



**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**DUNCAN, TODD**

**Calea împlinirii personale** / Todd Duncan; trad.:  
Iris-Manuela Anghel-Gîtlan. - București : Amaltea,  
2006

ISBN (10) 973-7780-40-X;  
ISBN (13) 978-973-7780-40-9

I. Anghel-Gîtlan, Iris-Manuela (trad.)

159.9

**THE *POWER* TO BE YOUR BEST!**

TODD DUNCAN

© 2000 by Todd Duncan

**CALEA ÎMPLINIRII PERSONALE**

TODD DUNCAN

ISBN (10) 973-7780-40-X;  
ISBN (13) 978-973-7780-40-9

© 2006 – EDITURA AMALTEA

## ***Despre autor***

*Todd Duncan este fondatorul companiei Duncan Group, o companie internațională, care organizează seminarii pe tema dezvoltării vieții personale, ce are sediul în La Jolla, California. Todd îi ajută pe oameni să obțină succesul în viață și să descopere semnificația acesteia, fiind considerat printre primii cinci oratori de prestigiu pe plan internațional. Casetele, seminariile și cărțile sale cu tematică motivațională au ajutat milioane de oameni să-și descopere și să-și exploateze potențialul în viața personală și profesională. Todd locuiește în La Jolla, California, împreună cu soția sa, Sheryl, și cei doi fii ai lor.*

# Cuprins

Mulțumiri .....	12
Promisiunile pe care le fac cititorilor mei .....	14
Cuvânt înainte.....	16
Citiți aceste rânduri! .....	18
Cum să vă clădiți fundamentul pentru viața pe care v-o doriți .....	22

## **PARTEA I: VIITORUL SUNTEȚI VOI!**

1. Unde vreți să ajungeți astăzi? .....	29
2. Călătoria vieții: planul pentru preluarea controlului desăvârșit asupra vieții .....	54
3. Șapte tipare de comportament pentru o viață eficientă.....	84

## **PARTEA A II-A: MISIUNE, PASIUNE, PRODUCTIVITATE ȘI PUTERE**

4. Destinația – succes: de ce vă aflați aici? .....	114
5. Viziuni, valori și arta de a zbura .....	140
6. O viață bazată pe sistemul de valori: arta folosirii eficiente a timpului.....	170

## **PARTEA A III-A: ARTA DE A FACE AVERE**

7. Capitol destinat numai bărbaților .....	196
8. Învățați-vă copiii să devină domnițe și cavaleri! .....	217
9. Iubiți ceea ce faceți, faceți numai ceea ce vă place și banii vor veni de la sine!.....	233
10. Puterea promisiunilor .....	264
11. Puterea unui mentor .....	283
12. Din mormânt spre slavă .....	306

# Promisiunile pe care le fac cititorilor mei

## Promit:

1. Să vă ajut să faceți diferența dintre locul în care vă aflați și locul în care doriți să ajungeți.
2. Să vă ajut să creați o hartă *imbatabilă* a vieții, care vă va conduce în locurile tainice ale puterii voastre și prin intermediul căreia veți ajunge la destinația dorită.
3. Să vă demonstrez cum vă puteți menține impulsul de a merge mereu înainte cu ajutorul unei liste care să cuprindă *principalele tipare de comportament necesare unui trai eficient*.
4. Să vă încurajez să credeți în forțele voastre. Planurile și listele nu sunt suficiente; ele trebuie „flancate“ de o imagine de sine puternică, dar și de un sistem de valori care să vă ridice moralul ori de câte ori vă aflați pe marginea prăpastiei.
5. Să vă demonstrez prin exemple concrete importanța noțiunii de „exersare, exersare și iar exersare“. Să vă ajut să înțelegeți și să nu uitați cât veți trăi că *cei mai bine plătiți „jucători“ din lume se antrenează mai mult decât joacă*.
6. Să vă conving de faptul că – atunci când veți face ce vă place cu adevărat – banii, influența, respectul și puterea de a-ți atinge potențialul maxim vor veni de la sine.
7. Să vă ajut să înțelegeți că nu aveți nevoie de mai mult timp ca să duceți o misiune la bun sfârșit. Nu veți avea niciodată la dispoziție mai mult de 24 de ore, dar *supunerea* timpului este cheia *stăpânirii* timpului vostru – este un proces care nu se limitează doar la conceperea listei tradiționale de priorități.

