Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

John C. Maxwell, aflat de nenumărate ori pe locul întâi în topul bestsellerurilor *New York Times*, este coach și orator motivațional. Cărțile lui s-au vândut în peste 26 de milioane de exemplare în lumea întreagă, fiind traduse în 50 de limbi. Printre cele mai cunoscute lucrări ale sale se află *Cele 21 de legi supreme ale liderului* (1998), *Cele 21 de calități ale liderului* (1999) și *Dezvoltă liderul din tine* (2001). În 2014, a fost desemnat de către Asociația Americană de Management liderul numărul 1 în afaceri, iar de către publicațiile *Business Insider* și *Inc.*, cel mai influent expert în leadership din lume. Este fondatorul The John Maxwell Company, The John Maxwell Team, EQUIP și al John Maxwell Leadership Foundation, organizații care au pregătit peste cinci milioane de lideri din toate țările lumii. Câștigător al Premiului „Maica Tereza pentru Pace Mondială și Leadership" oferit de Luminary Leadership Network, dr. Maxwell susține în fiecare an discursuri pentru companii din top *Fortune 500*, pentru șefi de stat și numeroși lideri în afaceri de talie mondială. Mai multe informații despre el puteți găsi la adresa JohnMaxwell.com.

EXPERTUL INTERNAȚIONAL
ÎN LEADERSHIP ȘI MANAGEMENT

JOHN C. MAXWELL

REȚETA SUCCESULUI

CU ATITUDINEA POTRIVITĂ ÎȚI POȚI SCHIMBA VIAȚA!

Traducere din limba engleză
MĂDĂLINA MOȚATU

LITERA®
București
2019

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

The Difference Maker:
Making Your Attitude Your Greatest Asset
John C. Maxwell
Copyright © 2006 John C. Maxwell

Ediție publicată prin înțelegere cu Thomas Nelson,
o divizie a HarperCollins Christian Publishing, Inc.

INTROSPECTIV®

Introspectiv este parte a Grupului Editorial Litera
O.P. 53; C.P. 212, sector 4, București, România
tel. 021 319 6390; 031 425 1619; 0752 548 372

Rețeta succesului
Cu atitudinea potrivită îți poți schimba viața!
John C. Maxwell

Copyright © 2019 Grup Media Litera
pentru versiunea în limba română
Toate drepturile rezervate

Traducere din limba engleză: Mădălina Moțatu/Graal Soft

Editor: Vidrașcu și fiii
Redactori: Ramona Ciortescu, Carmen Vasile
Copertă: Ana-Maria Gordin Marinescu
Tehnoredactare și prepress: Mihai Suciu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
MAXWELL, JOHN C.
Rețeta succesului. Cu atitudinea potrivită îți poți schimba viața!/
John C. Maxwell; trad. din lb. engleză de Mădălina Moțatu –
București: Litera, 2019
ISBN 978-606-33-3774-1
I. Moțatu, Mădălina (trad.)
159.9

CUPRINS

Mulțumiri 9

Capitolul 1. De unde ai dobândit atitudinea? 11

Capitolul 2. Ce *nu* poate face atitudinea pentru tine 23

Capitolul 3. Ce *poți* obține cu ajutorul atitudinii tale 35

Capitolul 4. Cum poți face din atitudinea ta un atu important 45

Cele cinci mari obstacole în calea unei atitudini de succes

Capitolul 5. Descurajarea 57

Capitolul 6. Schimbarea 71

Capitolul 7. Problemele 87

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

Capitolul 8. Teama 105
Capitolul 9. Eșecul 125
Capitolul 10. Atitudinea potrivită te poate ajuta să le fii de folos și celorlalți 141

Note 151

DEDICAȚIE

Le mulțumesc lui Charlie Wetzel, redactorul meu, Stephaniei Wetzel, corectoarea și editoarea manuscrisului, și Lindei Eggers, asistenta mea.

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

1

DE UNDE AI DOBÂNDIT ATITUDINEA?

Ai auzit vreodată pe cineva spunând: „Atitudinea este totul"? Pare să fie o replică preferată de câțiva dintre oratorii motivaționali. Potrivit lor, o atitudine grozavă este tot ce îți trebuie pentru a avea succes. Din nefericire, nu este deloc adevărat.

Țin multe prelegeri. În fiecare an vorbesc la evenimente în fața a 250 000 de oameni. Și chiar cred în motivarea celorlalți. Cu toate acestea, nu mă consider un orator motivațional, ci mai degrabă un profesor motivațional. Poate părea doar un detaliu tehnic, dar iată diferența: un orator motivațional te face să te simți bine, dar ziua următoare nu mai știi de ce; însă un profesor motivațional te face să te simți bine, iar ziua următoare rămâi cu ceva care chiar te va ajuta.

