

**Szia!**

*Ebben a betekintőben az “Élj úgy, ahogy élhetsz!”  
című könyvem első néhány oldalát találod.*

[Ha tetszik a könyv, itt tudod megrendelni >>](#)

Örömmel:

**Vámos Robi**

## • **Ajánlások**

- „Van olyan, hogy az emberben alábbhagy a lelkesedés.

Ilyenkor bizony jól jön a segítség.

Vámos Robi könyvét bárhol fel lehet csapni, az ember azonnal lelkes lesz.

Ráadásul nem csak gondolatban, hanem tettekben is.

Hiszen itt az ideje, hogy úgy éljen, ahogy élhetne.  
Hajrá Neked is hozzá!”

### **Dr. Papp-Váry Árpád**

a Budapesti Metropolitan Egyetem általános rektorhelyettese

- „Van abban valami megmagyarázhatatlanul szívmengető, amikor az ember olyan gondolatokat olvas, amelyekkel a gyökeréig egyetért. Vámos Robi könyve terápia. Egyszerre felráz és megnyugtat. Perspektívába helyezi az életed, és markáns felismerésekkel jutalmaz. "Könnyen csúszó" könyv, de botorság egyben behabzsolni. Vagy csak egyszer elolvasni. Mert az olyan zseniális gondolatokat, mint a kék ürgét

tenyésztők klubja, egyszerűen emészteni kell. Egy javaslat: ne hagyd ki a gyakorlatokat! Meglepő eredmények szülehetnek belőlük!!!”

## **Szalai Gabriella**

az elfoglalt felnőttek nyelvtanulástanára

AngolNyelvTanitas.hu

- „Emlékszem, rengeteg kérdése, kételye volt Robinak, hogy otthagya-e a biztos mérnöki állást. Aztán belevágott. Leginkább önmagába, önmaga megismerésébe, mások megértésébe. Könnyűnek tűnhet ilyen tanácsokat leírni, mint ez a könyv. Azonban Robi évek alatt gyűjtötte össze saját tanulmányai, próbálkozásai, tapasztalatai, végül sikerei alapján. Mindarról, amit ide leírt, közvetlenül tudja: érdemes vele foglalkozni. Tudja, hogy mi felé vezet. Nagy utat járhatsz be, új világok nyílhatnak meg, ha te is belevágsz.”

## **Street Gábor Huba**

meglepetésdalos ceremóniamester és trubadúr

- „Láttál már madarat kalitkában? Nem tud repülni, csak verdes a szűk keretek között. Aztán megszokja, s ez lesz számára a normális. S láttál már arra példát, hogy nyitva felejtették a kalitka ajtaját? De a madár akkor sem repült. Pedig a lehetőség adott volt számára...

Dicsérhetném a könyvet, de nem teszem. Pontosan tudom, hogy azok egy része, aki kézbe venné, rövid idő után eldobná, s szidná a szerzőt. Ők vannak többségben.

Robi ugyanis olyasmit tett, amit ők soha. Megszabadult a kalitkától. S ennek következtében szárnyal. Megtisztelô, ha ehhez picit is hozzájárulhattam. Tudja, hogy mi röpteti. Tudja, hogy miért repül. Tudja, hogy milyen jó repülni. Errôl írt. Azért, hogy segítsen másnak is megtapasztalni a szárnyalás érzését.

Szerencsére azok, akik ezt nem értik, s nem akarnak repülni, jó számukra a (maguk szerkesztette) kalitka, akik eleve irigyek más sikerére, kézbe sem fogják venni a könyvet.

Te viszont igen. Kívánom, hogy olvasd értôn, találd meg benne azt, ami téged is a

szárnyaláshoz segít!”

## **DARA Péter**

változáskezelési coach, vezetőfejlesztő

- „Önvizsgálat, tükör, felismerés, fájdalom, születés, harmónia...

Azt hiszem valami ilyesmi lehet életszakaszaink menete. Születünk, meghalunk, születünk... satöbbi... És ez így megy, míg létezünk. Ahhoz, hogy megtanulj élni, ez a könyv nagyon jó eszköz. Robi valahol ott ragadja meg a lényegét, ahol mások nem is keresgélnek, amit hajlamosak vagyunk átlépni. Ajánlom mindazoknak az ébredőknek, akik meg szeretnék tanulni az életet, akiknek már van annyi önértékelésük, hogy hittel és akarattal, sok belső munkával szeretik meg magukat, be és kiutat találnak minden helyzetbe, minden helyzetből. Izgalmas kis utazásra szólít, amit biztosan nem fogsz megbánni. Mottó: Szép élet, szép munka! E könyv pozitív töltet és életerő. Olvasd! :-)”

## **Tóth Vera**

énekes

- „Robit évekkel ezelőtt a DIADAL coach képzésünkön ismertem meg, ahol még kereste az útját. Nagy örömmel tölt el, hogy azóta megtalálta! Ajándékba egy Laurás Táblácskát kaptam Tőle, de utána én magam is megrendelője lettem, a férjemnek is csináltattam egyet. Büszke vagyok rá, hogy Ő is vizet is iszik és vizet is prédikál, azaz sikerült Neki is megvalósítania amit a könyvében ír, művészién él, sokak példaképe azzal, hogy mert váltani, megvalósította önmagát. Ez teszi a könyvet hitelessé a kedves olvasók számára is, így mi más is kívánhatnék, mint DIADALmas önmegvalósítást!”

