

SZTUKA ROZWOJU OSOBISTEGO

Poznaj zasady najlepszego nauczyciela
dobrobytu w Ameryce

BOB PROCTOR

Tytuł oryginału: The ABCs of Success: The Essential Principles
from America's Greatest Prosperity Teacher

Tłumaczenie: Anna Zawila, Tadeusz Zawila

ISBN: 978-83-283-9678-4

Original edition copyright © 2015 by Proctor Gallagher Institute. All rights reserved.

Polish edition copyright © 2023 by Helion S.A. 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. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

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

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

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<https://onepress.pl/user/opinie/szrozo>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Helion S.A.

ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice

tel. 32 230 98 63

e-mail: onepress@onepress.pl

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

Printed in Poland.

- Kup książkę
- Poleć książkę
- Oceń książkę

- Księgarnia internetowa
- Lubię to! » Nasza społeczność

Spis treści

WSTĘP	5
AMBICJA	19
Jesteś do tego urodzony	19
CELE	21
Istota życia	21
Karta celu	23
Zacznij już teraz	25
CZAS	27
Jak go spędzisz?	27
DECYZJA	29
Osobista moc	29
Trudne decyzje	31
DOSKONAŁOŚĆ	33
Perfekcja	33
DOŚWIADCZENIE	35
Wyrusz w tę podróż	35
DZIAŁANIE	37
Najcenniejszy towar diabła	37
Myślenie plus działanie	40
Obudź się	42

EFEKTYWNOŚĆ	44
Wykonawcy i prawie wykonawcy	44
INDYWIDUALIZM	46
Jesteś inny	46
INNOWACJA	48
Nie-zdrowy rozsądek	48
KIERUNEK	50
Dwa najważniejsze składniki	50
KOMUNIKACJA	52
Rozwiń intuicję	52
Wielki komplement	54
KREATYWNOŚĆ	56
Wewnętrzny głos	56
MARZENIA	58
Czerwony kabriolet	58
MENTORZY	60
Złota nić	60
MOTYWACJA	62
Trofea, medale i certyfikaty	62
Wsparcie	64
MYŚLENIE	66
Jednoprocentowa różnica	66
Preambuła do wszystkiego	68
Cichy przełącznik	70

NASTAWIENIE	72
Nasz dar	72
Racja	74
Wznies się ponad to	76
NAUKA	78
Brak konkurencji	78
Aby dostać to, czego chcesz	80
NAWYK	82
Zwykłe rzeczy	82
OBRAZ SAMEGO SIEBIE	84
Nowy Ty	84
ODWAGA	86
Niosący pochodnię	86
Dlaczego Ty tego nie zrobisz?	88
OKAZJA	90
Przez następne 30 dni	90
Szukaj możliwości tam, gdzie jesteś	92
Dwa pociągnięcia pędzlem	94
OKOLICZNOŚCI	96
Dyktuj warunki	96
OSIĄGNIĘCIA	98
Właściwe nastawienie	98
PARADYGMATY	100
Zmień to oprogramowanie!	100

PERSPEKTYWA	102
Patrząc oczami Boga	102
PEWNOŚĆ SIEBIE	104
Boska pewność siebie	104
Syndrom sieci bezpieczeństwa	106
PIENIĄDZE	108
Zostań milionerem	108
Nie pozwól, by bogactwo Ci uciekło	110
POMYSŁY	112
Podwój swój biznes	112
POSTĘP	114
Bądź nierozsądny	114
POTENCJAŁ	116
Nie zmarnuj go	116
Nie za późno	118
POZYTYWNE MYŚLENIE	120
To może się udać	120
Prawo przeciwności	122
PRACA	124
Rób to, co kochasz	124
Praca nigdy się nie kończy	126
PRAWO PRZYCIĄGANIA	128
Dobre wibracje	128

PROFESJONALIZM	130
Co czyni profesjonalistę?	130
PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ	132
Założ własną firmę	132
PRZESZKODY	134
Tor przeszkód	134
PRZYGOTOWANIE	136
Przygotowanie jest wszystkim	136
PRZYWÓDZTWO	138
Którym typem człowieka będziesz?	138
RELACJE	140
Najlepszy prezent	140
Użyj ich imienia	142
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW	144
Ślepy zaułek	144
ROZWÓJ	146
Nikt nigdy nie dociera na miejsce	146
RYZIKO	148
Nie dmuchaj na zimne	148
SAMOPOZNANIE	150
Spróbuj odwiedzić samego siebie	150
SIŁA OSOBISTA	152
Wyzeliminuj opór	152

