

LBRIS

We know
books

Pentru mai multe discuții cu oameni curajoși,
poți intra aici



RADU GLONȚ

tot ce trebuie să știi despre

CURAJ

de la un fricos în recuperare

**Bucuresti
2024**

Copertă realizată de Ioana Dodan, fotograf și arhitect de brand

ISBN: 978-973-0-40750-1

Copyright © 2024, Radu GLONȚ

Această carte este protejată prin copyright. Toate drepturile asupra prezentei ediții aparțin autorului. Reproducerea integrală sau parțială, stocarea, multiplicarea și difuzarea prin orice mijloace (pe suport de hârtie, prin copiere, xeroxare sau scanare, în format electronic, audio sau video, pe internet sau prin diverse alte rețele etc.) a conținutului acestei cărți, cu scop comercial sau gratuit, fără permisiunea acordată în scris a deținătorului copyright-ului, este interzisă și reprezintă o încălcare a legislației în vigoare cu privire la protecția proprietății intelectuale, infracțiunea fiind pedepsită civil și penal.

CUPRINS

Mulțumiri!	7
1. Intenția autorului (a mea, dar „autorul” îmi dă un pic de curaj)	9
2. Definiția Curajului.....	12
3. Frici bune versus frici rele	13
4. E vorba despre Curaj în sporturile extreme?	24
5. Despre dezvoltare personală continuă, perfecționism și curaj	30
6. Curajul de a crede în tine mai mult decât părinții tăi	37
7. Despre curajul mare.....	42
8. Curajul de la interviul de angajare	47
9. Curajul de a te răzgândi. La timp.	55
10. Curajul de a spune nu.....	61
11. Divorțul: curaj sau lașitate?	66
12. Curajul copilului.....	69
13. Curajul de a te recăsători la 40 de ani	73
14. Curajul de a recunoaște că îmbătrânești	76
15. Cât te costă frica?	85
16. Curajul de a fi skipper.....	93
17. Curajul de a lua decizii.....	102

18. Planul perfect este cel mai mare dușman al acțiunii	109
19. Curajul de a simți	118
20. Curajul de a vorbi în public	125
21. Fii mereu autentic! Sau nu...?.....	132
22. Curajul de a acționa	142
23. Curajul de a afla cine ești cu adevărat.....	148
24. Îți spune medicul că mai ai 18 luni de trăit: cum le trăiești?	155
25. Încrederea de la Improvizație	163
26. Încredere absolută sau încredere construită?	169
27. Frici versus Curaj (Chat GPT).....	175
28. Curajul în Business.....	187
29. 10 modalități în care Curajul îți poate influența Vânzările și Negocierile.....	207
30. Concluzii	216

Mulțumiri!

Mulțumesc copiilor mei care sunt mai curajoși ca mine și care mă inspiră mereu, soției mele care m-a susținut în scrierea cărții și m-a ajutat în redactarea unei părți importante din ea, prietenilor mei care au arătat susținere pentru noul meu rol de scriitor și pentru ideea de Curaj în sine, Ioanei care m-a ajutat să fiu și mai curajos atunci când am făcut ședința foto pentru copertă, lui Leo care m-a ajutat în tipărirea cărții, tuturor celor din viețile cărora m-am inspirat în redactarea acestei cărți și mie cel mai mult, că nu mi-am lăsat propriile temeri de scriitor debutant să mă oprească din scrierea acestei cărți.

Îți mulțumesc ție că ai ales să parcurgi această călătorie împreună cu mine.

1. Intenția autorului (a mea, dar „autorul” îmi dă un pic de curaj)

La scurt timp după ce am decis că voi scrie cartea, vocea criticului intern m-a luat la întrebări: „Cine te crezi? Cine ești tu să scrii despre Curaj? Ce acte de Curaj ai făcut până acum așa fantastice încât să te ia lumea în serios? Ai urcat pe Himalaya? Ai înfruntat pericolele vreunui ultra-maraton la minus 30 de grade noaptea? Te-ai bătut cu vreun urs sau leu și ai ieșit învingător? Ai ieșit în stradă și ai schimbat vreun regim politic? Ai creat un brand românesc și l-ai extins internațional? Ai vreun business de zeci sau sute de milioane de Euro? Te crezi Richard Branson sau ce? Ce ai făcut să te califice pentru asta? Tu nu vezi că sunt o grămadă de oameni care au dat dovadă de un curaj fantastic și ale căror povești merită să fie cunoscute? De ce vrei doar să contribui la zgomot și să îngroși rândul scriitorilor de duzină care nu vor fi citați niciodată? Crezi că dacă ai scris câteva articole și ai primit aprecieri asta te califică să fii scriitor? Vezi-ți de rolurile tale cunoscute de trainer, profesor sau mentor și mai scrie un articol din când în când, fă câte un podcast, rezumă-te la ce te pricepi și stai în banca ta!”.