### **Komócsin Laura PCC**

a Business Coach Kft ügyvezetője

- „Imádom, hogy Robi akár egy apró tésztácska darab köré képes egy egész világot rajzolni, felhasználva a kunkori tésztát, vagy egy édes babszemet. Ahogy Ő, úgy a könyve is kreatív, inspiráló, és imádnivaló.”

## **Hozleiter Fanny Mosolyka**

Író & Boldogságkutató

- „Ki az? Ha feldobják fekete-fehér és mire leesik SZÍNES?  
Bárki aki közben elolvassa Vámos Robi - Élj úgy, ahogy élhetsz című könyvét!  
Ültesd el magad, locsold meg és kivirágzol!  
Önkertészkedés! Robi Gazda jó tanácsaival!”

## **Kalap Jakab**

a Bábidomár, [www.kalapjakab.hu](http://www.kalapjakab.hu)

- Higgs a nulladik benyomásnak, írja Robi.  
2 éve találkoztunk. Hittem, most itt vagyok.  
Egy kivételes Ember írt egy könyvet, mert szeretné, hogy még különlegesebbé válj!  
Fel szeretne emelni, hogy csodákat tapasztalj!  
A könyvnek akár ez is lehetne az alcíme:  
Útmutató a hétköznapi csodákhoz.  
Robi csak olyat ír, amit csinál is, ezt tapasztalom,  
ezért is csodálom.  
Merj tenni, itt a recept!  
Hajrá!

## **Barf Attila**

Nemzeti Festékbolt

- „Gondolkodásra inspirál.”

## **Valentínyi Katalin**

a Példakép Alapítvány alapítója

- „Vámos Robi azért különleges ember, mert nem csak „tudja”, hanem meg is csinálja! Az ő könyvét azért érdemes olvasni, mert első kézből kapod a leghitelesebb gondolatokat, egy olyan embertől, aki „megcsinálta”. Inspirál, felemel, sikerre bátorít. Valódi, szívvel-lélekkal sikerre! A könyvét olvasva Cher (amerikai énekesnő) mondása jutott eszembe: „Ha nem állsz készen hülyét csinálni magadból a színpadon, akkor nem állsz készen a sikerre”. Nem, aki sikeres – önmaga legjobb, legeredetibb módján -, az nem hülye. Az egyszerűen boldog. Vámos Robi könyve téged is hozzá tud ehhez segíteni.”

## **Boér Tamás**

a „Sikertervezés” könyvek szerzője



- „A saját utadat járd. Így „Egy” leszel; egyedi és különleges. Ahhoz, hogy ezt megtehesd, erőt merítened. A tudásból.

Amennyiben a biztonságérzet reményében a tömeggel tartasz, viselkedésed alapja a tudatlanságból eredő gyengeség. Egy leszel a sok közül; középszerű és pótolható.”

## **Kovács Antal**

sommelier, Pinceáron.hu

## **• Előszó**

Ábrándoztál már valaha arról, hogy művész leszel? Híres színész, akit ezrek tapsolnak a színházban. Neves festő, aki nyugalomban alkot a tengerparti villájában, előtte a naplemente, mellette egy pohár finom bor. Elismert zenész, akinek a lába elé vetik magukat a gyönyörű, fiatal rajongók. Bestseller író, aki hatalmas előleggel a zsebében keresi az inspirációt a következő regényéhez, valamelyik olasz nagyváros romantikus utcájában sétálva?

Hadd kérdezzek valamit:

(és légy őszinte, legalább önmagadhoz)

Ilyenkor melyik szerepel lelki szemeid előtt:

A) Maga az alkotás? Tehát a szerep bemagolása hosszú, vastag forgatókönyvekből? A tízezer lerajzolt csendélet, az ezer széttépett papír? Gyakorlás a zongora előtt, órákon át, míg a többiek játszanak, buliznak, randiznak? A gyötrelmes kínlódás az üres lap előtt, legyen az egy üres kotta, egy üres vázon, vagy egy frissen megnyitott, üres „Dokumentum 1”?

B) Nem? Akkor talán a művészet kereskedelmi része? Például loholás a kiadók után, és bírni lelkileg, anyagilag az első visszautasításokat? Ahogy a jogászoddal végigfésülsz a színház által

felajánlott szerződést? Ahogy szenvedsz egy programozóval, mert nem lett elég szép a webshopod, az adword-szössel, mert nincs elég látogatód?

C) Vagy inkább az eredménye? A rajongók. A taps. A figyelem. A pénz és az anyagi kényelem. A

kivívott jog, hogy szép körülmények közt alkothass. A hírnév.

Ugye ez utóbbi az álom része?

Akkor  
biztos  
érdekelni  
fog  
egy  
titok:

A C-hez, a sikerhez nem elég a B. Nem elég az A.  
Nem elég az A+B. Van még egy varázs-összetevő,  
ami hiányzik.