8. Să vă demonstrez că cei mai buni profesori se află chiar în preajma voastră: copiii, soțul/soția, colegii de serviciu, bunicii, prietenii. Unul dintre secretele primordiale prin care puteți deveni niște ași în viață este să învățați să stăpâniți arta de a fi *adevărați* părinți, colegi și prieteni.
9. Să vă ajut să vă calculați *bilanțul* și să vă descoperiți capitalul de care dispuneți în realitate. Vă voi oferi – și veți învăța să puneți în aplicare – strategii care au trecut deja testul timpului ca să obțineți succesul în afaceri și în viață.
10. Să vă demonstrez puterea extraordinară a repetării, în special dacă este corelată cu un model, un mentor și un exemplu emulativ.
11. Să vă încurajez să vă exploatați potențialul la maxim cu ajutorul a zece promisiuni, pe care trebuie să vi le faceți și să le respectați pentru a vă bucura de recompense substanțiale.
12. Să vă reamintesc că – în ciuda faptului că banii, gloria și succesul sunt importante – lucrurile pe care le adunăm în viață nu vor mai conta la un moment dat atât de mult. Moștenirea pe care o lăsăm în urmă este cea care contează cu adevărat. Ca să vă dezvoltați și să vă „hrăniți“ puterea de a fi mereu cei din linia întâi trebuie să știți unde mergeți din clipa în care ați câștigat cursa vieții.

## Cuvânt înainte

Foarte mulți oameni ratează – la mustață – șansa de a obține succesul în viață. Dorința de a ne bucura de acest succes, care ne oferă nu numai un standard ridicat de viață, ci și un sistem de valori după care să ne conducem, a devenit obiectivul tuturor oamenilor din ziua de astăzi. Todd Duncan, în cartea sa „*Calea împlinirii personale*“, îi oferă cititorului șansa să cunoască și să savureze acest succes.

Este o carte care apelează la rațiunea noastră, prezentându-ne un plan de bătaie logic și sistematic, ce vă va satisface dorințele sufletului. Ne oferă un mod inedit de abordare a vieții și a succesului, atingând toate aspectele importante ale existenței umane, care sunt niște condiții *sine qua non* pentru obținerea și savurarea succesului rațional la care visăm cu toții.

Un lucru extraordinar, prezent în această carte, îl constituie faptul că Todd joacă rolul de consilier personal al cititorului, care întâmpină greutăți în drumul său, pune întrebări sau pur și simplu vrea să știe cum să dea dovadă de mai multă eficiență în căutarea bunătăților și valorilor vieții. Todd Duncan aduce în discuție conceptul pe care eu – personal – mi-am clădit cariera: puteți avea tot ce vă doriți în viață dacă vă ajutați semenii să-și împlinească visurile. Dorința sa este aceea de a-și ajuta semenii să obțină succesul în viață și să devină cei mai buni. Acesta este obiectivul lui – fie că ține un discurs, oferă consiliere unei persoane sau scrie o carte; el este omniprezent în toate ocaziile în care vă poate oferi un sfat sau vă poate învăța ceva.

Todd Duncan este un individ obișnuit, care nu se ascunde în spatele unei măști. Sintagma atât de bine cunoscută „Ochii nu te înșală“ joacă un rol important în existența lui Todd.

Este un exemplu remarcabil în viața personală, familială și profesională. Călătoria sa prin universul uman se desfășoară într-un ritm cumpătat și echilibrat. Când în calea sa se ivesc răsپântii, nu numai că reușește să le depășească, dar le dezvăluie cititorilor lui calea prin care pot trece la rândul lor peste obstacolele vieții. Este o carte extraordinară.

