

MAIESTRIE

Creeaza-ti propria slujba si fa in fiecare zi lucruri care conteaza



De Ce Iubim Crăciunul Si Cum Îi Amplificăm Magia Să Trăim Cent' Anni

De Bogdan Popescu

Au venit sarbatorile iernii, cu toata magia lor, dar si cu toata nebunia si stresul.

Ar fi frumos sa avem parte de o portie mai mare de magie si de una mai mica de stres. Stresul vine din fuga dupa cadouri, mersul la cumparaturi, goana dupa mancare si bautura. Conducutul prin orase cu strazi infundate de masini aparute parca din bagheta unui vrajitor sadic ce le pune acolo doar ca sa se distreze pe seama noastra.

IN ACEST NUMAR

**DE CE IUBIM CRĂCIUNUL
ȘI CUM ÎI AMPLIFICĂM
MAGIA SĂ TRĂIM CENT'
ANNI**

**ABILITATEA CE-ȘI
REVARȘĂ BENEFICIILE ÎN
MULTE ASPECTE ALE
VIEȚII**

Chestiile comandate de pe net fac mai multe zile pana ajung la noi si e posibil sa nu le primim la timp.

Acum e prea tarziu, dar pentru urmatoarele sarbatori, am cateva idei sa reduci stresul. Ai putea sa le comanzi carti tuturor apropiatilor care n-au griji cu banii. La ceilalti cumpara-le haine, sau mancare. Sau carduri de cumparaturi sa-si cumpere ce au nevoie. Ideea cu cardurile o poti folosi si in loc de carti. Carturesti de exemplu, vinde carduri de cadou si atunci nici macar nu mai trebuie sa ghicesti tu ce carte le-ar placea oamenilor. Asta daca nu cumva ai tu una anume pe care vrei sa le-o daruiesi sa le faca viata mai buna. Nu poti da gres cu Grit de Angela Duckworth si Mindset (Mentalitatea Învingătorului?!?!?) de Carol Dweck.

De Unde Vine Magia Craciunului?

Oamenii de stiinta spun ca specia noastra are 200.000 de ani. Crestinismul vorbeste de sub 7000 de ani, din informatiile gasite de mine.

Inca mai avem bunici, sau chiar parinti care cand s-au nascut locuiau in case fara televizoare.

Unele chiar fara curent electric.

Acum nu ne putem imagina viata fara ele, dar daca ne gandim la toata perioada de timp de la Adam (fie ca e cel din Biblie, sau primul homo sapiens nascut undeva in vestul Africii cum spun oamenii de stiinta) până astăzi, epoca moderna reprezinta un segment aproape nesemnificativ al evolutiei speciei umane.

Inainte de televizoare, divertismentul insemna adunarea familiei, sau a unei comunitati mai mari, (trib, sat), si activitati precum cantece, povesti si jocuri. Aaaa. Si luatul mesei impreuna.

Astazi ne-am indepartat de vechile cutume. Dar intorcandu-ne la ele, redescoperim magia pentru ca ne conectam cu o latura ancestral prezenta in genele noastre.

Si care-i legatura cu Craciunul? Aceasta sarbatoare e o creatie a culturii noastre. Daca toata cultura oamenilor ar fi o hala imensa, probabil Craciunul ar reprezenta un culoar intreg.

Pe rafturi ar exista, povesti, colinde, cantece, filme, fotografii cu brazii, cu Isus. Cum Mos Craciun, dar si cu... Coca Cola.

Toate astea contribuie cu cate o mica bucatica la atmosfera din timpul sarbatorilor, la ce simtim si la ce facem.

Se spune ca cei care au starnit toata povestea asta moderna a Craciunului ce-a ajuns sa fie numita "the most wonderful time of the year" (titlul unui celebru cantec de Craciun scris in anul 1963), au avut un prim scop in minte: cresterea vanzarilor.

Ei s-au folosit de ceva deja existent, celebrarea nasterii lui Isus, apoi l-au inventat si adaugat in peisaj pe mos Craciun, care incet incet, a ajuns sa fie mult mai celebru decat fiul lui Dumnezeu.

De exemplu, mos Craciun merge si la copiii din China, unde probabil foarte putini au auzit de Isus.

Asadar... "*cea mai minunata perioada a anului*" nu e vara cand e cald, putem merge la mare, sau la munte doar in slapi, bermude si tricou. Cand n-avem nevoie sa facem focul in sobe, cand ziua e lunga, cand avem legume si fructe proaspete. Nuuu.

Cea mai minunata perioada a anului e la sfarsitul lunii decembrie, cand e frig, zapada, cand trebuie sa-mbracam pulovere, geci, caciuli si izmene.

Cand masinile ne derapeaza si trebuie sa le curatam de zapada, cand mancam carne de porc si muraturi, bem vin si tuica fiarta, cand in casa purtam bluze groase, papuci sau ciorapi de lâna că-i rece gresia. Si cand avem nevoie de creme de maini si de față.

Oare din cauza cadourilor iubim Craciunul? Poate. E un sentiment frumos sa faci cuiva o bucurie. Exista studii care au aratat ca satisfactia e mai mare cand dai un cadou decat cand primesti unul.

Dar nu cred ca e asta. Chestia cu cadourile mi se pare ca le e mai de folos magazinelor. Chiar daca am citit ca si pe vremea premoșcrăciunică se faceau daruri in ziua de Craciun, probabil ca nu se cumparau de la magazinele din Mall. Poate fi o alta poveste născocită să dea si azi un motiv bun pentru golirea portofelelor, sau poate asa o fi fost.

Totusi, eu sunt convins ca magia Craciunului vine din altceva. Din faptul ca facem celelalte lucruri pe care le faceau stramosii nostri. Acelea care se obișnuiau nu numai de sarbatoarea Craciunului, ci in fiecare seara: se adunau in familie, sau in comunitati mai mari, luau cina impreuna, spuneau povesti si cantau cantece impreuna.

De ce scriu toate astea intr-un newsletter despre meta invatare?

Sunt convins ca scopul suprem al vietii e sa fim oameni buni. Sa lucrăm la a deveni mai buni in fiecare zi. Sa ne slefuim continuu caracterul. Dupa fiecare zi trecuta sa fim mai buni, mai iubitori, mai intelegatori si intelepti. Si sa imprastiem intr-un mod molipsitor mesajul iubirii si al bunatatii.

