

Myśli budujące

zebrał i zredagował Leszek Korolkiewicz
<https://www.fb.com/groups/twojrozwoj>

1994 >2014

Jak to było...

Był rok 1994, spędzałem lato na dacy obłożony wieloma książkami z gatunku ‘rozwój osobisty’
Czytając je wpadłem na pomysł aby wynotować kilkadziesiąt myśli, które mi się spodobały.
Być może niektóre skracałem lub lekko przekształciłem – dziś nie pamiętam.

To nie były czasy gdy mieliśmy komputery gdziekolwiek ze sobą, ale... ja byłem w tej szczęśliwej sytuacji, że z racji swojej pracy, miałem małe komputeryk pod ręczny (handheld, komputer kieszonkowy) *Psion* z edytorem tekstu. Nie było tam polskich czcionek, ale dało się dość łatwo zapisywać notatki na miniaturowej klawiaturze. Nosiłem te myśli często przy sobie w tym małym komputerku, niektóre były moimi motywatorami. Potem zgrałem to do komputera stacjonarnego z myślą o wydrukowaniu i nawet stworzeniu miniksiążeczki (co się jednak nie stało, skończyło się na napisaniu wstępu ...). Jakieś kopie pliku zachowały się na starych dyskietkach.

Minęło ... 20 lat gdy je odnalazłem i dziś, nie bez trudu, odtworzyłem część tych zapisków ze starych formatów - trochę z ciekawości, trochę za sprawą poniższej okoliczności. Otóż, dziś znów mamy ‘handheldy’ w postaci smartfonów, ebooków sprzętowych i tabletów. Potrafią one czytać pliki w różnych formatach (.pdf, .html,...) i dlatego udostępniam te zapiski w formie, którą można nazwać mbook’iem (ebook do odczytywania na tych urządzeniach).

Daję Ci tę książeczkę w prezencie - byś skorzystał/a z tych złotych myśli – jak ja kiedyś.

Oczywiście, wiele z nich ‘weszło do obiegu’ i jest dobrze znanych. Dziś na wartość niektórych mam już inne spojrzenie, ale wyłączę tu swój prywatny osąd - może warto wracać i do tych starszych, ale często ponadczasowych sentencji?

Z drugiej strony – widać jak dużo wcześniej niż za sprawą książki i filmu „*Sekret*” duchowe postrzeganie efektywności było już popularyzowane. A przecież taka książeczka jak np. „*Tak, jak człowiek myśli*” była wcześniejsza jeszcze o jakieś 90 lat...

Na końcu podaję linki do miejsca, gdzie możesz pobrać **ten** tekst w formacie pdf.

Wszystko, co poniżej, to już oryginalny zapis z 1994 r.

=*#*=

Wstęp

Ta książeczka zawiera (wybrane) cytaty, złote myśli, aforyzmy, afirmacje i hasła zebrane z kilku publikacji z gatunku ‘rozwój osobisty’ i motywacji. Można je nazwać mikrobiblioteczką sukcesu. W rzeczywistości książek takich jest znacznie więcej - to tylko wybór!

Wszystkie niżej wymienione książki są już dostępne w Polsce (patrz wykaz na końcu), zatem ten krotki wyciąg może posłużyć Ci jako próbka idei zawartych w tych pozycjach. Często przytoczone zdania brzmią trochę tajemniczo, bo siłą rzeczy są wyrwane z kontekstu. Sam wybór jest też arbitralny. Aczkolwiek niektóre cytaty mogą niekiedy być interesujące dla zbieraczy aforyzmów, to jednak zbiorek ten nie ma ambicji ustalać prawdziwie pierwotne autorstwo czy brzmienie wszystkich cytatów. W tym celu zainteresowany powinien sięgnąć do oryginałów. Polecam to oczywiście wszystkim. Przesłanką opracowania jest aspekt praktyczny - przede wszystkim książeczka ta to

podręczne 'przypominadełko' haseł-wyzwalaczy pewnych technik i postaw - dla tych, którzy już przez wspomniane lektury przeszli i chcą przedstawione tam poglądy utrwalić i stosować. Tamże znajdzie Czytelnik wskazówki jak to najlepiej robić. Myślę, że nawet zwykła refleksja nad podanymi cytatami będzie pożyteczna.

