ZŁOTE MYŚLI

Obudź się i zacznij żyć!

Dorothea Brande

Zagubiona formuła sukcesu, która działa!

Ten ebook zawiera darmowy fragment publikacji "Obudź się i zacznij żyć!"

Darmowa publikacja dostarczona przez
www.darmowe-ebooki.com

Copyright by Złote Myśli & Dorothea Brande, rok 2008

Autor: Dorothea Brande
Tytuł: Obudź się i zacznij żyć!

Data: 10.05.2017

Złote Myśli Sp. z o.o.
ul. Kościuszki 1c
44-100 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 jakiekolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody Wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli.

Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Wszelkie prawa zastrzeżone.
All rights reserved.

SPIS TREŚCI

Wstęp.....4

Rozdział I:
Dlaczego nam się nie udaje?.....11

Rozdział II:
Wola Porażki.....17

Rozdział III:
Ofiary Woli Porażki.....23

Rozdział IV:
Nagrody Porażki.....31

Rozdział V:
Ku odpowiedniemu kierunkowi.....44

Rozdział VI:
System w akcji.....54

Rozdział VII:
Ostrzeżenia i zastrzeżenia.....65

Rozdział VIII:
By nie mówić na próżno.....71

Rozdział IX:
Zadanie wyobraźni.....78

Rozdział X:
O kodach i standardach.....85

Rozdział XI:
Dwanaście dyscyplin.....92

Rozdział XII:
I wszystkiego najlepszego!.....115

Rozdział I:
Dlaczego nam się nie udaje?

Czas i energię, które marnotrawimy na porażki, moglibyśmy spokojnie przeznaczyć na osiągnięcie sukcesu.

Absurd? Paradoks? Nie — na szczęście to trzeźwa, prozaiczna prawda, która jest pełna obietnic. Przypuśćmy, że pewien człowiek ma spotkanie setki mil na północ od swojego domu i że jeśli tam dojedzie na czas, to do końca swojego życia będzie cieszył się zdrowiem, szczęściem i bogactwem. Ma wystarczająco dużo czasu i benzyny, by tam dojechać. Wyrusza, ale stwierdza, że będzie dużo zabawniej, jeśli pojedzie najpierw dwadzieścia pięć mil na południe, niż jeśli miałby wyjechać za wcześnie.

Czyż to nie absurdalne?! Nieprawdaż? Benzyna nie ma z tym nic wspólnego; czas nie ma żadnych preferencji, w jaki sposób zostanie wykorzystany; droga idzie zarówno na północ, jak i na południe; i w końcu nasz bohater nie dojechał na spotkanie. Jeśli teraz ten człowiek powiedziałby nam, że mimo wszystko podobała mu się jego przejażdżka w złym kierunku, że w pewnym sensie sprawiło mu większą przyjemność jechanie bez celu niż dotrzymanie terminu spotkania, że jadąc na południe, doznał wzruszającego wspomnienia dawnego domu — to czy powinniśmy pochwalić go za bycie poprawnym filozofem i stracenie swojej szansy?

Nie! Powinniśmy uważać, że zachował się jak skończony kretyn. Nawet jeśli nie dojechał na spotkanie, ponieważ gonił za minionym marzeniem, to nie powinniśmy go uniewinniać. Albo jeśli przyjechałby

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

za późno na spotkanie, ponieważ zgubił się, a mógł sprawdzić wcześniej drogę na dobrej mapie, by tego uniknąć, moglibyśmy mu współczuć, ale powinniśmy źle go osądzić.

Jeśli natomiast porównamy jazdę prosto z nami i z naszymi osiągnięciami, to zachowujemy się dokładnie tak samo, jak bohater naszej głupiej bajeczki: jedziemy w złym kierunku. Ponosimy porażkę tam, gdzie moglibyśmy odnieść sukces, tracąc ten sam czas i tę samą energię.

Porażka wskazuje na to, że nasza energia została przelana w niewłaściwy kanał. *Zabiera się nam energię na odniesienie porażki.*

Jest to coś, co rzadko udaje nam się od razu dostrzec. Ponieważ zazwyczaj myślimy o porażce jak o konwencjonalnym przeciwieństwie sukcesu, mamy tendencję do czynienia fałszywych antytez kategorii dotyczących sukcesu i porażki. Sukces jest pokrzepiający, energiczny, żwawy; tak też typowe zachowanie kogoś, kto odniósł porażkę to: apatia, bezczynność, pozycja leżąca. Wystarczająco prawdziwe — ale to nieprawda, że nie zużywa się żadnej energii. Niech jakikolwiek psycholog powie nam, ile energii potrzebuje dojrzały człowiek, by móc stawić opór. Musi zostać stoczona ogromna walka z siłami życia i ruchem, by móc pozostać w stanie bezczynności, niemniej ta walka umiejscawia się tak wysoko ponad poziomem naszego życia, że nie zawsze jesteśmy jej świadomi. Fizyczna bezczynność nie jest w żadnym wypadku oznaką, że życiowe siły się wypaliły. Nawet wałkoń używa energii, gdy śni.

