziałku do soboty, od rana do wieczora, za marne grosze. Szczęściem jest dla nich niedziela, kiedy mogą odpoczywać, siedząc cały dzień przed monitorem komputera lub ekranem telewizora. Tak więc liczba dni w roku, w których są szczęśliwi, wynosi 52. Tak naprawdę nie są jednak szczęśliwi nawet 10 dni w roku. Wiedzą doskonale, że jutro będzie poniedziałek — i już nie myślą o szczęściu, myślą o nieszczęściu, do którego wciąż wracają. Jakie byłoby więc proponowane rozwiązanie ich problemów? Powinni zacząć żyć życiem, powinni zacząć robić to, co naprawdę kochają. Powinni cieszyć się ze swojego życia 365 dni w roku, zamiast dążyć do osiągnięcia emerytury. To nie wolność wyboru, to lęk, który jest ich głównym, dominującym stanem umysłowym. Tacy ludzie zazwyczaj myślą emocjami, a nie umysłem. Pomimo że umysł podpowiada im: „Nie rób tego”, emocje biorą górę i robią to, czego nie lubią robić, znajdując tysiące bezsensownych powodów, dla których warto marnować swoje własne życie.

Czego oczekujesz od życia?

Jak bardzo chcesz być szczęśliwy za kilka, kilkanaście dni, tygodni, miesięcy, lat?

Odpowiedz sobie szczerze na te pytania, pamiętaj, że nie żyjemy po to, żeby zarabiać pieniądze i zabijać czas. Żyjemy po to, aby cieszyć się w pełni własnym życiem.

Jakie życiowe cele zamierzasz zrealizować w najbliższej przyszłości?  
Opisz, czego oczekujesz od życia:

.....  
.....  
.....

*Pielęgnuj swoje marzenia. Trzymaj się swoich ideałów.  
Maszeruj śmiało według muzyki, którą tylko Ty słyszysz.  
Wielkie biografie powstają z ruchu do przodu,  
a nie z oglądania się do tyłu.*

Paulo Coelho

## Lekcja 2.

### Czarek, który został piosenkarzem

*Myśl tylko o tym, czego chcesz — nigdy o tym, czego nie chcesz.  
Wyobrażaj sobie siebie samego, jak zarabiasz takie pieniądze,  
jakie są Ci potrzebne, by osiągnąć cele.*

Cezary postawił przed sobą ważne zadanie. Postanowił wyrobić w sobie odpowiedni pogląd na życie, jednocześnie robiąc to, czego pragnie, ponieważ wiedział, jak bardzo jest to ważne. Najpierw wytyczył sobie cel, który chciał osiągnąć, a później poczuł, jak wspaniale będzie się czuł, gdy go już osiągnie. Rozbudził w sobie prawdziwe pragnienia i wszystko podążyło w odpowiednim kierunku.

Cezary, zanim ujrzał w swoim życiu to, czego pragnął, wiedział, że już to ma. Jego myśli były tylko pozytywne, a pragnienia się urzeczywistniły. Bardzo ważnym czynnikiem wewnętrznym Czarka była jego własna osobowość. On — pomimo że miał dyplom, wyższe wykształcenie i doświadczenie zawodowe — wiedział, że sam musi zadbać o swoje własne życie. Najpierw zrezygnował z pracy od poniedziałku do piątku na rzecz interesu, który otworzył, aby móc zająć się swoją osobowością. Zrobił tak, że pieniądze pracowały na niego, więc sam na nie już pracować nie musiał i tym samym miał dla siebie dużo więcej czasu.