Mi-am dat seama atunci că vorbea frica mea de eșec cu mine și că nu se putea un context mai bun ca ăsta să scriu o carte despre Curaj: îmi e frică de eșec și, prin cartea asta, îmi înfrunt frica, mă expun, mă duc în arenă să mă vadă lumea așa cum sunt și îmi asum consecințele pentru că o fac atât pentru mine, cât și pentru tine. Nu vreau să te învăț ceva, îmi doresc doar ca la finalul acestei călătorii împreună, să găsești în ea inspirația, motivația și uneltele necesare să-ți trăiești viața conform cu valorile și principiile tale, cu dorințele tale și cu sinele tău autentic.

La final îmi doresc să poți face trecerea de la un simplu spectator în public la un actor care se urcă pe scenă și se vulnerabilizează plin de Curaj de fiecare dată când vei dori să faci asta.

Este o carte practică, pragmatică și mai degrabă o carte-instrument, menită să te ajute în business și viața personală (de parcă ai putea trăi două vieți în același timp). Te va ajuta făcându-te să-ți analizezi fricile, să le accepți, să iei deciziile necesare și să faci acțiunile mult amânate până acum.

Nu este o carte motivațională, de dezvoltare personală clasică în care adun rezultatele a zeci de studii și meta-studii, care oricum vor fi contrazise în scurt timp de alte studii mai noi și nici nu am să pun în ea povești celebre cu eroi care au întors lumea cu susu-n jos de curajoși ce au fost.

Este însă o carte care se bazează pe observarea comportamentelor a unor sute sau poate chiar mii de cursanți aflați în situații dificile de negociere, vânzare sau de rezolvare a unor conflicte. Am mai luat în calcul studiile derulate de alți autori ale

căror cărți le voi menționa pe parcursul lecturii tale și pe care ți le recomand din inimă întrucât pe mine m-au ajutat. Toate acestea n-ar avea aceeași valoare practică dacă nu le-aș fi suprapus peste experiența mea cumulată de 25 de ani în vânzări, negociere, training, management sau antreprenoriat.

Mai mult decât atât, vreau să te inspir din lumea mea interioară și să construim împreună în lumea ta oportunitățile de a exersa Curajul, în situații obișnuite de viață în care fricile stau la pândă de după perdea. Îmi doresc să-ți găsești vocea, să urci pe scenă la finalul acestei călătorii și să începi o viață mai plină, mai liberă, mai fericită.

Mulțumesc pentru încrederea pe care mi-ai acordat-o cumpărând această carte și sper să stai cu mine până la final și apoi să-mi trimiți gândurile tale pe adresa mea de mail radu.glont@gmail.com. Vreau să devin un scriitor mai bun și mai util celor din jurul meu și pentru asta am nevoie de sfatul tău.

Să pornim!

2. Definiția Curajului

Definiție DEX: CURĂJ s. n. Forța morală de a înfrunța cu îndrăzneală primejdiile și neajunsurile de orice fel; îndrăzneală, fermitate în acțiuni sau în manifestarea convingerilor; tărie de caracter, temeritate, bărbăție.

Originea latină a cuvântului curaj este *cor*, inimă. În forma inițială a cuvântului, curaj înseamnă să arăți ce ai în inimă.

Ce înseamnă curajul pentru mine: să trăiești după valorile și principiile tale chiar și atunci când frica de eșec și de respingere îți suflă în ceafă, creativitate, responsabilitate, sinceritate, iubire, suferință, asumarea rolului tău în viața ta și a celorlalți cu seninătate, putere și umor. Curajul înseamnă libertate.

3. Frici bune versus frici rele

„Curajul înseamnă să știi de ce să nu te temi.” – Platon

Dă-ți demisia acum și urmează-ți visul! Un hotel-spa pentru pisici, în care sunt tratate cu cele mai scumpe creme franțuzești și vopsite în roz și verde este o idee bună sigur!