Promisiunea că atitudinea este totul e lipsită de sens. În realitate, dacă tu crezi că atitudinea este totul, asta ar putea să-ți facă mai mult rău decât să te ajute. Dacă atitudinea ar

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

fi totul, atunci singurul lucru ce m-ar despărți de o carieră muzicală plină de succes ar fi convingerea că pot face asta. Dar crede-mă, există un alt factor care îmi stă în cale: talentul. Dacă ai urmărit spectacolul de televiziune American Idol, atunci știi exact la ce mă refer. Sunt uimit de numărul mare de participanți îngrozitori care răspund criticilor din partea juriului spunând: „Știu că pot cânta. Este doar opinia ta". Sincer, nici o atitudine nu este destul de puternică pentru a compensa lipsa aptitudinilor.

Așadar, are vreo importanță atitudinea pozitivă? Sigur că da. Atitudinea este cea care contează! „Atitudinea nu este totul, dar este singurul lucru care poate face o schimbare în viața ta". Om de afaceri, filantropist și scriitor, W. Clement Stone declara: „Oamenii nu sunt foarte diferiți, însă micile deosebiri fac diferența, iar aceea este atitudinea. Ceea ce contează este dacă aceasta este pozitivă ori negativă".

Scopul acestei cărți nu este să te amețească spunând că atitudinea este totul, ci să-ți arate că atitudinea este factorul decisiv pentru felul în care va arăta viața ta. Doresc să fac asta pentru a te ajuta să înțelegi de unde vine această atitudine, ce poate și ce nu poate face pentru tine și cum o poți transforma într-un atu. De asemenea, doresc să-ți arăt cum să faci față celor cinci mari obstacole în calea unei atitudini de succes: descurajarea, schimbarea, problemele, teama și eșecul. Dacă ești ca majoritatea oamenilor, înseamnă că te confrunți cu cel puțin unul dintre aceste aspecte în fiecare zi! Haide să pornim împreună în această călătorie, analizând mai întâi câteva elemente de bază legate de atitudine.

CE ESTE ATITUDINEA?

Până la urmă, ce este atitudinea? Când auzi cuvântul, la ce te gândești? Eu mă gândesc la un sentiment din interior exprimat de comportamentul exterior. Oamenii își proiectează întotdeauna trăirile interioare către exterior. Unii încearcă să-și mascheze atitudinea și îi păcălesc pe ceilalți pentru o vreme, însă asta nu durează prea mult. Atitudinea iese întotdeauna la suprafață.

Tatălui meu îi place la nebunie să spună povestea unui băiețel în vârstă de patru ani care a fost pedepsit, în cele din urmă, după ce s-a împotrivit mamei lui.

„Șezi pe scaunul acela până când expiră timpul", spuse mama nervoasă. Băiatul se așeză temându-se de o pedeapsă și mai mare, dar spuse: „Bine, mami. Stau jos, dar să știi că în adâncul sufletului stau în picioare".

Atitudinea ta dă culoare fiecărui aspect al vieții tale. Este ca un penel al minții. Poate picta totul în culori luminoase, pline de viață – creând o capodoperă. Ori poate face ca totul să fie întunecat și trist. Atitudinea este omniprezentă și atât de importantă, încât o caracterizez astfel:

- Este avangarda eului tău.
- Rădăcinile îi sunt în interior, însă roadele sunt la exterior.
- Este prietenul tău cel mai bun ori cel mai mare dușman.
- Este mai sinceră și mai consecventă în ceea ce te privește decât o fac vorbele tale.
- Este cartea ta de vizită în funcție de experiențele tale anterioare.
- Este ceea ce atrage oameni către tine ori îi respinge.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

– Nu este niciodată mulțumită până când nu iese la suprafață.
– Este păstrătorul trecutului tău.
– Este cea care vorbește despre prezentul tău.
– Este prezicătorul viitorului tău.

Nu există nici măcar o singură parte a vieții tale actuale care să nu fie afectată de atitudinea ta. Iar viitorul tău va fi, cu siguranță, influențat de atitudinea pe care o vei avea de azi înainte.

Atitudinea ta dă culoare fiecărui aspect al vieții tale. Este ca un penel al minții.

DE UNDE AM DOBÂNDIT ACEASTĂ ATITUDINE?

