

Lisa Nichols  
Janet Switzer

# Jólét most!

*Élj tartalmas életet, és találj rá  
a gazdagság útjára még ma!*



# Jólét most!

*Élj tartalmas életet, és találj rá  
a gazdagság útjára még ma!*

Lisa Nichols

és

Janet Switzer

Steve Harvey előszavával



A fordítás az alábbi kiadvány alapján készült:  
Lisa Nichols and Janet Switzer: ABUNDANCE NOW

Copyright © Lisa Nichols és Janet Switzer, 2015  
HarperCollins Publishers, New York

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

Fordította: Bertalan György  
A borítót tervezte: Slemmer Karolina  
Szerkesztette: Balikáné Bognár Mária

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

Felelős kiadó: dr. Vágási Emőke

Elérhetőség: [corleonis@corleonis.hu](mailto:corleonis@corleonis.hu)

Weboldal: [www.corleonis.hu](http://www.corleonis.hu)

Webshop: [konyvaruhaz.corleonis.hu](http://konyvaruhaz.corleonis.hu)

ISBN 978-615-80362-1-4

Készült a Korrekt Nyomdaipari Kft.-nél  
([www.korrektnyomda.hu](http://www.korrektnyomda.hu))

Felelős vezető: Barkó Imre ügyvezető igazgató

## JOGNYILATKOZAT ÉS KORLÁTOZOTT FELELŐSSÉGVÁLLALÁS:

A könyvben található javaslatok, gyakorlatok, alapelvek, módszerek, példák és történetek bárki számára hasznosak lehetnek, ugyanakkor sem a szerzők, sem a Motivating the Masses Részvénytársaság nem végez pénzügyi, adóügyi, karrier-, jogi, pszichológiai, érzelmkezelési vagy egészségügyi tanácsadó tevékenységet. A könyv nem tartalmaz speciális foglalkozási, pénzügyi, pszichológiai, érzelmkezelési, egészségügyi állapotra vagy problémára vonatkozó elemzést, ajánlást, megoldást, diagnózist, előrejelzést avagy gyógymodot. Minden személynek egyedi igényei és problémái vannak, mely igényeket és problémákat e könyv nem veheti figyelembe. Amennyiben bárki nehézségeket tapasztal pénzügyeit vagy pályafutását illetően, illetve depresszióval, stresszel, egészségügyi vagy párkapcsolati gondokkal küzd, kérje pénzügyi vagy adószakértő, karrier-tanácsadó, orvos, pszichiáter, terapeuta vagy egyéb, szakirányú képesítéssel rendelkező szakember segítségét azt megelőzően, hogy a könyvben szereplő útmutatásokat, módszereket és javaslatokat követve bármilyen új pénzügyi terv, karrierstratégia vagy edzésprogram végrehajtásába fogna. Ez a könyv nem helyettesítheti az olvasó egyedi körülményeire, igényeire és problémáira megoldást nyújtó szakemberek munkáját. A könyv szerzői és a kiadó nem vállal felelősséget bárminemű elszenvedett sérülésért vagy veszteségért, mely a könyvben található információk felhasználása során merül fel.

A JÓLÉ<sub>T</sub> MOST a Motivating the Masses Inc. bejegyzett védjegye

*Ezt a könyvet fiainak, Jelaninak ajánlom.*

*Te velem együtt utaztál ezen a kalandos hullámvasúton.  
Önzetlenül osztottál fáradhatatlanul kergetett álmomban,  
hogy a lehetőség tudatával fertőzzem meg a világot.  
Megőriztéél szeretetedben a véget nem érő utazások,  
a 19 órás munkanapok és az életünkben felbukkanó emberek  
százezreinek forgataga ellenére. Te vagy az egyik  
legcsodálatosabb ember, akit életem során szerencsém volt  
megismerni.*

*Nyolc hónapos voltál, amikor Mami megígérte Neked,  
hogy jobbá teszi az életedet. Köszönöm, hogy mindig  
hittél bennem és az ígéretemben.*

*Büszke vagyok arra, hogy a fiam vagy,  
és hálás, amiért a barátomnak nevezhetlek.*

# Tartalom

<i>Steve Harwey előszava</i> .....	11
<i>Bevezető</i> .....	15

## 1. fejezet – Készüljünk fel az átalakulásra: miből áll a jólét és az ínség? ..... 25

- A jólét új definíciója – ahogy te látod
- A te csészédből már kilötytént a kávé?
- Teremtsd meg magadnak azt az életet, melyet szeretsz – kezd el már ma
- Mozgó célpontot nem könnyű eltalálni: Legyen kristálytisztá elképzelésed arról, amit akarsz
- Az álmok megélése mellett reális és elérhető célokat tűzz ki magad elé
- A kis győzelmek nagy eredményre vezetnek
- 12 terület, ahol sorsfordító sikereket érhetsz el
- Éppúgy, ahogy a jólétet magadnak kell meghatároznod, az ínség fogalmát is a saját keretrendszeredben kell értelmezned
- A hála érzése segít abban, hogy előrelépj a jólét irányába
- A jólét eléréséhez rendszerint szükség van arra, hogy az agyunk új irányítószámot kapjon
- Képzeld magad elé a jólétet úgy, mintha már elérted volna
- Tudd, hogy „mit” akarsz, aztán találd ki, „hogyan”
- Maradj hajthatatlan a céljaidat illetően
- Szeresd a saját elképzelésedet, de ne várd el másoktól, hogy odalegyenek érte
- Zavarórepülés: számíts arra, hogy mások a szűkölködő szemléletet képviselik
- Taposs ki új ösvényt, és lehet, hogy komoly ellenállással kell szembesülnöd
- A 4K, azaz: a jólétben töltött jövő felé vezető út

