

Dr. Robert Anthony

PARIAZĂ PE TINE

ACTIVEAZĂ-ȚI MECANISMUL
INTERIOR PENTRU SUCCES

Traducere:

Nicoleta Radu și Daniela Rodica Scripcă

Editura VIDIA
București, 2014

Cuprins

1. Cum să atragi șansele de partea ta	9
2. Norocul – cum îți influențează viața	19
3. Probabilitate <i>vs</i> superstiție	29
4. Fluxul și refluxul șansei	39
5. Cum îți influențează alții factorul succes	51
6. Intuiția – cum să profiți de ea	63
7. Câștigătorii gândesc în termeni de abundență și obțin abundență	77
8. Cum „atitudinea de recunoștință” îți amplifică factorul succes ...	91
9. „Terapia prin câștig” – un model al succesului	103
10. Cum să crezi un scenariu de viață câștigător	113
11. Cum să-ți construiești o roată norocoasă pentru a-ți îndeplini dorințele	127
12. Ce să faci când îți surâde norocul	137
13. Zece calități pe care le au toți câștigătorii	147

Capitolul 1

CUM SĂ ATRAGI ȘANSELE DE PARTEA TA

Cartea aceasta este despre succes. Mai exact, despre cum să câștigați cel mai important joc dintre toate: JOCUL VIETII! Dacă sunteți hotărâți să vă creați un loc de muncă plin de satisfacții sau oportunități în viața profesională, să aveți succes în relațiile personale, să fiți asigurat din punct de vedere financiar și să vă bucurați emoțional și spiritual de o stare de bine, această carte vă poate ajuta să fiți CĂȘTIGĂTORI în toate aceste domenii.

Drumul spre succes se desfășoară în linie dreaptă. Există totuși câteva obstacole care trebuie depășite. Pentru unii, aceste obstacole pot părea ne semnificative. Pentru alții, par să fie insurmontabile. Indiferent de care parte vă aflați, puteți fi siguri că ele au fost puternic influențate de programarea din copilărie – de tot ce părinții, prietenii, profesorii, liderii religioși și colegii din grup v-au programat să credeți despre voi înșivă. Influența lor a afectat profund șansele voastre de succes în fața oricărei acțiuni pe care alegeți să o efectuați.

SUCCESUL ESTE O ATITUDINE

Ca să înțelegeți ce presupune să întoarceți șansele în favoarea voastră, trebuie să înțelegeți ce înseamnă să fii câștigător. Contrar opiniei generale, succesul NU este o chestiune de noroc. Succesul este o atitudine.

Pentru scopul pe care ni-l propunem în acest studiu, vom împărți populația în trei categorii specifice:

1. câștigători;
2. necâștigători;
3. noncâștigători.

CÂȘTIGĂTORUL – Este persoana care are ce își dorește. Este o persoană obișnuită să își atingă scopurile. Într-un final reușește orice își propune să realizeze.

NECÂȘTIGĂTORUL – Este cel care nu are ce își dorește, dar are „motive” bune pentru care nu are ce își dorește. Are sentimentul că este „victimă” oamenilor, a circumstanțelor și a condițiilor. Dacă e întrebat, în general recunoaște că se simte „prins în capcană” sau „blocat”.

NONCÂȘTIGĂTORUL – Este cel care e dispus să facă tot ce este necesar pentru a fi un câștigător, dar îi lipsesc cunoștințele și abilitățile necesare pentru a parcurge drumul din punctul în care se află în punctul în care își dorește să ajungă. Un noncâștigător își dă seama că tot ce se întâmplă în viața lui depinde doar de el. El nu dă vina pe familie, pe prieteni, pe vreun eveniment din viața lui, pe mediul înconjurător sau pe Dumnezeu pentru situația în care se află la un moment dat. Nu se învinovățește nici pe el însuși. Este conștient că prin cunoștințe extinse și prin dorință poate să facă unele schimbări majore. Înțelegând că situația actuală este trecătoare, este dispus să facă tot ce e necesar pentru a se înscrie pe drumul care duce la succes.

