

SZABÓ PÉTER

**ÁLLJ FÉLRE
A SAJÁT UTADBÓL!**

BELEOLVASÓ

BELEOLVAŚŐ

SZABÓ PÉTER

**ÁLLJ FÉLRE
A SAJÁT UTADBÓL!**



Copyright © Szabó Péter, 2012
Copyright © Guruló Egyetem Kft., 2018

Szerkesztette: **Besenyő Viktória**

Minden jog fenntartva.

A könyv – a szerző és a kiadó írásos jóváhagyása nélkül – sem egészben, sem részleteiben nem sokszorosítható vagy közölhető, semmilyen formátumban és értelemben, elektronikus vagy mechanikus módon, beleértve a nyilvános előadást vagy tanfolyamot, a hangoskönyvet, bármilyen internetes közzétét, a fénymásolást, a rögzítést, vagy az információrögzítés bármely formáját.

Kiadja a **Guruló Egyetem Kft., Budapest, 2018**

Felelős kiadó: **Szabó Péter**, a *Guruló Egyetem Kft.* ügyvezető igazgatója

Borítót tervezte: **Tillai Tamás**

Tördelte: **Madarász György**

Nyomtatta: **Belvárosi Nyomda Zrt.**



Jelen kiadás a 2012-ben kiadott ugyanezen című könyv megújított változata, tartalmilag egyezik az előző kiadással.

ISBN: **978-615-5420-47-4**

*Ajánlom ezt a könyvet két legnagyobb tanítómnak:
gyermekeimnek, Vilmosnak és Titusznak.
Nagyon szeretlek titeket!*

BELEOLVÁSÓ

A conceptual image featuring a road that curves upwards towards a bright sun in a cloudy sky. A large, semi-transparent grey arrow points upwards along the road's path. The text 'BELEOLVÁSÓ' is written in large, bold, red, sans-serif capital letters, oriented vertically and following the curve of the road and arrow.

Kedves Olvasó Barátom!

Egy nagyszerű könyvet tartasz a kezében. Számomra mindig az a könyv az igazán értékes, ami olyan gondolatokkal ajándékoz meg ami eddig csak kavargott az ember fejében, és egyszer csak megvilágosulnak tőle dolgok. Az igazi „aha” érzést kerestem a könyv olvasásakor, és nemegyszer szembesültem azzal, hogy „aha”, erről így is lehet gondolkodni. Ha igazán keresed a tiszta és pozitív gondolkodást, akkor ebben a könyvben garantálom, hogy megtalálod.

Kitűnő érzékkel vezet a könyv a belső énünk fejlesztésében. Tanulságos történetek és kiválóan kiválasztott idézetek teszik igazán érthetővé és hasznossá ezt a művet.

Ha keresed az utat a személyes fejlődésedhez, ha keresed a megoldásokat számos gondod, problémád megoldására, ha egyszerűen szeretnél nagyszerűen gondolkodó emberré válni, akkor minden sorát figyeld és élvezd.

A leghasznosabb időtöltés mások tapasztalatát megismerni és okulni belőle. Ez a könyv az életünk tankönyve. De nem kötelező olvasmány, hanem részemről a legőszintebben ajánlott! Gratulálok! Nagy élménnyel gazdagodtam az olvasás perceiben!

☉ **Tonk Emil**, az *Üzleti Patika* könyvsorozat írója, a két lábon járó pozitív gondolkodó

Péter könyve nagyszerű segítség lesz számodra, ha saját korlátaidat szeretnéd átlépni, és életviteled egy magasabb szintre emelni. Lenyűgözően egyszerű, de aranyat érő módszerek a sikerhez!

☉ **Szilágyi Imre** közgazdász www.theseecret.hu

Ez a könyv alapkönyv. Ha valaki változtatni szeretne az életén, de nem tudja merre induljon el, hogyan is kezdjen hozzá, az első lépés az legyen, hogy vegye kezébe ezt a könyvet! Olvassa figyelmesen betűről betűre, járja át testének minden kis négyzetmilliméterét Szabó Péter megható, tanulságokkal és tanításokkal teli írása! Érezni fogja a könyvben olvasott gondolatok teremtőerejét, és egészen biztos, hogy megváltozik az élete. Tehát „álljon félre a saját útjából”, és teremtse meg a boldogságát! Sok sikert hozzá!

☉ **Bálint Antónia**

Örömmel ajánlom ezt a könyvet, mert tele van értékes gondolatokkal, amelyek gyakorlati alkalmazása segít abban, hogy bárki jobb emberré váljon annak érdekében, hogy gyorsabban elérhesse a céljait és valóra válthassa az álmait!

☉ **Vágyi Jenő James**

Sok olyan embert ismerek, aki tud beszélni arról, hogyan légy sikeres, de keveset ismerek, aki valóban így is él. Péter barátom és példaképem is egyben, mert amit ebben a könyvben leírt, az valóban úgy is van az életében.