De nem belőled hiányzik.  
Tudod, honnan tudom?  
Te felvetted ezt a könyvet, onnan.  
Mert van Benned egy szikra, és keresed a tüzet,  
ahol ezt a szikrát feléleszthetnéd.

Ez a szikra a hozzáállás.

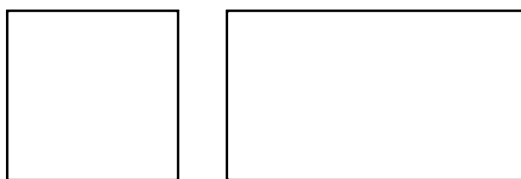
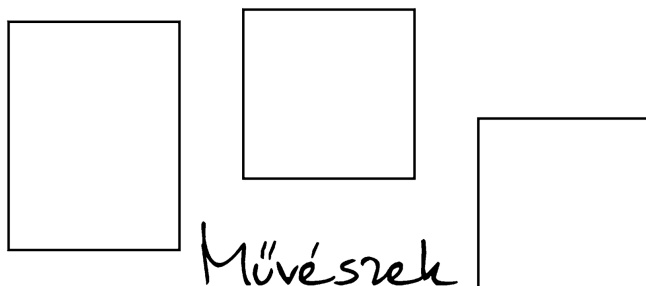
Hogy egy esős reggelre hogyan tudnál rámosolyogni?

Egy nehéz munkában megtalálni az élvezetet?

Egy rossz Facebook kommentben meglátni a lehetőséget a rajongóid megdicsérésére és felemelésére?

Egy nehéz életet művészetté formálni, saját magunk és mások élvezetére, gazdagodására?

Ez a titkos összetevő, a hozzáállás nélkül nem megy.



És ez a hozzáállás, amiért annyira szeretjük, irigyeljük Robit. Hogy az esőre is napot rajzol, meg a kukára is, meg ahol mások panaszkodnak, ő hálás. Ez az, amiért követjük, vásároljuk, olvassuk őt, hátha ránk is átragad valami a hozzáállásából.

Hát jó ragadást, jó olvasást!

Wolf Gábor

művészcsalád sarja, akiből üzletember lett.

## • **Köszöntő**

Steve Jobs után szabadon:

*„Köszöntsük a jólelkűeket!*

*A magukkal törődőket.*

*A gondoskodókat.*

*Az őszintéket.*

*Az ajándékozókat.*

*A szerető embereket és a szeretetteket.*

*Az adni akarókat. A figyelmeseket.*

*Az elfogadókat.*

*A nem mindennapi lelkeket. A hinni tudókat.*

*Akik másképp szeretnék kifejezni az érzéseiket.*

*Akik nem sablonosak, és nem unalmasak.*

*Akik nem azt nézik, mi van az árcédulán, és hogy az vajon ciki vagy nem ciki.*

*Akik értéket adnak maguknak.*

*Akik értéket adnak másoknak.*

*Akik megbecsülik, ami jó.*

*Akik látják, ami jó.*

*Akik észreveszik, ami máris rendben van.*

*Akik legbelül mindig gyermekek maradnak.*

*„Idézheted őket, ellenkezhets velük a véleményed, magasztalhatod, vagy gyalázhatod őket.*

*Amit viszont nem tehetsz meg, hogy figyelmen kívül hagyod őket. Előbbre viszik az emberiséget." (Steve Jobs)*

*Míg néhányan a zizist, a bohót, az infantilist látják bennük, mi zseninek tartjuk őket.*

*Mert akik eléggé gyermekek maradtak ahhoz, hogy elhiggyék, meg tudják változtatni a világot... azok tényleg meg is teszik.*

*Üdv a fedélzeten, Kedves Barátom!*

*Vámos Robi (aláírás kép)*

## • **Művészi szinten élni? Úgy, ahogy élhetsz?**

### ○ **Andy Warhol, az üzletművész**

*„Az alkotás művészet. A pénzcsinálás művészet. De a jó üzlet a legjobb művészet.” – Andy Warhol*



Andy Warhol, a legendás pop-art művész 1928-ban született. Ez azért különleges, mert sem akkor, sem harminc évvel, sem hatvan évvel később nem voltak olyan lehetőségei, mint Neked vannak, a kádban ülve is. Akkor is, ha nem az üzleti életben szeretnél művész lenni. És akkor is, ha nem szeretnél művész lenni. Persze ki fog derülni, hogy ez igenis szükséges lesz, hamarabb, mint gondolnád!

Az üzletművészet nem egyenlő egy művészeti, alkotó vállalkozással. Azt értette rajta Andy, hogy magát az üzletet viszi valaki művészi szintre.

Én pedig azt mondom: nem csak az üzletet lehet mesterien felépíteni: az egész életed egy nagy alkotás. Pacsmagolsz, tákolsz, vagy csinálsz belőle valami igazán grandiózus művet? Érd el, hogy életed felvételét bakeliten, hangszalagon, minden lehetséges őskori és hipermodern adathordozón lehessen hallgatni, nézni, amikor csak lehet! És ezzel inspirálj másokat!