Construirea si dezvoltarea competentelor e doar un mod de a ajunge mai buni si mai iubitori, dar nu e suficient. E adevarat ca fara competente si incredere in noi, ne confruntam cu frica, cu invidia, cu nesiguranta. Cu lacomia si gelozia. Toate sentimentele care alimenteaza comportamente intunecate.

Dar pentru a ne putea concentra pe cresterea noastra avem nevoie in primul rand de energie si de sanatate. Fara ele nu putem sa functionam la o capacitate minim necesara pentru a putea progresa si pentru a avea rezultate de care sa fim mândri.

Secretul pe care ti-l voi spune astazi e unul despre care putini scriu. Chiar unii dintre cei mai mari performeri fie ca e vorba de sport, actorie, muzica, sau alte arte, afaceri, sau orice alt domeniu nu sunt constienti de aceasta nevoie adanc inradacinata in spiritul uman si din cauza asta multi cedeaza. Devin depresivi, incep sa abuzeze de alcool sau droguri si-si duc viata intr-o directie nefericita.

Povestea Rosetanilor

In cartea Outliers: The Story of Success, Malcolm Gladwell spune povestea unei mici localitati numita Roseto. In acest mic orasel, locuia o comunitate de oameni ce venisera in USA din satul italian Roseto Valfortore. In anii '60 niste cercetatori au observat ca acesti oameni aveau o sanatate mult mai buna decat cetateanul american obisnuit si ca speranta de viata era de asemenea mai mare. Incercand sa afle care sunt secretele lor, au avut parte de o adevarata surpriza.

Oamenii astia fumau pe rupte, aveau o dieta considerata nesănătoasa dupa standardele de atunci si cele de astazi si multi erau obezi. In plus, stateau destul de rau si cu activitatea fizica. Sa spunem doar ca... nu prea vedeai sali de fitness prin Roseto.

Rudele lor care traiau in alte orase nu aveau nici pe departe o sanatate asa buna ca a lor, iar locuitorii oraselor din apropierea Roseto care aveau aceleasi conditii de mediu si clima aveau incidente de boli de inima de 3 ori mai mari decat ei.

Cercetatorii medicali n-au reusit sa traga nicio concluzie. Ceea ce observasera n-avea nicio logica si nicio explicatie plauzibila. Asa ca, intr-un ultim efort de a gasi o cauza pentru lucurile observate, au consultat expertii in sociologie.

Sociologii au descoperit un sentiment de incredere si siguranta printre Rosetani datorat faptului ca locuitorii orasului aveau intotdeauna pe cineva cunoscut la care sa

apeleze pentru ajutor. Au concluzionat ca singura explicatie a sanatatii extraordinare a acestei populatii unice e faptul ca faceau parte dintr-o comunitate strans unita.

“La acel timp, intelepciunea conventionala spunea ca pentru a trai o viata lunga depindea intr-o mare masura de cine eram - adica de gene noastre. Depindea de deciziile pe care le luam - de ce alegeam sa mancam, si cata miscare alegeam sa facem, si cat de eficient eram tratati de sistemul medical. Nimeni nu obisnuia sa se gandeasca la sanatate si longevitate prin prisma comunitatii.” Malcolm Gladwell

Cent' anni

Cent' anni e o urare ce obisnuiesc s-o spuna italienii cand ciocnesc un pahar de bautura - "Sa traiti o suta de ani!"

Cartea **“Solutia Zonelor Albastre: Mananca si Traieste ca Cei Mai Sanatosi Oameni Din Lume”**, scrisa de Dan Buettner e inspirata dintr-un proiect de zece ani al National Geographic ce a avut ca scop identificarea locurilor din lume in care oamenii traiesc cel mai mult.

Zonele in care traiesc cei mai logevivi oameni sunt Okinawa din Japonia, provincia Nuoro din Sardinia, insula Icaria din Grecia, peninsula Nicoya din Costa Rica. Iar locul din USA in care speranta de viata e cea mai ridicata e Loma Linda, California pentru ca acolo traieste cea mai mare comunitate de adventisti din lume.

Unul dintre cele mai importante lucruri descoperite in acest proiect e faptul ca in toate locurile unde oamenii au o speranta de viata ridicata exista aceste comunitati strans legate in care oamenii se cunosc intre ei dintotdeauna.

Pe langa asta, un alt secret pentru a trai o viata lunga si sanatoasa descoperit in acest proiect e ceva prezent mai ales in cultura japoneza. Termenul lor e “ikigai” si inseamna motivul pentru care te trezesti dimineata si se refera de fapt la sensul vietii.

“Stim ca oamenii care au un puternic sentiment de sens al vietii traiesc cu sase sau sapte ani mai mult decat oamenii carora le lipseste asta. Si daca iti poti exprima sensul vietii, probabil iti scad cu 50% sansele de a deceda in orice an.” Dan Buettner

Daca tot vorbeam de ikigai, hai sa-ti spun si de hygge

Incepand din 1973, Danemarca se afla constant in topul tarilor cu cei mai fericiti oameni din lume. Au ocupat locul 1 in 2016, 2 in 2017 si 3 in 2018.

Ei au un secret care-i impinge tot timpul in varful acestor ierarhii. Hygge e ceva specific culturii danezilor, un lucru pe care l-am descoperit in cartea *Metoda Daneza de Crestere a Copilului*, scrisa de doua autoare dintre care una americana devenita daneza prin casatorie: Jessica Joelle Alexander.

Ea a privit cu ochii unui strain si a experimentat stilul de viata al danezilor fiind crescuta intr-o alta cultura si a fost atat de impresionata incat a simtit ca trebuie sa scrie aceasta carte si sa impartaseasca cu lumea lucrurile pozitive pe care le-a descoperit in cultura si obiceiurile danezilor.

Ce e Hygge? E atat un obicei, cat si o valoare comuna a danezilor. Ei isi fac zi de zi loc in program pentru a petrece timp de calitate impreuna cu familia, sau cu prietenii. Asta implica si chestii precum decorarea caselor

intr-un mod care sa ridice buna dispozitie, dar mai ales activitati impreuna.

