

J. Martin Kohe, Judith Williamson

PSYCHOLOGIA SUKCESU



# Sekrety duchowego bogactwa

eBook

## Wielka zmiana w dwunastu krokach

1. Pozytywne nastawienie psychiczne
2. Dobra kondycja fizyczna
3. Harmonia ze światem
4. Wolność od obaw i strachu
5. Nadzieja na spełnienie pragnień
6. Umiejętność wykształcenia w sobie wiary
7. Gotowość do dzielenia się z innymi
8. Praca wykonywana z pasją
9. Otwarty umysł
10. Samodyscyplina
11. Zdolność zrozumienia innych
12. Stabilna sytuacja finansowa

Tytuł oryginału: How to Become a Mental Millionaire

Tłumaczenie: Sławomir Kupisz

Projekt okładki: Jan Paluch

ISBN: 978-83-246-1457-8

Copyright © 2005 by The Napoleon Hill Foundation.

Polish edition copyright © 2008 by Wydawnictwo Helion.

All Rights Reserved.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from the Publisher.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Kopiowanie całości lub jakiegokolwiek fragmentu publikacji na dowolnym polu eksploatacji w tym m.in. nośniku cyfrowym, filmowym, magnetycznym a także wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną lub inną powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz Wydawnictwo HELION 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 HELION nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Fotografia na okładce została wykorzystana za zgodą iStockPhoto Inc.

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://onepress.pl/user/opinie?psukce>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Wydawnictwo HELION

ul. Kościuszki 1c, 44-100 GLIWICE

tel. 032 231 22 19, 032 230 98 63

e-mail: [onepress@onepress.pl](mailto:onepress@onepress.pl)

WWW: <http://onepress.pl> (księgarnia internetowa, katalog książek)

Printed in Poland.



# Spis treści

Przedmowa .....	5
-----------------	---

## Lekcje

1 Potęga mentalnych obrazów .....	7
2 Potęga wiary w siebie .....	19
3 Sekret stosunków z ludźmi .....	39
4 Jak poprawić swój status finansowy? .....	59
5 Psychologia kłopotów .....	81
6 Jak kontrolować swoje emocje .....	87
7 Potęga wyobraźni .....	93
8 Nowa psychologia sukcesu .....	105
9 Sekret szczęścia, potęga radości .....	117
10 Wpływ umysłu na ciało .....	135
11 Sekret dobrego zdrowia .....	149
12 Sekret młodości .....	163
13 Sekret udanego wychowania dzieci .....	173
14 Siła tworzenia .....	187
15 Jak zrealizować własne pragnienia — część 1 .....	201
16 Jak zrealizować własne pragnienia — część 2 .....	215
17 Jak radzić sobie z problemami .....	225
18 Odpowiedź na pytanie: „Dlaczego tu jesteśmy?” .....	231
19 Jak stać się Duchowym Bogaczem? .....	245
20 Siła łaski .....	259

## Dodatki

A Nasz ludzki barometr, czyli jak kontrolować swoje myśli .....	275
B Sekret radzenia sobie z problemami .....	299
C Twoje postępy na drodze do Duchowego Bogactwa .....	329





# Przedmowa

Fundacja Napoleona Hilla znacznie wzbogaciła się dzięki darom przekazanym jej przez W. Clementa Stone'a. Jednym z owych bezcennych wręcz podarków jest cykl wykładów, jakie J. Martin Kohe napisał w 1952 roku, pracując nad kursem *Duchowy Bogacz*.

Po przeczytaniu tych lekcji uderzyła mnie pewna myśl: nabrałam nieodpartego wrażenia, iż tworząc owe wykłady, Kohe starał się, by jak najbardziej korespondowały z jego wcześniejszą książką *Your Greatest Power*. Choć nieobszerna, całkowicie wypełniona jest teoretycznymi dywagacjami. Aby zrekompensować czytelnikom brak w niej informacji praktycznych, Kohe opracował 20 strategii, ujętych w formie wykładów, które doskonale wpisują się w myśl przewodnią i założenie *Your Greatest Power*, czyli „Siła i prawo wyboru”. Naturalną kontynuacją książki wydaje się pozycja, którą widzisz przed sobą. Połączone, pozwolą Ci osiągnąć żadaną przez Ciebie życiową transformację.