Czarek potrafił zaufać sobie — gdyby tego nie zrobił, pracowałby ciągle na pieniądze, w strachu, że kiedyś może nie mieć pracy. Zbudował swój interes, ponieważ miał odwagę porzucić swoją przeszłość i spojrzeć prawdzie w oczy. Przepelniał go prawdziwy dziecięcy en-

tuzjizm, który był dla niego olbrzymią siłą. Jego entuzjazm odbijał się na wszystkim i wszystkich wokół, na wszystkich ludziach, na wszystkich zwierzętach, niósł się na wszystkie strony świata. Nic więc dziwnego, że kiedy postanowił iść na koncert znanego na całym świecie muzyka, ten muzyk przez większość czasu patrzył właśnie na Czarka. Połączyło ich coś, czego nie widać, ale coś, co jest odczuwalne. To prawdziwa siła, prawdziwa wiara w osiągnięcie nieosiągalnego, prawdziwe bogactwo myśli, podświadomości i telepatii. Czarek pokochał cały świat, pokochał wszystkich ludzi i osiągnął to, o czym zawsze marzył. Zaśpiewał na występie razem z tym muzykiem, ponieważ został przez niego zaproszony na scenę. A gdy Czarek zrobił furorę, śpiewając swoją piosenkę, piosenkarz zostawił go sam na sam z ludźmi, którzy przyszli na koncert.

Czarek kilka miesięcy później był równie wielkim i znanym piosenkarzem jak ten, przez którego został zaproszony na scenę. Cezary był piosenkarzem, miał talent wokalny, którego wcześniej nie widział. Aby sięgnąć gwiazd, musiał poznać sam siebie, odkryć wszystkie tajemnice swojego umysłu, uświadomić sobie własną wielką siłę świadomości i podświadomości. Udało mu się, wygrał własne życie, wypracował własny sukces autosugestią i sugestią, ponieważ był przekonany, że jest wielki.

Kim chcesz być jutro, za kilka, kilkanaście, dni, tygodni, miesięcy i lat?

Z czego się cieszysz teraz, a z czego będziesz się cieszył jutro?

Do czego dążysz i co chcesz osiągnąć?

Odpowiedz sobie szczerze na te pytania, pamiętaj, że sukces i szczęście są stanem umysłu, a pieniądze złudzeniem.

Napisz, kim będziesz za kilka miesięcy i co zrobisz, aby Twoje marzenia stały się Twoją rzeczywistością:

.....  
.....  
.....

*Kiedy czegoś gorąco pragniesz,  
to cały wszechświat sprzyja potajemnie twojemu pragnieniu.*

Paulo Coelho

## Lekcja 3.

### Schemat działania, zniechęcenie i sukces

*Jeśli potrafisz iść przez życie bez zaznawania bólu,  
to prawdopodobnie jeszcze się nie urodziłeś.*

Neil Simon

Jest na tym świecie tylko jedna rzecz, która tak naprawdę ma wpływ na nasze życie: to nasze myśli. Chciałbym Ci teraz przedstawić pewien schemat, na którym możesz się opierać, aby osiągnąć wszystko to, czego pragniesz. Po pierwsze: wybierz swój cel.

Po drugie: ??? *Czy jest sposób, który działa w każdym przypadku? Upsss, chyba nie. Straciłem konsensus, zresztą to się wytnie przy korekcie, tak myślę ☺*

Chciałbym Ci przedstawić... *Nie — to też nie, brzmi jak w telezakupach Mango, to też się wytnie.*

Schemat — czy można się na nim opierać, budując własne życie? Tak, można — i są dowody na to, że i małpa zrozumie jak to zrobić — *to też się wytnie, zbyt odważne te słowa.*

Czy wiesz, czym jest zniechęcenie? Czy wiesz, że taki stan można świadomie u kogoś wywołać? Jeśli nie — powinieneś się tym tematem zainteresować, ponieważ powiązany on jest ściśle z tym, co nazywamy zainteresowaniem. Łatwiej jest zainteresować kogoś niż siebie samego. Dlatego jeśli chcesz zmienić swoje własne życie — powinie-



neś dążyć do tego, aby wzbudzić w sobie stan zainteresowania czymś, co Cię odrzuca, a co tak naprawdę jest czymś, czego pragniesz.

Pieniądze — chcesz je mieć? Pozbądź się myśli, że są one złem. Nie osiągniesz niczego, dążąc do czegoś, co uważasz za złe. Jeśli pieniądze są złem, to jeszcze gorsze będzie to, jak będziesz ich posiadał tylko, że nie będziesz musiał do końca życia pracować.

