

Eddig nem publikált Napoleon Hill-gondolatok!

365 NAP

NAPOLEON HILL GONDOLATAIVAL

"Az akadályok azok az ijesztő dolgok, amiket akkor látsz, ha szemedet leveszed a célról." – *Curt Carlson*

Michael J. Ritt, Jr.
Samuel A. Cypert



365 nap
Napoleon Hill
gondolataival



A fordítás alapjául szolgáló eredeti kiadás:
NAPOLEON HILL'S POSITIVE ACTION PLAN
365 Meditations for Making Each Day a Success

Második, átszerkesztett kiadás

Fordította: Doubravszky Sándor

ISSN 1216-6162
ISBN 963 907174 9

Copyright © The Napoleon Hill Foundation, 1995

Published by arrangement with Dutton Signet,
a division of Penguin Books USA Inc.

All rights reserved

Hungarian translation © 1995,1998 Doubravszky Sándor

Minden jog fenntartva, beleértve a sokszorosítás,
a nyilvános előadás, a rádió- és tévéadás jogát,
az egyes fejezetekre is.

Kiadja: Bagolyvár Könyvkiadó
Felelős kiadó: a Bagolyvár Kft. igazgatója
Budapest

Tartalomjegyzék

Előszó	5
Bevezetés	7
Január A szilárd jellem alapjai	11
Február Személyes kezdeményezés	24
Március A nyerő beállítottság	37
Április Célok kitűzése	50
Május Cselekvés!	62
Június Lehetőségek	74
Július A csapatmunka ereje	87
Augusztus Kudarccs és vereség	100
Szeptember Tegyünk meg az extra mérföldet!	113
Október Az elméd	125
November Egészség és boldogság	138
December Hít és remény	150
A szerzőkről	163

Előszó

Napoleon Hill megelőzte korát. Noha már életében minden idők legsikeresebb motivációs szerzőjének tartották, még mindig vannak gondolatai, melyeket teljes mélységükben csak most kezdünk érteni.

Első bestsellerét, a *Gondolkozz és gazdagodj!-ot* a harmincas években adták ki először, és azóta húszmilliót meghaladó példányban fogyott el, és több nyelvre is lefordították. Olyan életfilozófia ez, mely sosem évül el. A személyes eredményességre vonatkozó nézetei között alig találunk olyanokat, melyek ne lennének ugyanúgy alkalmazhatók ma is, mint amikor megfogalmazta őket.

1952 és 1962 között személyesen is együtt dolgoztam Napoleon Hillel, és jó barátok, munkatársak maradtunk egészen az 1970-ben bekövetkezett haláláig. A szobám falán egy írás függ, melyen Napoleon Hill kézírásával a következők olvashatók: „Jó barátomnak, Michael Rittnek, aki együttműködésünk éveiben kimondhatatlanul sokat segített nekem a munkámban.”

Összegyűjtöttünk 365 Napoleon Hill idézetet, epigrammát és önmotivációs szöveget — az év minden napjára egyet. Ezekhez rövid kommentárokat fűzünk, és Napoleon Hill filozófiájával összhangban álló javaslatokat teszünk az üzenetben foglalt gondolatok eredményes alkalmazására.

Napoleon Hill mélyen hitte, hogy az olvasó akkor profitál legtöbbet a munkáiból, ha nemcsak azt közli vele, *mit* tegyen, hanem azt is, hogy *hogyan*. Könyvünkben ennek megfelelően igyekeztünk eljárni.

Ha maximális haszonnal akarod forgatni a könyvet, olvasd el mindennap egy gondolatot, és a nap során minden módon igyekezz alkalmazni a benne foglalt tanácsokat és elveket. Este szakíts időt a napi teljesítményed értékelésére. Szűrd ki azokat a dolgokat, amelyekkel jobban kellett volna csinálnod. Másnap aztán igyekezz sikeresebben átültetni őket a gyakorlatba.

Napoleon Hill sikerfilozófiája átfogó és mély gondolati rendszer. Ebből következően írásainak olvasásakor mindig újabb és újabb ré-

tegekre, jelentésekre, üzenetekre bukkanunk. Őszintén remélem, hogy eredményességed fejlesztéséhez mindig ösztönzést fogsz találni a szavaiban.

Alkalmazva az általa lefektetett elveket, csak nyerni lehet. Semmi sincs bennük, ami negatív vagy ártalmas lenne. Bízom abban, hogy a következő lapokon olvasható gondolatok ösztönözni fognak arra, hogy felfedezd magadban a nagyságot, és egy napon úgy fogsz visszatekinteni e könyvre, mint amely fordulópontot jelentett az életedben.

Sok sikert kívánok!

Michael J. Ritt. Jr.

Bevezetés

Olyan pontosan emlékszem az első találkozásomra Napoleon Hill-lel, mintha csak néhány napja történt volna, pedig már majd negyven év telt el azóta. Együtt sétáltunk, és elmondtam neki, hogy amikor 1937-ben kezembe került könyve, a *Gondolkozz és gazdagodj!*, elolvasva megállapítottam, hogy sok gondolata megegyezik saját korábbi nézeteimmel, és hogy minden üzletkötőmnek ajándékoztam belőle egy példányt. Az eredmény fantasztikus volt! A könyvben ismertetett motivációs filozófiát alkalmazva olyan eredményeket értek el, melyeket korábban lehetetlennek tartottak.

Az ebéd vége felé megkérdeztem Dr. Hillt: „Miért nem kezd újból dolgozni? Miért nem szentel még öt évet arra, hogy befejezze életművét?” Szinte azonnal válaszolt, és amit mondott, nagyon meglepett: „Hajlandó vagyok újból dolgozni, ha ön lesz a menedzserem!”

Emlékszem, hogy mielőtt lelkesen elfogadtam volna ajánlatát, két dolog villant át az agyamon: az egyik, hogy minden időmet arra kell fordítanom, hogy felépítsek egy sikeres biztosítási társaságot, a másik, hogy a vele való együttműködés jelentősen segítheti életcéloim megvalósítását: azt, hogy jobbá tegyem a világot. Létezik ugyanis egy egyetemes törvény, ami a következőt mondja ki: Ha van egy célod — különösen ha ez egy nagy cél —, és törekszel, valóban őszintén törekszel az elérésére, azonnal fel fogod ismerni mindazokat a lehetőségeket, amik segíthetnek ebben, és ingadozás nélkül elfogadod a segítséget.

Ez a találkozás egy olyan együttműködés kezdete lett, amely tíz évig tartott — kétszer olyan hosszú ideig, ahogyan eredetileg Dr. Hillnek javasoltam.

Készek voltunk egy egész évtizedet szentelni együttműködésünknek, mert mindketten felismertük, hogy az egyén belső ösztönzése, hasonlóan a lelkesedéshez, kihuny, ha a lelkesedés táplálék nélkül marad. Mint ahogy a testi egészséghez kiegyensúlyozott étrendre és vitaminokra van szükség, az ösztönzés vitaminjára van szükség ahhoz, hogy egészségben tartsuk a lelket és fenntartsuk po-

zítív beállítottságunkat. Ez a könyv 365 Napoleon Hill idézetet tartalmaz — az év minden napjára egyet. Minden idézetet egy ösztönző üzenet követ, amely értelmezi és elemzi Dr. Napoleon Hill szavait, és kifejti, hogyan alkalmazhatod napi tevékenységedben az üzenetbe foglalt gondolatokat. A sikerelvek, melyeket Hill világsikerű könyvében halhatatlanná tett, azért álltak ki az idők próbáját, mert mindenkor eredményesen alkalmazhatók. Nem csupán arról szólnak, *mit* tegyünk, hanem arról is, *hogyan* kell ezt tennünk. Sokan vannak, akik azért tettek szert óriási gazdagságra, mert alkalmazták Hill sikerfilozófiáját.

A Dr. Hillel való együttműködésünk éveiben mindketten azon fáradoztunk, hogy segítsük az embereket életükjobbításában. Segítettük őket, hogy elsajátítsák a bevált sikerelveket, és ösztönöztük őket, hogy azokat alkalmazzák is. Mélyen hittem, és ma is mélyen hiszek abban, hogy aki alkalmazza a kipróbált és eredményesnek bizonyult PLB (Pozitív Lelki Beállítottság) elveket, nemcsak el fogja érni célját, de hozzájárul ahhoz is, hogy világunk egy jobb világ legyen.

Függetlenül attól, ki vagy, ami a *te* életedet illeti, számodra te vagy a világ legfontosabb személye. Hinned kell magadban, és építened kell a pozitív tapasztalataidra. Dolgozz rendszeresen az önfejlesztéseden, gyarapítva pozitív erőidet. Összpontosíts ezekre minden porcikáddal, mert a PLB elvek alkalmazásával fejlesztheted ki magadban azt a mély meggyőződést, hogy igenis képes vagy a sikerre, és sikeres is leszel céljaid elérésében.

Világosan látnod kell azt is, hogy a tudás önmagában nem hatalom, csupán *potenciális* hatalom, ami csak lehetőségként van jelen. Már most is végtelen lehetőségekkel rendelkezel, hiszen birtokában vagy egy hihetetlen teljesítményű számítógépnek — az emberi agynak és idegrendszernek. E könyvből megtanulhatod, hogyan lehet mozgósítani ezt a belső potenciált, és hogyan kell a tudás lehetséges hatalmát *valóságos hatalommá* változtatni. Ennek módja a cselekvés — az eredményes cselekvés.

Jövődöt olyaná téheted, amilyenek vágyaidban látod, ha hajlandó vagy megfizetni ennek árát. Ez az ár pedig az, hogy tanulmányozod ezt a könyvet, megérted a gondolatait, a bemutatott sikerelveket, és bátran, következetesen alkalmazod ezeket. Az egyetemes érvényű elvek száma nem túl nagy, és könnyű megtanulni őket. A lapokon olvasható minden idézet egy-egy ilyen alapelvet idéyt

el vagy értelmez. Napról napra, hétről hétre, hónapról hónapra javíthatjuk jártasságunkat ezek alkalmazásában, felhasználva a receptet, amely ugyanolyan hatásosan működik ma, mint amikor Napoleon Hill először használta saját munkájában.

Naponta végy egy gondolatot és mélyedj el benne, ezzel is szilárdítva a PLB-det. Ha úgy döntöttél, pozitív életet akarsz élni, a helyes irányban tett minden lépésnek jutalma lesz. Az egyik lépés esetleg kisebbet és azonnalit, a másik hatalmasat és tartósat ad. E könyv segíteni fog, hogy szert tégy arra a belső erőre, arra a lendületre, amely szükséges, hogy megvalósítsd akár a legmerészebb céljaidat is. Éberré válsz a lehetőségek felismerésére, melyekkel nap mint nap találkozol, és magad is képes leszel olyan lehetőségeket teremteni, melyek látszólag sosem léteztek.

Megtanulod azt is, hogyan kell alkotó módon kezelni a nehézségeket. A sikeres emberek tudják, hogy az életben mindnyájan találkozunk akadályokkal, és azok érnek el kiemelkedő sikereket, akik tudják, hogy magukat az eseményeket gyakran nem vagyunk képesek ellenőrizni és irányítani, azt azonban igen, hogyan reagálunk ezekre. Az eredményes személyek nem hajlandók egy ideiglenes problémát sikertelenségként értékelni, hanem Napoleon Hillel együtt vállalják, hogy „minden szerencsétlenség magában hordozza egy nagyobb előny csírát”.

A vereség sosem végleges, csak ha véglegesnek fogadjuk el. Ha pozitív szellemben éljük életünket, akkor magabiztosan és határozottan nézünk szembe az akadályokkal, felismerve, hogy ezek mindig csak átmenetiek. Az ideiglenes visszaesésekben gazdag tapasztalatok rejlenek, és ha ezeket felismerjük és kiaknázzuk, felkészítenek bennünket, hogy amikor eljött a pillanat, részünk legyen a sikerben. Ez az a filozófia, az a módszer, ahogy a PLB az élethez közelít. Ez az a filozófia, amely segít, hogy felismerd és kiaknázd azokat a rejtett erőket, melyek mindnyájunkban ott szunnyadnak.

Használd fel a könyvben olvasható gondolatokat arra, hogy jó szokásokat és pozitív jellemvonásokat alakíts ki magadban, hogy szakíts a negatív szokásokkal és a negatív gondolatokkal. Szentelj mindennap időt az elmélyült olvasásra, elemezzve az adott nap gondolatát. Meditálj egy kicsit azon, milyen szerepe van és lehet életedben a gondolat üzenetének. Vedd sorra, hogyan használhatod fel ezeket arra, hogy olyan emberré válj, amilyen lenni szeretnél, aki boldog, eredményes, pozitív és sikeres.

Ne múlt el egyetlen napod sem, hogy ne tanulmányozná Napoleon Hill filozófiáját. Mindnyájan különbözőek vagyunk. Mások a reményeink, az álmaink, a vágyaink és a céljaink, de az itt ismert elvekből mindenki profitálhat — ha alkalmazza őket. Ha pozitív szellemben élsz, képes vagy szert tenni olyan jövedelemre, melyet igényelsz magadnak, képes vagy biztosítani magad és családod számára az élet valódi gazdagságait. A gyakorlatban fogsz meggyőződni, hogy *amit az emberi elme képes kigondolni és hisz benne, azt képes megvalósítani* — a PLB-vel!

W. Clement Stone

Január

A szilárd jellem alapjai

Január 1.

A megbízhatóság a szilárd jellem első építőköve.

A jellemes emberek *azt* teszik, amit ígértek, *akkor*, amikor ígérték, és a megállapodott feltételek szerint. Ők a vezető egyéniségek. Azok, akikhez mások iránymutatásért fordulnak, mert bizonyították, hogy embertársaikkal törődnek és meg lehet bízni bennük. Ha tiszteled magad annyira, hogy akkor is tartod az ígéreted, ha ez kényelmetlen számodra, mások is tisztelni fognak.

A megbízhatóság, a jellem más vonásaihoz hasonlóan — szokás. Láss már ma hozzá — az új év első napján — a megbízhatóság szokásának megszilárdításához. Ha halogatod ígéreteid beváltását, vagy ezt nehéznek találod, kezd apró dolgokkal! Ígérd meg magadnak, hogy ma sehonnan sem késelel. Oszd be úgy az idődet, hogy önmagadnak tett ígéretedet meg is tudd tartani. Hamarosan azt fogod látni, hogy más ígéreteket sem lesz nehéz megtartanod.

Január 2.

Egy ember jelleméről sokat mond, hogy milyen társaságot választ.

Amint a közmondás szól: „Madarat tolláról, embert barátjáról.” Általában olyan barátokat és üzlettársakat választunk, akik ugyanazokat a dolgokat kedvelik, mint mi, akiknek értékrendje hasonló a miénkhez. Ha boldog, pozitív és eredményes társakat választasz, jó esélyed van rá, hogy hamarosan te is boldog, pozitív és eredményes leszel. Sajnos ennek a fordítottja is igaz. Boldogtalan, negatív, destruktív emberek magukkal rántanak a mélybe.

Igyekezz minél több időt tölteni PLB személyekkel, olyanokkal, akik Pozitív Lelki Beállítottsággal rendelkeznek! Ha munkád megköveteli, hogy negatív emberekkel légy együtt, igyekezz ezt az időt minél rövidebbre szabni, de ami a legfontosabb, ne engeddd, hogy negatív megnyilatkozásaikkal elbátortalanítsanak! Ehelyett mutasd ki saját PLB-det.

Január3.

A hírnév azt mutatja, hogyan vélekednek rólad az emberek. A jellemed viszont azt, hogy ki vagy valóban.

Mindenki szeretné, ha a híre és a jelleme egybeesne, de koncentrálj a jellemre! Esetenként becsaphatsz másokat arra nézve, ki is vagy valójában, ám tartósan ez ritkán sikerül. Annak legbiztosabb módja, hogy hírneved és jellemed *egybeessen*, az, ha olyan életet élsz, ami garantálja, hogy semmi sem hozhatna zavarba, ami esetleg az újságok címlapján megjelenne rólad. A szilárd jellem azt jelenti, hogy az ember nem alkalmaz erkölcsi kikapukat, „átvágásokat”, még ha mindenki ezt teszi is. A szilárd jellem titka az, hogy azért teszel dolgokat helyesen, mert helyes dolognak tartod, ha ezt teszed.

Január4.

Minden gondolat, amit magadévá teszel, jellemed szerves részévé válik.

A gondolatok — *dolgok*. Minden gondolat — legyen az rossz vagy jó — az energia sajátos formája, amely előnyükre vagy hátrányukra befolyásolja azokat, akik a birtokába jutnak. Még ennél is fontosabb, hogy gondolataid hatással vannak rád. Attól függően válsz ilyen vagy olyan emberré, hogy időd legnagyobb részében milyen gondolatokat táplálsz. Ha a sikerre gondolsz, ezzel magadhoz vonzod a sikerjelentős adagját. Ez fordítva is igaz: ha a kudarcra és a kétségbeesésre gondolsz, szerencsétlen és sikertelen leszel. Ahhoz, hogy gondolataidat pozitív kerékvágásban tartsd, keményen meg kell dolgoznod. Minden olyan esetben, amikor a negativizmus kezdi belopni magát a lelkedbe, tudatosan határozd el, hogy töröld a negatív gondolatokat, és azokat pozitív ellenpárjukkal helyettesítsd. Aztán tedd is ezt, még ha néha ez nem is tűnik könnyűnek.

Január 5.

A szilárd jellem erős fegyver, mert biztosítja számunkra az erőt, hogy úrrá legyünk az élet súlyos megpróbáltatásain, és megakadályozzuk, hogy azok magukkal vigyenek minket a mélybe.

PLB nélkül az élet a bizonytalanságok vég nélküli sora. Ezt időről időre súlyos megpróbáltatások tarkítják, melyek egész lényünket alapjaiban rázzák meg. A megpróbáltatások lehetnek anyagi természetűek, személyes tragédiák, betegségek. Mindegyikkel külön-külön kell megbirkóznunk, méghozzá minél gyorsabban. A válságok

sikeres kezelésének legbiztosabb módja, hogy a megoldásra, nem pedig a problémára, esetleg annak okára koncentrálsz, vagy azt kutatod, kit hibáztathatsz a bajaidért. Gyorsan fel kell mérned a károkat, szemügyre kell venned a lehetséges megoldásokat, és halogatás nélkül neki kell látnod a cselekvésnek: az optimális megoldás megvalósításának. Ha megtanulsz félelem nélkül szembenézni az élet megpróbáltatásaival, tényszerűen közelítve hozzájuk, napról napra eredményesebb és erősebb személyiséggé válsz.

Január 6.

Vannak, akik hasonlóak egy rossz órához. Teljesen megbízhatatlanok.

Irreális lenne egy olcsó, tömegáruként gyártott órától azt várni, hogy olyan pontos legyen, mint egy gondosan elkészített Rolex. Nem ugyanazokból az anyagokból készülnek, és messze nem olyan mesteri hozzáértéssel. Ennek ellenére sokan úgy gondolják, szükségtelen ugyanilyen gondossággal foglalkozniuk legfontosabb eszközükkel, tőkájukkal, tulajdonukkal: *önmagukkal*.

Ne bízz a véletlenre egy olyan hihetetlenül fontos dolgot, hogy milyen a jellemed! Válaszd ki azokat a jellemvonásokat, amelyeket másokban csodálsz, aztán láss neki, és fejleszd ki őket magadban. Ne bátortalanodj el, ha hibázol! A jellem fejlesztése egész életet igénylő folyamat. Szerencsére, minél többet dolgozol jellemed fejlesztésén, annál nagyobb jártasságra teszel szert ebben a nem könnyű mesterségben.

Január 7.

Válassz ki valakit, akit csodálsz, és utánozd őt! Ez lehet egyfajta hős-imádat, ám jellemednek hasznára lesz.

A csillogó szemű hős-imádat és a megfontolt magatartás-utánzás között az a különbség, hogy ez utóbbi esetben képesek vagyunk megítélni, melyek a számunkra kívánatos jellemvonások és melyek azok, amelyek már nem olyan jók. Hősünk sem lehet tökéletes — egyikünk sem az.

Sose feledkezz meg arról, hogy mindnyájan emberek vagyunk! Bocsásd meg hőseidnek, ha tévednek, és folytasd az igyekezetedet, hogy kifejleszd magadban azokat a vonásokat, melyeket tisztelsz bennük. Szélesíteni fogja a látóköröd, és segít magasabb célokat kitűznöd, ha összehasonlítod jellemedet azokéval, akik sikeresek

voltak a területeden. Ha világosan látod, mit értek el, és milyen jellemet fejlesztettek ki magukban, pontosabban fogod látni azt is, hogyan javíthatod saját teljesítményedet.

Január8.

A dicsekvés általában a kisebbségi komplexus öntudatlan beismerése.

A valóban hozzáértő embereknek nincs szükségük, hogy eredményeikkel dicsekedjenek. Tetteik önmagukért beszélnek. Amikor dicsekszel a teljesítményeiddel, valójában azt közlöd másokkal, hogy nem vagy biztos magadban, és nem tudod, mennyire értékel a világ. Tommy Lasorda, a híres baseballvezető egyszer azt mondta, hogy háromféle ember van. Vannak, *akik néznek*, vagyis csak nézik, ami történik, aztán vannak, akik *tűnődnek*, vagyis azon törik a fejüket, mi is történt, és vannak, akik *cselekednek*, vagyis akik a lehetőségeket valósággá változtatják. Igyekezz ez utóbbiak közé tartozni! Ha *megmutatod* másoknak, mire vagy képesebben fognak tisztelni, mint ha csupán elmondod nekik, mit tettél. Szavaiddal mindenki vitába szállhat, de a tetteid önmagukért beszélnek.

Január9.

A káromkodás az elégtelen szókinccs vagy a gyenge ítéloképesség, vagy mindkettő következménye.

Mark Twain egyszer azt mondta, hogy „a megfelelő szó és a majdnem megfelelő szó közötti különbség akkora, mint a kard és a kardvirág közötti különbség”. Mindig helytelen, ha káromló szavakat használsz, különösen olyanok társaságában, akik alig ismernek téged. Bővítsd állandóan a szókinccsedet: olvasd sokat, és gyakorold, hogyan fejezheted ki magad egyszerűen, világosan és szabatosan. Szókinccsed növekedése szélesíti látókörödöt és gondolkodásod fegyvertárát, hiszen a szavak pontos tartalmának ismerete azt jelenti, érted a mögöttük húzódó fogalmakat. Gazdálkodj úgy az időddel, hogy mindennap legyen időd tanulásra és elmélkedésre!

Január 10.

Ha már mindenáron a becsapáshoz kell folyamodnod, vigyázz, hogy sose csapd be legjobb barátodat — vagyis önmagadat!

Szándékaid, vagyis céljaid, álmaid, törekvéseid jobb megértése lehetővé teszi, hogy jobban megértsd embertársaidat. Ezért kritikus

fontosságú, hogy mindig őszinte légy önmagaddal. Önmagad becsapásával rálépsz arra az útra, amely jellemed szétrombolásához vezet. Kezdetét veszi az a magatartás, amit racionalizálásnak hívunk, és amelynek az a célja, hogy igazold az elfogadhatatlan magatartást. Tégy meg mindent, hogy olyan valakivé válj, akinek szilárd ajelleme, akit *valóban* tudsz tisztelni és szeretni. Ha nem tiszteled önmagad, hogyan várhatod el, hogy mások tiszteljének? Lépj hátra, és vizsgálj meg elfogulatlanul a viselkedésedet. Tedd fel magadnak a kérdést: „Olyan valaki vagyok, akivel szívesen együtt élnék egész életemben?” A szilárd jellem kialakítása ugyanolyan folyamat, mint bármilyen más cél megvalósítása. Határozd meg, hová akarsz eljutni, aztán készíts tervet, milyen úton juthatsz el oda.

Január 11.

A pénz befolyása vagy jó vagy rossz. Ez attól függ milyen a jelleme annak, akinek a birtokában van.

Ez igaz. A pénznek nincs jelleme, nincs személyisége, nincs értékrendje. „Viselkedése” csupán birtokosa szándékait tükrözheti. Képes kórházakat, iskolákat emelni — de lehet vele játszani a ruletten, elszórható jelentéktelen dolgokra. A pénz képes múzeumokat építeni, amelyek nagyszerű műalkotásoknak adnak otthont, emelhet csodálatos templomokat — vagy felhasználható arra, hogy a halál, a rombolás minél hatékonyabb eszközeit állítsuk elő.

Gazdagságodat használd fel jellemed nemesítésére! Tégy félre rendszeresen bizonyos összeget, amivel másokat segítesz. Válassz ki egy jótékonyági egyesületet, vagy egy ügyet, amit szíveden viselsz, aztán segítsd a pénzeddel és az időddel ezt az ügyet. Az ilyen nemes tettek igazi haszonélvezője mindig az, aki ad, nem pedig az, aki kap.

Január 12.

Senki sem annyira jó, hogy ne lenne benne valami rossz. Senki sem olyan rossz, hogy ne lenne benne valami jó.

Az ember nagyon bonyolult teremtmény. Sok vallásos mű és nagyszerű irodalmi alkotás tükrözi azt az állandó küzdelmet, ami a jó és a rossz között folyik bennünk. Ez a küzdelem olyan ősi, mint maga az emberiség. Mégis, miközben önmagunkban elismerjük ezt a belső harcot, túlságosan is gyorsak vagyunk mások elítélésében. A pszichológusok szerint nincs olyan agy, aki mint *személy* rossz lenne. Csak rossz magatartás van.

Figyelj arra, ami jó benned — és jó másokban! Erősítsd azokat a vonásaidat, amelyek jellemed pozitív építőelemei, közben nyese- gesd azokat, melyekjavításra szorulnak. A kert növényeihez hason- lóan, a jellem vonásai közül is azok erősödnek meg, amelyek meg- kapják a szükséges „táplálékot”, nedvességet, fényt, melyeket állan- dóan gyomlálgatunk, hogy korlátlanul fejlődhessenek.

Január 13.

Aki csak „fizetségért” becsületes, az valójában nem becsületes.

A becsületességnek nincsenek fokozatai. Valaki vagy becsü- letes, vagy pedig nem — köztes állapot nincs. A becsületesség nem olyasmi, amire csak megfelelő „fizetségért” hajlandó az ember. A becsületesség önmagajutalma, és egyben az emberi magatartás leg- hatékonyabb formája. A becsületes embernek sosem kell azon ide- geskednie, kinek mit hazudott, sosem kell amiatt aggódnia, hogy egyszer rajtakapják, ezért energiáit fontosabb dolgokra fordíthatja.

Tedd szokásoddá, hogy mindenben becsületesen jársz el! Ha nem mondhatod azt, amit igaznak tartasz, ne mondj semmit! Ne fe- ledd: az ártatlannak tűnő apró hazugságok egy idő után önálló életet kezdenek élni. Egy apró hazugságnak, hogy megbújjon, szüksége lesz egy nagyobbra, aztán még nagyobbra és még nagyobbra. Tar- tózkodj ezért a legnagyobb hazugságtól, hogy más akarj lenni, mint aki vagy! Ne tégy soha olyat, ami nem a lényedből fakad, és akkor sosem kell majd idegeskedned.

Január 14.

Aki lusta, az vagy beteg, vagy még nem találta meg a kedvére való munkát.

Senki sem születik lustának. Az ember sajátja, hogy hacsak nem beteg, tesz-vesz, dolgozik, alkot. A betegség utáni gyógyulás biztos jele, hogy az egyén felkel, járkál, dolgozni akar, csinálni valamit — bármit. A tétlenség unalomra vezet, az unalom pedig „lustasághoz”. Fordítva: a cselekvés érdeklődést, az érdeklődés lelkesedést ébreszt, a lelkesedés pedig célokat szül.

W. Clement Stone gyakran mondja: „Az érzelmek nem mindig befolyásolhatók értelemmel, de mindig befolyásolhatók *cselekvés- sel!*” Derítsd ki, miben vagy a legjobb, mit csinálnál szívesen, fej- lessz ki magadban égő vágyat, hogy a lehető legjobb légy benne. Aztán cselekedj!

Január 15.

Ha szilárd a jellemed, nem fogsz idegeskedni a híred miatt.

Thomas Jefferson egyszer azt mondta, hogy a többség: egyetlen személy, aki szilárdan kitart a meggyőződése mellett. Ha rendelke- zel a meggyőződés bátorságával, ha szilárd a jellemed, megbízható, kedves valaki vagy, nem fogsz azon idegeskedni, mit gondolnak ró- lad mások. Ha lelked mélyén tudod, hogy jó és becsületes vagy, ké- pes leszel sikeresen szembenézni az élet kihívásaival, nem zavartat- va magad mások véleményétől.

Január 16.

Ápold a jellemed, és a híred csorbíthatatlan lesz.

Tapasztalhatjuk, hogy gyakran még azok is félreértenek minket, akik közel állnak hozzánk. Azt gondolják, hogy olyasmit akartunk tenni, ami ellenükre van, holott egyáltalán nem ez volt a szándé- kunk. Ezek a félreértések általában gyorsan tisztázhatók, és az élet megy tovább. Ugyanez igaz a jellem és a jó hír kapcsolatára. Ha va- lamilyen oknál fogva úgy tűnik, ellentmondás van a jellemed és a jó híred között, ez gyorsan feloldódik, mert az emberek egy idő után maguktól rájönnek, hogy nem olyan vagy, amilyennek hittek.

Ha szilárd a jellemed, nem kell aggódnod az ilyen félreértések miatt. Mások hamar rájönnek, milyen is vagy valójában. Energiái- dat inkább fordítsd arra, hogy fejleszted önmagad. Ez a legbiztosabb módja, hogy ne kelljen azon rágódnod, mit gondolnak rólad mások.

Január 17.

A hamisság előbb-utóbb mindig kiütközik.

A dolgok természetes rendje, hogy az igazságra végül mindig fény derül. Ez képezi jogrendszerünk alapját, erre a meggyőződésre épülnek az emberi kapcsolatok. Egy hazugságra alapozott üzleti, szakmai vagy személyi kapcsolat nem lehet tartós, de a tisztességre és a kölcsönös előnyökre épülő kapcsolatok végtelen távlatokat nyitnak.

Bármit teszel, mondd mindig az igazságot — még jelentéktelen dolgokban is —, és az igazmondás szokásoddá fog válni. Ösztönö- sen is az fog vezérelni a viselkedésedben, hogy jobb közölni az igaz- ságot, és vállalni a következményeket, mint hamisságba menekülni, ami végül úgyis napfényre kerül.

Január 18.

Vagy becsületes vagy, vagy nem. A kettő között nincs kompromisszum.

A csalások, lopások és visszaélések felderítésével foglalkozó szakemberek azt mondják, gyakran csodálkoznak azon, milyen kis összegeket hajlandók emberek lopni. Vannak, akik képesek fillérekért eladni a becsületüket. Akiknél a tisztességtelen magatartás nem egyszeri botlás, azoknál ez már életformává válik. A kis hazugságok és a kis lopások végül a hazudozás és a tolvajlás jellemet megrontó szokásává válnak.

Mit látsz, ha szemügyre veszed saját viselkedésedet? Büszke lehetsz arra, hogy mindig becsületes voltál? Ha nem, talán itt az ideje, hogy elgondolkozz azokon az eseteken, amikor nem voltál egészen becsületes. Miért tetted? Megérte? Lehet, hogy előnyösebb lett volna, ha tisztességesen és becsületesen jársz el, és az igazat mondod? Tanulj a tévedéseidből! Fogadd meg, hogy mától kezdve becsületes leszel!

Január 19.

A bankárok gyakran adnak kölcsönt a jellem alapján, de ritkán teszik ezt csupán a jó hírre támaszkodva. Megtanulták ugyanis, hogy lehet valakinek jó a híre, noha az illető egyáltalán nem szolgált rá.

Amikor egy bankár elbírál egy hitelkérelmet, három dologra figyel: képes-e a hitelező visszafizetni a kölcsönt, milyen volt eddig a hitelező hiteltörlesztési magatartása, végül milyen a hitelezőjelleme. Az első két dolog egyszerűen számok kérdése, a jellem megítéléséhez azonban emberismeret és tapasztalat kell. Az okos bankárok megtanulták, hogy jellemes személyek esetében érdemes kockáztatni, mert komolyan veszik kötelezettségeiket. Azokat viszont, akik ésszerűtlenül pocskolják erőforrásaikat, minden módon el kell kerülni.

Védd a jó híredet, mint ahogy védenéd az otthonodat, a vállalkozásodat, az életedet. Ha egyszer már megingott, csak azok képesek visszaszerezni, akikben elég bátorság és akaraterő van, hogy súlyos megpróbáltatásokkal is megküzdjenek.

Január20.

A becsületesség olyan lelki tulajdonság, amit nem lehet pénzben mérni.

A becsületesség a legelőnyösebb magatartás. Ennek számos oka van. Sokkal kisebb erőfeszítésbe kerül őszintének lenni, mint megtévesztően viselkedni. A becsületességnek hosszú távon kisebb a kockázata, nagyobb a nyeresége. Mai bonyolult társadalmunkban azonban olyan bizonytalanná váltak az elfogadható magatartás határai, hogy néha már felismerhetetlenek. A törvények és az etikai normák rögzítik azokat a *minimális* követelményeket, melyeket be kell tartanunk. A magad számára szabj olyan normákat, amelyek meghaladják ezt a minimumot! Függetlenül attól, mit tesznek vagy mondanak mások, mércédet állítsd olyan magasra, ami lehetetlenné teszi, hogy elbukj. Erkölcsi normáid lehetővé fogják tenni, hogy gyorsan és belső lelki vívódások nélkül dönts el, mit tegyél, ha nehéz helyzetben találsz magad.

Január21.

Könnyű azzal igazolni a tisztességtelenséget, hogy ez biztosítja a megélhetésünket!

A tudatalatti nem hoz erkölcsi ítéleteket: ha valamit újból és újból mondunk magunknak, végül még a leglaposabb hazugságot is tényként fogadja el. Akiknek életét és karrierjét tisztességtelenségük tette tökre, önromboló magatartásukat azzal kezdték, hogy meggyőzték magukat: a szabályok apróbb megsértése nem számít. Ha magadévá teszel egy gondolatot, vigyázz, hogy ez pozitív gondolat legyen! Olyat, amelyből előnyöd származik, másoknak viszont nem árt. A negatív gondolatok és negatív tettek visszatérnek szerzőjükhöz, ám igaz ez a pozitív gondolatokra és pozitív tettekre is. Ha tisztességesen és erkölcsösen jársz el, olyan erőket hozol mozgásba a jó érdekében, melyek megsokszorozódva térnek vissza hozzád.

Január22.

Vannak, akiket a túl sok igazság jobban bosszant, mint a túl kevés.

Az iskolások néha érdekes játékot játszanak. A neve: „becsületesség”. Szabályai egyszerűek: a résztvevők elhatározzák, hogy egy megállapodott ideig csak az igazságot fogják mondani. Aztán

célzott kérdéseket tesznek fel egymásnak. Például: „Milyen a hagam?” „Szerinted Linda okos?” Valaki aztán mindig dühös lesz, amikor rájön, hogy barátai eddig füllentettek neki, ártatlan hazugsággal kímélve az érzéseit. A játék után általában még sokáig nem felejtik el ezeket a meglepetéseket.

Az őszinteség nem jelenti azt, hogy kegyetlennek kell lenned másokkal. Nem kell mindent elmondanod nekik, ami nem tetszik bennük, hangoztatva, hogy ezt „az ő érdekükben” teszed! Néha jobb, ha nem tudjuk, hogy lelkük mélyén mások mit tartanak rólunk. Mások önbecsülésének tisztelete megkívánja, hogy néha inkább kevesebb, mint több igazságot mondj nekik.

Január23.

Az udvariasság otthon kezdődik.

A másik iránti udvariasság általában a másik iránti tiszteletből fakad, és az udvarias magatartást még gyermekkorban sajátítjuk el. Ha otthon tisztelettel és udvariasan bánnak veled, te is megtanulod tisztelni családod tagjait. Az abból fakadó önbecsülés, hogy egyedülállóan értékes személynek tartanak, akik a legtöbbet jelentik számodra, nagyban elősegíti azt a magabiztosságot, amire elengedhetetlenül szükséged van, hogy sikeres légy. Az udvariasság és a mások iránti figyelmesség olyan szokás, amelyre ha egyszer már szert tettél, egész életedben veled marad. Noha a szokásos udvariasság az élet nagy kérdéseit tekintve tűnhet jelentéktelen csekélységnek, valójában mély értékeket tükröz. Még ennél is fontosabb, hogy ha szokásoddá válik, hogy tisztelj másokat, ez hozzájárul ahhoz, hogy mások is tiszteljenek téged.

Január24.

Akinek csak arra van ideje, hogy pletykálkodjon és rágalmazzon, túlságosan is el van foglalva, hogy sikeres legyen.

Mindnyájan véges mennyiségű idővel, energiával és pénzzel rendelkezünk. Ezért aztán döntenünk kell, mire használjuk fel ezeket. Ha erőforrásaidat arra pocsékolod, hogy másokat kisebbíts, hogy ezzel előmozdítsd a saját érdekeidet, hamarosan rájössz, hogy oly sok időd és energiád megy el a pletykálkodásra és a rágalmazásra, hogy nem marad időd magadra. Ha rosszindulatú pletykálkodások közegében mozogsz, ritkán fognak megbízni benned. Amint a szólás mondja: „Akkor sottognak nekünk másokról, sottogni fognak rólunk is másoknak.”

Január25.

A nagy eredmények küzdelmek árán születnek.

„Erősségeink gyengeségeinkből sarjadnak ki — mondta Ralph Waldo Emerson. — Amíg nem szúrnak belénk, nem támad fel bennünk a felháborodás, amely titkos erővel fegyverzi fel magát.” A küzdelem arra sarkall, hogy legyőzd az akadályokat, és haladj célod felé. Ha küzdelemre kényszerülsz, tekintsd olyan lehetőségként, ami segíti személyes fejlődésedet. Ajellemet nem az eredmény, hanem a küzdelem szilárdítja meg. Ha meggyőződésed, hogy igazad van, tarts ki még akkor is, ha úgy tűnik, az egész világ ellened van, és mindenki kételkedik az igazadban. Ha sikeres leszel — és az leszel, ha állhatatos vagy —, az emberek azt fogják mondani, mindig is tudták, hogy számodra nem léteznek akadályok.

Január26.

Szerencsétlenséged okát ne a csillagokban keresd! Támaszkodj önmagadra, jobb eredményekre jutsz.

Sok dolog van, amire nem lehetsz befolyással, viszont befolyással lehetsz arra az egyetlen valamire, ami valóban számít: hogy mit gondolsz, és miként viselkedsz. Külső tényezőknek kevés közük van a sikerhez. A belső tényezők döntenek. Akik a sikerre programozzák magukat, még a legnehezebb körülmények között is megtalálják a helyes utat. Legtöbb problémád megoldásának egyetlen forrása van, csupán egyetlen forrása: te magad.

A tartalmas és teljes élet művészete hasonlít ahhoz, amikor egy hegyi folyó zuhatagos részén vergődsz lefelé egy gumicsónakon. Ha már elszántad magadat, és engedted a vad sodrásnak, nehéz megváltoztatnod a döntésedet. Már nem lehet visszafordulni, hogy visszavevessz a nyugodt vizekre. Az izgalom és a kaland azonban megéri az erőfeszítést. Ha sosem próbálkozol az újjal, nem ismerheted meg sem a kétségbeesés mélységeit, sem a siker felemelő érzését.

Január27.

Mások tiszteletét azzal vívhatod ki a legbiztosabban, ha tiszteled önmagadat.

Ismersz olyanokat, akik képtelenek akár csak rövid időre is megállni önmagukban? Valószínű, hogy ezek az emberek nem igazán szeretik magukat. Igénylik, hogy állandóan legyenek körülöttük,

mert úgy gondolják, ez fontosságot ad létezésüknek. Sajnos azok vonzanak legkevésbé másokat, akiknek a leginkább lenne szükségük arra, hogy állandóan legyenek körülöttük. Mivel nem szeretik önmagukat, mások sem igen szeretik őket. A legbiztosabban úgy vívhatod ki mások tiszteletét, ha olyan személlyé válsz, aki körül magad is szívesen lennél. Határozd meg azokat a vonásokat, amiket másokban csodálsz, és igyekezz ezeket kifejleszteni magadban. Amint megteszed az első lépést, hogy olyan valakivé válj, akivé tudod, hogy válhatsz, magabiztosabbnak, értékesebbnek fogod magad érezni.

Január 28.

A szilárd jellem az önbecsüléssel kezdődik.

Senki sem tudja pontosan, hogyan tehetünk szert szilárd önbecsülésre, de a pszichológusok szerint a folyamat már korai éveinkben elkezdődik. Szülők, akik feltétel nélkül szeretik gyermekeiket, és ezt ki is mutatják, egy életre szóló önbecsülés alapjait rakják le náluk. Ebből az alapból emelkedik aztán ki az az etikai építmény, melyet jellemnek nevezünk.

Az egészséges önbecsülést nem szabad összetévesztenünk az önzéssel! Az önző emberek önszeretete felületes, nem a jellemből fakad. Az önbecsüléssel rendelkező személyek büszkék ajellemükre, melynek kifejlésztéséért keményen megdolgoztak.

Január29.

Ha több az ellenséged, mint a barátod, egy az ezer ellen, hogy ennek magad vagy az oka.

Abraham Lincoln egyszer ezt mondta: „Ideig-óráig mindenkit becsaphatsz, néhány embert becsaphatsz örök időkre, de lehetetlen mindenkit örök időkre becsapnod.” Nem számít, milyen ravaszul álcázod magad, végül úgyis átlátnak rajtad, és észre fogják venni, milyen is vagy valójában. Az emberek csak addig fogadnak el olyanak, amilyenek mondod magad, amíg a tetteid nem mutatják az ellenkezőjét. Ne élj vissza másokjóindulatával! Barátokat szerezz, és ne ellenségeket!

Január 30.

A csendes meditáció sokat segít, amikor a bensőnkben kutatunk iránymutatás után.

Mindnyájan ismerjük azt az örömteli érzést, amikor valami megvilágosodik számunkra, amikor váratlanul egészen másként látunk dolgokat. Ezek ritka pillanatok, és a ránk vonatkozó igazságokat általában fokozatosan ismerjük meg. Ehhez hosszú időre és csendes meditációra van szükség. Mindnyájunkban lakozik egy lélek, de csak kevesen vannak, akik megtanulták, hogyan lehet kiaknázni az e lélekben rejlő erőket.

A lélek nem hivalkodó, nem hangoskodó. Ahhoz, hogy kapcsolatba kerülhess vele, magányra és csendre van szükséged. Rendezd ezért úgy, hogy mindennap maradjon időd a gondolkozásra, elmélkedésre. Válassz olyan helyet és időpontot, hogy nyugodtan elengedhesd magad, és elmélyedhess a gondolataidban.

Január 31.

Ha képes vagy kézbe venni magad, ura leszel az életednek.

Mindnyájunkkal előfordul, hogy engedünk mások befolyásának: hagyjuk, hogy erős érzelmi reakciókat, haragot és dühöt váltsanak ki bennünk. Később aztán megbánjuk, amit tettünk, és megfogadjuk, hogy nem viselkedünk többé ilyen ostobán. Legközelebb, ha érzed, hogy emelkedik benned a düh, emlékeztess magad arra, hogy saját jóváhagyásod nélkül senki sem tehet téged dühössé. Ehhez szüksége van a *te* közreműködésedre — nélkülöd nem megy.

Akik megtanultak uralkodni magukon, vezetésre születtek. Azért választják ki őket mások irányítására, mert képesek érzelmeiket, gondolataikat és tevékenységüket — vagyis önmagukat — eredményesen irányítani. Ehhez elengedhetetlen a szilárdjellem.

Február

Személyes kezdeményezés

Február 1.

A legértékesebb feladatokat azok kapják, akik elvégzik azokat. Nem hátrítják tovább a felelősséget, nem keresnek alibit a siker-telenséjükre.

Gyakori eset, hogy emberek, akikről úgy gondoljuk, „ölkükbe hullott a siker”, valójában éveken át szívósan dolgoztak, mielőtt részük lett volna a nekik járó elismerésben. A siker kumulatív erőfeszítés, vagyis részmunkák „hozamának” összegezett eredménye. Legyen szó bármilyen területről is, a csúcsra jutás gondos és körültekintő tervezést igényel.

Ha fel akarsz jutni a siker legmagasabb fokára, vállalnod kell, hogy mindig kezdeményezően nyúlsz a feladatodhoz. Még akkor is, ha nem látsz benne semmilyen kihívást, még ha kellemetlennek is talárod. Ha ezt teszed, az eredmény nem fog elmaradni. Te leszel a főnök, a vezető, mert kifejlesztetted magadban a szokást, hogy minden feladat kapcsán kezdeményezően lépj fel. Te fogod kapni a legkomolyabb, legértékesebb feladatokat, mert meg lehet bízni benned, mert tetteidért és jövődért vállalod a felelősséget.

Február 2.

Kezdeményezz, és tetteidért légy kész vállalni a felelősséget!

Vannak, akik képesek nagyszerű dolgokra, és vannak, akik valahogy „ellavíroznak”. A döntő különbség közöttük az, hogy a sikeresek korán megtanulták, hogy tetteikért vállalniuk kell a felelősséget. Senki sem tehet téged sikeressé, de abban sem akadályozhat senki, hogy céljaidat elérj.

A kezdeményezés egyet jelent azzal, hogy vállalod a vezetés felelősségét. Olyan vonás ez, amely mind a dicséret, mind pedig a bírálat céltablájává tesz. A jó vezető kész megosztani másokkal a sikerért járó elismerést, viszont a kudarcért vagy az ideiglenes sikertelenségekért egyedül vállalja a felelősséget. Ha cselekedeteidért

kész vagy felelősséget vállalni, ezzel kivívod mások tiszteletét, és jó úton vagy, hogy sorsod magad igazgasd.

Február 3.

Minden, ami gátolja a kezdeményezést, csökkenti a személyes eredményességet

A nagy szervezetek — ideértve üzleti vállalkozásokat, kormányhivatalokat és a hadsereget is — egyre világosabban látják, hogy az eljárások szabványosítására, a döntések központosítására irányuló törekvések olyan bürokráciát szülnek, amely megfojtja a kezdeményezőerőt és az újítás szellemét. Az eredmény aztán az, hogy területeket vesztenek azokkal a kisebb, mozgékonyabb egységekkel szemben, ahol bátorítják az egyéni kezdeményezést.

Az olyan társadalmi berendezkedés, amely akadályozza az egyént a megfontolt kockázatvállalásban, és a problémák megoldása helyett bűnösök keresésével foglalkozik, természetesen el fogja kerülni a súlyos tévedéseket — mert az emberek tartózkodni fognak attól, hogy bármit is tegyenek! Az újítás azt jelenti, hogy próbálsz, sikertelen vagy, majd ismét próbálsz, míg végül sikeres leszel. Ritkán fordul elő, hogy egy nyerő ötlet a megvalósítás első pillanatától kezdve kiválóan működik. Az olyan társadalom, amely arra bátorítja az embereket, hogy kezdeményezzenek és ne féljenek próbálkozni az újjal, kedvez az egyéni és a csoportos teljesítményeknek.

Február 4.

A magas jövedelmek és a felelősségvállalás képessége egymáshoz tartozó dolgok.

Azt mondják, a vezetőnek az a feladata, hogy másokat kiemelkedő teljesítményre ösztönözzön, míg a menedzsernek az a feladata, hogy védje a befektetők érdekeit. Azok a legsikeresebbek, akik világosan látják, mi a közös és mi az eltérő a menedzseri és a vezetői felelősségvállalásban, és képesek mindkét követelménynek eleget tenni. Ezzel olyan díjazást és elismerést érdemelnek ki, ami összhangban van teljesítményükkel és erőfeszítéseikkel.

