

LAIMINGI ŠUNSNUKIAI NAMUOSE

Kaip chaoso laikais išspausti iš
gyvenimo maksimumą

ALEX MONKO

© 2020-04-23

Alex Monaco

www.monaco.lt

Pirmas skyrius

STARTAS!



LAIMĖS KALEJIMAS

2007 metais interneite įsiviešpatavo skandalingas video virusas, kuriame kaliniai judėjo pagal **Maiklo Džeksono** hitą. Po šio įvykio Filipinuose esančio kalėjimo žinomumas pašoko iki dangaus. Kaip manai, kas vyko toliau?



Kalėjimu susidomėjo **Netflix**. Susuko dok. serialą pavadinimu „Happy Jail“ apie kalėjimo viršininką, jo norą sugeneruoti kaliniams daugiau laimės per įvairias veiklas. Kaip manai, kiek kalinių tapo bent kažkiek laimingesni? Laimingų buvo...

– KVAILYSTĖ, Alex, nesamonė, kalėjime yra sudėtinga atrasti laimę, jausti džiugesį! – pertrauks mane vienas iš skaitytojų, pabijojęs pažvelgti į plačias faktų akis, kuždančias „UŽ KALĖJIMO RIBŲ PADARYTI ŽMONES LAIMINGESNIUS TAIP PAT NERA LENGVA!“ Kodėl? Matai, **mus supantys žmonės yra ipročių bei įsitikinimų kaliniai!** Nors jie gali nueiti į parduotuvę arba į parką arba nuvažiuoti prie jūros, vis tiek jaučiasi nelaimingi lyg Pravieniškėse gyvenantys belaisviai!

Jie keikiasi, žemina vienas kitą interne.

Matei „Delfi” komentarus? O kaip tau lojantys vienas ant kito Seimo nariai?

Kodėl žmonės jaučiasi nelaimingi, nors yra laisvėje?

Matai, mūsų pasāmonė yra suprogramuota taip, kad saugotų nuo įvairių rizikų. Nesuprasdami to, mes specialiai įspraudžiame save į tam tikrus elgesio rėmus. Taigi, kol vieni sėdi fiziniame, antri tūno įpročių, o treti nepasitikėjimo kalejime. O taip, tuož papasakosiu apie įvairių rūšių kalėjimus, kuriuose gyvena tave supantys žmonės.

KALEJIMŲ RŪŠYS

Kartą Klaipėdoje teko daryti pranešimą – workshopą. Pačiame darbo įkarštyje prie manęs priėjo moteris. Uždavė klausimą: „*Esu dekretinėse. Esu uždaryta tarp keturių sienų. Vaikas atima visą laiką. Nieko nespėju. Kaip atrasti laiko sau?*“

Ji kalbėjo taip, lyg vaikas yra našta ir...

– *Alex, tu esi IDIOTAS, kalbi apie tai, ko nesuvoki!*
Iš kur tau žinoti, kaip jaučiasi moterys dekretinėse? – išrėks unisonu keli žmogiukai, nepasidomėjė mano gyvenimu. O juk vis dar esu tévystės atostogose.

Tévystės atostogas pasiėmiau gerą mėnesį prieš karantiną. Todėl užklupęs karantinas nepadarė didelės įtakos mano gyvenimui. O taip, žinau, ką reiškia būti uždarytam namuose ištisomis dienomis – savo kailiu patyriau, KAIP KIETAI YRA AUGINTI VAIKĄ!

Taip, tai sunku, bet tai nuostabu! Džiaugiuosi dėl to, ką darau! Beje, ką tik dukra užmigo, todėl turiu laiko šios knygos tekstui. O vakare prisésiu prie kitų darbų, kurių yra daug, bet kuriuos spésiu padaryti laiku. Suprantu, ne visi sugeba valdyti gyvenimą būnant namie taip puikiai, kaip pavyksta man, todėl yra tokią, kuriems atrodo, kad jie gyvena kalėjime. Ech...