– Zig Ziglar



## Citiți aceste rânduri!

Doctorul Viktor E. Frankl, unul dintre supraviețuitorii de la Auschwitz, unde a petrecut trei ani cumpliți, dar și al altor locuri ale morții, conduse de niște ființe ce nu pot fi numite oameni, a scris aceste însemnări despre viața în închisorile lui Hitler:

*„Cei care au trăit în lagărele de concentrare își amintesc și acum de oamenii care treceau printre barăci, oferind alinare și dăruind altora ultima îmbucătură de pâine. Poate că au fost puțini la număr, dar ei sunt dovada vie a faptului că omului îi poți lua orice în afară de un singur lucru: suprema libertate umană – dreptul de a-ți alege propria atitudine în orice situație, dreptul de a-ți alege propriul drum pe care să mergi până la capăt.*

*Și poți întotdeauna să faci alegerile pe care le vrei. Fiecare zi, fiecare oră îți oferă șansa să iei o decizie – o decizie ce va determina dacă te vei supune sau nu forțelor care amenință să-ți răpească sufletul, personalitatea, libertatea lăuntrică; dacă vei deveni sau nu marioneta circumstanțelor, renunțând la libertate și demnitate pentru a îmbrăca straiile deținutului tipic.*

*...Indiferent de condițiile în care ne era dat să trăim, lipsa somnului, mâncarea insuficientă și nenumărate modalități de exercitare a torturii, ce-și lăsau puternic amprenta asupra minții umane, determinându-i pe deținuți să reacționeze într-un anumit fel, a devenit un lucru evident faptul că – în final – personalitatea pe care și-o modela prizonierul era rezultatul unei decizii lăuntrice, nu doar al influențelor malefice din lagăr. Așadar, chiar și*

*în aceste circumstanțe înfiorătoare, omul poate să decidă drumul pe care vrea să meargă – atât mental, cât și spiritual.“*

Mă cuprind fiorii ori de câte ori citesc aceste rânduri. Cum a fost viața în aceste condiții? Cum a reușit Frankl să supraviețuiască? Cum și-a păstrat o perspectivă atât de optimistă asupra vieții în condiții de chin și suferință? Sper să nu aveți niciodată parte de calvarul pe care Frankl a fost nevoit să-l îndure în lagărele de concentrare naziste. Dar ce s-ar fi întâmplat dacă *ați fi fost* în locul lui? Cum ați fi suportat mânia, teama și traumele mentale și fizice, care v-ar fi încătușat în ghearele lor atunci când ați fi văzut că prietenii sau rudele voastre intră la „dușuri“, dar nu se mai întorc niciodată? Am fi reușit – eu sau voi – să luăm o hotărâre launtrică, ce ne-ar fi catapultat dincolo de ororile prezente și ne-ar fi modelat atitudinea indiferent de aceste circumstanțe... în așa fel încât ne-am fi putut alege propriul drum pe care să mergem? Poate că nu vom ști niciodată. Dar, în loc să speculăm despre trecut, mai bine ne-am îndrepta atenția spre prezent și viitor. Poate că nu ați fost reduși niciodată la statutul de animale, închiși într-un lagăr de concentrare, fără să știți dacă veți mai vedea vreodată răsăritul de soare, dar este posibil ca – uneori – să vă simțiți prizonierii propriilor voastre temeri – ferecați într-o mare de dezamăgire, încătușați, imobilizați de un sentiment de neputință, care vă împiedică să faceți ceea ce vreți să faceți sau să deveniți persoana pe care Dumnezeu Însuși v-a hărăzit să fiți.

Dacă v-ați aflat pe marginea prăpastiei – sau dacă trăiți în mocirla pe care v-am prezentat-o mai devreme – atunci această carte vă este destinată. Veți regăsi în paginile ei speranța, curajul, credința și dragostea pe care le-ați crezut cândva pierdute. Veți descoperi idei, modele, hărți, planuri și cuvinte de

încurajare ce vă vor ajuta să găsiți resursele la care să apelați mereu pentru a duce o viață de succes. În cazul în care credeți că este vorba doar de un tratat teoretic despre succes, voi fi cât se poate de sincer: Cu puțin timp în urmă, când era vorba despre sentimente precum teama, neputința, descurajarea sau dezamăgirea, le cădeam mult prea ușor pradă, pentru că eram incapabil să apelez la valorile care sălășluiau în adâncul sufletului meu. Nu eram în stare să iau hotărârile corecte, să-mi apreciez limitele sau să cred într-un Dumnezeu care mă iubea mai mult decât mă iubeam eu însumi. Firește, obiceiul de a consuma cocaină în valoare de 80.000 de dolari pe an nu mă ajuta prea mult.