Dacă în prezent nu ești un câștigător, ești fie un necâștigător, fie un noncâștigător. Ca necâștigător, nu poți avea ce îți dorești până când nu ești dispus să faci primul pas. Asta înseamnă să renunți la toate scuzele sau „pretextele” din cauza cărora crezi că nu ai ce îți dorești. La fel, înseamnă să nu te mai identifice cu statutul de „victimă” ori să încerci să-i găsești justificări. Din momentul în care un necâștigător este capabil să facă asta, el va avansa automat în categoria noncâștigătorilor. Ca noncâștigător, va putea să se antreneze și, până la urmă, să dobândească abilitățile necesare pentru a deveni un câștigător.

PUNCTUL DE PLECARE – CUM SĂ DEVII CÂȘTIGĂTOR

Punctul de plecare pe drumul către succes e să fii dispus să plătești prețul pentru ce îți dorești. Ce diferențiază câștigătorii de necâștigători este nevoia compulsivă a necâștigătorilor de a fi recompensați imediat. Necâștigătorii nu sunt dispuși să investească timp, efort și bani *în avans* dacă nu au garanția că vor primi repede ceva în schimb. Câștigătorii, pe de altă parte, sunt gata să plătească prețul *în avans*, încredințați că doar așa vor primi înapoi exact atât cât sunt dispuși să investească.

FLACĂRA DORINȚEI

Disponibilitatea de a investi timp, bani și energie pentru a avea ce îți dorești implică o *dorință* puternică. Cu cât îți dorești mai mult să avansezi de la a fi necâștigător sau noncâștigător la a fi câștigător, cu atât este mai puțin probabil că te vei mulțumi cu altceva.

Când dorința întâlnește *oportunitatea*, încep să se întâmple lucruri interesante! Dacă nu ai fost niciodată în stare să accepți asta sau măcar să recunoști oportunitatea ca atare, s-a întâmplat fără doar și poate din cauză că ai fost concentrat pe altceva. Poate că te-ai lăsat absorbit de o serie întreagă de stimuli negativi – toate „motivele” pentru care ceva *ar putea să nu funcționeze*. Gândirea negativă îți ia din concentrare și energie și, cu timpul, s-ar putea să-ți ia totul.

Gândurile negative generează frică, neliniște și descurajare. Când le permiți acestor gânduri negative să devină *convingeri* dominante, ele îți vor submina cu siguranță planurile, iar rezultatul inevitabil va fi eșecul. Realmente vei sfârși prin a-ți sabota abilitatea de a deveni câștigător.

Dorința, pe de altă parte, este o forță creatoare. Te ajută să accepți ce vrei să realizezi și îți inspiră entuziasm. Totalitatea convingerilor tale îți determină abilitatea de a avea succes. Reține, „*ce crezi în inima ta, așa ești*”.

PERSPECTIVA DEPINDE DE PUNCTUL DE VEDERE

Să atragi șansele de succes înseamnă să faci schimbările necesare pentru a întoarce acele șanse în favoarea *ta*. Indiferent dacă îți dai seama sau nu, succesul, sau lipsa succesului, este ceva *întru totul previzibil*. Întotdeauna avem două opțiuni. Una e să acceptăm succesul ca reprezentând ordinea naturală a lucrurilor. Cealaltă e să acceptăm eșecul în același mod.

Dacă nu alegem să ne activăm mecanismul interior pentru succes, mecanismul pentru eșec se va cupla în mod automat, întrucât este deja programat în conștiința noastră prin condiționarea din trecut. Să adopți o atitudine de câștigător înseamnă să te asiguri că mecanismul pentru eșec nu preia controlul asupra vieții tale.

OPORTUNITĂȚI SAU OBSTACOLE

Prin firea lucrurilor noi nu suntem victime, ci creatori, iar pentru a crea trebuie mai întâi să crezi. În acest caz, dacă tu ești convins că ceva va funcționa, vei vedea *oportunități*. Dacă, în schimb, crezi că ceva nu va funcționa, vei vedea *obstacole*. Problema este că dacă vezi peste tot obstacole, ai tendința să adăugi mereu alte obstacole. De pildă, am întâlnit recent un om care era îngrijorat în legătură cu starea lui generală de sănătate. Viața lui mai degrabă sedentară îl făcuse să ia câteva kilograme în plus și, pentru că se simțea foarte apatic și deprimat, s-a dus la medicul de familie.

