

ZŁOTE
MYŚLI

ANATOMIA

Rozkładamy sukces na czynniki pierwsze

SUKCESU

Łukasz Chojnacki

Niniejszy ebook jest własnością prywatną.

Niniejsza publikacja ani żadna jej część, nie może być kopiowana ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej publicznego udostępniania w Internecie, oraz odsprzedaży zgodnie z [regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli](#).

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

Data: 19.06.2009

Tytuł: Anatomia sukcesu

Autor: Łukasz Chojnacki

Wydanie 1

ISBN: 978-83-7582-831-3

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Redakcja: Magda Wasilewska, Sylwia Fortuna

Skład: Marcin Górniakowski

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli sp. z o.o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: www.ZloteMysli.pl

EMAIL: kontakt@zlotemysli.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

SPIS TREŚCI

WSTĘP	5
1. TRZY FUNKCJE CZŁOWIEKA	6
1.1. Intelpekt.....	7
1.2. Emocja.....	8
1.3. Działanie.....	10
ĆWICZENIA.....	10
2. MECHANIZMY FUNKCJI	13
2.1. Współzależność funkcji.....	13
2.2. Mistyka funkcji.....	14
2.3. Anatomia funkcji.....	16
ĆWICZENIA.....	19
3. PODSTAWOWE ZALEŻNOŚCI TWOICH TRZECH FUNKCJI A ISTOTA OKREŚLENIA CELU	20
3.1. Podstawowe zależności.....	20
3.2. „Albowiem gdzie są dwaj lub trzej w imię moje...”.....	23
3.3. Określenie celu.....	25
ĆWICZENIA.....	28
4. JAK MYŚLI WYWOŁUJĄ DZIAŁANIE	31
4.1. Myśli, przekonania, konkluzje.....	31
4.2. Materialne cechy myśli.....	36
ĆWICZENIA.....	39
5. JAK KSZTAŁTUJE SIĘ SPOSÓB MYŚLENIA?	40
ĆWICZENIA.....	47
6. PRZEWAGA POSTAWY OPTYMISTYCZNEJ NAD PESYMISTYCZNĄ Z PUNKTU WIDZENIA SUKCESU	49
6.1. Wpływ optymizmu i pesymizmu na człowieka.....	49
6.2. Mechanizm funkcjonowania optymizmu i pesymizmu.....	54
ĆWICZENIA.....	59
7. O NIEWOLNICTWIE SŁOWA, CZYLI KIEDY JEZYK UTRUDNIA CI SUKCES	61
7.1. Czym jest niewolnictwo słowa.....	61
7.2. Istota rozumienia niewolnictwa słowa.....	63
ĆWICZENIA.....	65
8. O WPŁYWIE PRZEKONAŃ NA ODBIÓR SŁÓW I KOMUNIKATÓW	68
8.1. Jak przekonania rzutują na zachowanie.....	68
8.2. Jak powstają przekonania.....	70
ĆWICZENIA.....	72
9. O WIZUALIZACJI I MOTYWACJI BARDZIEJ PRAKTYCZNIE	74
9.1. Skuteczna wizualizacja.....	74
9.2. Motywacja a skuteczność działania.....	78
ĆWICZENIE.....	80
10. O SILE DIALOGU WEWNĘTRZNEGO	83
ĆWICZENIA.....	88
11. DLACZEGO NEGATYWNE EMOCJE ODDALAJĄ CIĘ OD SUKCESU?	89
ĆWICZENIA.....	94

<u>12. O PRZEJAWACH NAWYKÓW EMOCJONALNYCH, KTÓRE ODDALAJĄ CIĘ OD SUKCESU.....</u>	97
<u>ĆWICZENIA.....</u>	104
<u>13. PRZYJMOWANIE KRYTYKI.....</u>	106
<u>ĆWICZENIA.....</u>	108
<u>14. WIEDZA, UMIEJĘTNOŚĆ, ROZUMIENIE.....</u>	109
<u>14.1. Wiedza a umiejętność.....</u>	109
<u>14.2. Wiedza a rozumienie.....</u>	113
<u>14.3. Umiejętność a rozumienie.....</u>	115
<u>ĆWICZENIA.....</u>	116
<u>ZAKOŃCZENIE.....</u>	119

