

NOVI TERMINI PREDAVANJ, SEMINARJEV IN DELAVNIC:

24. 1. 2004 – Nova Gorica – Seminar – delavnica NEVARNA MOČ STRAHU IN MANIPULACIJE
14. 2. 2004 – Ljubljana – Motivacijska delavnica ISKANJE ŽIVLJENJSKEGA DIAMANTA
19. 2. 2004 – Celje – Seminar – delavnica KAKO PRITEGNEMO PRAVO OSEBO V SVOJE ŽIVLJENJE?
17. in 18. 4. 2004 – Mariborsko Pohorje – Motivacijski vikend seminar JAZ, ŽIVLJENJSKI DIAMANT

**POZOR! Ta e-mesečnik je nevaren! Lahko vam spremeni življenje,
zato dobro premislite, preden boste nadaljevali z branjem!**

UVODNA MISEL E-MESEČNIKA

Avtor članka: Roy Goreya

KO JE ČAS ZA PRENOVO ... IN NOVE IZZIVE

Letošnje novo leto si bom zapomnil po tem, da sem ga preživel nekoliko drugače kot v preteklosti, in lahko rečem, da se odločitve, ki sem jih sprejel na silvestrovo oz. novo leto, korak za korakom uresničujejo. Resnično je tako, da takrat, ko nekaj potrebujemo, to pride v naše življenje, ali z drugimi besedami - ko je učenec pripravljen, pride učitelj. Konec leta 2003 sem tudi sam potreboval nek navdih in ob rojstnem dnevu sem za darilo dobil odlično knjigo **Johna Assarafa: The Street Kid's Guide To Having It All**. Ko sem jo prebral, sem sam pri sebi nedvoumno spoznal, da je tudi **moja pravica IMETI VSE**.

Za novo leto sem si tako postavil cilje, ali še bolje rečeno, opisal sem svoje sanjsko življenje, kakršnega želim živeti. Potem ko sem to zapisal, se je zgodilo nekaj neverjetnega – tudi tisto, kar je bilo še pred dobrim mesecem dni videti praktično neuresničljivo, je postalo sedaj že povsem realno dosegljivo in vem, da se to uresničuje. Tako sem se na novega leta dan odločil s temi novimi spoznanji seznaniti tudi druge ljudi. Kje, kdaj in kako se bo to zgodilo?

Vse moje delavnice in seminarji so tako z novim letom spremenjeni, dodelani in vsi, ki se jih boste udeležili, boste na ta način dobili še večjo uporabno vrednost in tudi sami začeli živeti svoje sanjsko življenje. Ugotavljam, da so največje stvari resnično najbolj preproste, tako preproste, da jih je težko razumeti in jih udejaniti v našem življenju.

Vse se začne pri nas samih, in ko pridemo do tega, da **je naša pravica imeti VSE**, se podamo na pot do uspeha, zdravja, sreče in obilja. Vse, kar sem napisal v knjigi **ŽIVLJENJSKI DIAMANT**, se v mojem življenju korak za korakom uresničuje, saj sedaj resnično živim to, kar predavam in govorim drugim ljudem. Vsako predavanje, vsak seminar mi je v neskončno veselje in pri svojem delu resnično uživam.

Leto 2004 se je začelo in začetek leta je pravi čas, da si, če tega še niste storili, naredite inventuro leta 2003 in si zapišete želje, cilje in pričakovanja v letu 2004. Saj vem, da ste za ta nasvet slišali že velikokrat, toda eno je vedeti, drugo pa je tako delovati. Ko vložimo v svoje delo oz. posel, v medosebne odnose, v svoje zdravje in konec koncev tudi v samega sebe določeno energijo, se začnejo v našem življenju dogajati čudeži.

Jaz in moj dober prijatelj in sodelavec Robi Lisac sva se odločila, da bova del svojih spoznanj in tudi čudežev, ki so se nama zgodili v zadnjega pol leta, odkar sodelujeva, podelila z vami na **Brezplačnem motivacijskem predavanju POSTAVLJANJE IN URESNIČEVANJE CILJEV – Kako uresničimo svoje sanje in dobimo tisto, kar si želimo?** To predavanje bo **31. januarja** v **Ljubljani**, v **Taerobika Centru**. Več informacij o tem izjemno zanimivem predavanju si preberite na spletni strani www.taerobika.com/prijava.htm. Obenem pa vam želim sporočiti še to, da bo teden dni kasneje, se pravi **7. februarja**, na isti lokaciji tudi **celodnevna istoimenska delavnica**. O podrobnostih te delavnice, ki je še v pripravi, boste vsi pravočasno obveščeni.

Bralce svojega e-mesečnika rad vedno znova presenetim z novimi in koristnimi vsebinami, zato vam tudi tokrat vam predstavljam novega pisca člankov. To je moj dober prijatelj in sodelavec Robi Lisac, ki ga poznate že s seminarja **KAKO PRITEGNEMO PRAVO OSEBO V SVOJE ŽIVLJENJE**. Sicer pa, kot sem že prej omenil, z Robijem pripravljava novo delavnico **POSTAVLJANJE IN URESNIČEVANJE CILJEV**, ki je tako, kot ostale delavnice, ki jih vodim, **usmerjena predvsem v akcijo, saj želja brez delovanja ni nič**.

Kaj pa vi? Ste pripravljeni na izziv? Ste pripravljeni na akcijo? Ste se pripravljeni odreči coni udobja in stopiti korak v neznano? Verjamem, da zmorete ta odločilni korak! In ne samo to! Verjamem tudi, da zmorete uresničiti svoje sanje!

NAJ VAS SPREMLJATA OBILJE IN LJUBEZEN!

MEDOSEBNI ODNOSI IN LJUBEZEN

Vse, kar moramo vedeti o komunikaciji, odnosih in ljubezni.

Avtorica članka: Barbara Kovač

STRAN Z NADZOROM!

V zadnjem članku smo se osredotočili na idejo, da mora žena določiti pravila, da bo tudi sama zadovoljna v zvezi. Dobro je, da najprej poskrbi zase, šele potem bo lahko uspešno zadovoljevala tudi potrebe drugih družinskih članov. Pri vsem tem pa ne velja, da mora ženska »zatežiti«, da jo bodo upoštevali, in spreminjati svoje partnerje, da bo potem ona zadovoljna.