Dacă atitudinea ta este atât de importantă, atunci poate te întrebi: „De unde am căpătat-o? Rămân cu ea întreaga viață – la bine și la rău?" Mai întâi, să ne uităm de unde vine atitudinea ta.

1. Personalitatea – cine ești

Doi bărbați au ieșit la pescuit. Când peștele a încetat să mai tragă, au început să discute. Unul dintre bărbați a început să-și laude soția enumerând numeroasele ei calități și încheind prin a spune: „Știi, dacă toți bărbații ar fi ca mine, ar dori să fie căsătoriți cu soția mea".

„Iar dacă ar fi ca mine", răspunde celălalt, „nici unul dintre ei nu ar dori asta!"

Fiecare este diferit. Fiecare persoană se naște ca un individ unic. Suntem cu toții la fel de diferiți ca amprentele noastre. Este valabil chiar și pentru frații născuți din aceiași părinți și crescuți în aceeași casă. Chiar și gemenii, identici din punct de vedere genetic, au personalități distincte.

Tipul personalității tale – felul tău de a fi – îți influențează atitudinea. Asta nu înseamnă că ești blocat de personalitatea ta, pentru că nu ești. Dar atitudinea ta este, cu siguranță, influențată de ea.

2. Mediul – ce se află în jurul tău

Mediul la care ai fost expus în copilărie are cu siguranță un impact asupra atitudinii tale. Părinții tăi au trecut printr-un divorț? Lucrul acesta te poate influența să ai o atitudine neîncrezătoare față de persoanele de sex opus. A murit cineva apropiat ție? Lucrul acesta te-ar putea determina să te îndepărtezi emoțional de ceilalți. Ai crescut într-un cartier sărac? Lucrul acesta te-ar putea îndemna să ai o atitudine perseverentă pentru reușită. Pe de altă parte, te-ar putea determina să renunți mai ușor.

E dificil să prezici cu exactitate ce s-a întâmplat cu atitudinea unei persoane bazându-te pe mediul în care a crescut, dar poți fi sigur că a avut un oarecare impact. Eu și soția mea ne-am adoptat ambii copii și, pe baza acestei experiențe, credem că genetica este primul și cel mai puternic prezicător al atitudinii. De asemenea, știm cu certitudine că mediul contează.

3. Manifestarea celorlalți – ce simți tu

Cei mai mulți oameni își amintesc vorbele aspre ale unui părinte ori profesor chiar și zeci de ani după ce s-a întâmplat. Unii dintre ei poartă cicatricile unor astfel de experiențe întreaga lor viață. În cartea mea *Winning with People* [Cum să

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

îi cuceresti pe ceilalți], principiul durerii spune că: „Oamenii care suferă rănesc la rândul lor alți oameni și sunt răniți cu ușurință de aceștia". De multe ori, suferințele care îi determină pe oameni să reacționeze exagerat față de ceilalți vin ca un răspuns la cuvintele negative ale celorlalți.

De asemenea, cuvintele pozitive pot avea un impact asupra atitudinii unei persoane. Îți amintești cuvintele bune ale unui profesor preferat ori ale unui alt adult important pentru tine? Câteva vorbe pot schimba felul în care o persoană gândește despre sine și îi pot schimba cursul vieții. Charlie Wetzel, publicistul meu, își amintește cuvintele surorii sale Barbara Rensik când el avea 18 ani. Pe atunci nu prea avea o direcție în viață, iar ea i-a spus că ar avea talent la gătit și la îmbinarea diverselor arome. El nu se gândise niciodată la asta. Timp de zece ani a pornit într-o căutare, perioadă în care a învățat tot ce a putut despre mâncare, gătit și afacerile cu restaurante. Iar asta a dus la prima sa profesie ca bucătar-șef profesionist într-un restaurant.

4. Imaginea de sine – cum te vezi pe tine însuți

Felul în care te vezi pe tine însuți are un impact extraordinar asupra atitudinii tale. O imagine de sine și o atitudine negative merg adesea mână în mână. E greu să vezi orice în lumea asta pozitiv dacă te privești pe tine însuți ca fiind negativ.

Dwayne Dyer ne sfătuiește: „Examinați etichetele pe care vi le aplicați. Fiecare etichetă este o graniță ori o limită pe care nu vă îngăduiți să o treceți". Dacă nu reușești să ajungi acolo unde dorești, problema ar putea fi înlăuntrul tău. Dacă nu-ți schimbi sentimentele interioare despre tine însuți, nu vei fi în stare să-ți schimbi acțiunile exterioare, către ceilalți.

