

A
BUDDHA
ÉS A
FENEGYEREK

A munkahelyi sikerek titkos, spirituális
művészete

VISHEN LAKHIANI

A fordítás az alábbi kiadvány alapján készült:
Vishen Lakhiani: *The Buddha and the Badass* – The Secret Spiritual Art
of Succeeding at Work
Rodale Books, a division of Penguin Random House
Copyright © Vishen Lakhiani 2020

A kiadvány sem részben, sem egészben nem sokszorosítható
a kiadó írásos engedélye nélkül!

Fordította: Illés Róbert
Szerkesztette: Balikáné Bognár Mária

A borítót tervezte: Bálint Brigi @ MandalaDesign
A kép forrása: <https://unsplash.com/photos/4KrQq8Z6Y5c>
Fotós: Matteo Catanese

Magyarországi kiadó:
Cor Leonis Kiadó
1021 Budapest, Budakeszi út 51.

Felelős kiadó: Vágási Emőke

Elérhetőség: corleonis@corleonis.hu
Weboldal: www.corleonis.hu
Webshop: konyvaruhaz.corleonis.hu

ISBN 978-615-5893-62-9

Készült a Korrekt Nyomdaipari Kft.-nél

(www.korrektnyomda.hu)

Felelős vezető: Barkó Imre ügyvezető igazgató

*Mindenekelőtt Haydennek és Eve-nek.
És a családomnak, Kristinának, Roope-nak, Liubovnak,
Mohannek és Virgónak.*

*Csapatomnak a Mindvalley-nél, valamint az összes csodálatos
szerzőnek és hallgatónak a világon,
akiknek a szolgálatára feltettük az életünket.*

TARTALOM

Mielőtt belekezdesz...	9
Bevezetés	17

ELSŐ RÉSZ

LÉGY DELEJESEN VONZÓ: FORDULJ BEFELÉ, LÉGY VONZÓ KIFELEÉ

Első fejezet: LélekleNyomatod felfedezése	41
Második fejezet: Szövetségsek bevonzása	66

MÁSODIK RÉSZ

FEDEZD FEL AZ ERŐDET: A NÉGY ELEM, AMELY ÁTFORMÁLJA A MUNKÁT ÉS MEGSOKSZOROZZA AZ EREDMÉNYT

Harmadik fejezet: Mély kapcsolatok kialakítása	97
Negyedik fejezet: Sajátítsd el a meg(f)ingathatlanság művészetét	132
Ötödik fejezet: A fejlődés legyen a végső cél	159
Hatodik fejezet: Válaszd meg bölcsen a küldetésed	189

HARMADIK RÉSZ

LEGYEN VÍZÍÓD: EGYESÍTSD A BUDDHÁT ÉS A FENEGYEREKET, HOGY MEGVÁLTOZTASD A VILÁGOT

Hetedik fejezet: Aktiváld magadban a víziókat	218
Nyolcadik fejezet: Az egységes agy	249
Kilencedik fejezet: Identitás-feljavítás és a rombolás szépsége	276
Hivatkozások	304
Köszönetnyilvánítás	307
A szerzőről	310

MIELŐTT BELEKEZDESZ...

Készülj fel rá, hogy ez a könyv meg fogja kérdőjelezni néhány alapvető hiedelmedet az életről.

Mindig felforgató szándékkal írok egy témáról. Más szóval azért, hogy új ötleteket plántáljak a megszokott gondolatmenetedbe. A tudatosság felszabadít. Az olyan új ötletek, *amelyek álmodban sem jutottak volna eszedbe*, önmagad nagyobb, jobb és erősebb verziói felé visznek. Ebből pedig nem csak te profitálhatsz, hanem a családod, a közösséged és az egész világ is.

Barátom, a nagyszerű filozófus, Ken Wilber népszerűsítette a világnézetek fontosságát integrál szemléletről szóló munkájában. Ha le akarjuk egyszerűsíteni műve mondanivalóját, mondhatjuk azt, hogy ennek a könyvnek az olvasói az alábbi négy világnézeti kategória egyikébe sorolhatók. A világnézetedtől függően a könyv egyes aspektusai tetszeni fognak neked, míg más aspektusokat esetleg sértőnek találhatsz.

Lehetsz racionalista. Ez esetben imádni fogod a könyvben szereplő üzleti ötleteket, de gúnyosan elmosolyodsz, amikor az elme varázsáról, az intuíciónál vagy a lélek szaváról beszélek.