## 2. fejezet – Az első K: önmagunk kiteljesítése ..... 76

- Ez a szemlélet szükséges a jóléthez és a gyarapodáshoz az életben
- Játssz keményebben: tágítsd ki a látókörödet az élet minden területén
- Használj a megerősítéseket, szavaid és gondolataid is tükrözzék az új, gazdagabb életet
- A jólét szemléletét meghatározó személyes képességek
- Képzeld el magadat remek képességekkel rendelkező, a jólét szemléletét magáénak valló emberként
- Nem kell mindenben a legjobbnak lenned
- Haladj a saját sávodban, ne másét használj
- A sarokpillérek, avagy miben kell a legjobb formádat hoznod

Fogadd el a kudarcot, de ne tekintsd elkerülhetetlennek  
Tedd meg, ha félsz is: keress utat magadnak a rettegés viharán át  
Az univerzum azt ismeri el, aki/ami rászolgált az ünneplésre  
Saját magad kiteljesítése az első lépés a siker felé vezető úton

**3. fejezet – A második K: A kapcsolatépítés szerepe az életedben ..... 125**

Az életed minőségét a kapcsolataid minősége határozza meg  
Nyomd meg az újraindítás gombot: hogyan létesíts ismét kapcsolatot,  
és hogyan tedd rendbe azt, amiért felelős vagy  
Törekedj tudatosan magas megtérülési mutatóval rendelkező kapcsolatok  
kialakítására  
Hozz létre új közösséget  
Alakíts ki új kapcsolatokat a szolgálatkész hozzáállás révén  
Válassz olyan embereket, akik kihozzák belőled a legjobbat  
A romantikus kapcsolatok három típusa: élethosszig tartó, életet adó  
és céltudatos  
Állítsd össze áttörő erejű csapatodat  
Képzeld magad elé a csodás kapcsolatokat  
Állíts fel egészséges határokat a kapcsolataidban  
A fejlődés legyen közös – túl fogsz nőni azokon, akik nem tartanak lépést veled  
Ragadd magaddal a családodat is, hogy ne pirruszi győzelmet arass  
Stabil kapcsolati háttérrel itt az idő a Kötődés kialakítására

**4. fejezet – A harmadik K: Kötődés a munka terén nem csupán  
anyagi előnyökért ..... 178**

Az életre szóló elhivatottság irányítja idődet, tehetségedet és egyéb kincseidet  
Munkád befektetés a lélegzetelállító jövő érdekében  
Képzeld el magadat, amint az élethivatásodnak élsz  
Miként maradj motivált, lelkes és célratörő álmaid munkájában  
A lehetőségek tárháza: Istenünk mindenben segít  
Az egyensúly mítosz, a harmónia kötelező  
Teremts jólétet a munkádon keresztül az utolsó lépés előtt

**5. fejezet – A negyedik K: Kiugrás a gyönyörű jövő felé ..... 219**

Életed során mindvégig negatív pénzügyi szemléletet követtél?  
A gazdag emberek másképp gondolkodnak  
A gyarapodás eléréséhez újra kell gondolnod a pénzhez fűződő viszonyodat  
Térképezd fel a pénzügyeket



A térképed nem lehet jó vagy rossz  
 Ami idáig eljuttatott, tovább már nem visz  
 Változtass a viselkedéseken megerősítések révén  
 Ismerd fel a problémát, oldd meg, és lépj tovább  
 A büntudat, harag és elárultság érzése természetes, ha a múltba tekintesz  
 Hozd létre az anyagi siker új definícióját  
 Nulu remek munkája így vezetett el Barack Obama elnök támogatásáig  
 Ha a „vagyon” annyival több a pénznél, honnan tudod, mikor jött el az idő  
     a tojások kikeltésére?  
 A bővelkedő élethez szükség van pénzre. De mennyire?  
 Most, hogy már tudod, mennyi pénz kell, készen állsz megszerezni?  
 A pénzügyi felkészültség kiértékelése  
 Milyen eredményt értél el a kiértékelés során?  
 A felmérés után ideje hozzálátnod, hogy begyűjtsd a pénzt

**6. fejezet – A jövőbeli jólét aktiválása a jelenben ..... 272**

Az élet nem rövid, azonnali siker pedig nem létezik  
 Él a mában, miközben a jövőt építed  
 Cselekedj úgy, mintha már elérted volna a teljes bővelkedés állapotát  
 Valósítsd meg a gyarapodást a vonzás törvényének alkalmazásával  
 Lépésről lépésre: tégy a gyarapodásért még ma  
 Haladd meg azt a pontot, ahol korábban megtorpantál volna  
 Alapozd meg az örökségedet már a mai nappal  
 Éld meg a jólétet minden nap, majd hagyd hátra örökül másoknak  
 Az élő örökség terve: mit tudsz továbbadni örökösödnek a mai napon?  
 A következő lépések az élő örökség tervének felállítását követően