## ○ **Életművésznak lenni és művészi szinten élni mást jelent**

Az életművész céltalan, aki művészi szinten él, annak vannak céljai. A fotocellás ajtó ha csak úgy oldalról érkezel, nem nyílik. De egyből beenged, ha szemből jössz, és tudod hová tartasz.

Az életművész szónak van egy negatív felhangja. Aki életművész az sokak szemében (lazábbtól a keményebb kifejezéseikig):

- henye
- lusta
- ingyenélő
- munkakerülő
- szélhámos
- „spíler” - és nem épp a szabályos fajta.

Szakadt ruhában jár-ke, és nem tudja, miért kelt fel aznap. Általában véve csak úgy van. Nem halad semerre, csak van. Mindig ami jön. Ez is egy életforma, de ez sodródás. Mindig az van, ami éppen jön. Nem az, amit az ember saját maga szeretne.

A hétköznapok mai művésze tudja, merre tart. Látja a célt, és folyamatosan halad felé.

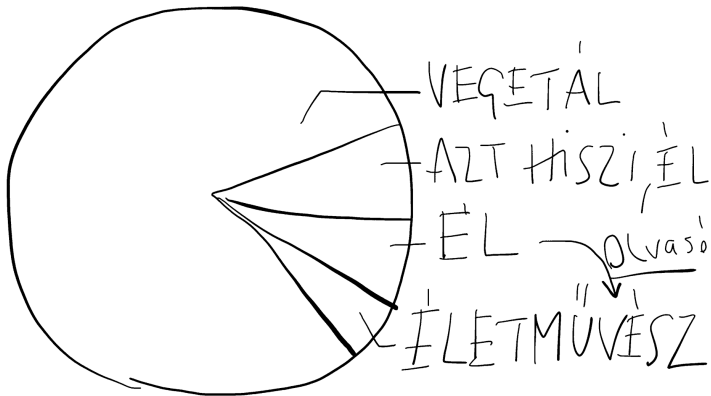
○ **Úgy élni, ahogy élhetsz: egy művészi alkotás**

A saját életünk megalkotása az egyetlen igazi célunk. Nem kell kiállítani a galériában. De aki kíváncsi rá, kapjon betekintést. Hadd nézze meg!

Úgy élni, ahogy élhetsz, egyenlő azzal a képességgel, hogy nagyot alkossunk abból, amit mások - köztük szakértők és nagy tapasztalattal rendelkezők is - lehetetlennek gondolnak. Képesnek lenni arra, hogy úgy éljünk, amit a legtöbben el sem mernek képzelni. Pedig bizony ám, hogy lehetséges, neked pedig itt a segítség a kezében!

Ebben a könyvben sok szó esik üzletről, vállalkozásról. Azonban itt az elején tisztázni kívánom, nem baj, ha Te nem vagy vállalkozó. Annál is inkább, mert igen sok remek ember nem vállalkozó. Ez így is van rendjén. Szeretném

viszont, hogy az itt leírtak pozitívan befolyásolják a vállalkozókról kialakult kissé negatív képet. S nem mellesleg magam is vállalkozó vagyok, így önös érdekből mesélek annyit erről a témáról.



Amit leírok, mind általános érvényű, ne ugorj át semmit! Ne mondd azt, hogy ez rád nem vonatkozik, mert éppen nem abban az élethelyzetben vagy! Meg fogod látni a párhuzamot. Fordítsd le mindegyik gondolatot, példát a saját helyzetedre!

- **Ez a könyv: térkép és recept. Paletta a kezében.**

Aki művészi szinten szeretné élni az életét - azaz úgy szeretne élni, ahogy élhet -, ha segítséget, javaslatot kap valakitől, azt nem elemzi és bírálja, hanem vagy elveti, vagy felhasználja.

Kérlek, ha bírálni szeretnéd a könyvben olvasottakat, netán jobban szeretnéd megfogalmazni, akkor most csukd be! Ez a könyv Téged tanít - fogadd el ilyennek! Ha nem tetszik, add át valaki másnak - hasznára fog válni! Majd ő is eldönti, hogy neki való vagy sem.

A segítség elfogadásáról később is lesz szó. Most csak annyit, hogy egy feléd nyújtott kezét sose úgy tekints, mint egy bőrgyógyász. Nem a hibáit kell részleteiben feltárnod, és nem kell elemezned a segítődet, és a segítséget sem. Használd a segítséget, és köszönd meg!

Egy olyan könyvet szeretnék a kezébe adni, amely utat mutat. Utat mutat Neked, hogy hozzád méltó módon különleges lehess. Segítség, hogy úgy élhesd az életed, ahogy igazán neked való. Ezáltal Te magad leszel a legnagyobb saját

alkotásod - és szeretteid mind azt fogják mondani: „Jó veled lenni.” Te persze tudod majd, hogy miért, de csak somolyogsz - ez az igazi művészet!

## **Lássuk, hogyan épül fel ez a könyv!**

**Először:** Megnézzük, mit is jelent az, hogy művész.

A könyv megírása előtt megkérdeztem erről néhány barátomat, üzletfeletem - mint a Nyuszi a Micimackóban. A válaszokra külön fejezetet szenteltem - izgalmas lesz!