Lehetsz tradicionalista. Ez esetben imádni fogsz mindent, ami rímel a spirituális hiedelmeidre, de lehet, hogy fenyegetve érzed majd magad, amikor kétségbe vonom a kultúra és a hagyomány szabályait.

Vagy lehetsz zöld, ami azt jelenti, hogy rajongsz a spiritualitásért, és nagyon bejön, amikor a varázslatról beszélek, de meg-

ijedsz azoktól a részekről, amelyek arról szólnak, hogy cselekedj, és indíts el egy vállalkozást.

Végül tekinthetsz rá integrál szemlélettel is. Ez azt jelenti, hogy nyitottan állsz hozzá, képes vagy integrálni ezeket a világnézeteket anélkül, hogy úgy éreznéd, fenyegetik az egódat, és ki tudod választani közülük azokat, amelyek megszólítanak. Ez a legproduktívabb módja e könyv olvasásának.

Ennek az az oka, hogy nem egy hagyományos könyvet tartasz a kezdedben a vállalkozásokról vagy az üzletről. A világ gyorsan változik. Amikor 2003-ban meditációt kezdtem tanítani, el kellett titkolnom a barátaim előtt. Manapság a meditációval foglalkozó cégek értékét dollármilliárdokban mérik, és amikor olyan emberekkel találkozom, akik a kormány, a sport, Hollywood, a Szilícium-völgy vagy az üzleti élet legfelsőbb szintjén mozognak, rendre megosztják velem mély spirituális meggyőződésüket, és elárulják, hogy már nem szigorúan materiális nézőpontból szemlélik a munkájukat és a karrierjüket.

Sokan felvállalják ezt a nyilvánosság előtt is. Hálával tartozom az R&B sztár Miguelnek, aki a *Billboard* magazinban beszélt arról, hogy a koncertjei előtt az én 6 fázisú meditációmát alkalmazza (erről bővebben az 5. fejezetben). És Tony Gonzaleznek, az amerikai futball egyik sztárjának, aki ugyanezt tette számtalan interjúban. Valamint Bianca Andreescunak, aki, miután tizenkilenc évesen legyőzte Serena Williamst a US Open döntőjében, a sajtónak az én munkámat és könyvemet dicsérte mint sikerének egyik kulcsát. Milliárdosok és világmegváltó vállalkozók vitatják meg a könyvemben előforduló gondolatokat magánbeszélgetéseken. Az a célom, hogy ezt a beszélgetést a nyilvánosság elé vigyem. Mert most jött el az ideje.

Ez a könyv tehát azért íródott, hogy lerombolja a világról alkotott képedet, és a kezdedbe adja azokat az eszközöket, amelyek segítségével az elmédben lezajló kognitív változások révén átformálhatod a világot. Röviden: átalakulást eredményez. Ha egyszer meglátod a könyvben feltáruló mintázatokat, utána már nem tudod majd „nem látni” őket.

Világnézetedtől függően vagy imádni, vagy utálni fogod ezt a könyvet. Így van kitalálva. Mert a fejlődéshez vagy kényelmetlen helyzet kell, vagy bölcsesség. A közöny soha nem visz előre.

Lehet, hogy ezt a kötetet az üzleti könyvek között találod egy könyvesboltban. Pedig, őszintén szólva, nem hiszem, hogy oda tartozik. Ez a könyv inkább arról szól, hogyan dolgozunk manapság – milyen elhibázott módon. De hadd figyelmeztesselek, hogy ez a könyv nem a hagyományos értelemben szól az üzletről. Az a célja, hogy belülről formálja át a munkavégzésedet, és ez a belső változás aztán megváltoztassa az egész világot.

Szóval *mi* is ez a könyv? Arról szól, hogyan irányítsd a munkádat és az életedet – akár egy startupot indítasz útjára, akár egy nagy szervezet vezetője vagy, akár most kezdesz dolgozni az első munkahelyeden. Azok számára írtam, akik olyan munkába ölik az energiáikat, amely nem elégíti ki a lelküket, illetve azoknak, akiknek van egy víziójuk a cégük számára, de nem tudják, hogyan formálják át világot befolyásoló tényezővé.