**Összefoglalás ..... 310**

Nem kell mindent tökélyre fejleszteni. Ami most vagy, az is elég...  
 a mai napra  
 Ne aggódj amiatt most, hogyan fogod majd elérni céljaidat  
 Hozz néhány barátot, és kezdjétek együtt jólétben élni  
 Folytasd a munkát velem és csapatommal, hogy még gyorsabban  
     elérd céljaidat

**Ráadás a jólét követői számára ..... 317**



# Előszó

Vajon miért állnak ellen annyian az átalakulásnak? – tettem fel a kérdést Lisa Nicholsnak, amikor televíziós műsorom vendége volt. Arra voltam kíváncsi, miként juttathatnám el az üzenetet az emberekhez oly módon, hogy az mindenki javára váljon.

Néhány hónappal korábban kértem fel Lisát, hogy vezessen végig a lépéseken, melyek révén létrehozhatom cégünk szervezetejlesztő részlegét. A saját rádiós, tévés és színpadi karrierem felépítése során alkalmazott stratégiák alapján szerettem volna megosztani közönségemmel és a rádióhallgatókkal az életük megváltoztatásához nélkülözhetetlen információkat.

Az ezt megelőző másfél évben Lisa pontosan ugyanezt tette velem.

Amikor őt hallgatom, mindig elámulok a bölcsességén. Amint felvázolja a gazdag és minden jóban bővelkedő élet eléréséhez vezető lépéseket, a teljes rendszer vázát, a hallgatóság feszülten és izgatottan issza a szavait. Miközben azt magyarázza, miként válaszolhatunk az elhívásra, majd részletes leírást ad a folyamat végrehajtását illetően, szinte mindenki szorgalmasan jegyzetel. És amikor arról is meggyőzi az embereket, hogy mindez igenis lehetséges, szinte felrobban a terem.

Még hozzá azért, mert a mondandójának *van értelme*.

Ahogy Lisa előadja a saját történetét arról, amikor a segélykérő nyomtatványt töltögette a hivatal ügyfélszolgálatán, mindig arra gondolok, *sokunk esetében lehet valami hasonló, ami az utunkba áll*. Nem mindenkinél a szegénység, a nélkülözés jelenti a gátat – lehet a hányatott gyerekkor, a tudás vagy az útmutatás hiánya, esetleg egyetlen sajnálatos helyzet, mely azzal fenyeget, hogy akár örökre ki kell szállnunk a játékból.

De felismerjük, hogy *tennünk kell valamit*. Ki kell lépünk a sivatárból, egyenesen a nagyszerű életbe.

Ami engem illet, pontosan meg tudom határozni ezt a pillanatot: 1985. október 8-án történt.

27 éves voltam, életbiztosításokkal házaltam. Az üzletkötés remekül ment, ám ezután nem foglalkoztam az ügyfelekkel. Nem voltam oda a kínált termékért, sőt igazából szégyelltem, hogy rászórom az emberekre. De ifjú családapa voltam, helyt kellett állnom a munkában.

Lelkileg sem voltam a csúcson. Nem éreztem boldogságot, mert nem fedeztem még fel az életem célját, az igazi nagy küldetést. Szinte mindig szomorú voltam, főleg azért, mert éreztem, tudtam: az életem több is lehetne ennél. Nem teljesedhettem ki, valami hiányzott belőlem. Minden áldott nap próbáltam rájönni, mit kellene tennem.

Mígnem egy nap olyasmit hallottam, ami valósággal mellbe vágott.

Akkortájt rendszeresen találtam ki vicceket egy barátom, bizonyos A. J. Jamal számára. Fogalmam sem volt, mihez kezd ezekkel a viccekkel, de újból és újból visszatért hozzám, hogy még többet kérjen. Egy idő után fizetett is értük, darabjáért tíz dollárt kaptam. Ahogy említettem, sokáig nem tudtam, mire kellene neki a poénok. Aztán egy nap elárulta, hogy egy klubban szokott fellépni humoristaként, ahol az én vicceimet adja elő. Ezt megelőzően nem tekintettem magamra komédiásként. Sosem léptem fel közönség előtt, nem dolgoztam standup kabaréban. Sőt azt sem tudtam, hogy ilyesmi létezik. Mivel azonban A. J. elégedett volt írói munkásságommal, további másfél éven át szorgalmasan írogattam az újabb vicceket.

Egyszer épp A. J. házában vendégeskedtem, amikor odajött hozzám egy Gladys Jacobs nevű nő. Bemutatkoztam, mire azt mondta: „Á, szóval maga az a fickó, aki vicceket talál ki A. J. Jamalnak.”

Őszintén meglepett, hogy tud erről a tevékenységemről. Dagadt a keblem a büszkeségtől, és remekül éreztem magam mindaddig, amíg fel nem tette a megrázó kérdést: „Miért nem adja elő saját maga ezeket a poénokat?”