☉ **Csatlós Csaba** üzletember

Nagyon sok külföldi szerző könyvét olvastam már, akik sikerről, pénzről és boldogságról írtak. A könyvek elolvasása után mindig volt bennem egy hiányérzet, hogy miért nincs ilyen könyv magyar szerző tollából. Egy olyan hiteles embertől, aki itthon élte át a mélységet és itthon csinálta meg a szerencséjét. Örömmel jelenthetem, hogy a hiányérzetem megszűnt! Íme egy valódi, gyakorlati tanácsokkal és konkrét, otthon elvégezhető gyakorlatokkal teli sikerkönyv. Én nem tudtam letenni, mert minden percét élveztem, és tudom, még sokszor fogom elolvasni. Kötelező olvasmány minden magyar ember számára! Köszönöm Péter!

☉ **Nagyernyei K. Gyula**

Péter könyvét olvasva elfogott egy érzés: mintha ott állna mellettem, és közvetlenül nekem mesélne, biztatna, ösztönözne. Közvetlen stílusban kommunikál a könyv lapjain keresztül, amiből sugárzik az az öröm és energia, ami egy személyes találkozó, egy-egy önfejlesztő szemináriumunk alkalmával is egy másik világba képes húzni a hallgatóját. Egy olyan világba, ahol találkozunk valódi önmagunkkal, ahol megtanuljuk kibontani képességeinket, és ahol rájövünk, hogyan tudjuk boldogan élni

az életünket... Péter, köszönöm a tapasztalást, a könyved, hogy köztünk vagy, és megosztod velünk, ami benned van!

☉ **Mátrai Vanda** író, az *Álomkatalógus* c. könyv szerzője

Ez is csak egy a sok száz önfejlesztő könyv közül. Miért venném meg? Nem vagyok gondolatolvasó, de nyilván ez a kérdés motoszkál a fejében, ha kézbe vette ezt a könyvet és megnézte, mi van a hátsó borítóra írva. Amit ebben a könyvben talál, azt az írója nemcsak vallja, de éli is. Élete a bizonyíték, hogy minden, amit leír, működik. Nem Amerikában, hanem itt, Magyarországon. Ma, 2012-ben, a gazdasági válság kellős közepén, lehet lelkileg és érzelmileg kiegyensúlyozottan, szellemileg feltöltődve, stabil anyagi hátteret megteremtve, derűsen élni. A könyv gyakorlati útmutató, ám senki se számítson eseménytelen utazásra. Biztonsági öveket kikapcsolni és *Állj félre a saját utadból!*

☉ **Koppány Emese** az *Iránytű Pénzügyi Tanácsadói Könyvtár* kiadója

Nem tudtam abbahagyni a kézirat olvasását. Ez a könyv az esszenciája mindannak a tanításnak, ami az elmúlt 10 évben motivációs témában napvilágot látott. Így, összegezve, ráadásul egy magyar író tollából, aki régi barátom, zseniális olvasmány. Minden iskolában kötelező olvasmánnyá tenném!

☉ **Bocsi Viktória** franchise vezető, tulajdonos, Metodic Hungary Kft.

Amikor az ember gyümölcsfát lát, rajta gyönyörű gyümölcsökkel, általában – a saját korlátainak köszönhetően – megelégszik a fa alsó cseresznyéjével vagy almájával mindazok ellenére, hogy látja, a fentiek sokkal szebbek, érettebbek és egészségesebbek!

E könyv megtanít, hogy soha ne érd be ezekkel a gyümölcsökkel, és ami nagyon fontos, hogy megtanítja, hogyan és miért mászd meg a fát!

Ajánlom e gyakorlatias könyvet mindazoknak, akik nem érik be a hétköznapi szürke átlagával!

🕒 **Sali Csaba** üzletember

Péterrel először üzleti kapcsolatban álltam. Ennek kapcsán hallhattam pár előadását, ahol ugyan nagyrészt üzleti dolgokról volt szó, mégis volt valami különös szenvedély azokban az előadásokban, amit addig még nem hallottam máshol. Pár hónappal később lehetőségem nyílt részt venni egy önfejlesztő tréningjén. Akkor már megértettem, miért élveztem annyira az üzleti előadásait is. Azon ritka emberek közé sorolnám Pétert, akik valóban szívükből és szeretetből végzik a „munkájukat”. Előadásának minden egyes percét arra használja fel, hogy minél többet adhasson a résztvevőknek. Ma már büszkén mondhatom, hogy barátomként tekinthetek rá. Amikor lehetőséget kaptam a könyve elolvasására, egy picit tartottam attól, hogy van-e olyan profi író, mint amilyen profi tréner. Most, hogy elolvastam a könyvet, állíthatom: IGEN, VAN!