Ha tetteidért képes vagy ingadozás nélkül vállalni a felelősséget, és úgy végzed a munkádat, hogy azzal véded munkaadód érdekeit, egyre nagyobb felelősséggel fognak felruházni. Azok pedig, akik képesek fokozott felelősséget vállalni egy szervezet vagy egy terv sikeréért, mindig a legmagasabb fizetést fogják kapni.

Február 5.

Ha úgy kell csinálnod a munkád, ahogy utasítottak rá, másnak kell vállalnia a felelősséget — ha úgy csinálod, ahogy magad határozta el, magadnak kell vállalnod a felelősséget is.

A „magányosság”, amit a legfelső szinten lévő vezetők éreznek, gyakran abból a tudatból fakad, hogy egy személyben felelnek a szervezet sikeréért vagy kudarcáért. Hatalmukat megoszthatják a beosztottaikkal, felelősségüket azonban nem. Ha egy futballcsapat csapnivalóan rossz szezont zárt, a menedzser és az edzők felelnek a kudarcért. A játékosok külön-külön nem vonhatók felelősségre a sikertelenségért, hiszen a csapat mindössze az utasításokat követte. Ha vezető leszel és te szabad meg az irányt, az eredményért vállalnod kell a felelősséget.

Február 6.

A nagy pénz és kis felelősség ritkán fordul elő együtt

Lehetséges úgy leélni egy életet, hogy minimális felelősséggel járó munkákat végzünk, ám ennek anyagiakban nagy ára van. Nagy ára van, ha a világ problémáitól nem zavartatva, szabadon, felelősségtől mentesen akarjuk élni életünket. Ha szokásoddá vált, hogy amint a felelősség belép a főbejáraton, te a hátsó ajtón távozz, elmulasztod azokat a lehetőségeket, melyek mindig együtt járnak a felelősséggel. Bármilyen szakmáról vagy hivatásról is legyen szó, a díjazás arányos a pozícióval járó felelősséggel.

Légy mindig kész arra, hogy önként vállalj nagyobb felelősséget! Vannak idők, amikor úgy kell megoldanod egy feladatot, hogy nem mondták meg pontosan, ki a felelős a végrehajtásért. Ha bizonyítod, hogy képes vagy dolgokat megcsinálni, fokozatosan nagyobb felelősséget ruháznak rád, és az azzal járó nagyobb fizetésben lesz részed.

Február 7.

Az öröm, hogy gyermekeink vannak, elválaszthatatlan a felelősségtől, hogy meg kell tanítanunk őket a jellemes viselkedés alapjaira.

Az élet egyik legnagyobb öröme az a csodálat, amit akkor érzünk, amikor új, piciny emberi lények jönnek a világra. Ez az öröm azonban óriási felelősséggel jár, aminek csak akkor tudunk eleget tenni, ha nem utasítjuk el az egyéni kezdeményezést. Gyermekeinknek mindent megadhatunk, ami szükséges az egészséghez és az

anyagi jóléthez, de ha nem élünk úgy, ami követendő példaként állhat előttük, ha nem tanulják meg tőlünk az egyéni kezdeményezés fontosságát, csak keserűségben lesz részünk. Amikor felnőttekké válnak, céltalanul fognak sodródni az életükben.

A személyes kezdeményezésednek mindig párosulnia kell a példamutató magatartással. Nem engedhetsz meg magadnak erkölcsileg vitatható „rövid utakat” sem a nagy, sem a kis dolgokban. Az emberek ezeket látva úgy gondolják majd, nem fog neked nehézséget okozni, ha veled szemben ugyanilyen módon lépnek fel. Természetesen, mint mindenki, te is követhetsz el hibákat, de ha mindig igyekszel a legjobb, legbecsületesebb utat járni, az emberek emlékezni fognak erre, és ennek megfelelően fognak kezelni.

Február 8.

Ne irigyeld a másik pozícióját, ha még nem vagy felkészülve rá, hogy vállald az adott pozícióval járó felelősséget!

Hányszor fordul elő, hogy szétnézve magad körül ezt gondoldod: „Ha lehetőséget kapnék rá, bármelyik munkát el tudnám végezni, még hozzá jobban, mint ezek!” Nem gondolsz azonban arra, mekkora árat fizettek ezek az emberek azért a tudásért és tapasztalatért, ami lehetővé tette, hogy betöltsék ezeket a posztokat. Könnyű „hétfői jobbszélsőnek” lenni, és arról beszélni, mit kellett volna tenni annak a fickónak, amikor öt méterre a kaputól ott pattogott előtte a labda. Sokkal gyümölcsözőbb azonban, ha elismered mások eredményeit, és tiszteled őket a jól végzett munkáért. Ha szeretnél nagyobb elismeréssel járó posztra kerülni, bizonyítsd be társaidnak és feletteseidnek, hogy számítani lehet rád! Világunkban azonban azokat ismerik el a legbőkezűbben, akik minden körülmények között teljesítik, amit ígértek.

Február 9.

A munkahelyi lógás megrövidíti a munkaadódat, de még inkább megrövidít téged.

Vannak, akik több energiát fektetnek abba, hogy kibújjanak egy munka alól, mint amennyi ahhoz kellene, hogy tisztességesen elvégezzék. Hihetik, hogy átvették a főnöküket, de csak magukat verik át. Egy munkaadó nem feltétlenül ismeri egy munka minden részletét, de egy jó menedzser tudja, milyennek kell lennie az *eredménynek*. Biztos lehetsz abban, hogy ha előléptetésről vagy jól fize-

tő feladatok kiadásáról lesz szó, a lógósok nem számíthatnak a fi-gyelemre.

Ha szorgalmasan és jól végzed a munkádat, ennek nemcsak az lesz az eredménye, hogy elismernek és jobban díjaznak, hanem megtanulod azt is, hogyan lehet jobban elvégezni egy feladatot. Jár-tasságod, hozzáértésed növekedésével egyre fontosabb leszel a munkaadódnak. Szert teszel a legfontosabb előnyre: arra a magabiz-tosságra, ami annak tudatából fakad, hogy a szervezet számára fontos képességek birtokában vagy.

Február 10.

Aki akkor is keményen dolgozik, amikor a főnök nincs a látha-táron, jó úton van, hogy egy jobb munkát kapjon.

Elhamarkodott következtetés azt gondolni, hogy magasabb pozí-cióba juthatsz, ha csak akkor teljesítesz kiemelkedően, amikor más-ok is látnak. A teljesítmény legfontosabb normái azok, amiket ma-gadnak állítasz fel. Ha magaddal szemben magasabb követelményt támasztasz, mint amit a főnököd elvár tőled, nem kell amiatt aggód-nod, hogy esetleg elveszted az állásodat. Ha az általad támasztott magasabb követelmények szerint teljesítesz, az előléptetésed nem fog sokáig várni magára.

Február 11.

Ahhoz, hogy szert tégy az irányításhoz szükséges tekintélyre, az erős hangnál valamivel többre van szükséged.

Margaret Thatcher egy alkalommal megjegyezte, hogy tekintély-lyel bíró személynek lenni hasonló ahhoz, hogy valaki *lady*. Ha arra kényszerülsz, hogy azt mondd másoknak, az vagy, akkor nem vagy az. A valóban nagy vezetők a viselkedésükkel, nem pedig hangjuk erejével vívják ki mások tekintélyét. Mások tiszteletét azzal vívod ki, hogy tisztelettel viseltetsz irántuk. Kövesd az Aranyszabályt, ahogyan másokkal bánsz, és el fogod nyerni őszinte lojalitásukat.

Ha olyan posztot akarsz, ahol hatalmad van mások felett, először bizonyítanod kell, hogy méltó vagy erre. Bizonyítanod kell számuk-ra, hogy szíveden viseled a sorsukat, hogy vezetőjükként az érde-kükben tevékenykedsz. Egy jó parancsnok először mindig azt nézi, csapatai el vannak-e látva minden szükségességgel, és csak aztán fog-lalkozik saját igényeivel. Olyan tanulság ez, amiről emberek igen gyakran megfélelmedeznek, miközben tülekednek a csúcs felé. Ha te is „feledékeny” vagy, nehéz lesz végigjárnod a sikerhez vezetőutat.

Február 12.

A túlzott óvatosság ugyanolyan rossz, mint az óvatosság teljes hiánya. Gyanút ébreszt másokban.

Ha azt akarod, hogy mások bízzanak benned, viselkedéseddel bi-zalmat kell ébresztened! Ha annyira óvatos vagy, hogy sosem pró-bálkozol semmi újjal, ez legalább annyira rombolja a hiteledet, mintha minden óvatosságot félretéve kísérletezni kezdesz, mielőtt komolyan mérlegelnéd a következményeket. (A legtöbben az ilyen magatartást azonosítják a kiegyensúlyozott ítélőképesség hiányá-val.) Ügyelj azonban arra, hogy ne válj az „analízis-paralízis” áldo-zatává! Tanulj meg különbséget tenni a tények és a vélemények kö-zött, és gondoskodj arról, hogy döntéseid megbízható, tényszerű in-formációkon nyugodjanak. Aztán cselekedj!

Február 13.

Aki panaszkodik, hogy sosem kap lehetőséget, valószínűleg nem rendelkezik azzal a bátorsággal, hogy azt megragadja.

Thomas Edison egyszer megjegyezte, hogy az emberek többsége nem ismeri fel a kínáló alkalmakat, mert ezek gyakran azt köve-telik tőlük, hogy dolgozzanak. Egy lehetőség, egy kedvező alkalom kiaknázása igen gyakran sok munkát igényel, és vállalni kell annak kockázatát is, hogy az eredmény nem az lesz, amire számítunk.

Akár aktívan kezdeményezel, akár passzívan vársz, előbb-utóbb mindig eljutsz ahhoz a ponthoz, amikor élsz a lehetőséggel, vállalva az ismeretlennel járó kockázatot, vagy hátat fordítasz neki. Senki sem tudja előre megmondani, hol lesz ez a pont. Csak magad döntheted el, mikor érkezett el a pillanat, amikor lépned kell: bátor-ságot kell gyűjtened, és meg kell ragadnod az alkalmat.

Február 14.

Egy vak fiú úgy szerzett diplomát, hogy Braille-írással jegyzete-ket készített az előadásokról, ezeket több példányban legépelte, és eladta évfolyamtársainak, akiknek jobb volt a szemük, vi-szont gyengébb volt az ambíciójuk.

Az élet egyik nagy rejtélye, hogy emberek, akik mindennel ren-delkeznek — jó kapcsolatokkal, kiváló képzettséggel, széles körű tapasztalattal —, gyakorlatilag képtelenek valamit is elérni, míg mások, akiknek minden apróságért keményen meg kell küzdeniük, a siker hihetetlen magaslataira emelkednek. Úgy tűnik, minden az

elhatározáson múlik. Ha rendelkezel a sikerhez szükséges akarattal, valahogy mindig találni fogsz hozzá egy utat, tekintet nélkül arra, milyen akadályokkal találkozol.

Hogyan állsz te ezzel? Képes vagy mozgósítani minden energiádat és képességedet a siker érdekében, vagy híján vagy az ambícióknak? Rajtad kívül senki sem képes felébreszteni benned a te sikerredhez szükséges vágyat. Ha erős belső ösztönzést érzel, képes leszel észrevenni magad körül azokat a dolgokat, melyek segíthetnek célod elérésében. Cél és ösztönzés nélkül ezek elkerülték volna a figyelmedet.

Február 15.

Ha elcsüggedsz, gondolj Helen Kellerre, aki bár vak, süket és néma volt, könyveivel lelkesítette a nála szerencsésebb kortársait.

Helen Keller élete kiemelkedő példája annak, hogy az emberi lélek képes győzedelmeskedni a testi fogyatékoságok felett. Még ma is, évtizedekkel halála után, élete a remény világlátótornyaaként sugároz mindazok számára, akiknek állandó küzdelmet kell vívniuk magukkal és a körülményekkel, hogy képesek legyenek elvégezni egyszerű rutintevékenységeket, melyek egy egészséges ember számára semmilyen problémát sem jelentenek. Valahányszor úgy érzed, a sors kegyetlen volt hozzád, csak annyit kell tenned, hogy körül nézel, és máris be fogod látni, mennyire szerencsés vagy. Szervezd úgy az életedet, hogy vissza tudj adni valamit a közösségnek, anélkül hogy ezért ellenszolgáltatást várnál! Nemcsak pénzt adhatsz, hanem munkát és időt is. Ez erősíteni fogja kapcsolatodat a közösséggel, bizonyítékot fog szolgáltatni neked arra, hogy milyen eredményes az átgondolt cselekvés. Emlékeztetni fog arra is, milyen lelkesítő hatása van az elszántságnak az emberi erőfeszítésekre.

Február 16.

Ha legfelül kezded, csak egyetlen irányban haladhatsz — lefelé.

Talán a legrosszabb, ami emberrel történhet, hogy beleszületik a gazdagságba. Ha valaki beleszületik a kiváltságokba, ez megfosztja az élet legnagyobb ajándékától: attól a lehetőségtől, hogy saját erőfeszítéseinek eredményeként érjen el a siker legmagasabb csúcsára. Ha kevesebbrel születél, mint a legtöbben, ne irigykedj másokra, akik látszólag előnyösebb helyzetben vannak! Az igazság az, hogy te vagy az előnyösebb helyzetben, mert lehetőség van kifej-

leszteni magadban azt az önbecsülést, ami kizárólag annak eredménye, hogy csak a magad erejére támaszkodva küzdesz meg az élet kihívásaival. Ahogy haladsz, fokozatosan szert teszel arra a tudásra és jártasságra, ami szükséges, hogy részed legyen a tartós sikerben. Olyan dolgok ezek, melyeket ember nem adhat neked, csak saját erőfeszítéseiddel tehetsz szert rájuk.

Február 17.

Nem kötelező többet tenned, mint amiért megfizetnek, de ha ezt önként teszed, ezzel jelentősen meggyorsítod az előrelépésedet.

A kezdeményezés az a meglehetősen ritka emberi vonás, ami arra ösztönzi — nem kényszeríti, hanem ösztönzi — az egyént, hogy utasítás nélkül is megtegye, amiről tudja, hogy meg kell tenni. Olyan vonás ez, amit a világ igen nagyra értékel. A kezdeményezés előnyös helyezést biztosít számodra a versenyben, akár vállalkozó, akár hivatásos szolgáltató, akár vállalati vezető, akár óradíjas alkalmazott vagy. Fel fognak figyelni rád azok, akiktől függsz, és támaszkodni fognak rád, mert olyan valakiként ismertek meg, akire mindig lehet számítani, és mindig képes színvonalas munkát végezni.

Február 18.

A halogatás egy rossz szokás. Eredménye az, hogy holnaputánira akarjuk kitalolni azt, amit már tegnapelőtt el kellett volna végeznünk.

Egy eredményre törő személy esetében aligha lehet veszélyesebb és rombolóbb szokás, mint a halogatás, mert megfosztja őt a kezdeményezőerőtől. Ha egyszer elhalasztasz valamit, másodszor már könnyebb ugyanezt tenned, míg aztán a szokás annyira hatalmába kerít, hogy hihetetlenül nehéz vele szakítani. A halogatás szokásának következményei sajnos összeadódnak. Gyógyításának egyetlen módja van — a cselekvés. Meg fogsz lepődni, milyen elégedettséget érzel, ha tétovázás nélkül belefogsz egy nem igazán vonzó feladatba, és csinálod! Egy angol miniszterelnök, Benjamin Disraeli egyszer ezt mondta: „A cselekvés nem mindig hozza meg a boldogságot, de cselekvés nélkül nincs boldogság.”

Február 19.

A halogatás szokása kiváló alibigyártó.

Ha hajsz rá, tucatnyi okot tudsz találni arra, valamit miért *nem* lehet, vagy miért *nem* tudsz megcsinálni. Könnyebb azt mondanod, hogy túlságosan nehéz, túlságosan drága, túlságosan időrabló, mint elfogadnod, hogy ha kész vagy elég keményen, elég okosan, elég állhatatosan dolgozni, ésszerű határok között bármit meg tudsz csinálni. Ha észreveszed, hogy túlságosan is gyakran találsz mentséget arra, miért nem csinálsz meg valamit, vagy millió magyarázatod van arra, miért nem úgy mentek a dolgok, ahogy eltervezted, ideje, hogy megállj és változtass! Hagyj fel az alibik, a „logikus” magyarázatok keresésével, ehelyett kezd el halogatás nélkül csinálni a dolgokat!

Február20.

Az előrejutásra képtelen embereknek két típusa van. Az egyikhez azok tartoznak, akik csak azt teszik, amit mondanak nekik, a másikkhoz pedig azok, akik nem teszik meg, amit mondanak nekik.

Nehéz eldönteni, mi az elkésőbb: sodródni egyik munkahelyről a másikra, mert mindig az első között bocsátanak el, vagy monoton ismeretlenségben robotolni éveken át ugyanazon a munkahelyen. Az első annak következménye, hogy nem teszed meg, amit mondanak, a másik annak következménye, hogy *csak* azt teszed meg, amire utasítást kapsz. Egy ideig meg lehet élni abból, hogy a fenti út valamelyikét követed, ám aligha remélheted, hogy előbbre fogsz jutni. Ma, a magas technikával felszerelt, felvilágosult irányítási filozófiával rendelkező munkahelyeken a személyes kezdeményezés sokkal fontosabb, mint korábban, az ipari forradalom idején. Azokban az időkben az utasítások pontos végrehajtásának képességét igen sokra becsülték. Ez ugyanis elengedhetetlen volt a vállalat eredményes működéséhez. A technológia fejlődésével egyre több felügyeleti funkció válik feleslegessé, mindnyájunktól azt várják, hogy kevesebb erőfeszítéssel többet produkáljunk, magunk döntjük el, mit kell tennünk, és azt meg is tesszük. Ne várj hát, amíg megmondják, mit kell tenned! Ismerd meg a vállalatodat, és végezd a munkádat olyan kiválóan, hogy képes légy előre látni, mit kell *meg* tenned — aztán tedd is meg!

Február21.

Derítsd ki, hogyan lehet fokozni a termelékenységet, és ez fel fog emelni téged és a fizetésedet is!

Közismert, hogy mindig a munkát végző tudja a legjobban, hogyan lehet növelni annak termelékenységét. Miért van hát, hogy gyakran vonakodunk javaslatokat előterjeszteni a jobbításra? Talán túlságosan is sok racionalizálást és átszervezést éltünk már meg, hogy higgyünk abban a bölcsességben, hogy ha előre akarunk jutni, „fel kell dolgoznunk magunkat egy munkából”.

Ironizálhatunk a dolgon, azonban a régi bölcsesség még mindig érvényben van. Ha megtalárod a módját, hogyan lehet a dolgokat jobban, gyorsabban és olcsóbban elvégezni, sokkal értékesebbé válsz munkaadód számára. Ha bizonyítottad, értesz ahhoz, hogyan kell a tervezési értekezleteken, a minőségi körök munkájában. Elkerülhetetlen, hogy előléptessenek, mert egyike leszel azon kevés alkalmazottnak, aki túlságosan is értékes ahhoz, hogy elveszítse őt a cég.

Február22.

Takarékoskodj a cég kiadásaival, és a cég díjazni fogja takarékosságodat!

A jutalmat nem kapod meg feltétlenül még ma, a következő héten vagy a következő évben, de előbb vagy utóbb megkapod. Ha szokásoddá válik, hogy úgy gazdálkodj a vállalat erőforrásaival, mintha a sajátodéi lennének, ezzel azt bizonyítod, hogy kiérdemled munkaadód és munkatársaid bizalmát. Arra ítéltetsz, hogy jobb és értékesebb dolgokat csinálj. A megtakarításoknak nem kell feltétlenül óriásiaknak lenniük! A fontos — a szokás, hogy állandóan törd a fejed a veszteségek és a költségek csökkentésének lehetőségén. Elemezd rendszeresen, amit teszel, hogyan lehetne a munkádat gazdaságosabban végezni, és hamarosan nagyobb kerettel fogsz gazdálkodni, több embert fogsz irányítani.

Február23.

Ha ugyanolyan keményen dolgozol egy feladaton, amit magad akarsz elvégezni, mint azon, amit muszáj elvégezned, meg fog nyílni előtted a pálya.

Azt mondják, hogy egyidejűleg mindig két feladaton kell dolgoznod: az egyik, amit muszáj megcsinálnod, a másik pedig az, amihez kedvet érzel magadban. Ha az utóbbit ugyanolyan kemé-

nyen dolgozol, mint az előbbin, ezzel a jövőre készíted fel magad. Olyan jártasságokra teszel szert, melyek lehetővé teszik számodra, hogy kinődd jelenlegi pozíciódat és belenőj a főnököd és a főnököd főnökének pozíciójába. Amikor aztán eljön az ideje, felkészült vagy a lehetőség fogadására.

Ha megoldottál egy feladatot, ne ülj a habéjraidon! Kezdj azonnal gondolkodni a jövődön: hogyan végezheted jobban a munkád, és mit tanulj meg, ami elősegítheti a haladásodat. Tudásérzékeny társadalomban élünk, ahol az intellektuális tulajdonnak sokkal nagyobb értéke van, mint a tárgyi tulajdonnak. Ha lépést akarsz tartani a fejlődéssel, ha sikeres akarsz lenni, ez azt jelenti, egész életedben tanulnod kell ebben a gyorsan változó világban.

Február24.

Egy jól irányított szervezetnél minden előléptetés saját erőfeszítés eredménye. A vezető csupán annyiban vesz részt a tranzakcióban, hogy gondosan ellenőrzi, kiérdemelted-e az előléptetést.

Ha le akarjuk rontani egy szervezet munkamorálját, csupán annyit kell tennünk, hogy olyan munkahelyi légkört teremtsünk, amely azt a benyomást kelti a beosztottakban, hogy ha előre akarnak jutni, különböző fufangokhoz kell folyamodniuk. A legjobban vezetett vállalatok azok, amelyekben minden előléptetést kiérdemelnek, és minden felkészült személy azonos eséllyel indul, hogy megszerezze a pozíciót. Ha menedzser vagy, minden beosztottakat érintő döntést annak tükrében is mérlegelned kell, hogy kielégítik-e a *fair play* követelményeit. Ha pedig menedzser akarsz lenni, olyan cégnél helyezkedj el, ahol a munkásokkal korrekt módon bánnak. Ha a hozzáértéssel és eredményességgel érdemelted ki a pozíciódat, nem kell félned, hogy esetleg elveszted.

Február25.

A magányosság, az elkeseredés és az elégedetlenség elleni legjobb gyógyszer a kemény munka, ami jól megizzaszt.

Az érzelmeink gyakran érthetetlenek, változékonyak és megjósolhatatlanok. Nem mindig engedelmeskednek a logikának és az értelemnek, a cselekvésnek azonban engedelmeskednek. Ha néha úgy érzed, kezd úrrá lenni rajtad a magányosság, az elkeseredés és az elégedetlenség érzése, a legjobb módja, ahogy megölheted ezeket a negatív érzéseket, hogy halálra dolgozod őket. Általában semmi

sem olyan szörnyű, mint amilyennek először tűnik, és egy egész napos kemény munkánál nincs jobb módszer, hogy visszanyerd az arányérzékedet és a képességedet, és hogy dolgokat helyes megvilágításban láss.

Ha kezdenek hatalmukba keríteni a negatív érzések, és újra rágódní kezdesz a kudarcaidon, ez még rosszabbá teszi a dolgokat. Űzd ki őket a koponyádból, gondold pozitív, építő gondolatokra! A fizikai munka sokat segíthet ebben. Válassz olyan munkát, amely nem igényel különösebb koncentrációt, és csak az előtted álló feladattal foglalkozz. Dolgozz, és a negatív érzelmek elpárolognak a munka hevétől!

Február26.

Senki sem tarthat vissza téged, csak te magad.

Erezted már néha úgy, hogy magad vagy önmagad legnagyobb ellensége? Mindnyájunknak vannak pillanatai, amikor bármennyire is igyekszünk, a dolgok valahogy sehogy sem akarnak összeállni, pillanatok, amikor semmi sem sikerül, és ezért senkit sem hibáztatgatunk, csak magunkat. Ám mint ahogy néha magad vagy önmagad legrosszabb ellensége, lehetsz önmagad legjobb barátja is. Az átmenet általában akkor következik be, amikor rájössz, hogy az egyetlen személy, aki valóban befolyásolhatja kudarcaidat és sikereidet, nem más, mint te magad.

Akkor fedezed fel a legjobb barátodat, amikor éretté válsz ahhoz, hogy elfogadd magad annak, aki vagy, és következetesen munkálkodni kezdesz azon, hogy azzá válj, akivé válni szeretnél, vagyis amikor az önfejlesztés életed fontos részévé válik. Ha tárgyilagosan értékeled magad, hozzáláthatsz, hogy fejleszd az erősségeidet és kompenzálod a gyengéidet. Ha képes vagy erre, hamarosan rájössz, hogy csupán egy valaki állhat közéd és a siker közé — és ez a valaki te vagy.

Február27,

Arra vársz, hogy öledbe hulljon a siker, vagy hajlandó vagy kimenni a „terepre”, hogy megkeresd, hol rejtőzködik?

Milton, a költő ezt írta: „Azok is szolgálnak, akik csak állnak és várnak!” Ez lehet igaz, azonban az élet gazdagságaiban inkább lesz része azoknak, akik ezeket aktívan keresik. Ritkán fordul elő, hogy a siker, teljes díszben, zenekari kísérettel, magától vonul be a birto-

kunkra. Az esetek többségében azok számíthatnak rá, akik kitartóan és keményen dolgoznak.

Kezdeményezz, és meg fogod teremteni saját lehetőségeidet! Semmi sem helyettesítheti a határozott, átgondolt tervre alapozott cselekvést.

Február28.

Ha saját munkaadód volnál, meg lennél elégedve azzal a teljesítményeddel, amelyet felmutatsz?

Amikor vége a napnak, nem sokat számít, hogy mások mit gondolnak rólad. Az számít, hogy te mit gondolsz magadról. Áttekintve a napodat, tedd fel magadnak a kérdést: „Maradéktalanul kihasználtam az időmet? Beleadtam a munkába minden erőmet és képességet? Ha ez az én vállalatom lenne, azt kívánnám, hogy több száz hozzám hasonló munkás dolgozzon benne, vagy olyanokat szeretnék, akik nálam többet, vagy legalább egy kicsit többet kezdeményeznének?”

Ha olyan valaki vagy, akivel együtt szeretnél dolgozni, vagy akit szeretnél alkalmazottaként látni, nem vagy messze a naptól, hogy magad légy egy cég tulajdonosa — vagy legalábbis a cég értékes, elismert dolgozója. A legfontosabb azonban az, hogy nyugodtan alhatsz azzal a tudattal, hogy minden tőled telhetőt megtettél. Megdolgoztál a pénzéért, és eleget tettél az önmagaddal szemben támasztott követelményeknek.

Február29.

Csináld most!

Ez a mondat erőteljes „önserkentő”, amit be kell vetned, valahányszor halogatni kezdesz egy munkát.

Mindig vannak dolgok, melyeket el kell végezni. Ha hatalmába kerített a lustálkodás, kezdj foglalkozni valamivel, ami leginkább kedvedre való. Dolgozz rajta. Nem számít, mi az. A fontos az, hogy szakíts azzal a szokással, hogy nem csinálsz semmit! Másrészt, ha igyekszel kibújni egy feladat alól, akkor haladék nélkül neki kell látod. Ha nem ezt teszed, képzeleted óriásivá növeli, és egyre nehezebb lesz belefognod. Ha megtanulod, hogy engedelmeskedj a „Csináld most!” utasításnak, szert tétél annak titkára, hogyan léphetsz fel kezdeményezően minden körülmények között.

Március

A nyerő beállítottság

Március 1.

Az általad nyújtott szolgáltatás mennyisége és minősége, plusz a beállítottságod, ahogy ezt nyújtod — ez határozza meg, hogy cserébe mit kapsz érte, és azt, hogy milyen munkahelyed van.

Általában azokat léptetik elő, akik hajlandók megtenni az „extra mérföldet”, vagyis hajlandók többet tenni, mint amiért fizetik őket, még hozzá készségesen és örömmel. Amikor úgy döntesz, hogy minden munkához pozitív beállítottsággal közelítesz, és nem adod fel, amíg nem végzel a feladattal, megteszed az első lépést, hogy magad határozd meg a sorsodat.

Először talán nehéz lesz fenntartanod ezt a beállítottságot, ám egy idő múlva már szokásoddá válik. Ezután egyre jobban meg fognak mutatkozni az előnyei, mert olyannak ismernek meg, aki mindig kész többet nyújtani, és nem is hajlandó másként állni dolgokhoz.

Március 2.

A negatív lelki beállítottságú személy úgy vonzza magához a bajt, mint mágnes a vasreszeléket.

Az élet különös ténye, hogy elménk mindig megtalálja annak módját, hogy fizikai valósággá változtassa azokat a gondolatokat, melyekkel a legtöbbet foglalkozunk. Ha azt várod, hogy sikertelen leszel, biztos lehetsz abban, hogy ez fog történni, és ha minden helyzetben csak a negatívumokat látod meg, semmit sem fogsz észrevenni, ami pozitív erőként segíthetne téged. Szerencsére ennek fordítottja is igaz. Ha életet igénylő, pozitív személy vagy, a pozitív dolgokat fogod vonzani.

A pozitív gondolkodás titka az, hogy fejedből száműzöd a negatív gondolatokat, amint megjelennek. Ha túl sokat időzöl a dolgok negatív oldalánál, nem leszel képes létrehozni semmi értékeset. Mérlegeld bölcsen a lehetőségekben rejlő kockázatokat, de ne enged, hogy a kudarcától való félelem megbénítson!

Március 3.

Ha félsz vagy aggódsz, van valami a lelki beállítottságodban, amin változtatnod kell.

A félelem és az aggodás negatív érzelmek, amelyeknek nincs pozitív szerepük. Még ennél is rosszabb: hátrányosan befolyásolják a magatartásodat. Ha nem ügyelsz, kiszorítják a pozitív gondolatokat és érzelmeket, hatalmukba kerítik, romboló érzelmekkel töltik meg elmédet és lelkedet. Állandó kétségeket ébresztenek benned, hogy képes vagy-e eredményesen elvégezni azt, amibe belefoglál. Ha nem tartod ellenőrzésed alatt a félelem és az aggodás érzését, hamarosan azt fogod látni, hogy már teljesen hatalmukba kerítették.

Az érzések nem mindig befolyásolhatók logikával és értelemmel, de befolyásolhatók cselekvéssel. Cselekedj, és még ha tetteid nem is lesznek mindig a legmegfelelőbbek, maga a tény, hogy csinálsz valamit — bármit, ami konstruktív —, pozitív hatással lesz a gondolkozásodra és a magatartásodra.

Március 4.

Ne feledd, még soha senkit sem jutalmaztak vagy léptettek elő azért, mert negatívan áll hozzá dolgokhoz, és negatív a lelki beállítottsága!

Ha megvizsgálod egy valóban jól irányított szervezetet, azt látod, hogy azok a legsikeresebbek, akik pozitívak és segítőkészek, akik találnak időt arra, hogy bátorítsanak másokat, és ha rászolgáltak a dicséretre, dicsérik őket. A legmagasabb szinteken lévő személyek majdnem mindig pozitív beállítottságú, lelkes emberek, akik arra serkentenek másokat is, hogy ugyanígy álljanak hozzá az élethez és a dolgokhoz. Ennek ellenére mindig vannak olyanok, akik nem képesek felismerni az ebben rejlő üzenetet és úgy viselkednek, mintha *felpanaszkodhatnák* magukat a csúcsra.

Nem hiszem, hogy pályafutásod során vagy magánéletedben találkoztál volna egyetlen olyan helyzettel is, amikor a negatív beállítottság előnyös lett volna. Az életed minősége ugrásszerűen javul, ha szokásoddá teszed, hogy mindenhez pozitív beállítottsággal közelítesz.

Március 5.

A gyors előmenetel nem mindig bizonyul tartósnak.

Nem kevesen vannak, akik az előléptetés után kudarcot vallanak, mert képtelenek megfelelni az új kihívásoknak. Teljesen normális,

ha egy kis bizonytalanságot érzel magadban, amikor új posztra kerülés — végtére is még sosem végeztél ilyen munkát —, ám ritkán van részed előléptetésben, ha még nem rendelkezel azokkal a tapasztalatokkal és ismeretekkel, melyek alkalmassá tesznek a feladatra. Nos, kétségtelen, hogy kinevezésed napján még nem vagy sokoldalúan jártas az új feladatok elvégzésében. Nem azért léptettek elő, mert azt várják tőled, hogy első pillanattól kezdve hibátlanul dolgozz. Előléptetésed magyarázata az, hogy *potenciálisan* alkalmasnak tartanak a feladatra. Dolgozz keményen, hogy bizonyítsd, főnököd megalapozottan bízik benned. Amilyen gyorsan csak lehet, válj az új feladat kiemelkedő szakértőjévé. Céljaid között ez legyen a legfontosabb!

Március 6.

Kapni, mielőtt adnánk, ugyanolyan hiábavaló próbálkozás, mint megpróbálni aratni, anélkül, hogy vetnénk.

A Bibliában olvashatjuk, hogy ki mint vet, úgy arat. A világ legtermékenyebb földje sem hoz semmit, ha nem ültetjük be, nem műveljük meg, nem gondozzuk. Bármit tegyünk is, szoros kapcsolat van aközött, amit adunk, és amit kapunk. Időt és képességeket kell befektetnünk, ha azt várjuk, hogy munkánk profitot hozzon számunkra, és erőfeszítéseinkben sikeresek legyünk. Ahhoz, hogy kapjunk, először adnunk kell! Esetenként csalódhatsz, mert a munkáért nem kapod meg, ami jár, de ha előbb akarsz fizetséget, és csak utána akarsz dolgozni, életedben nem számíthatsz másra, mint csalódásra. Ha készségesen megteszed, amire kérnek, és csak utána igényled a díjat, gazdag aratásra számíthatsz mindenben, amivel az élet megjutalmazhat.

Március 7.

Egy sikeres embert mindig jobb utánozni, mint irigyelni.

A negatív érzelmek közül talán az irigység a legalattomosabb. Különösen veszedelmes, mert a kétségbeesés, a féltékenység és a düh negatív érzelmeivel helyettesítve mindazt, ami pozitív és gyümölcsöző benned, szétrombolja belső tartásodat. Ám ha örülsz mások sikereinek, őszinténjót kívánsz nekik, ezzel nemcsak elismered társaidat, akik rászolgáltak az elismerésre, hanem jobban is fogod magad érezni. Ha sikerült legyőznöd az irigységet, képes leszel meglátni, milyen lépések hozták meg a másik számára a sikert. Ebből tanulhatsz. Túl ezen, mások eredményeinek őszinte elismerésével erősíted a velük való kapcsolatodat.

Március 8.

Amíg csupán a jó tulajdonságaikkal foglalkozol, nem baj, ha másokról beszélsz.

Ma különösen időszerű a régi bölcsesség, hogy „ha nem mondatsz valakiről valami jót, akkor inkább ne mondj róla semmit!” Minden szervezetben, legyen az kicsi vagy nagy, a pletykák és a kósz hírek állandóan úton vannak. Biztos lehetsz abban, hogy a másokról mondott elmarasztaló véleményed hamarosan eljut a címzetthez, mert régi igazság, hogy akik másokról beszélnek nekünk, másoknak is beszélnek rólunk. Ezért nem csupán arra kell vigyáznod, hogy másokról ne mondj rosszat, hanem arra is, hogy ne végy részt olyan beszélgetésben, ahol mások ezt teszik. Azokkal légy együtt, akik fontos dolgokra összpontosítják figyelmüket, és soha sem kell majd elnézést kérned egy gyenge pillanatodban kiejtett bántó szavadért.

Március 9.

Vagy te uralod az életed, vagy az életed ural téged. A lelki beállítottságod meghatározza, ki az „úr”, és ki a „szolga”.

Abban a kérdésben, hogy ki irányítja az életedet, nem jöhet szóba semmilyen alku. Vagy te vagy az úr, és gyümölcsöző életet élsz, vagy hagyod, hogy a körülmények sodorjanak. Ám mindig vannak problémák. Amint egy öreg cowboy mondta: „Még nem volt olyan ló, amelyet ne lehetett volna megülni, és nem volt olyan lovas, akit valamelyik ne lett volna képes kivetni a nyergéből.” Mint mindenki másnak, neked is lesznek napjaid, amikor minden jól megy, és a mennyben érzed magad. Élvezd ezeket a napokat, és mindig emlékezz rájuk. Idézd fel a lelkesedést, az örömet, amit ilyenkor éreztél, mert amikor egy kínos és fájdalmas bukás után feltápáskodsz, a pozitív érzések és gondolatok extra mennyiségére lesz szükséged, hogy mosolyogva újra nekivágyj.

Március 10.

Ahelyett, hogy arról panaszkodnál, mi nem tetszik a munkádban, kezdj arról beszélni, mi az, amit szeretsz benne, és tapasztalni fogod, hogy a dolgok kezdenek jobban menni!

Nincs az a munka, amely mindig csak örömet jelent. Legyen bármi a szakmád vagy a hivatásod, mindig vannak benne kellemetlen, unalmas teendők, amiket szívesebben elhagynál. Az sem nehéz,

hogy gondolkozásunkban engedjük eluralkodni azokat a dolgokat, amelyeket nem szeretünk, és figyelmen kívül hagyjuk, hogy a munka egészen belül ezek csak kis hányadot tesznek ki. Tedd szokásoddá, hogy igyekszel mindennap valamijót találni a munkádban! Ennek nem kell feltétlen valami nagy, valami fontos dolognak lennie. Elég, ha örömet találsz egy apróságban, amit hozzáértően tudsz csinálni. Ha így jársz el, nem azt fogod várni, mikor lesz már vége a munkanapnak, hanem azt, mikor kezdhetsz már el dolgozni.

Március 11.

Néha bölcsebb csatlakozni az ellenfélhez, mint harcolni ellene.

Mennyivel jobb világ lenne ez, ha egyetértésben tudnánk dolgozni közös céljaink megvalósításán, ahelyett, hogy apróságokon vitatkozunk és tyúkpereket folytatunk! Ha hagyod magad belerángatni személyes konfliktusokba, intrikákba, vitákba, triviális ügyekkel kapcsolatos nézeteltérésekbe, hogy kinek jár valójában elismerés, ez csak apasztani fogja az energiádat és negatívvá teszi a beállítottságodat. Túl ezen értékes időt vesztesz, amit fontosabb dolgokra is fordíthatnál volna.

Ha gondosan megvizsgálod, hogy másokat mi ösztönöz, látni fogod, hogy ellenfeleid és saját nézeteidben sokkal több a közös, mint gondolnád. Ha megláncolod a hiúságod, és képes vagy a dolgokat a másik szemszögéből is látni, majdnem mindig megtalálod annak módját, ahogyan a kölcsönös előnyök bázisán együttműködhetesz a másikkal.

Március 12.

Senki sem képes megülni egy lovat, ha az ráébredt a benne szunnyadó erőre. Ez érvényes az emberekre is.

A ló nagy testű, kedvesjószág. Sokkal erősebb és nagyobb, mint az ember, aki irányítja, mégis ellenkezés nélkül engedelmeskedik a gazdája utasításainak. Nem tűnik logikusnak, hogy egy nagy és erős állat engedje, hogy uralkodjék rajta a nála sokkal kisebb ember, ám az intelligenciánk lehetővé teszi számunkra, hogy az egész állatvilág minket szolgáljon. Ezt az erőt te is felhasználhatod, hogy a pozitív oldalad uralma alá hajtsd a negatív oldaladat. A Pozitív Lelki Beállítottság lehetővé teszi számodra, hogy mozgósítsd a benned lakozó hatalmas erőket, és megvalósíts olyan dolgokat, melyekről sosem hitted volna, hogy lehetségesek számodra.

Március 13.

Ha több ellenséged van, mint barátod, ideje megváltoztatnod a lelki beállítottságodat.

Ha több ellenséged van, mint barátod, valószínű, hogy a probléma benned van. Tedd fel magadnak a kérdést: „Olyan valaki vagyok, akit szeretnék barátomul? Tekintettel vagyok mások érzéseire, vagy csak magamra gondolok? Igyekszem észrevenni másokban a jót, vagy mindig csak a rosszat látom meg bennük? Ha valami nem sikerül, a megoldást kutatom, vagy azt, hogy kit lehetne hibáztatni a kudarcért?” Az ilyen kérdésekre adott válaszok tartalmazzák a választ arra a kérdésre is, hogy „Miért van nekem több ellenségem, mint barátom?”

Március 14.

Lelki beállítottságod meghatározza, kik lesznek a barátaid.

Ha pozitív, sikeres ember akarsz lenni, gondosan kell megválogatnod a barátaidat. A pozitív barátok és a példaképek előnyös hatást gyakorolnak rád, míg a negatív barátok megölik a kezdeményezőkézségedet. Ne engedd, hogy a passzív többség duruzsolása ön-elégültté tegyen, mert ők azok, akik szerint a középserűség elfogadható megoldás! Összpontosíts a siker lehetőségére, ne pedig a lehetséges kudarcokra! Ha kételkedsz magadban, beszélj meg a dolgot egy pozitívan gondolkozó barátoddal, akinek sajátja, hogy alkotó módon áll hozzá a problémákhoz. Időről időre mindenkinek szüksége van egy kis lelkesítésre. Válassz pozitív, sikerorientált barátokat, akik mindig segítenek, hogy visszanyerd az optimizmusod! Kerüld a negatívan gondolkozókat, akik valahogy mindig találnak módot arra, hogy kilátástalanságukban lehúzzanak maguk mellé.

Március 15.

Mielőtt másokat akarnál vezetni, először meg kell tanulnod önmagadat vezetni!

Ha szert teszel a Pozitív Lelki Beállítottságra, ezzel azonnal le választod magad a tömegről. Vezetővé válsz, mert a pozitív gondolkozás pozitív cselekvést eredményez, míg a negatív gondolkozás eredménye az apátia és a passzivitás. Ha képes vagy bármilyen helyzetben kezdeményezően fellépni, a többiek követni fognak, mert az emberek szeretnek olyanokkal menni, akik tudják, hová tartanak. Azonban ahhoz, hogy vezess, először késznek kell lenned,

hogy fegyelmezd önmagad! A vezetés első szabálya, hogy sose kérj másoktól olyasmit, amit magad nem akarsz megtenni. Vezetni csak példamutatással lehet. Vezetőként ezért másoknál keményebben és állhatatosabban kell dolgoznod, bizonyítva számukra, hogy ura vagy saját sorsodnak!

Március 16.

A legjobb ajánlás, amit kaphatsz, az, amit önmagadnak adsz — kiváló szolgáltatást nyújtva és Pozitív Lelki Beállítottsággal közelítve ügyfeleidhez.

Csak addig érdekes az, hogy mások mit gondolnak rólad, amíg ez egybeesik azzal, amit önmagadról gondolsz. Ha elnyerted mások elismerését mint olyan pozitív személy, aki képes eredményesen hozzájárulni problémák megoldásához, mindig igényelni fogják a közreműködésedet. Ilyen emberből sosincs elég egyetlen szervezetben sem. Munkatársaid értékelni, ügyfeleid becsülni fognak, kivívod főnököd elismerését, és jó munkádat jutalmazni fogja. Nem lehetsz egyetlen pillanat alatt sikeres, de ugyanígy sikertelen sem leszel rövid idő leforgása alatt. Tedd szokásoddá, hogy megteszed az „extra mérföldet”, Pozitív Lelki Beállítottságot sugározva magadból.

Március 17.

A jellem jól felismerhetően tükröződik a lelki beállítottságban.

A pozitív jellemre épülő alapok nélkül elképzelhetetlen a tartós siker. Szilárd jellemet képtelenség színlelni. A csalókat hamar leleplezik, mert nincs bennük elég szívósság és elszántság, hogy fenn tartásák a látszatot. Egy szilárd jellem kifejesztése a pozitív beállítottsággal kezdődik. Szándékaid között elsőbbséget kell kapnia annak a törekvésnek, hogy jó, becsületes, őszinte és figyelmes légy. Ha elhatározad, hogy minden körülmények között jellemes emberként viselkedsz, tapasztalni fogod, hogy könnyebb lesz a helyes dolgot tenned csupán csak azért, mert azt tenni a helyes dolog.

Március 18.

Egy negatív elme csak negatív gondolatokat szül.

Lehetetlen, hogy egy negatív elme pozitív gondolatokkal foglalkozzék. Ha hagyod, hogy gondolataid az élet negatív oldalainál időzzenek, a negatív gondolkozás fokozatosan mindent kiszorít,

míg aztán már nem marad hely, ahol egyetlen pozitív gondolat is ki-sarjadhatna. Az eredmény egy sajátos gondolati „bukóspirál” lesz. A negatív gondolkodás szokása egyre több olyan negatív gondolatot gerjeszt, amiket az elme igyekszik fizikai valósággá változtatni. Az eredmény egy olyan élet lesz, melyet a kétségbeesés és a reménytelenység ural. Fejleszd ki magadban a szokást, hogy a negatív gondolatokat már felbukkanásuk pillanatában elfojtod! Kezd kicsiben! Amikor először hallod, amint egy belső hang azt súgja: „Ezt nem tudod megcsinálni!” — azonnal száműzd a fejedből ezt a gondolatot. Összpontosíts minden erőddel az előtted álló feladatra! Bontsd fel apróbb, könnyen elvégezhető részfeladatokra, és végezd el őket egyiket a másik után. Amikor a feladatot megoldottad, mondd a kételkedő önmagadnak: „Tévedtél! Képes vagyok rá! Mint látod, meg is csináltam!”

Március 19.

Nemjő, ha másokra egy ködös lelki beállítottság szemüvegén át nézünk.

Figyelmedet összpontosítsd a céljaidra, és legyen egy stabilizáló filozófiád, amely vízen tart a nehéz és viharos időkben. Ha következetesen alkalmazod a sikerelveket, és azok második természeteddé válnak, nem lesz szükséged arra, hogy időnként megállj, és zavartan azon töprengj, hogyan tovább. A pozitív válaszod automatikus lesz.

Szakíts időt magadnak az elmélkedésre és a tanulásra! Pontosan határozd meg a céljaidat! Készíts cselekvési tervet, amely tartalmazza a konkrét feladatokat és a határidőket! Olvass motivációs könyveket, nagy filozófusok műveit, és ismereteidet használd fel arra, hogy kidolgozd saját viselkedési normáidat! Legyen saját sikerfilozófiád, mely mellett nap mint nap szívósan kitartasz, tekintet nélkül arra, mit tesznek körülötted mások.

Március 20.

A Pozitív Lelki Beállítottság — ellenállhatatlan erő, amely nem ismer olyasmit, hogy mozdíthatatlan test.

Időről időre hallunk történeteket rendkívüli emberekről, akik szükségállapot körülményei között látszólag lehetetlen dolgokat visznek véghez. Herkulesi erő kifejtésre, elképzelhetetlen nehézségek elviselésére képesek, olyasmiket tesznek, amikről nem is ál-

modták volna, hogy képesek rá. Hát nem lenne csodálatos, ha ezt az erőt igába tudnád fogni, hogy amikor kell, bevesd? Képes vagy rá — ha hiszed, hogy képes vagy rá!