=*#*=

Jose Silva, Robert B. Stone (spis autorów i książek – na końcu opracowania)

Moje ciało i umysł są zawsze w stanie doskonałego zdrowia (w wyobraźni utrzymuj OBRAZ swojej osoby w kwitnym zdrowiu, pełnej energii i atrakcyjnej).

Czuje się doskonale, w doskonałym zdrowiu, lepiej niż poprzednio.

Zdolność umysłu do wyobrażeń jest funkcją twórczą.

Wszystko co stworzone zostało przez człowieka na Ziemi istnieje, ponieważ zostało zapoczątkowane jako obraz w jego umyśle.

Każdy z nas posiada nieograniczony zasób możliwości twórczych.

Pozytywne pragnienie, pozytywna wiara, pozytywne oczekiwanie, pozytywne myśli i działania.

Każdego dnia, z każdego punktu widzenia, czuję się coraz lepiej i lepiej.

Mamy narzędzie nawiązywania łączności z Wyższą Inteligencją. Jest nim prawa półkula mózgowa. Aktywizujemy ją przez wejście w stan alfa. Uruchamiamy wtedy zdolności intuicyjne i moce uzdrawiające. Pokonujemy obiektywne ograniczenia narzucane przez czas i przestrzeń. Zdolność prawej półkuli mózgu do funkcjonowania tak, jakby przestrzeń nie istniała, czyni ciebie i mnie czymś więcej niż członkami rodziny człowieczej. Ona czyni nas jednością.

Naprawę należy zacząć od własnego ogródka. Początek jest w twoim umyśle.

Cokolwiek zrobisz dla innych, wróci do ciebie zwielokrotnione.

Wszyscy jesteśmy za siebie wzajemnie odpowiedzialni.

Nasza obecność na Ziemi ma swój cel: pomagać w ciągłości tworzenia.

...

Charles-Albert Poissant, Christian Godefroy

Zasady będące podstawą każdego sukcesu są uniwersalne.

Od tej chwili stajesz się architektem własnego życia.

Uwierz, że i ty możesz stać się bogaty.

Odnieść sukces wcale nie jest trudnej niż ponieść porażkę.

Wzbogacenie się dziś jest nie tylko możliwe, ale znacznie łatwiejsze niż dawniej.

Młodość, która wie czego chce, szybko zbierze obfity plon.

Nie oglądaj się za siebie - patrz w przyszłość.

Nie mów nigdy, iż nie jesteś dostatecznie bystry - taki błąd będzie cię drogo kosztował.

Po prostu nie wykorzystujesz właściwie możliwości swojego mózgu.

Twoja sytuacja nie polepszy się, o ile sam nie zrobisz nic w tym kierunku.

Zawsze otrzymujemy to, czego gorąco i wytrwale pragniemy.

Nigdy nie rob tego, do czego nie masz pełnego przekonania, bo poniesiesz porażkę.

Każda ciekawa praca jest łatwa, a jej rezultaty gwarantowane.

Bogactwo jest stanem umysłu.

Twój umysł to prawdziwa kopalnia złota.

Bogacę się z dnia na dzień.

Z dnia na dzień w każdej dziedzinie wszystko układa się coraz lepiej, a ja bogacę się na wszystkich płaszczyznach.

Nigdy się nie wzbogacisz, jeśli nie potrafisz wyobrazić sobie, że możesz zostać człowiekiem zamożnym.

Ludzie są tacy, jacy wierzą, że są.

Nigdy nie jest za późno, by zacząć się bogacić.

Największe ograniczenia, jakim człowiek podlega, tkwią w jego własnym umyśle.

Nasze cele wyznaczamy zawsze zgodnie z własnym wyobrażeniem o sobie.

Wszyscy bogacze potrafili wyobrazić sobie swoje fortuny zanim jeszcze je osiągnęli.

Każdy człowiek sam tworzy swoje szczęście i jest odpowiedzialny za własne kłopoty.

Jeśli zadawała cię myślenie wyłącznie o drobiazgach, nie dokonasz nigdy niczego wielkiego.

Jeśli będziesz bał się ryzyka, nie poczujesz nigdy dumy ze swoich osiągnięć, twoja praca nie da ci szczęścia.

Jestem zawsze przeświadczony o swoim zwycięstwie.

Wyobraź sobie, że już jesteś zamożny.