Kiedy porażka zdarza się podczas cennych godzin i zaczynamy zabijać czas bzdurnymi zajęciami, to możemy dostrzec, że energia wyszła z odpowiedniego kanału. Jednak są też sposoby na zabijanie czasu,

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

które wcale nie sprawiają wrażenia, że się go trwoni. A nawet całkiem przeciwnie, mogą się wydawać świadomymi i ciężkimi zajęciami, które zazwyczaj wzbudzają zewnętrzną akceptację i prowokują pochwały ze strony obserwatorów, a w nas wywołują samozadowolenie. Ale tylko wtedy, gdy przyjrzymy się temu bliżej, odkryjemy, że te zajęcia prowadzą nas donikąd, że nas męczą i nie dają nam satysfakcji, że nasza energia została poświęcona na coś, co prowadzi jedynie do porażki.

Ale dlaczego tak ma być? Dlaczego, skoro zużywając tę samą energię, moglibyśmy odnieść sukces? Dlaczego tak rzadko wiedziemy życie, o jakim marzyliśmy i jakie planowaliśmy? Dlaczego tak mało osiągamy i dlaczego tak bezmyślnie sobie przeszkadzamy? Dlaczego, kiedy zaczynamy zbyt późno albo kończy nam się benzyna przez nieuwagę, albo nie zauważymy jakiegoś znaku drogowego, bo śnimy na jawie, myślimy, że byliśmy poprawnymi filozofami, tworzymy sobie wymówki, by usprawiedliwić te absurdalne porażki? Nikt tak naprawdę się nie pocieszy, mówiąc, że lepszy wróbel w garści niż gołąb na dachu, że lepiej podróżować i mieć nadzieję, niż dojechać do celu, że lepiej mieć pół bochenka chleba niż nic. Takie powiedzenia są cyniczną destylacją doświadczenia, ale nie mają nic wspólnego z prawdziwym życiem. Nikogo nie oszukujemy, a mimo to nasze kompromisowe wymówki są akceptowane przez naszych znajomych, dopóki jedziemy na tym samym wózku. Człowiek sukcesu będzie słuchał takiej gadaniny ze zdziwieniem i niedowierzaniem, stwierdzając, że na świecie jest wiele hipokryzji. Ma on wspaniały dowód na to, że nagrody wynikające z dobrze prowadzonej działalności prześcigają znacząco produkty uboczne porażki, że jedno rzeczywiste, mikroskopijne zwycięstwo jest warte całej góry marzeń.

Nawet jeśli dopominamy się rekompensaty za naszą porażkę, to źle się czujemy. Tak naprawdę nie wierzymy — mimo że z wypowiada-

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

nych przez nas sentencji wynika co innego — że należy wybierać pomiędzy sukcesem a dobrym życiem. Wiemy, że ci, którzy odnoszą sukces, oglądają ten sam zachód słońca, oddychają tym samym powietrzem, kochają i są kochani nie mniej niż ci, co zaliczają porażki. A dodatkowo mają coś więcej: wiedzę, że wybrali drogę w kierunku życia i rozwoju zamiast przyzwolenia na śmierć i upadek. Cokolwiek byśmy mówili, to wiemy, że Emerson miał rację, twierdząc: „Sukces jest konstytucyjny; zależy od dodatniej kondycji mózgu i ciała, od mocy pracy, od odwagi".

Dlaczego więc zaliczamy porażki? A w szczególności, dlaczego *ciężko pracujemy* na porażkę?

Ponieważ poza tym, że jesteśmy istotami podległymi Woli Życia i Woli Mocy, to jesteśmy jeszcze podatni na inny rodzaj woli, a mianowicie Wolę Porażki bądź Śmierci.

Jest to dla większości z nas dość osobliwa idea. O Woli Życia i o Woli Mocy słyszeliśmy już niejednokrotnie; nasze psychologie i filozofie dużo z nich czerpią. Natomiast Wola Porażki jest czymś bardziej tajemniczym, trudniejszym do zaobserwowania. Przyjmuje ona tak wiele form, jak morskie bóstwo, i jest tak wiele indywidualnych sposobów na porażkę — porażkę honorową i z sukcesem — jak wiele jest psychologicznych typów. Tak więc dopada nas to znienacka. A my zapieramy się, gdyż jesteśmy bardziej przyzwyczajeni do myślenia o porażce jak o cieniu bądź widmie niż jak o rzeczywistości, którą można spotkać i której trzeba będzie stawić czoła. Dlatego nas przeraża.