Biztos, hogy életedben volt már olyan időszak, amikor rendkívüli erővel koncentráltál valamilyen célra, amikor kevesebb idő alatt többet értél el, mint korábban bármikor. Ez a cél lehetett egy küszöbön álló vakáció, és az a törekvésed, hogy meglégy mindennel, mielőtt elutazol, de lehetett egy vizsga, melyen „át kellett menned”. Az az intenzitás, amit ezekben a helyzetekben felmutattál, más körülmények között is elérhető számodra, ha Pozitív Lelki Beállítottsággal rendelkezel.

Március 21.

Ne feledd, a lelki korlátok saját képzeleted szüleményei!

Az atléták évekig próbálkoztak azzal, hogy négy percen belül fussák az egy mérföldet, ám úgy tűnt, lehetetlen áttörni ezt az időhatárt. Aztán 1954. május 6-án egy angol futó, Roger Gilbert Banister bebizonyította, hogy a lehetetlen lehetséges: 3:59.4 perc alatt futotta az egy mérföldet. Röviddel utána már egymás után értek el mások ennél jobb időket is. Túlságosan is gyakran fordul elő velünk, hogy megszokott véleményeket tényekként kezelünk. Ügyelj arra, hogy magas célt tűzz ki! Ne tedd lejjebb a mércét csupán azért, mert kételkedésed eredményeként képzeleted korlátozni akarja, hogy ténylegesen mire vagy képes. Legtöbbször azért nem hozzuk ki magunkból mindazt, amire képesek vagyunk, mert visszariadunk attól, hogy magas mércét állítsunk magunk elé. Talán Robert Browning fogalmazott a legjobban, amikor ezt írta: "Az embernek messzebb kell nyúlnia, mint ahol kapaszkodik, különben mire van a távoli ég?"

Március 22.

Ha biztos vagy benne, hogy igazad van, nem kell törődnöd azzal, mit gondolnak mások!

Ha maradandó sikert akarsz elérni életedben, hajlandónak kell lenned arra, hogy elkülönülj a tömegtől. A siker a kisebbség priviligiuma. Miközben emelkedsz a siker lépcsőjén, tapasztalni fogod, hogy nem kevesen vannak, akik — irigységből vagy féltékenységből — eredményeidet igyekeznek kisebbiteni. Nem számít! Ha rendelkezel a szilárd meggyőződés bátorságával, célodtól semmi sem

tántoríthat el. Önállóan gondolkozva, cselekvéssel tesztelve és állandóan gazdagítva ismereteidet, kifejleszted magadban a képességet, hogy bízz az ítéletedben. Alkalmazd W. Clement Stone ismerethasznosítási módszerét, melynek lépései: Felismerés — Viszonyítás — Asszimilálás — Alkalmazás.

Március 23.

A legtöbb betegség negatív gondolkozással kezdődik.

Ez már számtalan esetben bebizonyosodott. Hipochondereken, akiknek meggyőződése, hogy betegek, noha semmi bajuk sincs, ugyanazok a tünetek jelentkeznek, mint azokon, akik valóban betegek. Számukra a betegség ugyanolyan valóságos, mintha tényleg fájdalmak kínoznák őket. Azzal is beteggé teheted magadat, hogy állandóan idegeskedsz, félve a kudarctól. Ez azért van, mert az elme állandóan azon munkálkodik, hogy valósággá változtassa azokat a dolgokat, melyekre a legtöbbet gondolunk. Lelki egészségedre ugyanúgy kell vigyáznod, mint a testi egészségedre. Mint ahogy a testre, igaz a lélekre is, hogy kiegyensúlyozott táplálkozásra van szüksége. Gondoskodj arról, hogy elmédet sok-sok pozitív gondolattal tápláld!

Március 24.

A Pozitív Lelki Beállítottsággal rendelkező személyeket sosem temeti maga alá a rutin.

A pozitív beállítottságú személyek mindig találnak valami újat még a leghétköznapibb feladatokban is. Nem hagyják, hogy hatalmába kerítse őket az unalom. Állandóan keresik annak lehetőségét, hogyan csinálhatják a dolgokat gyorsabban, jobban és hatékonyabban. Ha rendszeresen kutatód, hogyan lehet régi dolgokat hatékonyabban csinálni, ezt észre fogják venni, és ha megüresedik egy poszt, gondolni fognak rád. Mivel bebizonyítottad, hogy kezdeményező típus vagy és utasítás nélkül megteszed, amit meg kell tenni, irányítani fogod azok munkáját, akik a régi feladatodat végzik.

Március 25.

A boldogság titka a cselekvés, nem pedig a birtoklás.

Hányszor, de hányszor láthatunk embereket, akik kemény munkával nagy vagyonokra tesznek szert, és amikor már elérték, amire vágytak, hirtelen úgy érzik, üres lett az életük. A birtoklás, a vagyon

önmagában senkit sem tesz boldoggá. A boldogság titka az, hogy cselekszünk, méghozzá legjobb meggyőződésünk szerint. Ez a legjobb meggyőződés abból a jobbik énünkből sugárzik, amely felé állandóan igyekszünk. Törekedj ezért arra, hogy világos képed legyen erről a jobbik énről! Vizsgáld meg időről időre, hogy céljaid összhangban vannak-e vele. Ha nincsenek, módosítsd őket, mert aki önmagától távolodik, saját boldogságától távolodik. Ne feledd, a gazdagságra nem önmagáért van szükséged, hanem azért, hogy megkönnyítse számodra a cselekvő önfejlesztést, és másoknak is segíthess, hogy cselekvő, tartalmas és boldog életet éljenek!

Március 26.

Ha vereség ér, nem maga a vereség kínoz, hanem a lelki beállítottságod.

Az életben sok minden van, amire az embernek nincs befolyása, ám az tőlünk függ, hogyan állunk hozzá az elkerülhetetlen dolgokhoz. A vereség sosem végleges, csak ha véglegesnek fogadod el! Ha a beállítottságod pozitív, képes leszel olyan eseményként tekinteni a kudarcra, amely értékes tapasztalatok levonására ad lehetőséget. Ezek mind a későbbi siker alapjai. Nincs hát semmi ellentmondás abban, ha a sikeres emberek a kudarcot a siker lépcsőfokaiként kezelik.

Tedd fel magadnak a kérdést: „Mit kellett volna másként tennem, hogy jobb eredményt kapjak? Mit tehetek a jövőben, amivel csökkenthetem a problémákat és a hibákat? Mit tanultam ebből az esetből, ami hasznomra lehet a következő alkalommal?” Ha a nehézségekhez és a megpróbáltatásokhoz pozitív beállítottsággal közelítesz, meglepően hamar megtanulod, hogyan lehet a vereséget győzelemmé változtatni.

Március 27.

Ha nincs hozzá akaraterőd, hogy rendszeres mozgással biztosítsd fizikai erőnlétedet és egészségedet, akkor nincs elég akaraterőd ahhoz sem, hogy fenntartsd Pozitív Lelki Beállítottságodat az életed szempontjából nagyon fontos más helyzetekben.

A Pozitív Lelki Beállítottság nem egy egyszeri elhatározás eredménye. Nem elég csupán eldönteni, hogy a negatív gondolatokat Pozitív gondolatokkal helyettesítjük. Állandó figyelmet és elszánt-ságot igényel, ami elképzelhetetlen önfegyelem nélkül. Ugyanilyen

önfegyelemre van szükség ahhoz is, hogy vigyázzunk egészségünkre és fizikai állóképességünkre. Ezt az elszántságot nap mint nap újból meg kell erősítened, különben egyre gyengül, és a korábbi szent fogadalmak szemétdombjára kerül. Ha kézbe veszed sorsod irányítását, és elhatározod, hogy pozitívan közelítesz életed dolgaihoz — így testi és lelki egészségedhez is —, ebből jelentős előnyeid származnak. A pozitív fizikai állapot erősíti a Pozitív Lelki Beállítottságod, a pozitív beállítottság viszont segíteni fog, hogy megőrizd az egészséged.

Március 28.

Az igazi főnököd a lelki beállítottságod.

Időddel és munkáddal kapcsolatosan fontos lehet, mit vár tőled a munkaadód vagy mások, a gondolataid felett azonban senki sem uralkodhat, csupán te. Csak tőled függ, hogy milyen gondolatokat táplálsz, milyen a munkához való viszonyod, mit vagy hajlandó nyújtani azért, amit fizetnek neked. Csak tőled függ, hogy a negatív beállítottság rabszolgája leszel, vagy a pozitív beállítottság ura. A beállítottságod az egyetlen valami, ami az életben főnököd lehet, ám ez a főnök teljesen a te uralmad alatt áll. Ha képes vagy ellenőrzésed alatt tartani, hogy milyen beállítottsággal reagálsz eseményekre, az események rád vonatkozó következményeit tartod ellenőrzésed alatt.

Március 29.

Egy negatív beállítottsággal megfertőzött gondolkodás veszélyesebb, mint egy beteg test, mert ez a lelki betegség *mindig* ragályos.

Az emberi viselkedést tanulmányozó kutatók kimutatták, hogy ha valaki tagja egy csoportnak, egyszerűen lehetetlen számára, hogy ne legyenek befolyással rá a csoport más tagjai. Ugyanígy, egy csoport nem lehet erősebb, mint amilyen erős a leggyengébb tagja. Csak nagyon ritkán lehetséges egy csoportnak kiválóbb teljesítményt nyújtania, mint amire a leggyengébb tagja képes. Csak a csoportból kiszakadó egyének számára lehetséges túlszárnyalni azt a határt, amely a csoportot, mint egészet, korlátozza.

Ne keresd azok társaságát, akiket megfertőzött a negatív gondolkodás lelki betegsége! Keresd a boldog, pozitív, produktív személyek társaságát. Az időd sokkal fontosabb mint a pénz, ezért nagyon

gondosan kell vele gazdálkodnod! Igyekezz olyan emberekkel tölteni, akik ugyanúgy vágnak a sikerre, és ugyanúgy el vannak szánva, hogy fenntartják Pozitív Lelki Beállítottságukat, mint te.

Március 30.

Gondolataidat arra összpontosítsd, mit akarsz, ne pedig arra, mit nem akarsz az élettől!

Még csak most kezdjük érteni az agyműködés mechanizmusát, azt viszont már régen tudjuk, hogy a gondolatoknak komoly szerepük van az életünkben. Ha arra összpontosítunk, hogy *ne vétsük el* a célt, ahelyett, hogy arra összpontosítanánk, hogy a közepébe találjunk, az eredmény gyakran katasztrofális lesz. Ennek oka az, hogy negatív gondolatokat lehetetlen pozitívan elgondolni. Kérdezd meg bármelyik golfljátékost, mi történt, amikor arra koncentrált, hogy *ne vétsé el* a célt!

Ügyelj arra, hogy a céljaid konkrétak és pontosak legyenek! „Keresek egy halom pénzt”, vagy „küzdök a folyamatos előrejutásért” csupán kívánságok, és nem célok. Határozd meg pontosan, mennyi pénzt akarsz keresni és mikor, milyen előléptetést akarsz, hogyan szándékozod elérni, és mikor számítasz rá! Amint a Carlson Companies elnöke, Curt Carlson egyszer megjegyezte: „Az akadályok azok az ijesztő dolgok, amiket akkor látsz, ha szemedet leveleszed a célról.”

Március 31.

Változtasd meg a lelki beállítottságod, és körülötted meg fog változni a világ!

A világod olyanná válik, amilyenné tenni akarod. Elérhetsz nagy sikereket, vagy élhetsz nyomorúságos, reménytelen életet. A döntés a tiéd. Ha a pozitív irányt választod, mozgásba hozod azokat az erőket, amelyek lehetővé teszik, hogy ígéretes pályát fuss be, boldog családot, kellemes barátaid legyenek, egészséges maradj mind fizikailag, mind lelkileg, és részed legyen az élet más örömeiben is.

Világod megváltoztatása egy belülről kifelé irányuló tevékenység. Vagyis önmagaddal kell kezdened. Ha olyan irányt választasz, amely életedet pozitív pályára teszi, jobbá teszed életedet, és jobbá teszed azok életét is, akikkel kapcsolatba kerülsz.

Április Célok kitűzése

Április 1.

Ha hiszel magadban, akkor képes vagy rá!

„Önmagát beteljesítő jóslatnak" nevezik, ha olyasmi történik, aminek megtörténtében mélyen hittünk. Az elme olyan mechanizmus, amely állandóan keresi annak módját, ahogyan fizikai valósággá változtathatja azokat a dolgokat, amelyekre a legtöbbet gondolunk. Az emberek nem képesek kibontakoztatni a bennük rejlő potenciális képességeket, mert nem hisznek abban, hogy képesek dolgokra, melyeket mások megvalósíthatatlannak tartanak. Kétségtelen, hogy a „megvalósíthatatlan" dolgok nagyobb erőfeszítést és mélyebb koncentrációt igényelnek, ám amikor mégis megvalósítjuk őket, amit anyagi és erkölcsi elismerésben nyerünk, arányos lesz a befektetett erőfeszítéssel.

Április 2.

Amit elég gyakran mondasz magadnak, végül el fogod hinni, még ha nem is igaz.

Ha újból és újból ismételsz magadnak valamit, a tudatalattid végül tényként fogadja el. Ha a tudatalatti valamit tényként fogadott el, szüntelenül azon fog munkálkodni, hogy azt fizikai valósággá változtassa. Ezt kihasználhatod, ha elmédet pozitív gondolatokkal programozod be. Alkalmazz „önserkentőket", vagyis ismételd magadban olyan mondatokat, amelyek arról győzik meg a tudatalattidat, hogy képes vagy bármilyen célotat megvalósítani! Tedd ezt naponta többször is, amíg automatikussá nem válik, hogy amikor keltelkedsz magadban, beugrik a megfelelő önserkentő. A „nem tudom"-ot helyettesítsd a „meg tudom"-mal!

Április 3.

Ha magad nem hiszel benne, senkitől sem várhatod, hogy higgyen benne!

Lehetetlen megakadályozni, hogy a testbeszéd, a hanglejtés, a beszéd tónusa és más finom jelzések ne közvetítenék mások felé

belső kételyeidet. Ha viselkedésed azt tükrözi, hogy híján vagy az önbizalomnak, mások sem fognak hinni abban, hogy képes vagy dolgokat megcsinálni. Van azonban rá mód, hogy elnyerd mások bizalmát. Kezdd azzal, hogy listát készítesz azokról a vonásokról, melyeket tisztelsz magadban, vagyis az erősségeidről. Aztán egy másik listát a gyengéidről, vagyis azokról a tulajdonságaidról, melyeken szeretnél változtatni. Építs tudatosan a pozitív erőidre, közben dolgozz gyengéid visszaszorításán! Ez nem könnyű, ám ha tárgyilagosan értékelted magad és önfejlesztésedben állhatatos vagy, munkádat siker fogja koronázni.

Április 4.

Az erő, a sors azok mellé pártol, akik hisznek az igazságban.

Az ember a földgolyó egyetlen olyan teremtménye, aki képes hinni. A hit, párosulva azzal a belső „iránytűvel", amely lehetővé teszi számunkra, hogy megkülönböztessük ajót és a rosszat, hatalmas erejű fegyver a kezünkben egy gazdagabb és boldogabb életért folytatott küzdelemben. Amikor célokat tűzöl ki, ügyelj arra, hogy a helyes dolgokat akard családodnak, barátaidnak, munkaadódnak és önmagadnak. Ha mások azt látják, hogy korrekt és igazságos vagy a velük való kapcsolataidban, és nagylelkű, szilárd jellemű ember vagy, eget és földet megmozgatnak érted.

Április 5.

A szélhámósok mindenkinél keményebben dolgoznak és többet fizetnek mindenért, amit az élettől kapnak, de belelovalják magukat abba az illúzióba, hogy semmiért kapnak valamit.

Az üzletnek van egy fundamentális szabálya: ahhoz, hogy el tud adni magad másoknak, először meg kell tanulnod önmagadnak eladni magad! Ha nem hiszel terméked vagy szolgáltatásod értékében, mások sem fognak hinni benne. Ha megtévesztesz másokat, hogy számukra előnytelen üzletet köthess velük, keményen meg kell dolgoznod, hogy legyőzd azt a belső ellenállást, ami a tisztességtelen szándékokkal szemben ébred benned. Csak az olyan üzlet nevezhető jónak, amely előnyös minden érdekelt számára. Ha minden érdekeltnek egyenlő esélye van a profitra, és a kockázat egyformán oszlik meg az egymás boldogulását kölcsönösen szívükön viselő partnerek között, nemcsak a siker esélye lesz lényegesen nagyobb, de a hozzá vezető út is sokkal élvezetesebb lesz!

Április 6.

Ki mondja neked, hogy valamit lehetetlen megcsinálnod, és milyen kiemelkedő teljesítmény jogosítja fel arra, hogy korlátokat állítson eléd?

Hétköznapjaid során azt tapasztalhatod, hogy azok adnak a legnagyobb hévvel tanácsokat másoknak, akik a legkevésbé bizonyították, hogy van mit mondaniuk. A serény és sikeres emberek valahogy nem érzik szükségét annak, hogy közöljék veled, hogyan kellene élned. Túlságosan el vannak foglalva azzal, hogy élük a maguk életét. A sikerteleneknek és a középszerűeknek mindig rengeteg idejük van. Kudarcaid láttán örülnek, és ha nehézségeid vannak, már hallod is a hangjukat: „Nem megmondtam előre?!“

Ha valaki azt mondja neked, lehetetlen elérned, amit magad elé tűztél, vagy az egész nem éri meg az időt és az energiát, nézd meg jól, mit produkált ez az ember az életben! Jó esély van rá, hogy semmi figyelemre méltó sem került ki a keze alól. A sikeresek — *optimisták*. Azért vált szokásukká a siker, mert rég megtanulták, hogy magukra hallgassanak, ne pedig azokra, akik sikertelennek szeretnék őket látni.

Április 7.

Hol tartasz majd tíz év múlva, ha azt teszed, amit most?

Sokan nem ismerik fel, hogy a nagy siker hosszú időn át elért sok-sok apró siker eredménye. A valóban sikeres személyek távlatokban gondolkoznak. Tudják, hogy minden eredmény számít, mert ezek egymásra épülnek, és állandóan tanulják, hogyan lehet hatékonyabban csinálni dolgokat. A célok kitűzésének szerves része, hogy állandóan értékeled a haladásodat. Egy cél alig több egy kívánságnál, ha nem tartozik hozzá egy akcióprogram, amely tartalmazza a részletes feladatokat és a határidőket. Tervednek magában kell foglalnia a rövid távú, középtávú és hosszú távú célokat, és a körülmények változásával módosítanod kell ezeket. Pipáld ki, amit már megvalósítottál, és ahogy egyre többre vagy képes, állíts magad elé magasabb célokat! Rendszeresen szakíts rá időt, hogy elemezd, jó irányban haladsz-e.

Április 8.

Ne rombolj le semmit, amíg nem tudsz helyette valami jobbat építeni!

Ez a szabály egyaránt vonatkozik személyekre és emberekre.

Könnyű bírálni másokat a hibáikért, és ugyanilyen könnyű kifogásokat találni a munkájukban, vagy elégedetlenkedni az olyan helyzetek miatt, amelyek nem kedvükre valók. Sokkal nehezebb emberek „építőjének” lenni, értékes műveket alkotni, hasznos termékeket előállítani, nyereséges üzleti tevékenységet folytatni. Minden körülmények között arra törekedj, hogy „építő”, ne pedig „romboló” légy!

Ha mások tetteit vagy munkáját bírárod — gyermekeidét, munkaadódét, azokét, akikért vezetőként felelsz —, ügyelj arra, hogy a bírálatod pozitív és építő legyen. A cselekvésre, a jobbítás lehetőségére irányuljon, *ne* pedig az emberre! Tégy konkrét javaslatokat, és a másik figyelmét a siker lehetőségeire irányítsd.

Április 9.

Mit szeretnél megkapni az élettől, és mit vagy hajlandó nyújtani érte?

A fizikának van egy nagyon fontos törvénye, amely a következőt mondja ki: Minden hatással szemben fellép egy azzal azonos erejű, de ellentétes irányú ellenhatás. Ez az akció—reakció törvénye, amely érvényes az életre is. Dolgokból csak azt nyerheted ki, amiket beléjük adsz. Ha bőkezű vagy az időddel és az energiáiddal, ez busásan meg fog térülni. Ha fukar vagy az adásban, amit kapsz, arányos lesz a befektetéseddel. A nagy hozamokhoz hatalmas személyes erőfeszítésekre és nagy tőkére van szükség.

Világosan meg kell értened, hogy az életben mindennek ára van. Ha egy célt tűzöl magad elé, és kész vagy befektetni időt, energiát és önfegyelmet, hogy elérd, azt fogod látni, hogy még a legambiciózusabb célok is elérhetőek lesznek számodra.

Április 10.

A sikeres emberek figyelmüket arra összpontosítják, hogy mit akarnak, nem pedig arra, hogy mit nem akarnak elérni az életben.

Egyszerűen lehetetlen, hogy az ésszerű lehetőségeken belül maradván az ember ne váljon azzá, amire a legtöbbet gondol. Ha elég hosszú ideig összpontosítasz valamire, ez lényedbe ivódik, lelked elszakíthatatlan részévé válik. Használd ki előnyödre ezt a törvényt! Ha a problémákra gondolsz, problémákkal fogsz találkozni. Ha megoldásokra gondolsz, megoldásokkal fogsz találkozni. Teljesen természetes, hogy időnként vannak kétségeid, félelmeid, és időn-

ként bizonytalanságot érzel. A sikeres emberek megtanulják, hogyan lehet ezeket az érzéseket legyűzni, kialakítva magukban azt a szokást, hogy a céljaikra, nem pedig a zavaró tényezőkre koncentrálnak.

Április 11.

Azt kapod, amire vágysz, ha nem vagy hajlandó elfogadni semmilyen pötléket.

A kompromisszum a politika, a diplomácia és a tárgyalások nélkülözhetetlen eleme, de a célok kitűzésénél kerülnünk kell. Az életben azok érnek el kiemelkedő sikereket, akik csak a maximumot hajlandók elfogadni maguktól, és fontos céljaikat illetően nem hajlandók megalkudni.

Ha kezdesz magaddal alkudozni, hogy kevesebbet is elfogadj magadtól, mint amit szeretnél elérni, állj meg egy percre és elemezd a helyzetet! Valóban leküzdhetetlenek az előtted tornyosuló akadályok? Van más mód, ahogy megbirkózhatsz a problémával? Megkerülheted valahogy az akadályokat? Bármilyen kis lépés a helyes irányban közelít a céloddhoz. A nagy célok felé megtett lépéseket néha csak centiméterekkel lehet mérni, ám sok kis lépés végül meghozza az eredményt.

Április 12.

Ne foglalkozz azzal, mit tettél a múltban! Foglalkozz azzal, mit szándékozol tenni a jövőben!

Shakespeare véleménye, miszerint „a múlt csupán előjáték”, ma, ebben a nagy sebességgel változó, high-tech világban különösen időszerű. Minden, amit a múltban tettünk, csupán előkészület arra, hogy képesek legyünk megbirkózni a jövő feladataival. Ne időzz sokat a múlt dicsőségénél. Ízlelgesd a jelen sikereinek ízét és tervezd a jövő feladatait! Légy büszke arra, amit elértél, keresd annak módját, hogyan végezheted eredményesebben a rutin teendőket, és gratulálj magadnak, ha valamit sikerült nagyon jól megcsinálnod.

Április 13.

Az egyetlen biztos és változatlan dolog a világmindenségben az, amit magadban elhatároztál.

Kétségbenvonhatatlan igazság, hogy korlátaink többségét mi magunk emeljük. Bizonyos dolgokat azért tartunk a magunk számára lehetetlennek, mert meggyőzzük magunkat, hogy lehetetlenek. Egy

kísérletben a tudósok üveggel választottak el egy ragadozó halat egy másiktól, amelyre ez vadászott. A ragadozó ismét és ismét nekirohant az üvegfalnak, ám végül feladta. Egy idő múlva a kutatók eltávolították az üvegfalat, de a ragadozó hal továbbra is már csak a korábban korlátozott területen úszkált.

Az ember szokásainak rabja. Éppen ezért parancsolóan szükséges, hogy időről időre ellenőrizd teljesítőképességed határait. Ahogy fejlődsz és jártasabb leszel abban, amit csinálsz, tapasztalni fogod, hogy dolgok, melyek korábban lehetetlenek voltak számodra, ma már rutinná váltak. Időnként szakíts időt az alkotó ábrándozásra! Elmélkedj azon, mit csinálnál, ha képes lennél megtenni mindazt, amire vágysz. Ha konkrét jó i mérhető célokat tűzöl magad elé, és cselekvési tervet készítesz a megvalósításukra, azt fogod látni, hogy álmaid fokozatosan átkerülnek a lehetőségek birodalmába.

Április 14.

Ha nem tudod, mit akarsz az élettől, mit gondolsz, mit fogsz kapni?

Az emberek többsége úgy éli le az életét, hogy sodortatja magát. Nem tudatosodik bennük, hogy jövőjüket maguk formálhatják. A kiemelkedő sikerekre képes kisebbség azokból áll, akik tudják, mit akarnak, és világos tervvel rendelkeznek, hogyan érhetik el céljaikat. Tehát: tudják, hogy mit akarnak, és azt is, hogyan érhetik azt el. Céljaidnak konkrétaknak, mérhetőeknek kell lenniük! Határidőket kell melléjük rendelned! Megvalósításukat segíti, hajói átlátható alcélokra, konkrét feladatokra bontod őket. Pontosan kell tudnod, mit akarsz elérni, amikor a megvalósítás módszereit tervezed. Rendszeresen ellenőrizd a haladásodat, szükség esetén módosítsd az irányt, és soha, soha ne add fel!

Április 15.

Tudd, hogy mit akarsz az élettől, de tudd azt is, hogy mit kell ezért cserébe adnod!

Tanulmányozva a sikeres személyek életét meggyőződhetesz, hogy sikereikért mindig egy sikerrel arányos árat fizettek. A figyelmes elemzés mindig kimutatja, hogy a nagyszerű sikereket mindig évek hosszú készülődése előzte meg. Ez igaz minden emberi teljesítményre, legyen szó művészetről, orvostudományról, kutatásról vagy üzleti vállalkozásról. Semmi sem jön könnyen, amiért érdemes dolgozni.

Amikor kitűzöd céljaidat, vedd figyelembe azt is, milyen áldozatokra vagy hajlandó azok eléréséért! Rengeteg időt, energiát és képességet kell befektetned, mielőtt realisan számíthatsz befektetésed megtérülésére. Sok „pillanat alatt sikeres” személy dolgozott éveken át az ismeretlenség homályában, míg megkapta az eredményéért járó elismerést.

Április 16.

A leggondosabban azokat a dolgokat vizsgálj meg, melyekre a leginkább vágysz!

Túlságosan is sokan vannak, akik kevesebbet foglalkoznak életük tervezésével, mint azzal, hogy milyen programokat szervezzenek a hétvégére. Aztán egy szép napon ráébrednek, hogy az élet elment mellettük, és még azt a szimpla igazságot sem értették meg, hogy az idő visszafordíthatatlanul folyik. Amikor elmélyülten tanulmányozod, mi az, amire a leginkább vágysz az életben, gondolataidat és energiáidat akaratlanul is kezded arra összpontosítani, amit el szándékozol érni. Egy határozott életcél kitűzésének legnagyobb előnye az, hogy segít a prioritások meghatározásában. Ha világos előtted, mi a legfontosabb célod, szükségtelen minden helyzetet külön elemezned — automatikusan tudod, hogy amit teszel, a célod felé visz, vagy pedig távolít tőle. Ha van egy életcélod, képes leszel maximális eredményességgel bevetni az erőforrásaidat: idődet, pénzedet és energiáidat.

Április 17.

A bölcsességhez ugyanúgy hozzátartozik, hogy tudjuk, mit ne akarjunk, mint az, hogy tudjuk, mit akarunk.

Céljaidat úgy kell megválasztanod, hogy megvalósításukkal elérd mindazt, amire a leginkább vágysz. Mégpedig a számodra, nem pedig valaki más számára. Bizonyos mennyiségű kísérletezésre szükség van — különösen az első években —, hogy rájössz, mi az, amit valóban szeretnél, és mi az, amit valóban jól tudsz csinálni. A szakmai és anyagi természetű célok mellett személyes célokkal is rendelkezned kell! Ide tartozik a számodra fontos emberekkel való kapcsolatok ápolása. Életed tervezésének magában kell foglalnia olyan célokat is, melyek „csupán” azt szolgálják, hogy örülj, és élvezd a létet. A szellemi fejlődésed szintén olyan dolog, ami elengedhetetlen, ha boldog, kiegyensúlyozott, teljes életet akarsz élni. Tervezd úgy a tevékenységed, hogy maradjon időd az önfejlesztésre is

Az önfejlesztésnek kettős öröme van: örülsz, amikor érzed, hogy egyre többet tudsz, egyre többre vagy képes, aztán örülsz, amikor látod, hogy bonyolult helyzetekben egyre könnyebben igazodsz el, egyre jártasabb vagy az emberi dolgokban.

Április 18.

Életcélod megválasztásánál ne félj magasra célozni, mert függetlenül attól, milyen magas a cél, a teljesítményed sokszor úgymint elmarad tőle!

Ma már sok vállalat a minőségbiztosítási program részeként kezeli a „folyamatosjavítás” rendszerét. Felismerték, hogy ha a világpiacon versenyképesek akarnak maradni, a vállalkozás minden oldalát fejleszteniük kell, különben nincs esélyük a versenytársakkal szemben. Az élet valójában nem más, mint a tanulás és a tapasztalatszerzés halálíg tartó folyamata. Minden siker és minden kudarc csupán felkészülés arra a pillanatra, amikor végül eléred, amire mindig vágytál. Rövid- és középtávú céljaidnak elérhetőeknek kell lenniük, hosszú távú céljaidnak azonban mindig túl kell mutatniuk mai képességeiden! Amint Vergilius mondta: "A szerencse a merészeket tart."

Április 19.

Ha nem tudod, mit akarsz, ne panaszkodj, hogy nem találkozol kedvező lehetőséggel!

Általában azok panaszkodnak a lehangosabban, hogy sosem találkoznak kedvező lehetőségekkel, akik mindig találnak felmentést a kudarcaikra. Ők sosem hibásak. Annak áldozatai, hogy milyen géneket örököltek, hogy milyen környezetben nőttek fel, hogy nem tanulhattak. Kimeríthetetlenek, amikor arról adnak számot, mi minden akadályozta őket abban, hogy megmutassák, mire képesek! Ám ha alaposan meggondolod, mindenki képes rá, hogy elégséges okot hozzon fel arra, ha nem próbálkozik valamivel, vagy nem tart ki állhatatosan egy feladat mellett. A sikeres emberek nem tartoznak a felmentést keresők közé. Vállalják tetteik következményeit, célokat tűznek ki, és elérésükért maguk vállalnak felelősséget. Ami másokban kétségbeesést ébreszt, számukra remény forrása. Minden helyzethez kezdeményezően, lelkesedéssel közelítenek, magabiztosak, mert tudják, hogy semmi sem lehetetlen azok számára, akik Pozitív Leleki Beállítottsággal rendelkeznek.

Április 20.

Ez egy csodálatos világ az olyanok számára, akik pontosan tudják, mit akarnak az élettől, és serényen dolgoznak, hogy azt meg is kapják.

Akkor vagyunk a legboldogabbak, amikor céljaink megvalósításán munkálkodunk. Az emberi természet sajátja, hogy ha elértünk egy célt, máris egy másikat, egy nagyobbat tűzünk ki. W. Clement Stone ezt ösztönző elégedetlenségnek nevezi. Ez az a lehangoltság, ami erőt vesz az emberen, amikor célját éppen elérte, de még nem látott neki, hogy kitűzzön egy következőt. Ha elfog ez a mardosó érzés, ideje, hogy cselekvésnek láss! Legyen mindig egy hosszú távú célod, és ha ennek egy rész célját elérted, természetes folyamatként tűzd ki a következőt!

Április 21.

Az olyan ember, akinek nincs életcélja, hasonló ahhoz a hajóhoz, amely iránytű nélkül hanyódik a tengeren.

Ha részletesen tanulmányozol egy navigációs térképet, azt fogod látni, hogy az egyik pontból a másikba vezető út sosem egyenes, hanem több cikcakkos szakaszból áll. A kapitány állandóan változtatja az irányt, hogy kompenzálja azokat a hatásokat, amelyek a külső körülmények változásából erednek. Az utazás során csupán egyetlen dolog változatlan — az úti cél.

Igaz ez az emberi életre is. Legyen bármi az életcélod, azt fogod látni, hogy mindig vannak környezeti hatások, amelyek felett nincs hatalmad. Ezek ellen csupán azt teheted, hogy módosítod az irányt, és folytatod haladásod a cél felé. A siker titka az, hogy sose feledkezz meg a célról. Csupán ez gátolhatja meg, hogy ne kezdj sodródni az árral!

Április 22.

Az égő vágy, hogy valakik legyünk és valamit felmutassunk — ez az a startvonal, ahonnan az álmodozó indul.

Sok évvel ezelőtt egy nagy hírű egyetem diplomakiosztó ünnepségének szónoka megkérte a végzősöket, hogy akinek van egy határozott, világos életcélja, emelje fel a kezét. A teremben mindössze három kéz emelkedett a magasba. Huszonöt évvel később, amikor évfolyamtalálkozó volt, kiderült, hogy a csoportból ez a három személy jutott a legmagasabbra.

Akik tudják, hová tartanak, mindig nagyobb sikereket érnek el,

mint akik csak sodródnak, és arra várnak, hogy a környezet szállítsa nekik a kedvező lehetőségeket. A sikeresek maguk teremtik meg a kedvező alkalmakat, olyan intenzitással összpontosítva a céljaikra, ami már határos a megszállottsággal. Ennek következménye az, hogy minden tettük a céljuk felé közelíti őket.

Április 23.

Az akaratérő forrása a szándék határozottsága, amely a személyes kezdeményezésre épülőállhatatos cselekvésben mutatkozik meg.

Az irigyek általában a szerencsével magyarázzák mások sikereit. Semmi sem lehet ennél tévesebb. Amint Darryl Royal, a híres edző mondta egyszer: „A szerencse nem más, mint annak pillanata, amikor a felkészültség találkozik az alkalommal.” A szerencse annak eredménye, hogy van egy határozott életcélod, és kézbe véve sorodat teszel megvalósulása érdekében. Esetenként követhetsz el hibákat, ez mindenkivel előfordul, de bármilyen tett többet ér, mint a passzív várakozás.

Április 24.

A kormány nélküli hajó és a cél nélküli ember végül zátonyon köt ki.

A célod — mint egy hajó kormányja — biztosítani fogja, hogy eljuss oda, ahová terveztél. Célok nélkül olyan vagy, mint egy kormányát vesztett hajó: képtelen vagy tartani az irányt.

Tedd szokásoddá, hogy célokat tűzöl ki! Ha néha problémád van, hogy fókuszban tartsd őket, tűzz ki kisebb, könnyebben elérhető célokat, és tarts ki mellettük a megvalósításukig. Ilyen kisebb cél lehet például, hogy igyekszel megtalálni azokat az utakat, ahogyan egy rutinmunkát hatékonyabban tudsz végezni. Vagy azzal a feladattal kezdesz, ami több energiát és nagyobb koncentrációt igényel, és a végére hagyod a könnyebb teendőket. Az apró sikerek szükségszerűen elvezetnek a nagyobb eredményhez.

Április 25.

A becsületesség és a kemény munka a jellem fontos építőkövei, de sosem tesznek sikeressé valakit, ha nem egy kiemelkedő cél megvalósítását szolgálják.

A szilárd jellemnek fontos szerepe van a sikerben, és a vezetői kiállítás nélkülözhetetlen eleme, ám önmagában nem hozza meg a si-

kert. Szükség van arra is, hogy erőt egy nagy cél érdekében mozgósítsd. Amikor tisztességes és jó emberek — szilárd jellemű emberek — összefognak egy nagy cél érdekében, amelyért lelkesednek, és amelyért készek bevetni energiáikat, az eredmény lélegzetelállító lehet. A határozott cél és a kiemelkedő jellem félelmetesen hatékony kombináció.

Április 26.

Egy határozott, nagy cél nélküli élet nem ígérhet mást, csak silány, tartalmatlan létezést

Természetesen léélheted az életed egy nagy cél nélkül is, ám nem számíthatsz arra, hogy viszed valamire. A teljesítmény kiindulópontja a konkrétan megfogalmazott cél. Különösen fontos, hogy az anyagi természetű célok konkrétak és mérhetőek legyenek! Tudnod kell, mennyit akarsz keresni, mikor, és milyen tevékenységgel. Az anyagi biztonság legnagyobb előnye az a lelki nyugalom, hogy tartogasson bármilyen meglepetést is az élet, rendelkez az eszközökkel, hogy megoldd a problémákat. Jobban tudsz koncentrálni az előnyös lehetőségek kiaknázására, mert figyelmedet nem vonja el az a görcsös erőfeszítés, hogy biztosítsd a megélhetésedet.

Április 27.

Ha nincs életcélod, elkerülhetetlenül a biztos kudarc felé sodródsz.

Céljaid tekintetében csupán két lehetőség van. Vagy közeledsz hozzájuk, vagy távolodsz tőlük. Ha kitűzted életcélodat, dolgozz keményen a megvalósításán! Ha rendelkez a meggyőződés bátorságával, ha a célodat magad választottad, lesz erőd, hogy kitarts, amíg el nem éred a sikert.

Április 28.

Lehetetlen dolog nagyobbá válnod, mint az uralkodó gondolataid.

Ha igaz, hogy az egyén fejlődését az határozza meg, milyen gondolatokat táplál az idő legnagyobb részében, akkor az életben elért sikereid száma és nagysága közvetlenül függ gondolataid minőségétől. Ha engeded, hogy szellemedet csip-csup gondolatok uralják, csip-csup eredményeid lesznek. Tedd szokásoddá, hogy nagy gondolatokat táplálsz magadban! Figyeld, milyen újdonságok vannak a

szakterületeden, és mi játszódik le a világban! Rendszeresen vesd papírra az ötleteidet, hogy legyen egy ötletbankod, amikor alkotó megoldást keresel egy problémára! Ne feledd, a kis szellemek gondolkozása a tárgyak körül forog, a nagy szellemek viszont új ötletek, új megoldások után kutatnak.

Április 29.

Előrejutásod az életben a gondolataiddal kezdődik és azokkal is végződik.

Minden nagyszerű eredmény ötletcsírával kezdődik, ami egyetlen személy fejből pattan ki. Ezután fokozatosan gyakorlatban is hasznosítható megoldás formáját ölti, míg végül a fizikai valóság részévé válik. Tanulással és elmélkedéssel változtasd elmédet a jó ötletek termelékeny „gyárává”, és gyakorlással tégy szert arra az önfegyelemre, ami szükséges, hogy a jó ötleteket végig is vidd a gyakorlati megvalósításig! Még a világ legjobb ötlete is csupán álom, ha nem követi cselekvés. Egy közepeszerű, de megvalósult elképzelés is sokkal többet ér, mint egy zseniális gondolat, amely egy parlagon hagyott, fegyelmezetlen elmében fészkel, és reménytelenül epekedik a megvalósulás iránt.

Április 30.

A siker első alapköve a szándék állhatatossága.

Sikered szempontjából kiemelt fontossága van, hogy rendelkez egy jól átgondolt életcéllal, és kitarts mellette, bármit mondanak is róla mások, és bármilyen akadállyal találkoz is az utadon. Mindig lesznek, akik mindenben hibát keresnek, és akik igyekeznek meggyőzni, hogy céljaid nem érik meg az erőfeszítést. Az ilyenek sosem jutnak messzire, és ők lesznek az elsők, akik segítségedet fogják kérni, ha kinőttes és elhagyta őket. Nincs olyan sikeres ember, aki küzdve céljának megvalósításáért, legalább egyszer ne gondolt volna arra, hogy talán jobb lenne mégis feladnia. Sok áttörés éppen akkor következett be, amikor kételyekkel felhagyva, új erővel láttak neki a teendőknél. Nincs olyan akadály, amely ne lehetne leküzdhető vagy megkerülhető az olyan ember számára, aki rendelkezik egy szilárd életcéllal, Pozitív Lelki Beállítottsággal, és van elég fegyelme és akaratereje, hogy azokban a pillanatokban is kitarts, amikor kicsit lanyhul lelkesedésének ereje.

Május Cselekvés!

Május 1.

Ha valóban kiváló vagy, akkor hagyod, hogy erről tetteid győzzenek meg másokat.

Mondhatsz bármit, végső soron az számít, mit teszel. Előadhatsz remek sztorikat, de bármilyen hozzáértően is add el magadat másoknak, végül a tetteiddel kell bizonyítanod, mit érsz. Kétségtelenül igaz, hogy az emberek általában megbocsátok, és elnéznek egy-egy kisebb kudarcot, amikor nem vagy képes beváltani az ígéretedet. Végül azonban állnod kell, amit ígértél, ha azt akarod, hogy másokra tartósan jó benyomást tégy!

Tedd szokásoddá, hogy először a gyakorlatban mutatód be-képességeidet, és csak utána beszélsz róluk. Tettek nélkül ritkán született még bármi valóban kiváló is. A kudarchoz és elkeseredéshez vezető utat olyan álmok szegélyezik, amelyeket nem követett a cselekvés.

Május 2.

Tartsd elveszettnek a napot, melynek során nem tettél semmi jót!

Akiknek életéhez hozzátartozik, hogy másokat segítenek, jól tudják, hogy aki segít, tetteivel legalább annyit nyer, mint akin segítenek. Ha segítesz embertársadon, ez jobb emberré tesz. Az a pozitív hatás, amit a jótett kifejt *rád*, jóval azután is megmarad, hogy a másik már elfelejtette, amit érdekében cselekedtetél. A segítségnek nem kell költségesnek vagy nagynak lennie. Egy kedves szóra, egy udvarias gesztusra emlékezni fognak és becsülni fogják.

Május 3.

A kitüntetések és a címek nem fognak számítani, amikor életed végén számot kell adnod arról, milyen életet éltél.

A kereszténység fundamentális alapelve — de lehet, hogy ez így van más vallásoknál is —, hogy csupán egyetlen mércét alkalmaz

annak megítélésére, mennyire volt eredményes a vendégeskedésed ezen a Földön: hogyan élted le az életedet. Nem fog számítani, mennyi kincset, mekkora vagyont hordtál össze. Legyen bármi is a hited, légy akár ateista, a hétköznapi viselkedés egyik bölcs szabálya, hogy igyekezz olyan életet élni, hogy amikor a végére érsz, büszkén mondhasd, jobba tetted azok életét, akikkel kapcsolatba kerültél.

A hétköznapiok tülekedésében könnyű szem elől téveszteni az élet valódi értékeit, azokat a dolgokat, melyek valóban számítanak. Tobin Ilona pszichológus a valódi sikert úgy határozza meg, hogy az nem más, mint „mások őszinte szeretete; fizikai és lelki egészség; elég vagyon, hogy rendelkez választási lehetőségekkel; és elég idő, hogy mindezt élvezni is tudd.” Bármit jelentsen is számodra a siker, ügyelj arra, hogy megfelelő mennyiségben foglaljon magába olyan dolgokat, amik valóban fontosak és értékesek az életben!

Május 4.

A dicsekvés egyetlen hatékony módja, ha szavaink helyett a tetteink bizonyítanak.

Azt mondják, az nem dicsekvés, ha arról beszélsz, amit valóban képes vagy megtenni. Ez lehet igaz, de sokkal hatásosabb, ha először megteszed, és csak utána beszélsz róla. Mellesleg a rólad mondott jó véleményeknek nagyobb a súlya, ha nem te, hanem más mondja. Ha úgy érzed, dicsekedned kell teljesítményeiddel, állj meg egy percre, végy mély lélegzetet, és kérdezz meg valaki mást, milyen eredményei vannak *neki!*

Május 5.

Ha már bebeszélte magadnak, mit szeretnél, hagyd abba a "beszédet", és engedd, hogy a tetteid vegyék át a szót!

Jó kezdés, ha sikerül meggyőződnöd magad, hogy valamit képes vagy megcsinálni. A következő lépés, hogy készítesz egy reális tervet, és munkához látsz. Minél tovább halogatod a cselekvést, annál nehezebb lesz elkezdened.

Ritkán fordul elő, hogy egy terv tökéletes. Ha világosan látod a célokat és rendelkez egy tervvel, ami elég rugalmas, hogy kihasználhasd a felbukkanó kedvező lehetőségeket és leküzdöd a váratlan akadályokat, egyetlen percet se késlekedj! A cselekvés — még ha később bizonyos módosításokra kényszerülsz is — segíteni fog, hogy energiáidat és gondolataidat a célra összpontosítsd.

Május 6.

Kiválóságunk legeredményesebb hírvívői a tettek, nem pedig a szavak.

Vannak idők, amikor felkérnek, hogy mutasd meg magad, szállj versenybe egy pozícióért vagy egy megbízás elnyeréséért, és elengedhetetlen, hogy beszélj addigi teljesítményeidről. Természetes törekvés, hogy jó benyomásra törekszel. Ügyelj azonban arra, hogy csak olyan dolgokat állíts, amiket a leggondosabb vizsgálódás is igazolhat!

Ha tetteid bölcsék és felelősségteljesek voltak, pályafutásod álmomái tükrözni fogják ezt. A különböző szervezetekben azok lesznek mindig vezetők, akik azt mondják: „Lássunk neki! Tegyük valamit, ahelyett, hogy várnánk, hogy történjen valami.” Ha eddigi tetteid bizonyítják, hogy nem félsz a felelősségtől, képes vagy utat mutatni másoknak, ez előnyösen fog tükröződni karrieredben és kapcsolataidban.

Május 7.

Egy tett értéke függ a végrehajtásához szükséges bátorság nagyságától.

A hétköznapi embereket, akik mások érdekében nem hétköznapi tettekre képesek, később hősöknek nevezzük. Amikor megkérdezik tőlük, mi hajtotta őket, gyakran ezt mondják: „Hasonló körülmények között mindenki ezt tette volna.” Lehet, hogy így fogalmazzák meg azt az alapvető igazságot, hogy mindnyájan képesek vagyunk kiemelkedő tettekre, de csak akkor tudunk felemelkedni a kihívás szintjére, ha az élet szigorú próbára tesz minket. Csak ilyenkor teljesítünk képességeink maximumán.

A kedvező lehetőséggel találkozva ugyanaz a mechanizmus segít, hogy a megfelelő dolgot tegyük, ami a legkülönbözőbb dolgokban biztosítja számunkra a sikert. Ez nem más, mint a szokás ereje. Ha kialakítod magadban a szokást, hogy akkor is megtedd, amit meg kell tenned, ha ez nem tűnik fontosnak, vagy nem érzel hozzá kedvet, képes leszel arra, hogy fontos helyzetekben a helyes dolgot cselekedd. Ha hagyod, hogy a tetteid beszéljenek helyetted, sosem kell azon fáradoznod, hogy elismertesd másokkal a teljesítményedet.

Május 8.

Ha valóban okosabb és ügyesebb vagy másoknál, ezt tetteiddel kell bizonyítanod!

Természetes emberi ösztön, hogy ki akarsz másokat javítani, ha úgy látod, hibáznak, vagy valamit másként csinálnak, mint ahogy te tennéd. Természetes emberi ösztön az is, hogy igyekszünk megmutatni másoknak, milyen intelligensek vagyunk. A képesség, hogy felismerd ezeket a belső ösztönzéseket, és képes légy ellenállni nekik — ez a bölcsesség kezdete. A bölcs ember tudja, hogy ha a tetteivel mutatja meg, milyen intelligens, mások több hasznos dolgot tanulnak tőle, mint a szavaiból.