„Medicul mi-a spus că trebuie să adopt un program de fitness”, mi-a zis el, ca și cum ar fi fost condamnat la moarte. „Problema este că detest să fac mișcare! Totuși, m-am dus și m-am interesat cât costă un echipament sportiv de calitate iar asta mi-a dat alte bățai de cap. Tot ce este profesional este foarte scump. De curând am început să mă gândesc la o formă de exercițiu pasiv, știți, ceva de genul mers pe jos – dar adevărul e că sunt mereu presat de timp. În plus, este greu să te implici într-o activitate de genul acesta dacă nu ai înclinații sportive. După părerea mea, nu are sens să încerci să devii ceva ce nu ești. Ei, asta e, nimeni nu trăiește veșnic!”.

M-am amuzat la culme și abia m-am abținut să nu izbucnesc în râs văzând cât de repede reușise acel om să se convingă să **RENUNȚE** la nevoia de a face mișcare și să **ACCEPTE** o moarte prematură. Deși acest tip de raționament nu era ceva nou pentru mine, mărturisesc sincer că nu l-am văzut niciodată aplicat atât de rapid!

Am încheiat conversația noastră din acea zi discutând despre modul în care ceva negativ se poate transforma uneori în ceva pozitiv. I-am sugerat să treacă peste antipatia lui față de exercițiile fizice și să încerce să găsească ceva benefic (o oportunitate) în ceea ce percepea a fi un obiectiv imposibil de atins (un obstacol).

Sincer, nu mă așteptam să mai aud despre el, dar într-o zi am primit vești de la el. Părea încântat și entuziasmat la telefon. Am luat împreună masa de prânz și am remarcat imediat că era mai slab, avea un aspect mai îngrijit și părea extrem de energic și plin de viață! „Am făcut așa cum mi-ați sugerat”, mi-a spus, iar eu mă întrebam ce rol jucasem în toată afacerea asta. Înainte să apuc să-l întreb, mi-a povestit despre ce era vorba.

„Mi-am dat seama că există persoane care, ca și mine, urăsc exercițiile fizice. M-am gândit că trebuie să fie și alte tipuri de exerciții benefice, însă nu la fel de obositoare ca orele de aerobic, ridicarea greutăților sau alergarea. Prin urmare, m-am dus la bibliotecă și am împrumutat tot ce am putut să găsesc referitor la acest subiect. Cu informațiile obținute din acele cărți am pus la punct un program special de pregătire fizică bazat pe Tai Chi, care conține exerciții mai puțin solicitante. Tai Chi este ușor de efectuat și întărește forța și rezistența. Este un mijloc excelent pentru a-ți modela corpul și a-ți întări organismul.

După asta am dat un anunț în ziar, formulându-l în așa fel încât să-i atrag pe cei care simțeau că au nevoie de un program de exerciții, dar nu erau persoane cu înclinații sportive. Am primit zeci de telefoane. În prima seară de curs au venit 21 de persoane. Pentru zece săptămâni de curs, taxa pe care le-o iau este de 35 de dolari. Vă vine să credeți? Practic, acum sunt plătit ca să mă mențin în formă și să-i ajut pe alții să facă același lucru!”

În timp ce ascultam această istorisire, mă gândeam cât de rapid și de ușor un obstacol se poate transforma într-o oportunitate. Întrezărești o modalitate prin care poți aplica experiențele acestui om și în viața ta? Există în viața ta obstacole care pot fi transformate în oportunități? Dacă există, de ce nu începi chiar acum să vezi aceste obstacole ca pe oportunități ascunse care duc la succes?