Žmonės yra linkę išpūsti problemas. Jie turi įgimtą talentą viskame pastebėti ne pliusus, o minusus, todėl sugeba jausti priespaudą įvairių tipų erdvėse. Vieni jaučiasi nelaimingi būdami kaime, kiti jaučiasi nelaimingi būdami mieste, nes ten yra sugadintas oras.

Taigi, mes patys nusprenčiame, dėl kokių erdviių esam laimingi, o dėl kurių ne, kitaip tariant, mes patys susikuriame sau kalėjimus.

Kalėjimų būna įvairių rūsių – plaukiančių, skraidiančių, dreifuojančių, stovinčių vietoje ir...

Pvz. mano pažįstamas yra dirbęs laive. Jis žino, ką reiškia būti uždarytam plaukiojančioje dėžėje, kurioje dirba žmonių, turinčių barzdą ir ūsus, it piratai.

Gyvendamas laive susiduri su daugiau problemų nei tie, kam tenka eiti į parduotuvę užsidėjus kaukę!

Po velnių, tu negali pabėgti iš laivo, jeigu net labai norėtum, todėl žmonėms, besiskundžiantiems dėl karantino salygų, reikėtų prasivalyti smegenyse esančias mintis pavadinimu „*Man yra nepatogu, sudėtinga, nejauku*“! Tai ne viskas!

Siūlau pašokti virš de-be-sų!

Oooooooopa!!! Ar matai ši „belangi“?



Jame vienas iš žmonių išgyveno 437 dienas! Tai pasaulio buvimo kosmose rekordas. O KIEK laiko tu sėdi karantine? Siame „belangiaiame monstre“ yra gyvenę 104 žmonės. Iš viso kosmose yra buvę virš 562 žmonių. Kaip tau atrodo, ar jiem buvo patogu „gyventi“ ten, išitaisius „patogioje sofoje“? Suprask, jų gyvenimo sąlygos buvo super rizikingos!

Būdami ten, jie neturėjo galimybių išeiti į parką pasivaikščioti! Ką jau kalbėti apie **Armstrongą**, kuris nežinojo, ar grįš į Žemę. Bet juk tau blogiau nei jam, ar ne? Na gerai, nusileiskime ant žemės!

Mano draugas Martynas (apie jį parašiau visą skyrių knygoje „Revanšas“) vairuoja vilkiką.



Martynas pasakojo, kad reikia žymėti kiekvienu judesį. Rytais, prieš sėdant prie vairo, jis turi pūstelėti į vilkiko kabinoje esantį alkotesterį. Jeigu įpūti per daug, vilkikas neužsiveda.

Tokios griežtos sąlygos išspraudžia žmones į rémus, todėl tiems, kas geria, atrodo, kad jie turi nepatogų darbą. Bet Martynas džiaugiasi šiuo darbu, kaip ir Armstrongas džiaugėsi galimybe nuskristi į kitą planetą. Kaip matote, viskas priklauso nuo požiūrio!

Tiesa, vos nepamiršau papasakoti apie 130 395 kvadratinių kilometrų dydžio kalėjimą! Įdomu, ką turiu galvoje? Kalbu apie Angliją. Nekenčiau darbų, kuriuos ten dirbau. Bet kentėjau. Tikslas buvo uždirbti 10 000 litų įmonei (tais laikais tiek reikėjo, kad įkurtum UAB). Vakarais, po darbų, mokiausi verslo bei dizaino kūrimo subtilybų, kad sugrįžęs galéčiau įkurti įmonę, **ADF studiją**.

Grįžęs į Lietuvą ir įkūrės verslą vis dar buvau nelaimingas žmogus – tada, kai, regis, jau buvau ištrūkės iš Anglijos. Nors man patiko dirbti su didžiausiomis Lietuvos įmonėmis, jaučiausi uždarytas įsitikinimų + nepasitikėjimo kalėjime.

