

НАДА

У доба промена, свет остаје на онима што стално уче, док научени увиђају да су сјајно опремљени за живот у свету који више не постоји.

НЕ ДОЗВОЛИТЕ СЕБИ ДА СЕ ОБЕСХРАБРИТЕ

СВАКОГА дана рађају нам се нове идеје, визије и доносимо нове одлуке. Зато се одмах треба ухватити у коштац са њима. Сутра ће се можда наћи нова инспирација, неке нове идеје, али данас морамо да искористимо данашње стање ствари. Уметнику се инспирација појави попут муње. Он покушава да је призове и формулише у својој глави, али уколико се у том тренутку не налази у свом студију или није у могућности да своју визију стави на платно, слика у глави ће полако избледети. На сличан начин, јака, жива идеја јавља се у глави писца и он добија скоро неиздржив импулс да узме оловку и пренесе те лепе слике или фасцинантне визије на папир. Међутим, уколико у том моменту није у ситуацији да то уради, иако се чини скоро немогућим да сачека, он одлаже писање. Слике и визије настављају да га прогоне, али он их и даље одлаже. Коначно, његове визије постају све блеђе и блеђе и коначно нестају и бивају заувек изгубљене. До успеха доводи остварење плана. Свако може да реши да уради нешто велико, али само јак, одлучан карактер ро решење доводи и до извршења. Наравно, дешава се да се нека идеја или импулс роде онда када је немогуће

извршити их. На пример, када смо усред дугог лета авионом, усред значајног пројекта или нам се идеја јави усред ноћи.

Велике идеје не би требало да нестану. Бенџамин Вренклин је увек уз себе имао блокчић и оловку – у џепу, крај узглавља, на радном столу – и увек је могао да запише идеје које би му синиле. Затим би се враћао на њих када има времена и спроводио у дело што је пре могао. Данас можемо говорити о томе да наше идеје могу бити забележене и лаптопове и блекберије, без обзира на то где се у том тренутку налазимо.

УСПЕХ ДОЛАЗИ ИЗНУТРА

НИКО до сада није успео да оствари успех покушавајући да буде неко други, чак иако имитира успешну особу. Успех се не може копирати и не може се успешно имитирати. То је оригинална моћ, индивидуална креација.

Уколико покушавамо да будемо неко други и покушавамо да изразимо неког другог, а не себе, велика је вероватноћа да ћемо доживети неуспех. Моћ долази само изнутра. Морамо бити своји и веровати у себе. Морамо да слушамо унутрашњи глас. Постоје места за напредак у свакој професији, у сваком занату, у сваком послу. Свету требају људи који знају нешто да ураде на нови или напреднији начин. Немојте мислити да, с обзиром на то

да ваша идеја нема преседана или због ваше младости и неискуства, нећете бити саслушани. Уколико имамо нешто ново и вредно да дамо свету, то ће пронаћи свој пут до људи који ће га следити. Уколико се усудимо да смислимо сопствене идеје и развијемо лично наше методе, уколико се не бојимо да будемо своји и нисмо копија других, брзо ћемо добити признање. Ништа неће привући пажњу послодавца или остатка света толико брзо као оригинални и јединствени начини рада, посебно ако су и ефикасни.

КОНТРОЛИШИТЕ СВОЈЕ МИСЛИ

С ОБЗИРОМ да ум управља свиме на свету, морамо га каналисати у циљу подизања сопствене мотивације. Последњих година, контролом мисли, као и њиховом употребом у модификацији карактера који је већ оформљен, покушава се да се промени спољна средина или барем њихов ефекат на нас саме у смислу утицаја на наше здравље, срећу и успех.

Када се задатак који морамо да обавимо углавном или у потпуности састоји од менталних активности, као што је случај са већином оних који доводе до успеха, можете да претпоставите колико је само пута већа моћ мисли. Освајачи широм света, било на бојном пољу, у области трговине или у неким моралним биткама, добијали су их својом можданом активношћу са којом су кренули у такву авантуру.

Једном када разумемо инхерентни капацитет великих ствари, наше убеђење да ћемо успети

и да можемо контролисати свој ум, можемо спровести револуцију у свом животу и отклонити већи део својих проблема. Дакле, без жеље да нешто урадите нећете нигде стићи!

Нема шансе да нам буде боље уколико непрестано мислимо о томе како нам је здравље лоше и говоримо да не очекујемо да ћемо икада више бити здрави и јаки. Не можемо очекивати ни од својих пословних способности да буду јаке и снажне уколико непрестано сумњамо у своју способност да нешто урадимо. Ништа тако не слаби ум и онеспособљава га да разумно мисли као што је константна сумња у сопствену слабост или сумња у нечију способност да успе.

Нема важнијег сазнања, битније дужности према самима себи и онима око нас од оног који се тиче контроле мисли, самоконтроле, која доводи до напретка личности. Можда због тога што је мисао неопипљива ствар и већина нас има мало контроле над њом, постоји утисак да управљање мисаоним акцијама представља тежак и неразумљив подухват, нешто што захтева озбиљно проучавање, време и теоријско знање не би ли се истим овладао. Ниша није даље од истине. Без обзира на ком се нивоу образовања и културе налазимо или колико смо заузети послом, сви ми у себи носимо оно што је потребно и имамо потребно време да поново креирамо своју интелектуалну природу, свој карактер и свој живот.

