

# CUPRINS

Mulțumiri .....	7
Introducere.....	9
CAPITOLUL 1	
Ești ceea ce gândești.....	11
CAPITOLUL 2	
Rezolvarea problemelor .....	13
CAPITOLUL 3	
Fă loc pentru „Unchiul Fără Nume“ .....	15
CAPITOLUL 4	
Schimbarea ți-ar putea prii .....	17
CAPITOLUL 5	
Lasă-ți obiectivele să-ți depășească priceperea.....	19
CAPITOLUL 6	
Să poți ieși din cutie .....	21
CAPITOLUL 7	
Să nu iei niciodată o decizie neinspirată după o încercare nereușită .....	23
CAPITOLUL 8	
Efectele bârfei sunt dezastruoase.....	25
CAPITOLUL 9	
E destul să vrei .....	27
CAPITOLUL 10	
Vremurile bune de altădată .....	29

CAPITOLUL 11	
Până unde se va ajunge cu recordurile? .....	31
CAPITOLUL 12	
Eșecul este indispensabil succesului .....	33
CAPITOLUL 13	
Învinge-ți frica .....	35
CAPITOLUL 14	
Calea spre măreție .....	37
CAPITOLUL 15	
Identifică — și apoi rezolvă — problema .....	39
CAPITOLUL 16	
Reducerea cheltuielilor legate de sănătate .....	41
CAPITOLUL 17	
Observațiile unui soldat.....	43
CAPITOLUL 18	
Speranța în viitor .....	45
CAPITOLUL 19	
„Scaunul“ atitudinii tale.....	47
CAPITOLUL 20	
Concentrează-te asupra responsabilităților .....	49
CAPITOLUL 21	
Soluția este o îmbrățișare.....	51
CAPITOLUL 22	
Identificarea soluțiilor reciproc avantajoase .....	53
CAPITOLUL 23	
Cu toții au reușit în viață .....	55
CAPITOLUL 24	
„Amândoi suntem de aceeași parte a baricadei“ .....	57

CAPITOLUL 25	
Ea a trecut testul — tu ești în stare? .....	59
CAPITOLUL 26	
O filozofie ca model de viață.....	61
CAPITOLUL 27	
Elizabeth îl iubea pe Oscar.....	63
CAPITOLUL 28	
Sunt C2 și Fără Grăsimi.....	65
CAPITOLUL 29	
Învăluit în fum .....	67
CAPITOLUL 30	
Un mod ciudat de a-ți arăta iubirea .....	69
CAPITOLUL 31	
Micuța cea persuasivă .....	71
CAPITOLUL 32	
Optimismul absolut .....	73
CAPITOLUL 33	
Trei variante ale aceleiași povești.....	75
CAPITOLUL 34	
Ești tată și chiar <b>poți</b> să-l alegi pe soțul fiicei tale.....	77
CAPITOLUL 35	
Iată de ce sunt un fan al Cercetașilor .....	79
CAPITOLUL 36	
Încearcă — și poate ai să reușești .....	81
CAPITOLUL 37	
Prima impresie.....	83
CAPITOLUL 38	
Perseverența și un suflet generos = succes .....	85

CAPITOLUL 39	
De ce te afli acolo unde te afli .....	87
CAPITOLUL 40	
Fereastra oportunității .....	89
CAPITOLUL 41	
Inima unui campion.....	91
CAPITOLUL 42	
Ascultă-ți antrenorul.....	93
CAPITOLUL 43	
Verifică ce face și partea adversă .....	95
CAPITOLUL 44	
Centrul țintei poate fi ochit .....	97
CAPITOLUL 45	
Majoritatea bărbaților nu înțeleg.....	99
CAPITOLUL 46	
Comunicare eficientă.....	101
CAPITOLUL 47	
Cei mai mulți dintre noi sunt papagali.....	103
CAPITOLUL 48	
Nu lua mereu lucrurile ad litteram .....	105
CAPITOLUL 49	
Fleacuri pozitive .....	107
CAPITOLUL 50	
Cireșa de pe tort.....	109
CAPITOLUL 51	
Oratorii ascultă și pun în practică.....	111
CAPITOLUL 52	
Bravo pentru Krish — rușine lui Zig .....	113