Wstęp

„Anatomia sukcesu” to książka poświęcona mechanizmom indywidualnego sukcesu. Jest więc w pewnym sensie książką psychologiczną. To, co odróżnia ją od typowej pozycji naukowej, to nacisk, jaki kładzie ona na praktyczne aspekty poruszanych zagadnień. Nie jest więc zamierzeniem tego tekstu, abyś zdobył kolejną porcję wiedzy (a w jednym z rozdziałów przekonasz się dlaczego), lecz możliwość zdobycia nowych umiejętności i rozumienia. Służą temu zaproponowane ćwiczenia, które choć z pozoru nie wydają się bezpośrednio odnosić do sukcesu, to jednak ich wykonanie może rzucić nowe światło na to, jak rozumiesz swój indywidualny sukces, a przez to mogą wpłynąć na jego osiągnięcie.

Poszczególne fragmenty „Anatomii sukcesu” mogą wydawać się w swej wymowie na przemian akademickie, popularno-naukowe lub nawet filozoficzne. W zamierzeniu książka ta nie pretenduje do żadnej z wymienionych kategorii. Ma jedynie na celu przedstawienie myśli autora, który tak samo jak Ty, dążył (i wciąż dąży) do uchwycenia istoty sukcesu w sposób jak najbardziej jasny i zrozumiały. Istotne jest to, że poruszane zagadnienia są przedstawione zarówno w teorii (treść rozdziałów), jak i praktyce (ćwiczenia).

Nie trwoniąc czasu na zbędne wydłużanie wstępu, przystąp do pierwszego ćwiczenia. Przemyśl poniższą sentencję, a następnie zapisz na kartce w 10-15 zdaniach, jak ją rozumiesz. Swoje przemyślenia schowaj i wróć do nich, kiedy skończysz czytać książkę oraz wykonasz proponowane w niej ćwiczenia. Jeśli wykonasz wszystko we właściwy sposób, będziesz mieć okazję sprawdzić na własnej skórze... No właśnie! Przekonasz się sam, jeśli wykonasz wszystko we właściwy sposób... Przemyśl poniższą sentencję:

Pierwszym krokiem ku wszelkiej zbrodni jest zabicie własnego marzenia.

1. Trzy funkcje człowieka

Bez właściwego podejścia cały biznes by padł.

Robert Heller

Sukces to słowo, którego rdzeń pochodzi z łaciny i brzmi *successus*. Oznacza ono ni mniej, ni więcej, lecz „podejście”. Chcąc uchwycić zatem istotę sukcesu, musisz zrozumieć, czym jest ów *successus*, czyli Podejście¹. Sposób, w jaki dążysz do realizacji swoich celów, jest konsekwencją odpowiedniego Podejścia, które z kolei jest kreowane przez Twoje świadome wysiłki. Nie możesz bowiem mówić o własnym sukcesie w kategoriach przypadku. Jest on wypadkową Twoich przemyśleń, właściwych stanów emocjonalnych oraz zdecydowanych działań. Czynniki te i zachowanie między nimi równowagi są fundamentem Podejścia. Dzięki temu każdy wyznaczony przez Ciebie cel otrzymuje status realnego do spełnienia. Dostrzeganie i rozróżnianie wyżej wymienionych czynników (które w istocie stanowią Twoje trzy podstawowe funkcje), predysponuje Cię do zrozumienia istoty Podejścia.

Wszelki proces, który jest Twoim udziałem i który ma prowadzić Cię do sukcesu, zaczyna się w miejscu, w którym stawiasz sobie pytanie: co muszę wiedzieć, abym mógł sobą kierować? Pierwszym krokiem jest więc przyswojenie sobie absolutnie fundamentalnej prawdy, która brzmi:

Skuteczne działanie to umiejętność balansowania pomiędzy ukierunkowanym i intencjonalnym myśleniem, adekwatnym do celu stanem emocjonalnym oraz zdecydowanym działaniem.

¹ Podejście, które stanowi właściwe i prowadzące do ziszczenia celu będziemy w tej książce pisać wielką literą. Małą zaś to, które nie jest zgodne z powyższym założeniem. Interesuje więc nas bardziej Podejście od podejścia.