# Dacă...

Ați obținut deja succesul și vreți mai mult de la viață,

Sunteți sclavii unui comportament care vă distruge,

Vreți să înțelegeți tâlcurile ascunse ale vieții,

Sunteți un părinte singur,

Sunteți un director de vârstă mijlocie, aflat în căutarea unei alte direcții de afaceri,

Sunteți un părinte cu rude „vitrege“,

Sunteți o gospodină care încearcă să înfrunte provocările de pe frontul casnic,

Sunteți înlănțuiți într-o carieră fără perspective și vreți să scăpați,

Vreți pur și simplu să stăpâniți puterea de a fi niște ași în tot ceea ce faceți

**Atunci această carte vă este destinată.**

# Cum să vă clădiți fundamentul pentru viața pe care v-o doriți

---

„UNDE VREȚI SĂ AJUNGEȚI ASTĂZI?“

– *Slogan al companiei Microsoft*

**PUTEREA:** CAPACITATEA DE A ACȚIONA,  
DE A REALIZA SAU DE A PRODUCE CEVA

– *Definiție dată de dicționarul Webster*

---

---

Subiectul acestei cărți este puterea... *puterea de a-ți exploata potențialul la maxim*. Vă oferă „rețeta“ capturării acestei puteri extraordinare pentru a putea fi ceea vă doriți să fiți. Vă va ajuta să realizați astăzi lucruri, care – mâine, dar și în anii ce vor veni – vă vor schimba viața radical. Iată o formulă care – bazată pe convingere și disciplină – vă va echipa cu o putere uluitoare, ce vă va ajuta să vă transformați visurile în realitate:



Aceste cinci ingrediente de bază constituie moleculele interne care vă vor asigura energia fizică și spirituală ca să realizați practic tot ce vă doriți în viață. Poate că vă doriți ca această energie să vă ajute să vă schimbați cariera sau să avansați în profesia pe care o aveți în prezent. Poate că doriți să găsiți puterea de a slăbi, de a renunța la băutură sau la droguri, de a câștiga mai mulți bani, de a avea relații mai bune, de a dărui vitalitate și intensitate căsniciei voastre sau de a

crea o moștenire pentru copiii voștri. Nu există limite care să stea în calea acestei puteri extraordinare. Ea vă poate asigura viitorul – acesta este aspectul cel mai important.

De unde știu acest lucru? Cu ajutorul acestei puteri, am pus bazele unei companii, care a obținut venituri în valoare de milioane de dolari, a influențat sute de mii de vieți și mi-a adus – mie și fami-

liei mele – o avere considerabilă. Această putere m-a ajutat să evit falimentul și să nu ajung în pragul sărăciei; m-a ajutat – acum 10 ani – să-mi controlez comportamentul negativ: consecința dependenței mele de alcool și de cocaină. Datorz acestei puteri uluitoare relația fericită pe care o am cu soția mea, Sheryl, și cu fiii mei, Jonathan și Matthew. Cu ajutorul acestei puteri, mi-am asigurat viitorul și mi-am creat un scut impenetrabil împotriva provocărilor și tentațiilor care îmi invadează viața în orice clipă. Pentru că mi-am asigurat prezentul și mi-am ferecat trecutul, iar viitorul este mai luminos decât mi-aș fi imaginat vreodată că poate fi, am acum energia, pasiunea și puterea de a-mi exploata potențialul la maxim, iar voi îmi puteți urma exemplul.

Această putere este – în mare parte – rezultatul relației mele cu Dumnezeu. Lucrurile nu au stat așa dintotdeauna. Ani de zile, am ignorat puterea pe care ți-o poate oferi relația cu Creatorul nostru. În primii treizeci de ani de viață, deși eram conștient de existența unui Dumnezeu, Îl consideram doar o simplă noțiune. La fel ca actorii Greciei antice, invocam, în momente de cumpănă, un „deus ex machina“, rugându-mă să mă salveze dintr-o nouă încercare. Și – la fel cum făceau grecii – după ce zeul lor cel bun înfăptuia o minune, îl închideam și eu pe al meu într-un sertăraș din minte, pe care îl mai deschideam