CAPITOLUL 53	
Acesta este un exemplu de lider adevărat.....	115
CAPITOLUL 54	
Fii o persoană sociabilă .....	117
CAPITOLUL 55	
America a fost populată și eliberată de un comis-voiajor.....	119
CAPITOLUL 56	
Un urs cocoțat în copac .....	121
CAPITOLUL 57	
Educația este importantă.....	123
CAPITOLUL 58	
Sentimentul de vinovăție este bun sau rău? .....	125
CAPITOLUL 59	
Îmbrăcat pentru succes.....	127
CAPITOLUL 60	
A evolua/A-ți da importanță.....	129
CAPITOLUL 61	
Iubirea pentru copilul tău.....	131
CAPITOLUL 62	
Cred în aparatele dentare .....	133
CAPITOLUL 63	
Nevoia economică și infrafracționalitatea .....	135
CAPITOLUL 64	
O definiție a înțelepciunii.....	137
CAPITOLUL 65	
Cum să facem față dezamăgirilor.....	139
CAPITOLUL 66	
Lucrurile importante.....	141

CAPITOLUL 67	
Personalitate sau caracter .....	143
CAPITOLUL 68	
Pune-te în locul lor.....	145
CAPITOLUL 69	
Cum să faci față criticilor .....	147
CAPITOLUL 70	
Memoria este importantă.....	149
CAPITOLUL 71	
Saltul de zece zile .....	151
CAPITOLUL 72	
Ocupat, dar politicos.....	153
CAPITOLUL 73	
Clasa .....	155
CAPITOLUL 74	
Este dură — dar iubitoare.....	157
CAPITOLUL 75	
Provocare sau paralizie .....	159
CAPITOLUL 76	
Speranța — primul pas spre succes.....	161
CAPITOLUL 77	
Necesitatea — mama invenției .....	163
CAPITOLUL 78	
Uliul și vrabia.....	165
CAPITOLUL 79	
Care sunt așteptările tale .....	167
CAPITOLUL 80	
Oamenii valoroși n-au fost întotdeauna așa .....	169

CAPITOLUL 81	
Un adevăr imuabil.....	171
CAPITOLUL 82	
Ai dat greș — acum stai jos.....	173
CAPITOLUL 83	
Suntem ființe emoționale .....	175
CAPITOLUL 84	
Poartă-te cu oamenii așa cum te porți cu vacile .....	177
CAPITOLUL 85	
Oferă ceea ce ai .....	179
CAPITOLUL 86	
Dependenți de muncă sau performeri.....	181
CAPITOLUL 87	
Școală vs. completarea educației .....	183
CAPITOLUL 88	
Fii informat .....	185
CAPITOLUL 89	
Responsabilitatea îți aparține.....	187
CAPITOLUL 90	
Maxime celebre.....	189
CAPITOLUL 91	
Îmi pare foarte rău.....	191
CAPITOLUL 92	
Râsul este cel mai bun medicament.....	193
CAPITOLUL 93	
Lasă ceva în urma ta.....	195
CAPITOLUL 94	
Ai grijă ce lași în urmă.....	197

CAPITOLUL 95	
Munca în echipă este importantă.....	199
CAPITOLUL 96	
Scuzele pe care le invocăm .....	201
CAPITOLUL 97	
Atitudinea plină de recunoștință.....	203
CAPITOLUL 98	
Mama asta are dreptate.....	205
CAPITOLUL 99	
Fă un gest frumos astăzi .....	207
CAPITOLUL 100	
Legiferarea moralității.....	209
CAPITOLUL 101	
Caracterul contează.....	211
CAPITOLUL 102	
Frica sănătoasă.....	213

# CAPITOLUL 1

## Ești ceea ce gândești

*Dacă înveți doar niște metode, vei fi încătușat de ele, dar dacă înveți principii, îți vei putea concepe propriile metode.*

RALPH WALDO EMERSON

TITLUL DE MAI SUS A FOST MULTĂ VREME dat uitării. Un tânăr entuziast a afirmat că știe că nu este adevărat, deoarece, dacă el însuși ar fi ceea ce gândește, ar însemna să fie fată. Afirmatia conține o mare doză de adevăr, făcându-ne să ne întrebăm: ce anume ne influențează modul de gândire?