Man atrodė, kad esu negražus. Svaigau, kad esu nepakankamas. Man norėjos daugiau ir daugiau sékmės lyg gobšuoliui Džiabui iš filmo „Žvaigždžių karai“.



NORIU DAR
NORIU DAR
NORIU DAR

Norėjau dar daugiau pinigų. Mintys apie tai įkalino mane nepasotinamumo kalėjime.

FAKTAS: baisiausias kalėjimas buvo ne fizinis skaudulys, o tas, kurį buvau susikūrės galvoje.

Buvau už grotų, pagamintų iš sumautų įsitikinimų.

Kuo tvirtesni (storesni) tavo galvoje esantys įsitikinimai (grotos), tuo sunkiau bus ištūkti iš nelaimės kalėjimo!

KLAIDELĖ

Kartą geras bičiulis Martynas Šaikus sužinojo, kad serga leukemija.



Tai buvo šokas.

Kol jam darė papildomus tyrimus, jis galvojo:
„mano gyvenimas baigtas“.

Siaubingos mintys žudė jį kelias dienas. Kaip manai,
kas įvyko po to?

Netikėtai jam pranešė gerą žinią – įsivėlė „klaidelė“
ir jis yra sveikas. O dabar pagalvokime apie žmogų,
melagingai pranešusį Martynui apie ligą. Kažkas
pavadintų jį asilu. Kažkas teigtų, kad daktaras
kaltas dėl Martyno nuotaikos, bet tai netiesa.
Martynas pats prisiémė atsakomybę liūdėti.
Bet po to, kai sužinojo tiesą, jis pasikeitė 100
procentų. Jis pradėjo GYVENTI!

Jis išleido knygų, viena iš kurių – „**Žalgirio mūšis. Legenda atgyja**“. Bendravo su tokiais
žmonėmis kaip **Ričardas Bransonas, Žanas Klodas van Damas**, rinkodaros ikona **Setas Godinas**, ir, kartu su partneriais, surengė
didžiausią lyderystės konferenciją „**Forum One**“,
kurioje dalyvavo aukščiau minėti garsūs asmenys.

Be to, įkūrė sėkmingiausią Lietuvoje konferenciją
moterims „**Moters vizija**“. Kažkas pasakytu,
kad Martyną pakeitė žinia apie leukemiją, tačiau
pokyčiai įvyko tik tuomet, kai Martynas leido sau
pasidaryti išvadas. Juk ne visi pasidaro išvadas,
ar ne?

Vieni, atsidūrė panašioje situacijoje, nuspręstų
paskandinti daktara purvuose, kiti susitelktų į
daug svarbesnius dalykus.

DĖMESIO: vieni žmonės pasidaro išvadas, kuomet įvyksta didelis gyvenimo smūgis, kiti moka pasidaryti išvadas be didelių smūgių.

Abiem atvejais pasirinkimai priklauso tik nuo mūsų pačių – TIK NUO MŪSŲ PAČIŲ!

O gal klystu?

Kokia yra tavo nuomonė, skaitytojau?

Apsidairyk...

Atkreipk dėmesį, prieš karantiną žmonės vaikščiojo nuleidę galvas. Jiems atrodė, kad viskas yra blogai. Prasidėjus karantinui žmonės émė svajoti apie vaikščiojimą gatvėmis kaip 2020-ujų sausį, vasarį... Pasirodo seniau nebuvo taip blogai...
Kaip manai, kas bus pasibaigus karantinui?

Tie patys žmonės, kurie svajojo apie masinius renginius, vėl vaikščios nuleidę galvas, be šypsenų, slépdami savo akis... Nes jie nepasimokė iš praeities klaidų...

Taigi... siūlau paklausti savęs: „KODĖL AŠ NESU LAIMINGAS?

KO TURĘČIAU IŠMOKTI, KAD ŠIUO SUDÉTINGU METU NEŠVAISTYČIAU LAIKO NEGATYVIOMS MINTIMS IR PAGALIAU PASIDIDINČIAU SAVO VERTE BEI TAPČIAU LAIMINGESNIU ŽMOGUMI?

