

Dimineața miraculoasă

**Cele ȘASE OBICEIURI care
îți vor transforma viața
înainte de 8 a.m.**

Hal Elrod

Traducere din engleză de
Ramona Adina Neacșa

Lifestyle

**TREBUIE
SĂ ȘTII**

<i>Notă către tine, cititorule</i>	9
O invitație specială.	
Comunitatea Dimineța miraculoasă	13
Introducere. Povestea mea și de ce povestea ta este cea care contează	17
1 Este timpul să te trezești la adevăratul tău potențial.	29
2 Originea dimineții miraculoase: apărută din disperare	37
3 Verificarea realității — 95%	53
4 TU de ce te-ai trezit în această dimineță?	73
5 Strategie în cinci pași să te trezești fără să mai ațipești (pentru toți cei dependenți de moțaiala de dimineță).	80
6 Life S.A.V.E.R.S. Șase practici care te vor salva garantat de la o viață cu un potențial neîmplinit.	87
Life S.A.V.E.R.S. S este de la Silence	92
Life S.A.V.E.R.S. A este de la Afirmații	99
Life S.A.V.E.R.S. V este de la Vizualizare	109

Life S.A.V.E.R.S. E este de la Exerciții fizice	116
Life S.A.V.E.R.S. R este de la Reading	120
Life S.A.V.E.R.S. S este de la Scriere.	125
7 Miracolul în șase minute (rezultate reale în șase minute)	135
8 Personalizarea miracolului de dimineată ca să se potrivească stilului tău de viață și să te poarte spre atingerea celor mai înalte scopuri și visuri.	139
9 De la de nesuportat la de neoprit. Secretul dezvoltării unor obiceiuri care îți vor transforma viața (în 30 de zile)	147
10 Provocarea Dimineții miraculoase care îți transformă viața în 30 de zile	159
Concluzie Aceasta să fie ziua în care renunți la cel care ai fost pentru cel care poți fi	167
<i>O invitație specială. Comunitatea Dimineata miraculoasă</i>	170
<i>Un bonus esențial. E-mailul care îți va schimba viața.</i>	172
<i>Citate care provoacă gândirea</i>	178
<i>Mulțumiri</i>	181
<i>Citește măcar ultimul paragraf (îți este dedicat ȚIE)</i>	181
<i>Povești și rezultate de succes</i>	187

Povestea mea și de ce povestea ta este cea care contează

3 decembrie 1999 — viața era frumoasă. Nu, era *fabuloasă*. La 20 de ani, tocmai terminasem primul an de colegiu. În ultimele 18 luni devenisem unul dintre cei mai productivi reprezentanți de vânzări pentru o companie de marketing de 200 de milioane de dolari, depășind recordurile companiei și câștigând mai mulți bani decât îmi imaginasem vreodată că voi câștiga la această vârstă. Eram îndrăgostit de prietena mea, aveam o familie care mă susținea și prietenii cei mai buni pe care și i-ăr fi putut dori un tânăr. Eram cu adevărat binecuvântat.

S-ar fi putut spune că eram în al nouălea cer. Nu aveam cum să știu că aceea era noaptea în care lumea mea va lua sfârșit.

11:32 p.m. / Conduceam cu 110 km/h pe Autostrada 99.

Am plecat de la restaurant, lăsându-i în urmă pe prietenii noștri. Eram doar noi doi acum. Iubita mea, obosită după evenimentele din timpul serii, moțâia pe locul pasagerului. Nu și eu. Eram perfect treaz — ochii ațintiți la drumul din față, fluturând degetul în aer în timp ce dirijam melodiile lui Ceaikovski.

Având încă o stare de euforie dată de evenimentele serii, nici nu mă gândeam la somn. Zburam pe autostradă cu

110 km la oră în Fordul Mustang alb nou-nouț, gândindu-mă că trecuseră numai două ore de la cel mai bun discurs pe care îl ținusem în viața mea. Fusesem pentru prima dată ovaționat în picioare, așa că eram încântat. De fapt îmi doream cu disperare să îmi strig sentimentele de recunoștință oricui ar fi fost dispus să asculte, dar iubita mea dormea, deci nu îmi era de niciun folos. M-am gândit să îi sun pe părinți, dar era târziu; probabil că deja se culcaseră. Ar fi trebuit să îi sun. Nu aveam însă de unde să știu că aceea va fi ultima mea ocazie să vorbesc cu părinții mei — sau cu oricine altcineva — pentru o lungă perioadă.