De exemplu, pentru familiile daneze pregatirea mesei e o placere, o activitate in care e implicat fiecare membru al familiei. Toti fac eforturi ca timpul impreuna sa fie unul placut si incearca sa contribuie cu glume, cantece, sau povesti.

De asemenea, ei joaca tot felul de jocuri la care participa si copiii si parintii.



Daca ai in jur de 20 de ani, poate toate lucrurile astea cu moși strămoși, Craciun, Isus, comunitate, speranta de viata si scopul nostru pe pamant n-au cea mai mare prioritate pentru tine in acest moment.

Dar totusi, e vorba despre un fenomen social de actualitate. Comunitatile din România se destramă. Tinerii migrează din sate si orasele mici spre orase mai mari unde sunt facultati, unde sunt mai multe locuri de munca.

Multi tineri si chiar parinti pleaca sa lucreze in alte tari.

E un lucru normal si nu-i nimic rau in faptul ca oamenii isi doresc un trai mai bun, o educatie mai buna, slujbe mai bune si oportunitati mai bune.

Dar e bine sa fim constienti la ce renuntam pentru ca cei care se rup de radacinile lor, vor avea momente in care simt ca ceva le lipseste si de multe ori nu stiu ce.

La unii poate fi vorba doar de un sentiment de melancolie, dar unii pot trece prin depresii ce le afecteaza major viata.

“Stii ceva, daca te simti singur in tara asta (adica USA), asta iti taie aproximativ opt ani din speranta de viata.” Dan Buettner, autorul The Blue Zones Solutions

Petrecerea Craciunului in familie e un obicei ce încă se pastreaza in Romania.

Poate fi o ocazie sa te reconectezi cu comunitatea in care te simti in siguranta asa cum e greu sa te simti in alte locuri, in care poti sa fii tu insuti fara sa-ti faci griji de imaginea pe care si-o fac altii despre tine. E o ocazie sa-ti reincarci bateriile pentru un an nou plin de provocari, dar si de oportunitati.

Dar poate e bine sa incerci treaba asta nu numai de Craciun. Incearca sa aduci cumva in viata ta sentimentul asta ca apartii unei comunitati, oriunde te-ai afla in lume.

Poate ii duci si vecinei tale o bucata din placinta ta, poate il inviti la tine acasa pe un prieten care se simte singur, sau poate joci un joc cu copiii tai. Poate accepti invitatia ce ti-o fac data viitoare prietenii, chiar daca preferi sa mergi acasa si sa te uiti la un film.

Poate iti vizitezi mai des parintii, sau bunicii si stai cu ei la povesti, cantati impreuna un cantec, sau jucati o șeptică, un sah. Sau mai bine o tablă că cică saahul e un joc care se joacă cu piesele ce se scot din cutie cand joci table.



Si daca inca nu ti-ai definit un scop in viata, incearca sa fii mai bun. Si asta, ca orice alt lucru despre care am vorbit in programul asta, e o practica.

Fa azi o fapta buna, maine alta si asa mai departe.

Cauta ce e mai bun in oameni, si daca ai de ales, petrece-ti timpul cu cei la care nu trebuie sa cauti mult pana gasesti stralucirea.

Pentru ca cei cu care ne inconstam ne influenteaza cel mai mult comportamentul, obiceiurile, valorile si convingerile.

Craciun Fericit!

Abilitatea ce-și revarsă beneficiile în multe aspecte ale vieții



Exista o ocupatie de care nu multi oameni au auzit. Stiu asta pentru ca nici in radarul meu n-a intrat pana pe la varsta de 34 de ani. Nu am auzit niciun parinte, profesor sau prieten vorbind vreodata despre asta ca si optiune de cariera.

Si totusi e vorba despre o ocupatie ce poate sa aduca satisfactii greu de egalat, atat materiale cat si intelectuale. E ceva ce oricine poate sa faca de acasa, cu conditia sa invete meseria. Dar ceea ce mi se pare cel mai valoros la aceasta competenta e altceva: toate lucrurile care te ajuta sa ai succes in aceasta meserie se pot folosi pentru a-ti imbunatati multe aspecte ale vietii, unele dintre cele mai importante. De exemplu, sa ai relatii de calitate, sa fii placut si admirat de oameni, sa nu te poata nimeni pacali, si chiar sa poti obtine orice-ti doresti (daca e realist) in orice situatie.

Aceasta meserie se numeste copywriting. Multi se gandesc automat la altceva cand aud despre asta. Ceva ce are legatura cu drepturi de autor. Dar copywriting inseamna altceva. Ce anume? E vorba despre a scrie o categorie aparte de texte: texte care au scopul principal de a vinde, sau alte scopuri asociate cu marketingul.

Poate fi vorba despre o reclama pe care o vedem la televizor, de o pagina de pe un site care prezinta un produs, despre o scrisoare pe care o primim in posta, sau despre un email.

Toate acestea sunt scrise de copywriteri mai mult sau mai putin priceputi.

Vreau neaparat sa-ti povestesc despre un mare maestru si invatator care din nefericire nu se mai afla printre noi.

El a fost recunoscut (si inca e) ca unul dintre cei mai mari copywriteri care au pus vreodata pixul pe hartie.

Poate nu esti interesat deloc de subiectul asta si n-ai niciun chef sa citesti mai departe. E decizia ta, dar vreau sa te rog ceva. Incearca un experiment. Da-ti ragaz sa citesti tot materialul si la sfarsit intreaba-te daca ce-ai invatat iti poate fi de folos, sau nu (sunt sigur ca va fi prima varianta).

Eu am primit mai demult un sfat care mi-a servit bine pana acum. Sa incerc din cand in cand sa citesc, sau sa aflu mai multe despre domenii de care n-am fost niciodata interesat, sau atras. Sa fiu curios despre chestii noi cu care nu m-am mai intalnit.

Inapoi la maestru. Il chema Gary Halbert si a trait intre 12 iunie 1938 si 8 aprilie 2007. John Carlton, un alt copywriter legendar, scria despre Gary, dupa moartea lui fulgeratoare și imprevizibila (s-a intamplat noaptea in somn).