Őszinte szívből ajánlom minden embernek, aki végre saját kezébe akarja venni sorsa irányítását! Ebben a könyvben megtalálhatók azok a gyakorlati részek, amelyeket betartva garantált a sikerhez vezető út!

☉ **Falucskai Attila** ügyvezető igazgató,
Unibrillant Adatszolgáltató Kft.

Nem hittem Péternek. Amikről először beszélt, az számomra nagyon zavaros volt. Először. Aztán rá kellett jönnöm (egy anyagi és erkölcsi mélypontot hozó válás után), hogy csak nem figyeltem rá eléggé. Hiába faltam az önfejlesztő könyveket, amikor belül nem voltam rendben magammal. Az önbecsüléssel. Péter könyve ebben segít. Neked is, ha akarod. Akard, és könnyebb lesz minden!!!

☉ **Palánkai Gábor** cégautomatizálási stratégia

Állj félre a saját utadból... Kinek ajánlom? Mindenkinek, aki már legalább egyszer feltette magának a kérdést: Hogy történhetett ez velem? Miért itt tartok az életemben? Én valóban ezt akarom? Ajánlom azoknak, akik még soha semmilyen önfejlesztő irodalmat nem olvastak, és azoknak is, akik már túl vannak jó pár könyvön ebből a műfajból. Ez a könyv egy esszencia. Sokszor a több száz oldalas irodalmak útvesztőjében könnyen elveszünk, lelkesen olvassuk, ízelgetjük a mondanivalóját, de tettekké nem válnak a leírt minták. Aki kezébe veszi ezt a könyvet, biztosíthatom, hogy valamelyik jól bevált módszerbe beleszeret, amelyet maga a szerző is kipróbált, és sikerrel profitál belőle

mind a mai napig. Ajánlom mindenkinek, aki változni, változtatni akar. A szerző élete maga is egy jó példa mindannyiunk számára, hogy a nélkülözésből hogyan fordította meg életét egy egészen más irányba a sikeres, elégedett, boldog, teljes élet irányába.

🕒 **Luterán Emese**

Nagyon könnyen olvasható, emészthető és nagyon gyakorlatias. Örülök, hogy nem több száz oldalas könyvet írtál, ennyi szerintem bőven elég annak az embernek, aki valamit szeretne kezdeni az életével. Különösen azért áll közel a szívemhez, mert teletűzdelted a saját életedből vett tapasztalással. És persze néhány helyen magamra ismertem. Készítettem jegyzeteket is, azokat, meg a könyvet is még egyszer el fogom olvasni, az biztos. Köszönöm, hogy odaadod az embereknek azt, amit Te már megtapasztaltál.

🕒 **Mozsolicsné Szombati Zsuzsanna**

Szabó Péter könyve a legnagyobb hasznára lehet mindazoknak, akik szeretik a tartalmas, közérthető, személyes, gyakorlatias és humorral átszótt összefoglalókat az önfejlesztés lehetőségeinek témakörében és hajlandók tenni is magukért. Színes, szórakoztató és elgondolkodtató mű, jó szívvel ajánlom!

🕒 **Dr. Buda László PhD**, www.harmonikusgazdagsag.hu

Az *Állj félre a saját utadból!* című könyv kiváló elméleti háttér és gyakorlatok essenciája mindenki számára. E könyv segít

felfedezni saját értékeinket, megismerni önmagunkat, hogy a csiszolatlan gyémántok valódi drágakővé válhassanak.

Ajánlom minden királylánynak és királyfinak, hogy felfedezhessék és megélhessék saját királyságukat!

☉ **Muhoray Róbert**

Kedves Olvasó!

Ezt a könyvet úgy szívd magadba, mintha az életed múlna rajta!

Évekkel korábban a szerző egy döntés előtt állt. Vagy leugrik a tizedikről – már ott állt a tizediken, a tető legszélén! –, vagy nagyon sikeres lesz. Az utóbbit választotta.

Ami Téged is meggátol a kiemelkedő sikerben, az a láthatatlan, Téged visszahúzó gondolataid sűrűje. Mi kell ahhoz, hogy ebből a sűrűből megtaláld a kiutat? Egy sikertérkép. A sikertérképet a kezvedben tartod! Végtelenül hiteles, meggyőző és lényegre törő. Olvasd, gondolkozz el rajta, de főleg: ültesd a gyakorlatba.

Hű segítőd lesz a kiemelkedő siker felé vezető úton!

☉ **Boér Tamás**, a *Sikertervezés* könyvek írója, www.sikertervezes.com

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Ha mindenkit és mindent felsorolnék, akinek és amiért hálával és köszönettel tartozom, akkor másnak nem maradna hely a könyvben, ezért igyekszem rövidre fogni.