Ha van, akinek segíthetsz a tanácsaiddal, akkor jársz el helyesen, ha nyitott—vagyis következtetést nem sugalló — kérdésekkel hozzásegíted, hogy maga vonja le a helyes következtetéseket. Logikus utat követve hagyj, hogy maga jöjjön rá, okoskodásában hol van hiba. Amint Ralph Waldo Emerson mondta: "A nevelés titka a tanítvány tisztelete."

Május 9.

A legjobban és legeredményesebben azzal büntethetünk valakit, ha egy rossz tette jó tettel válaszolunk.

Az emberek mindig olyan eszközökkel válaszolnak, amelyen eszközöket velük szemben alkalmaztak. A különbség legfeljebb annyi, hogy ezeket még erőteljesebben igyekeznek bevetni. Az elégtétel e szokásos módja helyett alkalmazhatók olyan eszközök, amelyek egy ellenséget baráttá változtatnak. Ha félreteszed a büszkeséged a téged ért igazságtalanságra, képes leszel jó tettel válaszolni. Idő kell, amíg ennek pozitív hatása megmutatkozik, de ha kedvesen viselkedsz azokkal, akik ellenszenvet éreznek irántad, végül általában feladják ellenséges magatartásukat, és kedvességre kedvességgel válaszolnak. Amint Napoleon Hill mondta: „A legforróbb parázs, amit rosszakaród fejére szórhatsz, az emberi kedvesség.”

Május 10.

Ne vesztegess egyetlen mondatot sem egy olyan emberre, aki nem kedvel téged! A tetteid nagyobb hatással lesznek rá.

Vannak, akik azt hiszik, képesek kibeszélni magukat bármilyen helyzetből, és vannak esetek, amikor ez sikerül is nekik. Ám ha valaki ellenségesen néz rád, akár egy fékeértésből fakadóan, akár mert

valamiben hibáztál, aligha fog sikerülni szavakkal meggyőznöd őt. Érzelmek mindig akadályozni fogják, hogy logikusan és ésszerűen gondolkozzék. Ám ha hosszabb időn keresztül meghatározott módon és következetesen cselekszel, ez képes még a legmegátalkodottabb kételkedőt is meggyőzni. Ha tetteid bizonyítják, hogy nagylelkű, kedves, mások iránt figyelmes valaki vagy, még az ellenségeid számára sem lesz könnyű haragudni rád. De bárhogy is reagáljanak, igyekezeted eredményeként mindenképpen jobb emberré válsz.

Május 11,

Feltétlenül közöld a világgal, milyen hozzáértő vagy — de...

Gondoskodnod kell arról, hogy mások megismerjék az eredményeidet, azonban van néhány dolog, amire ügyelned kell. Tedd ezt először a tetteiddel, és gondoskodj arról, hogy elismerd azok hozzájárulását, akik segítettek! A vezetésnek van egy fundamentális alapelve, ami az évszázadok során semmit sem változott, ez pedig a következő: a siker dicsőségét oszd meg másokkal, a kudarc felelőségét viszont tartsd meg magadnak!

Május 12.

Ha úgy gondolod, hogy pénzzel jegyet válthatsz a mennyországba, később meg fogod bánni, hogy pénzed nem váltottad át jó cselekedetekre.

Ha valami szörnyű, előre nem látható tragédia következtében holnap meg kellene halnod, mit szeretnél, milyen felirat legyen a sírköveden? Hogyan maradnál meg az emberek emlékezetében? Nem vitás: a hasznos tevékenységed, nem pedig a felhalmozott pénzved alapján fognak emlékezni rád. A pénz legfeljebb arra jó, hogy veszekedést okozzon örökösöd között, míg a jótetteidre sokáig fognak emlékezni azok után is, hogy már eltávoztál. Ahogy gazdagsz, pénzed és időd egy részét szenteld azok támogatására, akik nálad kevésbé sikeresek sorsuk irányításában.

Május 13.

Eredményeket mutass fel, ne pedig alibiket!

Sokan vannak, akik olyan ígéreteket tesznek — gyakran a legjobb szándékkal —, amiket sosem teljesítenek. Ezek az emberek általában kapásból képesek felhozni egy sor teljesen elfogadható mentséget arra, miért nem tarthatták be az ígéretüket. Már szakem-

berekké váltak a mentségek gyártásában. Ám sikeresek csak azok lehetnek, akik megteszik, amit vállalnak, és csak azt vállalják, amit meg tudnak tenni. Tudják, hogy a szavaknak csekély a súlya, a tettek számítanak.

A világ számít azokra a férfiakra és nőkre, akik keresik a lehetőségeket, hogy *valódi szolgáltatásokat* tehessenek. Olyan szolgáltatásokat, melyek csökkentik embertársaik terhét, olyan szolgáltatásokat, melyeket az emberek 95 százaléka azért *nem tesz*, mert nem értik ezek értékét. Ha valóban hasznos szolgáltatást nyújtasz, lelkesedéssel, őszinte segítő szándékkal, a siker követni fogja. A világ felfigyel rád, és megfelelően fogja jutalmazni erőfeszítéseidet.

Május 14.

Nem a sírköveden álló felirat, hanem a tetteid döntik el, fennmarad-e a neved halálod után.

Alfred Nobel számára olyan lehetőség kínálkozott, ami kevesek számára adatik meg. Amikor testvére meghalt, az újságok összetévesztették őket, és testvére nekrológja helyett Alfred nekrológiáját tették közzé. Olvasva saját haláláról, Alfred rájött, hogy a világ azért fog emlékezni rá, mert ő találta fel a dinamitot — a pusztítás és szörnyű eszközét. Ez a meggyőződés érlelte meg benne az elhatározást, hogy megalapítja a róla elnevezett díjat. Ma a világ a kiváló tudományos teljesítményekkel, a békével és a humanizmussal kapcsolja össze a nevét.

A jótettek sokáig élnek az emberek emlékezetében. Amikor segítesz egy embertársadon, olyan erőt hozol mozgásba, amely még jóval az után is hatni fog, hogy már eltávoztál.

Május 15.

A világ nem tűz kitüntetést a melledre csak azért, amit tudsz, de dicsőséggel és gazdagsággal halmozhat el azért, amit teszel.

A tudás a siker igen fontos előfeltétele. Ahhoz, hogy valamiben is említésre méltó eredményt érjünk el, éveken át kell tanulnunk. A tudás azonban önmagában nem hatalom. Hatalommá csak akkor válik, ha pozitív cselekvésben nyilatkozik meg.

A sikeres emberek életének tanulmányozása újból és újból bizonyította, hogy szinte megszállottan cselekvéscentrikusak. Összegejtik a tényeket, összevetik a tárgyra vonatkozó ismereteikkel, eltervezik az alkalmazás módjait, és nekilátnak a cselekvésnek. Ha

kétségeid vannak, jobb, ha inkább valamivel hamarabb, mint valamivel később látsz a cselekvéshez.

Május 16.

A bizalom nem más, mint a gondolatok és a tettek kombinációja-

Amikor a bizalom elvét kiterjeszted önmagadra és embertársaidra, az eredmény pozitív irányú cselekedetek sorozata lesz. Ha állhatatosan követed ezt az irányt, szinte minden esetben elvezet téged a sikerhez. Ha hiszel az ötleteidben és a képességeidben, hiszel abban, hogy a természetben jelen van a Végtelen Intelligencia, azzal a meggyőződéssel fogsz nekilátni a munkának, hogy gondolataid és tetteid előbb-utóbb meghozzák a sikert. Ez a bizalom lényege. Ezért van, hogy cselekvés nélkül nehezen képzelhető el tartós önbizalom és a másik iránti bizalom.

Május 17.

Ha hálás vagy azért a kedvességért, amit mások mutatnak irántad, ezt ne csak szavakkal, hanem tettekkel is fejezd ki!

A kiemelkedően sikeresek legtöbbször azok körül kerülnek ki, akik tartósan gyümölcsöző kapcsolatokat építenek ki üzlettársaikkal, barátaikkal, munkatársaikkal és másokkal. Nem sajnálják a fáradtságot, hogy ha valaki jót tesz velük, hasonló jótettel válaszoljanak rá. Barátságosan viselkedve személyes kapcsolataidban és munkahelyeden vedd magad körül olyan barátokkal, akikre mindig számíthatsz!

Május 18.

Minden, amit alkottál vagy munkáddal megszerezted, kezdetben csak vágyként élt benned.

Ahhoz, hogy cselekedj, kell, hogy éljen benned egy szándék. Ha sikeres akarsz lenni mindabban, amit teszel, szándékosan éld meg a vágygyal kell körülvenned. Sokan úgy *gondolják*, akarják a sikert, de mivel szándékukat nem fűti nap mint nap a belső vágy, sosem lesznek sikeresek.

Tanulj meg erős vágyat ébreszteni lelkedben! Vágyadat tápláld a képzeleted erejével, magad elé idézve az eredményt. Olyan ez, mintha egy gőzgép kazánjának tüzeit izzítanád. Energiát kell magadban termelned, hogy képes légy leküzdeni az emelkedőket. Ha vá-

gyad tüze bágyadtan ég, géped megáll, és gurulni kezd visszafelé. A hatékony cselekvés titka az izzó vágy.

Május 19.

A helyes tetteknek nincs szükségük díszítő szavakra.

Az egyik leggyakoribb hiba mentségeket keresni a sikertelenségre. Sajnos a sikertelenek többsége pontosan ezt teszi. Nem sajnálják a szavakat annak magyarázatára, miért tettek vagy nem tettek valamit. Ha sikeres vagy, fogadd örömmel mások gratulációját, ha sikertelen vagy, vállald tetteidért a felelősséget! Aztán elemezd a hibákat, vond le a következtetéseket, és láss neki a munkának! Ha a körülményekkel összhangban cselekedsz, sosem fogod szükségét érezni annak, hogy magyarázd, amit tettél. A tetteid mindent elmondanak, ami elmondásra érdemes.

Május 20.

Figyeld, aki előtted jár, és rá fogsz jönni, miért van előtted. Aztán utánozd őt!

A siker egyik titka, hogy figyeljük a sikeres személyek tevékenységét, és kiderítjük, milyen módszereket használnak, aztán mi is alkalmazni kezdjük ezeket. A sikerelveket — mint Andrew Carnegie mondta — bárki elsajátíthatja, ha időt és energiát fordít a tanulmányozásukra, és következetesen gyakorolja az alkalmazásukat. Ha figyelmesen követed, mit és hogyan tesznek mások, hamarosan rájössz, hogy nincs ember, akitől ne tanulhatnál valamit. Még arra sincs szükség, hogy személyesen ismerd őt. Tanulmányozhatod azoknak a nagy embereknek az életét, akik már régen nincsenek az élők között. A lényeg az, hogy tevékenységüket tanulmányozd, -és megtanuld alkalmazni azokat a gyakorlati elveket és módszereket, melyek segítették őket, hogy nagyszerű eredményeket érjenek el.

Május 21.

Ha azt akarod, hogy egy feladatot gyorsan és jól végezzenek el, bízz meg vele egy nagyon elfoglalt személyt. Aki nagyon ráér, túl sok pótmegoldást és „kisajtot” ismer.

Legtöbbünk számára örök titok marad, mekkora teljesítményre lennének képesek, mert sosem érzünk magunkban ösztönzést, hogy minden nap teljes erőbedobással dolgozzunk. Erről különösen akkor győződhetesz meg, ha olyan lehetőséggel találkozol, amely mély

érdeklődést ébreszt benned. Ilyenkor akár mennyire is el vagy foglalva, valahogy mindig találsz rá időt. Ennek a fordítottja is igaz: olyan feladatokat, melyek nem vonzóak számodra, könnyű szívvel halasztasz el, hogy aztán teljesen megfeleldezz róluk.

A szorgalmas emberek nem halogatják a feladatokat. Tudják amit John David Wright mondott egyszer az üzleti vállalkozásról: „olyan, mint a kerékpározás. Vagy taposod, hogy haladj, vagy eldőlsz, és a földön kötsz ki”. A legeredményesebb személyekben mindig munkál egy sürgető érzés. Határidőket tűznek ki, prioritásokat határoznak meg, vagyis a fontos dolgokat veszik előre. Meg fogsz lepődni, mennyit leszel képes elvégezni így, viszonylag rövid idő alatt is.

Május 22.

Aki a szükséges adatok birtokában sem képes gyorsan dönteni, nem lesz képes arra sem, hogy döntéseit megvalósítsa.

Az élet legfontosabb problémáira nemcsak egyetlen helyes megoldás létezik, hanem végtelen nagy számú helyes megoldás. Általában széles választási lehetőséggel rendelkezel. A nehézség abban van, hogy ezek közül kiválaszd a legeredményesebbet, még hozzá viszonylag rövid idő alatt. Ha kialakítod magadban a szokást, hogy kis döntéseket gyorsan meghozz, könnyebb lesz számodra dönteni olyan kérdésekben is, melyeknek nagyobb a tétje. Ám még ennél is fontosabb, hogy ha gyorsan döntesz, könnyebb dönteni és döntéseddel összhangban cselekedni.

Május 23.

Aki olyan munkát végez, ami még elmegy, ritkán részesül nagyobb elismerésben, mint ami még elmegy.

Munkád és az érte járó elismerés között ok—okozati kapcsolat van. Ha többet fektetsz szakmai tevékenységedbe, személyes kapcsolataidba, többet fogsz ezekből kinyerni. Ha többet akarsz elérni az életben, mint ami még elmegy, sosem fogod igazán jól érezni magad a cégednél, a szakmádban, sosem leszel igazán megelégedve magaddal, ha nem teszel meg minden tőled telhetőt minden egyes napon. Magad légy a legkeményebb kritikussod és a legkeményebb versenytársad!

Május 24.

A jó szándék semmit sem ér, amíg nem nyilatkozik meg tetteiben.

A jó szándékok jó kiindulópontjai a kiváló teljesítményeknek, de nem sokat érnek, ha nem teszel semmit a megvalósulásukért. Sokan vannak, akik a szándékot összekeverik a cselekvéssel. Úgy gondolják, az ötlet a fontos. Az igazság viszont az, hogy egy közepes értékű ötlet, melyet cselekvés követ, összehasonlíthatatlanul többet ér, mint egy zseniális gondolat, ami sosem lép ki a koponyádból, mert nem követi cselekvés. Nem könnyű feladat elsajátítani a rendszeres cselekvés szokását, de minél állhatatos abban gyakoroljuk, annál könnyebb lesz úgy eljárunk, hogy gondolatainkat megfelelő tettek is kövessék.

Május 25.

Ahhoz, hogy valaki humánus embernek tartsa magát, nem elég, hogy egy emberbaráti társaság tagja legyen.

A humánus meggyőződés nem passzív magatartás. Azt jelenti, hogy meggyőződésednek elveid aktív alkalmazásával is érvényt szerzel. Például jó kereszténynek lenni nemcsak azt jelenti, hogy gyakorlod a vallásodat, hanem azt is, hogy pozitív lépéseket teszel jellemed jobbítására, és megértő, nagylelkű vagy mások iránt.

Az életben mindig lehetőség van rá, hogy válassz: megfigyelője, vagy résztvevője leszel az eseményeknek. Megfigyelőként kétségtelenül sokat tanulhatsz, de vannak idők, amikor nem annak alapján mérik a teljesítményt, mennyit tanultál, hanem mivel járultál hozzá a közös ügghöz. Ez érvényes mind a vallás, mind a személyes kapcsolatok, mind az üzleti élet területén. A humanizmusodat végső soron nem a szavaid és a bölcsességeid, hanem a humanizmusodból fakadó tetteid alapján fogják értékelni.

Május 26.

Ne feledd, a sárkányok a szél ellen, és nem a szél irányában repülve emelkednek a magasba!

Fontos, hogy kezdettől fogva világos legyen számodra, a sikerhez nem vezet aszfaltozott út. A sikeresek — hasonlóan a szelekkel birkózó sárkányhoz — úgy emelkednek magasba, hogy közben szilárdan le vannak horgonyozva egy sikerfilozófiához. Ez irányban tartja őket akkor is, amikor a körülmények összeesküdni látszanak ellenük.

Olyan filozófiához horgonyozz, amely biztosítja lelki egyensúlyodat, ha súlyos megpróbáltatásokkal találkozol, mert ha sikeres akarsz lenni, ezeket nem kerülheted el. Ha tudod, hová tartasz, vannak konkrét céljaid, a körülmények „széllökése” időnként leteríthet utadról, ám ez sosem lesz tartós. Minél erősebb a szél, annál magasabbra fogsz emelkedni.

Május 27.

Nem szereted a munkádat? A legjobb módja, hogy áthelyeztesd magad egy kedvedre való helyre, ha a mostani teendőidet olyan jól végzed, hogy vezetőid úgy ítélik meg, a cég érdekét szolgálja, ha egy fontosabb poszton kamatoztatod képességeidet.

Többre viheted az életben, ha megtanulod jól elvégezni azt a feladatot, ami nem kedvedre való. Ha olyan dolgozóként ismernek, aki lelkiismeretes, és örömmel vállal nehéz feladatokat, törvényszerű, hogy egyre nagyobb felelősséggel járó posztokra kerülj. Ha a napot a legkeményebb feladattal kezded, ez azért jó, mert reggel még bővében vagy a munkakedvednek és az energiának. Később már könnyebben lavírozhatsz a rutin teendőkkel. Egy másik előny, hogy ha már túl vagy a nehezen, könnyebb lesz megbirkóznod a váratlan teendőkkel, melyekre napközben mindig lehet számítani.

Május 28.

Ne törődj azzal, mit nem tesznek mások! Az számít, hogy mit teszel te!

Ha saját sikereidben másoktól függsz, olyan életre leszel kárhóztatva, amely kudarcok sorozata. Az élet szomorú ténye, hogy csak kevesen vannak, akik következetesen teljesítik ígéreteiket. Ezért ne sópáncodj sosem azon, hogy nem kaptad meg a segítséget, amit valaki megígért. Koncentrálj inkább arra, hogyan segíthetsz magadon! Az a legjobb cselekvési terv, amely lehetőséget biztosít mások számára, hogy profitáljanak a veled való együttműködésből, de nem vagy nekik kiszolgáltatva. Vagyis csak tőled függ, sikeres leszel, vagy sem.

Május 29.

Az élet ezt mondja: „Produkálj, vagy add át a helyed — de ne keress mentségeket!”

Egy mai menedzsment-jelszó így hangzik: „Vezess, kövess,

vagy állj félre az útból!” Ha aktívan dolgozol egy célért, valójában nem létezik kudarc, csupán a sikernek vannak fokozatai.

Viselkedj vezetőként! Kezdeményezz! Ha problémával vagy nehéz döntéssel találkozol, ne pazarolj értékes órákat a határozatlan tétovázásra! Ha tárgyilagosan elemzed a helyzetet, mindig fogsz találni egy helyes megoldást. Ne a problémára összpontosíts! Összpontosíts a megoldásra. Aztán láss munkának! Amint W. Clement Stone szokta mondani: „Az érzelmek nem mindig befolyásolhatók észérvekkel, de mindig befolyásolhatók *cselekvéssel.*”

Május 30.

A világ félreáll és utat enged annak, aki tudja, hová tart, és már halad is a célja felé.

Ha pontosan tudod, mit akarsz elérni az életedben, mások nemcsak félre fognak állni, hanem társul szegődnek hozzád. Ösztönösen el fogják ismerni a lelkesedésedet, a belőled sugárzó tetterőt. Ha beszélsz nekik arról, mi fűt, mire törekszel, látni fogják, milyen mélyen munkál benned a vágy, és bátorítással, támogatással válaszolnak rá — vagy félreállnak az utadból. Mindenki számára világos lesz, hogy történjék bármi is, *sikeres leszel.*

Május 31.

Egy biztos! Ha nem kezded el, nem fogod befejezni.

Egy ósrégi mondás szerint: „Egy ezer mérföldes út is egyetlen lépéssel kezdődik.” Valószínű, hogy ismersz embereket, akik életük végéhez közeledve ezt mondják: „Bárcsak másként csináltam volna dolgokat... ! Bárcsak kihasználtam volna a kínálókozó lehetőségeket... !” A be nem teljesült élet az ilyen „bárcsak”-ok hosszú sora. Ez a „bárcsak” a félénk lelkek hangja. Azoké, akiknek élete befejeződött, mielőtt egyáltalán elkezdődött volna.

Az élet tele van lehetőségekkel — a nagyszerű sikerek és a látványos kudarcok lehetőségével. Rajtad múlik, hogy kezdeményezve, megragadod-e őket. Középszerű életre kárhóztatod magad, ha szokásoddá válik, hogy visszahúzódj a *cselekvéstől!* Ne halogass, láss cselekvésnek ma! Láss cselekvésnek most, rögtön!

Június

Lehetőségek

Június 1.

A lehetőségek különös szokása, hogy ahhoz társulnak, aki képes felismerni és megragadni őket.

Az emberi természet furcsasága, hogy vannak, akik képesek észrevenni a lehetőségeket, és vannak, akik nem. Ha elmédet rászoktatod, hogy éber legyen, tapasztalni fogod, hogy minden egyes nap oly sok lehetőséget kínál számodra, hogy képtelenség mindet kiaknáznod. Szüntelenül ott fognak nyüzsgögni körülötted. Nem neked kell felkutatnod őket — ők fogják követelni a figyelmedet. Legnagyobb problémád az lesz, hogy kiválaszd a legkedvezőbbeket.

Ahhoz, hogy fel tudd ismerni a lehetőségeket, tisztában kell lenned azzal, mihez értesz. Tárnyilagosan fel kell mérned, mik az erősségeid és mik a gyengéid. Légy olyan elfogulatlan, mintha egy vad« idegenről lenne szó! Pontosán határozd meg, milyen területekhez értesz és milyen területeken kell javítanod ismereteidet és jártasságodat, aztán láss munkának! Fejleszd azokat a képességeidet, melyekben gyenge vagy, támaszkodj az erősségeidre, hogy amikor kedvező lehetőséggel találkozol, előnyödre kiaknázhatsz őket.

Június 2.

Aki túl gyors a korlátai felismerésében, túl lassú a lehetőségek megragadásában.

A filmproducer Michael Todd egyszer ezt mondta: „Ha az ember csődbe megy, az átmeneti dolog. A szegénység valójában lelkiállapot.” Ugyanígy van a lehetőségekkel. Csak tőled függ, hogy a lehetőségekre, vagy a korlátaidra figyelsz. A lelki beállítottságotól függ, hogyan nézel a világra. Ha a gyengéidre összpontosítasz, állandóan félelem és kétség fog gyötörni, így nem igazán számíthatsz a sikerre. Ha az erősségeidre összpontosítasz, telve leszel bátorsággal, önbizalommal, és hozzád fog pártolni a siker.

Ha szokásoddá válik, hogy állandóan kételkedj magadban, ezt a „bajkeverőt” csak tudatos erőfeszítéssel száműzheted, csak tudatos,

tervezett erőfeszítés eredményeként tehetsz szert szilárd önbizalomra. Ha kételkedni kezdesz képességeidben, állj meg egy percre, és idézd fel korábbi sikereidet. Vedd sorra azokat a tapasztalatokat, melyek segíthetnek jelen helyzetekben. Ha felhasználod a tudást és a bölcsességet, melyre eddig szert tettél, nem sok akadály van, amelyet ne lennél képes legyőzni.

Június 3.

Ne áltasd magad azzal, hogy az élet eddig semmilyen lehetőséget sem kínált fel számodra!

Ne várd, hogy a lehetőségek az öledbe hulljanak — magadnak kell megteremtened őket! Mindegy, hogy mivel foglalkozol, mindig sok lehetőség vesz körül. Lehet, hogy nem olyanokkal találkozol, melyek kedvedre valók, de minden kiaknázott lehetőség egy még nagyobb, még nagyszerűbb lehetőséghez vezet. A testi és lelki fogyatékoságok jelenthetik azt, hogy mások számára ismeretlen területeket kell feltárnod, de ez egyben azt is jelenti, hogy olyan lehetőségekkel találkozol, melyek mások számára örökre felismerhetetlenek maradnak. Gondolj Stephen Hawking briliáns kutatásaira a világmindenség szerkezetére vonatkozóan! Mindezt annak ellenére érte el, hogy egy súlyos betegség lehetetlenné tette számára az írást és a beszédet is.

Akik lelkesen közelítenek a munkájukhoz, megszámlálhatatlanul sok lehetőséggel találkoznak, míg akik arról panaszkodnak, hogy senki sem biztosít számukra lehetőséget, mindössze passzív megfigyelői az életnek. Ha el vagy szánva, hogy magad irányítsd a sorsodat, ha nem hagyod, hogy időleges kudarcok maguk alá gyűrjenek, nem fog elpártolni tőled a siker. Mindig elég lehetőség fog versengeni a figyelmedért, csak meg kell tanulnod eredményesen kiaknázni őket.

Június 4.

Lehet, hogy nem a te feladatod, hogy megtedd, ám lehet, hogy egy rejtett lehetőség számodra

Valaki egyszer megjegyezte, hogy gyakran azért nem ismerjük fel a lehetőségeket, mert problémákként teszik tiszteletüket. Ha egy ügyfélnek, egy kollégának, egy főnöknek van egy problémája, ez értékes lehetőséget jelenthet számodra. A problémával küszködő személyt nem érdekli, milyen a vállalat szervezeti felépítése, vagy ki illetékes a megoldásáért. Megoldást akar.

Következő alkalommal, ha egy ügyfél, egy kolléga vagy a főnök a segítségét kéri valamiben, ami kívül esik felelősségi körödön, ne hártsd át másra a munkát, segíts! Igyekezz a másik szemszögéből látni a helyzetet. Mit tennél a helyében? Lépj fel kezdeményezőn, keresd a megoldást, segíts a teendők elvégzésében!

Június 5.

A lehetőség gyakran kopogtat az ajtón, hogy aztán tapasztalja, senki sincs, aki beengedje.

A világ tele van szerencsétlen lelkekkel, akik nem hallják, amikor a lehetőség kopogtat az ajtajukon, mert lent vannak a trafikban, ahol buzgón lottószelvényeket töltenek ki. Sosem értették meg azt az igazságot, amit Branch Rickey, a Brooklyn Dodgers menedzsere fogalmazott meg: „A szerencse a szándék gyümölcse.” Meg fogsz lepődni, mennyivel szerencsésebb leszel, ha felkészülsz, hogy kiaknázd az utadba kerülő lehetőségeket!

Hányszor fordult elő, hogy remek ötleteid voltak, csak éppen nem tettél semmit a megvalósításukért? És az eredmény? Szomorúan kellett látnod, hogy ugyanabból az ötletből kiindulva valaki sikeres vállalkozásba kezdett, előléptetést nyert, vagy talált egy jobb állást. Határozd el, hogy ha van egy jó ötleted, cselekedsz, hogy valóra váltsd. Ne várj arra, hogy valami történni fog — cselekedj, hogy ez a valami megtörténjék!

Június 6.

Egy találékony ember a lehetőséget mindig a szükségleteihez igazítja.

Kétségtelen, hogy a siker szempontjából kiemelt fontosságú, hogy felismerd a kínáló lehetőségeket. Ez azonban csupán a kezdet. Egy ötlet csak akkor válik értékké, ha megvalósul a gyakorlatban, számodra pedig csak akkor lesz érteke, ha te leszel, aki megvalósítja. A kiemelkedően sikeres emberek tudják, hogy a lehetőségek közül sokféle módon lehet profitálni. Elemzik és úgy alakítják őket, hogy képességeiknek megfeleljenek, vagy összehoznak egy csapatot, amelyben együtt van minden tudás és tapasztalat, ami szükséges a kiaknázásukhoz. Ritkán fordul elő, hogy egy ígéretes lehetőség kiaknázásának csupán egyetlen helyes módszere van. Általában sok jó módszer létezik — ahogy egyazon lehetőség kiaknázása számtalan üzleti vállalkozásnak hoz szép nyereséget.

Június 7.

A lehetőség nem vesztegeti idejét azzal, hogy figyelemre méltason olyanokat, akik semmittevással és romboló magatartással pocskolják el drága idejüket

A lehetőségek mindig azok felé gravitálnak, akik serényen tevékenykednek a már meglévő lehetőségek kiaknázásán. Logikusan azt várhatnánk, hogy az új lehetőségek igyekeznek olyan személyeket felkutatni, akiknek rengeteg idejük van. Ehelyett olyanok körül legyeskednek, akiknek már vannak céljaik, álmaik és terveik, és keményen dolgoznak ezek megvalósításán. Gyakran gondolunk úgy a lehetőségekre, mint élő, mozgó lényekre, amelyek aktívan kutatják azokat, akik tárt karokkal fogadják őket. Valójában épp fordítva van. A lehetőségek — ötletek, elképzelések, melyek csak azoknak a fejében léteznek, akik felismerik őket. Ha nincsenek céljaid, nincsenek terveid, a lehetőségek semmit sem jelentenek számodra, mert az újat, a problémát, amivel találkozol, képtelen vagy *lehetőségként* felismerni. Helyzetek csak annak eredményeként válnak lehetőségekké, hogy olyan eszközként, ötletekként ismered fel őket, melyek alkalmazása és megvalósítása segíthet célod elérésében.

Június 8.

A lehetőség nem érdeklődik az olyan ember iránt, aki nem mutat érdeklődést iránta.

Egy szabad és demokratikus társadalomban a sikernek korlátlanul sok lehetősége létezik. Minden üzletben vagy szakmában módod van új termékek kifejlesztésére, technológiák, ügyintézési folyamatok korszerűsítésére, lehetőség van versenytársadnál jobb szolgáltatást nyújtani. De a lehetőségek hamar tovatűnnek, ha nem ragadod meg őket, és nem dolgozol keményen, hogy a szolgálatodba állítsd őket.

Valahányszor súlyos problémával találkozol, állj meg egy percre, és tedd fel magadnak a kérdést: „Milyen lehetőség rejlik ebben a problémában?” Ha sikerült megtalálnod a választ, már megelőzted a versenytársadat.

Június 9.

Aki nem mer kockáztatni, ritkán találkozik lehetőségekkel.

A siker mindig kockázattal jár. Kockáztatnod kell az idődet, a pénzedet, az energiádat. Megéri hát, ha a lehetőségek kiaknázásánál körültekintően jársz el, de ne enged, hogy a félelem visszatartson.

Mivel keményen megdolgoztál mindenért, amit egy-egy lehetőség kiaknázása érdekében kockáztatnod kell, természetes, hogy sokra értékeled őket. De mi hasznod van belőlük, ha nem veted be őket saját érdekedben? Csak olyan mértékben leszel képes felismerni a lehetőségeket, amilyen mértékben kész vagy kockáztatni az idődet, a pénzedet és energiáidat. A magabiztosság erőt ad, hogy vállald a kockázatot, és cselekedj, amikor a lehetőség felbukkan. A világon senki sem kényszerítheti rád a sikert. Csak olyan mértékben lehet részed benne, amennyire aktív vagy a keresésében.

Június 10.

A lehetőség biztosítja, hogy belépj a siker birodalmába, de annak kapuját nem löki be helyetted!

A lehetőségek nem váratlan szerencseként teszik tiszteletüket. Egy hatalmas lottónyeremény pillanat alatt gazdaggá tehet, ám egy kedvező lehetőséggel való találkozás azt jelenti, keményen meg kell dolgoznod, hogy kiaknázhasd. Ha elmédet ráhangoltad, hogy képes legyen felismerni az alkalmakat, rájössz, hogy ezek legtöbbször egy rejtetten létező valami kiaknázását jelentik. Ilyen például egy új vagy jobb szolgáltatás, egy termékcsalád áramvonalasítása, egy új piac feltárása.

Ezért van a szokásnak olyan óriási szerepe. Késznek kell lenned, hogy amint felismerted a lehetőséget, azonnal cselekedj. A cselekvés lehet pusztán egy elmélyültebb helyzetelemzés, de lehet azonnali termékadás. Legtöbbször azonban egy lehetőség kiaknázása sok időt és állhatatos munkát igényel.

Június 11.

A lehetőségek sosem udvarolnak olyanoknak, akiknek csak egyetlen határozott vonásuk van — hogy állandóan határozatlanok.

A sikeres emberek — a döntések emberei. Ha lehetőségekkel találkoznak, gondosan szemügyre veszik őket, döntenek, aztán cselekednek. Tudják, hogy a határozatlanság időt vesz el a feladatok végrehajtásától. Döntéseiket fokozatosan valósítják meg, ezzel csökkentve az elkerülhetetlen kockázatot. Nem törekednek arra, hogy már az indulásnál mindenről döntsenek. Minden újabb lépésük egy korábbi sikeres lépésre épül.

Benjamin Franklin, Amerika egyik legbölcsebb embere, egyszerű módszert alkalmazott a nehéz döntések meghozatalánál. Vett egy

papírlapot, középen húzott egy függőleges vonalat, majd az egyik oldalon felsorakoztatta a „mellette” érveket, a másik oldalon pedig az „ellené” érveket. A listák, túl azon, hogy segítették a döntést, vizuális segítséget nyújtottak az egyes döntések előnyeinek és hátrányainak mérlegeléséhez, függetlenül a döntés bonyolultságától. A módszer lehetővé teszi azt is, hogy gyorsan felmérjük egy-egy döntés következményeit.

Június 12.

Arra vársz, hogy öledbe hulljon a siker, vagy kész vagy utána-járni, hogy kifürkészd, hol rejtőzködik?

Ha arra vársz, hogy a siker az öledbe hulljon, csalódás vár rád. A sikert csak ritkán erőszakolják rá valakire, és sosem köszönt be csak úgy, váratlanul. Fel kell készülnöd a fogadására! Aktívan keresned kell, hol rejtőzködik, ha azt akarod, társadul szegődjék az életben. Állandóan figyelj az üzleti életben és a szakmában lejátszódó változásokat! Olvass üzleti és szakmai folyóiratokat! Légy tagja a vállalkozásodhoz vagy szakmádhoz közel álló társaságoknak, szervezeteknek. Ismerd meg a szakma legkiválóbbjait! Mindez segíteni fog, hogy lépést tudj tartani a fejlődéssel.

Június 13.

Nem tehetünk sokat azért, aki semmit sem tesz önmagáért.

A siker egyik legfontosabb előfeltétele a személyes kezdeményezés. A legtöbb ember — azokat is beleértve, akiknek szerepe van abban, mekkora sikert érsz el az életedben — csak akkor hajlandó maximális támogatást nyújtani neked, ha aktív kezdeményezést tapasztalnak a részedről. Ha látod, hogy valamit meg kell tenni, ne tétovázz, tedd meg. Dave Thomas erről ezt mondja: „Tíz esetből legalább kilencszer egy kis kezdeményezés jelentősen javítja esélyedet a szerencsére.”

Június 14.

Egy jól elvégzett kisebb feladat első lépés egy nagyobb feladat megoldásához.

A siker inkább fogható fel folyamatként, mint egyszeri eseményként. A kiemelkedő sikerek általában apróbb sikerek láncolataként születnek meg. A hadseregben egyszerűen csak egy csillagot szolgáltunk meg, és így dolgozzuk fel magunkat a ranglétrán. Pályakezdő-

ként olyan feladatokat kapunk, melyek megfelelnek felkészültségünknek és tapasztalatainknak. Ahogy bizonyítjuk, hogy értékesek vagyunk a szervezet számára, felelősebb dolgokat bízhatnak ránk, nagyobb projektekbe vonnak be. Amikor elfoglalsz egy felelős posztot, fél szemmel már egy következőre figyelj! Igyekezz a maximumot nyújtani a helyeden, de már tervezd a jövődet! Tekints minden napra olyan lehetőségként, hogy valami olyat tanulj, ami még értékesebbé tesz a vállalat számára. Ezzel elérheted, hogy amikor elérkezik az előléptetések ideje, elsőként a te neved jut főnököd eszébe.

Június 15.

Ne kérdezd a munkaadódtól, miért nem léptetett elő! Kérdezd meg attól, aki ezt a legjobban tudja — önmagadtól!

Egyetlen ember van, aki valóban befolyásolhatja a karrieredet, és ez az ember te magad vagy. Lee Iacocca állítólag egy névkártya háttára írta le pályájára vonatkozó elképzeléseit. Ott álltak az előléptetések, melyeket meg akart szolgálni, és a dátumok, amikor el akarta őket érni — míg végül ő lesz a vállalat vezérigazgatója. A sikeres emberek tudják, hogy maguknak kell megteremteniük a kedvező lehetőségeket, és hogy készeknek kell lenniük a fogadásukra, amikor megérkeznek.

Vannak szervezetek, ahol világosan meghatározott karrierpályák vannak, míg máshol informálisan közelítenek a kérdéshez. Ám ha tanulmányozod a cég vezetőinek munkáját, hamar kiderítheted, milyen ismeretekre és tapasztalatokra van szükséged, hogy emelkedj a ranglétrán. Ha a számodra megfelelő vállalatnál dolgozol, olyanánál, amely lelkesít, amely büszkeséggel tölt el, vázold fel, milyen karriert akarsz befutni, aztán dolgozz keményen, hogy alkalmassá tedd magad a megcélzott posztra!

Június 16.

Mire, és miért vársz tulajdonképpen?

Túlságosan sok ember éli le úgy az életét, hogy vár egy dicsőséges napra, amikor találkozik a tökéletes lehetőséggel, a nagy alkalmammal. Túlságosan is későn ébrednek rá, hogy annak, aki tudatosan kutat utánuk, minden nap megszámlálhatatlanul sok lehetőséget rejt magában.

Ha még nem fogalmaztad meg magadnak, mit szeretnél elérni az életedben, ne halogasd tovább! Ha van egy világos életcélod, melyet

égy óráig táplál, semmi sem képes az utadba állni. Ne várj arra, hogy magától megtörténjen, amire vágysz! Az élet csak akkor hajlandó elfogadni a feltételeidet, ha tudod, hogy mit akarsz, és hogyan akarsz elérni!

Június 17.

Élj le minden napot úgy, mintha az lenne életed utolsó napja, és megtanulod mélyen becsülni a lehetőségeket.

Mennyivel fogékonyabb lennél dolgokra, ha csupán egyetlen napod lenne hátra itt a földön! Mennyivel fogékonyabb lennél a természet szépségeire, az élet egyszerű örömeire! Leírhatatlanul csodálatosnak találnád őket, és minden pillanatban számtalan lehetőséget találnál, hogy boldog perceket tölts a családdal, erősítsd kapcsolatodat barátaiddal, ismerőseiddel, üzlettársaiddal. Minden gondolatod lézerélességű lenne az éberségnek ebben a felfokozott állapotában. Nos, most van utolsó napja annak, hogy a *ma lehetőségei* még élnek ezen a földön. Ne hagyd, hogy észrevétlenül és kiaknázatlanul tűnjenek el az örökkévalóság végtelenségében!

Június 18.

A legtöbb sikertelenség a rossz időgazdálkodás következménye.

Csak olyan szerencsével találkozhatasz ezen a földön, aminek lehetőségét magad teremtetted meg. Csak a játékkaszinókban működik a véletlen garantáltan a kaszinó érdekében. A való életben a véletlen azoknak kedvez, akik okosan gazdálkodnak az idejükkel, akik minden napot tisztességes munkával töltenek el. A véletlen viszont ellene dolgozik azoknak, akik elpocsékolják az idejüket és lelki energiáikat, abban reménykedve, hogy előbb vagy utóbb rájuk köszönt a szerencse, és a siker az ölükbe hull. Mindnyájan ugyanazzal a napi huszonnégy órával rendelkezünk. Legtöbben nyolc órát töltünk munkával és nyolcat alvással. Annak, hogy mit kezdesz a megmaradó nyolc óráddal, óriási befolyása van arra, milyen sikerre számíthatsz az életben.

Június 19.

Egy postabélyegben az a szívósság a legfigyelemreméltóbb, ahogy ragaszkodik a „munkájához”.

A piciny, jelentéktelen bélyeg jó példája annak, mit érhet el valaki, ha kitart a munkája mellett, amíg be nem fejezte. Szerényen ta-

padva a borítékhoz, annak sarkában, biztosítja, hogy a küldemény rendeltetési helyére érjen. Óriási befolyással lehetsz vállalatod, családod vagy bármely szervezet jövőjére, ha állhatatosan kitartasz céloed mellett. Bizonyossággal állítható, hogy ha követésre érdemes a céloed, utadon akadályokkal fogsz találkozni. Ilyenkor emlékezz a piciny bélyegre, és tarts ki a feladat mellett, amíg nem végeztél vele.

Június 20.

Mindenki feladhatja, ha rögössé válik az út, de egy szívós versenyző kitart, míg célba nem jut.

A felemelkedés útja mindig rögös és nehéz. Ha a siker könnyű lenne, bárki sikeres lehetne. Brian Holloway felidézi, hogy amikor a New England Patriotsban és a Los Angeles Raidersben játszott, alig volt nap, hogy ne érezte volna úgy, hogy feladja, mert ördögien nehéz helytállni, és túl nagy az áldozat. Természetesen nem adta fel, és hajlandó volt fizetni az árat, mert el volt szánva rá, hogy sikeres lesz. A szívós versenyzők sosem adják fel. A verseny serkenti őket, és az akadályok inkább erősítik elszántságukat a sikerre. Aki alacsony célokat tűz ki, nem várhatja, hogy életében magasra emelkedjék. Nem érhetsz mindig elsőként célba, de ha versenyben maradsz, el fogod érní, amit célul tűztél ki.

Június 21.

Ha az ember nem hajlandó feladni, mindig van esély a győzelemre.

Julius Caesar meg akarta hódítani Britanniát. Áthajózott a szigetekre, és miután partra szálltak a csapatai, partra szállították a felszerelést, az élelmet, parancsot adott, hogy gyűjtsák fel a gályákat. Összehívta az embereit, és ezt mondta nekik: „Most már nincs más lehetőségünk: győzünk, vagy itt pusztulunk.” Ezzel az egyetlen parancsral biztosította a hadjárat sikerét. Tudta, hogy akiknek nincs más választása — vagy nem hajlandók más választásra —, azok mindig győznek.

Igaz, ha olyan helyzetbe kerülsz, hogy a győzelem lehetetlennek tűnik, előnyödre lehet, ha találsz egy másik utat. Ha frontális támadással nem érsz célt, próbálj a szárnyakon támadni! Az életben kevés probléma van, amelyre ne lenne megoldás, és aki elszánt, akinek elég rugalmas a terve, hogy kövesse a körülmények változását, végül képes lesz megbirkózni az útjába kerülő akadályokkal.

Június 22.

A természet azok előtt tárja fel titkait, akik el vannak szánva, hogy kifürkészik őket.

A tudomány talán a legjobb bizonyíték rá, hogy a siker általában azokhoz pártol, akik állhatatosan és elszántan követik céljukat. Edison Amerika kiváló felfedezője, 10 000 sikertelen kísérletet végzett, amíg sikerült megalkotnia az első jól működő elektromos izzólámpát. Minden kudarcából tanult, és nem adta fel. Minden nap bekövetkezhet az áttörés, mert egy elszánt, állhatatosan dolgozó személy még akkor is kutatja egy probléma megoldásának kulcsát, amikor mások már rég feladták. Nem mindenki fedezheti fel az izzólámpát, vagy a következő szuperszámítógépet, de ha következetesen és szívósan alkalmazod az idő által igazolt elveket, találhatsz alkotó megoldásokat régi problémákra.

Június 23.

Mielőtt azon kezdenéd törni a fejed, hogyan keress többet, gondolkozz el azon, hogyan végezheted jobban a munkád! Ha ezt teszed, a nagyobb pénz nem fog elmaradni.

Ha idődet és energiádat arra fordítod, hogy a feladatodat igyekszel legjobb tudásod szerint elvégezni, nem pedig arra, hogy cáfolhatatlan érveket gyűjts, miért kell megemelni a béredet, az emelés nem fog elmaradni. Ha minden munkát lelkesen végzel, a baráti együttműködés szellemében, ezzel kiemelkedsz a tömegeből, azok közül, akik elsősorban azzal foglalkoznak, mikor lesz szünet, lesz-e prémium, mikor mehetnek már az öltözőbe. Ne panaszkodj senkinek a fizetésedre vagy a munkádra, még a legjobb barátodnak sem! Szavaid előbb-utóbb valahogy eljutnak a főnöködhez. Milyen beosztottat szeretnél magadnak: olyat, aki állandóan panaszkodik, vagy olyat, aki mindig segítőkész, vidám és megbízható?

Június 24.

Azt mondják, Henry Ford 25 000 dollárt ajánlott fel annak, aki megmutatja neki, hogyan lehet megspórolni egyetlen csavart az általa gyártott gépkocsikon.

Henry Ford nélkül a mai Amerika nem lenne az az ország, amilyenek ismerjük. Megszállottsága, hogy csökkentse a gyártási költségeket és növelje a termelékenységét, lehetővé tette számára egy olyan gépkocsi kibocsátását, melyet az egyszerű emberek is

megvehettek. Ez maga után vonta a modern úthálózat megteremtését, és ezzel megszületett a mai „mozgó” társadalom. Lerakta a teljes körű minőségbiztosítási rendszer és a rendszeres modernizációs programok alapjait, melyek napjaink gépkocsiiparát jellemzik.

Érdemes levonnunk a tanulságokat abból, ami most a gépkocsiiparban történik. Az a megszállottság, ahogy a gyárak a vevők igényeire összpontosítanak, lehetővé teszi számukra, hogy behatoljanak az emberek hétköznapijaiba. De semmi sem tart örökké. Minden iparágban állandó fejlesztésekre van szükség, és a minőség a globális gazdaság első számú követelményévé vált. A piacon azok szerzik meg a vezetést, akik minden vonatkozásban túlszárnyalják versenytársaikat.

Június 25.

Mutasd meg nekem, hogyan lehet egyetlen tízcentest megtakarítani egy technológiai művelet módosításával, és én megmutatom, hogyan lehet elérni egy gyors előléptetést!

Ha azon töröd a fejed, hogyan lehet pénzt megtakarítani a céged számára, úgy gondolkodol, mint egy menedzser vagy egy tulajdonos. Minden valamire való menedzser tudja, hogy a tömeggyártás körülményei között néhány pennys megtakarítás egy műveleten végeredményként sok ezer dollárt jelenthet. Aki kigondolja, hogyan lehet a vállalatnak sok ezer dollárt megtakarítani, számíthat az előrejutásra, hiszen túlságosan is értékes dolgozó ahhoz, hogy ne léptessék elő.

Te magad ismered a legjobban, milyen újítások és megtakarítások lehetségesek a munkádban, hiszen senki sem ismeri olyan jól, mint te. Ösztönözd magad, hogy önmagaddal versenyezve állandóan jobbíts a módszereiden! Egy-egy feladat kapcsán keresd, hogyan lehet gyorsabban elvégezni! A felszabadult időt használd arra, hogy tevékenységed további részeit vedd szemügyre, vagy segíts másokat az időigényes feladatok elvégzésében.

Június 26.

Sok sikeres ember ismert fel kudarcokban és nehézségekben olyan lehetőségeket, amiket előnyösebb feltételek mellett észre sem vett volna.

Samuel Johnson egyszer megjegyezte, hogy annak perspektívája, hogy az embert felakasztják — vagyis a közeli halál lehetősége

—, hihetetlen mértékben fókuszálja a gondolkozást. Magad is tapasztalhatod, hogy az agy akkor képes a legnagyobb teljesítményekre, amikor súlyos nehézségekkel szembesülsz. A kétségbeesés gyakran megmutatja, hogy valójában többre vagy képes, mint hinnéd. Ám az életet vagy egészséget fenyegető közvetlen veszélyt kivéve kevés helyzet van, ami azonnali cselekvést igényel. Ha úgy tűnik, az egész világ összeesküdött ellened és semmi sem sikerül, állj meg egy percre, és vedd szemügyre a helyzetet! Ezután készíts cselekvési tervet, melynek jó esélye van a sikerre, és láss munkának!