Сви ми имао другачији задатак, другачије проблеме које треба решити, као и различите

резултате ка којима стремимо, али процес је практично исти, а трансформација једног подједнако могућа као и трансформација другог.

Хајде да се концентришемо на свој циљ, да га у глави видимо као да смо га већ постигли, а истовремено будемо свесни колико му се приближавамо. Једна за другом нестаће препреке и оно што је некада изгледало сувише тешко постићи људском снагом сада ће се чинити једноставним, па чак и простим. Најбитније од свега је да држимо свој циљ на виду и не дозволимо да нас ишта поколеба на том путу.

КАКО ПОБЕДИТИ ДЕПРЕСИЈУ?

СВИ ми у себи имамо способност да се брзо опоравимо и победимо депресију до које долази након што ствари крену по злу. Можемо да решимо опипљиве проблеме, али требало би да уложимо напор да превазиђемо и психолошку депресију, која може да нам исцрпи моћ и енергију. Када дође до депресије и мисли су нам црне, не смемо да дозволимо себи да изгубимо наду. Светло, жуто сунце је још увек ту. Само је привремено заклоњено иза сивих облака. Стаза којом можемо доћи до њихових белих делова може бити затворена због других људи који зелене од зависти, затворена од стран оних споријих који црвене од беса или ометена жутим светлом које нас чини опрезним. Да бисмо се вратили на ружичасто, морамо визуализовати своје циљеве као кристално јасне и упалити црвени пламен свог ентузијазма да бисмо савладали проблеме и дошли до беле енергије наше снаге и одлучности, који ће

нам омогућити да прескочимо црне рупе које нас одвајају од наших циљева и мењају боју наших живота од тамносиве до сјајно златне.

ОСНОВНИ ПРИНЦИПТИ ДА СЕ ПРЕВАЗИЂЕ БРИГА

1. Живите у 'дневним запечаћеним одељцима'.

2. Како се суочити на неприликом:

Запитајте се: 'Шта је најгоре што може да се догоди'?

Спремите се да прихватите најгоре.

Покушајте да поправите оно што је најгоре.

Подсећајте себе на високу цену коју због бриге можете платити здрављем.

ОСНОВНЕ ТЕХНИКЕ ЗА АНАЛИЗИРАЊЕ БРИГЕ

1. Прикупите све чињенице

2. Измерите све чињенице, онда донесите одлуку

3. Када је одлука донета, пређите на ствар.

4. Напишите и одговорите на следећа питања:

Шта је проблем?

Који су узроци проблема?

Која су могућа решења?

Које је најбоље могуће решење?

5. Преломите навику да бринете пре него што она сломи вас.

6. Нађите себи занимацију

7. Немојте се узнемиравати због ситница

8. Користите закон просека да одагнете бриге од себе.

9. Сарађујте са неизбежним.

10. Одлучите колико нервирања може нека ствар да буде вредна и одбијте да платите вишу цену.

11. Не брините због прошлости

- 12.Негујте ментални став који ће вам донети мир и задовољство
- 13.Испуните се мислима мира, храбрости, здравља и наде
- 14.Никада немојте да се осветите непријатељима
- 15.Очекујте незахвалност
- 16.Мислите на своје благослове, а не на проблеме
- 17.Немојте имитирати друге
- 18.Креирајте срећу за друге
- 19.Покушајте да профитирате из својих губитака

ПОСТАНИТЕ ПРИЈАТНИЈА ОСОБА

- 1.Немојте критиковати, осуђивати и немојте се жалити.
- 2.Искрено захваљујте
- 3.Пробудите у другој особи жељу
- 4.Постаните искрено заинтересовани за друге људе
- 5.Осмехујте се
- 6.Упамтите да у било ком језику име особе има најслађи призвук за ту особу
- 7.Будите пажљиви слушалац. Подстакните друге да причају о себи.
- 8.Говорите на начин који одговара интересовањима друге особе.
9. Учините да се друга особа осећа важном и учините то искрено.
- 10.Да бисте извукли најбоље из расправе - избегните је.
- 11.Покажите поштовање мишљењу друге особе. Никада немојте рећи особи да није у праву.
- 12.Ако сте погрешили, признајте то брзо, недвосмислено
- 13.Почните на пријатан начин

- 14.Наведите другу особу да моментално каже 'да'
- 15.Пустите да друга особа прича више од вас
- 16.Пустите да друга особа мисли да је идеја њена
- 17.Покушајте да искрено сагледате ствари са гледишта друге особе
- 18.Имајте разумевања за идеје и жеље друге особе
- 19.Апелујте на племенитије мотиве
- 20.Драматизујте своје идеје
- 21.Изазивајте
- 22.Почните са похвалом и искрено захвалите
- 23.Индиректно скрените пажњу на нечије грешке
- 24.Говорите о својим грешкама пре него што критикујете другог
- 25.Постављајте питања уместо да дајете директне наредбе
- 26.Дозволите другој особи да спасе своју част
- 27.Похвалите и најмање побољшање и похвалите свако побољшање. Будите 'срчани у одобравању и раскоши у хвалама'.
- 28.Подарите другој особи добру репутацију коју ће морати да оправда.
- 29.Користите охрабривање. Учините да грешка изгледа лако исправљива.
- 30.Учините да друга особа буде задовољна што ради ствар коју сте ви предложили.