Elsőként szeretnék köszönetet mondani Édesanyámnak, aki a világra hozott, és legjobb szándéka szerint felnevelt. Köszönöm szépen, drága Édesanyám, nagyon szeretlek téged!

Köszönettel tartozom Kedvesemnek, aki éveken át mellettem állt, türelmesen támogatott a nehéz időkben is, és megteremtette számomra a háttérzást, ami óriási segítséget jelentett ahhoz, hogy megtaláljam az utamat, és megvalósíthassam az álmaimat. Köszönöm neked, drága Szerelmem, hogy az életed része lehetek!

Mérhetetlen hálával tartozom legnagyobb tanítóimnak, imádott gyermekeimnek, Vilmosnak és Titusznak, akiktől a háttérzetlen felszabadultság példáját és az élet igazi élvezetét tanulhatom, akikben a kifogyhatatlan, végtelen energia megnyilvánulását láthatom. Minden veletek töltött perc felbecsül-

hetetlen ajándék számomra, töletek kapom a folyamatosan megújuló inspirációt, amiből táplálkozom. Meggyőződésem, hogy mindketten földre szállt angyalok vagytok. Köszönöm, hogy minket választottatok!

Nagyon sokat köszönhetek **Muhoray Róbert**nek, igaz barátomnak. Drága Robikám! Köszönöm, hogy a legnehezebb időszakokban is velem voltál. Te vagy számomra a feltétel nélküli szeretet és az önzetlenség mintaképe. Azt adtad nekem, ami számomra a legfontosabb: az idődet. Nehéz olyan szavakat találnom, amelyek híven kifejeznék hálám mértékét... Köszönöm, Barátom! Nagyon szeretlek téged!

Köszönöm **Arnóczki Mihálynak**, Kanadában élő barátomnak a folyamatos biztatást, megerősítést, amit a köztünk lévő földrajzi távolságot áthidalva kaptam tőle. Köszönöm szépen, drága Misikém! Örökké hálás leszek, amiért egy ilyen remek ember barátjának mondhatom magam.

Hálával tartozom azoknak a barátaimnak, akik szintén mellettem voltak életem nehéz időszakaiban: **Szabó Csabának** és **Tóth Gábornak**, **Totyának**. Köszönöm a barátságokat!

Drága **Mái-Kovács Anikó** és **Mái Attila**! Az adakozás mintaképei vagytok! Veletek kapcsolatban mindig azt érzem, hogy már megint kaptam töletek valamit. Mindent köszönök nektek. Megtisztelő számomra, hogy a barátotoknak mondhatom magam.

Vannak emberek, akik megjelennek az életünkben, és adnak nekünk valamit – egy könyvet, egy hanganyagot, esetleg egy olyan mondatot, amelyet csak később tudunk igazán értékelni. Ilyen ember az én életemben **Bocsi Viktória**, **Mátrai Vanda**,

Mozsolicsné Szombati Zsuzsanna, Pozáczky Rita, Luterán Emese, Hodnics Krisztián, Kameniczki Ferenc, Sali Csaba és Falucskai Attila. Az idők során mindannyian a barátaimmá váltatok. Hálásan köszönöm nektek!

Fejlődésemre számtalan nagyszerű író és motivációs előadó volt hatással könyveivel, hanganyagaival és előadásaival. A hozzám legközelebb állók: Brian Tracy, Anthony Robbins, Denis Waitley, Napoleon Hill, Wayne Dyer, T. Harv Eker, Bodo Schäfer, Robert Betz, Mike Dooley és Luise L. Hay. Előttem járnak, és mutatják az utat, amiért örökké hálás leszek nekik.

Kahlil Gibran azt mondta: *„Minden emberi lényben van valami, amit tanulhatok tőle, amiben a tanítványa lehetek.”* Köszönettel tartozom tehát minden kedves szemináriumi résztvevőmnek, akiktől rengeteget tanulhattam. Köszönöm nektek a számtalan értékes visszajelzést is, amelyet a szemináriumi gyakorlatok életetekben történő alkalmazásával kapcsolatosan megosztottatok velem. Csodálatos érzéssel töltenek el azok a pozitív változások, amelyekről beszámoltatok. Köszönöm, hogy megtiszteltetek a bizalmatokkal, és részt vettetek a képzéseimen!

Köszönöm továbbá minden embernek, barátnak, kollégának és volt kollégának, akik a felsorolásból kimaradtak, hogy számtalan közös élményben osztozhattam velük.

Szeretlek titeket!

BELEOLVÁSÓ

The image features a light gray background with a central road that curves upwards into a large, upward-pointing arrow. The road has a dashed white center line and solid white side lines. The sky is filled with soft, white clouds, and the sun is visible at the top center, creating a bright, hazy atmosphere. The text 'BELEOLVÁSÓ' is written in a large, bold, red, sans-serif font, oriented vertically along the path of the road and arrow.

TARTALOMJEGYZÉK

Előszó	21
Gratulálok!.....	31
Használati utasítás.....	35

ELSŐ RÉSZ

Mi az, ami lehetséges?.....	39
Mindennek oka van	49
Mit mondasz magadnak, amikor tükörbe nézel?.....	55
Ki a legfontosabb ember a világon?	59
A puding próbája	65
Hangolódj rá a napra!	66
Arra figyelj, ami jól sikerült!	68
Lásd meg mindenben a jót!	71
Mindennap szánj magadra egy vidám percet!	73
Húzd ki magad!.....	74
Ünnepeld meg magad!	75

Ne hasonlítgasd magad másokhoz!	76
Tartsd be az ígéreteidet!	78

MÁSODIK RÉSZ

Én vagyok a felelős	83
Csak csináld!	89
Az igazán sikeres élet kulcsa	93

HARMADIK RÉSZ

Állítsd át a robotpilótádat!.....	101
Az étlap	119
Kikkel veszed körbe magad?	121
Minden szavad varázsige	129

NEGYEDIK RÉSZ

A stressz forrása	137
Mi az, ami igazán számít?	145
Engedd ki a keziféket!	155
Mihez képest?	163
Köszönöm!	169

ÖTÖDIK RÉSZ

Ne keress hősöket – válj azzá!	175
Valaki beköltözik az életedbe	179
Ma kezdődik életed hátralévő része	183

ELŐSZÓ

Kedves Olvasóm! Gondolkoztál már azon, hogy kivel töltöd a legtöbb idődet? Jómagam annak idején rengeteg időt töltöttem egy fiatalemberrel, akinek egy csódtömeg volt az élete. Mielőtt papírra vettem az alábbi mondatokat, megkérdeztem tőle, hogy írhatok-e róla. Azt felelte, egyáltalán nem büszke bizonyos dolgokra, amelyek vele történtek, de végül mégis beleegyezett.

Szóval ez a fiatalember huszoneves korában anyagilag és mentálisan egyaránt hihetetlenül mélyre süllyedt: lépcsőházakban aludt, kocsmákban és nyilvános vécékben mosakodott, borotválkozott és mosott fogat. Kétnaponta kifordította az alsónadrágját, ezzel kölcsönözve magának a tisztaság érzését. Éveken keresztül, télen-nyáron ugyanabban a bakancsban járt, és egy hátizsákban benne volt minden földi vagyona. Azokban az időkben az okozta neki a legnagyobb örömet, ha este talált egy nyitott lépcsőházat, ahová be tudott menni aludni. Mindennap korgó gyomorral, átfagyva, dideregve aludt el, és reggelente

arra ébredt, hogy a házban lakó emberek, amikor elindultak otthonról, szűrős megjegyzések kíséretében átléptek felette, amiktől egyébként is csekély önbecsülése még mélyebbre zuhant.

Ha el akart jutni valahová, akkor stoppolt, de előfordult, hogy ápolatlan külseje miatt egész nap senki sem vette fel.

Sokszor lopott a boltban, ha már szédült az éhségtől, és volt, hogy rajta is kapták. Nagyon megszegényítőnek élte meg azokat a pillanatokot: az emberek megvetően néztek rá, miközben a biztonsági őrök az áruháza raktárába kísérték.

A nappalok még elteltek valahogy, de az éjszakáktól rettegett. Aztán egy karácsony este, amikor a hóesésben a kimerültségtől és a csontig hatoló hidegtől átfagyva, korgó gyomorral, magányosan sétálgatott, és hallotta a lakásokból kiszűrődő karácsonyi éneket, eljött az a pillanat, amikor elege lett az életéből. Úgy döntött, véget vet a szenvedéseinek. Felment egy magas épület tetejére, azzal a szándékkal, hogy leugrik.

Aztán amikor ott állt a tető peremén, ugrásra készen, mély depresszióban, valami igazán érdekes dolog történt. Megszólalt benne egy belső hang, és arra biztatta, hogy ne adja fel. Ennek hatására úgy döntött, ahelyett hogy levetné magát – a látszólag könnyebb utat választva –, inkább bebizonyítja, hogy még ebből a helyzetből is fel lehet állni, és sikerre viszi az életét.

Az elhatározást nagyon nehéz időszak követte. A következő években egy kocsmában élt, ahol a hét minden napján ivott, záróra után pedig ott aludt a székeken vagy a földön.

Egy ködös délutánon nagyon súlyos autóbalesetet szenvedett, frontálisan ütközött; a tűzoltók vágták ki az autóból.

A baleset következtében egyéb sérülések mellett a combja is eltört, hónapokig ágytálazták. Ez idő alatt volt lehetősége átértékelni az életét. Megszületett benne a felismerés, hogy ha jobb életet akar, az csak tőle függ. Nem lesz soha senki, aki helyette rendbe hozná a dolgait.

Felépülését követően már nem tért vissza a kocsmába. Egy barátjától – aki még adott neki – kölcsönkért pár ezer forintot, vett magának öltönyt, inget, nyakkendőt, és elkezdett munkát keresni. Rengeteg helyre elküldte az önéletrajzát; a legtöbb helyről válaszra sem méltatták. Mégis sziklaszilárd elhatározás élt benne, hogy bármeddig is kell keresnie, talál egy rendes munkát magának.

Teltek a hónapok. Sokadik alkalommal, amikor meghallgatásra ment, valami furcsa dolog történt. Állásajánlatot kapott egy multinacionális cégtől, mégpedig a megpályázott állásnál eggyel magasabb pozícióba. Ez azt jelentette, hogy csaknem száz ember munkáját kellett irányítania! Biztos el tudod képzelni, kedves Olvasóm, hogy ehhez a beosztáshoz milyen magas fizetés tartozott. Ez maga volt a csoda! Amikor először vett részt egy céges rendezvényen, négycsillagos szállodai szobájában körülnézve olyan érzése támadt, hogy ez csak valami tévedés, vagy gonosz tréfát űznek vele. Óriási volt a kontraszt élete előző időszakához képest. Nehezen tudta elfogadni, hogy mindez valóban vele történik. De amikor felfogta, hogy ez valóság, kiállt a szálloda tizenkettedik emeleti szobájának teraszára, és abban a határtalanul boldog lelkiállapotban, amely úrrá lett rajta, beleordította a város forgatagába: „EZ AZ, MEGCSINÁLTAM!”

Amellett, hogy új helyzete hatalmas lehetőséget jelentett, egyben óriási kihívásokat is tartogatott számára, hiszen vezetői tapasztalat nélkül kellett helytállnia. Mégis annyira jól sikerült, hogy egy évvel később már ötszáz, pár év múlva pedig több mint ezerötyszáz ember munkáját irányította. Az ezzel járó hihetetlen életminőség-változással párhuzamosan rászakott az önfejlesztésre, mindennap olvasott. A belső fejlődés következtében, amelyen keresztülment, és persze annak köszönhetően, hogy időközben megházasodott, és két fantasztikus gyermeke született, rájött, hogy az élet többet jelent nagy autónál, nagy háznál, hatalmas fizetésnél és méregdrága ruháknál. Egyre erősebb volt benne a vágy, hogy minél több időt töltsön imádott családjával. Igen ám, de a napi 14-16 óra munka mellett ez nehezen volt elképzelhető. Úgy érezte, hogy az élete zsákutcába jutott.

Egy csodálatos könyvben¹ olvasott gyakorlat arra ösztökélte, hogy képzelje el a saját temetését: gondoljon bele, mit szeretne hagyni maga után; hogyan emlékezzenek rá a számára igazán fontos emberek, a kedvese, a gyermekei. Tudta, hogy ha a jelenlegi utat folytatja, a gyermekei feltételezhetően így gondolnak majd vissza rá: „A mi édesapánk nagyon sikeres ember volt. Mindig hatalmas autókkal járt, rengeteg pénzt keresett. Megvolt mindenünk, ami pénzben csak kifejezhető. Sajnos mi nem ismertük, hiszen mire felébredtünk, már nem volt otthon, amikor pedig hazaért, mi már aludtunk...”

¹ Stephen R. Covey: *A kiemelkedően sikeres emberek 7 szokása* (Bagolyvár Könyvkiadó, 2004)

Ezt semmiképpen sem akarta. Úgy döntött, bármekkora áldozatra kész, hogy imádott gyermekei inkább így emlékezzenek majd rá: „A mi édesapánk nagyon szeretett minket. Minden reggel mellettünk volt ébredéskor, megszeretgetett minket, és számtalanszor elmondta, hogy mennyire szeret bennünket. Ő vitt minket a bölcsődébe, az óvodába, később pedig az iskolába, és ő is jött értünk. Rengeteget játszottunk, esténként ő olvasta nekünk az esti mesét, és mellettünk volt, amíg elaludtunk. Ott volt minden farsangunkon, az első kosármeccsünkön, és bármikor, amikor csak szükségünk volt rá. Mindig számíthattunk rá. Igazán jó barátok voltunk az édesapánkkal.”

Mindemellett egyre erősebben érezte, hogy a hivatás tereén is teljesen más az, amire igazán vágyik. Rájött, hogy rossz falhoz támasztotta élete létráját, hiszen felért a tetejére, és nem tetszett neki a kilátás. Ezért hát óriási döntésre szánta rá magát, és egy hétfő reggel felmondott. Még évekkel később is elevenen élt benne az a reggel, amikor megtette ezt a lépést: ott állt a liftben, méregdrága öltönyében, bőrtalpú cipőjében, finom eleganciáról árulkodó bőrtáskájával, benne aranytollával, és rátörtek azok a képek, amikor átfagyva kucorgott a lépcsőházakban...