Antras skyrius

KO VERTA MOKYTIS ŠIANDIEN?

*(Uždarytiems tarp keturių
įsitikinimų sienų reikia...)*



Yra įvairių minčių apie tai, ko verta išmokti. Jeigu būčiau standartinis patarėjas, duočiau patarimą pasinaudoti **emocijų higiena** arba **dėmesingo išsiųmoninimo technikomis** (praktikuoti dėmesingą išsiųmoninimą siūlo [Matas Tenis](#)).

Jis yra pasakės: „*Kai buvau uždarytas karo kalėjime be jokių turtų, be vakarėlių, be pramogų, be banglentės, tapau laimingesnis už tą žmogų, kuriuo buvau prieš tai.*“ Mes galime ištreniruoti laimės „raumenį“. Tai priklauso tik nuo tavęs, ne nuo aplinkos), tačiau būsiu daug dosnesnis nei tikėjaisi! O taip, tuož praskleisiu esminę gyvenimo paslapties širmą! Tik perspėju, būsiu griežtas! Juk yra dalykas, kurį tu privalai išmokti, nesvarbu, nori to, ar ne! Suprask: mokėdamas DARYTI TAI, APIE KĄ PAPASAKOSIU, tu pakilsi virš standartinio mastymo – atrasi ramybę ir pilnatvę!

Kaip supranti, gausi rekomendaciją / nurodymą, kurį mano mokytojas puoselėjo – ŠLIFAVO visą gyvenimą, todėl galima pavadinti ši patarimą DEIMANTINIŪ...

Taigi, ar nori gauti šį gyvybiškai svarbų deimantinių patarimą? Kadangi tema pakrypo link deimantų, išdrīsiu paklausti tavęs: ar girdėjai apie Arkanzase esantį ižymų „deimantų kraterį“?

Šis deimantų krateris (parkas) yra lankomas, nes:
1. Kiekvienas, radęs čia deimantą, gali išsinešti jį namo. Kitose vietose, kur galima rasti deimantų, tu neišsineštum jų, nes turėtum problemų, bet Arkanzase tu gali paskelbti, kad radai deimantą, už ka tau bus paspausta ranka!

- 2.** Deimantų rasta virš 75 000. Kitaip tariant, tikimybė surasti dar vieną deimantą néra tokia jau niekinga, todėl šis krateris yra nesveikai populiarus.
- 3.** Šiame krateryje buvo rastas didžiausias deimantas Amerikoje (**Dédé Semas**), kas suteikia šiai vietovei dar daugiau šarmo.
- 4.** Deimantų galima rasti neturint kastuvo, nes dažniausiai jie šmėžuoja žemės paviršiuje! (Beje, tiems, kas nežino, deimantai susiformuoja iš anglies. I žemės paviršių juos išstumia lava – būtent todėl deimantus galima rasti be papildomų kasinėjimų.)

Taigi, kaip matai, krateris turi daug privalumų, tačiau ne visi suranda čia deimantų.

Kad rastum deimantą, reikia būti laaaaaabai laaaaaaaaaabai dēmesingu.

Bet šiais laikais dēmesingumas yra prabanga. Keista, bet kartais dēmesingesni būna vaikai, todėl visai neseniai septynių karatų deimantą rado 14 metų berniukas vardu Kalelas.



Iš pradžių niekas netikėjo, kad jo radinys turi bent kruopelytę vertę, nes rastas deimantas atrodė kaip paprastas akmenėlis:



Taigi, reikėjo skirti laiko, kad būtų nustatyta tikroji deimanto vertė. Panašiai būna su patarimais, kuriuos gauname iš protingų žmonių. Sunku nustatyti tų patarimų vertę. Juk žinai, kaip būna – KARTAIS draugai padovanoja mums geriausią patarimą, o mes elgiamės su juo kaip su šiukšle – išmetame į gatvę. Būtent taip gali atsitikti su patarimu, apie kurį ketinu papasakoti tau! Nes tu esi išmetęs ne vieną gerą patarimą...