Jako pedagogowi i wychowawcy jest mi znana Taksonomia Celów Kształcenia Blooma. Jeśli wiesz, o czym mówię, orientujesz się z pewnością, że tę hierarchię celów nauczania studiuje się od dołu do góry. Przypomina to nieco wspinanie się po drabinie lub wchodzenie po schodach. Zgodnie z wnioskami sformułowanymi przez Blooma, istnieje sześć poziomów nauczania: wiedza, zrozumienie, zastosowanie, analiza, synteza oraz osąd. W celu osiągnięcia najlep-

szych rezultatów nauki i pełnego opanowania nauczanej lekcji powinieneś „przebić” się przez owe sześć etapów. W zrozumieniu działania tej zasady pomoże Ci historia Waltera P. Chryslera i jego miłości do samochodów. Pan Chrysler, zanim jako prezes stanął na czele motoryzacyjnego giganta, przeszedł wszystkie etapy, z fazą warsztatu samochodowego w garażu włącznie.

Także i Ty musisz wykroczyć poza poziom „czystej” wiedzy, jeśli chcesz, by w Twoim życiu zaszła prawdziwa przemiana. Tak W. Clement Stone, jak i Napoleon Hill powtarzali nieustannie: „kluczem jest działanie”. Działanie to zastosowanie i właśnie to znajdziesz w wykładach Kohego. Po pierwsze wiedza, po drugie zrozumienie, po trzecie wykorzystanie. Takie podejście gwarantuje sukces każdego przedsięwzięcia, o ile tylko w swoich dążeniach będziesz wytrwały i uparty.

Sukces równa się myśl plus działanie. Poznawszy tę skromną formułę, czy dziwisz się jeszcze, że po napisaniu *Your Greatest Power* Kohe nie uznał pracy za zakończoną? Jak każdy dobry nauczyciel zilustrował lekcję: przy użyciu 20 różnych przykładów jej zastosowania. W ten sposób próbuje upewnić się, że pojąłeś wykład oraz — co najważniejsze — że osiągniesz efekt: SUKCES w życiu.

Z ogromną przyjemnością przedstawiam Ci ów cykl wykładów wydobytych z archiwum Napoleona Hilla. Nie wahaj się wypróbować przedstawionych tu strategii. Pamiętaj: działanie jest kluczem. Wystarczy, że przekreślisz go, a uruchomiwszy swój potencjał, staniesz się Umysłowym Bogaczem — masz do tego pełne prawo. Zaczynaj przygodę i zbieraj owoce! Życzę sukcesu bez granic!

Judith Williamson, dyrektor naczelny

Światowego Centrum Nauczania Napoleona Hilla przy Purdue University Calumet



## L e k c j a 1

# Potęga mentalnych obrazów

*Drogi Czytelniku!*

*Oto nasza pierwsza lekcja. W jej trakcie psycholog Martin Kohe zapozna nas z niezwykle skutecznymi ćwiczeniami, które pomogą nam rozwinąć nasze wewnętrzne, psychiczne wizje, a następnie zamienić je w rzeczywistość. Zademonstrowawszy nam siłę naszej wyobraźni w tworzeniu mentalnych projekcji, Kohe wtajemniczy nas w sekret tworzenia owych projekcji oczyma duszy. Pomogą nam one w realizacji naszych pragnień. Proces dostrzegania tego, do czego dążymy, jeszcze zanim faktycznie uda nam się to zrealizować, to nic innego, jak zaangażowanie naszej podświadomości do wspólnej z nami pracy w proces tworzenia. Napoleon Hill przekonuje, iż nasza podświadomość funkcjonuje na takiej samej zasadzie, jak klisza aparatu fotograficznego. Stwierdza on bowiem, że podświadomość, „będąc pod wpływem silnych emocji, jest w stanie zaabsorbować dowolny obraz, jaki dostarczy jej świadomość... Zrobienie dobrego zdjęcia takim aparatem nie różni się od fotografowania każdym innym: konieczna jest odpowiednia ostrość, światło, właściwy czas ustawienia przysłony”.*