**Másodszor:** Egy kis teszt.

Egy rövid kérdéssorral és az azt követő kiértékeléssel letesztelheted, hol tartasz most: mennyire élsz úgy, ahogy élhetsz. Ki fog derülni, hogy hogyan hasznosíthatod a legjobban ezt a könyvet. Meglepetés!

**Harmadszor:** Milyennek kéne tehát lenned?

Öt pontban bemutatom, hogy milyenek azok, akik igazán úgy élnek, ahogy élhetnek. Mit csinálnak másképp? Miben különlegesek? Milyen elvek szerint élnek? Öt elv, öt nagy falat - amellyel lebontod a nagy falat (bocs).

**Negyedszer:** A Te életed úgy, ahogy élhetsz.

Mi a helyzet a munkával? Hogyan lehetsz egy picit szokatlan? Hogyan oszthatod be az idődet és hogyan mondhatod nem-et ezer dologra ahhoz, hogy azzal foglalkozz, amit igazán szeretsz? Hogyan lehetsz az emberi kapcsolatok művésze? Ráadásként: otthon honnan fogják észrevenni, hogy elolvastad ezt a könyvet? Hogyan adhatod tovább mindezt?

Nos, kezdhethetjük? Csapjunk bele, nézzük, mit jelent a „művész” a megkérdezettek szerint! Mert ez fog minket elvezetni a megoldáshoz: úgy élni, ahogy élhetünk.

## • **Mit jelent, hogy művész? Mit jelent a művészi szint? - Válaszok**

Művész az, aki valamilyen művet hoz létre. Ami még nem volt. Egy igazi művész nem feltétlenül képzőművész, vagy előadóművész. S egy titok: akkor is művész, ha valaki már kitalálta előtte ugyanazt - csak éppen nem tud róla. Lásd spanyol viasz és a lyuk a csőben. Tudod, a papírt is két helyen találták fel.

Ki kell azonban térjek egy típusra, akinek nem szeretnék semmilyen pozitív gondolattal sem segíteni. Annak, aki lop. Aki más ötletét lenyúlja, aztán gátlástalanul mutogatja. Az ilyen ember nem művész, és sem ez a könyv, sem más, senki és semmi nem tudja őt átképezni. Ez a könyv nem nekik szól.

Azoknak szól, akik előre néznek, és szeretnék ebből az élet nevű dologból kihozni valami egészen szuper dolgot!



És most lássuk, milyen válaszok érkeztek a Vámos Robi Felhőtlen Kör tagjaitól!

*„Akinek hétköznapijait is tartalmaz, kreatív művészi tevékenység tölti ki, függetlenül attól hogy hol, és milyen körülmények között él.” - Mészáros Péter Moha*

*„Az éli művészi szinten az életét, aki még a nehézségek között is a lehetőséget látja meg arra, hogy abból a legtöbb jót megteremtse.” - Barna Erika*

*„Aki művészi szinten él, az a tehetségével és az idejével mesterien gazdálkodik; legyen szó bármely életterületről.” - Dobos Aranka*

*„Utánozhatatlan, egyedi az „általánostól” eltérő módon. Amit ő tud, úgy él.” - Tóth Emese*

*„Művészi szinten élni annyit tesz, mint rácsodálkozni a világra nap mint nap.” - Street Gábor Huba, meglepetésdalos ceremóniamester*

*„Művészi szinten az él, akinek a munkája a*

*szenvedélye, és ezért boldogan végzi - ráadásul úgy, hogy folyton növekszik, és fejlődik benne.” - Szalai Gabriella, AngolNyelvTanitas.hu*

*„Saját ura magának, kötöttségek nélkül él.” - Vámos Krisztina, ChriSchmekt*

*„Azt csinálja, amiben jól érzi magát és ez boldogságot okoz neki és Ezáltal ő is boldoggá tesz másokat.” - Kalap Jakab Zsolt*

*„Egy Művész egyedi nézőpontból lát, és egyedi kivitelezéssel valósítja meg, amit láttatni szeretne.” - Barf Attila, Nemzeti Festékbolt*

*„Számomra művész az, aki az élet bármely területén képes máshogy látni a dolgokat, mint a többség.” - Szabó Eszter, pszichológus*

*„Aki olyan szinten tudta az álmai köré szervezni az életét, ami más számára igazi alkotásnak, művészetnek tűnik.” - Nagy Barna, Kreatív Vonalak*

*„Profí, és ellentmondást nem tűr saját nézeteit*

*illetően, s ezt úgy érvényesíti saját üzletében, családjában és környezetében, hogy új utakat keres, és talál a végrehajtás során.” - Gál-Berey Tünde, Villámfordítás Fordítóiroda*

*„Művészi szinten azok az emberek élnek, akik úgy hasznos részei a társadalomnak, hogy közben bárhol és bármikor azt csinálják, amiben örömeiket lelik.” - Csapó Fantasia Zsuzsanna, Freshmood Színesítő Ékszerek*

*„Művész az, aki alkot. Aki ad. Aki magából ad egy olyan részt, ami beleillik lelkem kirakójába. Művészi szinten élni annyi, mint saját boldogságunkkal örömet okozni ismeretlen embereknek.” - Martinek-Kelemen Bori*

Figyeled? Milyen sokan írtak az életről magáról? Pontosan erről van szó! Az, hogy elérjük, hogy úgy éljünk, ahogy lehet: egy nagy alkotás!