Első könyvem, *A csodálatos elme kódja* történetesen a profi sportolók bibliája lett világszerte, mert a teljesítmény kérdését járja körül. Ez a könyv a csapatmunkával, egy vállalkozás vezetésével és azzal foglalkozik, hogyan alakíthatjuk át a világegyetemet. Szeretném, ha ez annak a bibliájává válna, hogyan változtassuk meg a munka természetét.

Felrúgni az ökörszabályokat

Ha már ismersz, tudod, hogy erről szól az életem. Mindnyájan egy belénk nevelt szabályrendszer szerint élünk. Ezeket a hiedelmeket szüleink, tanáraink, a kultúra, a kormányok és a média plántálják belénk. *A csodálatos elme kódjában* alkottam egy szót ezekre a hiedelmekre: ökörszabályok.

Körülvesznek bennünket. És ha nem kérdőjelezzük meg őket, akkor csapdába ejtenek. Megfosztanak egy teljesebb élet lehe-

tőségétől. Itt az ideje, hogy felrúgjuk ezeket a régóta meglévő ökörszabályokat a munkával kapcsolatban. Miért? Mert ha te is átlagember vagy a fejlett világban, akkor ébren töltött idő 70%-a munkával telik. És ha átlagember vagy, akkor nyomorultul érzed magad a munkahelyeden az ökörszabályok miatt – ami nem elfogadható, mert csak ez az egy életed van. Erről bővebben később.

Nem üzleti tanácsadó vagyok. De egykor küszködő vállalkozó voltam, aki hajlamos kétségbe vonni a szabályokat. És miközben azzal kísérleteztem, hogy felrúgjam a munkára vonatkozó hagyományos ökörszabályokat, fantasztikus üzletet, munkahelyet és életet sikerült létrehoznom.

A kísérleti laboratóriumom a saját életem és a cégem volt. És mindent, amit megtanultam, lefordítottam lépésekre. Megtanultam, hogy amikor a munka rímel a szenvedélyünkre, megszűnik munkának lenni.

Azt kell megértened, hogy nem számít, mi a foglalkozásod, hihetetlen és egyedi erő birtokában vagy, amelyet meg kell tanulnod használni. A kemény munka és a könyöklés – mint a sikerhez vezető út – egy modern mítosz. Legbelül ott a szelleted és a lelked, sokan azonban félnek használni ezeket a munka területén. De ez egy ökörszabály. Amikor felvilágosult elmével közelítünk a munkához, varázslat történik.

Kicsit bővebben a *varázslat* szóról. A könyvben szereplő gondolatok némelyike a spiritualitás birodalmába tartozik. Más szóval (egyelőre) nem lehet őket tudományosan bizonyítani. A lélekről, az intuícióról, a szinkronicitásról és a *valóság meggörbítéséről* beszélek. Légy nyitott. Ha úgy gondolod, ökörség, amit leírok, ne feledd, hogy olyanok is, mint Steve Jobs, akit minden idők egyik legnagyobb zsenijének és cégvezetőjének tartanak, elfogadták ezeket az elméleteket.

Ha téged nem tudnak megszólítani ezek a gondolatok, add oda a könyvet valaki másnak, aki esetleg profitálhat belőlük. Mert az a lényeg, hogyan tudjuk ezeket az elképzeléseket átültetni a gyakorlatba. Meg kell javítanunk a munkát. Régi, elavult

modellek szerint dolgozunk. A Gallup közvélemény-kutató felmérése szerint az emberek 85%-a utálja a munkáját. A többség olyan munkát végez, amit *nem szeret*, hogy ebből finanszírozza az életét, amit *nem szeret*. És ami még rosszabb, ezzel kapcsolatban még hazudnak is önmaguknak. Úgy tesznek, mintha félig-meddig élveznék azt, amit a fizetésükért csinálnak. Egy a Földre érkező idegen lény valószínűleg azt kérdezné: *Mi ütött ezekben a teremtményekben?*

Globális perspektívából nézve ez azt jelenti, hogy minden nap minden órájában 5369 ember hal meg úgy, hogy nem teljesítette ki a benne lévő potenciált, és nem tapasztalta meg a valódi örömet. Többségünk holnapra halasztja saját boldogságát és álmait, mert ma csak a felszínen akar maradni. De ez egy katasztrofális tévedés. A kikerülhetetlen igazság az: fogj az idő.