Ceea ce se întâmplă în mintea noastră și oamenii cu care ne asociem ne influențează gândirea. Gândirea ne influențează acțiunile. Acțiunile ne influențează performanța. Performanța deține un rol major în determinarea gradului de succes și de fericire de care vom beneficia în viitor.

Ai fost vreodată la un film și ai râs? Ai fost vreodată la un film și ai plâns? Chiar crezi că a pus cineva ceva pe scaune ca să te facă să râzi sau să plângi? Desigur, știi mai bine care este motivul. Imaginile de pe ecran te-au făcut să reacționezi prin râs sau lacrimi.

Problema este următoarea: dacă un anumit subiect ne poate face să râdem sau să plângem, ne poate oare determina și să fim utili sau dăunători altora? Două exemple spun că da. Într-unul din episoadele din *Zile fericite*, Henry Winkler, jucând rolul lui „Fonz“, își face permis de intrare la bibliotecă. Asociația Bibliotecarilor din America a raportat că în urma episodului respectiv mai bine de o sută de mii de adolescenți din toată America și-au făcut permis pentru bibliotecă. Într-un recent show al lui Oprah Winfrey, firma de confecții The Gap și-a prezentat noua linie de jeanși. Nu era vorba de o reclamă plătită; era pur și simplu o prezentare a noilor tendințe. În următoarele șaptezeci și două de ore, The Gap a epuizat stocurile de jeanși din toate statele. După cum spune senatorul Paul Simon: „Dacă în treizeci de secunde vând săpun și în treizeci de secunde vând o mașină, atunci în douăzeci și cinci de minute de violență fascinantă vând violență.“

Mesaj: ai grijă cu ce-ți hrănești mintea, deoarece asta îți va afecta acțiunile — care, la rândul lor, îți vor afecta viitorul.

*Așa cum a spus odată Groucho Marx: „Cui o să-i dai crezare, mie sau propriilor tăi ochi?“*

## CAPITOLUL 2

### Rezolvarea problemelor

*Nu ai cum să „uiți“ gândurile negative — poți doar să le îndepărtezi prin imagini pozitive.*

ÎNTREBARE: ÎȚI AMINTEȘTI de vreo zi în care să nu fi avut o „problemă“, un motiv de iritare, de dezamăgire, un sentiment de înfrângere sau un obstacol oarecare? Ar putea să fie vorba de o oprire neprevăzută la benzinărie pe care ești nevoit s-o faci deoarece un coleg a mers cu mașina ta și a neglijat să-i facă plinul. Sau poate că șeful ți-a dat informații incomplete despre un proiect important și acum trebuie s-o iei de la capăt.

Chestiunea esențială nu o reprezintă problemele; ele fac parte din viață. Dilema constă în modul în care le rezolvi. Ai de gând să lași o simplă problemă să-ți dicteze cum ar trebui să te comporți în restul zilei, cum să interacționezi cu alte persoane? Uneori e greu, dar pune-ți următoarea întrebare: *În ce măsură îmi va schimba acest lucru viața în seara asta sau chiar în dimineața asta?* În majoritatea cazurilor, ai să-ți dai seama că nu prea contează. Având în minte acest lucru, poți uita de problema de moment și poți merge mai departe.

Concluzie: poți să preiei controlul asupra propriilor tale gânduri, acțiuni și emoții, ceea ce înseamnă că poți să deții controlul asupra vieții tale. Cea mai bună metodă de a te ocupa de probleme este de a-ți reordona gândirea, astfel încât să le consideri oportunități de dezvoltare sau de maturizare. Este util să-ți amintești că dacă nu ar exista probleme puse în fața ta, șansele ca prezența ta la serviciu să nu fie necesară ar fi mari. Tot mari sunt și șansele ca, pe măsură ce cresc dificultățile, să crească și necesitatea ca tu să fii la serviciu pentru a le rezolva. Acesta este motivul pentru care te afli pe statul de plată.