Egy pillanatra teljesen lefagytam, aztán megrohantak az érzelmek. Izgatott lettem, de egyúttal össze is zavarodtam. *Előadni a vicceket, de hol?* – gondoltam. – *Kik előtt léphetnék fel? Miért lenne bárki is kíváncsi a vicceimre?*

Ez volt az én „nem tudom, hogy mit nem tudok” pillanatom.

Minden bizonnyal sokan átéltek ehhez hasonló élményt. Előfor-

dult, hogy nem tartották sokra azt, amivel épp foglalkoztak, ám kiderült, hogy valaki másra hihetetlenül nagy hatást gyakorolnak vele?

A tény, miszerint a vicceim valóban jók és megállják a helyüket a színpadon – és akár *én magam* is előadhatnám őket –, olyan üzenet volt, melyről nem is tudtam, mekkora jelentőséggel bírhat az életemben. Mintha Gladys vízzel locsolt volna egy száraz magot, és a kiszarjadzó növény erőteljes növekedésnek indult.

Sokunkkal, talán mindenkivel előfordult már, hogy valaki olyasmit látott meg bennünk, amit mi nem fedeztünk fel magunkban. Talán akadt valaki, aki megpróbált rámutatni a bennünk rejlő lehetőségekre, amelyeket a szemellenzönk miatt nem láttunk tisztán.

Vajon hányan reagálunk pontosan ugyanolyan módon, amikor szembetalálkozunk a nagy lehetőséggel, a jóléthez vezető út térképével? Ahogy Lisa Nicholsnak is feltettem a kérdést: „Miért állnak ellen oly sokan a változásnak?” Talán mélyen belül tudjuk, mit akarunk, de valamilyen megerősítésre várunk. Lehet, hogy sejtjük, mi várhat ránk, de azt akarjuk, valaki igazolja a törekvéseinket, segítsen abban, hogy kibontakozzunk, engedélyt adjon a szárnyalásra. Lisa Nichols pontosan ezt fogja megtenni nagyszerű új könyvében.

Az olvasóknak tisztában kell lenniük azzal, hogy a szóban forgó hölgy nyíltan, kertelés nélkül kimondja, amit *gondol*. Ilyen az ő stílusa, pont ezáltal mutatja meg, milyen fontosak vagyunk neki.

A lényeg márpedig az, hogy a jólét lehetősége ott rejtőzik mindannyiunkban, ezekben a pillanatokban is. A nagyszerűség magva bennünk szunnyad, csak arra várva, hogy megöntözzék. Nem kell más, csupán egy irányt mutató kéz, Lisa keze, hogy átsegítsen a kezdeti lépéseken.

Ne álljunk ellen az átalakulásnak, melyet az élet tartogat számunkra. Semmilyen módon ne szorítsuk korlátok közé magunkat. Igen, lehetünk gazdagok, élhetünk teljes életet, élvezhetjük a társaságot, a szerelmet, átélhetjük a bőség áldását – megszerezhetünk mindent, amit csak akarunk, méghozzá *AZONNAL*.

– Steve Harvey



# Bevezető

*Szeretni az életedet és megélni a szeretetet – ez maga a jólét legigazabb megnyilvánulása.*

LISA NICHOLS

Az utóbbi három évben egyetlen nap sem telt el úgy, hogy ne szorult volna el a torkom és ne éreztem volna valami fura, bizsergő érzést a gyomrom tájékán, valahányszor beléptem a kaliforniai Carlsbadban található székházunk előterébe. A mai azonban igazán különleges nap. Azért érkeztem ide rövid látogatásra, megszakítva az előadások és médiamegjelenések hosszú sorát, hogy aláírjak néhány hivatalos okiratot, mely aktus által egy 17 éves álom válik valóra.

Amint belépek, egy pillanatra megállok. Még mindig elbűvölve gondolok arra, ami az elmúlt két évtizedben történt. A recepciónk szerencsére kiváló lehetőséget nyújt az efféle csendes elmélázásra. A kis szökőkút csobogó hangja, a levendulás gyertyák illata és a háttérben felcsendülő halk jazzmuzsika mind segít ebben. A színek pontosan ugyanolyanok, mint a nappalimban: meleg narancssárga, gyógyító citromsárga, lágy arany és a téli táj tejszínes árnyalata. Pont azért választottam ezeket, mert a teljesség és a kötődés érzetét keltik. Ez az a hely, ahol jól érzem magamat. Hálás vagyok mindenért, különösképp, amikor rápillantok az előttem magasodó, monumentális vászonra – a csapatomtól kapott ajándék egy igazán lélekemelő pillanatban ábrázol engem: imádkozom, miután eltöltöttem nyolc órát Nelson Mandela börtöncellájában.

Nem akármilyen utazás volt az életem.

Az irodám felé tartva mégis folyton azt kérdezgetem, mi várhat még rám annak a számtalan csodának a tükrében, melyet már átél-

hettem. És az asztalomon ott várnak rám az iratok, melyeket alá kell írnom: egy kötegyeni részvénybizonylat, melyen a *Motivating the Masses Inc.* felirat díszelg.

Igen, részvénytársasággá váltunk.