*Nie ma potrzeby, abyśmy ze szczegółami wdawali się w objaśnianie mechanizmów, dzięki którym nasze myśli, poprzez mentalne obrazowanie, stają się rzeczywistością. Równie dobrze moglibyśmy zgłębiać tajniki*

*elektryczności, a przecież wystarczy, że wiemy, gdzie znajduje się włącznik, którym zapalamy światło. Ważne jest, aby wiedzieć, iż podświadomość nie odróżnia rzeczywistości od fikcji. Stąd „widząc” tu i teraz oczyma wyobraźni nasze obiekty dążeń, niejako „klatka po klatce” pomagamy przetwarzać w rzeczywistość nasze mentalne projekcje. Czas spędzony w teatrze naszej wyobraźni to chwila naszej najwspanialszej roli w życiu. To, Drogi Czytelniku, czas właściwie wykorzystany.*

— *Judith Williamson*

---

*Ząb wyrasta od środka, zatem i my musimy zmieniać nasze wewnętrzne myślenie. Jeśli zmienimy nastawienie do naszej kondycji finansowej, rezultaty z pewnością nie każą na siebie długo czekać.*

— *Your Greatest Power*

---

**J**eśli przeczytałeś moją książkę *Your Greatest Power*, jesteś już świadom, że posiadasz moc, która pozwala Ci kształtować Twoje życie zgodnie z własnym wyobrażeniem. Wziąwszy do ręki *Psychologia sukcesu. Sekrety duchowego bogactwa*, zdecydowałeś się iść dalej w tym kierunku. Gratulacje! Szczerze mówiąc, czegoż jeszcze możesz żądać? Mając w głowie skarbiec, możesz chcieć przekuć swą wiedzę na pieniądze. O ile tego chcesz. Większości prawdziwych milionerów daleko jednak do umysłowych krezusów. Nazbyt polegają oni na swych fortunach, wierząc, iż pieniądze dadzą im wszystko to, czego pragną od życia. Skutek jest łatwy do przewidzenia: szczęśliwi milionerzy zdarzają się rzadko. Naturalnie, jeśli zdecydują się nimi być, mogą tego dokonać, jednak większość z nich tak przyzwyczaiła się osiągać cele za pomocą pieniędzy, iż zapomnieli, że istnieje jeszcze inna droga. Przygotuj się zatem do podróży przez nasz podręcznik — poznasz tu wszystkie sztuczki potrzebne do gry w życie. Przekonasz się, że nic nie umknęło naszej uwadze.

Naszym pierwszym krokiem na drodze do umysłowego bogactwa i umiejętności wykorzystania każdej przydatnej w życiu sztuczki jest obserwacja własnych projekcji mentalnych. Jeśli powiem: „Pomyśl o samochodzie”, Twój umysł natychmiast podsunie Ci obraz samochodu. Gdy powiem: „Wyobraź sobie samolot”, w Twojej głowie po chwili pojawi się obraz samolotu. Jeśli poproszę: „Pomyśl o pięknym ogrodzie”, w Twoim umyśle pojawi się jego obraz. Jeśli zaś powiem: „Wyobraź sobie, że jesteś człowiekiem sukcesu”, natychmiast zobaczysz siebie w takiej sytuacji.