5. Expunerea la oportunitățile de dezvoltare – ceea ce simți

Scriitorul și filosoful iluminist Voltaire a asemănat viața cu un joc de cărți. Jucătorii trebuie să accepte cărțile primite. Totuși, odată ce au acele cărți în mână, numai ei pot alege cum să le joace. Ei decid ce riscuri și ce acțiuni urmează.

Oportunitățile de dezvoltare de care au parte oamenii nu sunt toate egale. În copilărie, părinții mei m-au expus în mod constant unor experiențe noi care aveau să mă modeleze. În perioada gimnaziului și la liceu m-au trimis la câteva cursuri, printre care și la cursul lui Dale Carnegie despre „Cum să îți faci prieteni și să devii influent". Uneori, tata mă lua de la școală pentru o săptămână ca să pot călători cu el în timp ce își îndeplinea îndatoririle de conducător religios al confesiunii noastre. M-a dus să ascult discursurile unor evanghelești și ale unor misionari extraordinari. Părinții mei chiar m-au plătit să citesc cărți ce aveau să îmi modeleze gândirea. Au făcut tot ce le-a stat în putință să îmi cultive o atitudine deschisă în fața dezvoltării personale. Ca adult, am continuat să îmbrățișez aceeași atitudine și să încerc să o transmit copiilor și nepoților mei.

Nu toată lumea este la fel de norocoasă ca mine. Dacă ai avut parte de o educație ca a mea, mulțumește-le părinților tăi. Totuși, dacă nu ai avut ocazia să te dezvolți ori nu ai fost scos din zona ta de confort, vei munci mai mult pentru a-ți cultiva o atitudine pozitivă față de dezvoltarea personală.

6. Asocierea cu semenii – cu cine îți petreci timpul

Auzi mereu despre tineri care au intrat în diverse încurcături și despre care se spune că au fost copii cuminți, dar au ajuns într-un anturaj nepotrivit. Este o realitate că începi să semeni tot mai mult cu oamenii alături de care îți petreci

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

mult timp. Dacă un copil cuminte își petrece tot timpul cu oameni fără moralitate, este doar o chestiune de timp până începe să manifeste aceeași lipsă de moralitate. De asemenea, dacă o persoană cu o atitudine pozitivă își petrece tot timpul cu indivizi care afișează o atitudine negativă, ce crezi se va întâmpla? La rândul ei, persoana respectivă va dezvolta o atitudine negativă. Chiar dacă la început se gândește că îi poate schimba, dacă petrece prea mult timp în compania acestora și este depășită numeric, în final ei sunt cei care o vor influența.

7. Convingerile – ceea ce gândești

Mulți dintre factorii pe care i-am menționat și ți-au format atitudinea au fost puși în mișcare de trecutul tău. Dar știi de ce anume este reprezentată și susținută cel mai mult atitudinea ta în prezent? De gândurile tale. După cum precizează scriitorul și afaceristul de succes Bob Conklin în următorul fragment, gândurile au un impact imens asupra ta:

> „Te pot ridica pe culmi ori te pot face să cazi. Pot lucra pentru tine ori împotriva ta. Te pot face să ai succes ori să dai greș.
>
> Eu dictez felul în care te simți și acționezi.
>
> Te pot face să râzi... să muncești... să iubești. Îți pot face inima să cânte de bucurie... de emoție... de euforie.
>
> Ori te pot face nefericit... descurajat... deprimat.
>
> Te pot face să fii bolnav... apatic.
>
> Pot fi ca niște lanțuri... grele... legate... împovărătoare.
>
> Ori pot fi ca nuanțele unei prisme... care se mișcă haotic... luminoase... efemere... pierdute pentru totdeauna dacă nu sunt surprinse de stilou ori obiectiv.
>
> Pot fi îngrijite și cultivate să fie mărețe și frumoase... văzute de ochii celorlalți prin acțiunile tale.

> Nu pot fi nicicând îndepărtate... doar înlocuite.
>
> Sunt un GÂND.
>
> De ce să nu mă cunoști mai bine?"[1]

Fiecare gând pe care îl ai îți modelează viața. Ceea ce crezi despre cel de lângă tine se reflectă în atitudinea ta față de el. Felul în care gândești despre slujba ta este atitudinea ta față de muncă. Gândurile tale despre soțul/soția ta, despre oamenii de pe autostradă în timpul orei de vârf și despre guvern generează atitudinea față de fiecare dintre aceștia.

Toate gândurile tale reprezintă atitudinea ta per ansamblu.