“A fost mai mare decat viata si putea sa suga tot aerul din orice încapere intra, fara sa spuna un cuvânt... precedat doar de unda de soc a reputatiei lui construita cu multa munca. Avea o pofta pentru experiente, un apetit uimitor pentru orice lucru bun disponibil in viata, si era foarte mandru sa fie el insusi. Si a fost intr-adevar un om mare. De unul singur a schimbat natura publicitatii moderne cu raspuns direct... si prin invataturile lui a dat nastere la trei generatii (si inca numar) de antreprenori si marketeri iluminati care continua sa forteze lumea afacerilor sa se intoaie vointei lor.” - John Carlton

După John Carlton, inca un lucru posibil pentru cei care ajung sa stapaneasca tainele copywritingului: pot forta lumea afacerilor sa se indoaie conform vointei lor.

Dar oare a avut Gary un dar divin care l-a ajutat sa ajunga in varful ierarhiei intr-o meserie ce i-a adus milioane de dolari, admiratie si o reputatie ce dainuie si astazi (Facebook practic nu exista cand el a murit si azi exista o pagina a fanilor lui Gary), case frumoase in Florida, iahturi, succes in afaceri... si asa mai departe (cum ii placea lui sa scrie)?

Hai sa-ti spun o poveste spusă chiar de el... Gary a inceput sa studieze arta copywritingului cand era tanar. S-a indragostit imediat si a inceput sa citeasca toate cartile clasice pe care a pus mana, a participat la orice curs, sau training de care a aflat si cand a considerat ca e pregatit sa faca lumea sa se indoaie la vointa lui...

Atunci s-a apucat sa-si dezvolte propriile produse: carti, cursuri, rapoarte si asa mai departe, dupa care a scris materiale promotionale pentru a-si vinde produsele. Pe vremea aia, se foloseau scrisorile fizice trimise in cutiile postale ale potentialilor cumparatori. Costurile unei campanii erau considerabile: plicuri, tiparirea scrisorilor, fluturasilor, cupoanelor, (sau diferite alte materiale promotionale), plus plata serviciilor postale.

Gary a inceput ca orice novice. Isi finanta singur proiectele. Si a avut esec dupa esec, pana cand a ajuns sa nu mai aiba bani pentru facturile la curent, apa, etc. Din cauza problemelor cu banii, el si sotia lui cu care avea doi copii, s-au despartit.

Cand nimic nu-i mai mergea si era cu moralul la pamant a descoperit o poveste interesanta intr-un ziar.

O baba dintr-un mic orasel, printa, înrăma si vindea oamenilor steme ale familiilor. Acestea erau unice in functie de numele de familie.

Gary a preluat ideea, a facut o promotie de test in care a executat totul fara greseala (invatase enorm din precedentele esecuri) si rezultatele au fost spectaculoase. Apoi, tot ce-a avut de facut a fost sa toarne gaz pe foc (sa trimita aceeasi oferta la cat mai multi oameni). Datorita acestei idei a facut zeci de milioane de dolari.

Aceasta afacere l-a pus pe Gary pe harta marilor copywriteri. Apoi, de-a lungul carierei sale, au urmat sute alte campanii de succes.

In continuare iti propun o chestie inedita. Una dintre cele mai celebre reclame scrise de Gary a fost... un anunt pentru gasirea unei parteneri.

Gary a avut o viata amoroasa tumultoasa. Doua casatorii si tot atatea divorturi si multe alte relatii. La un moment dat, dupa ce a trecut peste o perioada de suferinta in urma unei despartiri, Gary s-a gandit sa incerce o noua abordare pentru a-si gasi o partenera potrivita. O metoda mai inteligenta, una care sa-i aduca langa el femeia ideala in cel mai scurt timp.

Sa-ti gasesti un partener potrivit poate fi una dintre cele mai delicate lucruri in viata. De aceea vreau sa vezi cum a rezolvat lucrul asta un maestru, bazandu-se pe abilitatile lui.

Inainte sa citesti mai departe, vreau sa-ti spun ce s-a intamplat dupa ce anuntul a fost publicat.

- 1. Anuntul a fost reprodus de cinci ori pe cel mai mare post de radio din Los Angeles la acea vreme (KABC)
- 2. Gary a primit 2 oferte sa scrie carti despre anunt
- 3. A primit doua oferte pentru a face filme despre anunt
- 4. A cunoscut si s-a intalnit cu "cele mai atragatoare femei din Los Angeles"
- 5. Dupa ce s-a saturat de 4, s-a cuplat cu o minunata si superba roscata care a devenit dragostea vietii lui si care era dupa parerea lui cea mai frumoasa femeie de pe planeta
- 6. A fost invitat de canalul 9 TV din Los Angeles asa dea un interviu despre anunt

- 7. A fost platit sa scrie o reclama despre anunt

Acum, te rog sa-ti iei o bere rece, o cafea, un suc, sau orice ai chef sa bei si apoi sa te asezi intr-un loc confortabil si sa citesti anuntul, reprodus mai jos (traducerea de mine :D). Originalul [il gasesti pe aceasta pagina](#).

Ești mai mult decât o altă față frumoasă?

Om de afaceri generos si creativ vrea să găsească o femeie fierbinte si sexy, cu un bun simț al umorului

Esti o doamnă de treaba, sexy și interesantă care ar dori să guste o mostră de “paradis cu jumătate de norma”?

Dacă da, citeste mai departe.

Numele meu este Gary și caut o femeie foarte specială care ar dori să împartă câteva aventuri mici (dar interesante!) cu mine și care vrea să se bucure de o bucată cu jumătate de normă de viață bună. Ești tu acea femeie? Poate ca da, poate ca nu. Primul lucru de care depinde, sunt eu. Vezi tu, dacă nu sunt genul tău de bărbat, atunci ceea ce am de oferit ar putea să nu fie ideea ta despre cum ar trebui trăită viața.

Deci, să începem cu mine. Iată cum este viața mea. Mai întâi de toate, sunt un tip matinal. De obicei, mă trezesc în jurul orei 6 dimineața, mănânc un fruct, beau o ceașcă de cafea și apoi, în cele mai multe zile, până la 6:30 alerg în jurul Lacului Hollywood. Cât de mult alerg depind de cât de bine mă simt.