Zdanie sobie sprawy, że w naszym życiu istnieje Wola Porażki bądź — urastająca do tej samej rangi — Wola Śmierci, że istnieje w nas po-

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

grążająca, odbierająca witalność i frustrująca siła, jest pierwszym krokiem do przejścia na drogę sukcesu. Nie możemy zacząć od ignorowania tego, gdyż może się to obrócić przeciwko nam. Najpierw musimy temu stawić czoła, a kiedy już to zrobimy — odwrócić się od tego.

Możemy odzyskać energię, którą teraz tracimy na porażki, i użyć jej dla zdrowych celów. Są pewne fakty — proste, uniwersalne, psychologiczne prawdy — które, jeśli raz je dostrzeżemy, doprowadzą nas do ostatecznych konkluzji. Na podstawie owych konkluzji możemy sformułować recepturę, którą powinniśmy wdrożyć w życie. Jest jedna prosta i praktyczna procedura, która naprowadzi nas na dobry tor. Jest to procedura, którą, świadomie bądź nieświadomie, stosuje każdy człowiek sukcesu.

Procedura jest prosta, a pierwsze kroki są tak łatwe, że ci, którzy mają tendencję do dramatyzowania, mogą nie uwierzyć, iż coś tak mało skomplikowanego, może im pomóc. Z drugiej strony, skoro zajmuje to mało czasu i dość szybko przynosi efekty, a rezultaty są zazwyczaj zdumiewające, to warto spróbować. Bogatsze życie, lepsza praca, doświadczenie sukcesu i ostateczne „żniwa”: rezultaty są niewątpliwie warte wypróbowania receptury.

Jedyne niezbędne narzędzia to wyobraźnia i chęć ingerencji w dotychczasowe schematy i przyzwyczajenia, chęć działania w nowy sposób tak długo, by można było dokończyć konkretne zadanie. Długość tego okresu oczywiście zależy od rodzaju zadania, które mamy do wykonania, jak i od tego, czy jego powodzenie zależy jedynie od nas, czy też musimy brać pod uwagę zależność od innych ludzi. W każdym razie — na pewno zobaczymy rezultaty naszego eksperymentu. Zazwyczaj pierwsze efekty są tak zdumiewające, że wymienianie ich tutaj mogłoby zrazić trzeźwo myślących czytelników. Słuchanie

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

o nich, zanim ktoś sam do nich dojdzie, jest niczym słuchanie opowieści o cudach i efektywność programu mogłaby spaść przez wtargnięcie wątpliwości, których nie bylibyśmy w stanie się wyzbyć.

Tak więc raz jeszcze: mimo że rezultaty są niesamowite, to sam proces jest prosty i nieskomplikowany. Warto jest spróbować, ponieważ pomógł on setkom ludzi. Może pomóc każdemu człowiekowi, którego egzystencja jest bardziej poświęcona porażce niż życiu.

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

Rozdział V:
Ku odpowiedniemu kierunkowi

Niezależnie od Woli Porażki, niezależnie od Nagród Porażki — sukces jest naturalnym celem człowieka. Energia jest odpowiednio pożytkowana nie wtedy, kiedy tracimy ją na utrzymywanie naszego stanu inercji czy wykonujemy nieproduktywne zadania, jałowe czynności, ale tylko wtedy, kiedy służy nam do wypełnienia najbardziej dojrzałych i najbardziej zrozumiałych idei.

Ta najwyższa idea będzie się zmieniać w zależności od indywidualnego przypadku i będzie stale się rozwijać. Nikt nie może nikomu narzucać własnej definicji sukcesu. Sukces może — i zazwyczaj tak właśnie jest — przynosić uznanie znajomych i wspaniałe finansowe nagrody; z drugiej strony — wcale tak nie musi być. Naukowiec będzie się uważał za człowieka sukcesu (i będzie miał rację), jeśli uda mu się dodać choćby jednominutowe zdarzenie do całej masy szczegółów umożliwiających nauce pójście naprzód, jeśli przeniesie jedną pozycję z działu hipotez i spekulacji i umieści ją w odpowiednim stosunku do znanej już prawdy. Jego imię będzie pewnie nieznane ludziom nieobracającym się w kręgu owej konkretnej dziedziny; może pozostać nieznane nawet w kręgu jego nauki. Jednak uda mu się osiągnąć cel, który sobie wyznaczył.