---

8. Alegerile – ceea ce faci

Poetul, criticul și lexicograful Samuel Johnson a remarcat: „Cel care cunoaște atât de puțin natura umană încât caută fericirea schimbând orice altceva în afară de propria dispoziție își va risipi viața în eforturi zadarnice și va multiplica suferința pe care dorește să o înlăture". Cei mai mulți doresc să schimbe lumea pentru a-și îmbunătăți viața, însă schimbarea trebuie să vină mai întâi din ei înșiși. Aceasta este o alegere – una pe care nu toți sunt dornici să o facă.

Într-una dintre benzile desenate *Peanuts* de Charles Schulz, Lucy îi spune frățiorului ei Linus: „Vai de mine, tare morocănoasă mă mai simt".

„Poate aș putea să te ajut", răspunde Linus, întotdeauna dornic să fie de ajutor. „De ce nu te așezi aici, în locul meu, în fața televizorului, cât eu mă duc să îți pregătesc o gustare

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

delicioasă? Uneori, cu toții avem nevoie de un pic de răsfăț care să ne ajute să ne simțim mai bine."

Linus se întoarce cu un sendviș, fursecuri cu ciocolată și un pahar cu lapte.

„Ia spune", întreabă el, „pot să îți mai aduc ceva? Este ceva la care nu m-am gândit?"

Lucy ia tava, spunând: „Da, este un lucru la care nu te-ai gândit". Apoi strigă: „Nu doresc să mă simt mai bine!"

În copilărie, nu ai prea multe opțiuni. Nu alegi unde și când te nești. Nu îți alegi părinții. Nu îți alegi rasa, tipul de personalitate ori structura genetică. Nu ești cel care alege dacă va fi sănătos sau nu. Ceea ce ești și aproape tot ce faci nu depind de tine. Trebuie să accepți situația în care te afli. Cum ar spune Voltaire, începi cu cărțile care ți-au fost servite.

Dar, cu cât trăiești mai mult, cu atât mai mult viața îți este modelată de alegerile tale. Tu decizi ce vei mânca. (Aceasta este una dintre cele mai obișnuite modalități prin care copiii încep să își afirme independența.) Tu decizi cu ce jucării te joci. Tu decizi dacă îți faci temele ori dacă te uiți la televizor. Tu alegi prietenii cu care îți petreci timpul. Tu alegi dacă termini liceul, dacă vei merge la facultate, cu cine te vei căsători, ce meserie vei avea. Cu cât trăiești mai mult, cu atât mai multe alegeri vei face – și cu atât mai responsabil vei fi de ce se întâmplă cu viața ta.

Reprezentat vizual, lucrul acesta arată astfel:

Evident, acest grafic nu reprezintă cu precizie viața oricărei persoane. Dar, în general, cu cât trăim mai mult, cu atât mai puțin circumstanțele dictează felul în care gândim și acționăm și cu atât mai mult alegerile noastre determină modul în care trăim. Și una dintre aceste alegeri este atitudinea noastră.

Nu știu cu ce fel de situații te-ai confruntat în viață. Poate ai trecut printr-o perioadă extrem de dificilă, poate te-ai confruntat cu greutăți ori ai suferit tragedii îngrozitoare. Cu toate astea, atitudinea rămâne în continuare alegerea ta.

Poate că cea mai remarcabilă povestire pe care am citit-o, în contextul circumstanțelor îngrozitoare și al tragediei personale, este aceea a lui Viktor Frankl. Născut în anul 1905, Frankl a crescut la Viena și a fost interesat de psihologie de la o vârstă fragedă. În adolescență a corespondat cu Sigmund Freud, iar una dintre lucrările pe care le-a trimis lui Freud l-a impresionat pe acesta atât de mult, încât bărbatul a transmis-o unei reviste de specialitate, în care a fost publicată mai târziu.

Frankl a devenit un medic de succes în Viena la vârsta de 25 de ani, dar în 1942, la patru ani după invazia nazistă a Austriei, a fost prins alături de alți evrei austrieci și dus într-un lagăr de concentrare. Cât a stat acolo, a trecut prin niște orori de nedescris și și-a pierdut întreaga familie: soția însărcinată, părinții și fratele.

Pe tot restul celui de-al Doilea Război Mondial, Frankl a fost prizonier în lagăre de concentrare, inclusiv în cel mai cunoscut și violent dintre toate, cel de la Auschwitz. Cei mai mulți dintre colegii lui deținuți fie au fost uciși, fie au renunțat. Nu și Frankl. El nu numai că și-a păstrat speranța, ci i-a ajutat și pe alții să o găsească. Cheia, credea el, era să găsească și să se agațe de un scop. Câțiva ani mai târziu, Frankl declara pentru Holcomb B. Noble, în *New York Times*: