

CUPRINS

<i>MULȚUMIRI.....</i>	<i>9</i>
<i>INTRODUCERE</i>	<i>11</i>
<i>Capitolul 1. DE LA SUCCES LA ÎMPLINIRE: CALEA CĂTRE O DESTINAȚIE SUPERIOARĂ.....</i>	<i>33</i>
<i>Capitolul 2. TRIUNGHIUL SUCCESULUI TOTAL ȘI AL ÎMPLINIRII DESĂVÂRȘITE. UN MODEL UNIVERSAL</i>	<i>53</i>
<i>Capitolul 3. SECRETELE CENTRILOR DE FORȚĂ</i>	<i>99</i>
<i>Capitolul 4. DEZVOLTAȚI-VĂ RAPID PUTEREA VOINȚEI ȘI VITALITATEA</i>	<i>121</i>
<i>Capitolul 5. IUBIREA ALIMENTEAZĂ SUCCESUL ȘI ÎMPLINIREA.....</i>	<i>163</i>
<i>Capitolul 6. INTELIGENȚA CREATOARE: O VERITABILĂ UZINĂ MENTALĂ.....</i>	<i>179</i>

<i>Capitolul 7. CELE OPT VALORI ESENȚIALE NECESARE PENTRU ECHILIBRAREA VIEȚII MATERIALE ȘI A CELEI SPIRITUALE</i>	<i>273</i>
<i>Capitolul 8. O MEDITAȚIE PENTRU VINDECAREA ȘI SUSȚINEREA VIEȚII</i>	<i>355</i>
<i>Capitolul 9. PROGRAME PRACTICE SĂPTĂMÂNNALE</i>	<i>355</i>
<i>FORMULARE PENTRU AUTOEVALUĂRI</i>	<i>373</i>
<i>POSTFAȚĂ</i>	<i>381</i>

CAPITOLUL 1

DE LA SUCCES LA ÎMPLINIRE: CALEA CĂTRE O DESTINAȚIE SUPERIOARĂ

Indiferent dacă sunteți un lider consacrat sau pe cale de afirmare, bătrân sau tânăr, bărbat sau femeie, american, asiatic sau european, există un model unic care conduce către succes și împlinire. Dincolo de diferențele dintre noi, există similitudini încă și mai puternice, iar viitorul măreț al umanității depinde de descoperirea lor.

Marea majoritate a oamenilor aflați pe calea care conduce de la succes către realizare simt nevoia să cunoască împlinirea în cinci segmente importante ale vieții. În acest scop, cu toții trebuie să-și dezvolte și să-și echilibreze trei calități divine: puterea voinței, iubirea și inteligența creatoare. În viziunea noastră, aceste trei calități alcătuiesc împreună Triunghiul Succesului și al Împlinirii. Acesta este modelul universal care conduce către o viață mai fericită, mai sănătoasă

și mai echilibrată. Vom discuta amănunțit despre acest model în primele două capitole ale cărții de față, adăugând și o serie de studii de caz.

Maeștrii Himalayeni și alți învățători spirituali au recunoscut de mii de ani calitățile acestui model universal. Cartea de față prezintă o serie de aspecte practice, sistematice, care permit înțelegerea acestui model și integrarea înțelepciunii orientale care stă la baza lui în filozofia pragmatică occidentală, într-o abordare modernă, care le combină echilibrat pe amândouă.

Înțelegerea și aplicarea acestui model universal este absolut necesară pentru atingerea unui succes de durată, dar mai ales a împlinirii de sine, în lumea modernă, pentru a realiza în numai câțiva ani ceea ce majoritatea oamenilor nu reușesc să realizeze într-o viață.

Urmărirea succesului în lumea modernă

Până acum, oamenii nu au investit niciodată atât de mult în succes. Numai în Statele Unite se estimează că programele de dezvoltare personală au devenit o industrie care depășește 7 miliarde de dolari anual¹, urmând să crească la 9,1 miliarde de dolari până în 2005², conform proiecțiilor. De unde a apărut acest boom?