---

*Nu există limite  
care să stea în  
calea acestei  
puteri  
extraordinare. Ea  
vă poate asigura  
viitorul – acesta  
este aspectul cel  
mai important.*

---

în clipe de restriște. Am trăit ani de zile cu propriul meu „deus ex machina“. Când aveam nevoie de Dumnezeu, Îl invocam, sperând din suflet că se mai afla în sertărașul Său și că va accepta să mă mai ajute o dată. Apoi, datorită unui har uman extraordinar, care se numește memorie selectivă, când lucrurile reveneau pe făgașul normal, uitam de Dumnezeu și de ajutorul Său și porneam din nou pe drumul meu. Îmi trăiam viața așa cum doream eu.

Apoi, s-a întâmplat minunea. Am trăit o transformare dramatică la vârsta de 30 de ani în Phoenix, Arizona, când am avut onoarea să petrec 15 minute în compania lui Zig Ziglar, unul dintre cei mai mari scriitori și oratori ai zilelor noastre. Mi-a spus că Dumnezeu nu mă veghea doar cu jumătate de normă și, de aceea, nici eu nu trebuia să-L slujesc doar cu jumătate de normă. Discuția pe care am avut-o cu Zig mi-a mers la inimă și, din acel moment, am încercat să urmez cuvintele înțelepte ale regelui Solomon, care – în urmă cu peste 3000 de ani – a spus în Cartea Proverbelor: „Încredințează-ți lucrările în mâna Domnului și îți vor izbuti planurile!... Inima omului se gândește pe ce cale să meargă, dar Domnul îi îndreaptă pașii.“ (16:3, 9)

## CALEA SPIRITUALĂ

Principiile acestei cărți urmează două căi. Prima este *calea spirituală*. Sper din tot sufletul ca viața să vă fie influențată de o relație personală cu Creatorul nostru. Dacă veți stabili această relație, depinde numai de voi. Eu nu pot decât să vă împărtășesc convingerile și crezul ce îmi călăuzesc pașii prin viață. Dacă rândurile pe care le veți citi în paginile acestei cărți vă vor atinge coardele sensibile ale sufletului și vă vor ajuta să trageți concluzii noi, sunt convins că veți trăi o transformare radicală, ce va avea consecințe uluitoare asupra vieții voastre.

## CALEA SUCCESULUI

Cea de a doua cale este *calea succesului*. Cartea conține principii practice, legi, planuri și hărți care vă vor ajuta să descoperiți adevăratele valori ale vieții. Multe dintre aceste principii își au rădăcina în Biblie. Asta înseamnă că sunt eterne – sunt cele mai eficiente strategii despre succes pe care le veți găsi vreodată. Dacă doriți să vă „îmbogățiți“ pe plan spiritual, fizic, financiar sau profesional, paginile acestei cărți vă vor ajuta să sondați cu mai multă atenție aceste domenii și să deveniți ceea ce v-ați dorit întotdeauna să fiți.

O ultimă observație: Veți descoperi presărate printre rânduri idei de o valoare incontestabilă, care nu fac parte neapărat din carte, ci sunt gânduri menite să vă stimuleze sufletul și imaginația, îndemnându-vă să citiți mai departe. Aceste teme de meditație sunt vitale pentru succesul vostru viitor. Tratați-le, așadar, cu seriozitate! Când veți da peste aceste idei surprinzătoare, luați imediat un creion și treceți la secțiunea intitulată „Plan de acțiune“! Aceasta este pagina destinată „temelor pentru acasă“, căci aici vă veți nota gândurile și le veți folosi apoi ca pe un plan organizat de acțiune.

Vă mulțumesc pentru că sunteți dornici să vă investiți timpul și energia. Și acum să pornim în călătoria care ne va oferi posibilitatea să explorăm... *Puterea de a ne exploata potențialul la maxim!*





Faceți bine de puteți,  
Oricând puteți,  
Așa cum puteți,  
Oriunde vă aflați,  
Tututor semenilor – de puteți,  
Atâta timp cât puteți.

– *John Wesley*



Aceste șase versuri pline de  
înțelepciune  
vă vor determina să faceți tot ce  
puteți ca să exploatați  
*Puterea de a fi mereu cei din linia  
întâi!*