Június 27.

Ne hanyagold el az apró részleteket! Ne feledd, a világminden-ség és minden létező — parányi atomokból áll.

Van egy régi bölcsesség, amely így szól: „Ha gondoskods a kis dolgokról, a nagy dolgok gondoskodni fognak magukról.” Ez csak egy másik megfogalmazása annak, hogy minden feladat apró részletekből áll, és ha bármelyiket elhanyagolod, ez később problémákat okozhat. Ha gondjaid vannak a részletekkel — a papírmunkával, a költségelszámolásokkal és más idegesítő apróságokkal —, különíts el egy meghatározott időt (naponta, hetente, havonta) ezek elvégzésére! Készítsd fel magad lelkileg a teendőkre, és azt fogod tapasztalni, hogy gyorsan és hatékonyan fogsz velük végezni. Rájössz arra is, hogy ezek a munkák nem is annyira kellemetlenek.

Június 28.

Minden munka többet tesz érted, mint amennyit te teszel érte.

Minden munka számtalan lehetőséget rejt a személyes fejlődésre, ha a tapasztalatszerzés forrásaként kezeled. Mint ahogy egy vállalkozás igényli az új technológiákhoz, az új versenytársakhoz való alkalmazkodást és egy sor egyéb változtatást, ugyanígy változnod kell neked is, ha helyt akarsz állni az életben. Ha nem tanulsz, és nem jutsz előbbre a munkádban, stagnálni fogsz, és végül visszafejlesz, mert egy helyben maradni — lehetetlenség.

Keress naponta a lehetőséget, hogy tanulj valami újat, fejleszd magad, aztán igyekezz valamit jobban csinálni! Egy dinamikus szervezetben lehetetlen minden feladatot mesterien végezni. Amikor már úgy tűnik, minden a kisujjadban van, hirtelen megváltoznak a dolgok. Kezeld ezeket a változásokat elkerülhetetlen tényekként, melyek érdekessé és izgalmassá teszik az életet! Így sokkal élvezze-

tesebbnek fogod találni a munkádat, és azt fogod látni, hogy az többet tesz érted, mint amennyit te teszel érte.

Június 29.

A képesség többet jelent a pénznél, mert nem lehet sem elveszteni, sem pedig ellopni.

Ha tanulmányozod a kiemelkedően sikeres emberek életét, azt látod, ritkán fordul elő, hogy feldolgozva magukat a csúcsra, végleg ott maradnak. Pályafutásuk során többször is előfordul velük, hogy a magasból a mélybe zuhannak, de tudják, hogy a képességeiknek köszönhetően jutottak fel, és ezek ismét segíteni fogják őket a fel-emelkedésben. Csupán tudásodat és képességeidet birtokolod kizárólagos joggal. Ezeket senki sem veheti el tőled.

Június 30.

Ha elméd ajtaját bezárod a negatív gondolatok előtt, megnyílik számodra a lehetőségek birodalma.

A lehetőségek természetéből fakad, hogy nem hajlandók társulni a negatív gondolkozókkal. A negatív elmék képtelenek kigondolni új lehetőségeket, felfedezni új termékeket, megoldani nehéz problémákat vagy létrehozni csodálatos műalkotásokat. Ezek a tevékenységek mind azt igénylik, hogy higgy magadban és a képességeidben! Ha a kihívásokhoz Pozitív Lelki Beállítottsággal közelítesz, mindig fel fogsz ismerni olyan lehetőségeket, melyek mások figyelmét elkerülték. Örülj az eredményeidnek, és emlékezz rájuk, amikor a dolgok nehezebben mennek! Erősítsen az a tudat, hogy ha a múltban sikeres tudtál lenni, ez így lesz a jövőben is. *Képes leszel rá, ha hiszel abban, hogy képes vagy rá!*

Július

A csapatmunka ereje

Július 1.

Hacsak nem a hadsereg tisztje vagy, jobb eredményekre jutsz, ha kérsz, mint ha parancsolsz.

A hadseregben végtelen órákat töltenek azzal, hogy a katonákkal begyakoroltassák a parancsok szó nélküli teljesítését. Enélkül nem katoná a katoná. A hétköznapi életben azonban a dolgok nem így működnek. Az üzleti világban, a politikában, a civil szerveződésekben a vezetők megtanulták, hogy hétköznapi emberek akkor képesek nem hétköznapi teljesítményekre, ha kérik őket, és nem parancsolnak nekik.

Ha egy szervezet vezetője vagy, és jogod van utasítani is, jobb eredményekre jutsz, ha az utasításokat kérésekként fogalmazod meg. Az olyan bevezető szavak, mint „megtenné, hogy . . . ?”, „megkérhetem önt arra . . . ?” vagy „lenne szíves . . . ?” sokkal hatásosabbak, mint a direkt utasítás. Ha pedig olyanok segítségére van szükséged, akiknek javadalmazását nem te állapítod meg, sokkal készségesebbek lesznek a kérésre, mint az utasításra.

Július 2.

Senki sem képes eredményesen utasítani, ha ő maga vonakodik utasításokat elfogadni és végrehajtani.

A vezetés lényeges eleme, hogy meg tudj másokat győzni az ügyednek. Ha magad nem vagy kész együttműködni másokkal egy közös cél érdekében, nem leszel képes meggyőzni őket, hogy csatlakozzanak a te célodhoz. Az eredményes vezetők ismerik az együttműködés erejét, és megtanulják fegyelmetten követni az utasításokat, mielőtt megbíznák őket mások irányításával.

A jó vezetők példát mutatnak arra, milyen magatartást várnak el másoktól. Noha a katonákat arra nevelik, hogy feltétel nélkül teljesítsék a parancsokat, mindig a parancsnokuk vezetni őket csatába. Nem lökdöshetsz másokat, hogy kövessék a példát — húznod kell őket magad után. Ha szavaiddal és tetteiddel bizonyítod, hogy

jellemes vagy, olyan valaki, aki a szervezet érdekében dolgozik, embereid követni fognak.

Július 3.

Az önkéntes együttműködés hatalmas erőforrása, a kikényszerített együttműködés viszont legtöbbször kudarccal végződik.

Az emberek nem hajlandók tartósan elviselni az igazságtalan bánásmódot. Egy diktátor időlegesen együttműködésre kényszeríthet másokat, de az ilyen hatalom sosem tartós. Az emberek csak akkor hajlandók önként alkotni, sikeres szervezeteket, vállalkozásokat, társadalmakat létrehozni, ha megkapják azt a tiszteletet, ami kijár nekik. Ha vállalatod vagy szervezeted alapja az emberekkel való korrekt és tisztességes bánásmód, tartós eredményekre számíthatsz.

Annak legjobb módja, ahogy biztosíthatjuk mások tartós együttműködését és elkötelezettségét, az Aranyszabály alkalmazása. Ez minden idők legsikeresebb és legmegbízhatóbban működő vezetési elve. Ha úgy bánsz másokkal, ahogy szeretnéd, hogy bánjanak veled, ez lojalitást és együttműködési készséget ébreszt ez emberekben. Támassz magas követelményeket önmagaddal és munkatársaidal szemben, bánj másokkal emberségesen, hagyd őket, hogy végezhesék munkájukat, és csodákra lesznek képesek.

Július 4.

Beszélg főnököddel arról, miket szeretsz, és meg fogod látni, milyen készségesen segít, hogy megszabadulj azoktól a dolgoktól, amiket nem szeretsz!

Az utóbbi években sok minden történt, aminek eredményeként sikerült jelentősen csökkenteni a főnök és beosztott viszonyában tapasztalható hagyományos ellentétet. Végre kezdjük belátni, hogy ha az ügyfelek és a vevők jobb kiszolgálására koncentrálunk, ezzel mindenki csak nyer. Ha figyelmedet arra irányítod, mit szeretsz a cégednél, nem pedig arra, mit nem szeretsz, meg fosz lepődni, milyen gyorsan jutsz előre! Hamarosan olyan helyzetben leszel, hogy neked kell tanítanod beosztottjaidat a régi munkádra.

Július 5.

A barátságos együttműködés nagyobb eredményeket hoz a piacon, mint a barátságatlan viselkedés.

Ha versenytársaidal szemben olyan udvariasan és tisztességesen viselkedsz, amelyet magad is elvársz, a legtöbbször pozitívan re-

agáinak. Az eredmény egy stabilabb, termelékenyebb és nagyobb nyereséget biztosító ipar lesz. Viszont az olyan ipar és piac, amely erkölcstelen, vad, mindenén átgázoló versenytársakból áll, önmagát rombolja szét. Ha azt kérdezik tőled, mi a véleményed a versenytársak termékeiről és szolgáltatásairól, szólj elismerően a riválisokról, aztán fokozatosan helyezd át a hangsúlyt saját termékeidre és szolgáltatásaidra! Ismerd el mások előnyös vonásait! Ha túl sokat panaszkodsz a versenyre, a potenciális üzletfelek azon kezdenek tűnődni, mit mulasztanak el, és nem vesznek tőled, amíg nem hasonlítják össze termékedet vagy szolgáltatásodat a konkurencia termékeivel vagy szolgáltatásaival.

Július 6.

Mások baráti együttműködése nélkül senki sem érhet el sikert, sem azt, hogy sikeres maradjon.

Napjaink független társadalmában egyetlen üzletágban, egyetlen szakmában vagy foglalkozásban sem lehet kiemelkedő sikert elérni valakinek úgy, hogy ne támaszkodna mások segítségére. A baráti együttműködés megszerzésének legjobb módja, hogy hasonló készséget mutatunk. Ha szokásoddá teszed, hogy bátoríts másokat, és lehetőségeid szerint segíted őket előre jutni a pályájukon, a legtöbbször ezt hasonló magatartással fogják meghálálni. Adj nagylelkűen, és mások részéről is ugyanezt fogod tapasztalni!

Július 7.

Az együttműködésnek a vezetőnél kell kezdődnie, ha a beosztottjaitól is ezt várja. Ugyanez igaz a hatékonyságra is.

A legtöbb nagy szervezetben sok idő és energia megy veszendőbe a szervezeten belüli rivalizálás során. Az egymással versenyző menedzserek értékes energiákat pocsékolnak el, melyeket inkább arra kellene bevetniük, hogy jobban szolgálják a vevők és az ügyfelek érdekeit. Még ennél is rosszabb, hogy ez a befelé forduló negatív magatartás megfosztja a vállalatot attól, hogy időben felismerjen kedvező lehetőségeket, melyek kiaknázásához egyébként is hónapokra, sőt évekre lenne szükség. Akár vezető vagy, akár egy épp most belépett dolgozó, sokat segíthetsz a vállalatodnak, ha nem veszel részt a belső villongásokban. A másokkal való rivalizálás helyett versenyezz önmagaddal! Azt mérd, képes vagy-e ma jobban végezni a munkádat, mint tegnap!

Július 8.

A baráti együttműködés sosem lehet ártalmas. Épp ellenkezőleg!

A legtartalmasabb emberi kapcsolatok azok, melyek a harmónia és az együttműködés szellemében születnek. Az együttműködés, bármilyen formában is nyilatkozzék meg, annak bizonyítéka, hogy figyelmes vagy embertársaidal, szíveden viseled a sorsukat. Ha másokkal a baráti együttműködés szellemében dolgozol, a sikeres társadalmak alapját képező elv szerint jársz el. Időnként mindnyájan érzünk egy kis féltékenységet vagy irigységet, amit az a vágy kísér, hogy nehézségeket okozzunk azoknak, akiket nem szeretünk. A valóban sikeres emberek megtanulták, hogy ellenálljanak ennek a csábításnak. Tudják, hogy ha céljaikra összpontosítanak, miközben segítenek másokat, előbb-utóbb célba érnek. Nem könnyű mindig barátságosnak, együttműködőnek lenni, de ha igyekszel ezt tenni, látni fogod, hogy megéri a fáradságot.

Július 9.

A baráti együttműködés mindig eredményt hoz, mert az ilyen csapatmunka megteremti a Pozitív Lelki Beállítottságot, ami számára nincs legyőzhetetlen akadály.

Bármin dolgozunk, mindig találkozunk akadályokkal. Ezek lehetnek technikai problémák, lehetnek a csapat tagjai közötti viták, vagy a külső feltételek megváltozása. Ha példát mutatsz a kezdeményezésre és a nyitott kommunikációra, tapasztalni fogod, hogy csapatod rendelkezik azokkal a lelki és szellemi tartalékokkal, hogy legyőzze a nehézségeket.

Egy csoport, amely bízik vezetőjében, és amelynek tagjai bíznak egymásban, nem vesztegeti energiáit arra, hogy presztízskérdéseken marakodjon. Ha az emberek tudják, hogy mindnyájan profitálnak a megoldásból, akkor megosztva egymással ismereteiket és tapasztalataikat, igyekeznek minél hamarabb megtalálni azt. Elemezve a javaslatokat, a vezető képes kiválasztani a legjobb megoldást. Erre azonban csak akkor van lehetősége, ha az együttműködésben a barátság és a becsületesség szelleme uralkodik.

Július 10.

Aki az utasításokat nem hajlandó készségesen teljesíteni, nem alkalmas arra, hogy utasításokat adjon.

Ha olyan dolgozó vagy, aki felelőtlen és állandóan vitatkozik, aki nem hajlandó másoktól utasítást elfogadni, meg fogsz rekedni a legalsó szinten. Ha azt akarod, hogy valamikor embereket irányíthass, először meg kell tanulnod irányítani önmagad, és eredményesen alakítani másokkal, különösen a szervezet magasabb szintjén lévővel való kapcsolataidat. Ha nem tanulod meg, hogyan formáld kapcsolataidat a főnökeiddel, sosem leszel képes arra, hogy eredményesen formáld kapcsolataidat a beosztottjaiddal.

Július 11.

Ne feledd, senki sem sértheti meg az érzéseidet saját közreműködésed és engedélyed nélkül!

Senki sem válthat ki benned ilyen vagy olyan érzelmeket, ha nem adsz neki erre lehetőséget. Csak te felelsz azért, hogy milyen érzések és érzelmek ébrednek benned. Ha tudod, hogy mit akarsz elérni az életben, nem fogod hagyni, hogy idegesítő helyzetek tartósan eltérítsenek célodtól. Ha magas célokat tűzöl ki, és lelkesen dolgozol a megvalósításukon, hamar rá fogsz jönni, hogy nincs időd a csip-csup idegeskedésekre, amelyek elvonják figyelmedet a célodtól.

Július 12.

Ha csak akkor látogatod meg a barátaidat, ha szükséged van valamire, hamarosan barátok nélkül maradsz.

Mély bölcsesség van a régi mondásban: „Ha barátokat akarsz, légy barát.” A barátság azt jelenti, hogy kész vagy adni, anélkül hogy ezért ellenszolgáltatást várnál. Az elfoglalt, sikeres emberek nem kutatnak új barátok után. Ha barátjuk akarsz lenni, meg kell érte dolgoznod. Éreztess velük, hogy mint emberek érdekelnek, nem pedig az, hogy mit tehetnének érted. Ha így jársz el, képes leszel szert tenni igaz barátokra.

Július 13.

A barátok egymást nevelik.

A barátaid olyanok lesznek, amilyené formálsz őket. Ha olyan vagy, aki nem sajnálja az idejét másoktól, és mindig tapintatos velük, a barátaid is ilyenek lesznek. Ha olyan valaki vagy, aki garan-

tálnak veszi a barátait, nem ad és nem is vár cserébe tőlük sokat, olyan barátokat fogsz magad köré vonzani, akik hozzád hasonlóak. A barátságra ugyanaz igaz, ami a természetre: hasonló oldódik a hasonlóban, hasonló vonzza a hasonlót.

Időnként értékeld magatartásod, és vizsgáld meg, milyen barát vagy! Olyan, akit barátodként szeretnél tudni? Készséggel nyújtasz többet, mint amennyit cserébe vársz, vagy mindig csak kérsz, de sosem adsz? Szakítasz időt arra, hogy kapcsolatban maradj barátaiddal? Ha annyira elmerülsz saját dolgaiddban, hogy nem marad idő a barátaidra, jó úton vagy, hogy barátok nélkül maradj.

Július 14.

Ha „ismerősöket” akarsz, légy gazdag, ha barátokat akarsz, légy barát!

Semmi sem tehet téged annyira vonzóvá mások számára, mint a pénz. Ám az olyan emberek, akik csak azért vonzódnak hozzád, mert tehetsz értük valamit, nem barátok, hanem ismerősök. Ha gazdag vagy, rengeteg ismerősöd lesz, de bármilyen pozíciót foglalj is el az életben, csak akkor lesznek igaz barátaid, ha te is barátként viselkedsz. Légy nagyon körültekintő barátaid megválasztásában! Pozitív személyek barátságát keresd, akik azért szeretnek, aki vagy, amilyen vagy, akik bátorítanak, hogy önmagad maradj és fejlődj, hogy képes légy a legtöbbet kihozni magadból!

Július 15.

Ha valakit cserben kell hagynod, vigyázz, nehogy az a barátod legyen, aki segített, amikor lent voltál!

Az ember emlékezete rövid. Elfoglalnak bennünket a napi gondjaink, saját érdekeink, és könnyen megszakad a kapcsolatunk egy-egy baráttal. Vannak idők, amikor választanunk kell, hogy azt tesszük, amit szeretnénk, vagy azt, amit tennünk kell. Ha ilyen döntéssel szembesülsz, mindig emlékezz azokra a hű barátokra, akik melletted álltak, amikor szükséged volt rájuk, és semmilyen körülmények között sem hagyd őket cserben!

Ha cserbenhagysz egy barátot, aki segített, amikor szükséged volt rá, ezzel nemcsak aláásod a kapcsolatot, de rombolod saját önbecsüléset is. Ha cserbenhagysz egy barátot, ez egyben azt jelenti, hogy önmagad hagyod cserben. Erre nem mentség, hogy esetleg éppen nem látszol ki a terhek alól. Ha semmiképpen sem teheted meg, amit egy jó barát kér, találgat egy más módot, hogy segíts neki!

Július 16.

A barát olyan valaki, aki mindent tud rólad, mégis tisztel.

Egy igaz barát kimondhatatlanul értékes társ. Ha valakivel megosztjuk reményeinket, álmainkat, legmélyebb titkainkat, és továbbra is tisztel, az ilyen társat nagyon meg kell becsülnünk! Gyakori eset, hogy emberek csak azért akarnak együtt lenni velünk — a barátaink lenni —, mert azt gondolják, tehetünk értük valamit. Egy igaz barátság kölcsönös, olyan, amelyből egyformán nyer mindkét fél.

A barátságot azzal érdemeled ki, hogy olyan vagy, aki rászolgál a barátok tiszteletére. Ha felnéznek rád, még inkább igyekezned kell olyan tisztelettel bánni velük, amilyen tiszteletet elvársz tőlük.

Július 17.

A barátságot ápolni kell, ha azt akarjuk, hogy fennmaradjon.

Emberek vagyunk, tele gyarlóságokkal, gyengeségekkel, kétkédséssel. Mindnyájan vágyunk arra, hogy becsüljenek minket azokért a tulajdonságainkért, melyek egyedülállónak tesznek sok millió embertársunk között. A barátság fenntartása erőfeszítést igényel, mert ragaszkodásunkat újból és újból bizonyítanunk kell szavakkal és tettekkel. Ne fukarkodj, ha arról van szó, hogy kimutasd, mennyire becsülöd barátaidat! Emlékezz életük fontos dátumaira, gratulálj nekik az eredményeikhez! Ám mindennél fontosabb, hogy mindig számíthassanak rád, ha a segítségre van szükségük.

Július 18.

A barátok ismerik egymás hibáit, de nem beszélnek róla.

Az igaz barátok tudomásul veszik, hogy egyikük sem tökéletes, és hibáikkal együtt elfogadják egymást. Ám nem egymás hibáira, hanem egymás pozitív tulajdonságaira összpontosítanak. A barátaid nem szeretik, ha a hibáikról beszélsz, mint ahogy te sem szereted, ha bírálják. Ha a barátaid elcsüggednek, néhány bátorító szó többet ér, mint egy hosszú prédikáció.

Ahhoz, hogy olyan barát légy, amelyet magadnak szeretnél, légy figyelmes hallgató. Csak akkor adj tanácsot, ha kérnek, és légy méltó barátaid bizalmára! Örülj velük együtt az eredményeiknek, mutass együttérzést, ha valamiben sikertelenek, de kerüld a „konstruktív bírálatot” és az ördög ügyvédjének szerepét. Legtöbbször többet várunk magunktól, mint amennyit mások várnának tőlünk, és nagyon is tudatában vagyunk hiányosságainknak. Nem akarjuk, hogy a barátaink is emlékeztessenek rájuk.

Július 19.

Egy jó csapat elsősorban az erőfeszítések harmonikus koordinálására épít, nem pedig a kiemelkedő egyéni képességekre.

A csapatmunka nem más, mint „a tagok együttes erőfeszítése egy közös cél elérésére”. A meghatározás kulcsszavai az *együttes erőfeszítés*. A tagok aktív támogatása nélkül egyetlen csapat sem érhet el tartós sikert. A futballisták gyorsan megtanulják, hogy senki sem lehet sztár minden meccsen.

Az olyan csapat a nyerő, amelynek tagjai felismerik, hogy ha az egyik tag sikeres, ezzel az egész csapat nyer. Ez igaz fordítva is. A vesztes legbiztosabb receptje, ha a csapat tagjai egymással versenyeznek, nem pedig az ellenféllel. Ha a tagok mindegyike minden alkalommal legjobb önmagát nyújtja, nyer a csapat, és nyer minden tagja.

Július 20.

Ha valakit vezetőként megkérsz valamire, mindkettőtöknek jó, ha megmondod neki, mit kell tennie, miért, mikor és hol, és mi a legjobb módja, ahogyan csinálhatja.

Mindnyájunkra hatással vannak az élettapasztalataink és a neveltetésünk. A kapott utasításokat ismereteink és tapasztalataink, továbbá szervezetünk kultúrájának és egy sor más tényezőnek a közegébe helyezve értelmezzük. A jó menedzserek tudják ezt, és ügyelnek, hogy a kérésként megfogalmazott utasításaik legyenek világosak, tömörek, és a másik megértse őket. Tudják azt is, hogy egy nagyon szűk mezsgyén kell mozogniuk. A megfelelő utasítás ugyanis nem járhat együtt azzal, hogy a dolgozót megfosztják a lehetőségtől, hogy bizonyos határok között a maga módján végezze el a feladatot.

Az utasítás és az ösztönzés helyes egyensúlyának megteremtéséhez bátorítani kell a dolgozókat, hogy vegyenek részt a célok kitűzésében. Segíteni kell nekik, hogy kidolgozzák saját cselekvési tervüket. Gondoskodni kell arról, hogy értsék a csapat küldetését, és saját szerepüket ennek teljesítésében. Időről időre értékelni kell a tagok munkáját, és együtt meg kell ünnepelni a győzelmeiket.

Július 21.

Ne feledkezz meg arról, hogy a hanghordozásod gyakran jobban tükrözi gondolataidat, mint a szavaid!

Konfliktus esetén egy javaslat vagy egy kompromisszum meg-

mentheti a veszélyeztetett munkakapcsolatot. Az elcsüggedt beosztottat időről időre bátorítani kell. Ilyen esetekben a jó menedzser a konkrét helyzetenél távolabbra tekint, és a hosszabb távon előnyös megoldást választja. Ám ha hangod eláruulja a dühödöt, a félelmedet vagy a kétségbeesésedet, a másik nem a bölcs szavakra fog emlékezni.

Ha fel akarsz emelkedni egy szervezet csúcsára, meg kell tanulnod uralkodni az érzelmeiden. Ha vezető vagy, mások figyelni fogják, milyen nem verbális üzeneteket küldesz. Ha ösztönözni akarsz munkatársaidat, és azt akarsz, hogy tudják, csapatod minden tagját fontosnak tartod, meg kell tanulnod kézben tartani magad.

Július 22.

A világmindenségben mindenütt harmónia uralkodik, kivéve az emberi kapcsolatokat.

A világmindenséget rend és harmónia jellemzi, nekünk embereknek mégis állandóan küzdenünk kell, hogy ugyanezt elérjük a kapcsolatainkban. Úgy tűnik, mintha az emberek természetellenesnek találnák, hogy együtt kell működniük. A sikeresekre az a jellemző, hogy megtanultak az árral szemben úszni, és megtenni azt, amit mások vonakodnak megtenni. Megtanulták, hogyan dolgozzanak együtt az egész csoport érdekében.

Legyen szó bármilyen kapcsolatról — üzletiről, személyesről, szakmairól —, a harmónia elérése és fenntartása erőfeszítést igényel. Szándékodban erősítsen az a tudat, hogy többet tudsz elérni, ha másokkal együtt dolgozol, nem pedig ellenük.

Július 23.

Egy gép súrlódása pénzbe kerül, az emberi kapcsolatokon belüli súrlódás pedig hátrányosan hat a szellemre és a bankszámlára is.

Egy kapcsolat megromlásának gyakran súlyos anyagi következményei vannak, de a veszteség még nagyobb az emberi oldalt illetően. Ha egy kapcsolat állandó súrlódással jár, olyan emberi energiák folynak el feszültségteremtő, természetlen tevékenységekre, melyeket pozitív célok érdekében lehetett volna mozgósítani. Bármilyen legyen is az oka a személyek közötti súrlódásoknak, ezek mindig hátrányosan hatnak az érintettekre.

Ha egy veszekedős kapcsolat résztvevője vagy, kevés elfogadha-

tó alternatíva van. Vagy rendezed a dolgot, vagy kilépsz a kapcsolatból. Csak te tudhatod, melyik a jobb megoldás számodra. Ha tárgyilagosan értékeled a kellemetlen helyzetet, és azt talárod, szükség van a kapcsolatra, jobb, ha félreteszed a büszkeségedet, és keresel egy megoldást, ami kölcsönösen elfogadható. Ha ilyen nincs, talán eljött az ideje, hogy felbontsd a partnerséget, és célod elérésére más utat válassz.

Július 24.

Ha másokkal nem tudsz megállapodásra jutni, annyit azért megtehetsz, hogy nem veszekszel velük.

Ha vitába keveredsz valakivel, lehet, hogy ez az egyetlen eset, amikor jobb, ha nem teszel semmit, mintha teszel valamit. Ennek nagyon is gyakorlati okai vannak. Ha vitatkozol másokkal — még ha a vitában győzől is —, komoly lelki és idegi feszültségnek teszed ki magad. Lehetetlen fenntartanod a Pozitív Lelki Beállítottságot, ha gondolataid olyan negatív érzelmek hatása alá kerülnek, mint amilyen a düh és a gyűlölet.

Senki sem mérgesíthet fel, ha nem engeded, hogy megtegye veled. Ne vitatkozz másokkal, ehelyett próbálj feltenni nekik nem fenyegető kérdéseket! Például: "Miért érzel így? Mivel dühítettelek fel? Miben segíthetnék?" Kiderülhet, hogy a kellemetlen helyzetet egy kisebb félreértés váltotta ki, ami gyorsan tisztázható. Még ha komolyak is a problémák, a pozitív magatartások sokat segíthetnek a megoldásukban.

Július 25.

Ne feledd, a veszekedéshez legalább két ember kell!

A vita hevében nehéz arra emlékezned, hogy a veszekedéshez legalább két ember kell. Segíthet, ha emlékezel arra, hogy senki sem veszekedhet veled, ha egyetértesz vele. Ez egyáltalán nem jelenti, hogy meg kellene alkudnod az elvekben. Mód van arra, hogy hű maradj a meggyőződésedhez, ugyanakkor keresd a közös alapot, ami lehetővé teszi, hogy olyanokkal is együtt dolgozz közös célon, akik először nem értenek veled egyet.

Ha valaki dühös rád, vagy egy helyzetre, amit te váltottál ki, mutasd ki, hogy érted, *mit* érez. Vizsgáld meg a problémát az ő szemszögéből! Mi a konfliktus forrása? Hogyan lehetne olyan megoldást találni, ami kielégít minden érintett felet? Mivel járultál hozzá a

problémához? Ha a megoldásra összpontosítasz, nem pedig arra, hogy bűnbakot keress, legtöbbször a másik is hasonló magatartással válaszol.

Július 26.

Az eredményes emberi kapcsolatok alapja a kölcsönös bizalom.

Szorosabb kapcsolatot létesítve valakivel, két kérdést teszünk fel magunknak. Ezek a következők: Megbízhatok benne? Valóban fontos vagyok számára? Attól függően, milyen tapasztalatokat szereztünk korábbi partnereinkkel, esetleg nem lesz könnyű gyorsan válasszunk. A másik iránti bizalom gyakran csak fokozatosan alakul ki, és annak mértékében erősödik, ahogy a résztvevők elkötelezettsége egymás iránt egyre sokoldalúbban nyilatkozik meg.

Noha a bizalom minden sikeres kapcsolat legfontosabb pillére, valójában igen törékeny valami. Egy kapcsolat, amely hónapokon, sőt éveken át szilárd maradt, visszavonhatatlan sérülést szenvedhet néhány meggondolatlan szó vagy tett miatt. Ne engedj a csábításnak, hogy fontos kapcsolataidban kapkodva cselekedj, vagy érzelmeid felett elveszítsd az uralmadat!

Július 27.

Egy jó horgász mindent megtesz, hogy a horgára olyan csalit tegyen, amit szeret a hal. Ez nem rossz tipp azok számára sem, akik sikeresek akarnak lenni az emberi kapcsolataikban.

Egy beszélgetés során jobb, ha többet hallgatsz, mint amennyit beszélsz. Ugyanígy egy kapcsolatban bölcsőbb, ha többet gondolsz arra, mi jó a másiknak, mint arra, mi jó neked. Ha igyekszel úgy viselkedni másokkal, mint ahogy szeretnéd, hogy viselkedjenek veled, az emberek szívesen lesznek veled, tisztelni fognak, és élvezni fogod a bizalmukat és a lojalitásukat.

Ha megtanulsz uralkodni az érzelmeiden és a hiúságon, megtanulsz figyelemmel lenni mások vágyaira és igényeire, vonzani fogod az embereket, és sok barátod lesz.

Július 28.

Akik értenek ahhoz, hogyan teremtsék meg a kölcsönös bizalom légkörét, sosem lesznek híján a barátoknak.

Ha van olyan barátod, aki mindent megtesz, hogy segítse őszinte barátságok születését, igazán szerencsésnek mondhatod magad.

Napjaink gyorsan változó, nyugtalan, egyszerhasználatos dolgok társadalmában ritka kincs az ilyen ember. Karrierünk, családjunk és felfokozott életritmusunk miatt kevés időnk marad önmagunkra, de még kevesebb a barátainkra. Pedig tudjuk, hogy az élet legnagyobb ajándéka az önzetlenül felajánlott és örömmel fogadott barátság.

Július 29.

Minden tartós siker harmonikus emberi kapcsolatokon nyugszik.

Kevesen képesek arra, hogy egyedül járják végig az utat. Akár a karrieredről, akár a személyes kapcsolataidról, akár életedről van szó, ha sikert akarsz, szükséged van mások segítségére. Különben is mi értelme van a sikernek, ha nincs kivel megosztanod? Három dolog közül választhatsz: együttműködsz másokkal; figyelmen kívül hagyod őket; ellenük dolgozol. Tudnod kell azonban, hogy az életben azoknak van része kiemelkedő sikerekben, akik képesek harmonikusan együttműködni másokkal. Ha személyes céljaid egybeesnek mások céljaival, az erőfeszítések nem egyszerűen összeadódnak, hanem olyan *szinergikus hatást* eredményeznek, amik lehetővé teszik, hogy lényegesen többet érjete el, mint az elkülönült erőfeszítések egyszerű összege.

Július 30.

Ha beleértod magad mások dolgaiba, igyekezz azt békebíróként tenni! Meglátod, kevés versenytársad lesz.

Konfliktust látva, legtöbbször hajlamos arra, hogy minél gyorsabban távol kerüljön a kellemetlen helyzettől. Ha belekeveredünk egy vitába, általában az egyik vagy a másik álláspontot támogatjuk. Az ilyen magatartás aztán nem igazán segíti az ellentétek feloldását, sőt gyakran elmélyíti azokat. Mégis, ha őszintén próbálsz segíteni, azt fogod tapasztalni, hogy szándékodban kevesen támogatnak.

Az emberi lélek igen bonyolult szerkezet. Tele vagyunk érzésekkel, érzelmekkel, melyek természetét gyakran magunk sem értjük. Néha már egy elfogulatlan személy közreműködése is elég, hogy megoldódjék egy vitás helyzet. Ügyelj azonban arra, hogy ha békéltetőként hidat akarsz teremteni a vitázók között, ne engedj egyoldalúan egyik kívánságának sem! Keress olyan kompromisszumokat, melyek kielégítik mindkét felet.

Július 31.

Végtelen erők mozdulnak meg, ha két vagy több ember tökéletes összhangban koordinálja gondolatait és tetteit egy cél elérése érdekében.

A Mesterelme szövetség azt jelenti, hogy emberek tökéletes összhangban tevékenykednek egy közös cél megvalósításáért. Az ilyen partnerség hatalmas erőket hoz mozgásba. Ezek lehetővé teszik a tagok számára, hogy lényegesen nagyobb eredményeket érjenek el, mint amire külön-külön képesek lennének. Légy körültekintő Mesterelme-partnereid megválasztásában! Olyanokkal lépj szövetségre, akikkel kiegészítitek egymást. A legfontosabb azonban az, hogy olyan társakat válassz, akikkel azonos pozitív értékeket tiszteltek, és hasonló szintű célokat tűztetek ki.

Augusztus

Kudarccs és vereség

Augusztus 1.

Edison 10 000 alkalommal volt sikertelen, mielőtt rátalált arra az anyagra, amely lehetővé tette számára az első működő izzólámpa előállítását. Ne idegeskedj hát, ha először nem sikerül valami!

Amerika legnagyobb feltalálója, Thomas Edison, hihetetlenül pozitív módon állt hozzá az élethez, ami jelentősen segítette felfedezői munkáját. Mások már elvesztették volna a kedvüket, miután több ezerszer is sikertelenül próbálkoztak az izzólámpa kifejlesztésével, de nem így Edison. Ő úgy tekintett minden sikertelen próbálkozásra, mint ami lehetővé teszi számára, hogy „leírjon” egy nem működő ötletet, ezzel lépésről lépésre közelítve a működő megoldáshoz.

Mindnyájan tanulhatunk tőle. Sok történet szól olyan felfedezőkről, akik nem sokkal a cél előtt feladták, és olyan aranyásókról, akik már csak néhány ásónyomnyira voltak a kincstől. Kevés akadály van az életben, ami ne lenne leküzdhető következetes, állhatatos és jól tervezett cselekvéssel. Ha elcsüggedsz, gondold Edisonra, aki 10 000 alkalommal volt sikertelen, mielőtt megtalálta volna azt a megoldást, ami a felismerhetetlenségig megváltoztatta a világot.

Augusztus2.

Az átlagember már az első kudarcnál feladta volna. Ez magyarázza, hogy oly sok az átlagember, és oly kevés az Edison közöttünk.

Thomas Edison egy alkalommal megjegyezte, hogy a legtöbben azért nem ismerik fel a lehetőségeket, mert munkaruhába öltözve, kemény munka képében teszik tiszteletüket. Ő tudta, hogy ami ér valamit, azt sosem könnyű megvalósítani. Ha könnyű lenne, bárki képes lenne rá. Mivel képes volt sokkal tovább kitartani, mint ameddig egy átlagember ésszerűnek ítélte, olyan dolgokat alkotott, melyeket sok nagy tudású kortársa is lehetetlennek tartott.

Az emberiség gyakran olyanoknak köszönhetően jut gyökeresen új ismeretek birtokába, akik szinte megszállottként kutatják egy probléma megoldását. Legyenek bármilyen zseniálisak is, az intuitív felismerések nem elégségesek a sikerhez. Ezeket következetes és állhatatos munkának kell követnie.

Augusztus 3.

A kudarc legfőbb oka a cél nélküli sodródás.

Életcél nélkül az ember a legkisebb ellenállás irányát követi. Sodródik az árral, és elképzelése sincs arról, hová akar eljutni. Egy életcél jelentősen megkönnyíti azt a sok száz kisebb-nagyobb döntést, amit naponta meg kell hoznod, és amelyek mindegyike valamilyen módon hatással van végső sikeredre. Ha tudod, hová tartasz, gyorsan el tudod dönteni, hogy egy-egy terved közelebb visz a célodhoz, vagy távolít tőle. Egyértelmű, világos célok, és az ezekhez kapcsolódó akciótervek nélkül minden döntés egyfajta vákuumban születik. A szándék konkrétsága sajátos erőteret hoz létre, amelyben minden tett valamilyen módon illeszkedik egy átfogó tervhez.

Augusztus 4.

Ha gyermeked életét nagyon könnyűvé teszed, nagyon nehéz felnőtkorra számíthat.

A milliomos Del Smith, az Evergreen International Aviation alapítója és elnöke gyakran szokta mondani: „Hála Istennek, szegénynek születtem! Így hát meg kellett tanulnom dolgozni.” Hasonlóan másokhoz, akik szintén saját erejükből küzdötték fel magukat, Smith mély meggyőződése, hogy a legnagyobb ajándék, amit egy gyerek a szülőktől kaphat, hogy megtanítták őt dolgozni, megtanítták őt arra, hogy becsülje a munkát. Olyan ajándék ez, amit nem lehet elveszíteni és nem lehet ellopni. A szülők természetes törekvése, hogy a gyerekeknek biztosítsák azt az anyagi jólétet, amelyben nekik nem lehetett részük. Az ilyen nagylelkűség azonban gyakran megfosztja a gyerekeket a legnagyobb ajándéktól, amit szülőként adhatasz nekik: hogy megtanulhatnak bízni saját erejükben, és megtanulhatják irányítani sorsukat. Ha gyermekeid életét „nehézzé” teszed, megkövetelve tőlük, hogy dolgozzanak és becsüljék a munkát, ezzel elősegíted, hogy felnőtként könnyebben érjenek el sikereket.

Augusztus 5.

Legtöbben nem igazán neheztelünk, ha valaki a hibáinkról beszél, ha bírálataiban említést tesz néhány erényünkről is.

Természetes reakció, hogy ha valaki bírál minket, védjük magunkat és magatartásunkat. Ez még akkor is így van, ha tudjuk, hogy a másíknak igaza van. Az életben azonban azok érnek el kiemelkedő sikereket, akik megtanulták, hogy félretegyék érzelmeiket, és tanuljanak másoktól, még ha nem is kellemes az üzenet. Ha valaki bírál, és ez neheztelést vált ki benned, mondd magadnak, hogy a bírálata teljesítményednek, és *nem a személyednek* szól. Uralkodj az érzelmeiden, és fogadd el a hasznos tanácsokat, még ha nem is tetszik a mód, ahogy kaptad őket.

Augusztus 6.

A sikernek nincs szüksége magyarázatra, csak a kudarccokat kell alibikkel foltoztatni.

A legjobb módja, hogy elfogadjanak egy szervezetben vagy a munkában, hogy sikeresek vagyunk. Ám nem lehetsz mindig sikeres. Mindegy, milyen gondosan tanulmányoztad a témát, mennyire ésszerűek a döntéseid, milyen alaposan készültél fel, esetenként követesz el hibát. Így van ez mindenkivel. A fontos azonban az, hogy ezeket az esetenkénti sikertelenségeket ne visszavonhatatlan kudarcokként éld meg! A sikeres emberek tudják, hogy mindenkit érhetnek átmeneti kudarccok. Tudják, hogy ezeket elemezni kell, és el kell végezni a megfelelő módosításokat. Tudják, hogy a nehézségek csak átmenetileg akadályozhatják őket, hogy elérjék céljaikat.

Augusztus 7.

Óriási különbség van a kudarc és az átmeneti vereség között!

Valójában nem létezik kudarc, csak ha kudarcként éljük meg, amit történt. Minden vereség csak átmeneti, és csak akkor válik véglegessé, ha szándékosan feladod. Az igazság az, hogy az átmeneti vereség gyakran erősebbé, szívósabbá és hozzáértőbbé tesz. Minden alkalommal, amikor valami nem sikerül, tanulsz valamit, ami közelebb visz a végső sikerhez.

Csak az iskolában van úgy, hogy minden problémának egyetlen helyes megoldása van. Ha egy olyan megközelítéssel próbálkozol, amely nem működik, próbálkozz valami mással! Ha a nehézségekre tapasztalatszerzési lehetőségként tekintesz, többször leszel az életben sikeres, mint sikertelen.

Augusztus 8.

A megpróbáltatás óráiban mutatkozik meg igazán, mennyire vagy bátor.

Vannak sorscsapások, amelyek olyan kegyetlenek, hogy ha engedünk nekik, elveszítjük az egész mérközést. Amikor Matthew Ridgway tábornok átvette az amerikai csapatok parancsnokságát a koreai háborúban, katonái már csak tenyérnyi helyet birtokoltak délen, és keményen szorongatták őket. Csak egy határozott döntés tette lehetővé, hogy ne söpörjék be őket a tengerbe, és végül visszaszerezzék az elvesztett területeket.

Ha vereség ér, lehet, hogy nincs időd visszavonulni és elgondolkozni a hibáidon, mert ezzel egy még súlyosabb vereséget kockáztatnál. Ne engedj a benuhágnak! Ezekben a nehéz pillanatokban különösen fontos megőrizned az erőforrásaidat és a reményedet. Ehhez töretlenül a célra kell összpontosítanod, és folytatnod kell a munkát. Bármilyen áron. Ha összeroppansz, ez olyan mértékben ássa alá az önbecsülésedet, hogy nehéz lesz jót tenni a kárt. Tarts ki az elveid mellett, és mint legkevesebb, tudni fogod, hogy megőrizted a legfontosabb dolgot, amivel rendelkezel — az önbecsülésedet.

Augusztus 9.

Mindig van lehetőség újra kezdeni!

Noha a súlyos csapás pillanatában ez nem olyan nyilvánvaló, két fontos dolgot sosem veszíthetsz el. Ez a gondolkodásod ereje, és hogy elmédet szabadon, legjobb belátásod szerint használd. Ha segítségével kideríted, mi terített le, már megteremtetted annak lehetőségét, hogy újra nekivágyj. Lehet, hogy nem rendelkezel azzal a pénzzel, ami valamikor a tiéd volt, lehet, hogy elvesztetted a szövetségeseidet is. De még mindig melletted vannak a természet törvényei, melyek eredményekkel jutalmaznak a tisztességes erőfeszítést, és veled vannak azok a tapasztalatok, melyek lehetővé teszik, hogy ne kövesd el ismét ugyanazokat a hibákat.

Ne feledd, mindegy, hol állsz most, minden, amit kigondoltál és hiszel benne, elérhető számodra!

Augusztus 10.

A legtöbb kudarc sikerré változtatható, ha valaki még egy kicsit tovább bírja, vagy kicsit több energiát fektet a munkába.

Ha benned rejlik a siker lehetősége, a nehézségek és az időleges vereségek csak segíteni fognak, hogy még magasabb csúcsokra

emelkedj. Nehézségek nélkül sosem fejlesztenéd ki magadban a megbízhatóságot, a lojalitást, a szerénységet és az állhatatosságot, pedig ezek nélkül elérhetetlen a tartós siker. Sokan kimenekültek a vereség szorításából, és nagyszerű győzelmeket értek el, mert egyszerűen nem engedték meg maguknak a kudarcot. Ha elkerülöd a járhatatlan utakat, meg fogsz lepődni, milyen gyorsan megtalálod a sikerhez vezető ösvényt.

Augusztus 11.

A siker vonzza a sikert, a kudarc vonzza a kudarcot, mert a hasonló vonzza a hasonlót. Ez a harmonikus vonzás törvénye.

A fizikában a pozitív a negatívát vonzza és fordítva, az emberi kapcsolatokban azonban ez másként van. A negatív emberek csak a negatív embereket vonzzák, míg a pozitívan gondolkozók a hozzánk hasonlók társaságát keresik. Azt fogod tapasztalni, hogy ha megszületnek az első sikereid, egyre több sikerben lesz részed. Ez a harmonikus vonzás törvénye. Ha sikerült létrehoznod egy vagyont, meg fogsz lepődni, milyen gyorsan kezd szaporodni a kezdedben!

Tréningeztesd a képzeletedet, hogy képes legyen világosan, valóságghűen vizualizálni egy bizonyos nagyságú pénzüsszeget, vagy az álmodat. Pontosan úgy, mintha már elérted volna. Aztán alkalmazd az önszuggesztió módszerét, hogy meggyőző a tudatalattidat, hogy célotat képes vagy elérni, majd láss neki terved megvalósításának — cselekedj! Ha élsz azokkal a lehetőségekkel, melyek rendelkezésedre állnak, hogy felkészítsd magad a sikerre, és vizualizáld, amint már elérted célotat, bármilyen reális álmod képes lesz megvalósítani.

Augusztus 12.

Aki azzal próbálkozik, hogy semmiért kapjon valamit, általában azzal végzi, hogy semmit sem kap valamiért.

Akik úgy képzelik, leélhetik úgy az életüket, hogy amit kapnak, azért nem nyújtanak egyenértéket, végül ráfizetnek. Arra kényserülnek, hogy mindennél keményebben dolgozzanak azért, hogy másokat megtévesszenek, cserébe pedig nem kapnak érte semmit. Az életnek különös trükkjei vannak a számlák kiegyenlítésére. Hosszú távon azt kapod, amit adtál. Fordítsd idődet gyümölcsöző, pozitív tevékenységre, ne fukarkodj az időddel és a képességeiddel — ez ki fog emelni a tömegből, amelynek láthatóan az a legfontosabb célja az életben, hogy semmiért kapjon valamit.

Augusztus 13.

Akik a szerencsejátéknak hódolnak, potenciális csalók, mert megpróbálnak semmiért kapni valamit.

Aki kockáztatja a pénzét, a vak véletlenre bízva a sikert, nem olyan valaki, akivel érdemes lenne üzleti partnerségre lépned. Olyan emberek ők, akik feltehetően engednének a csábításnak, hogy egy kicsit igénytelenebbek legyenek a termék minőségében, nagyvonalúbbak a munkavédelmi kérdésekben, és általában nem tartják be az ígéreteiket. Hosszabb távon lehetetlen semmiért valamit kapni. A kompenzáció törvénye könyörtelenül gondoskodik arról, hogy végül csak azt kaphatod meg, amit megszolgáltál. Időnként érezheted úgy, hogy többre szolgáltál rá — és lehet, hogy ez így is van —, ám végül azt fogod kapni, ami összhangban van az erőfeszítéseiddel.

Augusztus 14.

Nem különös, hogy vannak, akik olyan ügyesek és találékonyak az alibik gyártásában? Ha ezt az ügyességüket és találékonyaságukat a munkájukban kamatoztatnák, nem lenne szükségük alibire!

Ha az emberek csak fele olyan igyekezettel és találékonyasággal végeznék a munkájukat, mint amilyen igyekezettel próbálnak másokat megtévesszeni, bármiben képesek lennének nagy sikerekre. Időnként csábítónak tűnik utánozni azokat, akik látszólag kemény munka nélkül is ragyogóan érvényesülnek, de azok, akik becsapják a vállalatot, olyan pénzeket véve fel, amelyekért nem dolgoztak meg, végül fizetni fognak ezért, még hozzá egyik legértékesebb tulajdonukkal: a jó hírével. Ha valaki híres arról, hogy tisztességes és becsületes, ez azt jelenti, nyitva előtte a pálya. Ha valaki híres arról, hogy híján van ezeknek az erényeknek, nem remélhet sikeres karriert. Embereket időről időre meg lehet tévesztetni, ám a kompenzáció törvényét nem.