Ha ezt a könyvet olvasod, nagy valószínűséggel hihetetlen ambícióid vannak. Arról álmodozol, hogy könyvet írsz, sikeres céget építesz, választáson indulsz, vagy megváltoztatod a környezetet. Ne vesztegesd az időt. Ez a legértékesebb tulajdonod.

Amikor a munkára kerül a sor, ideje félretenned mindent, ami nem visz előre. Ez legyen a vezérelved.

Hogyan íródott ez a könyv

Akárcsak az első könyvem, *A csodálatos elme kódja*, ez a könyv is tartalmaz egyedi tanulási módszereket. A cégem, a Mindvalley az emberi átalakulásra specializálódott, ezért fontosnak tartom, hogy segítséget nyújtsak a tanuláshoz. Ezek a módszerek gondoskodnak róla, hogy az új ötletek veled maradjanak és beépüljenek az életedbe.

GYAKORLATOK

Megosztok veled eszközöket, technikákat, gondolatkísérleteket és gyakorlatokat, aztán a fejezet végén a könnyebb áttekinthető-

ség kedvéért összefoglalom őket. Azt akarom, hogy vedd birtokba a könyvet, jegyzetelj, írd a margójára – érezd a magadénak.

Bemutatok rejtve végrehajtható vezetői technikákat is, amelyeket akkor is alkalmazhatsz, ha nem te vezeted a cégedet vagy a csapatodat. Ha nem a vezetője vagy a csapatnak, hanem csak egy tagja, ezekkel a finom módszerekkel akkor is változásokat érhetsz el a környezetemben, nem kell hozzá semmilyen formális pozíció.

TÖRTÉNETEK

A könyv megírása közben olyan emberek történeteit gyűjtöttem össze, akik korunk legnagyobb elméi közé tartoznak. Végtelenül hálás vagyok a cégemnek, a Mindvalley-nek, amely lehetővé tette, hogy „elágazási pont” legyek hihetetlenül sikeres vezetők számára, hogy interjúkat készíthessek és együtt dolgozhassak több száz emberrel az üzleti élet, a tudomány, a technológia, a spiritualitás és az oktatás területéről, mert ezek a kapcsolatok jelentik sikereim és a könyvben szereplő ötletek alapját.

A könyv megírása közben két hetet töltöttem a Necker-szigeten Richard Bransonnal és más üzleti vezetőkkel. Olyan előadók mellett léptem fel, mint Michael Beckwith, Jay Shetty és Gary Vaynerchuk. Olyan emberekkel készítettem interjút, mint Marianne Williamson, Dave Asprey, Ken Wilber, Keith Ferrazzi, Chip Conley és Shefali Tsabary. Rengeteg fantasztikus ember nevét kellene megemlítenem, akik mind-mind hozzáettek ehhez a könyvhöz. Ezt nem dicsekvésképpen mondom. Sikereimet részben az ő mentorálásuknak köszönhetem, és hálás vagyok, hogy sokukat a barátomnak nevezhetek. Ezek a kapcsolatok rányitották a szemem a mintázatokra, megláttam az összefüggéseket, és új szabályrendszert állítottam fel a szokatlan mértékű siker eléréséhez. Nem hiszek a gurukban. Nem hiszek abban, hogy létezik olyan ember, aki mindenre tudja a választ, beleértve engem is, ezért könyveimbe számtalan forrásból begyűjtött elméleteket és ötleteket integráltam.

Egyszóval személyes történeteket osztok meg azokból a magánbeszélgetésekből, amelyeket korunk legkiválóbb elméivel folytattam. Ez a könyv tisztelgés a tudás előtt, amelyet megszegtak velem, valamint a leckék előtt, amelyeket a saját csapatomtól tanultam – tagjai közül sokan nem is tudják, mekkora hatással voltak rám.

A HANGOM ÉS A TÖRTÉNETEM

Őszintén írok. Semmit nem hallgatok el. Olyan történeteket is elmesélek, amelyek nagyon személyesek. De szívesen mesélek magamról, ha ezzel sikerül demonstrálnom, hogy bárki képes arra, amit én elértem.

2003-ban mondtam fel a Szilícium-völgyben, hogy meditációt oktassak. Megalapítottam a Mindvalley-t 700 dollárral, nem állt mögöttem sem kockázati tőke, sem befektetők. Jelen pillanatban, miközben írom ezt a könyvet, a tőzsdére lépésre készülünk. Nem juthattam volna el idáig nagyon komoly akadályok leküzdése nélkül. Az én sikerem egy raktárépület hátsó szobájában kezdődött a malajziai Kuala Lumpur egyik gettójában. Nem vagyok meglepve, ha fogalmad sincs, hogy az hol van.