Możesz, a wręcz powinieneś mieć kontrolę nad własnym życiem. Jeśli świadomie będziesz wybierał drogę, po której będziesz się poruszał, dojdiesz do takiego stanu, w którym nic nie będzie stanowiło dla Ciebie problemu. Jeśli chcesz mieć dobry samochód, dobrą pracę, to pozbądź się bezpowrotnie myśli, że na to nie zasługujesz, że należy się to komuś innemu, ale nie Tobie. Każdemu człowiekowi należy się wszystko to, na co zapracuje, bez względu na to, czy zarobi miliony w ciągu kilku miesięcy, czy tysiące w ciągu kilkunastu tygodni. Otrzymujesz wszystko to, na co zasługujesz, więc uświadom sobie jedną prawdę: zasługujesz na wszystko. Bo jeśli na coś nie zasługujesz, to tego nie zdobędziesz.

Jeśli stracisz dach nad głową albo będzie naprawdę źle, wówczas skorzystasz z szansy? Cóż za błąd, szansy się nie wykorzystuje kiedyś, szansę wykorzystuje się natychmiast w chwili, gdy się ona pojawia.

Nie jesteś zadowolony ze swojego życia, ale chcesz być z niego zadowolony? Błąd. Nie jesteś z niego zadowolony i nie chcesz być szczęśliwy, bo jeśli chciałbyś, to zacząłbyś od poczucia szczęścia już teraz, a nie za sto lat.

Uporządkuj swoje wnętrze według tego, czego pragniesz, a nie tego, czego nie chcesz. Życzę Ci, abyś przetrwał każdą, nawet najbardziej negatywną myśl, zamieniając ją w tysiąc razy silniejszą pozytywną.

*Ten rozdział wytnie się chyba w całości, bo brzmi tak jakoś nieprofesjonalnie. Czy trzeba być profesjonalistą, aby robić to, co się lubi? Tak, można — bo im dłużej to robisz, tym lepszy w tym jesteś. W tym? W tej dziedzinie, którą się zajmujesz, oczywiście 😊*

Napisz, w czym jesteś naprawdę dobry i co powinieneś zrobić, aby związać z tym swoją przyszłość:

.....  
.....  
.....

*To serce czyni człowieka bogatym.  
Jest on bogaty według tego, KIM JEST,  
nie według tego, co posiada.*

Henry Ward Beecher

## Lekcja 4.

# To człowiek tworzy Wszechświat

*Praca uodparnia na ból.*

Marcus Tullius Cicero, 106–43 p.n.e.

Kiedyś to były czasy. Pamiętam, jak Ci się nudziło. Wtedy po raz pierwszy postanowiłeś, że coś stworzysz, bo przeszkadzała Ci ta pustka, która była wszędzie dookoła Ciebie. Nie wiedziałeś jeszcze, czym naprawdę jest życie, więc postanowiłeś tego doświadczyć. To było tak dawno, ale pamiętam to, jakby miało to miejsce kilka sekund temu. Powiedziałeś, że najpierw stworzysz Wszechświat — i uczyniłeś to. Obdarowałeś go wszelkimi możliwymi bogactwami, ale stwierdziłeś, że nadal nie jesteś zadowolony.

Stworzyłeś więc człowieka, aby mógł Ci towarzyszyć, i obdarowałeś go życiem. Nie zapomniałeś podzielić go na miliony części, tak aby mógł w przyszłości każdą z nich odkryć. To było naprawdę cudowne z Twojej strony. Zapomniałeś jednak o tym, że Ty sam nie doświadczasz życia, więc postanowiłeś rozpocząć życie. Podzieliłeś się na niezliczoną ilość elementów, a każdy z nich umieściłeś w odległych galaktykach. To było coś cudownego, obdarzyłeś sobą również nas, mieszkańców Ziemi, za co Ci dziękujemy. Teraz jesteś podzielony na wszystko i na wszystkich. Każda część Ciebie ma świadomość, że istnieją również inne części, ale żadna z nich nie niepokoi się tym faktem. Czasem tylko, gdy budzisz się do życia, uświadamiasz sobie jak wielką, nieograniczoną moc posiadasz. Jesteś naprawdę wspaniałą i wszechmogącą. Posiadasz moc, która od zawsze jest nieodłączną