Niciodată mai puțin de trei mile și rareori mai mult de șapte. Când am terminat, mă urc în mașina mea și merg la un loc pe care-l numesc "Casa durerii" (de fapt, pe semnul de afară scrie Gimnastica lui Vince), în care un sadic de vârstă de epoca de piatră, care se pretinde instructor de fitness, mă forțează să fac lucruri cu gantere, bări și alte unelte diabolice în moduri în care corpul meu nu a fost proiectat.

Oricum, după aproximativ o oră de chin, mă duc într-o altă clădire unde îi dau corpului

meu obosit o șansă de recuperare în timp ce mă odihnesc pe un pat UVA și ascult muzică liniștitoare (de obicei, Rod Stewart sau Jimmy Buffet) la o pereche de căști stereo.

Până când am terminat, se face aproximativ 9:45 și următorul lucru pe care-l fac e sa merg acasă, fac duș, mă schimb în haine curate și mănânc un mic dejun ușor.

În cele din urmă, după toate astea, mă duc la lucru.

Și lucrez la greu. Iubesc ceea ce fac sa-mi castig painea si trebuie să mărturisesc că sunt cu adevarat obsedat de lucru. De exemplu, acum încerc să stabilesc pachetele financiare și promoționale pentru 10 filme de lung metraj diferite. Scriu două cărți (una de ficțiune și una non-ficțiune). Colaborez la un scenariu și mă ocup de două afaceri pe care le dețin personal și, de asemenea, mai lucrez la detaliile altor afaceri ale mai multor clienți ale căror nume sunt cunoscute de toată lumea din USA.

E o grămadă de lucru.

Și ce fac când termin lucrul? Care e marea mea răsplata pentru toate aceste alergări și grohăieli și pompare de fier și întinderi și încordări și scrieri și gândiri și rezolvări și creații și griji și așa mai departe?

Nimic, asta e. Nada. Zip. Absolut nimic! Fără băute. Fără droguri. Nici sex. Nicio distracție.

Nici măcar un vin și muzică clasică.

De ce? Răspunsul este simplu. Vedeți, în ultimele 3 și jumătate de luni mi-am petrecut serile și weekend-urile într-un maraton de suferință non-stop.

Și de ce am suferit? Buna intrebare. Și, încă o dată, răspunsul este simplu. Până acum 3½ luni, timpul meu în afara lucrului a fost minunat. A fost grozav pentru că în viața mea era o doamnă foarte frumoasă, foarte erotică și foarte specială și eram într-o relație care credeam că va dura pentru totdeauna. Dar această relație s-a încheiat. S-a încheiat prostește, tragic, și din motive nebune, cu totul dincolo de capacitatea oricărui om de a le controla. Așa e viața. Dar ceea ce a fost... a trecut și durerea ce a durat 3 luni și jumătate este mai mult decât suficientă pentru oricine și

acum e timpul să las durerea și să găsec o altă femeie specială.

Deci, de ce scriu un anunț? De ce trebuie să fac o reclamă pentru o femeie? Sunt un ciudat cu două capete și cu respirație urât mirositoare?

Nu. Nu sunt. Sunt un bărbat caucazian relativ atractiv (poate chiar semi-frumos?) am o varsta ce începe cu cifra 4, o personalitate spumantă (cu excepția cazului în care sufăr), sunt dintr-o bucată, am o mână fermă și vedere limpede. Am un bronz bun, un păr brun închis și o barbă scurtă, îngrijită, de culoare închisă, cu câteva puncte "interesante" de gri. Sunt de mărime medie. Nu scurt, nu înalt, nu gras, nu slab. Sunt într-o stare excelentă de sănătate, n-am probleme cu banii și pot să privesc direct în ochi pe oricine din țara, fără să clilesc.

Deci, încă o dată, de ce trebuie să folosesc publicitatea pentru a obține o femeie? De fapt, n-am nevoie să fac asta. Am fost căsătorit de două ori. Am avut câteva alte relații serioase și, desigur, porția mea de aventuri de-o noapte și romanțe trecătoare. M-am bucurat de compania câtorva doamne cu adevărat deosebite și vreau să o fac din nou.

Dar mai știi ceva? De asemenea, am cunoscut multe doamne care nu au fost atât de remarcabile. De fapt, am avut de-a face cu mai multe femei care, deși aratau bine la exterior, erau, în interior, de-a dreptul niște toante! Vrei exemple? Da? Bine, tu ai cerut-o. Hai să vedem.

Zelda Prințesa: Zelda este o doamnă evreică în vârstă de 26 de ani care a intrat în biroul meu și m-a informat imediat (înainte de a avea o șansă să spun salut) că dorea să scriu o reclama pentru ea și să se culce cu mine.

Trebuie să recunosc. În unele zile oamenii pot face ce vor cu mine. A obținut ceea ce dorea și trebuie să recunosc, mi-a dat una dintre cele mai memorabile partide de sex pe care le-am avut în viața mea. Din păcate, nu s-a întâmplat în pat. Și ceea ce s-a întâmplat în pat a fost, de asemenea de nedorit. Vezi tu? Ideea lui Zelda de a face sex bun este brutalitatea. Vrea un bărbat care să o lovească, să o degradeze și să o umilească și, literalmente, să dea cu ea de pereți. Îmi pare rău, dar nu sunt acest tip.

Mie-mi place să fac dragoste cu femeile, nu război.

Sherry tragica: Sherry era secretara și dansatoare. Un corp grozav, o față foarte frumoasă și un bun simț al umorului. Din păcate, și ea a fost, un "accident cu picioare" în căutarea unui loc unde să se întâmple.

Ea a fost mereu în fața instanței pentru acuzații legate de neglijarea fiicei sale de patru ani, iar fostul ei iubit era un ucigas plătit din Mafia (pe bune) care o dorea înapoi și încerca să o găsească. Am avut o aventură foarte scurtă.

Karen care visa să fie prostituată: O femeie superba care, după ce relația noastră a început, mi-a recunoscut că vrea să-și trăiască viața ca o prostituată. Apoi m-a informat că vrea să fiu primul ei "John" și că ar trebui să încep să plătesc pentru sex. Când am refuzat, a hotărât că voi fi stăpânul și proprietarul ei (pește) și că va face sex cu alți bărbați, îi va pune să plătească și-mi va da mie banii.

Asta a fost, de asemenea, o scurtă aventură.