Kartais tu būni nedėmesingas kaip paviršutiniški deimantų ieškotojai, kurie buvo suradę tikrą deimantą, tačiau palaikė jį akmeneliu ir išmetė į balą... Ech...

Dabar supranti, kodėl deimantinio patarimo pristatymas yra toks ilgas?



Gali kaltinti mane už tokį ilgą pristatymą, tačiau negali neigti – įdėjau visas pastangas, kad deimantinis patarimas, kurį greitai duosiu tau, nebūtų numestas ant grindų!

O taip, patarimas, kurį tuož gausi, yra toks svarbus, jog siūlau dar labiau susikoncentruoti.

Taigi įkvėpk oro... Ir... PRAŠAU, MALDAUJU TAVĘS – pastumk visas mintis į šalį!

Velniop visas mintis, trukdančias atsipalaaiduoti!

O taip, pasiruošk išspausti visą naudą iš šio laiko patikrinto patarimo (ši patarimą gavau iš savo geriausio mokytojo)! Ar jau pasiruoše?

Nematau, kad rankoje laikytum rašymo priemonę...

Suprask, šis patarimas reikalingas kasdienybėje, todėl privalai išdeginti širdyje šiuos 5 žodžius: išmok klausytis savo paties patarimų!

Kartoju dar kartą: ***Išmok Klausytis Savo Paties Patarimų + vykdyk juos!!!***

Toks yra tas deimantinis patarimas...

Jis vertas dėmesio, nes tu neklausai savo paties patarimų...

Tu dėjai ant savo vidinio balso...

Nes tu retai darai tai, ką liepia širdis...

Iš savo patirties žinau, ką reiškia neklausyti patarimų, kuriuos kartoji sau!

Pavyzdžiui, kai buvau mažas, buvau pravardžiuojamas išsigimėliu. Tai man darė įtaką. Nekenčiau savo atspindžio veidrodyje. Bandžiau tą pakeisti, išspresti šią problemą. Mintyse kartodavau: „Alex, nekreipk dėmesio į tai, ką jie sako“, tačiau **neklausiau save**s. Neklausiau savo paties patarimų.

Ir tu neklasai savo patarimų! Kartais užsimanai pasakyti kažkam keletą gerų žodžių, bet grimzti į sąstingį! O laikas juk tiksi, žmonės sensta / miršta!

Bet juk tu visa tai žinai, ar ne?

Suvokdamas mano žodžius nusprendi paskambinti motinai. Surenki numerį...

Fone
girdi
laukimo
simfoniją:
„Pap, pap...“

Piiip, piiiiip...

Piiip, piiiiiiiiip...

Laukdamas, kol
atsilieps, pasidalini
su savimi patarimu:
„Hey, ši kartą pradėk
pokalbi ne nuo standar-
tinio „Ką veiki“, tiesiog
ištark keletą šiltų žodžių...
Pasakyk, kad esi dėkingas
ir myli...“



Pip, pip... Piiip, piiiiiiiiip... Piiip, piiiiiiiiiiiiiiip...

Laukdamas, kol pakels ragelį, tu galvoji apie vertybės, apie tai, kas iš tiesų reikšminga.

Pap, pap...

Dar kartą patari sau: „Taip taip, kai ji pakels ragelį, pradék pokalbį kitaip, o ne kaip visada...“

Bet kai artimas žmogus atsiliepia, tu pasakai: „KĄ VEIKI?“ ARBA KAŽKĄ PANAŠAUS, ką esi įpratęs sakytи autopilotu...

ech...

Nors žinai, kaip pražioti burną ir ištarti tas penkias raides (M.Y.L.I.U), tau sunku tai padaryti, todėl jausmai dažnai lieka kažkur ten, PRISPAUSTI po baimėmis! Ten po abejonėmis tūno daug tarakonų! Nors numanai, ko nori, tu...