Személyes történeteim mellett őszinte, keresetlen stílusban írok, mintha csak egymással szemben ülnénk az asztalnál.

ONLINE ÉLMÉNYEK

Azok számára, akik mélyebbre akarnak ásni a könyvben felmerülő témákban, megosztok linkeket további forrásokról. Mivel a lelkem mélyén mérnök-informatikus vagyok, több online eszközt is létrehoztam, hogy segítsenek abban az átalakulásban, amelyhez ez a könyv vezet. Több órányi videót és tréninget találsz a könyv bizonyos részeihez, amelyek megkönnyítik a benne szereplő ötletek gyakorlatba átültetését.

A VÁLLALKOZÓ DEFINÍCIÓJA

Fontos kifejtennem, hogy milyen értelemben használom a *vállalkozó* szót. Számomra a vállalkozó nem azt jelenti, hogy van egy céged. Az ember lehet alkalmazott, vagy dolgozhat egy olyan nagy szervezetnél, mint a NASA, és továbbra is megőrizheti vállalkozó hozzáállását. Ez azt jelenti, hogy innovatív, kreatív, fejleszti a készségeit, és előréviszi a világot – nem csak hajtja a mókuskereket a fizetéséért. Amikor a *vállalkozó* szót használom a könyvben, az mindenkire vonatkozik, aki törekszik rá, hogy a legjobbját nyújtsa, akár egyéni vállalkozó, alvállalkozó, egy milliárdos cég vezetője vagy alkalmazott.

LÉPJ KAPCSOLATBA VELEM

Nagyon szeretek kapcsolatba lépni az olvasóimmal. Főként az Instagramon osztom meg legújabb élményeimet, történeteimet és ötleteimet. Szívesen kapcsolatba lépnék veled azon a platformon. De időnként a Facebookon és a Twitteren is felbukkanok.

[Instagram.com/vishen](https://www.instagram.com/vishen)

[Facebook.com/vishenlakhiani](https://www.facebook.com/vishenlakhiani)

[Twitter.com/vishen](https://twitter.com/vishen)

WEBOLDALAIM

Ha szeretnél többet megtudni rólam és a munkámról:

Mindvalley.com

Vishen.com

BEVEZETÉS

A természet szereti a bátorságot. Ha elkötelezed magad valami mellett, a természet erre azzal reagál, hogy eltávolítja utadból a leküzdhetetlen akadályokat. Kövesd az álmaidat, és a világ nem fog maga alá gyúrni, hanem felemel. Ez a nagy trükk. Ez az, amit megértettek azok a tanárok és filozófusok, akik igazán számítanak, akiknek sikerült megtalálniuk az alkimisták aranyát. Ez a sámántánc a vízesésben. Így történik a varázslat. Leveted magad a mélybe, és egy tollpárnára esel.

– Terence McKenna

2019-ben részt vettem a Karib-tengeren egy vállalkozók számára szervezett négynapos rendezvényen. A helyszín egy csodálatos sziget volt fehér homokos tengerparttal és lélegzetelállító naplementéekkel. Egy délelőtt a kora reggeli előadás után kimentem friss levegőt szívni. Leültem egy padra, amely egy sziklás szirtfalra nézett. Az óceán nyugodt volt, óriási tükör apró tökéletlenségekkel. A nap fénysugarai átszűrődtek a felhők vékony rétegén, és visszaverődtek a csillogó vízfelszínről.

Néhány másodpercig gyönyörködtem a látványban, majd bekapcsoltam az iPhone-omat. Elővettem a zsebemből az AirPods-omat, bedugtam a fülhallgatót fülembe, és nekiálltam végignézni a világ másik felén lévő csapatomtól kapott több száz üzenetet. Teljesen lefoglalt a telefonom, amikor egy nő lépett oda hozzám.

– Láttam, hogy tegnap és ma is egész nap a telefonját nyomogatja. Biztosan nagyon keményen dolgozik. Mitől lehetne jobb ma a napja? – kérdezte. Ő is ugyanazon az eseményen vett részt, amelyen én.

– Ó, köszönöm – feleltem. – De a mai napom így is tökéletes. Semmitől sem lehetne jobb.

