

# Youth MAX



**7** idei  
pentru a  
deveni acel  
incredibil TU

un proiect  
asce<sup>de</sup> 

**YOUTHMAX!  
LIVEMAX!**



Te salut!

Știi că Secretul succesului tău este determinat de agenda ta, de ceea ce faci în fiecare zi? Niciodată nu vei face o schimbare în viața ta decât dacă vei interveni asupra sarcinilor tale zilnice. O viață împlinită sau de succes, dacă vrei, nu se întâmplă instant în viața cuiva. Este un proces. De aceea, ce faci astăzi vei fi mâine. Ceea ce devii este rezultatul a ceea ce faci în fiecare zi de "azi". Și ceea mai bună pregătire pentru mâine este să te raportezi corect la azi.

Dar dacă investești corect în ziua de azi vei fi un succes mâine. E exact același principiu ca și la conturile de economii. Vestea proastă este că niciodată nu vom mai primi șansa de a retrăi ziua de azi.

**Dacă vei risipi  
ziua de azi sunt  
șanse mari să fi  
un eșec mâine.**

A fi proactiv este de departe mai bine decât să fii reactiv. E mai puțin costisitor să faci un lucru de calitate decât să fii superficial și să tot repari ceea ce ai făurit. Greșelile pe care le faci azi le plătești mâine, dar focalizarea maximă pe ceea ce

trebuie făcut azi îți va aduce profit mâine.

**Live max!**





ascende

**Fă bine ceea ce  
faci și vei fi bun  
în ceea ce faci!**



1

gânduri  
succes  
diferit

## Ești ceea ce gândești!

Adesea, ceea ce face diferența dintre un om de succes și unul care eșuează mereu nu este aptitudinea ci atitudinea cu care abordează viața. O persoană încrezătoare își crește șansele în vederea obținerii succesului.

Învingătorul își focalizează mintea pentru a obține cât mai multe rezultate din adversitate și mai puțin pe consecințele negative care-l pot afecta în timpul situației de criză. În consecință, concentrează-te pe posibilități și nu pe probleme.

**Dacă drumul  
succesului ar fi  
ușor, am întâlni  
mai mulți pe el.**

Succesul începe mai întâi de toate în mintea noastră. Devenim ceea ce gândim! Gândurile sunt acțiuni neînfăptuite. Suntem produsul gândurilor noastre. Ceea ce suntem azi este rezultatul gândurilor noastre de ieri, iar ce vom fi mâine este consecința gândurilor de azi! "Ce cugetă [omul] în inima lui, așa este el" (împăratul Solomon în Proverbe 23,7).

Ai curajul să gândești diferit de majoritatea? Pentru că dacă ai curajul să gândești diferit, ai puterea să te schimbi!

**Gândurile tale  
sunt fie puterea,  
fie slăbiciunea  
ta!**

ascende

**Totul se schimbă  
cu un gând.  
Ce gândești azi?**





## Viitorul arată cum vrei tu!

Cei mai mulți oameni nu își trăiesc intenționat viața ci doar o acceptă. Nu aleg să trăiască la potențialul pe care îl au ci acceptă ca alții să aleagă nivelul de trai pentru ei.

În esență, sunt două ingrediente de bază care fac diferența dintre o viața risipită și una trăită cu sens: decizie și disciplină.

Îmi place formula lui John C. Maxwell:

Decizii bune + disciplină zilnică = viață la superlativ.

Succesul sau eșuarea, bogăția sau sărăcia, geniul sau proscrisul sunt rezultatele unor alegeri. A lua decizii corecte nu este o acțiune mentală facilă dar este esențială pentru succesul

## E uimitoare puterea deciziei.

nostru. Atunci când nu decidem ce să facem cu viața noastră, vor decide alții pentru noi dar avantajele nu vor fi de partea noastră.

O decizie bună se măsoară și în funcție de cât de tare te înspăimântă aplicarea ei zilnică. Nu uita că deciziile mărunte duc la succese mărunte. În schimb, deciziile mari și înfăptuite aduc satisfacția unui succes de mai mare impact și intensitate.

Însă deciziile bune și mărețe nu au nici o valoare fără autodisciplinare. Toți am dori să fim aplaudați pe o scenă, remarcați, recunoscuți ca oameni de calibru dar puțini suntem dispuși să plătim sacrificiul îndelung care se cere.

Disciplina implică sacrificiu și durere. Însă e de preferat să înduri durerea disciplinei decât tortura regretului.



ascende

**O viață  
fără disciplină  
este o viață fără  
fericire!**



### 3

## Alege să crezi în tine

Pe lângă viziune, decizii bune și disciplină, pentru a obține beneficii înalte de la viață, este nevoie și de încrederea în sine.

Cum poți deveni încrezător în tine însuși?

1. **Selectează-ți prietenii!** Calitatea vieții tale este dată și de calitatea prietenilor tăi.
2. **Cunoaște-ți adevărata valoare!** Valoarea ta nu este dată de lucrurile pe care le deții ci caracterul tău.
3. **Amintește-ți victoriile!** De fiecare dată când ești doborât la pământ, amintește-ți victoriile de până atunci și în loc să te lamentezi sau să te descurajezi, alege să te încurajezi răsfoind albumul triumfului.
4. **Nu te mai compara cu alții!** Fiecare suntem diferiți, unici. Tu nu concurezi cu nimeni ci tu tine însuși! Nu ai nevoie să fi clona altcuiva ci cea mai bună versiune a ta!



5. **Investește în tine și în talentul tău!** Descoperă lucrul la care ești cu adevărat priceput și perfecționează-te devenind remarcabil prin acesta. Fă bine ceea ce faci și vei bun în ceea ce faci!
  
6. **Încurajează-i și apreciază-i pe ceilalți!** Atunci când îi apreciezi pe cei de lângă tine îți stabilizezi și adâncești relațiile cu ei iar valoarea ta, atât în ochii lor cât și în proprii ochi, crește. Ceea ce semeni în alții va crește și mai mult în tine pentru că "faptele tale se vor întoarce asupra capului tău".



**Nu ai încredere în tine,  
nu ai cum să te bucuri  
de viața înaltă la care ai  
visat! "Încrederea în sine  
este piatra de temelie a  
succesului".**

(John Maxwell).



# schimbare consecințe obiceiuri

## 4

### Devii ceea ce obișnuiești să faci

Succesul sau eșuarea constantă sunt rezultatul obiceiurilor zilnice. Cucerești culme după culme sau te lamentezi îndelung în vale în funcție de obiceiurile pe care le ai. Obiceiurile rele pe care nu le-ai răpus, nu te vor lăsa să trăiești la înălțime.

Oricâte obiective mărețe ai avea, oricâte speranțe te-ar anima, dacă obiceiurile rele practicate în fiecare zi te sabotează, nu ai nici o șansă să le vezi împlinite decât dacă faci ceva în sensul acesta.

Specialiștii spun că 90% din ceea ce suntem și facem este obicei. Rezultatele pe care le-ai obținut până acum sunt efectul obiceiurilor pe care le ai. Dacă vrei să schimbi rezultatele, trebuie să schimbi obiceiurile.

Obiceiurile dau întotdeauna rezultate, indiferent că sunt bune sau rele. Nimeni nu a ajuns pe o culme a succesului în mod întâmplător. A fost nevoie de disciplină, perseverență, energie și obiceiuri bune.

Iată doi pași pe care trebuie să-i faci pentru a-ți schimba obiceiurile:

1. **Fă o listă** cu obiceiurile nocive care îți sabotează sănătatea, progresul, energia, relațiile și venitul.
2. **Alege obiceiuri bune** care să te dezvolte și să te ajute în îndeplinirea Țelurilor. Începe cu acele obiceiuri care trebuie implementate mai urgent. Eu îți propun să acționezi adoptând câte un obicei bun în fiecare dintre următoarele domenii: sănătate, familie, spiritualitate, financiar, timp.

Nu uita că suntem suma obiceiurilor noastre și devenim ceea ce vom obișnui să facem de zi înaintea. Schimbarea pozitivă nu este ușoară dar merită!

**Obiceiurile negative generează consecințe negative. Obiceiurile pozitive creează consecințe pozitive.**

(Jack Canfield)

ascende

**Ceea ce devii este rezultatul a ceea ce faci în fiecare zi de "azi".**





5

# frică credință convingere

## Succesul este dincolo de... frică!

Frica ne paralizează acțiunea și tot ea este cea care ne-a pus în vocabularul uzual expresia "NU POT!" Cei cuprinși de frică se concentrează, cel mai adesea, pe probleme și nu pe soluții. Pun pericolul înaintea succesului.

**Adevărul este  
că succesul  
are prețul lui  
dar frica  
cere un tribut  
cu mult mai  
mare.**

Știi că fricile sunt învățate? Da! Și asta este o veste bună pentru că dacă nu le avem înscrise în ADN înseamnă că le putem dezvăța. Ai observat că bebelușilor de câteva luni nu le este frică? Ei pun fără reține mâna pe orice pentru că nu știu ce le poate face rău.

Cele mai comune frici pe care le trăim și care ne împiedică să ajungem la succes sunt frica de eșec, frica de moarte, frica de eșec, frica de a pierde bani, frica de respingere, frica de a fi neiubit și altele.

Adesea, din cauza fricii, nici nu luăm decizii majore de schimbare a vieții. Preferăm să ne complăcem în zona de confort și să refuzăm orice oportunitate de teama unor adversități.

# Concentrează-te pe posibilități și nu pe probleme.

Ce este de făcut?



1. În primul rând **ia-te de frica ta!** Frica ta este doar o parte din tine, nu întregul tău așa că ridică deasupra ei și domin-o!
2. **Înfruntă-ți fricile!** Orice problemă mică ni se va părea mare dacă o privim de la distanță. Dar multe dintre problemele mari vor deveni mai mici odată ce ne-am decis să le confruntăm.  
În loc să te îngrijorezi, acționează!
3. **Slăbește-ți frica** alimentându-ți credința! Nu scăpăm niciodată de toate fricile și poate că nici nu trebuie.