Aktorka, która osiąg szczyt swojej artystycznej kariery, odniosła taki sam sukces, jak matka, która wychowała liczną rodzinę. Ksiądz bądź pastor zatopieni w trosce o swoich parafian odnieśli taki sam sukces, jak geniusz znany wszystkim mu współczesnym. Koncepcja sukcesu innych może znacznie odbiegać od naszej, nie zrozumiemy nawet, co takiego widzą oni w karierze, którą wybrali,

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

ale jeśli mamy choćby odrobinę wyobraźni, to wiemy — widząc, jak odpowiedzialnie, efektywnie, użytecznie i szczęśliwie żyją — że mamy do czynienia z ludźmi sukcesu.

Podanie zbyt dokładnie opisanej definicji sukcesu zniwelowałoby cel niniejszej książki. Nasz brak zaufania w stosunku do samego słowa w dużej mierze spowodowany jest tym, że nie zdajemy sobie sprawy z nieskończenie dużej skali możliwych „sukcesów". Każdy z nas, zazwyczaj już od końca wieku dojrzewania, ma ogromną wiedzę na temat samego siebie, którą to — jeśli weźmiemy na poważnie radę: „Poznaj siebie!" — można sprawdzić i brać pod uwagę, dopóki będzie wyłaniać się z niej obraz dobrego życia. Dobre wychowanie polega również właśnie na tym, że dziecko rozumie potrzebę odnalezienia owego klucza do swojej przyszłości i że pokazuje mu się, iż może czasem zostać zmylone przez kult bohatera albo przez błędne pojęcie, że to, co jest sukcesem dla jednego, jest również sukcesem dla innych. Jednak — mimo wielkiego zamieszania, falstartów, przyjmowania ambicji naszych krewnych bądź nauczycieli zamiast zrozumienia własnych — to większość z nas już w wieku około dwudziestu lat wie, do czego się nadaje albo do czego by się nadawało po odpowiednim przeszkoleniu.

Warto zwrócić uwagę, że dopóki nie pozwolimy samym sobie na przecenianie własnego charakteru, to nasz własny ideał sukcesu będzie znajdował się w obszarze tych rzeczy osiągalnych. Zazwyczaj, dalecy od przeceniania naszych umiejętności, nie rozumiemy, jak ogromne one są. Przyczyny tego naszego niedoceniania się zostaną omówione później, ale należy zdać sobie sprawę, że zawsze jest kilku szaleńców, którzy uważają się za odpowiednie osoby na stanowisko daleko wykraczające poza ich możliwości.

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

Należy również zrozumieć, że w książce tej nie mówimy o drugorzędnym bądź metaforycznym typie sukcesu. Nasza idea sukcesu nie zostanie zastąpiona żadnym innym górnolotnie brzmiącym, „idealistycznym" kompromisem. Nikt nie będzie nas namawiał raz jeszcze, by ograniczyć własne nadzieje i potem odkryć, że bez problemu można osiągnąć najprostsze standardy. Takie programy grają jedynie na zwłokę porażki. Z drugiej strony — im bardziej obrazowo możemy przedstawić sobie wizję celu, który kiedyś pragnęliśmy osiągnąć, tym większe są szanse, że go osiągniemy.

A teraz, po uprzednim przeanalizowaniu tendencji naszej natury, które prowadzą nas do przyzwolenia na porażkę, zrozumieniu, że jeśli na to przyzwolimy, to zostaniemy pociągnięci ku czeluści, spójrzmy, co *natychmiastowo* działa, by odciągnąć nas od zdrowego wysiłku dążącego do osiągnięcia sukcesu.

Aby tak zrobić, musimy powrócić do tematu, który obecnie nie cieszy się zbyt dużym uznaniem: hipnozy. Z wielu powodów, niektórych logicznych, a innych znowu bezpodstawnych, hipnoza jest obecnie mało studiowana. Jeśli nigdy nie przeczytaliśmy żadnej głośnej książki na ten temat, to może nam się wydawać, że niektóre fakty świadczą, że w rzeczywistości nie można zahipnotyzować jakiejś osoby. Jednak prawdopodobnie przeczytaliśmy przynajmniej jedną książkę na temat autosugestii jako metody leczenia. Autosugestia jest jednym z produktów ubocznych dziewiętnastowiecznych badań nad hipnozą.