Megdöbbsent a válaszomon.

– Azért kérdezte, mert telefonnal a kezemben lát ezen a gyönyörű tengerparton? – kérdeztem.

– Igen.

Abban a pillanatban világossá vált, mire gondol. Meglátott egy tengerparton kezemben a telefonommal. Értettem, miért gondolja azt, hogy meg kell mentenie a „munkámtól”. Az igazat megvallva, volt idő, amikor valóban szükségem volt arra, hogy „megmentsenek”. A munkám és a magánéletem egykor két különálló dolog volt. A munkát azért kellett csinálnom, hogy ki tudjam fizetni a számlákat és életben maradjak. De most már nem ez a helyzet. Hadd magyarázzam el...

– Tökéletesen megértem magát – mondtam. – De most nem dolgozom, hanem a csapatommal kommunikálok. A munkám pedig annyira inspiráló, hogy nem is érzem munkának. Imádom a csapatomat. Velük kommunikálni olyan, mintha a barátaimmal beszélgetnék – magyaráztam.

Felemeltem az iPhone-omat.

– Ez pedig nem egy telefon. Számomra ez a „szeretet portálja”. Jelen pillanatban azt csinálom, amit szeretek. Azokkal az emberekkel kommunikálok, akiket szeretek. Arról írok, amit szeretek. Megosztok valamit a közösségi oldalakon azokkal az emberekkel, akiket szeretek. Giccses videókat küldök a barátaimnak és a családomnak, akiket szeretek. Ez nem menekülés az emberi kapcsolatok elől, hanem a kapcsolatok elmélyítése. Ha azt csinálod, amit szeretsz, egyetlen napot sem kell dolgoznod az életben. Szóval köszönöm a figyelmességét, igazán kedves, hogy megszólított, de pont azért jöttem ki erre a helyre, hogy ezt csináljam. Mert ezt szeretem.

– Ejha – mondta. – Azt hiszem, most tanultam valamit.
Elmosolyodtam, és visszatértem a telefonomhoz.

A munka nem mindig volt ilyen számomra. De mostanra olyanná vált az életem, amit a legszebben L. P. Jacks idézetével tudnék leírni:

*Az élet művészetének nagymestere alig tesz
különbséget munka és játék, munkaidő és szabadidő,
elme és test, tanulás és kikapcsolódás, szeretet és
vallás között. Szinte szét sem tudja választani őket.
Egyszerűen csak a legjobbra törekszik mindenben,
amit csinál, másokra bízva, hogy eldöntsék, dolgozik
vagy játszik. Mert neki a kettő ugyanaz.*

Bárki elérheti ezt. Bár sokak számára ehhez teljes szemléletváltás kell. Ebben segít ez a könyv.

Először azonban el kell fogadnod, hogy képes vagy olyan életet teremteni magadnak, ahol a munkát nem érzed munkának. Nem kell még hinned benne. De nyitottnak kell lenned rá. Legalább azt el kell hinned, hogy mások számára lehetséges, még ha jelen pillanatban abban nem is tudsz hinni, hogy te is megvalósíthatod. Ez a könyv segít eljutnod oda. Az a célja, hogy új, teljesen új szemszögből lásd magadat.

Másodszor, meg kell értened, hogy a sikerrel kapcsolatban van egy nagy ökörszabály: tévhit, hogy mindenki másnál keményebben kell dolgozni. Hogy több időt kell beletenned. Hogy törtetned és könyökölnöd kell. Aki ezt elhiszi, az egy hazugsággal jegyzi el magát.

Ez a könyv bemutatja, hogyan számolj le a kemény munka mítoszával. A munka magasabb szintjére fogsz lépni, ahol hozzáférhetsz egy olyan felfokozott tudatállapothoz, amely lehetővé teszi számodra, hogy erőfeszítés nélkül lebegj át a világon, miközben hatással vagy rá. Ebben a tudatállapotban észre fogod venni, hogy két csodálatos emberi létállapotot ötvözöl. Én ezt úgy hívom, hogy a Buddha és a fenegyerek.

A Buddha a spirituális mester archetípusa. Az a személy, aki képes ebben a világban élni, de könnyedén és kecsesen siklik benne, ami egy belső tudatosságból és összhangból fakad. Nem feltétlenül a buddhizmust alapító Buddháról beszélek, egy olyan személyről, aki eljutott a megvilágosodásig – inkább olyasvalakiről, aki felismeri és felhasználja a „bennünk meglévő” erőt.