Wypełnij swój umysł wyobrażeniami o dobrobycie.

Wszystkie twoje myśli mają tendencję do realizowania się w rzeczywistości.

Negatywne cięży ku negatywnemu, tak samo jak pozytywne ku pozytywnemu.

Idź za głosem swoich marzeń.

Twoja podświadomość to przewodnik, któremu możesz zaufać.

Zaangażowanie emocjonalne w "rozmowach" z podświadomością odgrywa istotną rolę - im dobitniej, wyraźniej będziemy stawiać nasze zadania, tym szybciej uzyskamy odpowiedź.

Jeśli twój plan działania nie dodaje ci zapалу, zajmij się lepiej czym innym.

Podstawa sukcesu jest dostrzeżenie możliwości tam, gdzie inni widza jedynie piętrzące się trudności.

Naucz się zapominać o niepowodzeniach.

Działaj jak myśliciel, myśl jak człowiek czynu.

Pieniądze powinny być traktowane wyłącznie jako środek prowadzący do jakiegoś celu.

Istnieje coś takiego jak mentalność milionera.

Najlepszym lekarstwem na strach jest działanie.

Zasiejesz myśl, zbierzesz działanie. Działanie zaowocuje nawykiem, a ten da plon w postaci charakteru. Charakter jest ziarnem, z którego wykiełkuje twoje przeznaczenie.

Dostaniesz od życia dokładnie to, czego się po nim spodziewasz.

Musisz wpierw zająć się tym, co sprawia ci przyjemność.

Jedyną drogą do szczęścia i pieniędzy jest zajęcie się tym, co naprawdę sprawia ci radość.

Postaraj się o taką pracę, którą chciałbyś wykonywać nawet wtedy, gdybyś wygrał milion dolarów.

Istnieje idealna praca bądź kariera - czeka ona właśnie na ciebie. Musisz w to uwierzyć.

Tym, co uniemożliwia ci wykonywanie ulubionej pracy, jest to twoje zaniżone poczucie własnej wartości.

Zajmuj się jedynie tym, co wychodzi ci najlepiej - mów wyłącznie o sprawach, na których naprawdę się znasz.

Należy dać z siebie tyle samo, ile otrzymało się od życia.

Staraj się być najlepszy.

Jaki towar lub usługę chcesz zaproponować ludziom? Jeśli będziesz mógł zagwarantować odpowiednią ich jakość, pieniądze zaczną napływać w sposób naturalny.

Miej odwagę być sobą. Jest to twoim prawem i obowiązkiem.

Pełna świadomość tego, co chce się robić, to jeden z warunków powodzenia.

Należy wyznaczyć sobie precyzyjny cel, określić kwotę, o jaką ci chodzi, i ustalić ile masz czasu na jej zdobycie.

Wyznaczając sobie cele, bezwiednie odwołujesz się do poczucia własnej wartości. Mierz wysoko!

Jesteś znacznie więcej wart niż przypuszczasz.

Zapisuj postawione sobie zadania.

Abyś osiągnął sukces, musisz ciężko pracować, nigdy nie rezygnować, lecz przede wszystkim powinieneś pielęgnować swą wspaniałą obsesję.

Zamożność to nagroda za usługi świadczone innym ludziom.

Pragnę stać się najlepszy w danej dziedzinie, a zarazem osiągnąć konkretny dochód w określonym czasie.

Charakter człowieka stanowi o jego przeznaczeniu.

Narzuć sobie dyscyplinę!

Odnoszenie sukcesów jest nawykiem.

Każdy dzień ma wpływ na twoją przyszłość.

Najlepsza recepta na osiągnięcie powodzenia jest ekspansywność.

Powinieneś przywyknąć do tego, że odnosisz tylko sukcesy.

Przeciętny człowiek ma skłonność do wykorzystywania całego czasu przeznaczonego na realizację danego zadania, mimo iż w obliczu nagłej potrzeby mogliby wykonać to samo znacznie szybciej.

Wyznacz sobie krótsze terminy; zrobisz więcej, zachowując tę samą jakość pracy.

Uwaga poświęcona danej działalności jest wprost proporcjonalna do ilości czerpanej zeń przyjemności.

Seria porażek często poprzedza sukces.

Nie ustawaj o metr od zwycięstwa.

