

Bartosz Feifer

ZWYCIĘSTWO TO SPOSÓB MYŚLENIA



Bartosz Feifer
„Zwycięstwo to sposób myślenia”

Copyright © by Wydawnictwo Psychoskok, 2014
Copyright © by Bartosz Feifer, 2014

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część niniejszej publikacji
nie może być reprodukowana, powielana i udostępniana
w jakiegokolwiek formie bez pisemnej zgody wydawcy.

Skład: Jacek Antoniewski
Projekt okładki: Bartosz Feifer, Wydawnictwo Psychoskok
Zdjęcia okładki: © Coloures-Pic; alphaspirit; jameschipper – Fotolia.com

ISBN: 978-83-7900-177-4

Wydawnictwo Psychoskok
ul. Chopina 9, pok. 23, 62-507 Konin
tel. (63) 242 02 02, kom. 665-955-131
<http://wydawnictwo.psychoskok.pl>
e-mail: wydawnictwo@psychoskok.pl

ROZDZIAŁY

Wstęp	4
Historia pewnego zbioru	8
Marzenia i pragnienia.	12
Strach i odwaga	19
Cele	26
Siła i słabość.	35
Przegra i wygrana	45
Wytrwałość	53
Sukces	62
Perły zwycięzcy	70
Kilka słów o autorze	88

WSTĘP

Wykorzystaj czas na doskonalenie się poprzez czytanie dzieł innych ludzi, aby łatwo osiągnąć to, na co oni ciężko pracowali

Sokrates

Pisząc tę książkę, miałem na uwadze jeden cel – pomóc innym. Pomóc w wielu sprawach życia codziennego. *Zwycięstwo to sposób myślenia* jest zbiorem aforyzmów, cytatów słynnych ludzi, którzy odnieśli wielkie zwycięstwa i sukcesy. Te aforyzmy to przelane na papier sposoby myślenia, działania, drogocenne myśli i wskazówki z przesłaniem, którymi wybitne osoby kierowały się w swoim życiu i dzięki nim odnosiły sukcesy. Wyobraź sobie, że masz właśnie w rękach tajemnice ich sukcesu i dzięki właściwej interpretacji możesz wykorzystywać ją w swoim życiu.

Dzięki doświadczeniom, jakie nabywałem przez ostatnie kilka lat, postanowiłem dodatkowo do każdego rozdziału przypisać swoje definicje, to jak postrzegam znaczenia poszczególnych rozdziałów. Zamieściłem w nich również wskazówki. Prawdę mówiąc, niczego nowego nie tworzę. Inspiracji dostarczyli mi niezwykli nauczyciele, którzy pomogli zrozumieć wiele pojęć. Jednym z nich był Bob Proctor – mistrz sztuki myślenia. Każdego dnia słucham z kolei nagrań Briana Tracy'ego na temat samodyscypliny i wyznaczania celów. A przemowy Jacka Walkiewicza rozpałyły we mnie ogień do spełniania marzeń.

Książka ta idealnie nadaje się do czytania w momentach, kiedy brakuje nam odwagi do walki o nasze marzenia, gdy nie ma drogowskazów na drodze do osiągnięcia zamierzonych celów, kiedy nasza motywacja słabnie i brakuje nam energii, która pchałaby nas dalej, kiedy na naszej drodze pojawiają się przeszkody, a my nie wiemy, jak je pokonać.

Ta książka i zawarta w niej mądrość pomoże nam w każdej sytuacji, w jakiej się znajdziemy, bez względu na jej rozmiar. Jest to znakomita terapia, z której może korzystać każdy, w każdej chwili.

Mam nadzieję, że dzięki tym aforyzmom odnajdziesz drogowskazy, które poprowadzą Cię do obranego celu, znajdziesz odwagę do realizacji marzeń i planów, że odkryjesz drzemiące w Tobie pokłady energii, o których istnieniu nie wiedziałeś, że mimo upadku podniesiesz się i będziesz silniejszą osobą, że nie poddasz się, jeśli opanują Cię strach – tylko mimo jego obecności pójdziesz dalej, że nie ustanieś w swej walce, mimo wielu przeszkód jakie na Ciebie czekają, bo wytrwałość, to klucz do ostatecznego zwycięstwa i sukcesu, które odniesiesz dzięki właściwemu myśleniu.