Brzmi to niezwykle prosto, ale tak jest w istocie, nieprawdaż? Wiesz już teraz, dlaczego niemal wszyscy lubią oglądać filmy i odprężają się, oglądając telewizję. Przyczyną tego jest fakt, iż nasz umysł pracuje na zasadzie obrazów. Całe Twoje życie zależy od tego, jaki typ obrazów wybierzesz. Wbrew obiegowym opiniom zmiana warunków i otoczenia wcale nie musi trwać długo — zmieniają się one z taką samą szybkością, z jaką Ty zmieniasz obraz, a ten możesz przełączyć w jednej chwili.

Za przykład niech posłuży nam znana historia o Kolumbie i jajku:

Jak zapewne wiesz, Krzysztof Kolumb uważał, że do Indii można płynąć w kierunku zachodnim, choć wszyscy jemu współcześni utrzymywali, że to nonsens. Kolumb mówił: „Dajcie mi okręty i ludzi, a dowiodę wam, że mam rację”. Wreszcie udało mu się dopiąć swego i wyruszyć w podróż. Po powrocie do Hiszpanii na jego cześć wydano przyjęcie. Jednak w jego trakcie bez przerwy dało się słyszeć głosy, że to, czego dokonał Kolumb, to właściwie fraszka. „Czym tu się szczyścić? Odkryciem nowej drogi do Indii? Dokonać tego potrafiłby byle kiep, wystarczyłoby przecież tylko płynąć wprost przed siebie!”. Zezłościło to Kolumba, przypomniał bowiem sobie, iż przed rozpoczęciem wyprawy, którą dowiódł słuszności swoich racji,

nikt nie wierzył w jej powodzenie. Uważano go za szaleńca i straszono więzieniem. Zatem gdy wszyscy zasiedli do stołu, podróżnik zabrał głos: „Skoro już tu siedzimy i oczekujemy podania do stołu, dam państwu zagadkę. Oto jajko. Chciałbym przekonać się, czy ktoś z was będzie w stanie postawić je na sztorc?”. Pierwszy odważył się mężczyzna siedzący po prawej ręce Kolumba, potem drugi, trzeci itd. Żadnemu z nich nie udało się jednak postawić jaja pionowo. Biesiadnicy wołali chórem: „To niewykonalne”. Kolumb odrzekł jedynie: „Tylko spójrzcie”, po czym ujął jajko w dłoń, nadtłukł je lekko, a następnie postawił na sztorc. Wtedy rozległy się wołania: „Ach, to takie oczywiste!”, na co Kolumb odparował: „Owszem, to oczywiste, pod warunkiem, że ktoś pokaże ci wcześniej, jak to zrobić!”.

Przestań przemierzać życie z myślą, że jest trudne i ciężkie. Masz „siłę wyboru”, która pozwoli Ci traktować życie jako niezwykle i wspaniałe doświadczenie. Przez lata poszukiwaliśmy sposobu, który uprości nasze codzienne życie. To o wiele prostsze, niż większość ludzi skłonna jest przyjąć. Skomplikowaliśmy swoje życie tak dalece, iż znaczna część z nas myśli: „Tak musi być”. Nie stawiaj przed sobą wciąż nowych wyborów, sprawiających, że życie staje się jednym wielkim torem przeszkód. Spotykaliśmy na swej drodze ludzi wiodących piękne, proste życie, ale wciąż traktujemy ich jak wyjątek. Nie musimy jednak tak ich postrzegać, chyba że wolimy tak postępować.

