



PSYCHOLOGIE 10. 03. 2019

Jak zařídit, aby se vám splnily sny? Osobní zkušenost s Pierre Franckh: Jak si správně přát

Pierre Franckh ví o přáních hodně. Nejen, že o nich píše knihy, ale především ví, jak si správně přát a jeho přání se mu dlouhodobě plní. Ať už jde o...

Umíte si správně přát? Říkáte si, co je to za divnou otázku - jistě, že umíte. Opravdu? Co si tedy přejete? A splní se vám obvykle vaše přání? Jedním z lidí, kteří to opravdu umí, a jsou v plnění svých přání úspěšní, je Pierre Franckh - autor bestselleru *Jak si správně přát*. Autor knihu napsal v roce 1996, v češtině vyšla až v roce 2008. Knihu napsal více a existují i jiné knihy jiných autorů. Čím je tedy jeho přístup tak výjimečný?

Jak to vidí Pierre Franckh?

Pierre Franckh ví o přáních hodně. Nejen, že o nich píše knihy, ale především ví, [jak si správně přát](#) a jeho přání se mu dlouhodobě plní. Ať už jde o způsob, **jak poznal svou manželku** nebo třeba **vyhrál dvě auta za jeden rok**. Někdo takové věci považuje za zázrak, za něco neuvěřitelného, pro něj je to již mnoho let běžná součást života - a o osobních zkušenostech jeho rodiny se i z knihy dozvíte.

V sedmi kapitolách své knihy *Jak si správně přát* autor v jednoduchých pravidlech vysvětluje, jak na to. Základem je, že je třeba se to naučit, a **musíte se to chtít naučit**. Naučit se umět přání správně formulovat, pracovat s vlastním rozumem a podvědomím, zbavit se pochybností a věřit svým snům.

Pomoci nám s tím mohou [afirmace](#) nebo [pozitivní myšlení](#).

Pierre Franckh také upozorňuje, že musíte být připraveni, že přání se vám může splnit tzv. náhodou, nečekaně, na nezvyklém místě, v době, kdy to nečekáte. A být na to připraveni. **Připravit se na nečekané.** V knize autor vysvětluje, jak překonávat překážky, které nám ve [splnění našich přání](#) brání (včetně vlastních negativních očekávání a negace obecně).

Tak jak si správně přát?

Výhod toho, když si umíme správně přát, je mnoho. Představte si, jak se vám přání plní. Jakými pocity vás to naplňuje? Budete si po splněných přáních přát dál? Budete jistější, sebevědomější? Nezávislejší?

Pokud si budeme umět přát, změní se náš způsob myšlení, to, jak se chováme sami k sobě a k ostatním uvnitř, a to ovlivní nejen, jak se chováme navenek, ale i to, jak se ostatní chovají k nám.

Začněte si přát

Často lidé řeší, že nemají na něco čas. Když už se jednou naučíte si přát, stačí vám na vaše přání pár minut denně. Možná pak čas, který běžně strávíte trápením se nad nesplněnými přáními, můžete věnovat dalším přáním. Můžete začít s menšími přáními a na nich si natrénovat svoji techniku na větší životní přání – úspěch vás povzbudí. **Nejdůležitější ze všeho je tedy začít si přát!**

Formulujte přání

Není vždy jednoduché své přání **správně formulovat**. Čím jasněji a přesněji přání definujete, tím větší máte šanci, že se splní. Autor vysvětluje, jak na to, na co si dát pozor; také že bychom si přání měli napsat a na závěr poděkovat. Proč děkovat za něco, co se ještě nesplnilo? Kromě jiného tím potvrdíme, že ve splnění přání věříme, je to jakási pečeť naší vlastní jistoty.

Důvěřujte v přání

Nejvíce na začátku, než přijde úspěch, ale i později v celém pracovním procesu, rezonuje jedno slovo – **důvěra**. Důvěra v sebe, že to celé dokážeme, v to, že se přání skutečně může splnit, i když je jakkoliv „nepravděpodobné/nereálné/neuskutečnitelné“ – A kdo určil, že se přání nemůže splnit? Jen my sami rozhodujeme o tom, zda se přání splní či ne. Pokud sami pochybujeme o úspěchu, proč by nás měl svět (nebo autorem zmiňované „*Universum*“) přesvědčovat o opaku?

Moje osobní zkušenost s Jak si správně přát

V životě už jsem pár knih o sebezlepšování přečetla. A pak přišla příležitost napsat článek o této metodě. Nejprve jsem knihu jen prolítla očima, o čem tedy je. První dojem? Je podezřele jednoduchá, v tom bude nějaký háček. A víte, že je? **Musíte tomu věřit.** A tak se jsem se musela rozhodnout – chci to zkusit, se stoprocentní důvěrou, nebo to nechat plavat? Kdo by nechtěl, aby se mu plnila přání?

Vybrala jsem sen, který byl v té chvíli velmi aktuální a týkal se mé rodiny (i proto nebudu zacházet do detailů). Jasně jsem si definovala, čeho chci dosáhnout, řekla to nahlas a s veškerou pokorou vložila důvěru do toho, že se můj sen splní. Jelikož se jednalo o krátkodobý cíl, chtěla jsem, aby se splnil do týdne.

Splnil se sen?

První den se ke mně ještě vracely pochybnosti, tohle je hodně těžké se odnaučit. S prvními dílčími úspěchy **rostlo moje sebevědomí a důvěra** v tuto metodu i můj sen a další osoby do něj zapojené. Každý den jsem se cítila jistější, až se pátý den můj sen splnil. Průběh byl jiný, než jsem čekala, ale výsledek odpovídal tomu, co jsem si přála. I když jsem svému přání věřila, rychlost a ve finále i lehkost, s jakou se splnilo, mě překvapila. Noc poté jsem ještě dlouho nemohla usnout překvapením.

Splnil by se můj sen i bez zapojení *Jak si správně přát?* Možná ano, možná by to trvalo déle, možná bych napoprvé neuspěla a úspěch by se dostavil napodruhé, napotřetí... Vím, že to rozhodně budu zkoušet znovu, vím, že to funguje, když tomu věříte a vím, že příští rok pár členů mé rodiny a přátel dostane tuto knihu.

Co bych udělala při příštím přání jinak? Pokud půjde o větší přání, napíšu si ho a ráda si ho budu i nějak vizualizovat (např. prostřednictvím [nástěnky přání](#)). A budu lépe připravena na nečekané.