Jednak pamiętaj, aforyzm zapisany na kartce to nie wszystko, to nie gotowy przepis na sukces. Kluczem jest interpretacja, czyli Twoje myślenie. Jeśli wszystko połączysz w całość i nauczysz się korzystać z tego klucza, wtedy żadne drzwi nie będą przed Tobą zamknięte.

Aforyzm to sposób na pisanie mniej, by móc powiedzieć więcej.

Andrzej Niewinny Dobrowolski

Aforyzm – ziarenko mądrości w łupince słów.

Kazimierz Matan

Aforyzm to zdanie, które po wyrwaniu z kontekstu zachowuje cały swój sens, a nawet zyskuje nowy.

Kazimierz Matan

Aforyzm to złoto wydobywane ze strumienia myśli.

Lech Konopiński

Człowiek może zmienić swoje życie poprzez zmianę sposobu myślenia.

William James

HISTORIA PEWNEGO ZBIORU

To było gdzieś w czasach ostatniej klasy gimnazjum, początku szkoły średniej. Przeglądałem leżącą na stole gazetę z programem telewizyjnym, zatrzymałem się na chwilę na stronie poświęconej horoskopowi, moją uwagę przykuła ramka, która zawierała cytat. Zainterесowało mnie to. Z niecierpliwością czekałem, aż mama kupi następny numer, a ja poznam następny cytat. Z czasem zacząłem sam szukać w innych piśmach i Internecie. Wszystko zapisywałem na kartkach, później w dzienniczkach treningowych, w których notowałem treningi biegowе. Każdego roku aforyzmami zapisywałem nowy dzienniczek.

Jednak gromadzenie ich i zapisywanie to nie było wszystko. Zauważyłem, że często do nich wracam. Odczuwałem potrzebę ich czytania. Z czasem wyselekcjonowałem grupę, którą miałem przy sobie, zapisaną na kartce. Dlaczego? Wtedy tego nie rozumiałem, tak jak nie rozumiała mnie większość ludzi, dziwiących się, po co to robię, a nawet podśmiewających się z mojego nietuzinkowego hobby.

Im dłużej żyłem z moim zainteresowaniem, tym bardziej aforyzmy do mnie przemawiały. Nie było startu w zawodach, jeśli wcześniej nie zajrzałem do swojego dzienniczka i nie przeczytałem wszystkich aforyzmów, jakie tam wcześniej zapisałem. Czułem się zmotywowany i silniejszy, widziałem w tym sens, a to, że ktoś się z tego śmiał, było dla mnie najmniej ważne.

Z czasem coraz więcej opowiadałem innym o moich aforyzmach, bez większego lęku przed wyśmianiem, sugerowałem je jako pomoc, bo uważałem, że można w nich znaleźć odpowiedź na wiele pytań. Byłem pewien ich siły, bo sam szukałem w nich odpowiedzi i pomocy i za każdym razem znajdowałem.

Pierwszą rzeczą o jaką poprosiłem rodziców, gdy leżałem w szpitalu po wypadku, były moje zeszyty z aforyzmami. Potrzebowałem ich, ponieważ czułem, że będę wspierał się nimi jak nigdy wcześniej. Po powrocie ze szpitala do domu, gdy tylko odzyskałem siły, zabrałem się za robienie zbioru. Przepisywałem zeszyt po zeszytcie, kartka po kartce. Zajęło mi to kilka dni, a gdy skończyłem i miałem je w bazie, postanowiłem wszystko wydrukować. Pomyślałem ok, wydrukowałem i co dalej? Jak z tego korzystać? Moja siostra miała małą, nieużywaną tablicę korkową, mieściły się na niej cztery karki formatu A4. Przez kilka dni wisały na niej te cztery karki z aforyzmami, ale oprócz nich istniało jeszcze około trzydziestu innych! Postanowiłem, że będę je zmieniał co parę dni. Tablicę celowo zawiesiłem nad łóżkiem tak, abym rano, budząc się, widział ją i mógł przeczytać kilka aforyzmów. Po paru dniach uznałem, że wiele aforyzmów nie pasuje, że się nie nadają, bo nie pomagają mi, a nawet z ich interpretacji wyłania się negatywne przesłanie. Przyszedł czas na selekcję. Każdy aforyzm postanowiłem wyciąć i w formie paska przywieszać do tablicy. Dzięki temu zmieściłem ich więcej i mogłem odpowiednio dobierać do sytuacji, w jakiej się aktualnie znajdowałem.