Pamiętaj, proszę, o jednym: pomimo że Kolumb odkrył Amerykę, ona cały czas tam była! Oznacza to, że rzeczy, które pragniemy osiągnąć w naszym życiu: zdrowie, szczęście, bogactwo, są na wyciągnięcie ręki tu i teraz. Jeśli tylko zdecydujemy się, możemy wybierać spośród nich i rościć sobie do nich prawo. Już na samym początku, w trakcie pierwszej lekcji, chciałam Ci i wpoić pewną rzecz: Twoja głowa to nie świnka-skarbonka; natura nie wyposażyła jej w otwór. Jeśli zatem do swoich „realnych” zasobów dołożysz tysiąc

dolarów, nie dodasz ich do Twojego „konta umysłu”, gdyż nie ma w nim otworu. Jediną rzeczą, jaką przeobraża się w Twoim umyśle, jest Twoje wyobrażenie. W myślach masz teraz obraz posiadania tysiąca dolarów więcej, niż miałeś poprzedniego dnia. Tak naprawdę jedyną rzeczą, jaką powinniśmy obserwować, są nasze psychiczne projekcje, obrazy — jedyne, co w rzeczywistości ulega zmianie. Już teraz zacznij pracować nad nimi, a wkrótce dostrzeżesz zmiany w Twoim życiu.

Mam nadzieję, że czujesz się dobrze. Jeśli nie, pierwszą sprytną rzeczą, jaką powinieneś zrobić, jest wyobrażenie sobie siebie w stanie znakomitego samopoczucia, jako człowieka silnego, zdrowego, zajądającego się ulubionymi smakołykami. Odprężonego i wyspanego, bez trudu pokonującego wszelkie przeciwności.

W czasie wojny Winston Churchill jak na osobę, na barkach której leżało tyle odpowiedzialności, trosk i ciężkich doświadczeń, był niezwykle opanowany. Zapytany, w jaki sposób potrafił zachować zimną krew i opanowanie w tych niezwykle trudnych czasach, odpowiedział: „W danej chwili skupiam się tylko na jednej rzeczy”.

Oto jedno z najważniejszych przemyśleń, jakie zdarzy Ci się kiedykolwiek usłyszeć: w danej chwili skoncentruj się tylko na jednej rzeczy. W konkretnym momencie miej w myślach tylko jeden obraz.

Jeśli zatem Twoim pragnieniem jest być zdrowym, noś w myślach obraz bycia zdrowym. Z początku może Ci się wydawać, że to oszukiwanie samego siebie. Być może jest tak w istocie, ale uwierz — to działa. Opowiem Ci dla przykładu historię pewnego mężczyzny, pracownika dużego sklepu. Nieustannie chwalił się swoim zdrowiem. Nigdy nie chorował, nigdy też nie wziął wolnego z powodu przeziębienia czy złego samopoczucia. Stał się jednak obiektem drwin tych,

którym daleko było do jego tężyzny. Któregoś dnia pięciu spośród jego współpracowników postanowiło go „sprawdzić”. Mężczyzna — nazwę go Joe — jak zwykle przybył do pracy zdrowszy jak ryba i w doskonałym nastroju. Po chwili podszedł do niego jeden z owych pięciu intrygantów i powiedział:

— Joe, co ci się stało? Dobrze się czujesz? Wyglądasz na chorego.

— Joe poprosił kolegę, by ten przestał z niego żartować. Chwilę później pojawił się drugi ze „spiskowców” i zapytał:

— Joe, co ci się stało? Dobrze się czujesz? Źle spałeś tej nocy? Wyglądasz okropnie.

Joe odpowiedział: „To zabawne. Dokładnie to samo powiedział mi Jack” (pierwszy z kolegów).

Niedługo potem pojawił się trzeci kolega i wykrzyknął:

— Joe do licha, co z tobą?! Przestraszyłeś mnie! Jesteś błądy jak ściana! Co się z tobą dzieje?!

— Kiedy przyszedłem, wszystko było w porządku. Ale to samo powiedzieli mi Jack i George (drugi z kolegów).

Aby skrócić nieco przydługą historię, powiem, że kiedy Joe, który do sklepu przyszedł zdrowszy jak rydz, usłyszał to samo od piątego kolegi, wrócił do domu chory...