Jedna z podstawowych zasad w handlu: nie wolno zadawałać się odpowiedzią negatywną.

Włóż cały wysiłek w dzień dzisiejszy - ogromny wysiłek. Jutro samo o siebie zadba - zatroszczy się o ciebie i twoje pieniądze.

Zarządzanie jest sztuka kierowania ludzka aktywnością.

Wytrwałość i determinacja potrafią zdziałać cuda.

O sukcesie decyduje zbiorowy wysiłek.

Dajcie człowiekowi ambicje, która pobudzi go do działania, wiarę, która będzie go prowadzić i dobre zdrowie, które pozwoli mu w pełni wykorzystać możliwości; to nieuchronnie musi doprowadzić go do sukcesu.

Trzeba okazać należyty szacunek każdemu, z kim prowadzi się interesy.

...

Napoleon Hill

Myśl jest realną siłą.

Kiedy bogactwa zaczynają splotać, gromadzą się tak szybko i w takiej obfitości, że człowiek zaczyna zachodzić w głowę, gdzie też się ukrywały przez wszystkie poprzednie chude lata?

Sukces życiowy przypada tym, którzy wytwarzają w sobie świadomość sukcesu.

Klęska życiowa spada na tych, którzy biernie poddają się świadomości klęski.

Możesz osiągnąć wszystko, co umysł ludzki zdoła wymyślić i w co zdoła uwierzyć.

Marzenia stają się rzeczywistością, gdy żądza bogactwa przekształca się w konkretne działanie.

Wiara oczekuje, abyś ją odnalazł. To wiara nadaje myślom siły.

Złymi myślami możesz ściągnąć na siebie klęskę.

Bogactwo rodzi się najpierw w twym wnętrzu.

Zarówno ubóstwo jak i bogactwo są pochodnymi wiary.

Aby osiągnąć zadziwiające wyniki, wprzęgnij najgłębszą istotę swego umysłu do pracy dla twego dobra. Wesprzyj ją potęgą uczuć - a połączenie to okaże się rewelacyjne.

Każda przeciwność losu zawiera w sobie ziarna przyszłej pomyślności.

Wiedza wyściela drogi do bogactwa - pod warunkiem, że wiesz na jaką drogę wkroczyć.

Każdy musi nauczyć się być sprzedawcą swoich usług.

Na kapitał składają się nie tylko pieniądze, ale przede wszystkim grupy wysoko zorganizowanych, inteligentnych ludzi, które planują sposoby i środki skutecznego wykorzystania pieniędzy dla dobra społecznego i własnej korzyści.

Brak zdecydowania jest główną przyczyną klęski.

Słabe żądze przynoszą nikle rezultaty.

Bacz na kroki, które podejmujesz z wysiłkiem; przekonasz się, że wysiłek wzmacnia i ustokrotnia czynione przez ciebie kroki.

Nie ma czegoś takiego jak pech.

Każda para umysłów, które z sobą kiedykolwiek współgrały, wytwarzała trzecią niewidzialną siłę, która mogła przypominać trzeci umysł.

Ubóstwo nie wymaga planowania.

Szczęście osiąga się przez działanie a nie przez bierne posiadanie.

Myślenie podświadome jest linią łączącą ograniczony umysł człowieczy z Nieograniczonym Rozumem.

Myślenie podświadome nigdy nie pozostaje bezczynne! Jeśli zaniedbasz zasadzenia w nim swych pożądań, będzie się ono żywić myślami stanowiącymi skutek twego zaniedbania.

Wystarczy jedno uczucie negatywne w twym myśleniu świadomym, by zniszczyć wszystkie pozytywne przemiany dokonane przez twe myślenie podświadome.

Człowiek osiąga taką wielkość, jaką wyznacza mu skala jego myślenia.

Pozostaje faktem, że istoty ludzkie uzyskują dokładną wiedzę ze źródeł innych niż zmysły fizyczne.

Lęk jest jedynie stanem umysłu.

Masz absolutną kontrolę nad jedną tylko sprawą w życiu, a są nią twoje myśli. Jest to najbardziej

znaczący i inspirujący fakt znany człowiekowi. Odzwierciedla boską naturę człowieka. Ta boska właściwość jest jedynym środkiem, za pomocą którego możesz kształtować swój los.