1. Trzy funkcje człowieka

Jeśli zamykasz się w obszarze jednej z powyższych funkcji, nie odniesiesz najprawdopodobniej niczego, co można określić jako sukces. Wymaga on bowiem działania, które jest uporządkowane i zharmozonizowane. Twoje trzy funkcje, którymi dysponujesz, muszą być przez Ciebie kontrolowane. Jeśli którakolwiek z nich wymknie się Ci spod kontroli, perspektywa sukcesu zacznie się oddalać. Zrozumienie mechanizmów współzależności pomiędzy myślą, emocją i działaniem wymaga zrozumienia każdej z nich z osobna. Wszystkim z nas początkowo przychodzi to z trudnością. Jest to spowodowane tym, że najtrudniej jest Ci zrozumieć i przyswoić te rzeczy, które są dla Ciebie całkowitą nowością. Nie chodzi, rzecz jasna, o zdobycie samej wiedzy, ale o zdobycie jej ze zrozumieniem. Będę o tym dalej pisać w dalszej części książki. Tak więc zapoznanie się z ideą trzech funkcji, a następnie ich zrozumienie i zastosowanie w życiu codziennym umożliwi Ci nowe spojrzenie na funkcjonowanie własne oraz innych. Jest to nie tylko ciekawe, ale przede wszystkim niezwykle praktyczne, ponieważ poznając podstawowe mechanizmy, jakie rządzą każdym z nas, zdobędziesz całkowicie nowy wgląd w istotę własnego sukcesu.

1.1. Intelpekt

Twój intelekt jest jedyną funkcją, której nie posiadają istoty nie będące przedstawicielami naszego gatunku. Tak jak wszystkie żywe istoty możesz oddychać, odżywiać się i czuć. Żadne jednak stworzenie, nawet jeśli wydaje nam się, że myśli, nie dysponuje taką funkcją jak intelekt. Jest więc on gatunkowym atrybutem człowieka i wyróżnia go na tle wszystkiego co żywe. W toku ewolucji natura obdarzyła Cię nową korą mózgową, bez której nie miałbyś możliwości wykonywania takich czynności jak: strategiczne planowanie, przewidywanie następstw określonych zachowań czy określanie celów. Nie mógłbyś nawet nauczyć się języka. Myślenie, które charakteryzuje intelekt, jest więc specyficzną cechą gatunku ludzkiego.

1.1. Intelpekt

Na chwilę obecną jest dla Ciebie niezwykle ważne, abyś wiedział, że człowiek, który skupia się w głównej mierze jedynie na funkcji intelektualnej, generuje w nieskończoność nowe pomysły i rozwiązania tak samo jak nowe przeszkody i usprawiedliwienia. Jeśli korzystasz z funkcji myślowej,² to jesteś twórczą osobą, ale jedynie w obszarze intelektu, zaś w swoim działaniu przypominasz „rasowego” teoretyka. Wówczas o sukcesie możesz jedynie dywagować i rozmyślać, nie wykraczając poza ramy informacji, jakimi zonglujesz w swojej wyobraźni. Emocje i działanie nie są znaczącym udziałem Twojego doświadczenia. Jest to bariera, ponieważ myśl o sukcesie pozbawiona emocji i działania nie ma prawa osiągnąć stanu materialnego. Żaden pieniąż, żadne osiągnięcie i żadna absolutnie myśl nie staną się czymś urzeczywistnionym, jeśli nie wyjdą poza obszar Twojej wyobraźni. Jedyna droga ku osiągnięciu sukcesu prowadzi przez emocję i działanie.

Istotą myślenia jest porównanie.

Człowiek sukcesu dokonuje porównań.

1.2. Emocja

Emocja to kolejna z funkcji, którymi dysponujesz. Abyś zrozumiał, czym ona jest, musisz spojrzeć na nią przez pryzmat roli, jaką spełnia. Przede wszystkim jej istnienie ma swoje ewolucyjne uzasadnienie. Miała za zadanie umożliwić jak najszybsze określenie tego, czy sytuacja jest zagrażająca czy nie, a w następstwie uruchomienie określonych zachowań. W czasach współczesnych nie spotykamy w prawdzie na ulicy groźnych mamutów, przed którymi mielibyśmy uciekać. Nie oznacza to jednak, że funkcja emocjonalna straciła na znaczeniu. Jest ona kolejnym atrybutem człowieka, którego zrozumienie przybliży Cię o kolejny krok do stworzenia Podejścia. Emocja: 1) porusza ciałem, a więc bez emocji nie ma ruchu i działania;

² Funkcja myślowa i funkcja intelektualna to terminy, których będziemy w książce używać na przemian. W tym kontekście oznaczają to samo.