Ezzel a lépéssel egyike lettem annak a két afroamerikai nőnek, akinek sikerült tőzsdére vinnie az általa alapított céget. Egy kicsit úgy érzem magamat, mint egy Monopoly-játszmában. Ezrével, sőt milliós szám állnak azok a részvények, melyeken vezérigazgatóként az én aláírásom szerepel. A lelkem mélyén azonban sosem feledem az ide vezető utat, mely telis-tele volt hatalmas győzelmekkel és fájó veszteségekkel.

*Ez a valóság, amit átélsz* – mormolom magam elé.

Idéje visszatérni a feladatokhoz.

## A MUNKANÉLKÜLI-SEGÉLYTŐL A RÉSZVÉNYTÁRSASÁGIG

Mi kell ahhoz, hogy az évtizedeken át tartó bizonytalanságon, fájdalomon, áruláson és egyéb nehézségeken átlépve felfedezzük a tisztánlátást, a szenvedélyt, az állhatatosságot és a sikeresség útját?

Mai mindennapjaim köszönőviszonyban sincsenek egykori életemmel. Ott ülhetek Oprah mellett, remekül elcsevegve és nevetgélve a reklámszünetek alatt. Majd, alig néhány héttel később, egy másik stúdióban azt láthatom, hogy Larry King húzza fel sokatmondóan a szemöldökét egy olyan történetemet hallgatva, mely (úgy hiszem) nem csupán műsorvezetőként, de emberként is nagy hatást tesz rá. Említhetném azt is, amikor Steve Harvey-val egymás kezét fogva imádkozunk a színpalak mögött, mielőtt kilépnénk az Essence fesztivál több mint 7000 izgatott, várakozással teli látogatója elé. Vagy épp azt, amikor egy hónapon belül másodszer kérnek fel arra, hogy legyek a *The Today Show* vendége életvezetési tanácsadóként.

Hihetetlen élmény az a roksztároknak kijáró fogadtatás és a szeretet, amely felém árad Tajpejtől Baliig, Thaiföldről Johannesburgon át Kazahsztánig. Már az is kész csoda, hogy ezek az emberek egyál-



talán tudják, ki vagyok, és ismerik a munkásságomat – hisz közülük rengetegen nem is beszélnek angolul. Mind a mai napig meglepő ez a népszerűség, noha már 2007 óta járom ezt az utat. Akkor jelent meg és vált világszerte sikerré *A titok* című könyv<sup>1</sup> és videó, melyben az egyik tanítómesterként tűntem fel.

Sajnálatos módon az emlékeim sorában még mindig jóval előkelőbb helyet foglal el az a nap 1994-ből, amikor Los Angelesben, a Century sugárúton található kormányiroda előtt kigyózó hosszú sorban álltam. A szégyen és megalázottság érzése kavargott bennem, miközben kitöltöttem a formanyomtatványt, hogy ételutalványhoz juttassam magamat és még meg sem született gyermekemet. Az ezt követő sötét évek során sokszor álltam nincstelenül és megtörtén ehhez hasonló sorokban, ugyanúgy szégyenkezve, ám hálával tekintve az ingyensajtra, -tejre és -tésztára, mivel így kisfiam, Jelani is ételhez juthatott. Akkoriban nem volt elég pénzem ahhoz, hogy kitartson hónap végéig, így egy fazék spagetti vagy sólet hat adagra osztva egy egész hétre elegendő táplálékul szolgált kettőnknek.

A helyzetünk tovább romlott, amikor egy augusztusi napon a fiam apja, akihez egészen különleges szeretet fűzött, telefonon közölte velem, hogy letartóztatták. A fiam, Jelani ekkor még csupán nyolc hónapos volt.

A kilátástalanságot csak fokozta, hogy éveken át hiába vártam a szabadulására, hogy betöltse végre közös gyerekünk apjának szerepét. Egy idő után kénytelen voltam letenni arról, hogy mi ketten újra egy pár legyünk, ám további három, öt, tíz év telt el anélkül, hogy szabadon bocsátották volna. Titokban reménykedtem, de nyilvánosan semmilyen kapcsolatot nem tartottam fenn vele. Az évek csak teltek: tíz, tizenöt, majd húsz, és így tovább.

Ami engem illet, már rég megbékéltem ezzel, de a fiamnak még helyre kell tennie magában az érzelmeket a börtönben élő apa képével kapcsolatban.

Ezekben a komor években a bőség és a jólét igencsak távoli célnak

---

<sup>1</sup> Rhonda Byrne: *A titok – The Secret*. Édesvíz Kiadó, 2007.

tűnt. Ám a távlatokat előrevetítve sikerült olyan eltökéltséggel küzdenem, ami mindenben átsegített.

2009-ben alig öt hónap leforgása alatt több mint 150 interjú adtam, miután *No Matter What!* című könyvem a boltokba került. Ez az iromány nem más, mint saját életutam meglepően nyílt és őszinte bemutatása, melynek nyomán a legtöbbször azt kérdezték tőlem, hogyan csináltam, miként jutottam el az állami segélytől a sokmillió dolláros cégbirodalomig?

Az idő rövidsége miatt általában zanzásított választ adtam, néhány percben összefoglalva, talán el is bagatellizálva a megtett utat.