O realitate de neimaginat

Nu, nu îmi amintesc farurile masivului camion Chevrolet care venea direct spre mine. Dar așa s-a întâmplat. Într-o clipă de neșansă, uriașul Chevy, călătorind cu o viteză estimată de 130 km la oră, s-a izbit frontal de Fordul meu Mustang mai mic și evident mai dezavantajat. Următoarele secunde s-au derulat cu încetinitorul, în vreme ce melodia lui Ceaikovski acompania dansul nostru macabru.

Structurile metalice ale celor două vehicule s-au ciocnit — scrâșnind și hârjâind pe când se contorsionau și se frângeau. Airbagurile Mustangului au explodat cu o forță care ne-a lăsat inconștienți. Creierul meu, mergând încă cu 110 km la oră, s-a izbit de partea din față a craniului, distrugând mare parte din țesutul cerebral vital care alcătuia lobul meu frontal.

În urma impactului, partea din spate a Mustangului a fost împinsă pe banda de circulație din dreapta mea, transformând portiera șoferului într-o țintă imposibil de evitat pentru mașina din spate. Un sedan Saturn, condus de un puști de 16 ani, s-a izbit de ușa mea cu 110 kilometri la oră. Portiera s-a deformat și a intrat în partea stângă a corpului meu. Rama plafonului de metal s-a îndoit către capul meu, spărgându-mi țeasta și aproape retezându-mi urechea stângă.

Oasele cavității oculare stângi au fost zdrobite, lăsându-mi globul ocular neprotejat. Brațul stâng s-a rupt, tăind nervul radial din antebraț și zdrobindu-mi cotul, în vreme ce osul umărului, fracturat acum, mi-a străpuns pielea din spatele bicepsului.

Pelvisul meu a primit imposibila sarcină de a separa botul mașinii Saturn de consola centrală a mașinii mele, dar a eșuat. S-a fracturat în trei locuri diferite. În cele din urmă, femurul — cel mai mare os al corpului uman — s-a frânt în două, iar unul dintre capete a ieșit ca o țepușă prin pielea coapsei, făcând o gaură în pantalonii negri.

Era sânge peste tot. Trupul meu era distrus. Creierul, deteriorat pentru totdeauna.

Incapabil să suport imensa durere fizică, corpul meu a cedat, tensiunea arterială a scăzut și totul s-a înnegrit în fața ochilor când am intrat în comă.

Trăim numai... de două ori?

Ceea ce s-a întâmplat mai departe a fost pur și simplu incredibil — ceea ce mulți ar fi considerat un *miracol*.

Echipele de intervenție au sosit și, cu ajutorul uneltelor de descarcerare, pompierii mi-au scos corpul însângerat dintre fiarele contorsionate. Până când au reușit să mă scoată de-acolo, sângerasem. Inima a încetat să mai bată. Am încetat să mai respir.

Din punct de vedere clinic, eram mort.

Paramedicii m-au urcat imediat în elicopterul de salvare și au trudit cu înverșunare să îmi salveze viața. Șase minute mai târziu, au reușit. Inima a început să-mi bată din nou. Am inspirat oxigen proaspăt. Din fericire, eram viu.

Am stat șase zile în comă și, când m-am trezit, mi s-a spus că s-ar putea să nu mai pot merge niciodată. După șapte săptămâni grele de recuperare și refacere în spital, în care am învățat din nou să merg, am fost dat în grija părinților

mei — înapoi în lumea reală. Cu 11 oase rupte, un creier deteriorat pentru totdeauna și o fostă prietenă, care s-a despărțit de mine în spital, viața mea, așa cum o știusem, nu avea să mai fie niciodată la fel. Vă vine să credeți sau nu, lucrul acesta s-a dovedit a fi unul bun.