Tu dažnai pasiūlai sau: „Hey, gana abejoti savimi, priimk save tokį, koks esi!“, bet neklausai savęs!

Tu dažnai pasiūlai sau: „Neklausyk kritikų!“, bet neklausai savęs!

Tu dažnai pasakai sau:

„BŪK POZITYVUS IR DALINKIS SU KITAIS GEROMIS EMOCIJOMIS – BŪK ĮKVEPIANTIS ŽMOGUS!“, bet neklausai savęs!

Tiesa, kartais tu klausai savęs. Visai neseniai pagalvojai, kad reikėtų paskaityti šį PDF, todėl parsisiunitei ir dabar esi čia! Tai buvo puikus sprendimas!

Kas žino, gal pagalvojai, jog reikėtų perskaityti dar vieną mano kūrinį? Jeigu taip pagalvojai, tuomet negali savęs apriboti!

O taip, užsisakyk galingiausią 2020-ųjų metų vertybų sodą – „Laimingi šunsnukiai: revanšas“! Šis skandalingas, peržengęs laiką informacinis šaltinis sulaufs daug kritikos, nes knygos dizainas laužo standartus!

Kai perskaitysi mano knygą „Revanšas“, PRIEIK PRIE VEIDRODŽIO IR GARSIAI IŠTARK: „**Iš knygos ir iš šio nuostabaus gyvenimo galima išspausti naudos tik jeigu pasinaudosiu SAVAIS IR ALEX MONACO PATARIMAIS!**“

Žinau, nėra lengva kalbėti garsiai, bet reikia. Tik taip gali tapti laimingu šunsnukiu, kuris sugeba ne tik jaustis gerai karantino sąlygomis, bet ir padėti kitiems, žiūrėti į gyvenimą pozityviai!

– Tu debilas? Siūlai sudėtingais laikais džiaugtis gyvenimu? – pareikš kritikas, kuriam reikia šių žodžių: **visi turi teisę dalintis su kitais geromis emocijomis, pozityvumu, nes tai PADEDA!** Netiki?????????

Kai mano dukra sirgo plaučių uždegimu, į palatą atejo daktarė. Ji šypsojosi. Jos šypsena buvo į temą! Šypsena pasako daug, pirmiausia, kad žmogui rūpi! Ar žinai, kas yra veidrodiniai neuronai? Daktarės šypsena suveikė, todėl mano dukra nusišypsojo. (Dėkui Kauno klinikose dirbančioms daktarėms!) Šypsena padeda, ne tik psichologiškai! Taip, néra blogai dalintis geromis emocijomis, nes laimė užkrečiama – plinta akimis. Gali būti su kauke, tačiau žmonės jaus tavo emocijas. Jie matys tavo akis, kuriose matosi noras gyventi ir dalintis gyvenimu! **JUK TAI SVARBU? TAIGI KODĖL NEPAKLAUSIUS SAVĘS IR NEPASINAUDIOJUS GALIMYBE DALINTIS SU KITAIS LAIME?**

– Ok ok, visa tai **ŽINAU**, bet man neišeina klausyti savo paties patarimų! – pareikš kažkas. Turiu šiam žmogui žodelį! Suprask: tarp **ŽINOJIMO** ir **SUVOKIMO** (POELGIŲ) yra didžiausia praraja! Pavyzdžiui, tu **ŽINAI**, kad kilus konfliktui tu turėtum nusiraminti ir nekreipti dėmesio į pažeminius, bet kai kyla konfliktas, elgiesi kitaip nei buvai sau siūlęs, nes **NESUVOKI**, kaip svarbu yra klausytis savo vidinio išminčiaus balso, todėl po visko gailiesi dėl laiku nesustabdyto konflikto. Taigi, esmė slypi žodžiuose, kuriuos pažymėjau storom ir didelėm raidėm. Suprask – tu per dažnai kartojitokius žodžius kaip **SUPRANTU** arba **ŽINAU** ir per retai vartoja žodį **SUVOKIU**, todėl būtų puiku, jeigu taptum žmogumi, kuris **SUVOKIA**, o tai reiškia imasi veiksmų. Kai suvoki, kūnas automatiškai ima elgtis tinkamai.