Scoate-ți toți banii din economii, ia-ți bilet de avion dus și mută-te în țara aia îndepărtată la care tot visezi, dar până acum nu ai avut curaj nici să o vizitezi!

Divorțează mâine dacă nu te mai înțelegi cu ea!

Vinde casa și bagă toți banii în cripto! Toți s-au îmbogățit din asta!

Schiază direct pe pârtia roșie! Sau chiar neagră, că e și mai aventuros!

Du-te cu barca pe mare și asumă-ți riscurile, chiar dacă nu ai mai făcut asta niciodată! Ai văzut cum se conduce o barcă și, oricum, dacă e să se întâmple ceva, vine paza de coastă și te salvează!

Du-te pe munte fără echipament potrivit și fără să te uiți pe prognoza meteo, pentru că oricum vremea e schimbătoare!

Să le luăm pe rând.

Dă-ți demisia acum și urmează-ți visul! Sigur un hotel-spa pentru pisici în care sunt tratate cu cele mai scumpe creme franțuzești și vopsite în roz și verde este o idee bună!

Să-ți dai demisia poate să fie un act de curaj, dar și de inconștientă. Și, ca orice act de inconștientă, sunt șanse mici să iasă cum vrei tu. E o idee bună să îți dai demisia dacă nu ai economii și niciun plan de backup, cum ar fi un job care te așteaptă sau un demers antreprenorial validat ca model de business? Dacă mai ai și rate, datorii sau o familie de care ești răspunzător?

Care sunt șansele să înflorești și să ajungi un om cu succes financiar din această situație extremă? Sigur, sunt tot felul de oameni care livrează video-uri motivaționale sau poate ai citit autobiografiile ale unor oameni de succes care s-au ridicat din nimic sau care au explodat financiar și profesional tocmai în momente extreme în viață (pierderi mari, falimente, divorțuri sau concedieri). Însă de ce oare auzim doar de ei? Pentru că cei care și-au dat demisia fără să se gândească înainte la un plan de backup și care s-au cufundat ușor-ușor în datorii, care apoi i-au dus direct în dependențe precum alcool, droguri sau jocuri de noroc, care poate au pierdut și casa din cauza datoriilor la bancă sau la cămătari și pe care familia îi privește cu tristețe și reproș, nu au postat poveștile astea. Încă se luptă să supraviețuiască, încă regretă deciziile luate și, din depresia în care s-au adâncit, să facă un filmuleț despre asta este ultima lor prioritate.

Analizează riscurile implicate, minimizează-le lucrând la planuri de backup, vezi ce ai face dacă ar merge rău și, dacă ești ok cu scenariile implicate, *do it*. Sigur, rămâne teama de a face o schimbare majoră, este firească, dar te lansezi într-un act de

curaj care are șanse reale să te dezvolte ulterior, diferit de un act de inconștientă care te poate îneca în propriile gânduri amare.

Scoate-ți toți banii din economii, ia-ți bilet de avion dus și mută-te în țara aia îndepărtată la care tot visezi, dar până acum nu ai avut curaj nici să o vizitezi!

Tot respectul pentru oamenii care economisesc. Pentru zile negre și pentru bătrânețe, pentru când nu vor mai fi la fel de productivi, creativi și energici ca acum. Pentru când o nouă criză economică va lovi și ratele vor aștepta să fie plătite în continuare, pentru când businessul nu o să mai meargă la fel de bine și va trebui să plătești angajații valoroși ca să nu plece sau pentru când ești dat afară din senin. Și, dacă lucrurile astea nu se întâmplă și economiile tale cresc, ai făcut și investiții și consideri că ai un surplus financiar (= bani pe care, dacă îi pierzi, nu îți afectează în niciun fel viața de zi cu zi sau planurile de viitor), *do it*. Ce ai de pierdut? Dar poate nu te muți din prima, ci închiriezi câteva luni un apartament pe insula aia de vis ca să verifici dacă nu cumva a vorbit din tine „sindromul turistului” care, cum vede o țară exotica și ospitalieră, vrea să se mute acolo, ignorând faptul că a locui acolo este o cu totul altă mâncare de pește decât să te trateze toți frumos 10 zile de vacanță la hotel.