Végezetül a válasz Valakitől, aki szintén igen magvasan fogalmazta meg:

*„Élni annyi, mint szeretni.*

*Szeretni, látni és megmutatni,  
érezni és érzékeltetni,  
meghallani és meghallgatni,  
magasba szállni és fölröpíteni,  
kinyílni és felnyitni,  
megérteni és megértetni,  
együtt érezni és eggyé olvadni  
- és tudni, hogy a szeretet a legmagasabb rendű  
alkotás." - Tatiosz*

Lássuk, hogyan lehetséges igazán élni! De még előbb a teszt, amit ígértem:

## • **Mennyire élsz úgy, ahogy élhetsz? - teszt**

### ○ **Teszt**

Mondták már Rád, hogy nem vagy mindennapi?

a) sosem                      b) néhányszor                      c) sokszor

Mikor próbáltál ki valami új dolgot legutóbb?

a) egy éve                      b) egy hónapja                      c) tegnap

Tízkes skálán mennyire élsz úgy, ahogy szeretnél?

a) 1-5                              b) 6-8                              c) 9-10

Tízkes skálán mennyire vagy elégedett a munkáddal?

a) 1-5                              b) 6-8                              c) 9-10

Milyen szerinted egy művész?

a) elborult                      b) furcsa                              c) követendő

○ **Kiértékelés**

Minden a) válasz: 1 pont

Minden b) válasz: 2 pont

Minden c) válasz: 100 pont

**500 pont:** Gratulálok! Szép eredmény! Te aztán tudod, mi a helyes út. Jól haladsz. Mindazonáltal nehezebb dolgod van, mint annak, aki nem ért el ilyen szép eredményt. Nagyon figyelj a könyvben

leírtakra, mert te a sorok között fogod megtalálni a neked való gondolatokat. Irány Horány, hasíts a sorok közé!

**Kevesebb, mint 500 pont:** Ez a könyv paradigmaváltó élmény lesz a számodra. Olvasd végig, koncentrálj rá! Hasznosíts belőle minél többet! Ültesd át a gyakorlatba, amit csak lehet!

Kezdhetjük tehát?

- **Milyen az, aki úgy él, ahogy élhet? - 5 pontban**

- **Aki úgy él, ahogy élhet: határozott és pozitívan önző**

- **Előbb Te jössz - maradj az úton!**

Ahhoz, hogy igazán jó dolgokat csinálj mások örömére, előbb neked kell jól érezned magad. Nem sorolhatod magad hátra.

Igen, adni fontos dolog. Nem, nem csak akkor adhatsz, ha neked már mindened megvan, és

tökéletesen boldogan a helyeden érzed magad.

Amikor haladnod kell a saját céljaid felé, akkor bizony nem szabad engedned, hogy bárki eltérítsen. Követned kell a saját utad, mégpedig önző módon! Számíts rá, hogy ez sokaknak sértő lesz, és te leszel a gonosz.

„Mi történt veled? Régen nem ilyen voltál! Amióta elolvastad azt a könyvet, azóta teljesen más vagy!” - ne foglalkozz ezzel! Ők lesznek azok, akikkel - legalább egy időre - meg kell szakítanod a kapcsolatot. El kell fogadnod, hogy ők nem a Te céljaidért működnek.

Önzőnek lenni nem egyenlő azzal, hogy agresszív módon elküldöd a barátaidat, és belegyalogolsz szeretteid lelkébe az „új” viselkedéseddel. Tiszteletben kell tartanod a többi ember elvárásait. Tiszteletben kell tartanod, de nem feltétlenül kell mindenkinek szót fogadnod. Simán mondhatasz nem-et. A Te világod építéd!

Ez nem könnyű. Mondhatod: „Nem, ez nekem sok. Ilyen áldozatot sosem hoznék.

Jucika/Klári/Jani bácsi számít rám. Mit fognak gondolni, ha nem-et mondok nekik?”

Kérdés: kinek számít, hogy mit fognak gondolni? Neked, igaz? De hiszen az is neked számít, hogy szeretnél változni, és élni, ahogy élhetsz. Már bocsánat, de szerintem ez előbbre van, mint Jucika/Klári/Jani bácsi fennkölt gondolatai veled kapcsolatban!

Ha még mindig nehéz, akkor gondoldj rá így: azért kell önzőnek lenned, hogy hagyd magadból kihozni azt, amit az embereknek legjobban, legprofibban tudsz adni! Ezt meg fogják érteni.

Tudod, egy picit abbahagyom a favágást, de ezalatt megélezem a baltámat. Amikor visszatérek a munkához, sokkal könnyebben és gyorsabban megy. Szánd rá az időt, és energiát és foglalkozz azzal, ami később lehetővé teszi, hogy jobb ember legyél, és Jani bácsi is nagyon fog örülni a végén!