Dzisiaj zaledwie kilku czytelników zna prace na przykład mieszkającego przez lata w Indiach brytyjskiego uczonego z połowy XVIII wieku, Esdaile'a: o tym, że przeprowadził on bezbolesne operacje na setkach ludzi, o jego komentarzach odnośnie do szybkiego powrotu do zdrowia osób, które nie czuły żadnego bólu podczas operacji. Prace te są jednym z pierwszych przyczynków do teorii

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

o szkodliwym wpływie „wstrząsu operacyjnego". Prace Braida i Bernheima są prawie że nieznane, a Mesmer, który połączył fantastyczną teorię z całą serią zadziwiająco skutecznych eksperymentów, obecnie jest postrzegany głównie jako szarlatan.

Niewątpliwie obecna zła opinia o hipnozie w dużej mierze spowodowana jest tym, że jej początkowi zwolennicy nie mogli powstrzymać się od przedwczesnych i zakrawających na fantastykę teorii. Choć na pewno również tym, że ludzie zaczęli łączyć ją z niektórymi osobami pojawiającymi się w mediach, z których większość okazała się później zwykłymi oszustami. Ewentualni eksperymentatorzy zostali odsunięci od tematu, ponieważ został on przedstawiony światu przy akompaniamencie beznadziejnych hipotez, które ostatecznie nic nie wyjaśniły. Co więcej, równolegle do tych przesądnych teorii eksperymentowano z anestezją przy użyciu chloroformu i eteru. Odporność na ból wywołana przez hipnozę była niepewna i pojawiło się wiele trudności: nie każdego można było zahipnotyzować, i — co o wiele ważniejsze — nie każdy lekarz był w stanie zahipnotyzować pacjenta. Dlatego też nieuniknione było, że bardziej pewna forma anestezji przy użyciu chloroformu czy eteru została powszechnie przyjęta. Tak więc badania nad hipnozą, którą wielu wybitnych dziewiętnastowiecznych uczonych uważało za krok naprzód ku uwolnieniu człowieka od fizycznego cierpienia, jak również od wielu problemów osobowościowych i nałogów, poszły w zapomnienie. A wraz z rozwojem teorii psychoanalizy przegrana hipnozy została ugruntowana.

Mimo że receptura, którą tu poznamy, nie ma nic wspólnego z autohipnozą, to nic nie stoi na przeszkodzie, byśmy dowiedzieli się dzięki wzgardzonej metodzie, co przeszkadza nam w byciu efektywnymi. Pomyślmy przez chwilę o sukcesie dobrych hipnotyków na dobrych obiektach: wydaje się to całkowicie niezgodne z prawami natury, dlatego też nie nauczyliśmy się od nich tego wszyst-

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

kiego, czego mogliśmy. Pewien mężczyzna cierpiący na lęk wysokości nawet na małych wysokościach pod wpływem hipnozy jest w stanie przejść po bardzo wąskiej desce zamocowanej na dużej wysokości. Inny znowu, smukły i delikatny, może podnieść ciężar większy od jego własnego. Jąkałą można tak pokierować, by wygłosił gorącą przemowę — i zrobi to, nie wykazując żadnej oznaki swojej wady wymowy, co miałoby miejsce w normalnej sytuacji. Najprawdopodobniej najbardziej zadziwiającym przypadkiem jest ten opisany przez F.W.H. Myersa w książce *Ludzka osobowość* w rozdziale poświęconym hipnozie: młoda aktorka, dublerka, nagle poproszona o zastąpienie gwiazdy ze swojej grupy, była śmiertelnie przerażona i miała ogromną tremę. Poddano ją lekkiej hipnozie i udało jej się zagrać czarująco i profesjonalnie, co zaowocowało ogromnym aplauzem; ale zdarzyło się to na długo przed tym, jak była w stanie grać bez pomocy hipnotyzera, który cały czas był w jej garderobie. (Z czasem właśnie dzięki temu przypadkowi zaczęto obserwować zjawisko „posthipnotycznej sugestii", co dało podwaliny pod założenie szkoły autosugestii w Nancy, której najznamienitszym ówczesnym członkiem był Coué).

W tym samym rozdziale, w którym opisany został przypadek aktorki, Myers snuje teorię, która jest nieoceniona dla każdego, kto chciałby się uwolnić od kajdan porażki. Zauważa on, że człowiek poddany hipnozie wyzbywa się naturalnej nieśmiałości i braku pewności, z jaką wszyscy podchodzimy do nowych zadań. W efekcie staje się on precyzyjny i pewny siebie.

„Wyzbycie się nieśmiałości" — pisał Myers — „które można osiągnąć dzięki sugestii poprzez hipnozę, jest w rzeczywistości *oczyszczeniem* pamięci — hamuje wspomnienia o dotychczasowych porażkach i wyzwala grupy zdolności, które są w danej chwili potrzebne".