*Az összpontosításon múlik az egész – feleltem ilyenkor. Esetleg: Azért sikerült, mert szenvedéllyel élem az életemet.*

Be kell vallanom, a gazdag és eredményes élet, melyet ma élhetek – és az idáig vezető út története –, háttérbe szorult a könyvben, mely azt hangsúlyozta, miként győztem le a múltamban az előttem tornyosuló akadályokat. A népszerűsítő körút végén már tisztán éreztem, hogy sosem árultam el *igazán*, a maga teljességében azt, mi kellett ahhoz, hogy az életem egy lélegzetelállító, minden jóban bővelkedő és termékeny csodává váljon. Nem fejtettem ki a folyamat részleteit, nem osztottam meg mindazokat a bölcs gondolatokat, melyek végigkísérték utamat. Ezáltal nem is inspiráltam másokat arra, hogy az általam használt módszereket követve könnyedén eljussanak a jólét, a gyarapodás állapotáig.

Tehát adós vagyok még azzal a történettel, melynek során a nélkülözést hátrahagyva megismerkedtem a jóléttel. Ezért kezdtem hozzá e könyv megírásához.

## GONDOLKODÁSMÓD, MEGVALÓSÍTÁS ÉS SZÁNDÉK – EZ A TITKOS KÓD

A jólét nem valamiféle legenda, nincs benne semmi misztikus. Nem is egy titkos, 007-es regényekbe illő rejtett kód, amely távol tartja a közönséges halandókat a kimagasló eredményektől. Túl sokan élnek azzal a tudattal, hogy a minden tekintetben gazdag életet rend-

kívül nehéz megvalósítani, rengeteg idő kell hozzá, vagy csak kiváltások számára érhető el.

A valóság ezzel szemben az, hogy a valódi jóllét és az áldásokkal teli élet könnyebben a miénk lehet, mint hinnénk.

E könyvben szeretném megosztani az olvasókkal mindazt, amit a jólétről tudok, és felfedem, én mit tettem azért, hogy bejárjam az idáig vezető utat. Bemutatom a gondolkodásmódot, a megvalósítás és a szándék egységét, hogy minden korábbinál részletesebben leírjam a folyamatot, melynek során kiemelkedtem a káoszból, megtört és nincstelen emberből olyanná váltam, aki előtt korábban elképzelni sem mert távlatok és lehetőségek kapuja tárul fel.

Milyen tanulságokat vontam le a nagy utazás alatt? Miféle praktikákat kellett elsajátítanom? Milyen szokásokat, viselkedésformákat és meggyőződéseket tettem a magamévá ahhoz, hogy megszerezsem a jólét és a gyarapodás biztonságát?

Minderről lehull a lepel e könyv oldalain.

## FEJEZETRŐL FEJEZETRE HALADVA KEZDETÉT VESZI A NAGY UTAZÁS

Az *első fejezet* az ínség és a jólét viszonyát taglalja. Megismerhetjük a jólét új definícióját, valamint az a módot, ahogyan ezután a jövőnkre tekintünk. Gyorstalpaló tanfolyamot tartunk a *személyre szabott felvirágzás* tekintetében, hogy túllépve a társadalom, a média, a barátok és a jó szándékú családtagok szemléletén, végre saját magunk határozzuk meg a jólét fogalmát – talán életünk során először. A gazdag és erőt adó élmények, a lenyűgöző pénzügyi eredmények, a szolgálat öröme és kapcsolataink kiteljesítése révén ráébredünk arra, hogy képesek vagyunk kialakítani saját boldogságunkat biztosító jövőképünket.

Ez az előrettekintő hozzáállás kell ahhoz, hogy terveket szövhessünk a lélegzetelállító jövőre vonatkozóan. Kristálytisztán kirajzolódhat előttünk, mit szeretnénk elérni életünk különböző területein: bővelkedést anyagi javakban, briliáns karriert, tartós barátságokat,

befolyásos kapcsolatokat, egyedülálló jótékonykodást, jó egészséget, nemes tradíciókat, izgalmas kalandokat, és még sorolhatnám.

Meg fogod tanulni (ahogy én is tettem), hogy ezekből az új célokból jottányit sem engedhetsz, ám mindig rugalmasnak kell lenned elérésük módját illetően. Azt is megtudhatod, miként szabadulj meg a mérgező jellemvonásoktól, az önostorozástól, a felelősök keresésétől és az áldozat szerepétől – vagyis az *összes* olyan viselkedésformától, mellyel egészen mostanáig együtt éltél. Jövönk érdekében mindet le kell ráznunk magunkról. Az alapvető iránymutatást követően a könyv négy fejezete kalauzolja végig az olvasót a jólét megteremtésének folyamatán, megmutatva, miként képes a 4K ereje életünk minden területét (úgy mint önismeret, kapcsolatok, munka és pénz) összhangban megmozgatni, valódi jólétet teremtve számunkra.

A teljes emberi valónkra vonatkoztatott *Kiteljesítés* az első a 4K közül. Ebben a fejezetben felvértezzük magunkat mindazokkal a képességekkel és szellemiséggel, ami elengedhetetlen ahhoz, hogy nélkülözés helyett jólétben élhessünk. Méghozzá olyanban, mely születésünktől fogva alanyi jogon jár nekünk. Közösen fogunk dolgozni azon, hogy nagyobbát álmodjunk, emeljük elvárásainkat, jobb eredményre sarkalljuk önmagunkat, és kitágítsuk magunk előtt a lehetőségek horizontját.