*Nu cu mult timp în urmă, oamenii credeau că semiconductorii erau niște dirijori de orchestră cu normă redusă, iar microcipurile niște snackuri foarte, foarte mici.*

(GERALDINE FERRARO)

## CAPITOLUL 3

### Fă loc pentru „Unchiul Fără Nume“

*Știi că un client este satisfăcut dacă revine în magazinul tău.*

STANLEY MARCUS

NUMELE SĂU ERA WALLY AMOS și a pus pe picioare o afacere de 100 de milioane de dolari vânzând „Faimoasele Prăjituri Amos“. Printr-o serie de circumstanțe nefericite, și-a pierdut afacerea. A trecut de la faimă și bani la datorii de un milion de dolari. Mai rău a fost că a pierdut dreptul de a folosi numele pe care el l-a făcut celebru. Cu toate acestea, nu a pierdut și lucrurile care i-au adus inițial succesul. Și-a păstrat simțul umorului și natura extrovertită, optimistă, încrezătoare. După cum era de așteptat, a încasat o lovitură urâtă.

A înființat o nouă companie sub numele de „Wally Amos Presents Chip’n Cookie“. Revista *People* a scris un articol despre el, iar Fitz & Floyd au făcut un borcan Chip’n Cookie. J. C. Penney a scos pe piață păpuși Chip’n Cookie. Toată lumea era încântată de revenirea dlui Amos. Toată lumea cu excepția noilor proprietari ai „Faimoaselor Prăjituri“. S-a ajuns la proces și, din nou, dl Amos a fost scos din afaceri. Wally spune că a ajuns faimos și bogat și

a plătit un preț pentru asta. În prezent, se află în turneu promovându-și noua carte, *Man with No Name (Omul Fără Nume)*, care beneficiază de o primire entuziastă. S-a întors, de asemenea, la afacerea cu prăjituri. Noua sa companie, „Unchiul Fără Nume“, a apărut în noiembrie. Evident, reprezintă un bun exemplu de persoană care este obstrucționată, dar nu înlăturată. Ripostează cu aceeași însuflețire și zel pe care le-a manifestat și prima dată. Prevăd că îi va merge bine.

Wally Amos este exemplul clasic al omului care se ridică mereu de la pământ. Vechea zicală potrivit căreia o persoană care nu este înfrântă nu poate fi înfrântă este în mod cert valabilă pentru „Unchiul Fără Nume“.

*Ni se spune să păstrăm legătura cu corpul nostru. Astăzi, i-am spus corpului meu: „Ce-ai zice să mergem la sală și să facem trei ore de exerciții grele?“ Iar corpul meu mi-a răspuns: „Fă-o și ai să mori.“*

## CAPITOLUL 4

### Schimbarea ți-ar putea prii

*Primim alinare de la cei care sunt de acord cu noi și evoluăm datorită relației cu cei care ne dezaprobă.*

ÎN LUMEA ACTUALĂ, plină de transformări sociale și corporatiste, siguranța locului de muncă este de domeniul trecutului. Chiar dacă trebuie să acceptăm faptul că schimbarea este inevitabilă, ar trebui să fim conștienți și de faptul că multe schimbări sunt pozitive, de pe urma lor având de câștigat atât oamenii, cât și afacerile.

Unele lucruri le poți schimba, pe altele, nu. Nu poți schimba data la care te-ai născut, locul în care te-ai născut, cum te-ai născut sau în ce familie te-ai născut. Este de la sine înțeles că dacă te-ai născut alb vei rămâne alb și dacă te-ai născut negru vei rămâne negru. Constituie o realitate faptul că nu poți schimba niciun singur eveniment care s-a petrecut deja. Nu poți schimba o șoaptă de ieri. În schimb, ziua de mâine este cu totul și cu totul altceva. Dacă ești dornic să-ți schimbi modul de gândire astăzi, îți poți schimba viața și modul de a trăi, astfel încât zilele următoare să fie mai bune și mai strălucitoare.