Veliko žensk še vedno uveljavlja svoje pravice tako, da postavijo striktna pravila in poskušajo spreminjati partnerja, da bi se tako bolj približal njeni podobi uspešnega razmerja. Čeprav so nekatere pri tem »uspešne« in se moški ukloni njeni ideji, kakšen naj bi bil kot partner, se verjetno še vedno poraja nezadovoljstvo na obeh straneh. Nihče ni rad nadzorovan (razen redkih izjem), taka »copata« pa tudi ne more biti spoštovan in ženski privlačen partner.

Druga skrajnost (ženska gleda moškega kot boga) pa spet ni dobra, če upoštevamo definicijo, da je zveza uspešna takrat, ko sta oba partnerja enakovredna in so zadovoljene potrebe obeh. Temu podrejanju ženske moškemu so se uprle predvsem feministke in morda tudi pripomogle k razvoju prve skrajnosti, ki smo jo opisali zgoraj.

Za ravnovesje je pomembno, kakšno pozicijo zavzamemo do partnerja. Če menimo, da so npr. moški/ženske izkoriščevalski/-e, se bomo tudi do partnerja obnašali nezaupljivo. On bo to seveda čutil in se bo odzival na našo pozicijo do njega. Iz tega se ne more razviti nek zadovoljujoč odnos, za katerega je pomembno zaupanje in spoštovanje do partnerja.

Lažje bo, če bomo na partnerje gledali kot na naše prijatelje. Njih ponavadi ne spreminjamo in ne nadziramo, ampak se zanimamo za njih, se z njimi smejemo, zabavamo in znamo uživati v njihovo kožo. Kritiziranje, nerganje in kaznovanje pa pripeljejo do tega, da se vedno bolj oddaljujemo drug od drugega, namesto da bi izbirali taka dejanja, ki bi nas v odnosu s partnerjem zblíževala.

Za dobro razumevanje z moškim se ženski ni treba podrediti, sprejeti rigidne spolne vloge, izgubiti svoje identitete, spoštovanja in ponosa ter pristati na čustveno, psihično zlorabo ali ostajati s kronično nezvestim partnerjem. Prav tako pa ni potrebno, da je stoodstotno samostojna in vse opravi brez moške pomoči. S poznavanjem medsebojnih razlik lahko marsikatero stvar rešimo v obojestransko zadovoljstvo.

Gre predvsem za to, da se opusti neprimeren nadzor nad partnerjem, ker mu s tem sporočamo, da ne spoštujemo njegove inteligentnosti in mu ne zaupamo, da bo dobro opravil določeno nalogo (zjutraj mu npr. pripravimo obleko za službo ali ga kar naprej opominjamo, ali je vzel to in ono ...). Ta vzorec se je ponekod že tako zakoreninil, da ga sprejemata oba spola in se sploh ne zavedata, da vzajemno sodelujeta pri njegovem ohranjanju.

Ženska naj bi torej glede določene naloge samo izrazila svojo željo, ni pa ji treba dajati navodil, kako naj jo moški uresniči. Prav tako naj ne zahteva partnerjeve privolitve, da bo nekaj uresničil. Naj zaupa njegovi želji po skrbi za partnerko. Namesto da se prepira z njim, naj mu pove, kaj bi rada in česa ne mara ter kakšne so njene meje.

Naj kdaj vpraša moža za nasvet in se ga potem tudi drži. To bo utrdilo njegov občutek, da je pomemben in cenjen v njenem življenju. Če ženska prizna, da v kakšni situaciji ne ve, kaj narediti, jo bo to naredilo močnejšo in ne obratno. Sprejme naj njegovo moč in modrost ter ju uporabi sebi v prid.

Pri vsem tem pa je treba postavljati meje in se naučiti reči besedo »ne«. Še posebno, če jo partner prosi nekaj, kar bo v ženski vzbudilo odpor, jo izčrpalo ali preveč poseglo v njeno osebno življenje, je pomembno, da zna zavrniti prošnjo ali zahtevo. Če se osredotoči predvsem na lastno skrb in izpolnitev, bo potrpežljivost in sočutje do moža črpala iz svojega lastnega počitka, sprostitev in podpore.

Barbara Kovač, univ. dipl. andragoginja
E-pošta: barbi_komunika@yahoo.com

USPEŠNA PRODAJA
Nasveti za vse, ki (se) želijo uspešno tržiti.
Avtor članka: Mladen Tratnjak

TIK PRED USPEHOM

Nekoč je živel fant. Bil je mlad in v življenju je imel še veliko časa. Vsaj tako se mu je zdelo. Priložnostno je iskal delo, da si je prislužil kruh in streho. Sanjal je o tem, da bi napravil kak velik posel, da bi povezal ljudi med seboj, da bi s tem napravil kak večji obrat. Vendar pa je z načrtovanjem kar naprej odlašal in se predajal različnim skušnjavam.

Imel je že popoln načrt, kako bi vse to speljal, a je vedno, ko se je postavil v vlogo, da bi nekaj napravil, s tem prenehal. Venomer mu je postalo zanimivo kaj drugega, naj je bil to kemični svinčnik, ki ga je držal med prsti, ali pa kakšna misel, ki ga je premamila. Vedno je govoril, da bo posel speljal ENKRAT ŽE, V BLIŽNJI PRIHODNOSTI, JUTRI, KO BO ČAS ...

Sanjal je o podjetju z veliko zaposlenimi, a ga je mučil občutek, da on tega ne zmore in da nima energije za to. Prepričanje o poslovni priložnosti mu je počasi začelo pešati, ljudje pa so mu vsadili svoja negativna prepričanja, da on tega iz različnih razlogov ne zmore in da ni dobro, da zapravlja denar, ker bo bankrotiral. Ker se sam ni zavedal, kako naj se tega reši, so mu počasi njegove misli naselila prepričanja mimoidočih in negativnih ljudi ter mu vzela še tisti preostali košček prepričanja, tako da je na posel počasi pozabil.

V njegovem življenju se je pojavila punca, ki je izhajala iz ravno takega okolja kot njegovi prijatelji, in oba sta obsojena na zgodbo povprečne družine. Sedaj je spoznal, da so se njegove sanje tako močno oddaljile od poskusov, da je bil zagotovo prepričan, da jih nikakor ne zmore uresničiti. Sedaj ko je imel še ženo in otroke, se je njegova volja razblinila. Nekje v njem pa so tleli spomini in neka šibka želja.