Senki egy pillanatig se aggódjon, ha esetleg úgy érezné, nem elég okos, nem elég kreatív, nem elég rátermett, vagy bármilyen más tekintetben „nem elég”. A suliban sosem volt hármasnál jobb átlagom, sőt angolból megbuktam a főiskolán. Egyetlenegyszer vettem fel kommunikációs gyakorlatot a tárgyaim közé, és kegyelemkettessel mentem át (minden bizonnyal a tanárom nagylelkűsége miatt).

Így aztán egyáltalán nem alapfeltétel a felsőfokú végzettség. A megféle csupán tovább tágítja a lehetőségek körét.

A 4K második eleme a *Kapcsolatépítés* és az a varázslatos érzés, melyet emberi kapcsolataink révén élhetünk át. Szeretném, ha tudatosan ügyelnél ismeretségeid minőségére, nem csupán a jelenleg meglévő, hanem a jövőben kialakítani szándékozott kapcsolataidban is. Válogasd meg, milyen kaliberű emberekkel ismerkedsz meg, töltöd

az idődet. Tanuld meg kiválasztani azokat, akik arra inspirálnak, hogy jobbá válj, több értéket teremts, nagyobb pályán játssz és gyakrabban győzz. (Kiváltképp igaz ez a családi és romantikus párkapcsolatok terén.)

A harmadik K nem más, mint az a *Kötődés*, mely a munkánkhoz fűz bennünket. Ebben a fejezetben egészen egyedi megközelítést alkalmazva igyekszünk megismerni jelenlegi munkánkat, karrierünket, hogy jövőbeli életünk legfőbb befektetéseként tekinthessünk rá. Nem nehéz olyan hivatást találni, melyet igazán szeretünk, legyünk akár beosztottak, akár a szabadságot élvező szabadúszók. Ami engem illet, már mindkettőt próbáltam.

És végül a *Kiugrás* az utolsó a 4K közül – ebben a fejezetben pénzügyeink kerülnek terítékre. Nekigyürkőzünk, hogy lerakjuk saját vagyónunk alapköveit. Ám ehhez szükség lesz egy kis tisztogatásra a fejekben: meg kell szabadulni a régi „bölcsségektől”, melyeket fiatalabb korunkban próbáltak belénk verni. Ezek a módszerek nem alkalmazhatók az általunk járt új úton; itt az idő, hogy újfajta kapcsolatot alakítsunk ki a pénzzel.

Mire elérünk a hatodik fejezethez – „A jövőbeli jólét bebiztosítása a jelen pillanatában” –, már készen is állsz arra, hogy jólétben élj, méghozzá *azonnal*. Máris élvezheted az előző fejezetekben részletesen taglalt gondolkodásmód hatását és a lélegzetelállító gazdagságot. Az élet nem rövid. Van időd arra, hogy jelentős anyagi javakra tegyél szert, miközben élvezed a gyarapodást és a pénzhez nem köthető értékek felhalmozását.

Ha oly sok évvel ezelőtt ismertem volna mindazokat a képességeket, technikákat, elméleteket és meggyőződéseket, melyeket e könyvben megosztok olvasóimmal, biztos, hogy magam is egészen más utat jártam volna be. A váratlanul felmerülő nehézségekről éppolyan őszinteséggel szeretnék beszélni, mint a hatalmas áttörésekről.

Akad egy történet, mely mindenképpen idekíváncozik. Kemény lecke volt a számomra, apám számára pedig talán még keményebb, ám csak tovább tüzelte bennem a vágyat, hogy végre elérjem az anyagi függetlenséget. Kamaszkoromat Los Angeles közepén, egy zűrös kör-

nyéken töltöttem. Apám azt akarta, menjek atletizálni, hogy a pályán fussam a köröket délután 3 és 6 között, amikor a bandák az utcákon lófráltak, a lányok pedig teherbe estek. Kilenc éven át nem találtam legyőzőre. Megdöntöttem az iskolai rekordokat, városi bajnokságot nyertem, a csapatunk pedig az állami versenyeken is rendre diadalt aratott. Úgy éreztem, mindent elértem a sportban, amit csak akartam – számomra ezzel teljes volt a történet. A főiskolára kerülve azonban óhatatlanul előkerült a tandíjkedvezmény kérdése, és a szüleim nem engedhették meg maguknak, hogy ne járják körbe a témát. „Kicsim – mondta az apám –, ha futsz, akkor kevesebbet kell fizetnem.”

A nyomásnak engedve beleegyeztem, hogy egy másik állam egyetemének színeiben fogok versenyezni két éven át. Az első évben a csapatunk legyőzhetetlen volt, majd két olyan esztendő következett, mely során egyetlenegy versenyt sem nyertek. Amíg velük voltam, minden szombat hat futamon indultam, lényegében pihenés nélkül. Elfáradtam, kiégtem, és az első évem végére több sérülést is összeszedtem.