Claudia Actrita: Arată senzational. Un adevărat opritor de trafic. Am creat câteva reclame și o promoție pentru un parfum cu ea în rolul principal. Am început să iesim împreună și am devenit invidia tuturor bărbaților care ne-au văzut împreună.

În afară de mine. Eu deloc nu mă invidiam. Claudia era un caz terminal de vedere prin tunel. Singurul lucru pe care putea să se concentreze pentru mai mult de 10 secunde era cariera ei prețioasă.

Era plictisitoare. Nu aveam suficient interes pentru ea nici măcar să o duc în pat.

Aș putea să o tin tot așa. Toate aceste exemple (cu excepția numelor) sunt adevărate. Nu au fost inventate. De fapt, le-am diminuat!

Și până acum, nu am descris deloc ce consider cea mai rea categorie de femei. Acestea sunt femeile care, după părerea mea, ar putea fi declarate nebune din punct de vedere clinic. Vrei să știi cum îmi pot da seama? E ușor. Vezi tu, e vorba despre toate acele femei care nu au niciunul dintre dezavantajele care mi-e nu-mi plac și care, dintr-un motiv inexplicabil, nu sunt interesate de mine.

Îți poți imagina asta?

Nu contează, oricum... ideea acestui anunț

este pur și simplu de "a folosi puțin știința în căutarea unei partenerere" și de a elimina nevoia ca eu sa petrec mult timp cu o femeie doar pentru a descoperi că nu sunt interesat de ea, sau altceva (și mult mai rău) că ea nu e interesată de mine.

Ce vreau la o femeie? Ei bine, am o idee destul de bună, dar sunt, trebuie să recunosc, destul de flexibil.

Cu toate astea, am o idee foarte clară despre ceea ce nu vreau și acesta e punctul în care nu sunt deloc flexibil. Deci, să începem cu asta.

Uite-le aici.

7 lucruri pe care Gary NU le vrea de la o femeie!

1 MOARTE SAU BOLI: Acesta este numărul unu pe lista mea de "nu-nu". Ascultă, n-am mai făcut niciodată sex cu un homosexual, cu un bărbat bisexual, cu un bărbat transsexual, sau cu orice alt bărbat. Aproape că nu mă apropii deloc de Bulevardul Santa Monica și, când o fac, singurul loc la care mă opresc e Barney's Beanery.

Și, chiar și atunci, nu mănânc niciodată quiche (i.e. - un fel de tarta cu legume).

Cu alte cuvinte, sunt heterosexual. De asemenea, nu sunt un hemofilic. N-am facut niciodată o transfuzie de sânge. Nu sunt drogat și niciodată nu înfig ace în corpul meu. Nu sunt promiscuu. Nu mă încurc cu prostituatele (am încercat cu ani în urmă și a fost plictisitor) și nici măcar nu m-am apropiat vreodata de Africa sau Haiti.

Ceea ce înseamnă, desigur, că dacă n-am un noroc chior (bat în lemn), nu am SIDA. De asemenea, din ce știu, nu am alt tip îngrozitor de boală transmisibilă, incluzând sifilis, gonoree, herpes, hepatită sau chiar ciuma bubonică.

Dacă nu poți spune același lucru, te rog, NU răspunde la acest anunț.

2 DRAME CU DROGURI: Îți place să bei puțin, sau să fumezi puțină iarbă din când în când, ca să poți să te relaxezi și să te distrezi? Îți place? Bun! Asta înseamnă că tu și cu mine ne putem distra. Dar te rog - citește din nou prima propoziție. Vezi unde scrie "puțin" și "din când în când"? Aceste cuvinte sunt importante pentru mine. Prin urmare, dacă

ideea ta de "puțin" și "din când în când" e să te îmbeți sau să te droghezi în fiecare zi, dacă modul în care îți place să folosești cocaina e prin freebasing, sau prin injectare, dacă bagi pe gât Valium sau Quaaludes cu pumnul, dacă folosești PCP sau heroină în orice mod, sau formă, atunci trebuie să te rog încă o dată să nu răspunzi la acest anunț.

3 DILEME DISPERATE: Dormi în mașină pentru că ai chiria întârziată cu șase luni? Fostul tău soț este un ucigaș care încearcă să te urmărească și jură să mutilizeze pe cineva care doar te privește? Ai nevoie disperată de bani repede, pentru că mama ta bătrână nevoieșă are nevoie de un transplant de rinichi pentru a-și menține viața?

Îmi pare rău, chiar îmi pare. Dar sunt doar un tip obișnuit de zi cu zi. Nu sunt Superman sau chiar Lee Ioacoo. Sunt plin de compasiune și înțelegere, dar m-am retras recent de la încercarea de a salva lumea.

Prin urmare, nu sunt calificat să-ți salvez viața. Cu toate astea, dacă mă vei lăsa, aș putea să o îmbunătățesc puțin prin adăugarea unor emoții și romantism.

4 CĂSĂTORIE: Am fost căsătorit de două ori și în ambele situații mariajul a stricat niste mari iubiri. Nu vreau să mă casatoresc din nou și nici nu vreau să locuiesc cu tine. Vezi tu, în acest moment al vieții mele, nu vreau să am o femeie, vreau doar să mă bucur de una.

Ar fi frumos, dacă decizi să răspunzi la acest anunț, să ai deja un fel de viață proprie. Nu vreau să fiu totul pentru tine. Prefer mai degrabă să fiu o persoană specială pe care o vezi de două sau trei ori pe săptămână și care te face să te simți bine.

Ar fi în regula pentru tine?

5 NU VREAU UN SWINGER SEXUAL: Iti petreci serile participând la orgii la A-Frame? Ai abonament pe viață la Platos? Refuzi să te numești prostituată, chiar dacă te interesezi despre situația financiară a fiecărui bărbat cu care te-ntâlnești înainte de a te culca cu el? Ai un ceas cu timer în chiloți și o casa de marcat în sutien?

Imi pare rău, nu suntem compatibili.

Știi, chiar dacă am fost căsătorit și am umblat prin locuri, simt că, după standardele din

California de Sud, sunt aproape virgin. De exemplu, cineva mi-a spus recent că Hugh Hefner s-a culcat cu mai mult de 3.000 de femei.

Ar putea fi adevărat? Nu știu, dar dacă e, după părerea mea, ar trebui ca oamenilor să le fie mila de el, nu să-l invidieze.