Nekoč je sedel v lokalu, kjer so se dobili neki poslovneži in se poslovno pogovarjali. Sedeli so za zelo oddaljeno mizo, a v prostoru je bila tišina. Skušal je ujeti kak stavek, da bi videl, o čem se pogovarjajo. Spomnil se je namreč tistih trenutkov, ko je tudi sam nekaj neprestano načrtoval, ko je bil v polni formi in poln motivacije. Vse, kar se je iz pogovora dalo razbrati, sta bila dva stavka, ki sta ga resnično presenetila in je o njih še dolgo razmišljal. Glasila pa sta se: **"Problem ni problem, le to, kaj si takoj za tem o tem misliš."** in pa **"Kdo te bo ustavil? Te bo tvoj sosed ali morda žena?"**

Spomnil se je, da je prvi stavek že nekje prebral, zato je doma vzel s police knjigo in začel

brati. Vedel je, da mu v življenju ne gre ravno najbolje, in ve, da se je treba ob neprijetnih situacijah še česa naučiti. Še nikoli v življenju ni toliko bral kot takrat. Videl je, da so se mu stvari začele spreminjati na bolje, in to dolgoročno.

Sedaj se zave, da njegovi cilji sežejo samo do žene in otrok in da je vse to dosegel, nima pa več nobene volje do življenja. Začne se zavedati, da je pameten, da lahko cilja preko tega, v svojo prihodnost. Vzel je dan prav zase, za svoje načrte. Šel je nekam, kjer se je lahko sprostil, nato je vzel zvezek in začel pisati.

Sprva mu je pogled segel v hladno, brezčutno sliko, polno megle in sopare, kjer se nič ni videlo. Tedaj so se začele meglice dvigati. Skozi meglo je posijal prvi žarek sonca. Kmalu se je začela megla dvigati, pri tleh pa se je pojavil košček svetlo zelene trave. Pojavila se je pot, pojavila se je neka črta na obzorju.

Nenadoma si je predstavljal sliko v trenutku, ko zapiha veter in se pojavi prelepo ozadje. Kot da bi sedaj stal tam. Kot po dežju se pojavi ostrina slike, ki ga navduši. V ozadju so lepi hribi, po pobočjih, ki se dvigajo v skalna gorovja, pa se strmo dvigajo prelepe sveže temno zelene smreke, s katerih kaplja sveža rosa. Diši po smrekovini in smoli. Peščena, široka pot vodi do parkirnega mesta, kjer je polno škrlatnih cvetov na ograji okrog planinske kočice. Tedaj lahko vidi veliko ljudi. Nekateri sedijo, stojijo, pijejo čaj ali kavo. Otroci se igrajo z žogo, imajo se lepo.

Slika se ga dotakne. Predstavlja si, da je tam z ženo in otroki. Njegova hčerka ga drži za roko, fantek pa mamico. Skupaj gredo na sok. Potem gredo jahat ponije. V življenje so posijali njegovi sončni trenutki, ki so del njegovega življenja. To so koščki življenja, ki jih je prekrila megla. Tedaj je spoznal, da ima tudi njegova žena to rada. Rada ima, če sanjari. Rada ima, če jo želi imeti za ženo, sopotnico. Vsak moški je v svoji notranjosti pravi kralj. Morda je potrebno malo obuditi sliko družine, sliko, kamor gresta.

Usul se je plaz bogastva, plaz daril, prijateljstva, spoštovanja, plaz prijetnega počutja in miru. Morda si je ob tem od svoje žene prislužil nekaj zavrnitev, a so za tako močno in trajno ljubezen te zavrnitve res pomembne. Prav tako je bilo potrebno, da ga je njegova žena na nek način vklopila v svoje nove sanje, prav tako v svoje okolje, v svoje življenje. Potrebno je biti potrpežljiv in prikupen, ker se počasi prilagajata novemu okolju, zato je res treba potrpeti. Bolj ko bo potrpežljiv, prej mu bo uspelo. Bolj ko se umakne in da prostor svobodi, lažje se ustvari nova cona udobja, nov življenjski stil.

Naredimo zato nekaj iz svojega življenja in se zapišimo v čas. Pustimo nekaj lepega za seboj in pomagajmo ljudem ustvariti prihodnost, saj je svet, katerega živimo, naš, sveta pa ni brez ljudi. Je zgolj pust planet, na katerem se nič ne dogaja. Planet brez duše, planet brez nasmeha, planet brez ljubezni in brez otrok. Se vam ne zdi pomembno, da bi se morali vsaj malo pozanimati, kdaj ima vaš partner god, kdaj sta se prvič srečala, kdaj je bil prvi poljub, kdaj sta prvič spala in načrtovala otroke? Če se vam zdi, da je vse to v vas le en polom, je čas, da to naredite danes, jutri ali pa v prihodnosti in si izboljšate občutek za življenje.

Glejte, da se ta vaš "bom jutri, nekoč, morda drugič, bom že enkrat ..." ne prevesi v NIKOLI. Ne mislite, da beseda nikoli nikoli ne pride. Nikoli se vam zgodi takrat, ponavadi, ko se vam življenje konča. Tedaj vas prevzame NIKOLI, ker je šlo življenje preprosto mimo vas. Morda imate le še šest mesecev življenja, a se ne dajte. Morda dva. V dveh mesecih se lahko naredi veliko stvari. V eni uri lahko napišete zgodbo, nato v naslednjih treh urah do nekaj dneh narišete prekrasno sliko po tej zgodbi, a glejte, da bo ljudem slika razumljiva prav tako kot zgodba, saj se le tako zapišete v čas – če nekaj pomenite ljudem. Mar ni tako?

Mladen Tratnjak, podjetniški svetovalec za uspešno prodajo
E-pošta: greenrecognized@hotmail.com

ŽARKOV KOTIČEK
Korak v neznano, pot pogumnih.
Avtor članka: Robert Lisac

KAKO UKREPATI, KO POSTANEJO PRAZNIKI NOČNA MORA?