Suvokimas yra keistas dalykas, kartais jis ateina su laiku, kaip išmintis, tačiau gali ji įgauti greičiau. Kaip? Kad suvoktum greičiau, privalai panerti į gyvenimą visu kūnu, nes tik taip gali praskruosti ilgą nepatirties ruožą! Deja, kol kas į gyvenimą esi įmerkęs tik kojų pirštelius! O taip, suvokimas susijęs su patirtimi!

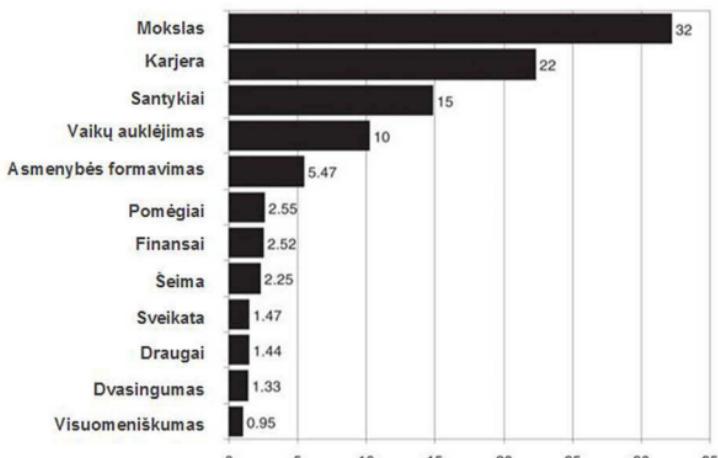
Tai ne viskas!

Ar pastebėjai, kad kartais tu bijai užkalbinti įdomius žmones?

Nors žinai, kad gailėsies, jeigu neužkalbinsi, vis tiek neužkalbini. Tu nesi vienas toks. Buvo atlikti rimti tyrimai. Paaiškėjo, kiek daug žmonių gailisi dėl to, ko nepadarė! Gali išanalizuoti **tyrimo ataskaitą**! Šioje lentelėje pamatysi, ko labiausiai gailisi žmonės.

Pers Soc Psychol Bull. Author manuscript; available in PMC 2008 May 23.
Published in final edited form as: Pers Soc Psychol Bull. 2005 Sep; 31(9): 1273–1285. doi: 10.1177/0146167205274693

Gailėjimosi duomenys (proc.)



(„Personality and Social Psychology Bulletin“ (liet. „Asmenybės ir socialinės psichologijos buletenis“), 2005)

Įdomu tai, kad labiausiai žmonės gailisi dėl to, kad nesimokė... Kaip manai, apie kokius mokslus čia kalbama? Gal jie gailisi dėl to, kad nesimokė finansų valdymo? O gal dėl to, kad nesimokė anglų kalbos?

Bet juk svarbiausia išmokti klausytis savo vidinio pozityvaus balso? Nes, jeigu tu NETIKI SAVO IDÉJOMIS, TUOMET KAIP TU PAJUDÉSI Į PRIEKĮ? Jeigu neklausai savęs, tuomet kaip pradësi verslą, apie kurį taip ilgai galvojai???

Gali turëti finansininko arba verslininko diplomą, tačiau kas tau iš to, jei neklausai savęs, nepasitiki savimi ir...

Suprask, mokéjimas klausyti savęs užtikrina sėkmę!

Tik išmokęs klausyti savęs tu atgausi savigarbą!

Tik mokëdamas klausyti savęs tu įgausi pasitikėjimo!

– *Alex, tu nusišneki*, – pareikš vyras, laikantis rankoje alaus bokalą, nes jis klausosi alkoholio prekeivių.