Egyre jobban úrrá lett rajta a remegés, és a fejében egy gúnyos hang azt ismételte: „Tudod te, mit teszel?! Újra az utcára fogsz kerülni, de most már a családdal együtt! Nehogy megtedd! Nagyon meg fogod bánni!” Ennek ellenére erőt vett magán, és megtette. Felmondott. Visszatekintve azt állítja, hogy élete egyik legjobb döntése volt.

Ezt követően elkezdett a hivatásának élni: jelenleg könyvet ír, szemináriumokat tart, és rengeteg időt tölt imádott családjával.

Élete céljául azt tűzte ki, hogy saját példájával alátámasztva elhitesse az emberekkel: *bármit el tudnak érni az életben, ha igazán akarják, ha kitartanak mellette, és ha hajlandók megfizetni az árát.*

Kedves Olvasóm, ez a fiatalember írta ezt a könyvet.

A történetem alapján talán számodra is értelmet nyer az a kérdésem, hogy kivel is töltöd a legtöbb idődet – hiszen mindannyian saját magunkkal töltjük a legtöbb időt. Az egész életünket. És ha már így van, az egyetlen célunk csak az lehet, hogy jóban legyünk önmagunkkal. Abban az időszakban, amikor anyagilag és mentálisan egyaránt igazán mélyen voltam, nagyon rosszban voltam saját magammal. Nem tudtam tartósan olyan helyen lenni, ahol tükör volt, mert látni sem bírtam a képemet. Állandóan másokhoz hasonlítottam magamat, és végül mindenkinél kevesebbre értékeltem magam. Arra törekedtem, hogy mindig legyen körülöttem valaki, mert egyszerűen utáltam magammal lenni.

Egyik kedves barátom a minap azt kérdezte, vajon mi lehetett az oka annak, hogy annyira mélyre süllyedtem. Eltöprengtem rajta, és mostani gondolkodásommal arra jutottam, hogy az önértékelés és a felelősségvállalás teljes hiánya eredményezte azt, hogy olyan helyzetbe kerültem. Az igazi áttörés akkor tör-

tént meg az életemben, amikor – még ha nem is tudatosan – a kezembe vettem életem irányítását. Ennek eredményeképpen kezdtem jobb viszonyba kerülni önmagammal, ezáltal még több felelősséget voltam hajlandó vállalni az életemben törtétekért, és ez felfelé vivő spirálként működött.

Meggyőződésem, hogy a pozitív változás kulcsa mindannyiunk életében a felelősség vállalása, önmagunk elfogadása és feltétel nélküli szeretete. Épp ezért azt tanácsolom, hogy hagyj fel mások és a körülmények hibáztatásával, és figyelmedet kizárólag az önmagadhoz fűződő viszonyra irányítsd. Hiszen ahhoz, hogy a világ megváltozzon, előbb a magaddal való kapcsolatodnak kell megváltoznia.

„Megszeretni önmagunkat
egy életre szóló románc kezdete.”

OSCAR WILDE

Ezt természetesen könnyű kijelenteni, megvalósítani azonban már jóval nehezebb... Mégis tartom magam ahhoz, hogy önmagunk elfogadásának olyan célnak kell lennie az életünkben, amelynek minden más alá van rendelve. Hiszen ha ez elmarad, az ahhoz hasonlatos, mintha a nap huszonnégy órájában össze lennénk láncolva valakivel, akivel ha tehetnénk, egyáltalán nem töltenénk időt. A jó hír azonban az, hogy ha önmagunkkal jóban vagyunk, akkor igazán élvezhetjük az életet.

Megdöbrentő számomra, hogy milyen sok ember hazudik magának, és tagadja, hogy kisebbségi érzés és önutálat dolgozik benne. Pedig ha valakivel igazán őszintének kell lennünk, akkor saját magunkkal. A tagadástól egyáltalán nem oldódik meg a helyzet, sőt. A tagadás olyan, mintha leragasztanánk az üres üzemanyagtankot jelző mutatót egy smile-val...

Akár tudatosan, akár tudattalanul, mindannyian az áhított boldogságot hajszoljuk, és elérését igen gyakran a külső tényezők megváltozásától várjuk. Ha már a boldogság szóba került; imádom Kurt Tepperwein megközelítését: *„Mindannyian egész életünkben a boldogságot hajszoljuk, pedig azt sem tudjuk, mi az.”*

Valójában *a boldogság belső érzése és a külső teljesítmény mindig kéz a kézben jár.* A boldogság belső érzéséhez az önismereten, az önmegértésen, az önelfogadásra és ezek eredményeképpen az önértékelésen át vezet az út. Ahhoz, hogy **legjobb** önmagunkat adhassuk, tudnunk kell, kik vagyunk, és miért gondolkozunk és érzünk úgy, ahogy az kizárólag ránk jellemző. Először magunkat kell igazán jól megismernünk és megértenünk, ahelyett hogy a külvilágot igyekeznénk megváltoztatni.