Če ste siti predbožičnih stresov, nakupovanja daril in pisanja voščilnic, ki po kratkem postopku romajo v koš, vas bodo naslednje vrstice navdušile! Če ste pristaš prazničnega živžava, pa ta članek rajši preskočite. Pri pisanju svoje knjižice KORAK V NEZNANO, POT POGUMNIH, kjer poskušam razložiti starodavna taoistična načela, sem se dolgo časa ukvarjal s poglavjem, ki govori o načelu MANJ JE VEČ.

To načelo me je nežno opomnilo, da si v bistvu želim manj vsega, kar je vezano na praznike, in več časa za sebe in za tiste, ki jih imam rad. Prvič po dolgem času sem preživel praznike brez slabe vesti, brez stresnega nakupovanja daril in brez nesmiselnega pisanja voščilnic. Kako mi je to uspelo? Vsem znancem sem poslal naslednje vrstice, morda jim boste tudi vi poslali kmalu kaj podobnega s podobno vsebino:

Dragi sorodniki, dragi prijatelji, dragi kolegi in sodelavci!

Ker imam občutek, da prvi božični okraski visijo na jelkah že takoj po poletnih počitnicah, sem se nad vsemi prazniki pošteno zamislil. Ne vidim več smisla v vseh teh praznikih, ki jih je nešteto, vseeno, ali jih predpisuje država, cerkev ali tradicija. Pa gremo lepo po vrsti.

Novo leto in božič: Čemu praznujemo novo leto? Samo zaradi tega, ker se zamenja letnica, mi pa res ni treba kupiti 20 kilogramov petard in zganjati rompompom po mestu! Ali bo zaradi tega leto 2004 boljše, lepše, bolj harmonično? Zato ker se ga vsi napijejo in se že ves mesec prej nažirajo s potico in keksi in mesom, tega ni treba početi še meni! Ali je normalno, da ti po praznikih odleti gumb s hlač?

Potem pa te voščilnice! Če bi pisal vsakemu od vas voščilnico, jih lahko začnem pisati že novembra. Če napišem voščilnice samo nekaterim, so tisti, ki jih ne dobijo, užaljeni. Zato tudi pišem te vrstice, da vse skupaj razložim, ker bo to zadnja čestitka z moje strani.

Če se že gremo neke praznike, naj bodo posvečeni družini, premišljevanju, načrtovanju, veselju do življenja, gojenju prijateljstva, pogovoru, tišini in miru, ne pa pisanju čestitk, ker se to pač »mora«, hitenju pri nakupovanju daril, ki imajo ponavadi toliko osebnega sporočila darovalca, kot imata skupnega slon in balet.

Rojstni dnevi: Edini, ki ima kaj praznovati ob rojstnem dnevu, je mama človeka, ki praznuje rojstni dan. Ona je bila tista, ki je podarila življenje otroku. Zato ta praznik prej velja mamam kot njihovim otrokom. Meni je vseeno, ali sem star 16, 20, 25, 30, 50 ali 157 let, ker se s tem nič ne spreminja. Če že praznujemo pojav staranja, potem ga lahko praznujemo vsak dan posebej, saj se staramo iz dneva v dan.

Dneva državnosti, Prešernovega rojstnega dneva, 1. maja in vse ostalih praznikov tako ali tako ne praznujem, edino, kar mi je pri njih všeč, je to, da je takrat ponavadi dela prost dan! Pa še eno na račun ZDA. **Ameriški prazniki**, kot so 'halloween', valentinovo, 'thanks giving' in podobne zadeve, so mi povsem odveč. Ali ste že kdaj videli Američana, ki bi skakal po ulicah Washingtona preoblečen v izvirnega kurenta? Toliko o tem.

Dragi »vsi, ki me poznate!«, konkretno to pomeni, da se mi ne da več pisati voščilnic, in tistim, ki so čustveno vezani na to navado, v tem trenutku voščim vse najboljše za NOVO LETO, GOD, ROJSTNI DAN in vse za njih pomembne praznike. Voščilo velja od zdaj, torej od leta 2003, pa dokler bom dihal. Podobno kot z voščilnicami je z darili. Darila podarjam takrat, ko začutim potrebo, da človeka razveselim, in to ni vezano na datum, ki mi ga predpiše država, običaj ali cerkev ali kdorkoli drug.

Tudi od vas ne pričakujem voščilnic, daril, takšnih in drugačnih pozornosti in bo čisto OK, če spregledate novo leto, božič, moj rojstni dan in god. Tako bomo drug drugemu prihranili ogromno energije, časa in denarja in jaz vas bom imel še naprej prav tako rad kot doslej – upam, da to pod istimi pogoji velja tudi v obratni smeri. Vaš Robi.

Robert Lisac, kreativni direktor Agencije Žarek
Spletna stran: <http://www.agencija-zarek.com>
E-pošta: samorazvoj@hotmail.com

**UČINKOVITE NLP TEHNIKE
ZA BOLJŠE OSEBNO IN POKLICNO ŽIVLJENJE**
Kako z uporabo čutnih, zaznavnih in jezikovnih veščin do rešitve problema?
Avtor članka: **Marjan Račnik**

VSAK ČLOVEK JE NEKAJ POSEBNEGA - II. del

V prejšnji številki e-mesečnika sem napisal uvod v članek, v katerem sem nakazal, da se ljudje razlikujemo v štirih bistvenih načinih delovanja in doživljanja sveta, v katerem ustvarjamo in delujemo. Tokrat bolj natančno opisujem, za kakšne razlike gre.

Pa si pogledjmo prvo razliko, ki se nahaja na področju **VZPOSTAVLJANJA STIKOV**.

Približno 75% ljudi je **ekstrovertiranih**. Takšen človek ima rad druženje in ga zanima mnogo stvari; predvsem tistih, ki so v okolju, torej okoli njega. Rad ima dogajanje. Napaja ga energija, ki se ustvarja v odnosih z drugimi. Je izrazno močan, aktiven, rad govori in želi spremeniti svet. Pri interesih ga bolj zanima širina kot globina.

Takšnega človeka najlažje spoznamo po tem, da je zgovoren ter mnogo pove o sebi in o svojih čustvih. Kar se tiče zunanjih vplivov nanj in na njegovo življenje, jih sprejema in se nanje brez posebnega razmišljanja tudi takoj odziva. Njegovo nasprotje, introvertirani človek, se mu zdi preveč vase zaprt in se ob njem ne počuti dobro.