W swoim życiu z pewnością po wielokroć doświadczyłeś takiej sytuacji. Spotykasz na ulicy znajomego, a ten mówi Ci, że wyglądasz świetnie. Błyskawicznie ożywasz się, by już po chwili usłyszeć od kogoś innego, że chyba jest z Tobą coś nie tak. Od razu zaczynasz zastanawiać się, co jest nie w porządku. W tym momencie zaczynasz powtarzać usłyszane uwagi i wkrótce ten obraz staje się częścią Twojego myślenia.

Zatem niezależnie od tego, jak się czujesz, wyobrażaj sobie, że czujesz się kwitnąco. Jeśli będzie trzeba, powtarzaj to sobie tysiąc razy dziennie. Ustaw obok siebie zdjęcie kogoś, kto jest dla Ciebie okazem zdrowia, i spoglądaj na nie tak często, jak tylko możesz, szczególnie przed pójściem spać (więcej o tym opowiem w następnej lekcji). Za każdym razem, gdy zobaczysz swoje odbicie w lustrze, mów sobie, że wyglądasz znakomicie. Noś w sobie ten obraz. Powinieneś skupić się w danej chwili tylko na jednej rzeczy. Zrób to zatem dobrze.

Pragniesz mieć wielu przyjaciół? Zatem myśl, że masz wielu znajomych. Wyobrażaj ich sobie, jak odwiedzają Twój dom, a Ty odwiedzasz ich. Zobacz siebie spotykającego się z przyjaznymi, uczynnymi i życzliwymi ludźmi. Wyobrażaj sobie, że Twoje towarzystwo jest niezwykle cenione wśród miłych i aktywnych osób. Zobacz siebie przyjaźnie nastawionego do ludzi. Zobacz siebie obdarzonego taką osobowością, jaką chciałbyś mieć. Postaw przed sobą modelowe zdjęcie. Ani się spostrzeżesz, kiedy się przekonasz, że ta zasada skutkuje szybciej i sprawniej niż wszystko, czego próbowałeś dotychczas. Wnika ona bowiem w istotę realizacji Twoich pragnień.

Pragniesz pieniędzy? Zatem wyobrażaj sobie „bycie przy forsie”. Zobacz siebie z wypchanym portfelem, zobacz siebie kupującego rzeczy z najwyższej półki, ubierającego się „jak z żurnala”. Aby uwiarygodnić ten fakt, opowiem historię pewnego człowieka, który nigdy nie opływał w dostatki. Pewnego dnia wybrał się do sklepu, w którym sprzedawano zabawkowe pieniądze i nabył gruby ich zwitek. Pomiędzy fałszywymi banknotami umieścił kilka prawdziwych jednodolarówek. Za każdym razem, gdy wkładał dłoń do kieszeni, wyczuwał rulon gotówki — dawało mu to przeświadczenie i obraz bycia majątnym. Niedługo potem rzeczywiście się wzbogacił, tym razem o prawdziwe pieniądze.

Wiedz, że jeśli wyobrażasz sobie coś, czego pragniesz, w tej samej sekundzie zaczyna działać reguła przyciągania. Załóżmy, że myślisz o jedzeniu. Twój umysł natychmiast zaczyna produkować obrazy rozmaitych dań i posiłków. Wtedy ruszasz na poszukiwanie miejsca, gdzie można coś zjeść. Nim się zorientujesz, będziesz siedzieć przy stole i jeść! Takie działanie to rezultat Twojego „obrazu jedzenia”.