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

Jest to wskazówka. Owo zdanie bogate jest we wskazówki dla tych, którzy szczerze pragną przekierować swoje życie na drogę sukcesu.

Stało się już powszechnym stwierdzenie, że „uczymy się na błędach". Uczymy się, odkrywając, że pewna seria działań nie prowadzi do tego, co planowaliśmy; próbujemy ponownie, a najprawdopodobniej wiele razy, dopóki nie znajdziemy receptury, która zaspokoi nasze oczekiwania. Wtedy wprowadzamy to w życie.

Jest to obraz, który sobie wytwarzamy z metody nauczania „próbuj i błądź". W dużej mierze jest to prawda, ale zapomina się o jednym elemencie całego procesu — mimo że specjalnie się nad nim nie rozwodzimy, nasza Podświadomość nigdy o nim nie zapomina: jest to element bólu. Wierzymy — bądź piszemy czy mówimy, że wierzymy — iż jeden sukces jest pozostałością po całej serii prób i wymazuje on z naszych umysłów wszelkie wcześniejsze porażki. Nie bierzemy pod uwagę, jak ogromny wpływ na nasze przyszłe zachowanie będą miały te odrzucone próby, które zakończyły się porażką. W końcu odnosimy sukces — i to jest prawda — ale w międzyczasie doświadczamy porażki, czasami żałosnej, czasami prawdziwie bolesnej, a czasami niezwykle upokarzającej. Nie możemy zachować w pamięci jedynie ostatecznego sukcesu — i tak samo sukces nie ma tyle mocy, by nasza Podświadomość uważała ból i porażkę za mało znaczące.

Podświadomość boi się bólu, upokorzenia i wysiłku; nieustannie się gimnastykuje, by uniknąć bólu, jeszcze bardziej niż w celu osiągnięcia pozytywnych przeżyć. Tak więc stajemy przed faktem, który wyjaśnia bezczynność i apatię, którym oddajemy się, kiedy to pozytywne działanie byłoby na naszą korzyść: *wolimy w ogóle nie działać, jeśli istnieje nawet minimalna szansa na cierpienie*.

Zamiast ożywiać wspomnienia o naszych wcześniejszych porażkach, ryzykujemy, że znowu się skrzywdzimy, że *podświadomie* postano-

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

wimy pozostać bierni albo postanowimy zrobić coś o wiele łatwiejszego niż powinniśmy, albo zaczniemy nowy projekt i dojdziemy do punktu, w którym wcześniej cierpieliśmy — i pod byle jakim pretekstem przerwiemy działanie, nie dostając nagrody. Dziecinna Podświadomość wygrywa: przynajmniej nie potłukliśmy się, upadając w naszym słabym punkcie.

Jest to oczywiście całkowicie nielogiczne — w celu uniknięcia błahej przykrości prowokujemy możliwość porażki, która w przyszłości nas zrani; tracimy szanse, które już nigdy mogą się nie pojawić, wystawiamy się na znacznie większe cierpienie niż to, którego udało nam się uniknąć. Ale przynajmniej wspomnienia o niedawnych upokorzeniach są na pewien czas uśpione.

Jeśli jest to jednak prawdą — a tylko autoanaliza może dowieść, czy jest to prawdą — to jak wspaniale byłoby, gdyby każdy z nas mógł mieć swojego hipnotyzera, który zaczarowywałby nas za każdym razem, gdy musielibyśmy iść do pracy. Jak cudownie byłoby, gdyby każdy z nas miał swojego osobistego Svengali! Oczywiście jest to niemożliwe, a co więcej — również niepożądane. Na szczęście — by wykonywać swoją pracę, nie potrzebujemy oddawać się pod władzę cudzej woli. Rozwiązanie jest dużo prostsze. To, czego potrzeba, by złamać czar bezczynności i frustracji, to zasada:

Zachowuj się tak, jakbyś nie mógł odnieść porażki.

To jest właśnie talizman, receptura, przykazanie, które zawróci nas z drogi porażki ku sukcesowi.

Pozbądźmy się, poprzez proste ćwiczenie wyobraźni, naszej nieśmiałości i braku zaufania, obawy, że wyglądamy żałośnie, bo one w zdradziecki sposób przysparzają nam kłopotów. Odkryjemy, że jeśli jesteśmy tylko w stanie zauważyć stan umysłu wskazujący na podążanie

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

w stronę sukcesu, to pierwszym rezultatem będzie zastrzyk witalności, świeżości.