Eu prefer calitatea înaintea cantității în orice zi.

6 NU VREAU O MIRONOSIȚĂ SEXUAL: Pun pariu că până acum te gândești că sunt un înapoiat, nu-i așa? Pun pariu că te gândești că în corpul meu poftele fierbinți n-au niciun firicel de viață.

Pun pariu că te gândești că dacă tu și Kelly LeBrock ai apărea la ușa mea cu o valiză plină de jucării excitante de la Trashy Lingerie (situată la nr. 422 N strada LaCienega și au cele mai fierbinți lucruri din oraș!) și ai sugera să avem un menage a trois, eu v-aș trage pe amândouă de urechi și v-aș raporta la Jerry Falwell.

Nu te teme, pot fi prudent, dar nu sunt nebun.

Ai răbdare cu mine. Ascultă. Doar pentru că nu sunt interesat de freebasing, orgii și promiscuitate non-stop nu înseamnă că sunt mort.

E adevărat că nu vreau o femeie care a dormit cu tot ce poartă pantaloni. Cu toate acestea, pe de altă parte, dacă esti o virgină de 35 de ani care crede că preludiul ar trebui să fie jumătate de oră de cerșit, iar "sex oral" e numele unui nou grup dezgustător de punk rock atunci, poți sta liniștită, stelele noastre pur și simplu nu au fost menite să se intersecteze.

7 NU VREAU O FEMEIE CARE NU POATE SUPORTA PROSPERITATEA: Nu râde. Am pierdut dragostea vieții mele pentru că lucrurile au ajuns "prea bune".

Unii sunt interesați de chinuri, dar nu și de răsplată.

Mie-mi plac amandouă. După cum deja știi, iubesc să lucrez, dar munca fără recompensă e lipsită de sens.

Mi se pare că multe femei (și bărbați) pur și simplu insistă să-și umple viețile cu o mulțime de drame inutile.

Nu și eu. Eu vreau și răsplata alături de durere. Prin urmare,

"Dacă nu vrei binele și vrei doar urâtul.

Nu-ți pierde orele

Să-mi trimiti raspunsul!"

Doamne Dumnezeule, ce patetic am fost, nu-i așa?

Ei bine, în orice caz, asta e lista mea cu ceea ce nu vreau și, de fapt, cu ceea ce nu pot să mă descurc. Acum vine partea dificilă. Mă simt foarte ciudat să spun ce vreau.

Mi-e teamă că, dacă voi deveni prea explicit, va părea că sunt un tâmpit insensibil care comandă ceva dintr-un meniu chinezesc.

Pe de altă parte, dacă nu stabilesc câteva limite, mă tem că la acest anunț vor răspunde multe femei cu care n-aș fi deloc compatibil.

Asa ca, te rog, dă-mi un răgaz. Nu sunt chiar așa de hotărât cu privire la ceea ce voi spune, precum va părea în scris. Tine minte că ceea ce urmează să scriu nu este gravat în piatră.

În orice caz, asta e. Ideea mea de femeie perfectă e o persoană inteligentă și sănătoasă, cu un bun simț al umorului și care mă va face să mi se taie respirație când o voi vedea în bikini!

În ceea ce privește vârsta, dacă ai undeva între 25 și 35, ar fi numai bine și, dacă esti puțin mai tânără sau puțin mai în vârstă, probabil nu e mare lucru.

Îmi plac femeile care au grija de ele. Dacă ai un corp subțire și sănătos, o talie rezonabil de subțire, sânii destul de generoși (Dumnezeule, parca sunt un cioban, nu-i așa?), o față foarte frumoasă și un bun simț al umorului atunci, sincer, pentru mine esti raiul pe pamant.

Gata cu specificațiile.

Și acum, dacă după toate acestea încă esti interesată, ce te poți aștepta de la mine? Primul cuvânt din titlul acestui anunț este "generos" și eu chiar așa sunt. Cu toate acestea, generos nu înseamnă fraier. De asemenea, nu înseamnă că vreau să plătesc pentru sex. E ridicol. Orice barbat din LA care vrea să plătească pentru sex nu trebuie să scrie un anunț, tot ce trebuie să facă e să răspundă la unul. Asemenea anunțuri sunt peste tot, chiar și în Yellow Pages.

Iată ce vreau să spun prin generos. Îmi place să le cumpăr cadouri femeilor.

Îmi place să le duc la filme și la teatru și iubesc să trimit flori și să le cumpăr bijuterii și haine și, dacă mă implic într-adevăr cu o femeie, îmi place să o susțin și să o ajut să-și ridice stilul de viață.

De asemenea, ofer vacanțe grozave. Îmi place să călătoresc pentru weekend-uri lungi (patru zile sau ceva de genul) la Acapulco, Hawaii, Fort Lauderdale, Bahamas și așa mai departe. Zbor doar la clasa întâi și încerc să stau mereu în cele mai bune hoteluri și să mănânc la cele mai bune restaurante.

Ceva din toate astea suna bine pentru tine? Așa sper. Acesta e un anunț onest. Fiecare cuvânt e adevărat și, deși am făcut o încercare modestă de a-l face distractiv, trebuie să știi că sunt sincer.

Esti reticentă la a răspunde la un anunț matrimonial? Nu te învinovățesc. Si eu sunt la fel. Înainte de a lua hotărârea să scriu acest anunț, am început să citesc și alte anunțuri similare și m-au speriat ca dracu'. Întotdeauna mi-e teamă că sunt scrise de oameni bolnavi sexual sau de adevărați ratați și, uneori, de oameni periculoși.

Ai citit acele anunțuri? Ele sunt ceva de genul:

"Femeia albă psihotică dorește să fie sodomizată de 12 șoferi de camion cubanezi și de un șarpe boa în timp ce sotul privește și salivează".

sau ca acesta:

"Doamnă de 96 de ani cu gândire tânără, vrea să întâlnească un non-fumător vegetarian pentru a discuta despre salvarea balenelor și alte preocupări ecologice."

sau:

"Femeie plăcută de 267 de kilograme vrea să întâlnească un bărbat sincer, amuzant și iubitor care să aibă grijă de ea și de cei 18 minunați copii ai săi."

Și așa mai departe.