SKUPIENIE	154
Gadanina mas	154
Ta niewidzialna siła	156
SPRZEDAŻ	158
Zatem jesteś sprzedawcą	158
Handlowcy z parowca	160
STRACH	162
Szukaj tego, co nieznanne	162
Bariera strachu	164
SUKCES	166
Porażka jest niemożliwa	166
Potrzeba a pragnienie	168
Wewnętrzna siła	170
SZCZĘŚCIE	172
Radość życia	172
ŚWIADOMOŚĆ	174
Sala Lustrzana	174
UMYSŁ	176
Wspaniała maszyna	176
WDZIĘCZNOŚĆ	178
Moich 11 ulubionych rzeczy	178
WIARA I PRZEKONANIA	180
Wbrew dowodom	180
Decydujący czynnik	182
Pozytywne przekonania	184

WIZJA	186
Zbuduj obraz	186
Postawa Don Kichota	188
WOLNOŚĆ	190
Uwolnij się	190
WYBÓR	192
Tylko Ty możesz zdecydować	192
Problemy mają charakter myślowy	194
Możesz wybrać	196
WYGRANA	198
Krawędź brzytwy	198
Rytm i zwycięstwo	200
WYNAGRODZENIE	202
Więcej niż Ci płacą	202
WYOBRAŻNIA	204
Ludzie osiągający cele	204
Odpowiedź na pytanie „jak?” przyjdzie	206
WYSIŁEK	208
To jest tego warte	208
WYSTĄPIENIA PUBLICZNE	210
Jak wygłosić dobre przemówienie?	210
WYTRWAŁOŚĆ	212
Jedyna różnica	212
Słaby początek, dobry koniec	214

ZARZĄDZANIE	216
Jesteśmy dwiema osobami	216
ZMARTWIENIA	218
Choroba psychiczna	218
ZMIANA	220
Opuść klatkę	220

AMBICJA

Jesteś do tego urodzony

Czy myślisz o sobie, że w naturalny sposób osiągasz cele? Jeśli nie, to powinieneś, bo jesteś... stworzony do osiągnięcia celów.

W chwili gdy pierwszy oddech życia wypełnił Twoje płuca, wyruszyłeś w drogę, aby osiągnąć cele. Jesteś zaprogramowany na poprawę jakości swojego życia. Każde z Twoich pierwszych osiągnięć przynosiło ogromną satysfakcję, a także wielką dumę i radość.

Twoim pierwszym celem było zdobycie czegoś do jedzenia — widziałeś kiedyś kogoś bardziej zadowolonego niż dziecko, które właśnie zostało nakarmione? Albo gdzie widziałeś większą dumę i radość niż na twarzy świeżo upieczonej matki karmiącej swoje dziecko?

A co z innymi pierwszymi celami — raczkowaniem, mówieniem czy chodzeniem? Pomyśl o satysfakcji, dumie i radości, która pojawiła się wraz z pierwszym słowem lub pierwszym krokiem. Satysfakcja z pierwszego słowa lub kroku szybko się wyczerpuje i pojawia się niezadowolenie. Pragniesz bowiem łączyć ze sobą słowa, kroki. Stały się one celami i w miarę ich realizacji następowała większa satysfakcja, duma i radość, ale także uczucie niezadowolenia. Chciałeś osiągnąć więcej, realizować poważniejsze zadania.

Naturalnie chcesz doświadczać życia, i to w całej jego obfitości. Nie tylko powinieś, ale możesz mieć wszystko, czego pragniesz, jeśli ponownie rozbudzisz tego wczesnego ducha, który sprawił, że dążyłeś do osiągnięcia swoich pierwszych celów.

Niestety zbyt wielu z nas zostało poinformowanych na wczesnym etapie życia, że powinniśmy być zadowoleni z tego, co mamy. Cele i ich znaczenie zostały utracone.

Nigdy nie powinieś być zadowolony. Szczęśliwy, ale nie zadowolony. Niezadowolenie jest stanem twórczym. Wyciągnęło ludzkość z jaskini i przeniosło do budynków mieszkalnych. Dało im koło, faks i ogrzewanie. Niezadowolenie dało Tobie i mnie styl życia, którego zazdrości świat.

Poczuj zdrowe niezadowolenie ze swojego życia. Wyznacz nowe cele — duże, ekscytujące cele. Następnie przystąp do ich realizacji z tym samym entuzjazmem, który znałeś i wykorzystywałeś jako dziecko.

To się nazywa życie. Wszystko inne umiera.

Wielkie rezultaty wymagają wielkich ambicji.

Mierz wysoko. Zachowuj się honorowo. Przygotuj się na to, że czasem będziesz sam i przytrafią Ci się porażki. Wytrwaj!

Świat potrzebuje wszystkiego, co możesz dać.