Najpraktyczniejszą metodą kontrolowania umysłu jest zwyczaj utrzymywania go w stałej aktywności nakierowanej na określony cel i opartej na dokładnym planie.

Człowiek wyzbyty lęku obejmuje wzrokiem rozległe horyzonty.

Sukces bierze się z woli człowieka. Cały tkwi w jego nastawieniu umysłowym.

To, co myśl zdolna jest wytworzyć, umysł może osiągnąć.

...

Frank Bettger

Zmuszę się, by działać z entuzjazmem i będę entuzjastyczny.

By stać się entuzjastycznym, działaj entuzjastycznie.

Poświęcaj więcej czasu na przemyślenie swojej pracy, tak by rzeczy ważne robić najpierw.

Dowiedz się, czego ludzie pragną i pomóż im to osiągnąć.

Kiedy pokażesz komuś, czego chce, poruszy on niebo i ziemię aby to zdobyć.

Pomóż rozmówcy zdecydować, czego chce, a potem pomóż mu w podjęciu decyzji, jak to osiągnąć.

Metoda zadawania pytań (Nie sędzi pan, że...?, Dlaczego? A co jeszcze? Czy oprócz tego?) ...

Musisz zasługiwać na zaufanie.

Ktokolwiek przestaje się uczyć, jest stary.

Chwal swoich konkurentów.

Nie kop dołków sam pod sobą.

Podziękuj osobie, która cię zainspirowała.

Pomóż innym zapamiętać twoje nazwisko.

Przede wszystkim sprzedaj samego siebie.

Ćwicz, ćwicz, ćwicz...

Pozwól, aby klient pomógł ci w sprzedaży.

Pokaz wart jest więcej niż 100 słów.

Pozwól klientowi uczestniczyć aktywnie w twoim pokazie.

Niech twoi klienci będą twoją reklamą.

Myśl w kategoriach interesu klienta.

...

M.R. Kopmeyer

Jestem gotów, by zdobyć to, czego pragnę.

Myśl w kategoriach celów życiowych.

Bądź wulkanem.

Uśmiechaj się oczami.

Ten najwięcej zyskuje, kto najlepiej służy.

Nic nie zastąpi wytrwałości.

Kiedy zapada noc pojawiają się gwiazdy.

Magia słów: prosić i pytać.

Mądry człowiek zna wszystko, sprytny - wszystkich.

Idź tam, gdzie jest sukces i pieniądze.

Pisz listy/telegramy do ludzi na górze, jeszcze lepiej idź!

Wiara tworzy fakty.

Przyjmij wygląd człowieka sukcesu. Mów jak człowiek sukcesu.

Planuj, myśl, mów, działaj z pewnością siebie.

Stale powtarzaj jako slogan nakaz celu.

Kiedy obraz umysłowy (lub postawa) będzie utrzymywany wystarczająco mocno, to będzie sprawować kontrolę nad warunkami i okolicznościami.

Napełnij podświadomość obrazami sukcesu, a ona napelni sukcesem twoje życie.

Zdominuj podświadomość pozytywnymi myślami, swymi celami i ich obrazami.

Jeżeli tylko będzie ci wystarczająco zależało na wyniku, z pewnością go osiągniesz.

Postaraj się jeszcze bardziej.

Musisz kierować swoim życiem, posługując się obrazami umysłowymi.

Zawsze staraj się dorównać idealnemu wyobrażeniu swojej osoby.

Człowiek zawsze staje się kimś na miarę własnych wyobrażeń.

Zachowaj spokój umysłu. Gniew jest oznaką słabości i trucizną.

Martwienie się nie jest myśleniem, ono oznacza przewrażliwienie; gdybyś bowiem myślał, nie martwiłbyś się.

Nigdy nie podsycaj negatywnych emocji.

Gdy los zamyka jedne drzwi, wiara otwiera drugie.

Gdy już podejmiesz decyzję i zajmiesz się samym działaniem, porzuć wszelką troskę o rezultaty.

Kto ma cierpliwość, będzie miał, co zechce.

Działając zyskujesz i zwielokrotniasz swoją siłę.

Zrób coś, a zdobędziesz siłę!

W stosunkach z ludźmi stosuj zasadę 3D: docenianie, dobra wola, dobre życzenia.

Sukces jest tak łatwy, że każdy może i powinien go osiągnąć.

Myśl w kategoriach bogactwa a zdobędziesz je.