- **„A szenvedély az, amit nem bírsz nem csinálni”**



Szabó Pétertől hallottam először a fenti mondatot, és bizony azonnal készítettem belőle egy post-it emlékeztetőt. Most is kint van több helyen is a lakásban. Jó kis gondolat. Igen sok, nehéz kérdésre megtaláltam már a választ az életben, mégis, ez egy nagyon nehéz kérdés.

Tudod, milyen az, amikor valamit nem bírsz nem csinálni? Ha eszedbe jut:

- Nem bírsz elaludni.
- Ha hajnalban felriadsz erre, nem bírsz visszaaludni.
- Ha utazás közben ugrik be, akkor megőrülsz, hogy menjen már a busz, kerülj már ki a dugóból, hogy végre csinálhasd!

Egyszerűen muszáj! Nem lehet, hogy nem foglalkozol vele. Nálad mi lehet ez?

Amíg gondolkodsz, elmondom, nálam mi lett az eredmény:

A szenvedélyem kitalálni valami szuper jó dolgot,

ami még nem volt. Olyasmit, ami színessé teszi mások életét. Visszahozza az életkedvüket. Kiragadja őket a napi verkluból. S ha kitaláltam, a cél, megmutatni akinek csak lehet, és várni a reakciókat. Imádom a visszajelzést. Valósággal megbetegít, ha csinálok valamit, és nincs róla visszacsatolás.

Nos, mi betegít meg, ha nem csinálhatod? Ez lesz az utad!

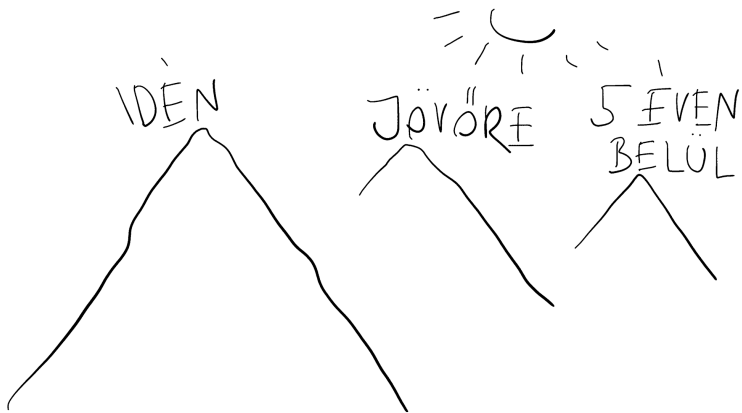
## ■ **Találd meg az utad!**

Az ember a nagy célját sokféle úton át érheti el. Képzeld el több hegyet egymás mellett! A hegyek mind egy-egy nagy célt jelképeznek.

Mint tudod, minden hegyre több út vezet fel. Van köztük egyenes, meredek. Van kanyargós, hosszú. Van zsákutca is.

Minden útnak vannak állomásai - több-kevesebb. Vannak kilátópontok, ahol egy picit tudsz pihenni, és meg tudod nézni, hogy a jó irányba haladsz vagy sem.

Egyáltalán nem baj, ha az útkeresésed során nem arra a hegyre mész fel, amelyik az igazi nagy célod. Az sem baj, ha nem a legrövidebb úton mész fel. Mint ahogy az sem, ha sok helyen állsz meg pihenni.



Ne hallgasd végig a vészmadarokat, akik azt mondják: na látod, megszívtad! Dehogy szívtad! Maximum a tudást, magadba. Óriási tapasztalatot szerezhetsz minden állomásból, a zsákutcákból főleg!

Egy fontos van csak: élvezd a kirándulást felfelé!  
No persze lefelé is. Nem lehet egyik hegyről a

másikra átugrani. Az nem fog menni!

## ■ **Sosem dolgozni?**

Nos, ezt sok helyen olvashatod. Az élet nem munka. Az élet nem „dolgozás” és utána „élés”. Egyszerre a kettő. Úgy, hogy észre sem veszed, melyik melyik. Mert nem akarsz elválasztani a kettőt egymástól. Mégsem így fogalmaznék. Azt mondanám, hogy művészi szinten élni annyit tesz, mint minden pillanatban azt tenni, amit éppen szeretnénk.

Nem kapkodni, nem görcsölni. Nem jó mindent egyszerre, szétfolyva csinálni. Geszti Péter mondta nekem: lazábban, nyugodtabban. De határidőben szigorúan.

## ■ **A hobbid a munkád?**

Hidd el nekem, nem jó, ha a hobbid a munkád. Feltéve, hogy igazán nagy terveid vannak. Mert ha beleragadsz abba, hogy a hobbidat „csinálod”, nem tudsz kiemelkedni. Eltelik az idő. Jól telik, de telhetne jobban is, és ezt érezni is fogod

biztosan!

Neked ki kell lépni abból, hogy valamit „csinálsz”. Neked alkotnod kell. Valami újat, valamit, aminek a csodájára járnak. Rendben, használd a tehetséged, a képességed, a mesterséged. De tudd, hogy mindig van tovább! Olyan lehetőségek várnak, amikről kár lemondani csupán azért, mert azt akarod mondani magadról, hogy a hobbidból élsz.