częścią Ciebie, jednakże tylko czasami naprawdę wiesz, kim naprawdę jesteś. Spraw, abyś wiedział to zawsze, przypomnij sobie, kim naprawdę byłeś i kim jesteś — nigdy tego nie zapominaj. Odkryj swoją moc, a zmienisz wszystko, co pragniesz zmienić. Nie ma dla Ciebie rzeczy niemożliwych, o wielki! Powstań ze snu już teraz, w chwili, gdy budzą Cię szczęście, bogactwo, miłość i wszystkie inne wspaniałości, których pragniesz. Pamiętasz ten głaz, którego nikt nie był w stanie zniszczyć? Dla Ciebie to nie było problemem. Zniszczyłeś go zwykłym, małym młotkiem, a on się rozpadł na miliony kawałków, podczas gdy inni nie byli w stanie go zniszczyć nawet kilofami. O, dzięki Ci, wielki człowieku, za Twą wielką, nieograniczoną siłę i energię, którą w sobie posiadasz.

Napisz, w jaki sposób wykorzystasz dzisiaj swoją wielką siłę. Opisz Wszechświat, który stworzysz na własne potrzeby dzięki sile, którą posiadasz. Zwizualizuj swoją przyszłość, opisując ją najdokładniej, jak potrafisz:

.....  
.....  
.....

*Nikt nie może stracić z oczu tego, czego pragnie.*

*Nawet kiedy przychodzą chwile, gdy zdaje się,*

*że cały świat i inni są silniejsi.*

*Sekret tkwi w tym, by się nie poddać.*

Paulo Coelho

## Lekcja 5. Piramida kangura

*Żyjemy w świecie, w którym nic nie jest na miarę człowieka.*

Pewien praktykujący duchowny postanowił odwiedzić jedną z piramid, w której rzekomo straszło. Wszedł do niej, po czym umarł na zawał. Kolejny był kapłan, który również się przestraszył i umarł na atak serca.

Nikt nie odwiedzał już tej piramidy — do czasu, aż pewien naukowiec, mędrzec zwany Dobromysłem, postanowił zrobić eksperyment, nie wchodząc do piramidy. Wpuścił do niej kangura. Jak głoszą plotki, gdy kangur wszedł do piramidy pełen strachu i obaw, ujrzał milion kangurów równie pełnych obaw i strachu jak on, przestraszył się i uciekł, wierząc, że na świecie są tylko złe, przestraszone i nieszczęśliwe kangury. Uczony postanowił więc zrobić eksperyment ponownie, wpuszczając tym razem do piramidy młodego kangurka. Wesoły, szczęśliwy kangurek, gdy do niej wszedł, ujrzał milion równie szczęśliwych i radosnych kangurków jak on i był przekonany o tym, że na świecie są tylko szczęśliwe i radosne kangurki. Uczony, widząc to, wszedł do piramidy i odkrył coś, z czego korzystamy do dzisiaj. Chodzi o efekt odbicia lustrzanego i o lustro.

Jaki jest morał z tej krótkiej, aczkolwiek pouczającej historii? Im jesteś bardziej pogodny na co dzień w stosunku do innych ludzi, tym bardziej ludzie postrzegają Cię jako wspaniałego przyjaciela, człowieka przepelnionego szczęściem i spokojem ducha. Tak więc zawsze

masz na kogo liczyć. Wiesz, dlaczego tak się dzieje? Ponieważ świat, z jakim mamy do czynienia na co dzień, jest odbiciem nas samych, odbiciem lustrzanym naszego własnego życia i myśli, którymi jesteśmy przepełnieni.