Jeśli czegoś nie można zrobić, bądź pierwszym, który tego dokona.

Wyobrażaj sobie, myśl i działaj "jak gdybyś" już to miał, robił,...

Człowiek jest szczęśliwy na tyle, na ile postanowi taki być.

Lepiej być uratowanym dzięki krytyce, niż zrujnowanym słodkimi pochwałami.

Magnetyzm osobisty to siła przyciągająca do siebie ludzi i ...pieniądze.

Oczy to okna duszy - patrz ludziom prosto i głęboko w oczy, naucz się języka oczu.

Przyciągaj do siebie innych, zaspakajając ich podświadome potrzeby: akceptacji, aprobaty, podziwu, docenienia, ważności, uwagi innych.

Można znacznie powiększyć siłę osiągania celów, jeśli cel będzie wystarczająco godny, gdy będziesz miał godny, nieodparty powód by go osiągnąć.

Padaj do przodu, gdy upadniesz nie wstawaj z pustymi rękami.

Zmusz się, żeby zrobić to, co należy, wtedy, gdy powinno być zrobione, bez względu na to czy ci się to podoba czy nie.

Myślenie tworzy człowieka.

Najwspanialszą rzeczą na świecie są pogodne myśli.

Wyprostuj się fizycznie, umysłowo, duchowo.

Każdego dnia przeżywaj tylko ten dzień - to odmiana hasła: dziel i rządź.

Ludzie, którzy mają przed sobą jeden cel osiągają go szybko i skutecznie.

Odróżniaj fakty od opinii.

Rob to czego się boisz, a strach zostanie pokonany.

Większość rzeczy, których człowiek się boi, nigdy się nie zdarza.

Rozdawaj pigułkę szczęścia - pochwałę.

O sukcesie lub niepowodzeniu decydują bardziej postawy niż zdolności umysłowe.

Od razu zapomnij o tym, co złe.

Nigdy nie trać nawet chwili na myślenie o kimś, kogo nie lubisz.

Musisz dawać, by moc brać.

Człowiek nie jest w stanie określić długości swego życia. Możesz natomiast wpływać na inne jego wymiary: szerokość, głębokość i wysokość.

Szczęście wcale nie jest stanem braku problemów i trudności. Szczęście oznacza skuteczne ich rozwiązywanie i pokonywanie trudności.

Stając otwarcie do walki z problemem stajemy się silniejsi.

Nieskończoność nie wie czym są problemy. Jesteś Jej częścią, partnerem. Właśnie tu otrzymasz pomoc.

Mimo wszystko - uśmiechnij się.

Zły humor jest gorszy niż zły los.

Wzrost mądrości można dokładnie zmierzyć stopniem zaniku złego humoru.

Nieważne, jak szczęśliwe są okoliczności - człowiek popada w nieszczęścia tylko z powodu złego humoru.

Gdy wszystko inne zawodzi - spróbuj ciężkiej pracy!

Nie snuj małych planów.

Lepiej jest być człowiekiem o niewielkich zdolnościach, lecz mającym wspaniałe plany, niż być geniuszem o mizernych planach.

Nacisk wywołuje opór.

Ignoranci są najbardziej gwałtowni.

Gdy zdarzy ci się coś przykrego, natychmiast zastosuj magiczne słowo LECZ, by zło zamienić w dobro.

...

=*#*=

Źródła

1. Jose Silva, Robert B. Stone **Samouzdrawianie metoda Silvy**. Total, 1994.
2. Charles-Albert Poissant, Christian Godefroy **Miliarderzy. Kariery najbogatszych ludzi świata**. Medium, 1992.
3. Napoleon Hill **Myśl i bogać się. Podręcznik człowieka interesu**. Plume, 1994.
4. Frank Bettger **Jak przetrwać i odnieść sukces w biznesie**. Studio Emka, 1993.
5. M.R. Koppmeyer **Praktyczne metody osiągnięcia sukcesów**. Bellona , 2003.

Uwaga – wydania wg daty pierwotnej wersji tego zestawienia, obecnie są dostępne nowsze.

=*#*=

Plik do pobierania (.pdf) do pobrania [tutaj](#) (plik w <https://www.fb.com/groups/twojrozwoj> , lewe menu)

Podziel się tą książeczką!
(bez zmian przy udostępnianiu)