Približno 25% ljudi je **introvertiranih**. Takšen človek se najraje drži sam zase in mu je pomembna zasebnost. Najbolj mu ustreza mir. Spoznamo ga po tem, da je zadržan, miren, razmišljajoč in ga kot osebo težko spoznamo; še najmanj pa njegova čustva. Napaja se z energijo, ki nastaja znotraj njega. Pri interesih ga bolj kot širina zanima globina. V izraznem smislu je bolj poslušalec in poskuša razumeti svet.

Izzivi in vplivi od zunaj (predvsem od drugih) mu delujejo moteče in se jim najraje izogne. Kadar to ni mogoče, informacije, vtise in občutke najprej predela v sebi in jih šele nato izrazi; a le, če se mu zdi to nujno. Njegovo nasprotje, ekstrovertirani človek, mu deluje preveč površno. Motijo ga tudi njegova direktnost, spontanost in odprtost ter želja po družabnem odnosu.

Naslednje, po čemer se ljudje med seboj razlikujemo, je način, **KAKO SPREJEMAMO INFORMACIJE**.

Večina ljudi jih sprejema **čutno zaznavno (Sensation)**; takšnih je kar 75% ljudi. Za takšnega človeka so pomembne izkušnje, trdno živi v sedanjosti, pomembna so mu dejstva in podrobnosti; da bi nekaj verjel, potrebuje še dokaze ter absolutno resničnost. Prepoznamo ga po tem, da ima raje stvari, ki so praktične, zna tudi najti in videti podrobnosti.

Stvari se loteva na začetku in jih realizira po zaporednih korakih; vedno ali večinoma pozorno prebere in upošteva navodila. Živi v sedanjosti in je na trdnih, realnih tleh. Pri sprejemanju informacij uporablja pet osnovnih čutnih kanalov: vid, sluh, dotik, vonj in okus. Na intuitivno osebo, ki je njegovo nasprotje, gleda kot na nestalno in sanjavo osebo, ki živi v oblakih.

Na drugi strani je približno 25% ljudi, ki sprejemajo informacije **intuitivno (iNtuition)**. Takšen človek je z eno nogo že v prihodnosti in razmišlja, kako bi nekaj lahko bilo. Domišljija je stvar, ki jo zelo rad in pogosto uporablja. Pri tem si zna predstavljati več oziroma mnogo možnosti. Naloge se loti kjerkoli in preskakuje zaporedje korakov, pri tem pa sledi svojemu občutku.

Branje navodil uporablja kot zadnjo možnost. Pri sprejemanju informacij uporablja poleg petih

osnovnih čutov še šesto zaznavno obliko, ki jo je težko logično opredeliti in se imenuje intuicija. Za čutno zaznavnega človeka, ki je njegovo nasprotje, meni, da je materialistična oseba, ki vse jemlje preveč dobesedno.

Tretji kriterij, po katerem prihaja do zelo bistvenih razlik med ljudmi, je, **KAKO VREDNOTIMO INFORMACIJE.**

Pri **čutečem (Feel)** načinu je vrednotenje čustveno, z izraženim sočutjem in razumevanjem. Ta način uporablja 50% ljudi. Človek, ki vrednoti informacije čuteče, razmišlja 's srcem in trebuhom'. Na prvem mestu mu je človečnost, pomembne so mu socialne vrednote, njegov odnos do drugih pa je oseben in čustven. S temi lastnostmi zna zelo dobro razumeti ljudi in se uživati v njihove občutke.

Pomembni so mu medosebni odnosi, kadar kaj ocenjuje, to počne spontano in pri tem napake včasih namerno spregleda, ker mu v neki celoti sploh niso bistvene. Poleg uživanja v neposrednem osebnem vtisu, ko mu je pomembno dobro počutje vseh vpletenih 'sedaj in v tem trenutku', so mu pomembna njegova osebna prepričanja, pri čemer ga, kadar je vprašljiva harmoničnost v odnosih, ne zanimajo trend, moda, tradicija ali pravila. Ljudi, ki vrednotijo informacije misleče in so njegovo nasprotje, doživlja kot hladne in vzvišene.

Človek, ki uporablja **misleči (Think)** način vrednotenja informacij, je objektivni ter daje prednost logiki in analiziranju. Tudi teh ljudi je 50%. Razmišljajo predvsem z glavo. Zanje je zelo pomemben dejavnik načelnost in zvestoba pravilom. Bolj kot humanost se jim zdi pomembna pravičnost. Pri doživljanju drugih ljudi in njihovih občutkov se disociirajo od njihovega čustvenega stanja. Bolj kot trenutni osebni vtis so jim pomembne stvari, ki so dolgoročno gledano smiselne in dajejo otipljiv rezultat. Ljudi, ki vrednotijo informacije čuteče in so njihovo nasprotje, doživljajo kot zmedene in preveč čustvene.

Zadnji kriterij, po katerem se ljudje bistveno razlikujemo, je način, **KAKO SE LOTEVAMO STVARI.** Tudi tukaj sta dva načina, ki sta enakopravno zastopana s 50%.

Človek, ki se stvari loteva **zaznavno** oziroma plavajoč s tokom (**Percieve**), uživa v postopku samem. Njegove značilnosti so: fleksibilnost, spontanost in prilagajanje. Rad ima brezmejno svobodo in želi okusiti vsak trenutek svojega življenja. Daje tudi prednost prožnemu življenjskemu slogu.

Prepoznamo ga po tem, da dela in živi v ustvarjalnem kaosu (npr. polna delovna miza) in da naloge zaključuje tik pred zdajci. Lahko počne več stvari hkrati in prehodno odlaša z dokončnimi odločitvami – spreminja jih ter prilagaja trenutni situaciji. Presojajočo osebo, ki mu je po načinu lotevanja stvari nasprotna, doživlja kot preozko in preveč strukturirano.