Nadal szukałem sposobów motywowania się, a że kreatywności mi nie brakowało, postanowiłem każdy pasek zdjęć z tablicy, złożyć w jak najmniejszą kostkę i wrzucić do dużego słoika. Tak wpadłem na pomysł, aby każdego dnia rano, gdy wstaję,

losować sobie jeden aforyzm, przeczytać co najmniej dwa razy i nosić przez cały dzień ze sobą, wieczorem wrzucić z powrotem do pojemnika i następnego dnia wykonać to powtórnie.

Pewnego dnia postanowiłem skorzystać z pomocy psychologa. Zdawałem sobie sprawę, że muszę szukać pomocy wszędzie, bo był to okres, w którym prognozy lekarzy nie były optymistyczne. Poruszałem się na wózku inwalidzkim, pojawiło się wiele dręczących znaków zapytania. Mówiono mi, że stracę pracę, nie wrócę na studia i najgorsze – nie będę biegał. Moja kondycja psychiczna była osłabiona. Jedna z wizyt zapadła mi w pamięci najbardziej. Pamiętam ten dzień jak dziś: rozmawiamy i w pewnym momencie pani psycholog mówi: „nie mogę pana rozgryźć, albo pan tak świetnie gra, dobrze radzącego sobie z tym wszystkim, silnego i opanowanego, albo ma pan na sobie jakąś niewidzialną zbroję, która daje tyle sił?! Odpowiedziałem, że nie gram, ale jest coś, co motywuje mnie do działań. Pani psycholog była ciekawa, co to takiego. Odpowiedziałem: aforyzmy. – No, teraz już wszystko rozumiem – sytuacja stała się jasna dla pani psycholog. Opowiedziałem, jak długo z nich korzystam i w jaki sposób. Pod koniec jednej z wizyt, kiedy miałem już wychodzić, pani psycholog kazała mi poczekać i spod biurka wyciągnęła słoik, a w nim pocięte aforyzmy, które przyniosłem na poprzednie spotkanie, aby pokazać to, z czego czerpię siłę. Byłem zaskoczony. Od tamtej pory każdy pacjent, wychodząc z gabinetu pani doktor, losuje jeden aforyzm i zabiera ze sobą.

Oprócz pomocy psychologicznej otrzymałem coś więcej – dzięki pani psycholog uświadomiłem sobie, że moje aforyzmy to jedna z najlepszych życiowych inwestycji, bo czytając je, pomagam sobie, ale też mogę pomagać innym.

INSTRUKCJA:

Przed wszystkim każdy aforyzm czytaj powoli.

Pozwól sobie przeczytać go dwukrotnie, tym sposobem łatwiej go zrozumiesz.

Nie bój się zatrzymać nad jakimś, jeśli wzbudzi w Tobie zainteresowanie, pozwól sobie na głębszą interpretację.

Wracaj do nich tak często, jak się da. Czytaj je raz w miesiącu.

Jeśli jakieś trafią głęboko do Ciebie, zapisz je na kartce, którą będziesz miał zawsze przy sobie.

MARZENIA I PRAGNIENIA

Rozdział ten poświęcony jest marzeniom i pragnieniom, które posiada każdy z nas. Marzenia są bardzo ważne, ważne jest też to, aby je mieć, a jeszcze ważniejsze jest, aby dążyć do ich realizacji.