Délkelet-Ázsiában egy hindu és buddhista tradíciókat követő családban nőttem fel. Nagy tiszteletben tartom Buddhát, és ki-kértem buddhista spirituális tanítók tanácsát, mielőtt ezt a címet választottam. A könyv ugyan nem a buddhizmus kulturális és vallási aspektusait mutatja be, de a téma ismerői észre fognak venni néhány hasonlóságot a könyvben ábrázolt világnézetekkel.

A fenegyerek a változást hozó archetípusa. Az a személy, aki változást idéz elő, épít, ír, feltalál, vezet. Előreviszi az emberiséget azzal, hogy új struktúrákat kelt életre a fizikai síkon. A fenegyerek a jó szándékú felforgató – aki megkérdőjelezi a normákat egész fajunk fejlődése érdekében.

Ahhoz, hogy valóban irányítani tudd a saját életed, mindketőnek a készségeit integrálnod kell. Ha ezt megteszed, más szinten fogod élni az életed, mint az emberek nagy többsége.

- 1. Boldogság** – Nagy örömet találsz mindabban, amit csinálsz. A munka és a játék egygyé válik.
- 2. Immunitás a túlterheltségre** – Többé már nem nyomasztanak a túlterheltséggel kapcsolatos gondok. A multitasking nem okoz nehézséget.
- 3. Kapcsolatok** – Képes vagy pozitív hangulatot és energiát generálni azokkal az emberekkel, akikkel együtt dolgozol. Ez azt jelenti, hogy minden kapcsolatotod win-win szituáció lesz, és az összes interakciódat átjárja a pozitív szemlélet és a törődés.
- 4. Inspiráció igény szerint** – Képes vagy igény szerint hozzáférni ötletekhez, inspirációhoz és kreativitáshoz, ezért kreativitást és innovációt árasztó forrássá válsz.

5. **Bőség** – Legyen szó anyagiakról, egészségről, szerelemről vagy élményekről, azt tapasztalod, hogy életed minden területén bőség köszönt rád.
6. **Könnyed siklás** – Az élet akadálytalanul siklik, mintha szerencse és szinkronicitás áldása lenne rajta. Majdnem olyan érzés, mintha egy jótékony világegyetem tartana a tenyerén.
7. **A valóság meggörbítése** – Könnyedén a tiéd lesz minden, amire vágysz, amit akarsz, és úgy érzed, mintha támogatna az univerzum.

A tudatosságnak ezek a felfokozott állapotai misztikusnak vagy spirituálisnak tűnhetnek, mégis valóságosak. Minden emberi lény eljuthat ide. Ne érts félre, a törtetésnek is megvan a helye, de csak azok életében, akik hétköznapi szinteken működnek.

Fogj egy tollat, és a fent említett hét jellemző közül karikázd be azt a hármat, amelyet a leginkább meg akarsz tanulni ebből a könyvből. Ez az egyszerű művelet segíteni fog, hogy a lehető legtöbb hasznot húzd belőle. Állj meg egy pillanatra és hajtsd végre. Így már konkrét *szándékkal* fogod olvasni ezt a könyvet.

Függetlenül attól, hol vagy most, egyvalamit tudnod kell: megtapasztalhatod az életet ennél magasabb szinten is. Nem számít, hol tartasz a karrieredben, ez a könyv új módszerekkel ismertet meg, hogy felfedezd önmagad, és úgy tekints a világra, hogy az komoly szintlépést eredményezzen a hivatásodban.

Tapasztalatból tudom, miről beszélek. Nem is olyan régen, 32 évesen, a szüleim házában laktam egy szobában, egy Nissan Marchsal jártam, és havi 3 ezer dollárt kerestem. Mindez 2008-ban volt. Most, amikor ez a könyv nyomdába kerül, egy több millió dolláros birodalmat irányítok, amely átformálja az oktatást az egész világon. A mostani életem valóságútlén képzelgésnek tűnt volna 2008-ban.

Te is képes vagy erre. Bármit elérhetsz, amiért a lelkedet ideküldték. Ebben a könyvben megosztom veled azokat az eszközöket, amelyeket megtanultam, hogy nálam is könnyebben és gyorsabban juss el a célodhoz.