Számtalan olyan embert láttam a környezetemben – köztük saját magamat is –, akik kitűzték a céljaikat, de azok mégsem valósultak meg. Mások esetében a kitűzött célok maradéktalanul megvalósultak, sokszor még hamarabb is, mint ahogy tervezték. Mindenhol azt hallottam, hogy egyszerűen csak döntsem el, mit akarok, aztán higgyek benne, és valóra válik.

Igen ám, de hogy hihettem volna benne, ha egy csődtömeg volt az életem?

Óriási kérdőjelek meredeztek bennem azzal kapcsolatban, hogy mi lehet ennek az oka. Aztán a kérdőjel kiegyenesedett, és felkiáltójel lett belőle; megértettem, hogy az alapvető különbség nem a célok kitűzésének módjában és megvalósulásuk folyamatában rejlik, hanem abban, hogy mekkora az adott személy önbecsülése.

Az, amire vágyunk, és az, amiről mélyen legbelül el is hiszszük, hogy valóban megérdemljük, teljesen eltérhet egymástól. Ha körbenézünk, az élet minden területe arról árulkodik számunkra, hogy a világban bőség van, sokan mégis kételkednek benne. Ennek valódi oka az önértékelés hiánya. Ha az önértékelésünk rendben van, akkor végre képesek vagyunk elhinni, hogy azt a dolgot, amire vágyunk, megérdemljük. És ez a kulcs! Hiszen *kizárólag mi magunk álljuk útját a nekünk szánt mesés élet elérésének!*

A legtöbb ember azt gondolja, hogy ha otthagyja a munkáját, és másik céghez megy, ha kilép egy párkapcsolatból, vagy külföldre költözik, akkor megoldódnak a problémái. Egy dolgot azonban elfelejtenek. Bármelyik céghez is mennek, akárhány új kapcsolatot létesítenek, és bármelyik részére költöznek a világnak, van valaki, aki ott lesz velük: a saját énjük!

Azzal a céllal írtam ezt a könyvet, kedves Barátom (már ha megengedhetem magamnak ezt a megszólítást ☺), hogy megismerd, megértsd és megszeresd önmagad, megtaláld a belső egyensúlyodat, teljes harmóniában élj magaddal,

ezáltal mindennap mosolyogva ébredj, és valóban élvezd az életet.

Kívánom, hogy *Állj félre a saját utadból!*, hozd ki az életedből mindazt, ami benne rejlik, és valósítsd meg a legmerészebb álmaidat. Legyen az élet a te játszótéred!

Barátsággal:
Szabó Péter

„Ne attól félj, hogy az életed véget ér,
hanem attól, hogy sohasem kezdődik el!”

JOHN HENRY NEWMAN

- ◆ Bármit el tudsz érni az életben, ha igazán akarsz, ha kitartasz mellette, és ha hajlandó vagy megfizetni az árát.
- ◆ A pozitív változás kulcsa mindannyiunk életében a felelősség vállalása, önmagunk elfogadása és feltétel nélküli szeretete.
- ◆ A boldogság belső érzése és a külső teljesítmény mindig kéz a kézben jár.
- ◆ Az, amire vágyunk, és az, amiről mélyen legbelül el is hisszük, hogy valóban megérdemeljük, teljesen eltérhet egymástól.
- ◆ Kizárólag mi magunk álljuk útját a nekünk szánt mesés élet elérésének.

GRATULÁLOK!

„Felelőtlenség volna hagynod, hogy az élet csak úgy megtörténjen veled. Isteni jogod, hogy magad alakítsd a sorsodat.”

RAMTHA

Az egyik legcsodálatosabb felismerés, ha rájövünk, hogy *az életben minden csupán választás kérdése*. Minden alkalommal, amikor valamire igent mondunk, azzal valami másra automatikusan nemet. Ha elkezdünk e szerint gondolkozni, és megtesszük akár a legkisebb erőfeszítést, életünk azonnal elindul a kívánatos változás útján.

A természet semleges, nincsenek kivételezettek. Hosszú távon *mindenki* azt kapja vissza, amit erőfeszítések formájában befektet. Azt pedig, hogy mit fektetünk be, kizárólag mi magunk döntjük el. Azzal, hogy a kezébe vetted ezt a könyvet, kedves Barátom, azt választottad, hogy teszel egy lépést életed jobbá tétéle felé. A döntéssel, hogy könyvet olvasol, nemet mondtál