– *ABSURDAS!!!* – pareikš žmogus, kuris nesuvokia, kad, paneigdamas POZITYVIĄ SAVĘS KLAUSYMO-SI FILOSOFIJĄ, jis nurašo save.

PATIKSLINIMAS: siūlydamas klausyti savęs neraginu kenkti kitiems – kalbu apie pozityvių vertybų puoselėjimą!

O taip, tiems, kas neskiria gerų vertybų nuo blogų, siūlau pasidomėti, ko labiausiai gailisi senjorai. Internete yra pakankamai informacijos apie tai. Kadangi mane jaudina ši tema, esu įsitikinęs, kad ateityje NEPASAKYSIU sau šiu žodžiu:
„Gailiuosi, kad retai sakydavau šiltus žodžius artimiesiems, būdavau piktas“

„*Buvau pavydus*“

„*Bandydavau klausyti savo širdies, bet...*“

„*Jeigu galėčiau grįžti į praeitį, dirbčiau mažiau, bet nuoširdžiau*“

– *Alex, dėkui, kad pasakoji apie tai, man labai reikėjo šios informacijos – pasakys dėkingas žmogus. Bet man neužtenka padékų! MAN REIKIA TAVO REZULTATŪ, ŽMOGAU!*

Kartoju, nebūk stabdys – klausyk savo patarimų!

Mąstai, jog reikia pradėti sportuoti – pradék!
Tai tavo noras – klausyk jo!

Kaip supranti, tu nesi kvailas žmogus, bet kol kas neturi įpročio klausytis savo patarimų. Štai kur slypi tavo problema. PRISIMINK: „Laimi tik tie, kurie turi įprotį klausytis savo patarimų! O kuo tiki tu? M?“ Turi abejonių? Velniop visas abejones!!!
Tegul abejonės ride nasi *****! Būk griežtas su nepasitikėjimu, nerimu, vidiniai kritikais!

Jeigu mano patarimas (klausyti savo patarimų) sukelė daug klausimų, žinok, kad deimantas gali tapti briliantu tik po kruopštaus šlifavimo.

(Ex nihilo nihil fit!)

P.S. Deimantą galima nušlifuoti tik deimantu!

Todėl šlifuodamas deimantą, pasinaudok kitais deimantais, tai yra mano nemokamomis misijomis! Užsisakyk 12 nemokamų misijų, kurios pažadins tavyje esantį draivą!

Registruojamės čia: **stebuklinga nuoroda** ir kasdien gausi po mano el. laišką! O taip, gauk el. paštu manyje esantį draivą! Šių nemokamų misijų pabaigoje nepardavinésiu jokių mokymų, nes tai, ką darau, yra nuoširdu – tai doooooovana!

PADEKA

Martynas Šaikus. Tomas Veršilo. Joana Kaduškevič.
Gintautas Strolys.

Tiesa, nepamiršau ir skaitytojų, bet padėkosiu tik tiems šaunuoliams, kurie jau šiandien pasinaudos šioje knygoje esančiais patarimais!

Tikiuosi tu esi tarp šių žmonių?

Tuomet dėkui tau už tai, kad naudojiesi gyvenimu!

Dizainas: Adf studija

Redaktorė: Joana Kaduškevič

Korektorius: Tomas Veršilo

Nuotraukos: Gabrielius Smilginas (2 p.)

Illiustracijų šaltiniai

Mir space station:

https://www.rbth.com/economics/technology/2016/02/24/the-legendary-mir-space-station_570337

Happy Jail:

<http://nine.cnnphilippines.com/life/entertainment/2019/8/19/happy-jail-netflix.html>

Jabba:

<https://imgbin.com/png/c1FV9zAj/jabba-the-hutt-star-wars-the-clone-wars-ziro-the-hutt-png>

Arkansas 7,44 – carat diamond:

<https://arktimes.com/sponsored/visit-arkansas/2017/04/06/visitor-finds-7-44-carat-diamond-at-arkansass-crater-of-diamonds-state-park>