Exemplu: pe vremea când eram elev la Liceul Yazoo City din Mississippi, tenisul de masă era unul dintre sporturile mele favorite. Sincer, puteam să-i bat pe majoritatea colegilor mei la acest joc. Apoi a apărut un puști nou și a început să mă bată cu regularitate. Eu foloseam vechea priză cu trei degete; el folosea noua priză gen „strângere de mână“. Am crezut că pot juca la fel de bine și cu priza de tip „strângere de mână“. Rezultatele inițiale au fost dezastuoase. Colegii mă băteau măr. Dar după câteva săptămâni, am început să câștig și am reușit în cele din urmă să-l înving pe „puștiul cel nou“. Sunt ferm convins că nu aș fi reușit dacă nu mi-aș fi schimbat tipul de priză, deși la început m-am descurcat prost.

Mesaj: analizează situația. Ai ajuns cât de departe puteai și te descurci excelent folosind metodele actuale? Dacă da, nu-ți fie teamă să faci doi pași înapoi dacă în felul acesta vei putea să înaintezi apoi trei pași.

*Șeful, concediind un angajat: „Privește partea bună a lucrurilor. Întotdeauna ai spus că vrei să fi un întreprinzător.“*

## CAPITOLUL 5

# Lasă-ți obiectivele să-ți depășească priceperea

*Motivația este necesară pentru a schimba  
costumul visurilor cu hainele de muncă ale  
realității pe baza obiectivelor generate de vis.*

ÎNTR-UNA DINTRE PRINCIPALELE noastre universități, un profesor de economie le-a dat un test studenților săi. Testul era alcătuit din mai multe secțiuni, fiecare conținând trei categorii de întrebări. Profesorul și-a instruit studenții să aleagă o întrebare din fiecare secțiune a testului. Prima categorie din fiecare secțiune era cea mai dificilă și valoarea cincizeci de puncte. Cea de-a doua categorie a fiecărei secțiuni nu era foarte grea și valoarea patruzeci de puncte. Cea de-a treia categorie din fiecare secțiune era cea mai ușoară și valoarea doar treizeci de puncte.

După ce au terminat testul și au predat lucrările, studenții care aleseseră întrebările cele mai dificile, cele de cincizeci de puncte, au primit nota maximă. Studenții care optaseră pentru întrebările de patruzeci de puncte au fost notați cu nota nouă, iar cei care aleseseră întrebările de treizeci de puncte, adică cele mai ușoare, au primit nota opt. Profesorul nu ținuse cont de corectitudinea răspunsurilor. Nu e de mirare că studenții erau nedumeriți și l-au întrebat

pe profesor după ce criteriile le punctase lucrările. Acesta s-a lăsat pe spate în scaun și le-a explicat zâmbind: „Nu vă testam cunoștințele. Vă testam obiectivele.“

Cred că Browning a fost cel care a spus: „Obiectivele ar trebui să-ți depășească abilitățile, dacă nu, atunci la ce mai e bun raiul?“ Langston Hughes scria: „Ține cu dinții de visurile tale, căci, dacă ele mor, viața se transformă într-o pasăre cu aripile frânte ce nu poate zbura.“ Într-adevăr, avem nevoie de visuri sau, dacă preferați, de o viziune. Solomon, cel mai înțelept om care a trăit vreodată, a spus: „Fără viziune de proroc poporul e fără stăpân.“ Helen Keller a fost întrebată: „Ce poate fi mai rău decât să fii orb?“ A răspuns că ar fi de o mie de ori mai rău să vezi excelent, dar să nu ai nicio viziune, decât să fii orb, dar să ai o viziune.

În ultimii ani ai vieții sale, Albert Schweitzer a fost întrebat: „Cum îți merge, dr. Schweitzer?“ Bătrânul doctor misionar a replicat: „Vederea îmi slăbește, dar viziunea mi-e mai limpede ca niciodată.“

*Dacă ai vreodată impresia că ești prea mic ca să fii eficient, înseamnă că n-ai împărțit niciodată patul cu un tânțar.*

(ANITA RODDICK)