Tak jakby nasz umysł odetchnął z ulgą, z wdzięcznością za uwolnienie i rozciągnął się do swoich maksymalnych rozmiarów. To jest moment, w którym można wybaczyć, jeśli ktoś pomyśli, że w całej tej sprawie jest coś magicznego. Rozpiętość naszych możliwości będzie nam się wydawać dużo ponad normę.

Wtedy to długo tamowany przepływ zostaje w końcu odblokowany: bezpośrednio, nieodparcie, w końcu na właściwym torze, strumień z minuty na minutę nabiera siły. Początkowo na pewno będziemy mieć wątpliwości, czy przypadkiem zaklęcie, które tak błyskawicznie zadziałało, nie pryśnie tak samo szybko. Nie pryśnie — i to tylko dlatego, że to nie jest po prostu zaklęcie. Jest to przypomnienie o tym, jak powinno się pracować, by odnieść sukces. Należy pamiętać, że każda godzina nieskrępowanej działalności otwiera nam drogę do potencjalnego przyszłego sukcesu. Z racji dużej liczby możliwości może być trochę zamieszania, dopóki nie nauczymy się organizować dobrze naszego nowego życia.

Owe obawy, niepokoje i lęki były czymś o wiele większym niż zwykłe negatywne rzeczy. Zachowując się, *jakby* były one ważne, nadajemy im ważności i przekształcamy je w rzeczywistość. Stają się one pasożytami rosnącymi na tym wszystkim, co w nas zdrowe i dobre. Pozwalając im osłabiać nas, równocześnie pozwalamy, aby pożywienie, które powinno zostać zużyte na rozwój naszych sił, zostało zużyte na karmienie potwora, pieszcząc wybryki i bękarty naszego umysłu, zamiast wspierać jego wspaniałe i kreatywne elementy. I nikt nagle nie dostaje nowych nadzwyczajnych mocy, ale przestając dawać ujście lękowi we frustracjach, *mamy dostęp do już istniejących zdolności, na których odkrycie wcześniej nie mieliśmy energii*. Odkrywamy, że

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

mamy zdolności, z których wcześniej nie zdawaliśmy sobie sprawy, a efekt tego jest taki, że wydaje nam się, że dopiero teraz je otrzymaliśmy. A szybkość, z jaką owe zdolności ujawniają się w odpowiednich warunkach, jest zadziwiająca i jeszcze bardziej przyjemna.

Co więcej — wydaje nam się, w przeciwieństwie do naszego dawnego „ja", że stajemy się niestrudzeni. Osiągnięcia z okresu pracy, kiedy to wprowadziliśmy recepturę, podbudują jej wiarygodność w oczach tych, którzy nigdy wcześniej jej nie spróbowali. A po owych okresach nie następuje depresyjna reakcja. Jest tyle rzeczy do zrobienia i są one tak wyraźne, że nie ma miejsce nawet na cień depresji. Jeśli umysł został nawrócony ze swojej jazdy naprzód, by zanalizować wszelkie utrapienia z przeszłości, to wszelkie możliwe nieszczęścia, które mogłyby się zdarzyć, ale oczywiście się nie zdarzą, jednocześnie odkrywają drogę ku przyszłości. Ale raz rozgrzeszeni z tego niewdzięcznego i niepotrzebnego zadania, zostaniemy nagrodzeni wzlotem tam, gdzie wcześniej się potykaliśmy i nie mogliśmy znaleźć drogi.

Potrzeba trochę samokształcenia, by nauczyć się, jak przechodzić od jednej rzeczy wykonanej z sukcesem do drugiej, nie tracąc czasu ani siły na zbieranie laurów z powodu łatwości, z jaką wykonaliśmy zadanie, bądź na dogłębne analizowanie wspaniałej pracy, jaką wykonaliśmy. Kilkudniowe żniwa są jednak wybaczalne — i dopóki z ożywieniem spoglądamy na przyszłe zadania, to nie ma zagrożenia, że pierwszy sukces pod nowym reżimem będzie zarówno ostatnim.