Należy dążyć, szukać, znajdować i nie poddawać się.

— ALFRED LORD TENNYSON

CELE

Istota życia

Czy czasami wydaje Ci się, że życie jest mało ciekawe, a może nudne? Życie może być ekscytującą przygodą, ale to Ty musisz odkryć potencjał przygody.

Chris Rasmussen i jej mąż, Stan, są moimi przyjaciółmi. Chris przesłała mi opublikowany w „Deseret News” artykuł o zmarłym Johnie Goddardzie.

Wątpię, czy Goddard przeżył w swoim życiu nudną lub nieciekawą chwilę. W wieku 15 lat wymienił 127 ambitnych celów, które wytrwale realizował. Wśród tych wyzwań były m.in.: eksploracja Nilu, największej rzeki świata, i Konga, drugiej co do wielkości, zdobycie Mount Everestu i Matterhornu w szalejącej zamieci, przebiegnięcie mili w 5 minut; zagraanie *Claire de Lune* na fortepianie. Wszystkie zrealizował.

W czasie gdy pracowałem nad tą audycją, John Goddard miał już za sobą 108 spośród pierwotnych wyzwań. Nowym celem, którego nie było na tamtej liście, był lot bombowcem B-1, najbardziej zaawansowanym samolotem amerykańskich sił powietrznych. Może on latać z prędkością naddźwiękową niezauważony przez radary. Goddard odbył lot 3 listopada 1989 roku w Abilene w Teksasie, uzyskawszy zgodę od sekretarza

sił powietrznych. Latał już 47 różnymi typami samolotów, w tym F-4 Phantom, myśliwcami F-11 i F-106 Delta Dart.

John Goddard wspiął się na 12 najwyższych gór świata, przeprowadził 14 dużych ekspedycji w odległe rejony, przemierzył 15 najbardziej niebezpiecznych rzek świata, odwiedził 120 krajów i zbadał 260 prymitywnych plemion.

Wyznaczanie celów jest istotą życia. Czyń to nie dla zewnętrznej pochwały, lecz dla wewnętrznej nagrody. Dzięki temu staniesz się lepszym człowiekiem, rodzicem i specjalistą. Ważne jest, aby stale się rozwijać.

Istoty ludzkie muszą działać. I stworzą cele, jeśli nie mogą ich znaleźć.

Ten, kto zwraca uwagę na swoje duże „ja”,
staje się wielkim człowiekiem, a ten, kto zwraca uwagę
na swoje mniejsze „ja”, staje się małym człowiekiem.

Okresy spokoju rzadko prowadzą do twórczych osiągnięć.

Człowiekiem musi coś poruszyć.

Karta celu

W ciągu ostatnich 20–25 lat rozdałem kilkaset tysięcy kart z celami. Ilekroć przemawiam na zjeździe lub seminarium, zawsze umieszczam kartę celu na każdym siedzeniu. Przekazujemy je firmom lub menedżerom w korporacjach, aby rozdawali je pracownikom.

Zawsze ciekawa jest reakcja osób otrzymujących karty. Często ktoś podnosi kartę, spojrzy na nią, uśmiechnie się, po czym ją odkłada. Wygląda to tak, jakby ta osoba myślała: „Czyż nie jest to urocze?”. Inni szybko ją podnoszą i proszą o więcej.

Jest to tylko karta w plastikowej okładce z wydrukowanym pozytywnym stwierdzeniem na jednej stronie i wolnym miejscem, w którym dana osoba może napisać swój cel, na odwrocie. Zalecamy, aby nosić kartę w torebce lub kieszeni. Ilekroć dotykasz karty, zaczynasz myśleć o swoim celu.

Spróbuj. Cokolwiek napiszesz na kartce, ostatecznie otrzymasz — JEŻELI będziesz nosić kartę i ją czytać.

Badania wskazują, że tylko 13 procent z nas ma jasno określone cele. Dokładnie 87 procent nie ma wyraźnie określonego kierunku w życiu. Tylko 3 procent spisało swój cel. Ale te 3 procent cieszy się najwyższymi dochodami. Są to osoby, które prowadzą ekscytujące, spełnione życie.

Zacząłem nosić w kieszeni kartkę z wypisanym celem ponownie w 1961 roku. Stwierdziłem, że działa to jak czysta magia. Pomysł z kartą celów może być uroczy, ale jest też niezwykle skuteczny.

Czego tak naprawdę pragniesz? Wiesz? Jeśli tak, to zapisz to na kartce i noś ze sobą. Rezultaty zadziwią Cię i zachwyca.

Jeśli ktoś podąża pewnie w kierunku swoich marzeń i stara się żyć tak, jak to sobie wyobraził, spotka go niespodziewany sukces.