Ce trebuie, neapărat, este să scăpăm definitiv de acele frici care stau în calea vieții împlinite sau de succes. Credința ne face să vedem dincolo de dificultăți și ne convinge că succesul este dincolo de frică.

Când credința ia controlul vieții tale, frica va fi încarcerată.



## 6

# dezvoltare imaginație învățare

## Fără „De ce?” nu există „Aha!”

Cu toții ne naștem curioși și cei mai mulți trăim și murim plictisiți. Fără acele întrebări “de ce?” sau “cum?” sâcâietoare, copiii nu ar învăța mai nimic.

**Fără curiozitate  
nu există proces  
de învățare și  
fără învățare nu  
există dezvoltare.**

Curiozitatea face diferența, adesea, între un om de succes și unul care eșuează cu brio, mai tot timpul. Creativitatea este legată de curiozitate. Întrebarea “de ce?” stârnește imaginația și are loc o adevărată furtună de idei ceea ce aduce la o mulțime de posibilități.

Cum ne cultivăm curiozitatea?

1. **Alege să fi curios!** Fii cu luare aminte la dezvoltarea altora, la succesul altora și pune întrebări ca să le înveți secretele.
2. **Fii din nou copil!** Întoarce-te la întrebările supărătoare “De ce? Cum? De unde? Cât?”
3. **Caută sau formează-ți un cerc de prieteni** curioși! Cu alte cuvinte alege să stai în preajma oamenilor care

pot contribui la creșterea ta.

4. **Învață zilnic ceva nou!**  
Contribuie conștient și activ la îmbogățirea ta în cât mai multe arii: relațional, familial, financiar, filantropic, intelectual, etc.

5. **Asumă-ți riscuri!** Curiozitatea are savoarea ei dar și riscurile ei. Uneori încercând sau experimentând ceva nou ai putea să fii interpretat greșit sau chiar să eșuezi. Nu trebuie să te descurajezi sau să te dai bătut.

Trebuie să pui mereu întrebări pentru a găsi răspunsurile care-ți pot oferi o viață la superlativ. Revelația nu vine din întâmplare ci din cercetare!

Trebuie să ai mereu un "de ce?" pentru "aha!".

ascende

**Chiar dacă  
nu trăim mult,  
putem trăi intens,  
putem trăi cu sens!**





7

luptă  
curaj  
decizie

## Inteligența de care ai nevoie

Motivația este acea forță care te pune în mișcare, care te scoate din zona de blazare și platitudine existențială.

Inteligența motivațională este abilitatea de a identifica motivele pentru care trăim, a acționa și persevera în vederea împlinirii lor.

Când ai un motiv bun ai și o motivație puternică. Sau așa cum zicea Nietzsche: "Cel care are un DE CE pentru care să trăiască poate să suporte aproape ORICE".

**Motivația este o  
decizie rațională  
de fiecare zi,  
de aceea am  
putea-o numi  
inteligență.**

Inteligența motivațională este fundamentată, așadar, pe stabilirea țelurilor, pe curajul de a-ți urma visurile. Cei mai mulți oameni trăiesc sub capacitățile lor pentru că fie nu au avut visuri îndrăznețe, fie au renunțat prea ușor la ele. "Când îți lipsește ținta", scria Seneca, "viața este o rătăcire".

Dacă nu ești dispus să lupți și să sacrifici pentru visul tău, vei fi nevoit să accepți să muncești pentru visul altuia, cum ar fi cel al șefului tău.

Cu cât îți definești mai bine țelurile, cu atât vei mai motivat să le îndeplinești. Cu cât ești mai motivat cu atât vei acționa ținut spre a le realiza. Pe măsură ce vezi că visurile prind viață, vei avea tot mai multă încredere în tine și determinare în dezvoltarea lor.

Întrebarea fundamentală la care trebuie să răspunzi este "Ce anume mă motivează?"

Te provoc să-ți găsești motivația! Decide să nu mai trăiești fără chef de viață, ai atâtea motive de a trăi intens. Trebuie doar să le cauți și să perseverezi în a le înfăptui.

Folosește-ți inteligența motivațională pentru a deveni acel TU extraordinar!

**Live MAX!**

ascende

**Succesul  
nu este o  
întâmplare  
ci ceea ce faci  
să se întâmple.**

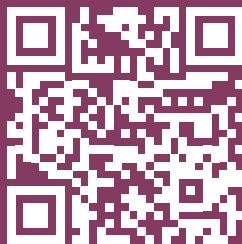




ascende

**A trăi sub  
potențialul tău  
înseamnă  
a nu te respecta  
pe tine însuși.**





# Youth MAX

o inițiativă  
John Maxwell Team

ascende 

More. Better. Higher.

[ascende.org](http://ascende.org)

[fb.com/ascende.org](https://fb.com/ascende.org)

[instagram/ascende\\_up](https://instagram/ascende_up)