Jeśli podejrzliwie podchodzimy do tej receptury, jeśli czujemy, że zaproszono nas do oszukania samego siebie, że odnosimy sukces, to grubo się mylimy. W naszym codziennym życiu wszyscy jesteśmy pragmatykami i empirykami; to, co „działa", jest dla nas praktyczną prawdą i staje się podstawą naszych kolejnych działań. „Nasze myśli

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

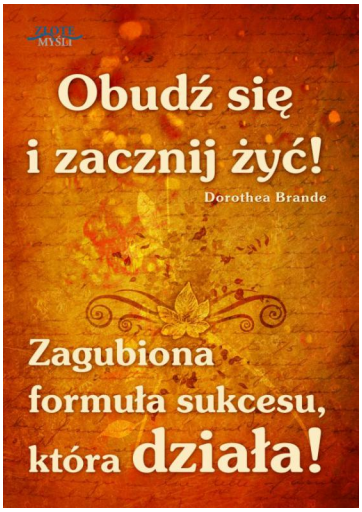
stają się prawdą proporcjonalnie do tego, czy z powodzeniem spełniają swoją funkcję pośrednika", jak to powiedział William James. Jeszcze bardziej przekonywająco i dogłębnie rozpracował ową koncepcję Hans Vaihinger w swojej ostatniej książce: „Filozofia *tak jakby*". Nie każdy zgodzi się całkowicie z jego teorią, ale z pewnością w większości przypadków każdy z nas musi zachowywać się, „tak jakby" ten czy inny fakt był prawdą. Jeśli będziemy nalegać, by udowodnić realność czy wydajność lub chociażby prawdopodobieństwo koncepcji, na której bazują nasze praktyczne procedury, nie powinno nam zostać ani trochę wolnego czasu na działanie. Tak więc zazwyczaj akceptujemy przesłanki działań, które zaproponował nam autorytet, i stosujemy je jako udowodnione, dopóki nasze doświadczenie nie spowoduje, że zwątpimy w ich mądrość. I wtedy na pewno je przeanalizujemy i dojedziemy do odmiennych konkluzji niż nasz mentor. Jednak w większości przypadków wszyscy zachowujemy się tak, jakby nasze normy działania, nasze standardowe wartości były wieczne i wszędzie obowiązujące.

W życiu codziennym, jeśli jesteśmy nieskuteczni w naszych zmaganiach i nieproduktywni w pracy, to znaczy, że działamy *tak, jakbyśmy* chcieli doświadczyć porażki. Odwróćmy do góry nogami takie zachowanie, świadomie postanówmy, że „tak jakby" powinno być zdrowe i życiodajne, powinno być zwrócone ku spełnieniu — i tak oto osiągniemy prawdziwy sukces.

„Prawo natury jest następujące: *Działaj, a będziesz mieć moc, gdyż ci, którzy nic nie robią, nie mają mocy*".

Copyright by Wydawnictwo Złote Myśli & Dorothea Brande

Dlaczego warto mieć pełną wersję?



Masz przed sobą pierwsze polskie wydanie bezwzględnego, światowego bestsellera. Zdobywając tę książkę, masz szansę dołączyć do 2 MILIONÓW ludzi na świecie, którzy poznali formułę sukcesu, ukrytą w bestsellerze z 1937 roku. Za chwilę dowiesz się, jak dzięki formule sukcesu z 1937 roku jutro możesz obudzić się i zacząć zupełnie nowe życie. [Wypowiedź autorki] „Dwa lata temu natknęłam się na recepturę na sukces, która zrewolucjonizowała moje życie. Była ona tak banalna, a zarazem tak oczywista, że trudno mi było uwierzyć, iż właśnie ona odpowiadała za czarodziejskie rezultaty, które uzyskałam po wprowadzeniu jej w życie." (cyt. z 1937 roku) - Dorothea Brande, autorka bestsellera Czy znasz może ludzi, którzy nie żyją, a raczej wegetują? Wciąż robią to samo, są przywiązani do pracy, której nie lubią i która nie daje im dochodów, jakich by chcieli. Wstają rano, idą do pracy, przychodzą z pracy, oglądają te same seriale i idą spać. I tak dzień w dzień, przez 365 dni w roku. Jeżeli chcesz uniknąć tego typu jałowego życia, ta publikacja może stać się niezapomnianym przewodnikiem. Dzięki tej publikacji: - dowiesz się, jak wykształcić w sobie żelazną dyscyplinę sukcesu, - odkryjesz, jak działać w taki sposób, aby wyeliminować możliwość porażki, - dowiesz się, w jaki sposób zachowywać się, aby sprawiać wrażenie osoby bardziej pewnej siebie i wartościowej, - poznasz zestaw największych błędów, jakie popełniają ludzie, próbujący nieskutecznie osiągnąć sukces w swoim życiu. Jeżeli szukasz ponadczasowej i sprawdzonej przez miliony czytelników wiedzy na temat zasad osiągania sukcesu, nie możesz przejść obok tej książki obojętnie.

Pełną wersję książki zamówisz na stronie wydawnictwa Złote Myśli

http://www.zlotemysli.pl/prod/6547/obudz-sie-i-zacznij-zyc-dorothea-brande.html

Dodaj do koszyka