Človeku, ki je pri lotevanju stvari **presojajoč**, je pomembno, da čim bolj obvladuje situacije in življenje. Načrtuje vnaprej in se drži rokov, pri tem pa ima rad jasne meje in kategorije. Na vseh področjih ima rad red, jasne postopke in ustaljene rutine. Prednost daje urejenemu življenju. Ko se odloči, je odločitev dokončna. Usmerjen je k rezultatom. Rad ima dokončnost, zato nalogo zaključí. Zaznavno in s tokom plavajočo osebo, ki je njegovo nasprotje, doživlja kot neorganizirano in neurejeno.

Pri prebiranju in spoznavanju teh načinov so vam nekateri bolj blizu in se vam zdijo pravi, drugi pa se vam zdijo čudni, neuporabni, neživljenjski ... Odlično; če se vam je zgodilo to, potem točno veste, kateri tip ste. A vedite, tudi drugi so pravi. Vsak je za nekaj dober. Ko spoznate, da si drugi ljudje v bistvu želijo le uresničiti nek višji namen, ki je posledica njihovih izkušenj, vrednot in prepričanj, postane vaše sobivanje z njimi bolj prijetno in znosno.

Prepoznavanje, kakšen tip ste vi sami ali kakšen tip je nekdo drug, pride zelo prav na poklicnem področju. Vkolikor je nekdo introvertiran in izrazito misleč, naj se na daleč izogne delu, kjer bo imel opravka s strankami, prizadeva pa naj si za delo, kjer bo lahko izkoristil svojo sposobnost razmišljanja in razumskega vrednotenja podatkov. Nekdo, ki je ekstrovertiran, intuitiven in poleg tega še čuteč, pa naj poišče dinamično delo, kjer bo imel

opravka z ljudmi, vodenjem, kreiranjem novih možnosti ...

Kdor se zaveda, da smo si ljudje različni, da imamo različne vrednote in izkušnje, ter verjame, da drugi nimajo slabih namenov in niso tako hudobni, kot včasih izgleda na prvi pogled, bo zelo redko doživljal konfliktne situacije.

Vsak konflikt pomeni, da osebi v komunikaciji nimata dobrega stika. O dobrem stiku lahko govorimo šele takrat, ko se osebi 'povežeta' na vsebinski ravni (govorita o isti zadevi), na ravni odnosov preideta v enak čustveni položaj (način govorjenja; hitrost, višina glasu, naglaševanje ...) in se ujemata na sistemski ravni (spoštovanje istih vrednot, kulture ...).

Imejte radi različnost. Različnost ponuja nove možnosti. Prevzemite od drugih tiste večine, znanja, vrednote in prepričanja, ki vam lahko izboljšajo kakovost življenja.

Marjan Račnik, praktik NLP-ja
Spletna stran:
E-pošta: info@marjan-racnik.com

BOŠTJANOVA KOLUMNA ZA POLNEJŠI MESEC
Pronicljiva razmišljanja in odstiranje vsakdanjosti.
Avtor članka: Boštjan Grošelj

KAR DAŠ, DOBIŠ NAZAJ?

Dajanje in sprejemanje sta ključni značilnosti igre življenja. V tok vsega, kar se dogaja v medčloveških odnosih, sta vedno tako ali drugače vključena. Lahko bi rekli, da je življenje eno samo brezkončno ponavljajoče se dajanje in sprejemanje. Vsak trenutek nekaj nekemu ali nečemu dajemo ali od nekoga ali nečesa sprejemamo. Če dobro premislimo, ob vsakem dajanju hkrati tudi sprejemamo in obratno. Vprašamo pa se lahko, kakšen je naš odnos do obojega, ker je od tega odvisna kakovost našega življenja.

Kaj to pomeni? To pomeni, da znamo dajati svetu samega sebe, tisto, kar v resnici smo, svojo enkratnost in neponovljivost, saj smo prav taki vrhunska dragocenost življenja. Pa to znamo? Ali se zavedamo, kaj je resnično dajanje? Če se ne, potem bomo imeli izkrivljen odnos do dajanja in sprejemanja. Še naprej se bomo zapletali v preračunljivo dajanje in nehvaležno sprejemanje. Tarnali bomo, da je dobroti sirota. »Toliko dobrega sem mu/ji naredil(a), a mi vrača z nehvaležnostjo. Dober človek je oslu podoben.« Take in podobne ugotovitve proizvajamo, ko za nekaj, kar smo nekemu po našem mnenju dobrega storili, v zameno nismo dobili pričakovanega.

Kakšna prevara je prepričanje, da moramo vse dobiti poplačano takoj ali vsaj v zelo kratkem času! To je znak, da nismo dali iz čiste ljubezni. In kako pričakovati izraze zahvale, če smo delovali preračunljivo? Saj res, koliko zlorab ljubezni je na račun egoističnega pojmovanja dajanja in sprejemanja. Prepogosto mislimo, da se ljubezen lahko kupi po trgovskem načelu daj-dam. Koliko razočaranj je na račun predhodnega pričakovanja, da nas bo imel nekdo rad, če mu bomo storili neko uslugo. Jezimo se na druge, namesto da bi bili kvečjemu jezni nase zaradi tako naivnih predstav o ljubezni.

Prava ljubezen je namreč samo brezpogojna ljubezen. Edina rešitev za konec obremenjevanja s tem, kako bomo nekemu ustregli ali si zagotovili njegovo naklonjenost s preračunljivim delovanjem, je v zbrisu naših ustaljenih predstav o dobroti kot siroti. Dobrota je sirota le v naših razočaranih predstavah, ki temeljijo na vnaprejšnjem precenjevanju našega dobrotljivosti. Kako moremo vedeti, da je tisto, kar imamo za dobro, dobro tudi za nekoga drugega. Če tako mislimo, smo globoko zabredli v zanke ega, v svojem omejenem dojemljanju sveta okrog sebe smo se ujeli v povečevanje lastnih dejanj.

Resnično in iskreno smo lahko dobri samo v objemu brezpogojne ljubezni do sebe in drugih. Brezpogojna ljubezen je edini ključ do odprave izkrivljenega odnosa do dajanja. Če se drugim razdajamo brez želje po plačilu, če jim dajemo ljubezen, pozornost, pomoč, denar ali karkoli

drugega, ker tako čutimo globoko v sebi, potem plačilo prejmemo že v istem trenutku, ko to damo. Ker ne damo, ampak podarimo.