ÎNVAȚĂ DE LA ALȚI CÂȘTIGĂTORI

Pe măsură ce faci tranziția de la necâștigător la necâștigător și apoi la câștigător, sunt sigur că vei primi sfaturi de la alții despre ce „ar trebui” să faci și despre șansele de a avea succes dacă ești destul de inteligent să ții cont de recomandările lor. Având toate aceste sfaturi, în mare parte gratis, este important să examinezi *sursa și validitatea* lor și să stabilești dacă sunt adevărate sau nu. Pune-ți următoarea întrebare: „Este cel care mă sfătuiește un câștigător?”. Acest lucru este important mai ales dacă în prezent trăiești după un scenariu de necâștigător.

Din păcate, necâștigătorii nu îi ascultă pe câștigători. Ei au tendința să asculte de sfaturile altor necâștigători. De multe ori ascultă de recomandările financiare ale unor rude și prieteni bine intenționați care nu sunt în stare să-și plătească facturile. Discută probleme de cuplu cu oameni

care rareori reușesc să aibă succes în relațiile personale – sau care nu au reușit niciodată. Vorbesc despre planurile, visurile și țelurile lor cu oameni care nu au realizat prea multe și ale căror temeri le vor descu-raja orice idee care implică risc, imaginație sau amânarea recompensei.

Unul dintre jocurile pe care le practică necâștigătorii e să se asigure că alți potențiali câștigători rămân blocați în stadiul în care se află în acel moment. Necâștigătorii nu obișnuiesc să-i lase pe alți necâștigători să câștige. Dacă le-ar permite să câștige, ar fi nevoiți să admită că propriile opinii și idei sunt ineficiente. Necâștigătorii preferă să aibă „dreptate” în privința motivelor pentru care nu reușesc decât să admită că „greșesc” în privința cauzelor pentru care nu reușesc. Tocmai de aceea rămân necâștigători.

Cel mai bun sfat pe care pot să vi-l dau e să începeți să fiți atenți la câștigători. Primul lucru asupra căruia o să vă avertizeze un câștigător este negativismul altora. Este foarte probabil să vă spună: „Nu te aștepta să fii înțeles”. „Nimeni nu poate să simtă ce simți tu, să-și dorească ce îți dorești tu sau să realizeze ceva exact așa cum realizezi tu. Așteaptă-te ca alții să nu-ți înțeleagă viziunea, pentru că ei nu pot să se identifice cu ea. Asta nu înseamnă însă că e greșită.”

Când pornești pe drumul care duce la succes, este important să înțelegi că un lucru care pentru cineva este greșit nu este neapărat greșit și pentru tine. Atât timp cât ești cinstit și sincer în dorințele tale, și totodată *bine intenționat*, ai tot dreptul să îți urmărești visurile și nu trebuie să-i permiți niciodată unui necâștigător să te convingă că greșești dorindu-ți ce îți dorești.

LUMINI! CAMERĂ! MAI DEPARTE?

În industria cinematografică se lucrează în general la comanda „Lumi-ni! Cameră! Acțiune!”. Cam așa se întâmplă și în viața voastră. Când sămânța unei idei noi a încolțit ferm în minte, ochiul minții (camera) începe să vizualizeze lucrul pe care încerci să îl obții. După asta e mo-mentul să treci la acțiune! Nimic n-o să se întâmple însă dacă nu ești *motivată* să acționezi.

Un necâștigător are nevoie de motivație ca să se schimbe într-un non-câștigător. Un noncâștigător trebuie să fie motivat ca să devină câști-gător. Din nefericire, mulți oameni sunt „motivați de lipsuri”, cu alte

cuvinte cred că ceva nu e în regulă cu ei, că le lipsește ceva. Adevărul e că *nu îți lipsește nimic și nu e nimic în neregulă* cu tine. Ce îți lipsește e că nu crezi în tine. Problema nu e CINE EȘTI, ci mai degrabă CE AI ACCEPTAT PENTRU TINE. Motivul pentru care simți că ceva e în neregulă cu tine sau că ești incapabil să schimbi scenariul vieții tale într-unul de câștigător este că ai acceptat ideea că ce îți dorești nu este posibil pentru tine.

DA, POȚI!