Eu nu sunt așa. Pe bune. Nu sunt, promit. Sunt un bărbat destul de sănătos, care ar dori să adauge un pic de emoție și dragoste în viața lui cu o femeie relativ normală și sănătoasă.

Dacă esti cat de cat interesata, sau chiar curioasă, te rog să scrii și sa-mi povestesti despre tine și cum să intru în contact cu tine și, de asemenea, te rog să trimiti o fotografie completă în care sa te văd din cap pana-n picioare.

Cine știe? Poate ne vom potrivi sau poate nu. Dar, cel puțin, nu vei scrie unui psihopat bolnav și poate, doar poate, totul se va dovedi grozav.

Scrive la: **Gary, Blvd. Sunset 7510 # 1020, Los Angeles, CA 90046**

Iti mulțumesc pentru sprijin.

De ce ti-am spus povestea lui Gary si de ce am considerat ca citirea acestui anunt iti va folosi?

1. E al dracu' de amuzant pe alocuri.

Asta a recunoscut chiar Gary, dar apoi a precizat:

"Chiar daca anuntul te-a amuzat, sa nu crezi ca n-a fost serios. Întotdeauna sunt serios precum cancerul in ceea ce priveste munca mea, iar anuntul pe care l-ai citit e cel mai serios pe care l-am scris vreodata. Gandeste-te. In afara de sanatate, ce poate fi mai important pe lume decat sa-ti gasesi un partener cu care sa-ti petreci tot restul vietii?"

2. Una dintre cele mai importante abilitati pentru a avea succes in viata

Nu vorbesc de copywriting. E vorba de un lucru de care toti avem nevoie. Si daca te uiti la oamenii pe care-i cunosti, fie ca sunt copii, adulti cu diferite slujbe, antreprenori, sau retrasi din activitate, sunt sigur ca cei mai priceputi la treaba asta, o duc mai bine decat cei mai putin priceputi.

Despre ce e vorba?

Comunicare persuasiva. Daca persuasiva are pentru tine un sens negativ, foloseste...

comunicare convingatoare.

Ai nevoie de aceasta abilitate si in casnicie si in cresterea copiilor, in cariera... Si cum ai vazut... in gasirea unui partener.

Daca esti interesat sa inveti mai multe despre asta, te rog scrie-mi un email si o sa scriu noi materiale in numerele urmatoare. Daca n-ai rabdare pana atunci...

- **citeste cartea Influence de Robert Cialdini**

- **invata sa spui povesti captivante** ce tin audienta in suspans, infometata sa afle ce se va-ntampla data viitoare cand iti misti buzele.

- **asculta oamenii si fii atent ce-si doresc, ce probleme au.** Foloseste tehnica de ascultare prezentata in numarul 2 al Maiestrie.

- ofera-le solutii la problemele lor

3. Cateva secrete ale succesului acestui anunt

- Gary si-a spus povestea intr-un mod captivant. S-a lăudat in contextul unor povesti, fara ca cititoarele sa perceapa asta, sau sa fie dezgustate

- O intelegere a nevoii femeilor si accentuarea calitatilor care satisfac acele nevoi. Contrar intuitiei, aspectul fizic nu e o prioritate pentru femei si Gary stia asta. Femeile isi doresc in primul rand un barbat pe care sa se poata baza: sa fie decisiv si echilibrat, sa fie increzator, amuzant, sa fie in stare sa asigure un trai copiilor, sa fie competent, sa stie ce vrea de la viata, lucruri de genul asta.

Fara s-o spuna neaparat intr-un mod direct, asta-i imaginea pictata de Gary. Nu a spus minciuni, dar a "selectat" attributele lui cele mai atragatoare pentru femei. De asemenea si-a evidentiat o parte dintre slabiciuni care nu prea conteaza pentru sexul frumos. Prin asta, si-a exprimat practic alte calitati.

"E sincer si plin de incredere in el." s-au gandit doamnele. De-a dreptul genial.

- A fost foarte clar in a comunica ce vrea si ce nu vrea. Un aspect crucial in comunicare.

Oricum... Mai vorbim despre chestii din astea si in viitor pentru ca nu prea există om de succes care sa nu stea bine la comunicare persuasivă.

O scurtă privire spre 2019

Pentru anul viitor pregatesc multe subiecte care sa te ajute sa-ti aduci multa bunastare in viata.

Vom discuta despre negocieri, despre afaceri, noi strategii pentru a invata orice intr-un timp cat mai scurt, despre vanzari, comunicare, scris, cum sa conduci si inspiri oamenii, cele mai bine platite meserii, cum incepi o afacere pe langa slujba, idei actuale de afaceri si multe altele.

Pana atunci insa, acum e timpul sa ne relaxam, sa privim in urma la ce s-a intamplat in 2018, sa reflectam la ce-am facut bine, sau ce n-am

facut prea bine. E bine sa apreciem si greselile pentru ca si ele ne dau lectii importante.

Sper ca esti multumit de tot ce-ai facut pana acum in viata, chiar daca-ti doresti mai mult. Nu te compara cu altii, pentru ca asta-ti poate aduce doar stres. Toti avem din cand in cand sentimente de anxietate si dezamagire, dar ne-ar prinde bine mai multa compasiune față de noi insine.

Tine minte ca fiecare naș își are nașul, dar singura comparație care-ți foloseste e cea cu cine ai fost ieri.

Daca-ti doresti si incerci ca in fiecare zi sa inveti ceva in plus, sa devii putin mai bun la meseria ta, in timp vei ajunge printre cei mai buni.

Dintre toate chestiile discutate in anul 2018 in acest program, cel mai important mi se pare sa te concentrezi pe o singura competenta si sa folosesti zi de zi ritualul de practica pentru a progresa in drumul spre maiestrie.

Esti exact unde trebuie sa fii si esti perfect.

Sper ca dorinta de a fi mai bun sa fie ca un combustibil pentru tine si sa te motiveze ca in anul 2019 sa-ti continui nestingherit cresterea. Pana atunci, iti doresc tot ce-i mai bun in viață, liniste, bunastare, multa sanatate si bucurii. Savureaza sarbatorile, profita de timpul liber alaturi de cei dragi pentru a-ti incarca bateriile si ne auzim anul viitor.

Cu prietenie,

Bogdan Popescu