*Każdy wybór, jakiego dokonujesz, ma swój rezultat końcowy.*

Zig Ziglar

## Lekcja 6. Śmiech to zdrowie

*Ból jest ojcem mądrości, miłość matką.*

Ludwig Börne

Czy słyszałeś powiedzenie, że śmiech to zdrowie? Tak, słyszałeś — i wiesz co? Dobrze słyszałeś. Śmiech jest rzeczywiście zdrowy i istnieją naukowe dowody na to, że śmiech działa zarówno na nasze całe ciało, jak i umysł.

Śmiech: pomaga w prawidłowym biciu serca, wentyluje płuca, relaksuje ciało i umysł, ćwiczy podstawę szkieletu, działa jak kosmetyk, dzięki któremu skóra jest zaróżowiona i dotleniona, działa jak lekarstwo, łagodząc lub całkowicie eliminując ból i choroby, działa jak bieganie, dotleniając płuca, działa jak sport, wspomagając pracę mięśni brzucha i twarzy, uwalnia hormony szczęścia, które mają działania przeciwbólowe i przeciwłękowe, wywołując w nas odczucia przyjemności i błogostanu.

Ludzie uśmiechnięci: są lepiej odbierani przez otoczenie, mają więcej znajomych i są bardziej zadowoleni z życia.

Kiedy nie jesteś zadowolony, zacznij się śmiać, a zobaczysz, że będziesz robił tak zawsze, kiedy dopadnie Cię jakaś zła myśl. Freud nazywa ten mechanizm pozytywnym samooszustwem, twierdząc, że jest on jedną z cech dojrzałości. Pierwszą osobą, która wykorzystwała śmiech w medycynie, jest Norman Cousins, który był chory na

śmiertelną chorobę. Lekarze oceniali jego szanse na wyleczenie jak o do 100 000, ale mimo wszystko Norman się nie poddał. Nie pogrążył się w depresji, ale zaczął wzbudzać w sobie pozytywne emocje. Spotykał się ze znajomymi, oglądał komedie i ciągle się śmiał, dzięki czemu poprawił zarówno swój stan fizyczny, jak i duchowy. Po kilku miesiącach był całkowicie zdrowy, a metody leczenia śmiechem opisał w magazynie medycznym.

*Jeśli chodzi o pieniądze,  
to mamy raczej do czynienia z pewną formą energii.  
Im więcej jej zużyjemy na rzeczywiście ważne sprawy w życiu,  
tym więcej pieniędzy przybędzie do nas.*

Bodo Schafer



## Lekcja 7. Relaksacja, rozluźnienie i nauka

*Przyczyną połowy naszych błędów życiowych jest to,  
że odczuwamy tam, gdzie powinniśmy myśleć,  
a myślimy tam, gdzie powinniśmy odczuwać.*

Kiedy uczysz się prawidłowego rozluźniania i relaksacji, to jednocześnie uczysz się nabierania chęci do prawdziwego życia i szczęścia. Przestajesz się niepokoić, zapominasz o nieprzyjemnych przyzwyczajeniach i uczuciach, które w gruncie rzeczy Cię wyniszczają.

Dzięki temu, że używasz relaksacji, Twoje mięśnie się rozluźniają i przesyłają do Twojego mózgu więcej prawidłowej energii, która jest Ci potrzebna do życia i szczęścia. Uwalniasz się od automatycznych schematów i otwierasz swój umysł na poznanie prawdziwego świata. Rozszerzasz pole widzenia własnej świadomości i w łatwy sposób przemieniasz swoje najskrytsze marzenia w rzeczywistość.

*Jeśli jest coś, czego nie potrafimy zrobić  
wydajniej, taniej i lepiej niż konkurenci,  
nie ma sensu, żebyśmy to robili,  
i powinniśmy zatrudnić do wykonania tej pracy kogoś,  
kto robi to lepiej niż my.*

Henry Ford

*Firmy, które rosną dzięki rozwojowi i ulepszeniom, nie zginą.  
Ale kiedy firma przestaje być twórcza, kiedy uważa,  
że osiągnęła doskonałość i teraz musi tylko produkować  
— już po niej.*

Henry Ford

Bądź egoistą. Dawaj wszystko sobie. Dbaj tylko o swoje dobro. Rozwijaj siebie. Rób masę innych egoistycznych rzeczy i mnóż, by mieć czym obdarować innych ludzi.