Punctul de pornire pentru orice schimbare este convingerea că acea schimbare este posibilă. Foarte mulți oameni cred însă că e greu să faci schimbări pozitive. Se întâmplă așa din cauză că am fost programați sau „convinși” că suntem neputincioși. Neputința vine dintr-un sistem de gândire defectuos, de tipul: „Nu pot”.

S-a estimat că până la vârsta de 18 ani o persoană obișnuită a auzit cuvântul „NU!” de peste 150 000 de ori! Este suficient pentru a instala un tipar de necâștigător. Cercetătorii au estimat totodată că în jur de 75% din tot ce gândim este gândit într-un mod negativ, contrar propriilor interese sau contraproductiv. An de an continuăm să fim bombardați cu mesaje negative care, treptat, ajung să facă parte din scenariul vieții noastre. Nu e de mirare că începem să ne facem rău singuri. În fiecare zi ne distrugem și mai mult încrederea în noi și stima de sine într-un mod de-a dreptul descurajator.

Dacă vrei să atragi șansele de partea ta și să îți transformi viața într-un tipar de câștigător, nu trebuie să mai permiți niciunui gând de tipul „Nu poți” sau „Nu pot” să-ți domine conștiința. Lucrurile stau în felul următor: „Dacă tu crezi că poți, atunci **POȚI!** Dacă tu crezi că nu poți, atunci **NU POȚI!**”. Vei avea dreptate și într-un caz, și în celălalt.

NU E O PROBLEMĂ SĂ AI PROBLEME

Poate crezi că în viața ta sunt atât de multe probleme încât n-o să le rezolvi niciodată pe toate. Și ai dreptate! Dar nu asta e problema. Nu numai că nu e nimic în neregulă cu tine, dar nu e nimic în neregulă să ai probleme.

O problemă este doar diferența dintre locul în care ești acum și locul în care ai vrea să fii. Problemele sunt cele care umplu spațiul dintre punctul de pornire și rezultatul final sau scopul final. Probleme o să ai mereu, pentru că imediat ce rezolvi una, apare alta care îi ia locul! Asta nu e nici bine, nici rău. Pur și simplu așa stau lucrurile!

Singurii oameni care nu au probleme sunt cei care zac în cimitire. Problemele simbolizează nevoia noastră de schimbare. Uneori lumea pare să o ia razna din cauză că există foarte multe probleme. Dar așa au stat lucrurile dintotdeauna. Fiecare generație a crezut că problemele ei sunt mai grave decât problemele generației precedente. Adevărul este că problemele cuiva nu sunt mai grave decât problemele altcuiva. Sunt doar *diferite!*

SCHIMBAREA FACE PARTE DIN ORDINEA UNIVERSALĂ

Tot ce există în Univers se află într-o continuă schimbare, inclusiv tu. Din moment ce schimbarea este inevitabilă, ar trebui să o primim cu brațele deschise, nu cu teamă. Oamenii sunt bulversați, tulburați, chiar îngroziiți de ideea de schimbare. Principalul lor scop în viață e să facă schimbări cât mai puține și să lase lucrurile așa cum sunt. Ca și cum așa ceva ar fi posibil! Indiferent în ce punct al vieții te-ai afla, te asigur că este chiar acum în curs de schimbare. Unele schimbări sunt vizibile, iar altele au loc treptat, într-un mod subtil, greu de sesizat.

Alt lucru interesant despre schimbare – în mod special prin felul în care se raportează la viața noastră – este că schimbarea pare să fie asociată întotdeauna cu ceva *rău*. În general, o schimbare în relațiile personale sau în situația profesională ori financiară a cuiva este anticipată într-o lumină negativă. Ca și cum aceste circumstanțe sau condiții n-ar putea decât să fie *mai rele*, niciodată mai bune! De ce crezi că oamenii fac astfel de presupuneri? Ajungem iarăși la *convingerea* noastră despre schimbare. Ceva ce doar tu poți *schimba*. Ah, da, din nou cuvântul acela nesuferit! Dar în acest caz schimbare este un cuvânt pozitiv, care te va ajuta să devii câștigător în aproape tot ce faci.