Acomodarea cu această realitate nouă nu era ușoară și, din când în când, nu puteam să nu mă întreb — *de ce mi s-a întâmplat tocmai mie asta?* — dar a trebuit să îmi asum responsabilitatea de a-mi lua viața înapoi. În loc să mă plâng despre cum *ar trebui* să stea lucrurile, le-am acceptat așa cum erau deja. Am încetat să mai consum energie *dorindu-mi* ca viața mea să fie diferită, dorindu-mi ca *lucruri rele* să nu mi se fi întâmplat, și m-am concentrat în schimb pe ceea ce puteam face bine folosindu-mă de ceea ce aveam. De vreme ce nu puteam schimba trecutul, m-am concentrat pe mersul înainte. Mi-am dedicat viața împlinirii potențialului meu și realizându-mi visurile, și astfel am putut descoperi cum să îi ajut pe alții să procedeze la fel.

Și, ca rezultat al faptului că am ales să fiu cu adevărat *recunoscător* pentru ceea ce aveam, *acceptând* necondiționat ceea ce nu aveam, acceptând întreaga responsabilitate pentru *crearea* lucrurilor pe care le doream, acest accident de mașină devastator a devenit unul dintre cele mai bune lucruri care mi s-au întâmplat vreodată. Având credința că totul se întâmplă pentru un motiv — dar că este *responsabilitatea noastră să alegem motivele cele mai puternice* pentru provocările, evenimentele și împrejurările vieții noastre —, m-am folosit de accident ca să creez o triumfală revenire.

2000. Un an care pe l-am început pe patul de spital — frânt, dar nu înfrânt — s-a terminat destul de diferit. Deși nu aveam mașină, nici memorie pe termen scurt, înzestrat cu toate scuzele din lume ca să stau acasă și să-mi plâng de milă, m-am întors la postul de vânzări din Cutco. Am avut cel mai bun an din întreaga carieră și am terminat pe locul 6 în companie (dintre aproximativ 60 000 de agenți activi de

vânzări). Toate acestea în timp ce încă mă recuperam fizic, mental, emoțional și financiar din dezastru.

2001. Cum din experiență învățasem câteva lecții de viață valoroase, era timpul să îmi transform necazurile în inspirație și model pentru alții. Am început să vorbesc și să împărtășesc povestea mea în licee și colegii. Reacțiile elevilor și studenților au fost copleșitor de pozitive și am pornit în misiunea de a-i responsabiliza pe tineri.

2002. Bunul meu prieten, Jon Berghoff, m-a încurajat să scriu o carte despre accidentul meu, ca să-i inspir și pe alții. Așa că am început să scriu. De îndată ce am început, m-am oprit. Eu nu sunt un scriitor. Eseurile din liceu erau o adevărată provocare, deci ce să mai vorbim de o carte. După câteva încercări repetate care s-au terminat întotdeauna cu mine uitându-mă lung la ecranul computerului, frustrat, nu se părea că o carte avea șanse de succes. Am terminat totuși, pentru al doilea an la rând, în topul primilor 10 la Cutco.

2004. Ca să-mi încerc abilitățile de manager, am acceptat poziția de *Director de vânzări* la biroul Cutco din Sacramento. Echipa noastră a ajuns pe locul 1 în companie și a dărâmat toate recordurile anuale. În aceeași toamnă am atins cea mai înaltă cotă personală de vânzări, ajungând pe „panoul de onoare” al companiei. Cu sentimentul că la Cutco am realizat tot ceea ce doream, era timpul să îmi împlinesc visul de a ajunge vorbitor profesionist pe teme motivaționale. Poate că voi scrie și cartea aceea pe care o tot aveam în minte în ultimii ani. De asemenea, am întâlnit-o pe Ursula. Eram de nedespărțit și aveam sentimentul că ar putea fi *aleasa*.

Februarie 2005. Stând în public, la ceea ce ar fi trebuit să fie ultima mea conferință la Cutco, mi-am dat seama de un lucru dureros: *niciodată nu îmi împlinisem adevăratul potențial*. Vai... Sigur, am câștigat câteva premii și am doborât câteva recorduri de vânzări, dar, urmărind de pe scaunul meu cum primii doi cei mai buni agenți își ridicau cel mai mare premiu anual oferit de Cutco — mult râvnitul *Rolex* —, mi-am dat seama că *niciodată nu m-am dedicat pe deplin, cel*