W przypadku większości z nas problem polega na tym, iż w codzienną krzątanię zaangażowaliśmy się tak dalece, że zatraciliśmy świadomość zasad działania ludzkiego umysłu. Dla przykładu: jeśli naszym dążeniem są pieniądze, w naszej głowie w pierwszej kolejności powinniśmy umieścić obraz ich posiadania. Drugim krokiem powinno być określenie, jak wiele pieniędzy nam potrzeba, a kolejnym — wyznaczenie momentu, w którym chcielibyśmy owe pieniądze zdobyć. Upraszczając, powiem, że samo pragnienie pieniędzy nie wystarczy — takie nastawienie nie jest wystarczającym bodźcem dla Twojego „ja”. Jak wiele potrzebujesz? Określ dokładną kwotę. Następnie wskaż termin, w którym chciałbyś stać się posiadaczem upragnionej sumy. Jeśli przyjmiesz, że pragniesz zdobyć tysiąc dolarów w ciągu 10 lat, jakaż w tym zachęta? Ale gdy założysz, że Twoim celem jest zdobyć 10 tysięcy dolarów w ciągu 10 lat, będzie to wystarczająca motywacja i bodziec, aby przeć naprzód i wypełnić postanowienie. Twoje ego musi być nieustannie pobudzane i stymulowane, a można to uczynić za pomocą obrazów w naszej wyobraźni. Kiedy już wyznaczysz satysfakcjonującą Cię sumę oraz termin, dostarczaj swojemu umysłowi odpowiednich obrazów, przypominaj sobie swoje postanowienie dzień i noc — tak często, jak to tylko możliwe. Nie powinieneś o nim rozmawiać. Za każdym razem, gdy rozmawiasz o swoim pragnieniu, tracisz część swojej motywacji. Co więcej, niektórzy spośród Twoich znajomych mogą działać demotywująco, a nawet krytykować Cię czy prawić złośliwości. Napisz na kartce sumę, do uzyskania której dążysz, i umieść ją w miejscu, w którym — doskonale widoczna — przypominać Ci będzie o powziętym zamie-

rzeniu. Swojego obrazu nie wolno Ci stracić z pola widzenia, a taki sposób przypomnienia niezawodnie spełni swoją rolę.

Twoim celem jest sukces? W takim wypadku wyobrażaj sobie, że osiągnęłaś niebywałe powodzenie — zachowuj się, rozmawiaj, nawet chodź jak osoba, której wszystko w życiu się powiodło (Czym jest sukces, opowiem szerzej w kolejnej lekcji). Czy według Ciebie sukces oznacza bogactwo? Jeśli tak, powinieneś starać się wyobrażać siebie mieszkającego w luksusowym domu, rozpartego za kierownicą wspaniałego samochodu, ubierającego się u najlepszych krawców, spełniającego najbardziej wyszukane zachcianki. Pomyśl o kimś, komu się to udało, i cały czas miej w wyobraźni jego wizerunek. Zobacz siebie jako rekina finansjery. Jeśli prowadzisz własną firmę, wyobrażaj sobie siebie we wspaniałym biurze, nieustannie odbierającego telefony od ludzi chcących robić interesy właśnie z Tobą, a nie z konkurencją. Jeśli zaś jesteś pracownikiem, zobacz siebie nieustannie awansującego w hierarchii firmy, w której jesteś zatrudniony. Wyobrażaj sobie siebie zajmującego któreś z kierowniczych stanowisk, zobacz siebie wspinającego się po szczeblach kariery z roku na rok coraz wyżej. Najpierw stwórz wizję, a następnie zabierz się do pracy i urzeczywistnij ją.

A może Twoim pragnieniem jest spełnione życie? W takim razie wyobraż sobie siebie żyjącego w wymarzony przez siebie sposób. Nie staraj się od razu dorównać swoim majątniejszym sąsiadom — to nie jest w tej chwili istotne. Najważniejsze jest, byś w myślach otoczył się wszystkim tym, co według Ciebie uczyni Twoje życie pięknym. Przypomnij sobie: gdy spotykasz na ulicy znajomego, ten nie wita Cię słowami: „Ile dziś zarobiłeś?”. Zwykle na powitanie pada: „Jak się masz?”. Jeśli jednak wypełnisz swój umysł obrazami i wizjami pięknego, satysfakcjonującego życia, być może na powitanie będziesz słyszał: „Och, wspaniale wyglądasz”. Dążąc do swego wymarzonego życia, powinieneś naturalnie obserwować i kontrolować swoje zacho-