Če nekaj storimo iz iskrenega notranjega vzgiba, smo neskončno poplačani že zaradi samega dejanja, ker nas preveva izpolnjujoča zavest, da smo delovali kot mi sami, da smo storili tisto, za kar smo bili poklicani. Vsakršna morebitna pohvala ali druga oblika hvaležnosti je samo še zunanja potrditev storjenega, ki pa občutku notranjega zadovoljstva ne more ničesar dodati ali odvzeti.

Če delujemo iz vrelca srčne dobrote, nas to bogati, krepi in izpolnjuje, saj nas vodijo čisti nameni. Če smo preračunljivi in precenjujemo pomen tistega, kar se nam zdi dobro, pa smo ujetniki samih sebe. Kot taki smo nesposobni resnično dajati in hvaležno sprejemati, kar nam podarja Življenje.

Vse je namreč dobro. Dobro so tako besede zahvale za storjeno kot tudi zavrnitve, žaljivke in ostalo, kar imamo za slabo. Slabega bi se morali kvečjemu veseliti, ker nas opozarja na vse, kar moramo še storiti, da bomo lahko delovali iz resnične dobrote, iz svojega pravega notranjega bistva. Ko čutimo užaljenost zaradi t. i. nehvaležnosti drugih, bi se morali najprej vprašati, kako iskreno dajemo.

Boštjan Grošelj, novinar, lektor, pesnik in avtor knjige SVETLOBA, KI OŽARJA

E-pošta: boskobosko@siol.net

GSM: 031 373 826

UMETNOST STARŠEVSTVA
Kako do harmoničnih odnosov v družini?
Avtorica članka: Karmen Veljkovič Brandt

POSTAVIMO SEBE NA PRVO MESTO

Verjetno je že vsak od vas kdaj opazil, da se za določenimi našimi dejanji skriva želja "ustreči drugim". Vzrok temu lahko najdemo v vzgoji in naši želji, da bi nas imeli radi predvsem drugi. Starši (v veliki večini mame) so nas vzgajali tako, da so nas učili ustreči njim, pri tem pa smo seveda pozabili sami nase.

Nikar ne krivimo staršev, ki so imeli podobno ali še slabšo vzgojo, temveč se naučimo iskreno prisluhniti svojemu srcu in ravnati v skladu z njegovimi navodili. To je precej zahteven ukaz, ki povzroči velike spremembe v našem življenju, zato bodimo hvaležni sami sebi prav vsakič, ko nam bo uspelo delovati v skladu s svojim srcem. Bodimo zadovoljni že z majhnimi koraki!

V želji, da bi nas imeli radi vsi v naši okolici, delamo največjo napako, ki se glasi "ustrežem vsem drugim", nase pa preprosto kar pozabimo. Ko to napako ponavljamo iz dneva v dan mnogo let, razočarani spoznamo, da s svojim življenjem v resnici sploh nismo zadovoljni. In če pogledamo nazaj, ugotovimo, da smo večino stvari počeli prav zaradi drugih in ker so ONI tako hoteli. Dovolimo si spremembo, zato pogledjmo na celotno situacijo z drugega zornega kota. Čemu tako delovanje?

Vsak od nas ima notranjo željo biti sprejet in biti ljubljen, pri tem pa pogosto pozabimo, da je prvi korak na tej poti prav samosprejetost in ljubezen do samega sebe. Ker je to precej težko delo, je na videz enostavneje poiskati sprejetost in ljubezen s strani drugih oseb. Zato ni čudno, da večina ljudi išče ljubezen izven sebe, od koder tudi želja ustreči drugim. Na tej poti pa na žalost (ali srečo) ne moremo spoznati nič drugega kot to, da je ljubezen, ki jo iščemo izven sebe, samo iluzija.

Takrat ko začnemo iskati ljubezen izključno v svoji notranjosti, postajamo magnet za ljudi, ki nas imajo resnično radi. Zato se nam pred njimi ni treba pretvarjati ali igrati, kajti zavedamo se, da nas sprejemajo popolnoma take, kot smo, in zato tudi ne občutimo nobene potrebe po tem, da bi jim ustregli, ne da bi sprva poslušali sami sebe. Ko postavimo sebe na prvo mesto, smo iz dneva v dan bolj zadovoljni in srečni, hkrati pa popolnoma spontano naredimo stvari,

ki razveselijo ljudi v naši okolici. Na tak način jim torej najlažje pokažemo, da jih ljubimo!

Karmen Veljkovič Brandt,

dipl. fizioterapevtka, refleksologinja in avtorica knjige ČUDEŽ ROJSTVA

E-pošta: karmenvbrandt@email.si

GSM: 041 430 520

NUMEROLOGIJA ZA VSAKOGAR
Kako vam lahko numerologija pomaga v življenju?
Avtor članka: Mateo Murs

ALI JE DOVOLJ ZGOLJ BEŽNO POZNAVANJE NUMEROLOGIJE? (I. del)

Odgovor je vsekakor: NE! V prejšnjem članku je bilo nakazano, da bom »spregovoril« o numerološko posebno težavnih primerih, ko je z osebami numerološko na prvi pogled vse popolnoma v redu, a to kaže samo »prvi vtis«, saj se osebi v življenju dogaja bolj kaos kot kaj drugega, in če je numerologija res vzeta iz življenja in dana v življenje, naj bi se to tudi potrjevalo. Potrebno je malo bolj poglobljeno zagristi v to kislo jabolko in najti tisti globlji pomen, ki nevajenim očem, ki se srečajo z numerologijo prvič ali jo le bežno poznajo, ni viden.

Poglejmo si primer brez navedbe imen pobliže.

Oseba je rojena 30. v mesecu, kar je eden od podatkov, ki so pomembni za analizo, ime ima v številu 19, priimek v številu 27, torej sama dobra števila, lahko rečemo po prvi oceni. A samo po prvi oceni ...

Pri numerološkem opisu števila 30 najdemo tudi posebej omenjeno, da to število lahko deluje pozitivno ali negativno, glede na to, kaj takšna oseba izbere. To sicer velja za vsako pozitivno število, a pri številu 30 je to posebej poudarjeno. Predstavlja samotarja, ki je rad s svojimi mislimi, rad npr. namenja pozornost razvoju nečesa v prid družbe, a se bolj drži zase. Predstavlja tudi človeka, ki ima mentalno nadvlado nad drugimi oziroma teži k temu, ali je tiho ali kaj pove, vedno je videti ali skuša dati vtis, da je nekaj korakov pred drugimi.