Augusztus 15.

Egy másik fickó hibái gyenge alibik saját hibáidra!

Ralph Waldo Emerson az *Önbizalom* című híres esszéjében ezt írja: „Könnyű a világban a világ véleménye szerint élnünk, könnyű a magányban a magunk véleménye szerint, de nagy embernek csak az nevezhető, aki a tömegtől körülvéve is képes tökéletes nyuga-

lommal megőrizni a magányos ember függetlenségét." Ha egy csoporthoz tartozol, könnyű velük tartanod, hogy kijöhess velük, de ha tartod magad saját erkölcsi mércédhez, és nem árulod el önmagad, függetlenül attól, mit tesznek vagy mit mondanak mások, a nagy emberek útját járod.

Ha saját magatartási normáid vannak, sosem kell mástól kérdezned, mi a helyes út, amit követned kell. Ösztönösen is tudni fogod!

Augusztus 16.

A kudarc nem szégyen, ha becsületesen megtettél minden tőled telhetőt.

Egy versenyszellemmel áthatott világban élünk, és a siker alapján nyereségről és veszteségről beszélünk. Megszállottan ragaszkodunk ahhoz a téveszméhez, hogy minden nyereségnek egyenértékű veszteség felel meg. Kétségtelen, logikusnak tűnik, hogy ha valaki nyer, valakinek vesztenie kell, az igazság ezzel szemben az, hogy az egyetlen verseny, ami valóban számít, ha önmagaddal versengesz. Ha a teljesítménymércéd alapját az képezi, hogy a lehető legjobbat nyújtsd — önmagad számára —, sosem lehetsz vesztes. Állandóan javulni fog a teljesítményed.

Alakítsd ki magadban a szokást, hogy rendszeresen értékeled a teljesítményedet. Ha úgy látod, elmarad a remélttől, tedd fel magadnak a kérdést: „Tehetek valamit, vagy tehettem volna valamit, hogy jobb eredményt kapjak?” Ha a válaszod az, hogy „nem”, ha tudod, hogy megtettél minden tőled telhetőt, ne pocsékolj az idődet arra, hogy a múltton bánkódsz. Vondd le a tapasztalatokat abból, ami történt, és láss neki a munkának. Ha következetesen mindig megteszed a tőled telhetőt, átmeneti kudarcaid tartós sikerré változnak.

Augusztus 17.

Ha nincs egy életcélod, a biztos kudarc felé sodródsz.

Ha nincs életednek egy nagy célja, ez olyan, mintha térkép nélkül akarnál hajózni az óceánon. Néha előfordulhat, hogy olyan helyre jutsz, ami tetszik neked, de lehet, hogy céltalanul fogsz sodródni, mindig azt remélve, hogy rátalálsz egy helyre, ahol jól fogod magad érezni. Ám erre nem sok az esélyed. Ahogy személyiséged fejlődik, úgy változik életcélod is. A dolgok természetes rendje, hogy amikor feljutsz egy csúcsra, körülnézel, hol vannak még magasabb csúcsok, amelyekre felemelkedhetnél. Az életben vagy haladunk, vagy csú-

szunk vissza. Nincs lehetőség az egy helyben maradásra. Amikor azt mérlegeled, milyen irányba indulj, gondolj végig mindent alaposan, hogy helyesen válassz!

Augusztus 18.

Ha nem akard, hogy életed egy nagy zűrzavar legyen, ne csapódj olyanokhoz, akiknek sikerült életüket káosszá változtatniuk!

Az emberi kapcsolatok sajátossága, hogy egyetlen személynek gyakorlatilag lehetetlen pozitív befolyást gyakorolni a negatívan gondolkozók csoportjára. Képtelen leszel fenntartani pozitív, gyümölcsözőbeállítottságodat, ha időd nagy részét negatív beállítottságú személyekkel töltöd. Akik tönkretették életüket (és szerencsétlenségükért általában másokat okolnak), nem azok az emberek, akik segíteni fognak, hogy sikerre vidd az életben. Válogasd meg gondosan a barátaidat és a társaidat, ne panaszkodj a munkádra, a cégedre és senkire sem! Idődet igyekezz pozitív, ambiciózus emberekkel tölteni, akiknek határozott életcéljuk van. Tapasztalni fogod, hogy az optimizmusuk ragályos.

Augusztus 19.

Az emberi hibák olyanok, mint kertben a gyomok. Ápolás nélkül is szaporodnak, és ha nem gyomláljuk ki őket, hamarosan betérítik az egész területet

A rossz szokások lassan alakulnak ki, ezért legtöbbször nem vesszük észre, mi történik valójában. Aztán már túlságosan erőssé válnak, hogy könnyedén szakítani tudjunk velük. Csak a legritkább esetben sikerül, hogy egy rossz szokástól úgy szabaduljunk meg, hogy ne egy másikkal helyettesítsük. Azt mondják, a természet nem szereti a vákuumot, ezért mindig van valami, ami betölti az üresen maradt teret. A hibás szokások kigyomlálásának az a módja, hogy megállapítjuk, melyek ezek, és a pozitív megfelelőikkel helyettesítjük őket. Ha például hajlamos vagy arra, hogy elveszítsd a türelmedet, találj valamit, ami a haragod helyére léphet. Semlegesítsd olyan pozitív kijelentésekkel, mint például ez: „Senki sem tehet dühössé, ha nem engedem meg neki. Nem engedem meg senkinek sem, hogy uralkodjék az érzelmeimen!”

Augusztus 20.

Ne feledd, hogy az emberi gyarlóságok elég egyenletesen vannak elosztva közöttünk!

Miért van, hogy önmagunkban olyan nehezen vesszük észre azokat a hibákat, melyeket másokban oly jól meglátunk? Könnyű tárgyilagossá lenni, ha egy barátunkat, egy rokonunkat vagy egy üzlettársunkat értékeljük, de sokkal nehezebb őszintén elismernünk tévedéseinket és tárgyilagosan megítélnünk hibáinkat. Csak akkor kezd kifejlődni bennünk a tolerancia csodálatos vonása, ha elfogadjuk, hogy mindnyájan emberek vagyunk, és hogy tévedni emberi dolog. A tolerancia azt jelenti, hogy készek vagyunk elfogadni másokat olyannak, amilyenek, és ezért semmit sem kérünk cserébe. Egyáltalán nem könnyű a hibakeresés szokását felváltani az erénykeresés szokásával, de ha egyike leszel azon keveseknek, akik inkább dicsérnek, mint bírálják, te leszel az, akit mindenki barátjaként szeretne tisztelni.

Augusztus 21.

Az önsajnálát — ópium.

A drogokban az a legalattomosabb, hogy az emberi szervezet megszokja őket, és egyre nagyobb adagokra van szükség egyazon hatás eléréséhez. Ugyanez mondható el az önsajnálatról. Minél jobban engedsz az önsajnálát csábításának, annál nagyobb mennyiségben fogod igényelni. Hamarosan szokásoddá válik, és olyan romboló hatású lesz a beállítottságodra, hogy megfoszt belső erőid mozgósításának képességétől.

Szerencsére létezik egy gyógymód. Ha tárgyilagosan megvizsgálod, legtöbbször olyan problémák váltják ki benned az önsajnálát, melyek saját képzeleted szüleményei. Az előidéző tehát te magad vagy, amiből következik, hogy a baj gyógyítója is csak te lehetsz. És a gyógymód nagyon egyszerű — cselekvés, cselekvés, hogy ne legyen időd a „szerencsétlenségeden” rágódni.

Augusztus 22.

A bölcs jobban figyel a hibáira, mint az erényeire. Az ostobánál fordított a helyzet.

Mindnyájan magunkban hordozzuk a siker és a sikertelenség lehetőségét. Mindkettő szerves részét képezi a jellemnek. Az, hogy a csillagok felé törsz, vagy a kétségbeesés mélységeibe zuhansz, el-

sősorban attól függ, mit kezdesz a benned rejlő pozitív és negatív erőkkal. Nem valószínű, hogy a magukra hagyott erényeink ámokfutásba kezdenének. Szerencsétlenségünkre ugyanez nem mondható el a hibáinkról. Ha nem ügyelsz rájuk, hihetetlen gyorsasággal szaporodni kezdenek, amíg meg nem fojtják a benned rejlő jó tulajdonságokat. A legbiztosabban úgy szabadulhatsz meg tőlük, ha azonnal felveszed ellenük a harcot, amint megjelennek.

Augusztus 23.

A kudarc áldás, ha kilök bennünket az önelégültség kipárnázott karosszékéből, és arra kényszerít, hogy tegyünk valami hasznosat.

Ha gondosan tanulmányozod az életedet, és azok életét, akiket csodálsz, biztos, hogy rájössz: a nagyszerű lehetőségek szinte mindig a nagy megpróbáltatások árnyékában bukkantak fel. Az ember csak akkor hajlandó gyökeres változtatásokra, ha egy súlyos kudarc lehetőségével kell szembenéznie. Csak ilyen esetben hajlandó vállalni a változásokkal járó óriási kockázatot, ami végül is az igazi nagy siker előfeltétele.

Ha sikertelenség ér, és hiszed, hogy ez csak időleges, profitálhatsz azokból a lehetőségekből, melyek mindig a megpróbáltatások és nehézségek nyomdokaiban járnak.

Augusztus 24.

A kudarc az a módszer, ahogy a természet felkészít minket a nagyobb felelősség vállalására.

Ha az életben csekély erőfeszítéssel bármit el lehetne érni, és minden pontosan úgy alakulna, ahogy elterveztük, csak keveset tanulhatnánk — és milyen unalmas lenne az élet! És milyen arrogánsná válnánk, ha minden sikerülne, amit elhatározunk! A kudarc lehetővé teszi, hogy szert tegyünk a szerénység nagyon fontos tulajdonságára. Szenvedő alanyaiként nem könnyű filozófikusan elfogadnunk a kudarcot, és úgy tekintenünk rá, mint ami gazdag tapasztalatok forrása lehet számunkra. Nehéz ezt tennünk, de ezt kell tennünk, mert a kudarc tényleg gazdag tapasztalatok forrása. A természet módszereit nehéz kifürkészni, és nehéz megérteni, de ugyanazok a minták ismétlődnek, ezért megfejthetők és jósolhatók. Tökéletesen biztos lehetsz abban, hogy ha úgy érzed, tisztességtelen hozzád az élet, ezzel valójában a sikerre akar felkészíteni. Csak meg kell értened az üzenetet!

Augusztus 25.

Kudarcod a felemelkedésed szolgálja — feltéve, ha tudod, mi volt kudarcod oka.

E rövid földi látogatásunk során csak kevés eset van, amikor olyan váratlan, nagy erejű felismerésre jutunk, amely alapjaiban változtatja meg az életünket. Ezek az igazság nagy pillanatai. A legtöbb ilyen felismerés látványos kudarcok, nem pedig kiemelkedő sikerek eredménye. A sokat rettegett kudarcokból, a mélyen elszomorító kudarcokból tanulhatunk a legtöbbet. Ha vonakodó résztvevője vagy az igazság nagy pillanatának, használd ki az alkalmat: vond le az értékes tanulságokat, és felejtse el a történeteket. Tanulj a kudarcaidból, aztán felejtse el őket! Gyürkőzz neki a következő emelkedőnek!

Augusztus 26.

Ha nem tudod, mi volt kudarcod oka, nem lettél bölcsebb, mint amikor belekezdted.

Van egy régi bölcsesség, ami úgy szól, hogy aki nem tanul a történelemből, az arra van kárhozzátva, hogy azt megismételje. Ez igaz a kudarcokra is. Ha nem tanulunk a kudarcainkból, valószínű, hogy mindaddig ismétlődni fognak, amíg nem vonjuk le a megfelelő következtetéseket, és nem módosítjuk az útvonalunkat — vagy nem adjuk fel, az ideiglenes megtorpanást végleges vereségként fogadva el. Minden csapás, amivel az életben találkozol, értékes információkat rejt. Ha ezeket gondosan tanulmányozod, végül elvezetnek a sikerhez.

Nehézségek nélkül sosem tennél szert bölcsességre, bölcsesség nélkül pedig a siker nem lehet hosszú életű. Ha hibáztál, mondd magadnak ezt: „Rendben! Most már ezt is tudom. Nem fogok még egyszer találkozni vele. Gondoskodom róla!” Nem vitás, el fogsz követni más természetű hibákat, de ezek sem fognak akadályozni haladásodban, ha tapasztalatszerzési lehetőségként kezeled őket.

Augusztus 27.

Mielőtt a lehetőség meghozza számodra a sikert, először próbára teszi állhatatosságodat és elszántságodat, akadályokat szórva az utadba.

A nehézségek képezik azt az ellenállást, amely kifejleszti benned a nagy akadályok legyűréséhez szükséges erőket. Ez az erő a követ-

kezőkből áll: önbizalom, állhatatosság, és ami nagyon fontos, önismeret. Mert ha nem találkozol kudarcokkal, ha mindig sima az utad, ez nem eredményezhet egy megacélozott jellemet. Lehetsz elhamarkodott egy versenytárs megítélésében, lehetsz túl félnék, amikor azt latolgatod, milyen célt tűzz magad elé. A nehézség segít megértened, hol tévedtél, és milyen tulajdonságokat kell kifejlesztened magadban. Senki sem örül, ha csalódás éri, de ha sikertudatos vagy, az ilyen helyzeteket jellemed erősítésére használhatod ki. Olyan lehetőségek ezek, melyeket egyébként elmulasztanál.

Augusztus 28.

Ha nehézségek szorongatnak, jobb, ha hálás vagy, hogy nem nagyobbak — ahelyett, hogy a szerencsétlenségeden sópánszkodnál.

Az életben kevés dolog van, ami olyan rossz, mint amilyenek az első pillanatban látszik. A nehézségekkel való küzdelem első lépése, hogy tárgyilagosan elemezzük a helyzetet, és elfogadjuk olyannak, amilyen. Amikor rájössz, hogy a dolgok messze nem állnak olyan rosszul, ahogy állhatnának, megtetted az első lépést a probléma megoldása felé. Régi igazság: senki sem tud arra bírni, hogy nagyobb terhet cipelj, mint amit el tudsz cipelni, de néha segít, hogy ezt felismerd és elfogadd, ha igyekszel olyanokon segíteni, akik nálad sokkal szerencsétlenebbek. Amint a mondás szól: „Panaszkodtam, hogy nincs cipőm, amíg nem találkoztam valakivel, akinek nem volt lába.”

Augusztus 29.

Sosem tudhatod meg, kik az igazi barátaid, amíg nem találkozol súlyos megpróbáltatásokkal, és szükséged van mások segítségére.

Mint mondják, mindenki szereti a nyerőket, de senki sem fog megismerni, ha rosszul mennek a dolgaid. A nehézségek egyik előnye — amit gyakran nem becsülnék eléggé —, hogy megtudhatod, kik az igazi barátaid. Legtöbbünknek nagyon sok ismerőse van, de már igazán szerencsésnek mondhatja magát, akinek maroknyi igaz barátja van. Ha segítségre van szükséged, megtudhatod, kik ők. Bölcsen gondolkodik, akitől ha segítséget kérnek, tudja, hogy eljöhét a nap, amikor hasonló helyzetben lehet maga is.

Augusztus 30.

Ne hibáztasd a rossz gyerekeket! Azokat hibáztasd, akik elfelejtették fegyelemre nevelni őket

R. W. Emerson egy alkalommal ezt mondta: „Életünkben leginkább arra van szükségünk, hogy legyen valaki, aki rábír, hogy megtegyük, amire képesek vagyunk.” Noha a gyerekek a maguk korában nem ismerik fel, valójában fegyelemre vágnak, különösen azokban az éveikben, amikor személyiségük formálódik. A fegyelem magatartási határokat jelent, ami biztonságérzetet nyújt, és a szülői szeretet aktív megnyilatkozása számukra. Ami még ennél is fontosabb, felkészíti őket a felnőttkor kihívásaira.

Ha a gyermekkorod nem volt tökéletes, jó társaságban vagy. Ez igaz a legtöbbszörre. Mindnyájunknak voltak nehézségei, és időről időre mindnyájan hibáztunk. A jó hír az, hogy míg gyermekkorban a környezet jelentős befolyással van arra, milyen felnőtt leszel, nem ez az egyetlen meghatározó tényező. Csak tőled függ, milyen emberré válsz. Csak tőled függ, hogy milyenné formálod magad az életben.

Augusztus 31.

Ha az élet citrommal ajándékoz meg, ne panaszkodj! Csinálj belőle limonádét, és add el azoknak, akiknek kiszáradt a nyelve a sok panaszkodástól!

Wally Amos, akit az édesipar egyik atyjaként tartanak számon, életében annyiszor kényszerült citromból limonádét csinálni, hogy a hivatalos portréján egyik kezében egy kancsót tart, a másikban pedig egy pohár limonádét. Az örök optimista Amos nem hajlandó tudomásul venni, hogy az akadályok valami mások lennének, mint a sikerhez vezető lépcsőfokok. Több évtizedes pályafutása során többször volt a siker legmagasabb csúcsán, hogy aztán mindent elveszítsen, és újra kelljen kezdenie. A hitét azonban sosem veszítette el. Az embernek hinnie kell magában, cselekednie kell, nem pedig vergődni — mondja. — Ne pocsékolj idődet az idegeskedésre! Az idegeskedés és az aggodás nem felkészülés. Elemezd a helyzetet és összpontosíts a megoldásra. Mindig van egy válasz!”

Szeptember

Tegyük meg az extra mérföldet!

Szeptember 1.

Aki békéltet, mindig jobb szolgálatot tesz, mint aki izgat

Napjaink „minden tárgyalható” társadalmában üzenetek sokaságával bombáznak, melyek arról biztosítanak minket, hogy azt kapjuk, amit követelünk, nem pedig azt, amit megszolgálunk. Időlegesen sikeres lehetsz azzal, hogy többet követelsz, mint amennyivel a köznek tartozol, ez azonban tartósan nem megy. Lehet, hogy a „nyikorgó kerék” kapja a legnagyobb figyelmet, ám a kocsis végül ki fogja cserélni. Nagyon könnyű problémákat kreálni, elégedetlenséget szítani, de nehéz másokat az együttműködés és a harmónia szellemében vezetni. Mit gondolsz, ki a leghasznosabb egy szervezet számára? Az élettől azok fogják a legtöbbet kapni — mind anyagi mind pedig személyes elismerés formájában —, akik béketeremtőként segítik az emberek boldogulását.

Szeptember 2.

Ne feledd — valahányszor kész vagy megtenni az extra mérföldet, valakit a lekötelezetté teszel!

Ha jót teszel valakinek, vagy rosszat teszel neki, a másik arra kényszerül, hogy „válaszoljon” neked. Ha kedves és tisztességes vagy, ugyanilyen bánásmódot várhatsz viszonzásul. Ha saját érdekedben kihasználod másokat, anélkül, hogy bármit is nyújtanál nekik viszonzásul, hamarosan azt fogod látni, hogy elkerülnek. Az emberek szeretnek pozitív és segítőkész személyeknek vagy személyekkel dolgozni. Láss hozzá még ma, és fejleszd ki magadban az „extra mérföld” megtételének szokását!

Szeptember 3.

A szivárvány másik ágát csak az extra mérföld végén érjük el.

Krisztus így figyelmezteti a hívőket (Máté 5:41): „És aki téged egy mérföld útra kényszerít, menj vele kettőre.” Ez válasz volt arra a római szokásra, ami engedélyezte a tiszteteknek, hogy a csomagju-

kat egy mérföldön át cipeltethessék egy-egy katonával. E bibliai mondat üzenete az, hogy változtasd a rosszat jóvá. Ha többet nyújtasz, mint amit kérnek tőled, jóságot adhatsz ajósághoz. Ha hiszel abban, hogy az extra mérföld megtétele az egyetlen helyes viselkedés a másokkal való kapcsolataidban, ha égő vágy vezérel, hogy segíts embertársaidon, sem az anyagi, sem pedig az erkölcsi jutalom nem fog elmaradni.

Szeptember 4

Csak azok találják meg a szivárvány másik ágát, akik kialakították magukban az extra mérföld szokását.

Az élet megmásíthatatlan ténye, hogy legtöbbször ismétlődnie kell próbálkoznunk, amíg végül sikerül elérnünk, amire vágyunk. Előfordulhat, hogy többször is megteszed az extra mérföldet, és a szivárvány végén csupán hamis kincseket találsz. Ám ha feladod és többé nem próbálkozol, bizonyos, hogy sosem kaphatod meg azt a gazdagságot, ami csak rád vár. Egy felület elhatározás, hogy többet teszel, mint amit várnak tőled, hosszú távon nem hozhatja meg számodra a várt eredményt. A nagy teljesítmények abból a mély elkötelezettségből fakadnak, hogy a jó dolgot teszed, tekintet nélkül a következményekre. Ez az elkötelezettség végül el fog téged vezetni a szivárvány másik végénél rejtőző kincsesháza felé.

Szeptember 5.

Valahányszor hozzásegítesz valakit, hogy jobb munkát végezzen, ebből nemcsak a másik nyer, hanem saját értéked is növekedik.

Valaki egyszer azt mondta, hogy valójában senki sem képes valaki mást ösztönözni. Mindössze azt tehetjük, hogy ösztönözzük magunkat és reménykedünk, hogy példánkat követni fogja. Talán sosem fogod megtudni, milyen mértékben befolyásolsz másokat a magatartásoddal. Ha kész vagy megtenni az extra mérföldet, ez hatással lesz a baráti körödre, az ismerőseidre, a családra, a munkatársaidra, és még a főnöködre is. Ők is igyekezni fognak a korábbiánál többet és jobbat nyújtani neked.

Jelentősen növekedni fog az értéked önmagad és mások számára, ha általad boldogabb, eredményesebb embereké válnak. Nem létezik fizetési és előmeneteli plafon azok számára, akik képesek másokat sikerre vezetni. Az ilyenek túlságosan is értékesek ahhoz, hogy ne adják meg nekik azt, amit megérdemelnek.

Szeptember 6.

Nem érheted el, hogy mindenki szeressen, de megoszthatod őket annak ésszerű indokától, hogy ellenszenvet érezzenek irántad.

Még a legnépszerűbb embereknek is vannak becsúrlói. Mivel mindnyájan mások vagyunk, eltérő érdekekkel, eltérő személyiséggel, egyszerűen lehetetlen bárkinek is elérnie, hogy mindenki szeresse őt. Ha ez az életcélod, csalódás vár rád. Ám ha mindig kedves és tapintatos vagy másokkal, még ha nem is szeretnek, lehetetlen lesz számukra, hogy ellenségként kezeljenek.

Másokkal való kapcsolataidat megszilárdíthatod, ha jellemes emberként viselkedsz, akinek magatartása kiszámítható, aki becsületes, őszinte és erkölcsös. Ha ilyen normák szerint élsz, lehet, hogy akik más értékrend szerint élnek, nem fognak lelkesedni érted, de mindenki tisztelni fog, aki ismer. És ami a legfontosabb, becsülni fogod önmagad, és az önbecsülés fontosabb, mint a népszerűség.

Szeptember 7.

A legfontosabb feladat — megtanulni eredményesen tárgyalni.

A tárgyalásokban jártas szakemberek olyan hozzáértően irányítják a vitákat, hogy úgy tűnik, mintha nem is lenne szó érdekek ütközéséről. Sokakban maga a szó — *tárgyalás* — olyan képet idéz fel, hogy szivarozó, izgatott ellenfelek verik az asztalt, hogy ezzel is hangsúlyt adjanak követeléseiknek. Az igazság ezzel szemben az, hogy jobb eredményeket lehet elérni, ha a felek kölcsönösen igyekeznek belebújni a másik bőrébe, és olyan megoldásokat keresnek, amelyek minden érdekelt fél számára előnyösek.

Akár magasabb bérért tárgyalj, akár egy új munkahelyért, akár egy vállalat megvételéért, sokkal nagyobb esélyed van a sikerre, ha pontosan tudod, mit szeretnél elérni. Jó az is, ha érted a másik indítékait, és megalapozott ismereteid vannak a témában. Közelíts nyitottan, előítéletek nélkül a kérdésekhez! Ne próbálkozz azzal, hogy másokat saját álláspontod elfogadására kényszeríts!

Szeptember 8.

A bikának lehetnek jó tulajdonságai, de ezeket sosem fogod felszínre hozni úgy, hogy vörös posztót lengetsz előtte.

Másokat könnyű felkorbácsolni — ha nem érdekel, milyen tetteket váltanak ki belőlük a lelkesítő szavaid. Ha pozitív reakciót akarsz kiváltani másokban, tedd ezt példamutatással és tapintatos

érveléssel, de semmiképpen se erőszakos győzködéssel és támadással! Másokkal dolgozva koncentrálj a pozitív tulajdonságaikra, ne pedig azokra a dolgokra, melyektől félnek vagy viszolyognak. Ha szakítász időt arra, hogy megismerd társaidat, reményeiket, álmait, céljaikat, tudni fogod, mivel lehet őket ösztönözni. Megmutathatod nekik, hogyan egyesíthetitek céljaitokat, hogyan dolgozhatnak együtt kölcsönösen előnyös feltételek mellett. Ha így jársz el, mindenki nyerni fog.

Szeptember 9.

Ne feledd, akinek szívességet teszel, a lekötelezetté válik.

Alapvető emberi vonás, hogy igyekszünk ugyanúgy viselkedni másokkal, ahogy ők viselkednek velünk. Mások mindig emlékezni fognak a kedvességedre, és egy napon, amikor szükséged lesz rá, teljesen váratlan forrásból fogsz segítséget kapni. A mások iránt mutatott kedvesség és tapintat nem jelent drága ajándékokat vagy nagy dolgokat. Egy kedves szó, egy baráti köszöntés, egy kedvenc terv megvalósításában való önkéntes részvétel elég ahhoz, hogy a másik lássa, személye nem közömbös számodra, és kész vagy a segítségére lenni. Ha lelkesen és örömmel segítesz másokat, anélkül, hogy cserébe várnál valamit, a kompenzáció törvénye az adósodá teszi őt. Olyan barátra teszel szert, aki érdekelt lesz a sikeredben.

Szeptember 10.

Akik többet nyújtanak, mint amiért fizetik őket, azoknak előbb-utóbb készségesen fizetnek többet, mint amennyit nyújtanak.

Ha következetesen többet nyújtasz, mint amiért fizetnek — légy szakember, vezető, munkás vagy vállalkozó —, a többlet-erőfeszítésedért végül sokkal többet fogsz kapni, mint amit a többletmunkád jelent.

Ha szolgáltatásod jobb és teljesebb, mint másoké, az ügyfelek ösvényt fognak taposni az ajtóhoz, és helyettesíthetlenné válsz céged számára. Napjainkban mindenütt a világon fokozott igény mutatkozik a kiemelkedő színvonalú szolgáltatás iránt. Ha képes vagy rá, pillanatok alatt ki fogsz emelkedni versenytársaid közül.

Szeptember 11.

Ha hajlandó vagy az extra mérföldre, a lehetőségek a nyomodba szegődnek.

Ha kész vagy többet nyújtani, mint amit várnak tőled, ez fokozza

az éleslátásodat, terjeszti a jó híredet. Mindkettő mágnesként vonzza a kedvező alkalmat. Számptalan kézenfekvő lehetőség rejtőzik olyan helyeken, ahová mások merő lustaságból nem kukkantanak be. Ha kész vagy az extra mérföldre, és egy jó elképzelést mégjobbá teszel, vagy megtanulod mindenkinél jobban kezelni a berendezésedet, és fogsz venni dolgokat, melyek mások figyelmét elkerülik, és felismersz egy sor lehetőséget, melyeket előnyödre használhatsz ki.

Vezetők, akiknek fontos feladatokat kell elvégeztetniük, azokra gondolnak először, akiről tudják, hogy kifogástalan munkát végeznek. Ha munkád mennyiségével és minőségével kivívod mások megbecsülését, magad mögött hagyod azokat, akik lélekölő robotként tekintenek munkájukra. Az általad nyújtott extra szolgáltatásokért cserébe olyan lehetőségek tárulnak fel előtted, melyek különben elérhetetlenek lennének.

Szeptember 12.

Ne hajszolj másokat, ha magadnak nincs feltörve a lábád!

A kiváló parancsnokok példamutatással vezetnek, és először a katonáikról gondoskodnak, csak aztán foglalkoznak saját igényeikkel. Ha tisztelettel kezelsz másokat, és nem kérsz tőlük olyasmit, amit ne lennél kész magad is megtenni, kiérdemled mások megbecsülését — önként adják, amire kéred őket. Nem várható azonban, hogy mások lelkesen meneteljenek, amíg a **cipőjük** fel nem törí a lábukat, ha te dzsipen gurulsz mellettük. Vezetni másokat azt jelenti, hogy sokkal többre vagy kész, mint amit másoktól elvársz.

Szeptember 13.

Azok a leggazdagabbak, akik a legértékesebb szolgáltatást nyújtják másoknak.

A vagyon csupán egyik mércéje a gazdagságnak. Valóban gazdagnak és sikeresnek azokat tarthatjuk, akik egészségesek, akiknek nincsenek anyagi gondjaik, akik munkájukból mély elégedettséget merítenek, és képesek pozitív hatást gyakorolni mások életére. Világunk egy cinikus, és veszélyekkel teli hely, ahol sokan félre magyarázzák az indítékaidat. Őket csak következetesen kimagasló, lelkes szolgáltatással lehet meggyőzni szándékaid őszinteségéről. Ha ezt teszed, idővel még a legcinikusabb is hajlandó lesz elismerni, hogy az extra mérföld megtétele számodra nem képmutatás, hanem életfilozófiád része.

Szeptember 14.

Csak a hasznos szolgáltatások országútja vezet el a boldogság városába.

A pszichológusok kimutatták, hogy akkor vagyunk a legboldogabbak, amikor sikeresen dolgozunk egy cél megvalósításáért. A lelki örömök forrása az igyekezet, és nem a feladat teljesítése. Ahogy egy bölcs mondta egyszer: „A boldogság nem a cél elérése, hanem az utazás módja maga.” Ha mások szolgálatával igyekszel elérni a sikert, a legbiztosabb módját választod, hogy célod elérd és boldog légy.

Nincs olyan szakma vagy hivatás, amelyben az ember ne profitalhatna abból, hogy másoknál jobb szolgáltatást nyújt az ügyfeleknek. A legnagyobb előnyöket azonban te fogod élvezni, érezve azt a mély elégedettséget, hogy fontos munkát végzel, és olyasmit nyújtasz embertársaidnak, amit nélküled nem kaphatnának meg.

Szeptember 15.

Akik nem tesznek többet, mint amiért fizetik őket, nem kérhetnek több fizetést a munkájukért, mert már megkapták, amit érdemelnek.

Ha körül nézel, észre fogod venni, hogy a világon kétféle ember él. Vannak, akik azt mondják: „Ha a vállalat hajlandó lesz annyit fizetni, amennyit érek, hajlandó leszek megtenni, amit várnak tőlem!” Aztán vannak, akik azt mondják: „A lehető legtöbbet igyekszem nyújtani, mert ilyen vagyok. Tudom azt is, hogy ha következetesen többet teszek, mint amit várnak tőlem, végül el fogják ismerni az erőfeszítéseimet.” Nem nehéz belátni, hogy a pozitív személy többet tesz a szervezeteért. Mégis, csak nagyon kevesen hajlandók azokra az áldozatokra, melyek szükségesek a sikerhez. Jól teszed, ha ezekhez a kevesekhez tartozol!

Szeptember 16.

Vannak, akik nem szeretik a tisztességes munkát, ám ennek az a következménye, hogy őket meg a kedvező lehetőségek nem fogják szeretni.

Minden szakmában és hivatásban eljön az a pillanat, amikor nyújtani kell, amit ígértél. Egy ideig lehet csalni, úgy tenni, mintha őszintén igyekeznél, de végül nem a szavaiddal, hanem a tetteiddel fogják mérni, hogy mit érsz. Ha a szád többet jár, mint a kezed, hátródoz el még ma — most azonnal —, hogy változtatsz a magatartásodon! Leélheted az életed úgy, hogy nem teszel többet, mint amit

várnak tőled, ám akkor sosem fogod tudni, mire lettél volna képes, ha igyekszel többet nyújtani. A nagy lehetőségek azok előtt nyílnak, akik készek keményen dolgozni, és nem allergiásak a tisztességes munkára.

Szeptember 17.

Aki olyan lelkiismeretesen végzi a munkáját, mintha ő lenne az üzlet tulajdonosa, meg fogja érni a napot, amikor valóban a tulajdonosa lesz — ennek, vagy egy még sikeresebb üzletnek.

A legjobban vezetett vállalatoknál a menedzsment lehetőségeket teremt a dolgozóknak, hogy tulajdont szerezzenek a cégben. A vezetők rájöttek, hogy ha az alkalmazottak egyben tulajdonosok is, hűségesebbek, találékonyabbak, jobban takarékoskodnak a költségekkel. Ha lehetőség van dolgozói rész tulajdont szerezni, ne tévovázz. Ha mód van rá, tedd ezt lehetővé beosztottaid számára is! Előfordulhat, hogy nem lehetsz rész tulajdonos, de ez ne akadályozzon, hogy tulajdonosi szemlélettel közelíts a munkádhoz. Ha ezt teszed, előbb vagy utóbb tulajdonos leszel!

Szeptember 18.

Végezd a munkád olyan lelkiismeretesen, mintha a saját főnököd lennél, és előbb-utóbb főnök leszel!

A szabad vállalkozás rendszere arra az elvre épül, hogy mindenki munkája arányában részesedik annak hozamából. Napjaink ideges, versengő, országhatárokat nem ismerő világában könnyen érezheted úgy, hogy erőfeszítéseidért nem kapod meg, amit érdemelnél. Ha legközelebb úgy érzed, többet teljesítesz, alul vagy fizetve, nem ismernek el, emlékeztess magad arra, hogy valójában önmagadra vállalkozol: tevékenységed terméke te magad vagy.

Milyen beosztott vagy? Olyan, akit főnökként szeretnél magadnak? Ha nehéz döntéseket mérlegelsz, vagy azon töröd a fejed, hogyan lehetne kibújni egy kellemetlen feladat alól, tedd fel magadnak a kérdést: „Ha ez a cég az enyém lenne, hogyan foglalkoznék a do-loggal?” Ha válaszod az, hogy pontosan ugyanazt tennéd, amit most, beosztottként, jó úton haladsz. Hamarosan te leszel a főnök!

Szeptember 19.

Ne elégedj meg azzal, hogy csupán, jó" vagy a munkában, légy a legjobb, és nélkülözhetetlen leszel!

A motivációs kutatások kimutatták, hogy egy bizonyos pont után

a pénz már nem ösztönöz nagyobb teljesítményre. Még ha nem is tartasz ennél a pontnál, és őszinte vagy magaddal, el fogod ismerni, hogy a pénz nem az egyetlen szempont, amikor az előnyöket mérlegeled. Megkérdeztek több, kiemelkedően sikeres embert, hajlandó lenne-e csinálni, amit most, ha sokkal kevesebbet keresne vele? A többségük valami ilyesmit válaszolt: „Minden körülmények között! Imádom, amit csinálok!” A siker egyik legbiztosabb útja, hogy olyan munkát választasz, amit kevesebb fizetésért is szívesen csinálsz. Ha azért dolgozol, mert szereted a munkád, a pénz sem fog elmaradni. Olyan kiemelkedő teljesítményekre leszel képes, hogy mások versenyezni fognak a szolgáltatásaidért — és busásan meg fognak érte fizetni.

Szeptember 20.

Ha adni kezdesz, hamarosan kapni is fogsz.

Van egy régi dal egy szomjas utazóról, aki a sivatagban belebotlik egy szivattyúba. Hozzá van erősítve egy használati utasítás, amelyből kiderül, hogy ez nem önfelszívó, és ahhoz, hogy működjék, fel kell tölteni vízzel. Valahol a kút körül el van ásva egy kancsó víz, amivel beindítható. *Valamit adnod kell, mielőtt kapni akarsz*, áll az utasításban. Az utazónak meg kell keresnie a kancsót, aztán el kell döntenie, kiissza-e a tartalmát, vagy beönti a szivattyúba, hogy „befektetésének” eredményeként korlátlan mennyiségű tiszta, hideg, iható vizet kapjon.

Így van ez az extra mérfölddel is. Ahhoz, hogy kapj, először adnod kell. Nem várhatod, hogy először nagylelkűen díjazzanak, aztán döntesz arról, mit adsz cserébe. Először önként adnod kell, és bíznod kell abban, hogy a jutalom nem marad el. Amint Frank Crain tiszteletes mondta egyszer: „Ha túlságosan megbízol másokban, becsaphatnak — de kínok között fogsz élni, ha nem bízol eléggé embertársaidban.”

Szeptember 21 .

Ha van valamid, amire nincs szükséged, add oda valakinek, akinek szüksége van rá! Ilyen vagy olyan formában vissza fog térni hozzád.

Mostanra már tudod, milyen fontos önként szolgálni a közösségedet, anélkül, hogy ezért ellenszolgáltatást várnál. Azt is tudod, hogy az ilyen magatartás erősíti az önbecsülésedet, ösztönzőleg hat rád.

Szolgálva a közt, ennek értékrendjére is befolyással vagy. Tetteid csendes, de világos jelzések mások számára, milyen fontos a köz szolgálata, hogy a siker nem jelent egy ügy iránti szívtelen odaadást. Azt is mutatja másoknak, milyen mély elégtételt jelent számodra a közért végzett munka. Ez arra fogja ösztönözni őket, hogy kövessék a példádát, ami egyfajta fodrozódási hatást vált ki, vagyis hatásod egyre nagyobb területre terjed ki. Az eredmény: a közösséged, lakóhelyed jobbá, gazdagabbá válik, ezáltal te is boldogabb leszel.

Szeptember 22.

A legjobban azzal gyorsíthatod az előmeneteledet, hogy segítesz másokat előbbre jutni.

Ha mindent megteszel, hogy mások előbbre jussanak, segítségedet viszonzni fogják. Ha őszintén jót akarsz másoknak — még ha csipetnyi irigységet érzel is, ha gyorsabban jutnak előre, vagy hamarabb kapják meg az elismerést, mint te —, jó szándékodat hasonló jó szándékkal viszonzózzák. Esetleg sosem tudod meg, hányan fognak ajánlani egy munkára vagy előléptetésre, vagy milyen sokan segítenek más módon, akiknek korábban a segítségére voltál.

Szeptember 23.

Ha pásztor vagy, légy a legjobb pásztor, és megéred, hogy saját nyájad lesz.

Az élet egyik legnagyobb csodája, hogy mindnyájan sajátosan egyéniek vagyunk, különböző intelligenciaszinttel, érdeklődéssel, adottságokkal, hajlamokkal és vágyakkal. Milyen szörnyűségesen unalmas lenne, ha mindnyájan atomfizikusok vagy mondjuk pékek akarnánk lenni! Ám függetlenül attól, ki milyen adottságokat örökölt és milyen képességeket fejlesztett ki magában, mindnyájunkban ott rejlik a lehetőség, hogy a legjobbak legyünk abban, amit csinálunk.

Abban, hogy a legjobb vagy, valójában beállítottságod és a vágyaid tükröződnek. Légy üzletkötő, igazgató, titkárnő vagy szerelőmunkás, képes vagy arra, hogy olyan kiváló légy, amilyen kiváló csak lenni akarsz! Ha kiemelkedő vagy a munkádban, tapasztalni fogod, hogy jelentősen megnő az igény a szolgálataid iránt. Ha feladataidat jól látod el, gyakrabban fognak felkérni, hogy segíts a többi „báránynak”. Ennek aztán az lesz az eredménye, hogy hamarosan neked is saját „nyájad” leszel.

Szeptember 24.

A kapaszkodó könnyebb lesz, ha másokat is magaddal húzol.

Ha kezdeményezően lépsz fel, valójában vezetővé válsz, akinek sikere sokban függ attól, mennyire képes megnyerni másokat, hogy együttműködjenek veled. Ha bíznak benned, és ha tudják, hogy a sikerben osztozni fognak velük, követni fognak. Kevesen vannak, akik olyan kiemelkedők és olyan szerencsések, hogy pusztán saját erejükkel képesek felemelkedni a siker legmagasabb csúcsaira. Legtöbbünknek szüksége van mások segítségére. Ha cserébe többet adsz, mint amennyit kérsz barátaidtól vagy társaidtól, nemcsak többet leszel képes megvalósítani az életben, de örömtelibb, és tapasztalatokban gazdagabb lesz e rövid földi vendégeskedésed.

Szeptember 25.

Amikor nagyon rögös az út, ne csüggedj, folytasd az erőfeszítéseidet, és hamarabb célba érsz, mint aki hozzászólt a könnyű sikerekhez!

Ha úgy gondolsz, könnyű kiemelkedő sikereket elérni, akkor vagy nem értesz, mi a siker titka, vagy túlságosan is alacsony ívű célokat tűzöl magad elé. Bármilyen területről is legyen szó, nagyon nehéz felkerülni a csúcsra. Sok időt és sok energiát követel. A legtöbben nem hajlandók azokra az erőfeszítésekre, amelyek elengedhetetlenek a sikerhez. Ezért van, hogy ott fenn a magasban egyáltalán nincs tolongás. Ha egy kicsit rögösebbé válik az út, a legtöbben feladják. Olvasd olyan nők és férfiak életrajzát, akik még életükben a nagyság szimbólumaivá váltak, és ez ösztönözni fog, hogy kitarts. Ők egyebek mellett azért diadalmaskodtak, mert nem voltak hajlandók feladni. Folytatták munkájukat jóval azután is, hogy a legtöbben már feladták és hazamentek.

Szeptember 26.

Észrevetted már, hogy a legeredményesebb dolgozó általában a legelfoglaltabb is?

A sikeres emberek — elfoglalt emberek. Nehezen viselik a tétlenséget, és szüntelenül új kihívások után kutatnak. Állandóan fűrkészik, hogyan lehet dolgokat jobban csinálni. Ha mások azt látják, segítőkész, lelkes dolgozó vagy, hamarosan több feladatod lesz, mint amennyit el tudsz végezni, és nőni fog azoknak a száma is, akiknek sorsa a te sikereidről függ.

A legtöbb unalmas feladat elviselhetőbbé válik, ha versenyzel magaddal, képes vagy-e javítani a teljesítményed. Ha találsz olyan megoldásokat, melyek lehetővé teszik, hogy gyorsabban és jobban végezd a munkád, időd szabadul fel, amit alkotó tevékenységre fordíthatsz.

Szeptember 27.

Az általad nyújtott szolgáltatás minősége és mennyisége meghatározza a jövedelmed és azt, hogy milyen tapasztalatokra teszel szert.

Jövedelmed növekedésének és előmenetelednek csak az szab határt, milyen korlátokat állítasz magad elé. Ha nem vagy megelégedve a pozícióddal, vagy ha elégedetlen vagy a fizetéseddel, tégy valamit, hogy változzanak a dolgok! Hogyan teheted magad értékesebbé a részleged vagy a vállalatod számára? Milyen feladatok maradtak el végezetlenül, mert senkinek sem volt ideje vagy kedve, hogy foglalkozzék velük?

Nézz szét magad körül, és vedd sorra az elvégzendő dolgokat! Ne várd, hogy megkérjenek rájuk! Ha szokásoddá teszed, hogy magad keresed a kedvező lehetőségeket, új feladatokat vállalva, jobban megismered a szervezetet, és olyan értékes dolgozóvá válsz, akinek elvesztését nem engedheti meg magának a vállalat.

Szeptember 28.

Annak esélye, hogy a munkád szeretni fog téged, pontosan akkora, mint amennyire szereted a munkádat.

Saját munkádhoz a világon te értesz a legjobban, és magad döntesz arról, mit változtatod. Rendelkezhetsz munkaköri leírással, de kevés olyan munka van a világon, melynek minden részletét pontosan rögzíteni lehet írásban. Egy munkaköri leírás csupán alapot ad, amire egy tökéletes munkakör felépíthető. A munka mély elégedettséggel, személyes fejlődéssel, több pénzzel, és ígéretes jövővel fogja jutalmazni, ha jó szívvel beledsz mindent.

Ha olyan munkád van, amit szívből gyűlölsz, és minden lehetőséget mérlegelve úgy látod, sosem leszel képes megszeretni, keress valami mást! De ha másokhoz hasonlóan csupán néhány dolgot utálsz csinálni, és úgy ítéled meg, elég jó posztion vagy, láss hozzá, és tevékenységed változtasd a világ legnagyobb munkájává! A karrieredben, az életben annak arányában kapsz, amennyit kész vagy adni.

Szeptember 29.

Az extra mérföld átlagon felüli munkát jelent.

Jó érzés azt hinni, hogy változtál, és többet nyújtasz, mint korábban, de ha ez a szolgáltatás semmivel sem jobb vagy több a másokénál, nem sokat érsz vele! Gondosan szemügyre kell venned kollegáidat, piaci versenytársaidat, hogy pontosan lásd, mit kell tenned, hogy kiemelkedj közülük. Ha teljesítménynormák vannak, teljesítsd túl őket! Ha szerződéses megbízáson dolgozol, nyújts többet, mint amennyit a szerződésben vállaltál!

Az extra mérföld megtételét nem korlátozhatod csak a munkádra. A szándéknak tükröződnie kell az emberi kapcsolataidban is. Képzeld el, mennyire fognak örülni embertársaid, ha azt látják, olyan valaki vagy, aki nemcsak teljesíti, de még túl is teljesíti az ígéreteit! Az extra mérföld megtételének legnagyobb haszna abban van, hogy arra ösztönöz, igyekezz mindig és mindenben a legtöbbet és a legjobbat nyújtani.

Szeptember 30.

A siker legfontosabb szabálya a következő: „És mint akarjátok, hogy az emberek veletek cselekedjenek, ti is aképpen cselekedjétek azokkal.”

Az Aranyszabály több, mint csupán az erkölcsös magatartás alapelve. Dinamikus erő, amely kimondhatatlanul sok ember életét teheti szebbé, gazdagabbá, tartalmasabbá. Ha szokásoddá teszed, hogy úgy bánj másokkal, mintha *te lennél* ezek a mások, az emberek között terjeszted a jóakaratot, és ők igyekezni fognak ezt hasonlóval viszonzni. Tetteikkel hatással lesznek a környezetükre, és ez még több ember között hinti el a jóakarát szellemét. Ez a szellem egyre gyorsulva terjed, és számodra ismeretlen forrásokból fog visszasugározni rád. Egy jótett, amit egy idegen részéről ma tapasztaltál, lehet egy olyan láncreakció eredménye, amelyet réges-régen indítottál el az Aranyszabály betartásával.

Október Az elméd

Október 1.

Egy ember, aki csokoládémasszába mártott egy jégkrém szeletet, és elnevezte eszkimónak, öt másodpercnyi képzelőerő ellenértékéért hatalmas vagyont szerzett

Még csak most kezdjük érteni az emberi elme működésének mélyebb titkait, a sikeres emberek azonban már rég tudják, hogy az alkotó képzelet a javukat szolgálja. Sok „új” ötlet valójában régen ismert termékek és ötletek egy új kombinációja. Ennek ellenére egy jó elnevezés és egy hatékony marketinghadjárat eredményeként az ilyen kombináció hatalmas vagyont hozhat.

A képzelet kiaknázásának megvan a maga módszere. James Webb Young az *A Technique for Producing Ideas* (Hogyan produkáljunk új ötleteket) című könyvében ennek öt lépését különíti el:

1. Gyűjtsd össze a szükséges információkat;
2. Elemezd ezeket;
3. Vidd be a problémát a tudatalattidba;
4. Ismerd fel a „Heuréka!” pillanatát, amikor az új ötlet megszületik;
5. Dolgozd ki részleteiben az ötletet, hogy alkalmazható legyen a gyakorlatban.