— HENRY DAVID THOREAU

Ćwicz się, na miłość boską, w małych rzeczach,
a potem przejdź do większych.

Zacznij już teraz

Kilka lat temu młody, ale znakomity sprzedawca dał mi nagranie przemówienia, które pewien pastor z Minneapolis wygłosił na konwencji sprzedawców w Stanach Zjednoczonych. W swoim przemówieniu powiedział coś, czego chyba nigdy nie zapomnę.

Pastor ów powiedział, że najsmutniejszą rzeczą, którą obserwuje, udzielając pogrzebu, nie jest śmierć ciała, lecz śmierć wszystkich marzeń.

Tą wypowiedzią trafił w sedno. Pomyśl o pochówkach milionów ludzi.

Nie osiągnęli celów.

To był dom, który planowali zbudować i nie zbudowali, lub biznes, który chcieli otworzyć, samochód, o którym marzyli, podróż, którą zamierzali odbyć.

Kim chcesz być, co robić lub mieć? Podejmij teraz decyzję, że to osiągniesz. Absolutnie nie czekaj na kolejny dzień, aby zacząć pracować nad realizacją swojego celu.

James Allen w swojej wspaniałej książeczce *As a Man Thinketh* napisał: „Towarzyszące Ci okoliczności mogą być nieprzyjemne, ale nie pozostaną takie długo, jeśli tylko dostrzeżesz ideał i będziesz dążyć do jego osiągnięcia”.

Nie czekaj, aż wszystkie okoliczności będą sprzyjające. Zacznij już teraz. Zacznij od sporządzenia jasno sprecyzowanego pisemnego oświadczenia o swoim celu. Zapisz swój cel na kartce, noś ją przy sobie i czytaj codziennie wiele razy. To może brzmieć dziecinnie, ale uwierz mi, że działa na każdego, kto to robi.

Ta jedna czynność jest tym, co oddziela biednych od bogatych, słabych od silnych, smutnych od szczęśliwych.

Najbardziej spełniony człowiek to ten, który zawsze dąży do osiągnięcia sensownych celów.

Ludzie posiadający cele odnoszą sukcesy, ponieważ wiedzą,
dokąd zmierzają. Po prostu.

Nasze cele mogą zostać osiągnięte tylko dzięki planowi,
w który musimy żarliwie wierzyć i zgodnie z którym musimy
energicznie działać. Nie ma innej drogi do sukcesu.

PROGRAM PARTNERSKI

— GRUPY HELION —



1. ZAREJESTRUJ SIĘ
2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW w działający bankomat!

Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA
Helion 

Oto zbiór bezcennych cytatów, historii i przemyśleń, które pomogą Ci w obraniu właściwego kierunku rozwoju. Bob Proctor potwierdza, że doskonale zna sekret sukcesu. Bez względu na to, czy chcesz zrealizować cele zawodowe, osobiste, sportowe, czy jakiegokolwiek inne, po lekturze tej książki będzie to znacznie łatwiejsze. Potraktuj ją jako instrukcję, jako mapę drogową, która zawiera wskazówki pomocne w dążeniu do sukcesu. Do praktycznych i wartościowych porad możesz sięgać w każdej chwili, by znaleźć inspirację, motywację i przydatną wiedzę.

Książka składa się z krótkich, luźno powiązanych ze sobą esejów na temat najważniejszych aspektów osiągania sukcesów w różnych wymiarach i dziedzinach ludzkiego życia. Dzięki niej dowiesz się, jakie postawy i działania sprzyjają realizacji celów, nauczysz się podejmować prawidłowe decyzje i poznasz potencjalne zagrożenia wraz ze sposobami, jak sobie z nimi radzić. Przekonasz się, że zawarta tu wiedza stanowi niezastąpioną i uniwersalną pomoc na drodze do spełnienia osobistego i zawodowego!

BOB PROCTOR – autor bestsellera *Urodziłeś się bogaty* i wielu innych doskonałych prac z dziedziny rozwoju osobistego. Jeden z najlepszych na świecie znawców prawa przyciągania. Jako trener, autor i wykładowca pomógł tysiącom ludzi na całym świecie. Jego książki od lat zajmują najwyższe miejsca na listach sprzedaży. Założyciel i właściciel wydawnictwa LifeSuccess Productions specjalizującego się w publikacjach dotyczących osiągania sukcesu i realizacji celów.

onepress



Księgarnia internetowa:
<http://onepress.pl>



HELION SA
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice
tel.: 32 230 98 63
onepress@onepress.pl

książkiklasybusiness

ebook dostępny na:

ebookpoint

ISBN 978-83-283-9678-4



Cena: 49,90 zł