To število je tudi predstavnik števila 3. Pod opisom slednjega najdemo tudi, da vlada optimizmu, gibanju in ekspanziji na vseh treh področjih – telesa, uma in duha. Tak posameznik se lahko izredno razvije na vseh treh področjih svojega delovanja in je lahko nekako spredaj, pred drugimi.

Pod številom 27 najdemo opis: harmonično, srečno število, tudi število, ki nosi v sebi božji dar; posameznik s tem številom ima vedno prav.

O številu 19 pa tukaj sploh ni treba izgubljati kakšnih besed, saj velja za eno izmed najsrečnejših v numerologiji.

In vendar se na koncu lahko vprašamo, kaj je dejansko narobe pri tej osebi, ko že celo življenje živi s tako dobrimi števili. Postavi se nam tudi vprašanje, ali je numerologija tukaj povsem odpovedala.

Vsekakor so to umestna vprašanja, vprašanja, ki so se ob primeru postavila tudi meni, saj je bila tudi moja prva, takojšnja ocena, prvi vtis, da je pri tej osebi narobe vse kaj drugega kot numerologija, da se pritožuje nad svojim življenjem in išče pomoč, a tudi pri meni je lahko to ostal le prvi vtis.

Poglejmo si najprej malo boljši opis življenja te osebe, da bomo lažje prišli do zaključkov, kaj je tukaj vendarle narobe – v numerologiji osebe same.

Poznavanje števil nam lahko pojasni le manjši del življenjskih zakonitosti, ki vplivajo na življenje te osebe. Pogledati je treba tudi v odnose med samimi števili, a s tem še tudi nismo

pri koncu zadeve, saj poznamo le numerologijo te osebe oziroma njeno numerološko analizo, kar pa nam daje le nekaj kamenčkov mozaika, iz katerih lahko sklepamo, kako izgleda celoten mozaik njenega življenja.

A vendar poznamo le bistvo – osnovne vibracije, ki so privedle tej osebi takšen način življenja v njeno življenje kot celoto. Navsezadnje pa, niti svojega življenjskega partnerja, in celo niti sebe, v celoti nikoli ne poznamo, vedno lahko odkrijemo kaj novega, po drugi strani pa je – hvala bogu – vse naše življenje tako spreminjajoče, drugače bi se še dolgočasiti začeli.

Vse skupaj se prične odstirati, ko lahko to osebo spoznamo malo bolje in ugotovimo, kaj je dejanski problem, če se tako izrazim. Čeprav vemo, da problemov ni, so le izhodišča za boljše rešitve.

No, ta oseba je uspešna. Uspešna na različnih področjih, uspešna ne glede na to, kako različna so ta področja med sabo, lahko bi rekli, da ta oseba v svoji uspešnosti na različnih področjih kar pretirava in da to, kar pravi, nekako ne more biti res. A žal je res, kar pomeni, da je treba miselni proces za malenkost spremeniti. Navsezadnje pa to piše tudi v številih.

Uspešnost na različnih področjih, oseba živi že celo življenje s števili, ki so vsa pozitivna, dobro delujoča, celo s številom, ki ji omogoča, da vedno vse lahko naredi prav, če se le drži svojega mišljenja in ga pri dejanjih upošteva.

A nekaj vseeno ni v redu ... (Prihodnjič nadaljujemo.)

Mateo Murs, univ. dipl. psiholog, mojster reikija, numerolog, svetovalec specialist za področje direktnega marketinga in prodaje
Spletna stran: <http://www.izobilje.com>
E-pošta: mateo.murs@izobilje.com

MODRE MISLI ZA VSAK DAN **Misli, ki vas bodo motivirale za vrhunske dosežke.**

"Srečen človek ni človek v določenih okoliščinah, temveč človek z določenimi odnosi." Hugh Downs

"Oh, najhujša tragedija ni umreti mlad, marveč živeti do petinsedemdesetega leta, pa vendar nikoli v resnici zaživeti." Martin Luther King ml.

"Življenje je zaporedje lekcij, ki jih moramo doživeti, da bi jih razumeli." Helen Keller

ANEKDOTE E-MESEČNIKA **Resnične zgodbe, ki vas bodo spravile v smeh.**

LEPA ALI ZANIMIVA ŽENSKA?

»Med lepo in zanimivo žensko je majhna razlika,« je dejal Maurice Chavalier svojim prijateljem.

»Kakšna?« so vprašali hkrati.

»Lepa ženska je ženska, ki jo opazim jaz, zanimiva pa je tista, ki opazi mene.«

TANGO

O tangu je francoski politik Georges Clemenceau dejal:

»Pri tangu vidimo samo obraze, ki se dolgočasijo, in zadnjice, ki se zabavajo.«

PREDSTAVNIK TEPCEV

Ko je bil Calvin Coolidge predsednik ZDA, mu je neki volivec očital, da je kot predsednik postavil na odgovorno mesto v državnem aparatu pravega tepca.

»Že mogoče,« je dejal predsednik, »toda ne pozabite, da je v tej deželi veliko tepcev; prav je, da imajo tudi oni svojega predstavnika.«

»PRAVE« SLIKE

Francoskega slikarja Camilla Corota so na debelo ponarejali še zaživa. Na stara leta je dejal:

»V svojem življenju sem naslikal 1500 slik, od katerih jih je 3000 v Ameriki.«

[[Knjige](#)] [[Osebno svetovanje](#)] [[Forum "KORAKI DO USPEHA"](#)]
[[Spletno gostovanje, registracija domen, antivirusni program](#)]

Brezplačno motivacijsko predavanje
POSTAVLJANJE IN URESNIČEVANJE CILJEV
Kako uresničimo svoje sanje in dobimo tisto, kar si želimo?

Sobota 31. januar 2004, od 16.00 do 18.00 ure,
TAEROBIKA CENTER (v stavbi Kolizeja), Gosposvetska 13, Ljubljana - Center.
Predavata Roy Goreya in Robert Lisac.

Izdajatelj: WWW.OSEBNA-RAST.COM

E-pošta: roy.goreya@osebna-rast.com

© OSEBNA RAST 2004