A módszer működik. Próbáld ki, ha legközelebb alkotó megoldást keresel egy régi problémára!

Október2.

Clarence Saundersnek sok millió dollárt hozott, amikor az élelmiszerboltokra alkalmazta az önkiszolgáló kávéházak ötletét, és megoldásának a *Piggly Wiggly* nevet adta. A képzelőerő csodákra képes!

A *Piggly Wiggly* (Kismalacka) üzletlánc megalapítója eladó volt egy sarki fűszeresnél. Egy önkiszolgáló kávéházban étkezve felvilágosult benne az ötlet, hogy az önkiszolgálást jól lehetne alkalmazni az élelmiszer-kereskedelemben is. A szakemberek kinevették, ő azon-

ban meg volt győződve, hogy ötlete életképes. Saunders nem adta fel, és megjelentek az önkiszolgáló élelmiszerüzletek. Ma Saunderst tartják a modern szupermarket atyjának.

A kiváló ötlet önmagában nem elégséges a sikerhez. Az alkalmazás legalább akkora képzelőerőt igényel, mint az eredeti ötlet kidolgozása. Csak a gyakorlat döntheti el, hogy értékes-e egy új gondolat. A pszichológusok azt mondják, ha egy ötlet valóban jó, a szerzője ösztönösen is tudja, hogy jó, még ha bizonyítani nem is tudja. Ha meg vagy győződve elképzelésed helyességéről, tarts ki mellette! A legtöbb esetben mások is elismerik az ötleted értékét — csak egy kis időre van szükségük ehhez.

Október3.

A képzelet a lélek műhelye. Itt formálódnak a nagyszerű eredmények tervei.

Ahhoz, hogy valami valóban értékeset alkoss, azt először az elmédben kell létrehoznod. Képzeted teljesítményének nem szabnak határt fizikai korlátok. Képzeteddel eddig nem létező dolgokat idézhetsz fel. Azt mondják, Albert Einstein vizualizálta, hogyan néz ki a világegyetem, amikor egy fénysugár áthalad rajta, száguldván a végtelen felé. Ezután kidolgozta a relativitáselmélet matematikai alapjait. Képzelőerődöt sikerrel vetheted be, hogy lelki szeméddel lásd nehéz problémák megoldását, új ötleteket dolgozz ki, és lásd magad sikeres emberként, amikor elérted a magad elé tűzött célt.

Október4.

A munkád csak annyira lesz nagyszerű, amilyen nagyszerűvé képzeleted formálja.

Daniel Burnham, a századforduló neves építésze, akinek az 1893-as chicagói világiállásra vonatkozó építészeti és rendezési tervei óriási hatást gyakoroltak korának építészetére, egyszer ezt mondta: „Ne alkoss kis terveket!” Tudta, hogy ha nagyszerű eredményeket akarsz, nagyszerű ötletekre van szükséged. Ha ezeket el tudod képzelni, akkor meg tudod őket valósítani. Ha képzeletedben képes vagy a munkádat olyannak látni, amilyennek szeretnéd lennie, akkor már tudatosan nekigyürkőzhetsz, hogy a valóságban is olyanná változtasd.

Október5.

Ha rájöttél, hogy valamit hogyan lehet jobban csinálni, ez az egyetlen gondolat vagyont érhet.

A legjobb ötletek mindig azok, amelyek pénzt és időt takarítanak meg, vagy lehetővé teszik, hogy valamit eredményesebben végezzünk. Minden jobbítás, legyen bármilyen csekély is, lépés a helyes irányban. A dolgok jobbításának lehetőségeire vonatkozó fogékonyság a pozitív beállítottság egyenes következménye. Lehetetlen alkotó módon gondolkodni a lehetőségekről, ha gondolataidat a kockázatot jelentő veszélyekre, nem pedig az elérhető eredményekre összpontosítod. Kétségtelen, hogy amikor azt kutatod, hogyan javítsd a teljesítményedet, hogyan végezz el egy feladatot gyorsabban, jobban vagy gazdaságosabban, hogyan gyárts egy jobb terméket, igyekezned kell minél jobban csökkenteni a kockázatot, de mégsem a veszélyekre, hanem a pozitív lehetőségekre kell összpontosítanod a figyelmedet.

Október6.

Az elme fejlődésének az a titka, hogy dolgoztatjuk. A lustaság elsorvasztja.

Hasonlóan ahhoz, ahogy testünk a rendszeres mozgás eredményeként lesz erős és szívós, elménk erejét is az adja, ha rendszeresen működtetjük. Ezért önfejlesztési programodnak magába kell foglalnia a rendszeres lelki ösztönzést is. Képzeted és vizualizálási képességeid fejlesztésének egyik legjobb módja az olvasás. Miközben olvasol, agyad képekké alakítja a szavakat. Ez segíti az olvasott anyag megértését. Olvass rendszeresen! Olvass újságot, szakfolyóiratot, önfejlesztő könyvet, regényt. Az olvasás gazdagítja ismeretted, javítja vizualizálási képességedet, fejleszti képzelőerődöt.

Október 7.

Van valami az igazságban, ami könnyen felismerhetővé teszi azok számára, akik nyitott elmével látnak a kutatásához.

Az édességipar mogulja, Wally Amos egyszer ezt mondta: „Az elme olyan, mint egy ejtőernyő. Akkor működik jól, ha ki van nyitva.” Ha nyitott vagy az új lehetőségekre, tárgyilagosan befolyékozol az információkat és nem engeded, hogy elfogultságod befolyásoljon véleményed kialakításában, képes leszel felismerni olyan igazságokat, melyek mások előtt rejtve maradnak. A beszűkült gondolkodás

megfoszt attól a képességtől, hogy felismerj olyan lehetőségeket, amiket az élet tálcán kínál.

Ha vitatkozol a tényekkel, ha eltorzítod őket, hogy előítéleteidhez idomuljanak, tedd fel magadnak a kérdést: „Miért vonakodok annyira elfogadni dolgokat? Logikusan gondolkodom, vagy engedem, hogy az érzelmeim elködösítsék ítélőképességemet?” Az egyik legnagyobb hiba, amit életedben elkövethetsz, hogy kényszeríted magad olyan dolgok elfogadására, melyek nem felelnek meg az igazságnak. Nem kifizetődő próbálkozni mások becsapásával, de ha önmagadat csapod be, az eredmény katasztrofális lesz.

Október 8.

A beszűkült elme felbukik az élet nagy lehetőségeiben, és még akkor sem veszi észre őket.

A gyakorlatlan szem számára egy geoda ugyanúgy néz ki, mint egy szokásos szikla, a tapasztalt geológusok azonban tudják, hogy a geoda belsejében csodálatos kristálybontás rejlik. Ugyanez a helyzet azokkal, akik azért nem keresnek új lehetőségeket, mert beszűkült a gondolkozásuk. Az élet legcsodálatosabb lehetőségei gyakran nagyon is hétköznapi csomagolásban érkeznek.

Ne engedd, hogy a rutin, a megszokás eredményeként olyan emberré válj, aki nem kezdeményez, akivel egyszerűen csak történik az élet! Már az olyan egyszerű dolgok is fogékonyabbá tesznek az újra, mint az, hogy változtatod a munkába meneteled útvonalát, keresztretjvényt fejtesz, tévé helyett olvasol, múzeumokat látogatsz.

Október 9.

Vedd birtokodba az elmédet, és az élet engedelmeskedni fog a szándékaidnak!

Vitathatatlan, hogy az elméd a legértékesebb tulajdonod. Elvezetheted minden ingóságodat, de a tudásodat senki sem veheti el. Segítségével ismét szert tehetsz vagyonra, új házat építhetsz, megszerezhetsz mindent, amire vágysz. Senki sem uralkodhat a gondolataidon! Még a legkegyetlenebb zsarnok sem tud arra kényszeríteni, hogy kedve szerint gondolkozz. Amikor úgy határozol, birtokba veszed az elmédet és pozitív, építő szellemű gondolatokkal fogod táplálni, ez azt jelenti, kézbe vetted a sorsodat. A gondolatok, melyek uralkodnak az elmédet, meghatározzák, mit fogsz elérni az életben.

Október 10.

Ne feledd, az elmét a használat teszi erőssé! A küzdelem — erő forrása.

Napoleon Hill szeretett mesélni a nagyapjáról, aki szekérműves volt Észak-Karolinában. Az öregnek az volt a szokása, hogy amikor megtisztított egy területet, hogy alkalmassá tegye a művelésre, mindig meghagyott néhány tölgyet a szántó közepén; hadd legyenek kitéve az elemek rombolásának, megfosztva az erdő fáinak védelméről! Ezekből a fákból készítette aztán a szekerek kerekeit. Mivel a magányos tölgyeknek küzdeniük kellett a természet erőivel, olyan szívósakká váltak, hogy a legnehezebb terhet is elbírták.

Üdvözlöd a nehézséget jelentő kihívásokat, mert a legnagyobb lehetőségeket a nehéz helyzetek szülik. A nehézségek arra kényszerítenek, hogy bővítsd a látóköröd, és alkotó megoldások után kutass. Az élet legsötétebb óráiban erőt meríthetsz abból a meggyőződésből, hogy a küzdelem szívósabbá tesz, és felkészít, hogy a jövőben sikerrel nézz szembe még a legkomolyabb kihívásokkal is. Használj az öreg tölgyekhez, akkor válsz erőssé, ha küzdelemre kényszerülsz.

Október 11.

Óvakodj azoktól, akik segítséget színlelve mások ellen hangolnak! Szinte biztosra veheted, hogy a saját érdekükben buzgólnakodnak.

Breyten Breytenback, a dél-afrikai költő elmesél egy történetet egy fekete rabszolgáról, akinek fállábú gazdája volt. Valahányszor a gazda új cipőt vett, a bal lábra valót, amit nem hordhatott, a rabszolgájának adta. A ballábás cipő rendszeres viselése egy idő múlva eltorzította a „megajándékozott” jobb lábát: gazdájának „nagylelkűsége” tartósan nyomorékká tette őt.

Ne hagyd magad megtéveszteni, ha emberek úgy tesznek, mint ha neked segítenének, közben pedig saját érdekeik érvényesítésén munkálkodnak. Hallgasd meg mások tanácsait, köszönd meg az érdeklődésüket, de magad döntsd el, mi felel meg legjobban az érdekeidnek. Ha céljaid megvalósítását segíti, kövesd a tanácsaikat, de ha nem, ne tétovázz, hagyd őket figyelmen kívül! A világon csupán egyetlen valaki van, aki mindenkinél jobban tudja, mi a jó neked. Ez a valaki te magad vagy!

Október 12.

Az az elme képes a legnagyobb teljesítményre, amelyet a gyakorlati tapasztalatok élesre fentek.

Az olyan elméleti ismeretek, amelyek nem találják meg az utat a gyakorlathoz, hatalmas erejű, cél és irány nélkül szóródó energiákhoz hasonlatosak. A gyakorlati tapasztalat az a lencse, amely lehetővé teszi ezt a fókuszálást, és az elmélet bevetését maximális eredményt biztosító célok érdekében.

Ha van egy elképzelésed, melyet még nem próbáltál ki, alaposan gondold végig, mielőtt nekilátsz, hogy átültesd a gyakorlatba! Ha sorra vetted a megvalósítás módját, a várható eredményt, és még mindig jó ötletnek tűnik, láss neki és cselekedj. Csak egy módon tehetsz szert gyakorlati tapasztalatokra: ha rendszeresen és keményen dolgozol elképzeléseid megvalósításán.

Október 13.

A gyors és hozzáértő döntés fogékony elmére utal.

A sikeres személyek a határozott döntések emberei. Nem tétovázna feleslegesen, elszalasztva nagyszerű lehetőségeket. Össze gyűjtik a szükséges adatokat, megvizsgálják az alternatívákat, konzultálnak tapasztalt tanácsadókkal, döntenek, aztán nekilátnak a cselekvésnek. A döntésképtelenség a paralízis legrosszabb formájára vezet, és ha nem szakítasz vele, tartós károkat okozol magadnak és szervezetednek. Ha nehezen döntesz, emlékezz arra, hogy csak kevés döntés van, amely visszavonhatatlan lenne. Ha később rájössz, hogy tévedtél, módosítsd az irányt, és haladj tovább!

Október 14.

Uralkodj a gondolataidon, és senki sem lesz képes uralkodni rajtad.

Az elme az ember leghatékonyabb fegyvere. Külső erők nem ellenőrizhetik, nem tarthatják működésben, legyenek ezek az erők bármily félelmetesek is. A történelem során a zsarnokok minden módon igyekeztek megtörni azokat, akik ellenálltak, végül azonban nekik is tapasztalniuk kellett, hogy a képzelet ereje hatalmasabb, mint a pallosé. Ahogy Victor Hugo mondta: „Egy megszálló hadseregnek ellent lehet állni, viszont lehetetlen megállítani egy gondolat hódítását, ha megérett rá az idő.”

Október 15.

A rendszeresen használt elme szolgál a legeredményesebben.

Van cselekvési programod, melynek célja, hogy rendszeresen fejleszd legértékesebb eszközödet, az elmédet? Tervezd úgy az idődet, hogy naponta *legalább* fél órád maradjon a tanulásra, gondolkozásra és tervezésre. Tekintsd át hosszú- és rövid távú terveidet és értékeld a haladásod. Jól állsz a határidőkkel? Tedd fel magadnak a kérdést: „Milyen információkra lenne még szükségem céltom eléréséhez?” Aztán szerezd meg ezeket, és láss munkához!

Október 16.

Az elme sosem fárad el, de néha megunja a „táplálékot”, amit kap.

A számítógépes szakembereknek egy külön kifejezése van arra, hogy ha a gépbe „szemetet viszel be, szemet fog kijönni belőle”. Ez a GIGO: rövidítés, mely a *Garbage In, Garbage Out* (szemét be, szemet ki) angol mondat szavainak első betűiből áll. Nos, ez a „szemet be — szemet ki” az elmére is igaz. Ha hasznos táplálékot kap, erős és aktív marad, de ha rendszeresen „szeméttel” táplálsz, rosszul fog működni, negatívvá, terméketlenné válik. Azt fogja nyújtani neked, amit kap tőled. Ügyelj arra, hogy elméd étrendje kiegyensúlyozott legyen. Igyekezz szélesebben tájékozódni dolgok iránt, figyelemmel kísérni az átfogó változásokat! Tapasztalni fogod, hogy legjobb ötleteid sokszor távoli területek megoldásainak analógiáiként születnek.

Október 17.

Ha irányítod az elmédet, az életedet irányítod. Ha érted gondolataidat, érzelmeidet és vágyaidat, képes vagy ezeket céljaid elérésére mozgósítani. A bölcsesség forrása az, hogy időt fordítasz lényed tanulmányozására, és egyre jobban megismered önmagad.

Elméd irányítása igen sok elmélkedést, magányos tünődést, meditációt igényel. Csak te vagy képes megérteni elméd működésének rejtett törvényeit, ezért nem szabad sajnálnod az időt, hogy minél jobban megismerd ezeket.

Október 18.

Ha ismered elmédet és gondolkodásmódodat, ez hozzásegít, hogy mindig pozitív maradj.

Legtöbbször nem értjük azokat a bonyolult fizikai folyamatokat, melyek lehetővé teszik, hogy egyetlen kapcsolóval fényt varázsoljunk a szobánkba, vagy képet a készülék ernyőjére. Azt azonban tudjuk, mit kell tennünk a kapcsolóval. Ez az analógia érvényes az élet sok más területére, ahol nem ismerjük a dolgokat irányító mély törvényeket, de ismerjük azokat az egyszerű szabályokat, hogyan lehet a dolgokat működésbe hozva egy bizonyos eredményt elérni. Ez a helyzet az aggyal is. Senki sem ismeri pontosan a benne lejátszódó bonyolult folyamatokat. Csupán azt tudjuk, ha elménket egy bizonyos módon használjuk, a kívánt eredményre jutunk. Ha pozitívan gondolkozunk, pozitív eredményeket érünk el.

Október 19.

Senki sem tapasztalta még, hogy elméjének teljesítményét bármi is korlátozná.

Pat Ryan, aki egy óriási multinacionális biztosító társaság, az Aon Corporation vezérigazgatója, gyakran mondja: „Nem mondhatod meg, milyen magasan van az, hogy »fönt«, csak saját gondolataiddal szabhatod ennek korlátot.” Talán kicsit körülményes megfogalmazás, ismeri el maga is, de jól érzékelteti azt a rendkívül fontos igazságot, hogy elméd teljesítményét csak önmagad korlátozhatod, méghozzá saját gondolataiddal.

Amikor új ötletek után kutatsz, ne engedd, hogy egyetlen elképzelést is kalodába szorítson az idő előtti bírálat! Néha az a megoldás a legígéretesebb, amely megszületésének pillanatában örülsz, mint tűnt. Ha a Mesterelme-csoportoddal dolgozol, bátoríts mindenkit a nem cenzúrázott gondolkozásra! Az ötletkeresés során ne légy kritikus! Ebben a szakaszban minden gondolat egyformán értékes. Aztán rokonságuk alapján csoportosítsd az ötleteket, válaszd ki a legjobbakat, melyeket érdemesnek találsz arra, hogy a gyakorlatban is kipróbáld.

Október 20.

Egy negatív elme képtelen vonzani a boldogságot vagy az anyagi sikert. A boldogtalanságot és a szegénységet vonzza.

Egy jó ötlet gyengéit firtatva bemagyarázhatod magadnak, hogy

csupán az ördög ügyvédjének szerepét játszod — de a negatív gondolkodás mindig negatív eredményeket szül. Mint ahogy elméd fáradhatatlanul munkálkodik azon, hogy pozitív gondolataidat átváltoztassa azok fizikai egyenértékévé, ugyanilyen keményen fog dolgozni, hogy a negatív gondolataidat negatív eredménnyékké változtassa.

Október 21.

Minden elme egyszerre adóállomása és vevőkészüléke a gondolathullámoknak.

Mondjon bármit a tudomány a gondolatátvitelről, egy valami kétségtelen: ha szert akarunk tenni a mások gondolataiban rejlő értékekre, elménket be kell gyakoroltatnunk, hogy hatékonyan fogja más elmék „adását”. A figyelmes hallgatás rászoktat, hogy felismerd mások gondolataiban a hasznos mozzanatokat. Tedd félre a témával kapcsolatos előítéleteidet, és hallgasd figyelmesen, amit a másik mond. Fókuszálj az információra, ne pedig a beszélőre! Igyekezz kihámozni a szavaiban rejlő központi gondolatot! Szoktasd rá az elmédet, hogy képes legyen megragadni olyan információkat, melyeket mások azért nem vesznek észre, mert nem a megfelelő hullámhosszra van állítva a „vevőjük”.

Október 22.

Korodat a lelki beállítottságod, nem pedig éveid száma határozza meg.

Az amerikai lelkipásztor és szerző, Tyrone Edwards ezt mondta: „Az öregség vagy a fiatalság nem az évek, hanem a beállítottság és az egészség függvénye. Vannak emberek, akik öregnek születnek, és vannak, akik sosem öregsenek meg.” Nem vitás: mindnyájan ismerünk öreg tinédzsereket, és fiatal hetvenéveseket, akiknek lelkesedése, életereje lehetővé teszi számukra, hogy újabb és újabb örömeiket találjanak az életben. Mindez beállítottság kérdése.

Irányítsd úgy az életed, hogy éveid számának növekedésével a bölcsességed, ne pedig a cinizmusod nőjön! Ha nehezedre esik optimistán nézni a világra, mert néhányszor megégetted magad, gondoldj arra, hogy minden ember más, a körülmények állandóan változnak, időközben magad is bölcsőbb lettél, ezért a korábbiánál nagyobb esélyed van a sikerre.

Október23.

Csak a gondolataid felett van kizárólagos hatalmad! Ne mondj le önként erről a hatalomról felesleges vitákba bonyolódva!

Mindig választhatsz, hogy idődet és energiáidat olyan dolgokra fordítod, melyek maximális hasznot hoznak számodra, vagy olyan dolgokra pocsékolod, amik semmit sem hoznak. Mivel az elméd felett csak te uralkodsz, felhasználhatod pozitív célok érdekében, de az erejét pocsékolhatod olyan értelmetlen vitákra is, melyek sehová sem vezetnek. Óriási különbség van a tárgyilagos véleménycserét jelentő értelmes vita, és a kicsinyes vitatkozás között. Ha elképzelésekről vitatkoztok, a másokkal való véleménycsere gazdagítja ismereteidet. Ha engeded, hogy belerángassanak kicsinyes ügyekről folyó vitákba, ennek nem lehet más eredménye, mint a gondolkodás és a szellem eltompulása, és értékes energiák elpocsékolása.

Október 24.

Este a csirkék behúzódnak az ólba. Így van ez a gondolatokkal is: visszazállnak arra, aki küldi őket. Ügyelj hát, hogy milyen gondolatokat bocsátasz újtukra!

A mások irányába küldött gondolataid nagyobb hatással vannak rád, mint a címzettek. Ha egy gondolatot megosztasz mással, ez nem foszt meg a tulajdonától — veled marad. Ott rejtőzhet tudatalattidban jóval azutal is, hogy a tudatos elméd már rég elfeledkezett róla. A csirkékhez hasonlóan, melyek estére óljukba húzódnak, ezek a gondolatok a legváratlanabb pillanatban bukkanhatnak fel ismét. Ha pozitívak, nem kell attól félned, hogy negatív gondolkodással ártani fogsz magadnak. A tudatalattidban rejtőző örömteli, produktív, kellemes gondolatok felbukkanása pozitív eredményekre vezet, és elősegíti, hogy minden helyzetben fenn tudd tartani a pozitív beállítottságod.

Október25.

Nem fenyeget olyan veszély, hogy elméd a gyakori használattól kimerül, ám nagy a veszélye annak, hogy a ritkán használt elme „berozsdásodik”.

A gépek alkatrészei fokozatosan elhasználódnak, és cserére szorulnak, az elme azonban teljesen más módon viselkedik: a használat erősíti, hatékonyabbá teszi. Minél gyakrabban veszed igénybe gondolkodásod erejét, annál aktívabb és hatékonyabb lesz az elméd.

Ám ha elhanyagolod, ugyanaz lesz az eredmény, mint a gépek esetében. Idővel még a legkiválóbb gép és a legkiválóbb elme is megrozsdásodik, ha nem használják rendeltetésszerűen.

Ha nem szánsz rendszeresen időt a tanulásra és a gondolkodásra, nagyon könnyű engedni a csábításnak, hogy értelmetlen semmiségekre pazarold el a szabad idődet. A pihenés fontos, de legalább ilyen fontos, hogy bővítsd az ismereteidet. Oszd be úgy a napjaidat, hogy mindkettőre maradjon idő!

Október26.

Vannak, akik állandóan tele vannak problémákkal. Ennek fő oka az, hogy gondolataikat a bajok lehetséges forrásaira hangoztatják, aminek eredménye: szünet nélküli aggodás. Az elme azt vonzza, amin gondolataid a legtöbbet időznek.

Az aggodásnak nincs hasznos funkciója, ugyanakkor igen hátrányos következményei lehetnek a lelki és a testi egészségedre. Charles Mayo, a rochesteri Mayo Klinik egyik alapítója ezt mondta: „Eddig még senkivel sem találkoztam, aki a munkába halt volna bele, de már sokan haltak bele az idegeskedésbe és az aggodásba.”

Mivel az aggodás és az idegeskedés forrása egy bizonytalan, meghatározatlan veszély érzése, logikával nehéz bármit is tenned ellene. A gyógymód az, hogy pozitív lépéseket teszel a forrás megszüntetésére. Ha tervet készítesz problémáid megoldására, és neki látsz a munkának, többé nem fogsz idegeskedni és aggodni. A negatív gondolatok eltakarodnak annak újtjából, aki egy pozitív cselekvési terv bázisán elszántan munkának lát.

Október27.

Az aggodásban az a legrosszabb, hogy magához vonz egy sor rokon érzést.

Az idegesítő gondolatok, hasonlóan a birkákhoz, szeretnek nyájba csapódni. Az egyik aggodás elvezet egy másikhoz, és rövid időn belül már alig látszunk ki a problémák halmaza alól. Ha nem állsz ellent a csábításnak, hogy elkezd a „ha... akkor” játékot — vagyis azon kezdesz rágódni, hogy egy valóságosan létező problémád milyen potenciális problémák forrása lehet —, ezek rémisztő sebességgel fognak szaporodni, és minden következő egyre fenyegetőbbnek fog tűnni.

Ha már játszani kell a „ha... akkor” játékot, játszd nyeresre!

Összpontosíts a megoldásokra, ne pedig a problémákra, és a problémák által kiváltott *esetleges* problémákra, aztán a másodlagos problémák által *esetleg* kiváltott „harmadik generációs” problémákra, mert egy hólabdából lavina lehet. Bármilyen súlyosnak is tűnjék egy probléma, mely álmodból felriaszt, ha alaposan szemügyre veszed, meglátod, hogy mint minden problémának, ennek is van megoldása!

Október28.

Ha nem vagy képes irányítani saját lelki beállítottságodat, miből gondolod, hogy képes lennél irányítani másokat?

Miért van, hogy emberek azt képzelik, ha végre lehetőséget adnának nekik, kiválóan tudnának vezetni másokat, pedig még azt sem tanulták meg, hogyan irányítsák önmagukat? Ha eredményesen akarsz vezetni másokat, először meg kell tanulnod példát mutatni, melyet mások követhetnek! Lehetetlen kiemelkedő teljesítményre ösztönözni másokat, ha képtelen vagy erre önmagad esetében. Ne kövesd el ugyanazt a hibát, mint sok társad, akik azt mondják: „Ha kineveznek, megbizonyítom nekik, hogy jó vezető vagyok.” Ez fordított logika. Az első lépést neked kell megtened! Először be kell bizonyítanod, mire vagy képes, be kell bizonyítanod, hogy értékes ember vagy, és csak azután várhatod el, hogy lehetséges vezetőként felfigyeljenek rád.

Október29

Gondolataid erejével képes vagy változtatni a helyzeteden — legyen ez jó vagy rossz.

Nincs olyan tett, melyet ne előzne meg gondolat. Ha elégedetlen vagy a helyzetekkel, gondolataid segítségével változtathatsz rajta. Ez legalább annyira lehetséges, mint egy pozitív életet tönkretenni negatív gondolatokkal. A siker a helyzeted tárgyilagos, őszinte elemzésével kezdődik, annak elfogadásával, hogy sorsodért te felelsz. Ezután ki kell dolgoznod egy reális tervet, hogyan változtass azon, amivel elégedetlen vagy, hogyan érheted el, amire vágysz.

Október30.

Egy pozitív elme azt keresi, hogyan végezhető elegy feladat Egy negatív elme azt keresi, hogy ugyanez a feladat miért nem végezhető el.

Valaki egyszer ezt mondta: „Nincsenek igazságok, csak igazságként felfogott dolgok.” Akár egyetértesz ezzel, akár nem, életedben az válik valósággá, amiben igazságként hiszel. A tudatalattid mindent elhisz, bármit is közölj vele, ha a megfelelő üzeneteket elég gyakran és elég meggyőzően ismétled. Ha egy nehéz feladatot kell megoldanod, amiben még nincs tapasztalatod, gondolataidat a sikeres megoldásra, ne pedig az esetleges kudarcra összpontosítsd! Szabdald fel a feladatot apróbb teendőkre, és külön-külön foglalkozz velük. Bármit csinálj, a siker és a kudarc közötti különbség csupán a hozzáállásodtól függ.

Október31.

A bölcs kétszer gondolkozik, mielőtt egyszer megszólal.

Talán a legértékesebb vezetői vonás az eredményes kapcsolatépítés szempontjából, hogy gondolkodol, mielőtt megszólalsz. Ha szokásod, hogy ha dühös vagy, elszalad veled a ló, hogy aztán később megbánd, amit mondtál, tartsd be az örökifjú szabályt: számolj tízig, mielőtt megszólalsz. Ha sikerül akár csak egy pillanatra is megállnod, hogy átlásd a lehetséges következményeket, már nem lesz olyan nehéz *nem* kimondanod azt, ami jobb, ha kimondatlanul marad. Ám előfordulhat, hogy kemény dolgokat kell mondanod a másoknak. Ilyenkor jobb, ha egy kis dicsérettel tompítod a bírálat életét. Bármennyire is biztos vagy a dolgokban, később kiderülhet, hogy nem volt teljesen igazad. Fontos szempont, hogy tapintatod segíti a másikat, hogy tárgyilagosan értékelje szavaidat, és a megfelelő következtetéseket vonja le belőlük.

November

Egészség és boldogság

November 1.

Lelki beállítottságod — személyiséged legfontosabb pillére.

Az, hogy milyennek látod magad, döntően befolyásolja, hogy milyennek látnak mások. Ha magabiztos, vidám és pozitív vagy, vonzó hatással leszel munkatársaidra, barátaidra, családjadra. Ha egy állandóan kételkedő, negatív valaki vagy, aki szünet nélkül panaszkodik a sorsára, az emberek kerülni fognak. Még ha kicsit kedvetlen vagy is, de kényszeríted magad, hogy pozitívan viselkedj, tapasztalni fogod, milyen gyorsan megjavul a hangulatod. Ennek az a magyarázata, hogy a tudatalattid nem tud különbséget tenni az őszinte és a színlelt érzelmek között. Ha tudatosan pozitívan viselkedsz, mindenkire pozitív hatással leszel — beleértve magadat is.

November 2.

Nem irányíthatod mások tetteit, de irányíthatod, hogyan reagálsz rájuk, és ez az, ami valóban fontos számodra.

Senki sem kényszeríthet arra, hogy negatív érzések — félelem, düh, kisebbség — kerítsenek hatalmukba. Ez csak akkor lehetséges, ha önként megengeded a másoknak. Mindig lesznek, akik egyfajta beteges örömeiket lelik abban, hogy felbosszantanak, hogy játszanak az érzelmeiden, felhasználnak saját érdekeikben. Csak tőled függ, sikerül-e nekik, vagy sem. Csak tőled függ, hogyan reagálsz a negatív magatartásukra.

Ha nincs lehetőség, hogy elkerüld az ilyen embereket, tudatosítsd magadban kezdettől fogva, hogy a céljuk — kiborítani téged. Nem azért, mert valami rosszat tettél nekik, hanem mert önmagukkal van problémájuk. Mondd magadnak ezt: „Itt nem rólam van szó. Nem fogom megengedni neki, hogy felidegesítsen! Érzelmeimnek én vagyok az ura, sorsomat én irányítom.”

November 3.

Másokban mindig azt fedezed fel, amit keresel bennük.

Margaret Wolfe Hungerford ezt mondta: „A szépség forrása mindig a szemlélő tekintete.” Így fejezte ki azt a gondolatot, hogy másokban mindig azt látjuk meg, amit látni szeretnénk bennük. Minden ember az érzések, érzelmek és gondolatok bonyolult kombinációja. Ezek között van sok jó, és sok rossz. Az, hogy valakiről milyen benyomás alakul ki benned, sokkal jobban függ tőled, a te *várakozásaidtól*, mint az illetőtől. Ha abban hiszel, hogy jó, a jó tulajdonságait, ha abban hiszel, hogy rossz, a rossz tulajdonságait fogod észrevenni.

Ha pozitív személy vagy, hajjias arra, hogy a pozitív vonásokat vedd észre másokban. Miközben igyekszel pozitív szokásokat kialakítani magadban, igyekezz ezeket észrevenni másokban is! Könnyű meglátni a másik hibáit, de ha meglátod benne a jót, és vele együtt örülsz az eredményeinek, olyan barátot szerzel, akiben mindig megbízatsz — jó időben és rossz időben egyaránt.

November 4

Mindig hiány van olyanokból, akik időre elvégzik a munkát, anélkül, hogy morognának vagy kifogásokat keresnének.

Vezetőként általában olyanok emelkednek ki, akik örömmel fogadják a kihívásokat, vállalják a kezdeményezést és tudnak dolgozni és dolgoztatni. Nem panaszkodnak, nem keresnek kifogásokat. Akik nem jutnak előre a karrierjükben, úgy viselkednek, mint aki nem érti, hogy az eredményesek nem azután válnak eredményessé, hogy már feljutottak a csúcsra. Pont fordítva van! Azért jutottak a csúcsra, mert emelkedésük során végig maximális eredményességre törekedtek, bármilyen munkájuk is volt.

Te is bekerülhetsz azok közé, akik egyenesen emelkednek a pályájukon — ha hajlandó vagy megfizetni ennek árát. Minden kiemelkedő vezető tanúsíthatja, hogy azok a legértékesebb munkatársak, és azokból van a legnagyobb hiány, akik képesek önállóan gondolkodni, kezdeményező, kérés nélkül megteszik, amit meg kell tenni, és szívósan dolgoznak, amíg nem végezték el a munkát. Ha elhatározod, bekerülhetsz te is ebbe a csapatba!

November5.

Hogyan ítéld meg helyesen másokat, ha magadat sem tudod helyesen megítélni?

A másokkal való kapcsolatod szempontjából kiemelt fontossága van, hogy képes vagy-e tárgyilagosan értékelni önmagadat és a teljesítményedet. Ez döntően befolyásolja azt is, milyen sikereket érsz el az életben. Hogyan tudnád javítani az eredményeidet, ha nem vagy képes őszintén elemezni a jó és a rossz oldalaidat? Ahhoz, hogy eldöntsd, hogy milyen célokat tűzz magad elé az önfejlesztésben, először látnod kell, hol tartasz most. Tárgyilagos önismeret nélkül ez nem megy.

Ha független, szenvedélymentes megfigyelő lennél, mit tanácsolnál magadnak, milyen képességeidet fejleszd, milyen munkaszokásokat alakíts ki, hogyan viselkedj másokkal, mivel járulj hozzá szervezeted nagyobb eredményességéhez? Őszinte, elfogulatlan önértékelés az első lépés eredményes önfejlesztésed útján.

November6.

Becsapsz másokat és önmagadat? Gondolkozz eljól, mielőtt válaszolsz a kérdésre!

Ha tisztességtelen vagy másokkal és kihasználod őket, önmagad jobban becsapod, mint őket. Egy ideig dühíteni fogja őket a magatartásod, de aztán túlteszik rajta magukat. Neked azonban egész életben együtt kell élned azzal, amit tettél! A lelked mélyén tudni fogod, hogy milyen ember is vagy valójában.

Időnként mindenki érez magában csábítást, hogy másokat kihasználjon. Ha vannak annyira ostobák, és ezt engedik — így szól a praktikus érv —, akkor megérdemlik, amit kapnak. Az igazság azonban az, hogy ha tisztességes és korrekt vagy olyan valakivel, akit kihasználhatnál, ezáltal jobb emberré válsz, és ez nemcsak a magatartásodban, hanem az eredményeidben is tükröződni fog.

November 7.

A három legdrágább szó ez: „Nincs rá időm!”

E három szóért sok mindennel kell fizetned! Elveszítheted azokat az örömeket, melyeket a boldog családi együttlét jelent. Nem javítasz ki egy apró hibát, ami később súlyos problémává terebélyesedik. Figyelmen kívül hagyod, hogy az egészséghez mozognod és pihened kell. Bármiről legyen is szó, ne engedd, hogy az állítóla-

gos időhiány megakadályozzon abban, hogy megtedd, ami boldogságot nyújthat számodra.

Ha akarod, be tudod osztani úgy az időd, hogy minden fontos dologra maradjon. A jó vezetőnek mindig van egy megbízható társa, aki a nehezebb időkben átvállalja a terhek egy részét. Túl ezen, mindenki igénybe veheti a PLB-t, hogy gyorsabban és jobban végezze a munkáját. Ha állandó időhiányban szenvedsz, érdemes alaposan megvizsgálnod a munkamódszeredet és az időgazdálkodásodat. Ma már vannak jó könyvek, melyek segítségre lehetnek ebben. Nem szabad, hogy időhiány akadályozzon, hogy megtedd, amiről úgy gondolsz, feltétlenül meg kell tenned.

November8.

Másokkal megosztva a boldogság megsokszorozódik, anélkül, hogy ezzel az eredeti forrás vesztene belőle. A boldogság egyike azoknak a ritka kincseknek, amelyek szaporodnak, ha másokkal megosztjuk.

A boldogság olyan portéka, hogy minél többet nyújtunk belőle másoknak, annál több lesz belőle nekünk. Az élet legnagyobb kincsei nem a pénz felhalmozásából fakadnak. Forrásuk az a lelki elégedettség, hogy segítünk másokat boldogságuk elérésében. Akik hatalmas vagyonokra tettek szert az életben, rájöttek annak titkára, hogyan lehet összekapcsolni e kettőt. Megtanulták, hogyan lehet olyan szolgáltatást nyújtani, ami elégedetté teszi az ügyfelet, és profitot eredményez a szolgáltató számára.

Ha örömmel és azzal a szilárd elhatározással látsz munkához, hogy elégedetté teszed az ügyfeledet, és az örülni fog, hogy téged választott, ez meghozza számodra a sikert. Sosincs elég az olyanokból, akik boldogságukat és örömeiket képesek megosztani másokkal.

November9.

A mosoly piciny valami, de hatalmas eredményeket képes produkálni.

Az állatvilágban a fogak kivillanása — vicserítés, ami az agresszivitás félreérthetetlen jele. Az emberek között fordítva van. Semmi sem fegyverez le könnyebben egy dühös, agresszív személyt, mint egy szívből jövő, széles mosoly. Egy őszinte, széles mosoly mindig biztosítja, hogy szívesen fogadjanak bárhol, és ha egy őszinte barátságot sugárzó mosollyal kérsz segítséget, hamarosan több segítséget kapsz, mint amennyire szükséged lenne.

Gyakorold, hogy mosolyogsz másokra, amíg szokásoddá nem válik! Mosolyogj azokra, akikkel kapcsolatba kerülsz — amikor bemutatkozol, amikor üdvözölsz egy régi barátot, amikor reggel beérsz a munkába. De nagyon vigyázz! Mosolyod természetes legyen. Az emberek gyorsan felismerik a hamisítványt, ami mögött nincs őszinte érzés.

November 10.

A boldogság titka a cselekvésben van, nem csupán abban, hogy birtokolunk dolgokat.

Ez igaz. Pénzzel nem lehet boldogságot venni. Legtöbbünket egy *életforma* utáni vágy ösztönöz, melyet biztosítani akarunk magunknak és a családunknak, nem pedig a fizikai birtoklás — a ház, az utazások, a gépkocsik stb. Ha felismered ezt, állandóan „emelni fogod a léceket”, hogy magasabb célok elérésére ösztönözd magad. Céljaid között persze szerepelniük kell azoknak a dolgoknak, melyeket meg akarsz szerezni, de ahogy az Apple Computer korábbi elnök-vezérigazgatója, John Sculley mondta: „A siker — utazás, nem pedig célállomás. Intézd úgy, hogy élvezd az utazást.”

November 11.

Nem érheted el a boldogságot, ha mást megfosztasz tőle. Ugyanez érvényes az anyagi biztonságra is.

Kevés dolog van a világon, ami gazdagíthatja az életedet, ha másokat megfosztasz tőle. Általában épp a fordítottja igaz. Ha gazdagságot és boldogságot megosztod másokkal, neked is több lesz belőlük. Az igazság az, hogy sem a boldogságnak, sem az anyagi biztonságnak nincs nagy értéke, ha nem osztjuk meg mással. A boldogságot nem lehet felhalmozni, hogy amikor szükségünk van rá, kivegyük a ládikából, a biztonság pedig elvont fogalom. Amint Douglas MacArthur tábornok egyszer megjegyezte: „Az életben nincs biztonság. Csupán lehetőség.” El kell érned a boldogságot és az anyagi biztonságot, és ha meg akarod őket tartani, osztanod kell másokkal.

November 12.

A mosoly kellemesebb teszi az arcod, javítja a közérzeted, ugyanakkor semmibe sem kerül.

Természetes reakció, hogy amikor fényképeznek, mosolygunk. Ösztönösen is tudjuk, hogy egy mosoly az arcon vonzóbbá tesz min-

ket. A mosolyod előnyös reakciót vált ki másokban, de ami még ennél is fontosabb, jobban érzed magad te is. Ez nem csupán lelki hatás. Szakemberek kimutatták, hogy amikor mosolyogsz, megváltoznak a szervezetedben lejátszódó biokémiai folyamatok. Ez arra vezet, hogy fizikailag is egészségesebbnek, erősebbnek, rátermettebbnek érzed magad.

Ha a hangod is mosolyog, mások kinyílnak. Ez egyformán igaz a személyes és a telefonbeszélgetésre. Akiknek munkájához tartozik, hogy sokat telefonálnak, tudják, hogy akikkel beszélnek, képesek „kihallani” hangjukból a mosolyt. Ha nehéz megszoknod, hogy „mosolygós” hanghordozással beszélj, tégy egy kis tükröt a telefonod mellé, és nézd az arcod, amikor beszélsz. Mosolyogj!

November 13.

Az embereket könnyebb megnyerni szeretettel, mint gyűlölettel.

Valakivel úgy szeretetheted meg magad a legkönnyebben, ha megszereted őt. Szinte lehetetlen nem viszonzni ezt az érzelmet. A másik egyszerűen képtelen erre. Bármennyire is ellenséges érzéseket tápláljon irántad, ezek mind elpárolognak, ha kimutatod iránta a csodálatodat. Ha megérted, mi minden következik ebből, mindenki potenciális barát lesz számodra, akivel csak találkozol.

Ha szeretetet és ragaszkodást akarsz kapni, ennek az a módja, hogy szeretetet és ragaszkodást nyújtasz. Önként, őszintén, fenntartás nélkül. Ha barátságodat feltételekhez kötöd, vagy csupán azért akarsz megnyerni valakit, mert a hasznodra lehet, hamar észre fogja venni a csalást. Ha cselekedetekkel bizonyítod, hogy szíveden viseled sorsát, viszonzásul többet fog nyújtani neked: egy életre szóló barátsággal ajándékoz meg.

November 14.

Aki bőkezűen osztja a boldogságot, mindig kifogyhatatlan mennyiségben rendelkezik vele.

Amint William L. Phelps mondta: "A valódi boldogság nem külső dolgok eredménye. A meleg tavat saját forrásai táplálják. Csak az a boldogság marad veled, amely saját gondolataidból és érzéseidből táplálkozik. Ha tartós boldogságot akarsz, fejlesztened kell a szellemed. Elmédet érdekes gondolatokkal és elképzelésekkel kell táplálnod, mert egy üres elme, egy üres lélek a boldogság pótlékeként az üres élvezetekhez menekül."

November 15.

Nevetéssel elijesztheted az aggodást, melyet mogorva nézésed képtelen lenne elűzni.

Néhány éve már, hogy egy jól ismert magazin szerkesztője szó szerint visszanevette magát az egészségbe. Súlyos betegséggel került a kórházba, és nagyon szenvedett. Észrevette, hogy amikor nevet, csökkennek a fájdalmai. Ennek alapján kidolgozott magának egy gyógyprogramot, melynek gyógyszere a nevetés. Humoros könyveket olvasott, vicceket mesélt, videóján vég nélkül nézte a mulatságos filmeket. És megnyerte a csatát: meggyógyult.

Ne vedd magad annyira komolyan, hogy képtelen légy nevetni magadon és a helyzeteden! Ha időnként nem neveted ki magad, aligha leszel képes az életed során tőled elvárt 80 000 óránál többet dolgozni (heti negyven órában ez 40 munkával eltöltött év, évi két hét szabadsággal).

November 16.

Ha enerválnak érzed magad, próbálkozz a természetes gyógy-móddal! Ne egyél semmit, amíg éhséget nem érzel!

Sok szakember véleménye szerint helyesebb naponta négyszer enni, kisebb adagokat, mint két, esetleg három alkalommal, de többet. Ha korlátozod a zsír- és cukorfogyasztásodat, nem kell majd aggodnod a felesleges kalóriák miatt. A sok zöldséget, gabonafélét és gyümölcsöt tartalmazó ételt könnyebb megemészteni, stabilabb érteken tartja a vércukrot és emeli az energiaszintet, mert kevesebb zsírt tartalmaz a szervezet. Ha ilyen étrendet vezetsz be, szinte azonnal erősebbnek, energikusabbnak fogod magad érezni.

November 17.

A legjobb akkor menni az orvoshoz, amikor még nem vagy beteg.

Az egészséggel kapcsolatban nem lehet eléggé hangsúlyozni a betegségmegelőzés fontosságát. Sok komoly baj — köztük a rák és a szívbetegségek — gyakran a helytelen életmód következménye. A dohányzás és az egészségtelen étkezés sok millió ember életét rövidíti meg. Sajnos a negatív következmények olyan késve jelentkeznek, hogy amikor érezzük a hatást, általában már késő.

Ne engedd, hogy a rossz szokások tönkretegyék az egészséged! Folytass egészségesebb életmódot! Kerüld a káros élvezeti szereket,

táplálkozz célszerűen, és mozogj rendszeresen! Ez nemcsak segít fenntartani az erőnlétedet, de elégedettebb leszel önmagaddal is.

November 18.

Ha meg akarod őrizni az egészségedet, azelőtt hagyd abba az evést, mielőtt úgy éreznéd, teljesen jóllaktál.

Rossz étkezési szokásaink között sok még gyermekkorunkban alakult ki, amikor állandóan arra ösztönöztek a szüleink, hogy az utolsó morzsáig mindent megegyünk. Felnőttként azonban megváltozik az emésztésünk, és mások a szükségleteink. Érett korban szervezetünknek sokkal kevesebb kalóriára van szüksége, így a felesleget zsír formájában tárolja. Ez elhízásra vezet.

Fogyassz kisebb adagokat, hagyd abba az evést, még mielőtt jóllakottnak éreznéd magad! Rágj meg mindent jól! Egy kellemes vacsoratárs nem csak jó társaság. Egy jó beszélgetés ugyanis elvonja a figyelmedet az ételtől, és elméd táplálékára irányítja.

November 19.

Ha állandóan a betegségre gondolsz, mindig beteg leszel.

Az orvosok csak most kezdik teljes mélységében megérteni, mekkora szerepe van a beállítottságnak az egészség megőrzésében. Ha ügyelsz az egészségedre, és nem idegeskedsz állandóan azon, mi „hibásodhat meg” a szervezetedben, sokkal jobbak az esélyeid, hogy egészséges maradsz, mint ha állandóan azon tépelődsz, mi minden történhet veled. Az ember azzá válik, amire a legtöbbet gondol. Az elme csodálatos szerkezet, amely erős hatást gyakorol a szervezet egészére. Tápláld elmédet egészséges gondolatokkal, őrizd meg optimizmusodat, szellemed frissességét, és szervezeted hasznát fogja látni ennek!

November 20.

Vannak ünnepezt személyek, akik hajlandók pénzért reklámozni olyan terméket, amit semmi pénzért sem lennének hajlandók fogyasztani.

Az étkezési szokásokat illetően talán mindennél fontosabb, hogy amikor döntesz, a régimódi józan észre támaszkodj. Olyan világban élünk, amely zsong a szuper reklámoktól és üres ígéretektől. Emberek, akiket csodálsz, néha nagy pénzekért hajlandók dicsérni olyan termékeket, amihez hozzá sem nyúlának, ez azonban nem gátolja

őket abban, hogy igyekezzenek téged arról meggyőzni, hogy vedd meg és fogyaszd.

Ha arról van szó, mit nyelsz le, magad dönts el, mit fogyasztasz! Ne hagyj magad befolyásolni azoktól, akiknek érdeke, hogy eladjanak neked. Törvény írja elő, hogy az élelmiszeripari cégeknek pontosan meg kell jelölniük, milyen komponenseket tartalmaz a termékük. Az ismertetés alapján el tudod dönteni, mit érdemes megvenned. Olvasd figyelmesen a csomagolásokon lévő ismertetéseket!