Másodév elején elhatároztam, nem futok többet. A lábam sajgott, az inam meghúzódott, a bokám sérülékennyé vált. Tudtam, ha így folytatom, a testem romhalmazzá válik, mire lediplomázom. A fizikai problémákat csak tetézte, hogy rég elvesztettem a lelkesedésemet úgy a sportolás, mint a versenyzés iránt. Szerettem volna hasznosabban eltölteni a szabadidőmet. Semmi kedvem sem volt tovább rombolni a testemet a folyamatos versengéssel, az eredmények hajhászásával.

Miután az első hetet kihagytam a felkészülési időszakból, az egyetem atlétikai szakosztályvezetője behívatott magához. Felvázolta, mennyi tandíjjal tartozom az előző évről, és mennyi lenne az idejű összeg, amelyet még nem fizettünk ki. A vége 10 500 dollár lett.

Ilyen erővel akár tízmilliót is mondhatott volna. Amikor felajánlottam, hogy ledolgozom a tandíjat – csinállok bármit, csak futni ne kelljen –, egyszerűen kinevetett. Közölte, hogy soha nem tudnék összeszedni elegendő pénzt a számlák kiegyenlítéséhez. Amikor aláírásra elem csúsztatva a papírt, melyen elismerem, hogy megszegtem a szerződést, úgy éreztem, kihasználtak. Ami pedig ezután történt, az örökre az agyamba égett. Azonnal gondoskodtak arról, hogy minél

előbb elhagyjam az egyetem területét. Zárat cseréltek a szekrényemen. A menzán nem fogadták el az étkezési utalványomat. A tanárok megtiltották, hogy részt vegyek az előadásokon.

A bankszámlámon mindössze 152 dollár maradt, ezenkívül a barátaim nyolc dollárt dobtak össze nekem káépában. Ebből a vagyomból 150 dollárt költöttem egy repülőjegyre Los Angelesbe. A repülőtéren könnyes szemmel könyörögtem a taxisofőrnek, hogy vigyen haza az utolsó tíz dollárért, amit még magaménak mondhattam.

„Most rúgtak ki az iskolából” – magyarázkodtam neki, miközben fogalmam sem volt arról, hogyan tovább. „Tartsd csak meg a pénzt” – felelte, és ingyen elfuvarozott 25 kilométerre lévő otthonunkig.

Nyolc órán át ültem a ház előtt a lépcsőn, mire végre apám hazaért a munkából, és beengedett. Amíg az iskolával beszéltem, én tanultam. Hittem abban, hogy mindent megoldhatunk, és letehetem a vizsgáimat. De amikor apám a szakosztályvezetővel beszéltem, és ahogy azt kérdezte: biztos, hogy semmit nem tud tenni? – hallottam a kudarcot a hangjában. Nem, nem térhetek vissza a főiskolára. Az öcsém szakközépiskolába járt, az ő taníttatása is sokba került. Ezt nem engedhettük meg magunknak. Abban a pillanatban fontos döntésre jutottam. Ígéretet tettem magamnak, hogy ha valaha gyerekem lesz, biztosítani fogom számára a pénzt a tanuláshoz.

Többé nem tértem vissza a főiskolára, nem szereztem diplomát. Ám ez az élmény felszította bennem a tüzet, hogy anyagilag szabad és független életet akarok élni. Ha az olvasók között akadnak olyanok, akiket hasonló események tettek kétségbeesetté és megtörtté, használják fel ezt a könyvet arra, hogy hidat építsenek a lélegzetelállítóan csodás új jövő felé.

## KIÁLTSUK VILÁGGÁ SZÍVÜNK LEGBENSŐBB VÁGYAIT

Akár arról van szó, hogy szabadulni szeretnél egy érzelmileg, fizikailag vagy anyagi értelemben kényelmetlen helyzetből, akár azt a javakban bővelkedő életet kívánod elérni, melyet megérdemelsz, ez a könyv,

a *Jólét Most* az ugródeszka szerepét töltheti be. Mindez akkor is igaz, ha új lehetőségeket, eredményeket és megoldásokat keresel. Lehet, hogy a jövedelmedet szeretnéd megnövelni, emelni az életminőségedet, felfuttatni az üzletedet vagy erőt adó kapcsolatokat teremteni – ez a könyv mindehhez remek kiindulópont lesz.

Megmutatom, miként keltsd életre eddig kimondhatatlannak hitt vágyaidat és eltitkolt gondolataidat. Tiszta, egyértelmű és gyakorlatias tanácsokat adok, melyeket követve az álmok és eszmények új valósággá válhatnak.

Rá kell ébredned, hogy határozott szándékkal, céltudatos gondolkodással és világos, határozott lépésekkel érheted el a gyors gyarapodást és a soha nem látott sikereket. Felfedezheted, hogy mindez jóval könnyebb, mint valaha képzelted. A *Jólét Most* az olvasók rendelkezésére bocsátja mindazokat az alapvető technikákat, elképzeléseket, valamint a szükséges lépéseket, melyek gyökeresen átformálják életünket, hogy kezdetét vehesse valami egészen új, elképzelhetetlenül csodás élmény.

Ismerd meg az én nagy utazásomat, és vágj bele a sajátodba!

*Itt az idő, hogy azt az életet éld, melyet elképzeltél magadnak.*

HENRY JAMES – amerikai regény- és színműíró