Wielu ludzi uważa swoje marzenia za nierealne, w taki sposób je uśmiercają i sprawiają, że na zawsze pozostaną tylko marzeniami. A tak naprawdę marzenia są tylko po to, aby je spełniać, a żeby tego dokonać, należy zmienić sposób myślenia o nich. Pewnego dnia zdałem sobie sprawę, że czekanie, aż marzenia się spełnią, nie ma większego sensu. Czas ucieka, lata lecą i wtedy uświadomiłem sobie, że wolę dziś spróbować wyjść naprzeciw swoim marzeniom i pragnieniom, niż za kilka lat zadawać sobie pytanie: „dlaczego tego nie zrobiłem? Dlaczego nie spróbowałem walczyć o swoje marzenia?”

Zapamiętaj: jeśli możesz o czymś marzyć, to potrafisz także to zrealizować. Zastąp oczekiwanie działaniem i dąż do realizacji swoich marzeń. Ja tak zrobiłem i to, co się dzieje od tamtej pory, zaskakuje mnie po dziś dzień. I wam również tego życzę. Marzcie, działajcie i odkrywajcie.

To możliwość spełnienia marzeń sprawia, że życie jest tak fascynujące.

Paulo Coelho

Im bliżsi jesteśmy spełnienia marzeń, tym nasza Własna Historia ma większą szansę spełnienia.

Paulo Coelho

Gdy czegoś pragniesz, cały wszechświat pomaga ci zrealizować marzenia.

Paulo Coelho

Dziecko może nauczyć dorosłych trzech rzeczy: cieszyć się bez powodu, być ciągle czymś zajęтым i domagać się – ze wszystkich sił – tego, czego pragnie.

Paulo Coelho

Trzeba umieć walczyć o swoje marzenia, ale trzeba też wiedzieć, które drogi są nie do przebycia i zachować siły na przejście innymi ścieżkami.

Paulo Coelho

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

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

Paulo Coelho

Pamiętaj, byś zawsze wiedział jasno, czego pragniesz.

Paulo Coelho

Istnieją dwa powody, które nie pozwalają ludziom spełnić swoich marzeń. Najczęściej po prostu uważają je za nierealne. A czasem na skutek nagłej zmiany losu pojmują, że spełnienie marzeń staje się możliwe w chwili, gdy się tego najmniej spodziewają. Wtedy jednak budzi się w nich strach przed wejściem na ścieżkę, która prowadzi w nieznaną, strach przed życiem rzucającym nowe wyzwania, strach przed utratą na zawsze tego, do czego przywykli.

Paulo Coelho

Życie nie składa się z pragnień, lecz z czynów.

Paulo Coelho

Nigdy nie rezygnuj z marzeń. Kieruj się znakami.

Paulo Coelho

Kto nie ma odwagi do marzeń, nie będzie miał siły do walki.

Paul Michael Zulehner

Przyszłość należy do tych, którzy wierzą w piękno swoich marzeń.

Eleanor Roosevelt

Nigdy nie jest za późno, by stać się tym, kim mogliśmy się stać.

George Eliot

Wszyscy mamy marzenia. Żeby jednak marzenia się spełniły, potrzeba strasznie dużo determinacji, zaangażowania, samodyscypliny i wysiłku.

Jesse Owens

Marz o rzeczach wielkich, to ci przynajmniej pozwoli zrobić kilka małych.

Jules Renard

Bez marzeń robilibyśmy o połowę mniej, niż robimy.

Kazimierz Chyła

Tak jak but zmienia kształt przez nogę, tak też duchowe pragnienia zmieniają życie człowieka.

Plutarch

Zawodnik nie może biec z pieniędzmi w kieszeniach. Musi biec z nadzieją w sercu i marzeniami w głowie.

Emil Zatopek

Zamiast marzyć o zwycięstwie, zapracuj na nie.

Mo Farah

Jeśli potrafisz o czymś marzyć, potrafisz także tego dokonać.

Walt Disney