¹ Marketdata Enterprises

² Ibid.

În primul rând, marile corporații și-au dat seama că programele de educație și de pregătire profesională le permit angajaților lor accesul la o educație superioară cu ajutorul seminariilor, cărților, programelor audio și al altor instrumente de studiu. Învățarea academică continuă să aibă importanța ei, dar devine tot mai puțin un indicator al succesului în „lumea reală”.

În al doilea rând, tot mai mulți oameni își investesc timpul și energia în munca pe care o depun, sacrificându-și din păcate familiile, sănătatea și principiile de viață pentru a obține succesul material și profesional. Ei ating succesul, dar plătesc un preț exagerat de mare. Din acest motiv, foarte mulți dintre ei sunt dispuși să acorde o atenție sporită unui alt mod de viață, mai echilibrat.

Până recent, principalul accent în atingerea succesului a fost pus pe modalitățile cele mai eficiente de folosire a tehnologiei și pe utilizările practice ale resurselor, dar aceste premise nu asigură decât un succes parțial. Adevărata împlinire interioară nu se naște decât prin integrarea experiențelor de viață, a înțelepciunii, a unei cunoașteri de sine mai profundă și mai sistematică, precum și a unei viziuni mai largi asupra vieții. Aceste ingrediente sunt absolut necesare pentru atingerea unui succes real.

La ora actuală, cei mai mulți dintre oameni nu se mai limitează însă numai la atingerea succesului. Acesta înseamnă să obții ceea ce vrei, dar efectele sale sunt de regulă temporare. Adevărata împlinire înseamnă să te bucuri de ceea

ce ai, fără a pune însă accentul pe o viață statică. Viața trebuie să meargă înainte, astfel încât echilibrul trebuie menținut mai degrabă în ceea ce privește stabilirea noilor priorități, în toate sectoarele vieții, precum și în ceea ce privește împlinirea dinamică a noilor responsabilități.

Pe măsură ce cunoaștem succesul și ne împlinim obiectivele, următorul pas natural este să ne întoarcem către interior, căutând o nouă împlinire și o nouă semnificație a vieții, de natură superioară. Acesta este momentul marilor întrebări, de genul: „De ce mă aflu aici? Care este următorul pas pe care trebuie să-l fac? De ce simt că mai există ceva, cu toate că am tot ce îmi trebuie?”, sau „Cum se face că pot conduce cu succes o afacere mare, cu 10.000 de angajați, dar nu reușesc să fac față unei familii mici, cu trei copii?”

Succesul omului ca membru de familie, succesul nostru, al tuturor, ca societate, nu depinde de ceea ce se petrece la Casa Albă, ci de ceea ce se întâmplă în fiecare cămin din America.

- Barbara Bush, fostă Primă Doamnă a SUA -

De ce trebuie să transformăm succesul în realizare?

Succesul fără realizare nu reprezintă decât o jumătate din calea care conduce către împlinirea de sine. Acumularea

de lucruri noi, obținerea unei poziții superioare și dobândirea recunoașterii sociale fără a te bucura de ce ai și fără a contribui la împlinirea menirii tale superioare conduce de multe ori la așa-numitul „eșec al succesului”, la o senzație de gol interior, în pofida bogăției materiale și a respectabilității sociale.

Succesul înseamnă...

- Să-ți îndeplinești obiectivele și să obții ceea ce îți dorești.
- Să schimbi lumea în care trăiești.
- Să ai relații personale și colegiale cât mai bune.
- Să ai o slujbă sigură și bine plătită.
- Faimă și reputație.
- Să fii admirat și simpatizat.
- Să duci o viață materială confortabilă și să te bucuri de libertate financiară.
- Să beneficiezi de o bună educație.
- Să fii promovat la locul de muncă și să beneficiezi de creșteri consistente de salariu.

În timp ce lipsa succesului înseamnă...

- Să suferi încă de tânăr de un atac de cord, de paralizie sau de o altă boală gravă din cauza muncii în exces.