November21.

Érett gyümölcsből és nyers zöldségfélékből sosem fogyaszthatsz eleget.

Lehet, hogy az evolúciós folyamat nem segítette hozzá az embert, hogy élvezettel fogyasszon olyan ételeket, melyek egészségesek lennének számára, az viszont tény, hogy emésztőrendszerünk nem igazán alkalmas néhány olyan élelmiszerféléseggel feldolgozására, amit viszont nagyon szeretünk. Ide tartozik például a hús. Megemésztése rengeteg energiát igényel. Ezt az energiát hasznosabb dologra is lehetne fordítani. Ezzel szemben bármennyit fogyasszunk is nyers zöldségekből és érett gyümölcsből, mind a hasznunkra válik. Kevés bennük a zsír, szervezetünk könnyebben feldolgozza őket, és olyan tápanyagokat tartalmaznak, melyek könnyen átalakulnak energiává.

November 22.

Azt pontosan tudod, milyen üzemanyagot kell tankolnod, hogy jól fusson a gépkocsid. Tanuld meg azt is, mivel kell táplálnod a szervezetedet, ha egészséges akarsz maradni!

Gyakran nem sajnáljuk az időt és energiát, hogy megértsük, hogyan működnek a gépek, és milyen karbantartást igényelnek. Amikor viszont saját szervezetünkről van szó — a legfontosabb tulajdonunkról, mellyel rendelkezhetünk —, alig fordítunk figyelmet a szükségleteire. Ám sose késő tanulni! Sok könyvet írtak a témában. Tanuld meg, mire van szükséged, ügyelj a szervezetedre, és a szervezeted jól fog szolgálni téged.

November23.

Ne próbáld a fejfájást gyógyítani! Jobb kikúrálni a bajt, ami a fejfájást okozza.

Ha komoly panaszaid vannak, feltétlenül fordulj orvoshoz. Ám ne feledd, hogy betegségeket, melyekre sok ezer gyógyszer kapható, olyan dolgok váltanak ki, melyek tőled függenek. Fejfájás, gyomorrontás, izomfájdalmak, letargia és hasonló, mind annak jelei, hogy elhanyagolod a fizikai és lelki szükségleteidet.

Gondold végig, nem halasztottál-e el egy fontos dolgot, ami után idegileg feszültté tesz! Tedd fel magadnak a kérdést, mozogsz-e annyit, amennyit a szervezeted igényel, hogy friss és erős maradj. Mint minden problémánál, azonnal tenned kell valamit, hogy megértsd a forrását, és ki tud javítani a hibát. Ha egészséges vagy, sokkal nagyobb lelkesedéssel és energiával tudsz dolgozni életed nagy céljának megvalósításán.

November24.

Ügyelj az étkezési szokásaidra, nehogy túl sokba kerüljön az orvos!

Még csak most kezdjük érteni, milyen messzemenő hatása van a táplálkozásnak az egészségre, a közérzetre, azt azonban már rég tudjuk, mely táplálékok előnyösek, és melyek hátrányosak számunkra. Ennek ellenére figyelmen kívül hagyjuk ezeket az ismereteket: előnyben részesítjük, hogy élvezzük a márt, és a következményeken később idegeskedjünk.

Ha gondot fordítasz a táplálkozásra, más típusú betegségeket is elkerülhetsz. A szakemberek azt tanácsolják, hogy kerüljük a nagyobb mennyiségű koffeint, alkoholt és sót, fogyasszunk protein- és zsírszegény ételeket, vagyis olyanokat, amelyekben sok a szénhidrát. Ilyenek a zöldségfélék, a zabpehely, a kukoricapehely, a tészták, a kenyér, a burgonya és a gyümölcs. Javasolják azt is, hogy együnk sok rostosat: zabpehely, barna kenyeret, burgonyát, rostos zöldségeket és gyümölcsöket. Ilyenek a brokkoli, a répa, a borsó, a narancs, az eper.

November25.

A falánkság általában nem vezet jó egészségre.

A túltáplálkozás igen gyakori oka az emésztőszervi megbetegedéseknek. Az étkezés egyike azoknak a területeknek, ahol a keve-

sebb határozottan jobb. Ez különösen igaz az olyan ételekre, amelyek cukrot tartalmaznak. Ha nem tudsz lemondani teljesen a cukorról, legalább korlátozd a mennyiségét! Egész jól megleszel így is.

November26.

Az idő a leghatékonyabb orvos. Ha lehetőséget kap, képes kikúrálni a legtöbb betegséget.

Ez természetesen nem azt jelenti, hogy figyelmen kívül kell hagyni a bajokat. Ha valami nincs rendben, orvoshoz kell menni. Minél gyorsabban fel kell deríteni, mi a betegség oka, és változtatni a helyzeten.

Van azonban, hogy minden látható ok nélkül feszültnek érezzük magunkat, és minden tagunk sajog, a fejük szét akar robbanni, gyomrunk semmit sem akar befogadni. Az oka lehet idegfeszültség, a gyógymód pedig a lazítás, a pihenés. Szakíts mindennap időt arra, hogy „leeressz”, elmélkedj dolgokon, melyek örömet okoznak neked. Hetente néhány óra kikapcsolódás csodákra képes régóta győtrőbajok orvoslásában, visszaadja az életerődöt és a munkakedvedet.

November27.

Aki felépíti a házat, mindig többet kap a munkájáért, mint aki lerombolja.

Bármilyen területről legyen szó, hivatásban sokkal nagyobb jártasságra, odaadásra és állhatatosságra van szükség dolgok létrehozásához, mint dolgok lerombolásához. Egy csodálatos valami megalkotása mindenki számára elérhető anyagokból nagyobb mesterségbeli tudást igényel és nagyobb jutalmat érdemel, mint a romboláshoz szükséges nyers munka. Éljd úgy, hogy azok közé tartozz, akik alkotnak, nem pedig rombolnak! Ez döntően a beállítottságotól függ. Ha kialakítod magadban a szokást, hogy mindig új, hatékony, képzeletgazdag megoldásokat keress, az alkotók közé fogsz tartozni.

November28.

Ha nem tudsz nyerni, vigyorogni azért még nem kell elfelejtened!

Ernest Hemingway a bátorságot „nyomás alatt megnyilatkozó eleganciaként” határozta meg. Ha képes vagy elegánsan veszteni, megtetted az első lépést, hogy kivívd társaid tiszteletét, és készülj a

majdani győzelemre. Ne vedd önmagad és a helyzeted annyira komolyan, hogy képtelenné válj mosolyogni, és őszintén gratulálni annak, aki átmenetileg kétvállra fektetett. Kívánj neki sikereket, aztán láss munkának: fejleszd magad, és maradj versenyben!

November 29.

Foglalkoz sokat a betegség tüneteivel, és hamarosan számíthatsz a betegség látogatására!

Az elme ereje valóban hihetetlen. Olyan nagy hatása van az egészségre, hogy amikor új gyógyszert próbálnak ki, egy kontrollcsoportnak a gyógyszer helyett placebót adnak. Ha az elme meg van győződve arról, hogy a szervezetbe olyan gyógyszerjutott, melynek pozitív hatása lesz, olyan tünetek figyelhetők meg, mintha a személyek aktív anyagot tartalmazó preparátumot kaptak volna.

Használd ki előnyödre, hogy elméd képes hatni az egészségre! Kombináld a testedzést az életigenlő pozitív beállítottsággal! Ha megteszed az egészség megőrzéséhez szükséges lépéseket, optimistább leszel, és ha beállítottságod pozitív, szokásoddá válik az egészséges életmód. Az eredmény: a fizikai és a lelki egészség szinergizmusa, melyek kölcsönösen erősíteni fogják egymást.

November30.

Az elméd képes beteggé tenni, de képes meggyógyítani is.

Nincs ép test ép lélek nélkül, és nagyon nehéz fenntartani a Pozitív Lelki Beállítottságot, ha rossz a fizikai közérzeted. A kétkezi munka után játssz, szellemi munka után mozogj! A mozgást szakítsd meg rövid pihenőkkel, az elégséges táplálkozást a mérsékelt táplálkozás periódusaival. A komolyságot pedig időnként fűszerezd egy kis humorral!

December Hit és remény

December 1.

A balsors ritkán méri össze erejét azokkal, akiket a hit és a remény véd.

Elgondolkoztál már azon, miért van, hogy vannak, akiknek látószólag minden sikerül, életük csupa öröm, semmi gondjuk sincs? Ha kicsit közelebbről megvizsgálod az életüket, azt tapasztalod, hogy a látszat néha csal. Valószínű, hogy legalább annyi problémájuk, bajuk, kudarcuk van, mint másoknak, de ezekhez másként állnak hozzá. Nem vesztik el a reményt csupán azért, mert valami kellemetlenség éri őket. Bízna abban, hogy a dolgok a végén mégis jól alakulnak számukra. Ha téged ért a balszerencse, talán nehéz beletörődnöd, de ha nem vereségként kezeled, ami történt, ha nem adod fel, végül részed lesz a sikerben. Amíg az ember bízik és reménykedik, nincs olyan nehézség, amin ne tudna úrrá lenni.

December2.

A hitnek szüksége van egy szilárd alapra. A félelem minden alap nélkül létezik.

Minden vallás alapját a hit képezi. Csak akkor vagy képes elfogadni egy Legfelső Lény létezését, ha feladod a hitetlenség és a kételkedés. Ugyanez igaz arra is, hogy hiszel önmagadban, hiszel a képességeidben és a jóban. Létre kell hoznod a bizalomnak azt a fundamentumát, ami támogat téged és mindazt, amiben hiszel. Ha ez az alap szilárd, gyorsan legyűröd a félelmet és a kételkedést, ami megpróbálja aláásni a hitedet.

Ha a bizalomnak ez a fundamentuma nem az elveidre és a meggyőződésedre épül, könnyedén szétrombolhatja a félelem, amely időről időre mindnyájunkon úrrá lesz. Ezért nagy szerepe van annak, hogy pontosan tudd, milyen elveket vallasz és miért. Ha mind ezt tudod, személyiséged alapjai megingathatatlanok lesznek.

A szabad ember nem fél semmitől.

Amíg szabad ember maradsz, nincs akadály, amit ne lennél képes legyőzni. Ha saját döntésed szerint járhatasz el, életedben csak a magad állította korlátok akadályozhatnak. Az Egyesült Államok túlélte egy polgárháborút, két világháborút, egy nagy gazdasági válságot, az intézményei ellen irányuló támadások sokaságát. Ez ezért volt lehetséges, mert a demokratikus kormányzás alapja az a meggyőződés, hogy az emberiség eredendően jó. Olyan rendszer, amely az optimizmusra és a reményre épül, nem a zsarnokságra és az elnyomásra. Értékelj a szabadságot, és légy hű a hazádhoz! Légy büszke arra, hogy részt vehetsz a világ legnagyobb kísérletében, egy hatékony demokrácia felépítésében!

December4.

Nem lehetsz teljesen szabad, ha nem vagy őszinte önmagaddal.

Az önbecsapás a szellem alattomosan terjedő rákbetegsége. Ha becsapod magad arra nézve, ki vagy, és miért vagy hajlandó kiállni, egy magad alkotta börtön rabságában élsz. Amíg nem fogadod el magad olyannak, amilyen vagy, nem tudod kibontakoztatni rejtett képességeidet, hogy aztán nekiláss, és olyaná formáld magad, amilyen lenni szeretnél. A személyes fejlődés egész életet magába foglaló folyamata azzal kezdődik, hogy őszinteséget fogadsz — önmagaddal szemben.

Ha magyarázod a hanyagságod, figyelmetlenség, amikor tudod, hogy képes lettél volna hibátlanul elvégezni valamit, ezzel magad állítasz akadályt sikered útjába. Ha a magad választotta célokot akarod követni, meg kell ismerni valós képességeidet, és őszintének kell lenned magaddal ezek értékét illetően. Ha vonakodsz tárgyilagosan értékelni a teljesítményedet, haladásodban akadályozni fog az önismeret bizonytalanságából fakadó félelem és kétség.

December5.

A hit nem képes teljesíteni a vágyaidat, de megmutatja az utat, hogyan érheted el őket saját erődből.

A Webster értelmező szótár úgy határozza meg a hitet, mint „feltétel nélküli elfogadása egy személy igazságának, értékének vagy becsületességének, továbbá egy dolognak vagy eszmének, amelyre nincs logikus magyarázat vagy tárgyi bizonyíték”. A hit — abszt-

rakt fogalom, hajlandóság valaminek az elfogadására, amit még nem bizonyítottak be, vagy sosem lesznek képesek bebizonyítani. Ha hiszel abban, hogy képes vagy elérni egy célt, még nem elég, hogy azt el is érj, de bátorságot, erőt ad neked, hogy megtegyed mindazt, ami ehhez szükséges.

Eletedben lesznek pillanatok, amikor nem tudod bizonyítani, hogy indokolt hinned magadban. Ösztönös megérzésedre alapozva kell elfogadnod, hogy képes vagy nagyszerű dolgokra. Ha nem sikerül megfelelned a várakozásaidnak, kétségtelenül csalódnai fogsz magadban. De ha nem hiszel magadban, sosem leszel képes kibontakoztatni a benned rejlő képességeket. . . mert nem lesz bátorságod, hogy kockáztass és nyerj.

December6.

Aki békében él önmagával, békében él a világgal is.

A belső béke nem olyasmi, amivel bárki is megajándékozhatna, mert annak lényegéből kell fakadnia. A belső béke megteremtése egész életet igénylő feladat. Ahogy a világ változik körülöttünk, és változnak a másokkal kialakított kapcsolataink, hol biztonságban érezzük magunkat, hol nem. A változások — különösen a nagy változások — mindig fenyegetésként hatnak életünkre. Az élet viszonytásaival eredményesebben birkózol meg, ha vállalkodva azon, hogy egyre érettebb személyiséggé válj, ügyelj rá, hogy az önfejlesztési programodból ne hiányozzanak a szellem, a lélek és a test egészséges táplálékai.

December 7.

Ha hiányzik a lelki békéd, nem vagy szabad ember.

A lelki békének felszabadító ereje van. Ha hiszel és bízol magadban, mert reálisan felmérte, hogy képes vagy elérni egy adott célt, állhatatosságodat nem áthatják alá külső tényezők. Tudni fogod, hogy megalapozottan bízol magadban, és bátran követhetsz bármilyen célt, amíg az összhangban van a humanizmus törvényeivel, és nem korlátozza embertársaid jogait.

Az egészséges szellemhez hozzátartozik a nagy írók és nagy gondolkodók munkáinak tanulmányozása. A nagy filozófusok gondolatainak megértése segít, hogy megismerd saját elveidet, ami lehetővé teszi számodra, hogy átgondoltabb és teljesebb életet élj.

Csak akkor tehetsz szert a lelki békédhez szükséges intellektuális magabiztosságra, ha az elveid és a meggyőződésed elmélyült ismereteken és önvizsgálaton alapulnak.

December8.

A legeredményesebb imák azok, amelyekben azokért az áldásokért mondunk köszönetet, melyekkel már rendelkezünk.

Az ima a hit aktív kifejezése, és arra szolgál, hogy közvetítse az évszázados bölcsességeket. Ereje segít, hogy kitarts, ha akadályokba ütközöl, de segít abban is, hogy pozitív módon dolgozd fel magadban a sikereidet. Amikor imádkozol, ne kérj nagyobb vagyont, több tulajdont! Kérj nagyobb bölcsességet, hogy képes légy jobban értékelni, amid már van. Ha ezt teszed, felkészítet az elmédet, hogy befogadja a többleterőt, ami mindenkinek rendelkezésére áll, ha állhatatosságra van szüksége.

December9.

Jobb köszönetet mondani az áldásokért, amikben már részünk van, mint további áldásokért imádkozni.

Az ima erejét a teológusok és ateisták már minden oldalról elemezték. A hívők számára az ima direkt kapcsolat Istennel. Az ateisták esetében lehet csupán a gondolatok rendezése és a célok kitűzése és megerősítése. Legyen szerinted bármi is az ima, a fohász, ez egyfajta kapcsolatteremtési szándék egy titokzatos erővel, ami a fizikai világon kívül létezik.

Ne hagyd egyetlen napodat sem elmúlni úgy, hogy ne mondanál hálaadó köszönetet azokért a dolgokért, melyekben részed van, legyenek ezek bármilyen csekélységek. Tégy mindennap valamit mások megsegítéséért. Ne feledd, egyetlen probléma sem új és eredeti. Mindig kérhetsz segítséget másoktól. Sosem vagy egyedül!

December 10.

A félelemmel és kétségekkel teli ima csak negatív eredményeket hozhat.

Néhány évvel ezelőtt Robert Rosenthal, a Harvard professzora egy vizsgálatot végzett. Azt mondta általános iskolai tanároknak (akiket véletlenszerűen válogatott ki), hogy néhány tanulójuk intellektuálisan „nagy ígéret”. Az év folyamán azoknak a gyerekeknek a 47 százaléka, akik esetében a tanító azt várta, hogy intellektuálisan

ragyogjanak, átlagosan mintegy húsz ponttal javította az IQ értékét. Rosenthal a jelenséget „önmagát beteljesítő jóslatnak” nevezte.

Ha kételkedsz abban, hogy az imádban foglaltak megvalósulnak, szinte biztos lehetsz, hogy tapasztalni fogod az „önmagát beteljesítő jóslat” erejét. Az elme úgy van megszerkesztve, hogy ha negatív információkkal táplálják, erre negatív eredményekkel fog válaszolni. Imád mindig legyen pozitív hangvételi. Ne kérj segítséget a titokzatos erőtől, legyen az szerinted bármi is, hogy szabadítsd meg a félelemtől. Ehelyett fohászkodban fogalmazd meg azt a kívánságot, hogy segítsen abban, hogy képes légy kifejleszteni magadban a szükséges bátorságot.

December 11.

Az ima egyik legőszintébb formája, hogy hálát érzünk mindazért, amivel már rendelkezünk.

Mindennap szakíts időt arra, hogy megállsz néhány percre — talán a lefekvés előtt —, hogy hálát mondj a sorsnak mindazért, ami-ben részed van. Ha imádkozol, ne kérj többet. Ehelyett kérj több bölcsességet, hogy képes légy jobban becsülni, amid már van. Kérj nagyobb megértést, hogy embertársaid jobban szívükbe zárjanak, képességet, hogy holnap többet tudj segíteni másokon, mint amennyit ma segítettél.

December 12.

A világegyetem öt ismert realitása az idő, a tér, az anyag, az energia és a Végtelen Intelligencia, amely ezeket rendbe és törvénybe foglalja.

Bernhardt Fraumann, presbiteriánus tiszteletes a *Thinkand Grow Rich Newsletter* (Gondolkozz és gazdagodj hírlevél) kolumnistája szerint a világmindenségben tapasztalható rend a legmeggyőzőbb bizonyíték Isten létezésére. Mint mondja, a mindenség túlságosan is összetett, hogy egy véletlenszerű evolúció eredménye legyen. Lehet, hogy így van. Nem tudhatjuk. Lehet, hogy nem vagyunk képesek felfogni a Végtelen Intelligencia bonyolultságát. Arra viszont képesek vagyunk, hogy felhasználjuk az erejét, és segítséget merítsünk belőle, hogy életünket boldogabbá és teljesebbé tegyük.

December 13.

Ami ma álom, az holnap valósággá változik. Ne becsüld le a gyakorlati álmódókat, mert ők a civilizáció fejlődésének úttörői.

A sci-fi írók egy nemrégi találkozásán a résztvevők egy különösen érdekes problémával foglalkoztak. Eveken át az a felfogás uralkodott, hogy azok a sci-fi írók, akik olyan dolgokról írnak, amelyek körülbelül harminc év múlva valósulnak meg. Ma viszont a helyzet az, hogy a technológia olyan tempóban fejlődik, hogy még a legnagyobb fantáziával rendelkező írók sem képesek lépést tartani azzal, ami a világban végbemegy.

Ha azon tűnődsz, milyen lehetőségek vannak saját területeden, ereszd szabadjára a fantáziádat! Mi minden válna lehetségessé, ha a haladást ma még korlátozó tényezők eltűnnének? Milyen trendek befolyásolhatják a vállalkozásodat vagy az ügyfeleid gondolkozását? Mit kell tenned, hogy élen maradj a területeden? Válaszaid megmutathatják a holnap újításainak irányát.

December 14.

Nincs olyasmi, hogy szerencse vagy szerencsétlenség. Mindennek van oka, és ez az ok kiváltja a megfelelő okozatot.

Minden, amit teszel, hatással van rád és másokra. Ez a hatás a körülményektől függően lehet jó vagy rossz. Egy tett, ami bizonyos feltételek mellett tökéletesen megfelel, más időben és más feltételek mellett a lehető legrosszabb. Hogy szerencsés vagy szerencsétlen vagy, sokkal inkább függ attól, hogyan reagálsz a körülményekre, mint maguktól a körülményektől.

W. Clement Stone gyakran mondja, hogy a Pozitív Lelki Beállítottság minden körülmények között megfelelő, mert a „meg-tudom-csinálni” beállítottság, ami pozitív tettekben nyilvánul meg, mindig pozitív eredményt hoz. Ha pozitív szellemben cselekszel, akkor is melléd szegődik a szerencse, ha eredményként nem mindig azt kapod, amire vágytál, mert a pozitív tettek végül mindig pozitív eredményekre vezetnek.

December 15.

Passzív hit nem létezik. A hit első parancsolata a cselekvés. A szavak önmagukban semmit sem érnek.

„Az alkalmazott hit” nem más, mint a hit alkalmazása önmagad-ra, embertársaidra, a pozitív lehetőségekre — minden körülmények

között. Az alkalmazott hit a siker nélkülözhetetlen előfeltétele. Ha nem bízol magadban, félni fogsz bármibe is belefogni. Képtelen leszel olyan kapcsolatra embertársaiddal, amely elengedhetetlen az együttműködéshez és az üzleti tevékenységhez. Végül ha az ember nem hisz önmagában, nagyon nehéz értelmes célt tűznie maga elé.

December 16.

A világmindenségben csupán egyetlen dolog állandó — a változás. Semmi sem marad ugyanaz akár két napig is.

Az idősebb Plinius, aki időszámításunk első évszázadában élt Rómában, ezt írta: „Az egyetlen bizonyosság az életben, hogy semmi sem bizonyos.” Azóta, hogy e szavakat papírra vetette, sokan voltak, akik minden módon próbáltak ellenállni a változásoknak, elemezték, próbálták őket ellenőrzésük alá vonni — de hiába. Ahhoz, hogy sikeres légy napjaink high-tech, gyors tempójú világában, természetes tényként kell elfogadnod a változást. Mi több, meg kell tanulnod lelkesen üdvözölni. Amint Alvin Toffler írta a huszonöt évvel ezelőtt megjelent nagysikerű könyvében, amelynek címe, *Future Shock* (Jövősokk), az információs korszakban azok lesznek sikeresek, akik nem láznak a változás ellen, hanem lelkesen várják és magukhoz ölelik.

December 17.

A ma problémája lehet a holnap megfizethetetlenül értékes tapasztalata.

Legnagyobb félelmeink között hány van, melyek több év távlatából szemlélve egyszerűen érthetetlennek tűnnek. A problémákkal, melyek olyan hatalmasnak tűntek, valahogy megbirkóztunk, és mindig folytattuk a tevékenységünket. Sokszor csak később jövünk rá, hogy a kínzó feszültség állapotában hajlamosak vagyunk félelmeinket messze eltúlozni. Ahogy aztán az idő múlik, rájövünk, hogy az ezekből kinyert tapasztalatok hozzásegítettek, hogy jobban megismerjük önmagunkat és az életet.

Az emberi érettséghez hozzátartozik annak elismerése, hogy a dolgok sosem olyan szörnyűek, mint amilyenek elsőpillanatra tűnnek. A tapasztalat megtanít minket arra, hogy minden problémára van megoldás, ha időt szakítunk a helyzet elemzésére, és működő megoldásokat dolgozunk ki. Ha félelmeink forrása saját bizonytalanságunk és hozzáértésünk hiányának tudata, kijavítva a hibát, szí-

lárdabb önbizalomra teszünk szert, fejlesztjük jártasságunkat és javítjuk az eredményességünket.

December 18.

Az idegeskedés hamarabb öl, mint a munka.

Az idegeskedés és az aggodás egyike a legfeleslegesebb érzelmeknek az emberi reakciók széles skálájában. Amint a humorista Will Rogers megjegyezte: „Az aggodás olyan, mint egy hintaszék. Állandóan foglalkoztat, de nem jutsz vele sehová.” Az aggodás nem old meg semmit, csupán fokozza a rád nehezedő nyomást. Ha egyáltalán létezik olyasmi, mint konstruktív aggodás, akkor ez azt jelenti, hogy pozitív lépéseket teszel a még nem létező, de lehetséges problémák fogadására, alternatív megoldásokat dolgozva ki. Ha olyan problémával van dolgod, amely különböző irányokban fejlődhet tovább, vázolj fel egy döntéscsúcsot, amely minden irányra vonatkozóan tartalmazza a szükséges intézkedéseket. Ha minden lehetséges problémára van egy megfelelő válaszingyázás, nem fogod természetlenül idegeskedésre és aggodásra fecsérelni az idődet és az energiádat.

December 19.

Ne hallgass soha a tamáskodókra, hacsak nem akarsz magad is tamáskodó lenni! A kétkedés ugyanis ragályos.

Az ember képessége, hogy kétkedjen, kimeríthetetlen. Bármilyen elszántan küzdünk, hogy legyőzzük kételyeinket és bizonytalanságunkat, időnként magukkal ragadnak, mielőtt megértenénk, mi is történik valójában. Egy másik által kimondott negatív szó elég, hogy elindítson bennünk egy folyamatot és az eddig elfojtott érzések felszabaduljanak, és hatalmába kerítsen minket egy megmagyarázhatatlan félelem. A pozitív gondolkodás olyasmi, amit tanulni kell, ami törekeny és általában nem része a hétköznapi kultúrájának. Ha meg akarjuk őrizni, állandóan ápolni, gyakorolni és védeni kell, mint a kultúrnövényeket a gyomok ellen.

December 20.

Legtöbb esetben a baj félannyira sem súlyos, mint gondoljuk.

Sok álmatlan éjszakát okozott már embereknek, hogy olyan dolgok miatt idegeskedtek, melyek jelentéktelen semmiségekké törpültek a felkelő nap sugarainál. A problémák mindig súlyosabbnak tűn-

nek az éjszaka sötétjében, amikor magányosak vagyunk. Ilyenkor elménk hajlamos annyira eltúlozni a nehézségeket, hogy a végén már meggyőződéssel hisszük a valóságosnál sokkal súlyosabbnak őket. Ne vesztegeds energiáidat terméketlen aggódásra! Cselekedj, munkálkodj a problémák megoldásán!

Ha álmatlanságban szenvedsz, mert az idegeskedéstől nem tudsz elaludni, legyen az ágyad mellett egy jegyzetfüzet és ceruza. Ahelyett, hogy olyasmin aggódnál, amit így is, úgy is meg kell tenned, vagy tépelődsz, mert nem vagy biztos, melyik utat válaszd egy ügyben, írd le, mit szándékozol tenni a helyzet jobbítására másnap. Előnyösebb, ha a problémáidat a füzetre bízod, és nem veszed őket elő újból és újból, egy éjszakán át rágódva rajtuk.

December 21.

Ha túlságosan el vagy foglalva, hogy időd legyen az idegeskedésre, a gondok felhagynak azzal, hogy nyüzsgjenek körülötted.

Az idegeskedés ugyanolyan társ, mint minden más — nem marad melletted sokáig, ha nem szánsz rá elég időt. Ha annyira el vagy foglalva pozitív, alkotó cselekvéssel, hogy nincs időd aggódni, már ráléptél a siker biztos útjára.

Ezzel nem azt akarom mondani, hogy ne végy tudomást a problémákról. Arról beszélek, hogy nem szabad olyan mértékben azonosulnod a problémákkal, hogy lebénulsz, és képtelen vagy célszerűen cselekedni. Ha éjszakákon át ébren tartanak, emlékezz a népi bölcsességre: a gondokat úgy ölheted meg a legbiztosabban, hogy halálra dolgozod őket.

December 22.

Ha csupán egyetlen kívánságom lehetne, nagyobb bölcsességet kérnék, hogy jobban élvezhessem mindazt, amivel a demokráciának köszönhetően már rendelkezem.

Valaki egyszer azt mondta, hogy a demokrácia hasonlít a kolbászyártáshoz. Nem túl kellemes látvány, de az eredmény csodálatos. Szerencsések vagyunk, hogy demokráciában élhetünk, ahol mód van a politikai szabad és tárgyilagos elemzésére. Ez az, ami végső soron biztosítja, hogy a többség akarata érvényesüljön. Demokrácia elképzelhetetlen piacgazdaság nélkül, mert a demokrácia azt jelenti, hogy mindenkinek joga van a maga módján keresni a boldogságát, amíg ezzel nem akadályozza embertársait ugyaneb-

ben, és a vállalkozás pedig a boldogság keresésének egyik lehetséges útja: saját érdekeid szolgálata mások igényeinek kielégítésén keresztül.

December 23.

Senki sem kényszeríthető arra, hogy higgyen, de mindenki képes rá, ha gondolkozását, lelkét felkészíti rá.

Ha kifejleszted magadban a képességet, hogy higgy, részed lesz ennek áldásaiban. Elégedettebb leszel, jobban fogsz bízni a jövőben, mert elfogadod, hogy vannak dolgok, melyeket nyugodtan rábízatsz arra a hatalomra, amely gondoskodik a Mindenség rendjéről.

A hit nem csak vallást jelenthet. Az is hit, amikor bízol az embertársadban, hogy teljesíteni fogja az ígéretét, amikor hiszel abban, hogy egy aláírt szerződés szent. Hitet jelent az is, amikor bízol magadban, hogy képes leszel sikerrel elvégezni olyan feladatokat, melyekkel korábban még nem találkoztál.

December 24.

A hit a gyakorlással nem kopik, hanem erősödik.

Hasonlóan a testhez és az elméhez, a hit is erősödik a gyakorlással. Az első alkalommal, amikor csak a hitre támaszkodva gyürkőzöl neki valaminek, talán még szorongasz. Nem olyan egyszerű elfogadni tényként egy elvont eszmét, vagy olyasmivel próbálkozni, amit korábban még nem csináltál. Ám ha képes vagy hittel cselekedni, ha hiszel önmagadban, másokban, hiszel a Végtelen Intelligenciában, képes leszel elérni, amire vágysz.

Lesznek pillanataid, amikor elbizonytalanodsz, nem fogod tudni, merre lenne jobb elindulnod. Ilyenkor bízd magad a megérzésre. Mindegy, mi ennek a forrása: a Végtelen Intelligencia sugallata, vagy tapasztalataidnak, ismereteidnek koncentrált üzenete, ami a tudatalattidból tör fel. A lényeg az, hogy tudd, a megérzés ereje arra való, hogy felhasználd.

December 25.

A csodák legnagyobbika az egyszerű hit ereje.

A Biblia tele van történetekkel, amelyek mutatják, mekkora ereje van a hitnek. De számtalan történetet hallunk arról, mire képesek emberek, akik hisznek önmagukban, hisznek egy igaz ügyben. A hit olyan erőt ad az egyénnek, hogy valóban hihetetlen dolgokra képes.

December28.

Örülél, ha az égben ugyanolyan szabályok alapján ítélnének meg, mint amilyenek szerint embertársaidról ítélsz?

Milyen könnyű az élet, ha eltérő szabályok vonatkoznak ránk és másokra! A Biblia egyik legmélyebb bölcsessége az a figyelmeztetés, hogy mielőtt bírálunk valakit, járjunk egy mérföldet a cipőjében. Ha hajsz arra, hogy bírálod a kollégádat vagy családod tagjait, állj meg egy percre és tedd fel magadnak a kérdést: „És velem hogy állnak a dolgok? Olyan hibákért bírálok a másikat, amelyekről magam sem vagyok mentes? Csak azért, mert nem azt teszik, amit én tennék, ezt már tévedésnek kell minősítenem?” Ha komolyan végiggondolod a másik megközelítését, legtöbbször sokat tanulsz belőle.

December29.

A remény és a félelem rossz útitársak.

A remény és a félelem ellentétes érzelmek. Amíg reménykedsz, képes vagy magadban bármilyen félelmet legyőzni. A remény bátorságot ad, hogy kitarts súlyos nehézségek közepette is, és új, nagyobb lehetőségek után kutass. A pszichiáter Kari Menninger ezt írta: „A remény szerény és önzetlen. A haladást szolgálja. Kaland — a haladás kalandja. Az értelmes élet kutatása.”

A remény a felkészülés gyermeke. Ha a pozitív teljesítmények tükrében vizsgálod a lehetőségeket, az eredmény mindig reménykedés lesz. Ha megteszed azokat a lépéseket, melyek felkészítenek a sikerre, szert teszel önbizalomra, és ez segíteni fogja célod elérését. Ha akadályokkal találkozol, ha átmeneti vereségek érnek, a remény bátorságot ad, hogy kitarts, amíg legyőzöd a kétségeket és a félelmeket, melyek időről időre mindnyájunkat hatalmukba kerítenek.

December30.

Az élet sosem édes azok számára, akik mindig savanyú képpel járnak a földön.

Vetésed arányában számíthatsz az élet áldásaira. Ha pozitív gondolatokat, pozitív tetteket vetsz, csodálatos aratásod lesz. Ha gyűlöletet és elégedetlenséget vetsz, ugyanazt fogod aratni. Ha morogva csak azt nyújtod, amit muszáj, cserébe csupán azt kapod másoktól, amit kötelezően adniuk kell.

Választhatsz: pozitív, tapintatos, aktív valaki leszel, aki teszi a

Márk evangéliumában ezt olvashatjuk: „minden lehetséges a hívőnek.” A hit nem más, mint hajlandóság elfogadni azt, amit nem tudunk bizonyítani. Amikor tehát hiszünk önmagunkban, ez azt jelenti, elfogadjuk magunkban olyan képességek létezését, melyeket még nem sikerült bizonyítanunk. Aztán e feltételezésre alapozva cselekszünk és bizonyítjuk e képességek meglétét, vagy azt, hogy szert tudunk tenni rájuk. Tehát elfogadunk valamit, ami nem bizonyított, aztán cselekszünk, és tetteinkkel bizonyítjuk, hogy amit valon elfogadtunk, igaz. Ez a hit csodája.

December26.

A félelem az érzelmek legköltségesebbike, noha legtöbbször semmi alapja sincs.

A siker legnagyobb ellenségei a határozatlanság, a kétkedés és a félelem. Amíg kétség és félelem gyötör, határozatlan leszel, és a határozatlanság ismét csak félelmet szül. A félelem kétkedéssé kristályosodik, ami tovább erősíti a félelmet. Ezek a negatív érzelmek különösen azért veszedelmesek, mert lassan, észrevétlenül kerítik birtokukba a lelket.

A félelemnek hét fajtája van, amely utadat állhatja a siker felé. Ezek a következők: félelem a szegénységtől, a bírálattól, a betegségtől, a szeretet elvesztésétől, a szabadság elvesztésétől, az öregségtől és a haláltól. Gondolataidat irányítanod kell, mivel az elméd mindig azon munkálkodik, hogyan változtathatja át gondolataidat a nekik megfelelő fizikai ekvivalensekké. Kerülnöd kell a negatív gondolatokat, és ha felbukkannak, pozitív gondolatokkal kell kiszorítanod őket. Ha uralkodsz a gondolataidon, uralkodsz a félelmeiden.

December27.

Feküdj le imával, kelj fel dallal, és nagyszerű lesz a napod!

A hit sokat segít abban, hogy képesek legyünk életünket nagyobb összefüggésben látni. Az ima lehetővé teszi, hogy kapcsolatba kerüljünk a Végtelen Intelligenciával, merítsünk az erejéből. Ha mindennap hálát mondunk azért ajóért, amiben eddig részünk volt, és minden új napot vidáman, dalolva köszöntünk, eredményesebben fogunk megbirkózni az előttünk tornyosuló nehézségekkel.

A szerzőkről

dolgát, vagy olyan valaki, aki vár, figyel, megöregszik és keserű lesz. Ha engeded, hogy hatalmába kerítsen a negatív gondolkodás, akkor veszed észre, mekkora kárt okoztál magadnak, amikor már késő. Ha úgy döntesz, hogy boldog és sikeres leszel, pozitív gondolatokat táplálsz, pozitív módon cselekszel, végül el fogod érni a célot. Ám minden módon óvakodnod kell attól, hogy gondolkodásodba tartósan befészkelje magát a negatívizmus és a kudarc lehetőségé, mert ezeket fogod eredményként kapni.

December 31.

Csak egyetlen dolog képes vonzani a szeretetet: a szeretet.

A szeretet és a szerelem egyike az élet legnagyobb titkainak. Lehetetlen megmagyarázni azt a lelkesedést, amit az ember érez, amikor szeret valakit. A szavak nem elegendők annak az érzelmenek a bemutatására, amely elfog, amikor lelkileg és testileg egyesülsz egy másik emberi lényel. Hogyan lennél képes szavakkal visszaadni azt az érzést, ami elfog, amikor először tartod kezében a gyermeked? Ez mind a szeretet, a szerelem birodalmába tartozik.

Hasonlóan a barátsághoz nem kaphatsz szeretetet, ha nem nyújtasz szeretetet. A szeretet mindig kockázatot rejt. Amikor szereteted kiterjesztet egy másik személyre, ezt mindig abban a reményben teszed, hogy az hasonló érzéssel viszonyozza. Ám ha nem vagy hajlandó, hogy te ajándékozd meg először a vonzalmaddal, sosem fogod megismerni a viszonzott szeretet boldogságát. Fájdalmat okozhat, ha túlságosan szeretsz, de nyomorult lesz az életed, ha nem leszel képes eléggé szeretni.

Napoleon Hill egy fakunyhóban született Virginiában, a Pound folyó partján, Wise megyében. Tizenhárom évesen kezdett írni, egy kisvárosi újság „hegyi riportereként”. Az első amerikai szerző, aki rendszerbe foglalta azokat a tényezőket, melyek meghatározzák a személyes sikert, megalkotva egy nagy hatású sikerfilozófiát. Napoleon Hill minden idők legsikeresebb motivációs szerzője. Könyve, a *Gondolkozz és gazdagodj!* több mint 20 millió példányban kelt el és sok nyelvre lefordították. Dél-Karolinában halt meg, 1970-ben, nyolcvanhét éves korában.

W. Clement Stone kiemelkedő biztosítási vállalkozó és filantróp, Napoleon Hill üzlettársa. Együtt írták *A siker titka: Pozitív Lelki Beállítottság* című nagy sikerű könyvet. Mr. Stone írta a *Success System that Never Fails* (Sikerrendszer, mely sosem vall kudarcot) című művet. Mr. Stone a Napoleon Hill Alapítvány elnöke.

Michael J. Ritt, Jr. 1952 és 1962 között Napoleon Hill titkára és irodavezetője, jelenleg a Napoleon Hill Alapítvány titkára és gazdasági vezetője. Mr. Ritt alapította a *Think and Grow Rich Newsletter* (Gondolkozz és gazdagodj hírlevelek) című kiadványt. A Napoleon Hill motivációs kazetták és egy sor más motivációs anyag megalkotója.

Samuel A. Cypert a *Gondolkozz és gazdagodj hírlevelek* szerkesztője és kiadója. Ez havonta jelenik meg, és a Napoleon Hill által lefektetett sikerelvekkel foglalkozik. Több könyvet írt a személyes hatékonyság fejlesztéséről. Közöttük van *a. Believe and Achieve: W. Clement Stone 's Seventeen Principles of Success* (Higgy és teljesíts: W. Clement Stone tizenhét sikerelve), a *The Success Breakthrough* (Sikeráttörés), *The Power of Self-Esteem* (Az önbecsülés ereje). Írói karrierjét egy hetilap szerkesztőjeként kezdte szülőföldjén, Oklahomában. Családjával a Michigan állambeli Birminghamben él.

EDDIG MEGJELENT KÖNYVEK – TEMATIKA SZERINT

	Önfejlesztő könyvek
Hill-Stone	A siker titka PLB
Ron Holland	Beszélg és gazdagodj!
A. Oakwood	Mikor mondjunk NEM-et és hogyan...
Napoleon Hill	Gondolkozz és gazdagodj!
Maxwell Maltz	Pszichokibernetika
Napoleon Hill	52 lépés a gazdagsághoz
Denis Waitley	A kiválóság tíz titka
Harry Lorayne	A gondolat ereje
Ritt-Cypert	365 nap Napoleon Hill gondolataival
David Seabury	Az önérvényesítés művészete
Ben Sweetland	Alapkönyv a sikerről
Elmer Wheeler	A gazdagság benned van
David Viscott, M.D.	Kockázat — mikor vállaljuk és hogyan
A.Oakwood válogatása	Sikerről és boldogságról
Don Gabor	Ismerkedés, társalgás
Cavett Robert	Mi mozgatja az embereket?
Arnold Bennett	Az élet művészete
A.Oakwood válogatása	A bölcs mosoly titka
A.Oakwood válogatása	Lélekerősítő gondolatok
A.Oakwood válogatása	A bölcs élet titka
A.Oakwood válogatása	Mit kezdjünk a szokásainkkal?
J.R.Sherman, PhD	CSINÁLD — A halogatás leküzdése
J.R.Sherman, PhD	CSINÁLD — Tervezd a sikert!
J.R.Sherman, PhD	CSINÁLD — A félelem leküzdése
J.R.Sherman, PhD	CSINÁLD — A türelem ereje
J.R.Sherman, PhD	CSINÁLD — Kerüld a hibákat!
J.R.Sherman, PhD	CSINÁLD — Légy nyerdő!
	Tematikán kívül
Canfield--Hansen	Erőleves a léleknek
Canfield--Hansen	2. porció Erőleves a léleknek
Canfield--Hansen	3. porció Erőleves a léleknek

Menedzsment

W. Steven Brown	13 végzetes hiba, amit menedzserek elkövetnek
Oakley - Krug	Korszerű változásmenedzselés
Wess Roberts	Attila győzelmi titkai
Geoffrey Moss	A vezetői eredményesség ABCje
Mark H.McCormack	A szörnyű igazság az ügyvédekről
Andrew S. Grove	Csak a paranoidok maradnak fenn

Vállalkozás

Michael E. Gerber	A vállalkozás mítosza
Richard Greensted	Hogyan indítsunk saját vállalkozást
Karl Hess	Vállalkozásról gyerekeknek és szülőknek

Marketing

Ries- Trout	A marketing huszonkét vastörvénye
Ries- Trout	Pozicionálás
Ries - Trout	Marketingháború
Bock--Senné	Internet-kalauz üzletembereknek
Harris - Harris	Az elégedett vevő a legjobb reklám
Bock--Senné	Jövedelmező Internet

Raimond Hull	A sikeres nyilvánosbeszéd alapjai
Houel - Godefroy	Hogyan bánjunk nehéz emberekkel
Milo O. Frank	Hogyan érveljünk röviden és hatásosan?
Milo O. Frank	Hogyan értekezzünk röviden és eredményesen?
Joseph Kirschner	A manipuláció művészete
Nierenberg - Calero	Testbeszéd-kalauz
Majesky - Butler	Hazugságvizsgáló könyvecske

Tárgyalástechnika

Herb Cohen	Bármit meg tud tárgyalni
Fischer-Ury-Patton	A sikeres tárgyalás alapjai
William Ury	Tárgyalás nehéz emberekkel

Üzletkötés

Wilson - Wilson	Változtasd meg a játszmat!
Frank Bettger	Az üzletkötés iskolája
Frank Bettger	Üzletkötés a gyakorlatban
Gallagher-Levinson	Gerilla üzletkötés
Girard-Brown	Hogyan adjunk el bármit bárkinek?
Stephan Schiffman	Bizonyítottan működő hideghívási technikák
Stephan Schiffman	25 szokás, ami üzletkötőket kiemelkedően sikeressé tesz
Stephan Schiffman	25 hiba, amit üzletkötők rendszeresen elkövetnek

Időgazdálkodás

Hyrum Smith	A sikeres időgazdálkodás és életvitel 10 természettörvénye
Alan Lakein	Hogyan gazdálkodjunk időnkkel és életünkkel?
Ray Josephs	Időgazdálkodás vezetőknek
Michael LeBoeuf	Az önszervezés iskolája

Karrier

Feinberg-Tarrant	Miért csinálnak okos emberek égbekiáltó ostobaságokat?
Lee Wallek	Maffia menedzser
Joe Girard	Hogyan adjuk el önmagunkat
Robert J. Ringer	Milliókat érő szokások
Donald Norfolk	Stresszkalauz
Loehr-McLaughlin	Lelki állóképesség
Robert Ringer	Nyerés megfélemlítéssel

MLM könyvek

John Kalench	MLM sikerkalauz
Robert Butwin	MLM hálózatszervezés profi módon
Tom Schreiter	Big Al mindent elmond
Leonard S.Hawkins	Hogyan legyünk sikeresek a <i>network marketingben</i> ?

**Ha valamelyik könyvet nem találja a könyvesboltjában,
hívja a Bagolyvár Könyvklubot!
(tel.: 214-5068, fax: 214-5071)**

Márkakönyvesbolt: **Műszaki Könyváruház**
Tel: 342-0353,342-1317
1061 Budapest, Liszt Ferenc tér 9.

365 NAP NAPOLEON HILL GONDOLATAIVAL

Az önfejlesztés nagyszerű cél — ám nehéz feladat.

Nagyszerű cél, mert csak tőlünk függ az eredmény, és ha sikeresek vagyunk, ez sokszorososan kamatozik önbecsülésben, önbizalomban, pénzben, elismerésben, pozícióban, boldogságban.

Nehéz feladat, mert állhatatos és rendszeres munkát igényel tőlünk, hiszen jórészt szokásaink átalakítását, vagyis rossz szokások kitessékelését és pozitív szokások elsajátítását jelenti. Ez nem könnyű. Mark Twain már rég megmondta, hogy „a rossz szokások nem olyasmik, amiket csak úgy ki lehet hajítani az ablakon — lépcsőn kell letessékelni őket fokról fokra.” Igaz ennek a fordítottja is: a jó szokások nem olyan dolgok, melyeket egyetlen lelkes elhatározással lifttel repíthetünk a magasba. Napról napra udvarolni kell nekik, lépésről lépésre kell őket betessékelni az otthonunkba.

A *365 nap Napoleon Hill gondolataival* ehhez a „lépésről lépésre, napról napra” rendszerességhez nyújt nagy segítséget.

Segít, hogy *szemünket mindig a célon tartsuk*, mert ha tekintetünket elfordítjuk róla, egyetlen pillanat alatt egy zord, kusza világgá változik, amit magunk körül látunk.

Segít, hogy *nap mint nap feltöltsük magunkat lelki energiával és tetterővel*. Erre ma különösen nagy szükségünk van. Optimizmus és tenniakarás nélkül ugyanis a problémáinkban *csak problémákat* fogunk látni, és képtelenek leszünk *ígéretes lehetőségekként* kezelni őket. Pedig szinte minden sikernek ez a valódi titka.

Aki minden nap szán rá időt, hogy eltűnjék Napoleon Hill egy-egy gondolatán, az év végére bizonyosan más szemmel fog nézni a világra, de másként fog nézni önmagára is. Határozottabb lesz a szándékaiban, állhatatosabb a törekvéseiben és eredményesebb a tetteiben.

„Egy biztos! Ha nem kezded el, nem fogod befejezni.”

Napoleon Hill