## Lekcja 8. Odkładaj

*Znane są tysiące sposobów zabijania czasu,  
ale nikt nie wie, jak go wskrzesić.*

Albert Einstein

Jeśli masz złotówkę, odłóż dziesięć groszy. Jeśli masz sto tysięcy złotych, odłóż dziesięć tysięcy. Nigdy do końca tak naprawdę nie wiadomo, co Ci się może przytrafić, na co i jak bardzo mogą Ci być potrzebne pieniądze. Jeśli odłożysz dziesięć procent zarobionych pieniędzy na później, to stworzysz w ten sposób własną gwarancję bezpieczeństwa finansowego. Ja osobiście 51% każdej zarobionej kwoty inwestuję, 15% odkładam na konto z odsetkami, a 34% wydaję na własne potrzeby. Każdą sumę dokładnie muszę wyliczyć, rozplanować — i dopiero wtedy mogę cokolwiek zrobić z zarobionymi pieniędzmi.

Nie bądź naiwny, nie możesz wierzyć w to, że emerytura wystarczy Ci do życia za lat dziesięć czy czterdzieści. Musisz sam zadbać o swoją niezależność w przyszłości. Odkładaj pieniądze na konto lub lokuj je w jakichś konkretnych akcjach czy obligacjach, nie wymagających pilnowania wpłat i wypłat, a po tym, jak je wpłacisz, zapomnij o tym, że kiedykolwiek istniały. W ten sposób, kiedy będziesz potrzebował pieniędzy, przypomnisz sobie, że kiedyś odkładałeś i rzeczywiście masz całkiem niezłą sumkę. Jeśli zdarzy się tak, że będzie Ci ona rzeczywiście potrzebna, nie wypłacaj wszystkiego, a jedynie 49%. Resztę możesz zostawić w spokoju na dobrze oprocentowanym koncie.

Napisz, jak stworzysz swój plan inwestycyjny niezależności finansowej:

.....  
.....  
.....

Napisz, na co wydajesz pieniądze, a co wcale nie jest Ci do niczego potrzebne — mogą to być gazety, taksówka, jedzenie na mieście:

.....  
.....  
.....

Jeśli chodzi o jedzenie na mieście, to właśnie dzięki niemu zaraziłem się salmonellą, co skłoniło mnie do tego, aby na mieście nie jadać, jednocześnie oszczędzając niemałe kwoty.

Rozejrzyj się uważnie wokół, a jestem pewien, że znajdziesz wiele sposobów na to, aby zacząć oszczędzać.

Przypomniała mi się teraz pewna historia z supermarketu, gdzie pewien pan kupował wędlinę. Poprosił on o podanie 30 dag szynki, a gdy ekspedientka zważyła 31 dag, pan się rozzłościł i krzyknął, że miało być przecież 30. Ciekawy tego, co go tak zdenerwowało, zapytałem go o powód frustracji, po czym dowiedziałem się, że ta wędlina jest na obiad dla całej jego rodziny. Wędlina na obiad? No cóż, ja wolę mielone, ale nie wszyscy mają takie same gusta. A może to jego sposób na oszczędzanie? Jeśli tak, to nie pozostaje mi nic innego, jak powiedzieć Ci, że nie należy oszczędzać na żołądkach najbliższych.

*Muzyka to przyjemność,  
jakiej dusza ludzka doświadcza przez liczenie,  
nie zdając sobie sprawy, że ma do czynienia z liczeniem.*

Gottfried Leibniz

*Wall Street to jedyne miejsce,  
do którego jedni przyjeżdżają rolls royce'ami,  
aby zasięgać porad u innych, którzy podróżują metrem.*

Warren Buffett

*Klient ma Twoje pieniądze  
i tylko od Ciebie zależy, kiedy Ci je odda.*

Piotr Łabuz, Marcin Urbański

*Wiedza, gdzie znaleźć informację i jak ją wykorzystać  
— to sekret sukcesu.*

Albert Einstein