## ■ **Készülj arra, hogy jégen kell futnod!**

Egy jégpályán kell elstartolnod pont időben, és villámgyorsan. Ezt mondják. Figyelned kell, koncentrálnod! Azt mondja a szervező, hogy borzasztóan csúszik, vigyázz! Nehéz lesz elindulnod, készülj fel lélekben.

Állj hát neki rendesen! Spannold fel magad, készülj fel - és ha kiderül, hogy nincs is jég, akkor kimagasló lesz a teljesítményed. Jöhetnek a csodák!

Ha előre felkészülsz a lehetséges bajokra, akkor

nem nehézség lesz, amikor felmerül. Megerősítés lesz, hogy jól gondolkodtál - ez erőt ad!

## ■ **A lendület nagy érték!**

Szerezz lendületet! - mondják, de nem ez a legfontosabb. Az sokkal lényegesebb, ami utána jön. Vagy utána kellene történnjen.

Használd ki a kapott lendületet!

Ez nem a dominóhatás! Hiszen a dominó tuti eldől, ha meglöki egy másik. S ha jól van felépítve a sor, akkor gond nem lehet. Én arról beszélek, hogy a lejtőn is nyomd a gázt!

Becsüld meg a kapott lendületet.

Ha van, használd! Nem azt mondom, hogy számíts arra, hogy elfogy a lendület. Lehet, hogy elfogy, de ez nem valószínű. Hiszen tudod, hová tartasz. Mégis: készülj fel előre. Nyomd a gázt lefelé is! Olyan lesz, mint amit a jégről írtam. Ha mégisincs emelkedő a lejtő után, annál jobb. Ha kiderül, hogy nincs akadály, akkor fénysebességre

kapcsolhatsz.

Lovagold meg a hullámokat és ússz előre akkor is, ha visz az áramlat!

■ **Csak magunkra hallgatni, és arra, aki előre visz.**

Az egyetlen dolog, ami jól áll a nyávogóknak, az a távolság. Jó nagy távolság!

Sok pozitív benyomás kell, hogy jól érezd magad a bőrödben. De elég egyetlen apró negatív, és akár egy napra „gallyra tesz”. Ezt nem engedheted meg. Ne hallgasd meg a nyávogást! Ha valahol nyávogás van, köszönj el, menj ki, menj el! Bunkónak gondolnak? Kit zavar? Őket. Te már nem vagy ott.

Sose engedd, hogy a nyifogás-nyafogás elérjen hozzád! A füledig elérhet, de akkor azonnal cselekedj! Távozz angolosan!

■ **Légy pozitívan önző!**

Mit jelent az, hogy pozitívan önző vagy? Azt jelenti, hogy kitartasz. Magadért élsz először. Nem másokért küzdesz mindig. Fontos dolog az adakozás. Engem is az éltet a leginkább. De csak akkor, ha magam már rendben vagyok, mert hagytam magamnak időt, s nemet tudtam mondani sok-sok dologra sok-sok embernek. Ne olvass, ne hallgass, és ne nézz híreket!

Ha valaki azzal kezdi, hogy „az a baj ezzel a világgal, hogy”... Ne hallgasd végig. Egy olyan embert, mit Te, nem érdekli, hogy mi a baj ezzel a világgal, ezzel az országgal, az itteni helyzettel, és úgy általában az élettel.

Mondtam már, de nem lehet eleget hangsúlyozni: nem baj, ha bunkónak titulálnak azok, akiknek nem számít a véleménye. Téged az érdekel, hogy mit szeretnél. Magadnak boldogságot, és ha ez megvan, akkor másoknak is. Ilyen egyszerű!

## ■ **Higgy a nulladik benyomásban!**

Találkozód van valakivel. És a találkozón derül majd ki, hogy szimpatikusak lesztek egymásnak,



vagy sem. Együtt dolgoztok, vagy sem. Megteszi, amit kérsz, vagy sem. Megteszed, amit kér, vagy sem. És akkor... késik. Ír, hogy bocs, de közbejött valami. Most nem megy, de majd jelez. Ezután mit gondolsz?

Állásra jelentkezik nálad. Kérsz önéletrajzot, és nem küld. Ezután ha elküldi, mit gondolsz?

Valaki nagyon szeretne tőled valamit. Aztán látod, hogy beszél valakinek egy kommentben. Ezután szívesen teljesíted a kérését?

Ha valaki a nulladik pillanatban olyat tesz, ami nem jön be neked, akkor ugyan miért gondolj arra, hogy ebből egy hosszútávú és gyümölcsöző kapcsolat lesz valaha?

Fontos a nulladik benyomás.

Olyan embereket ismerj meg jobban, akik jó nulladik benyomást tettek! A magam részéről nem hiszek abban, hogy „oké, most nyilván ilyen, de később lehet olyan”. Mindig befürödtem ezzel. Mindig kiderült, hogy nem kellett volna naivan

hinnem abban, hogy ez csak egy baki a részéről.

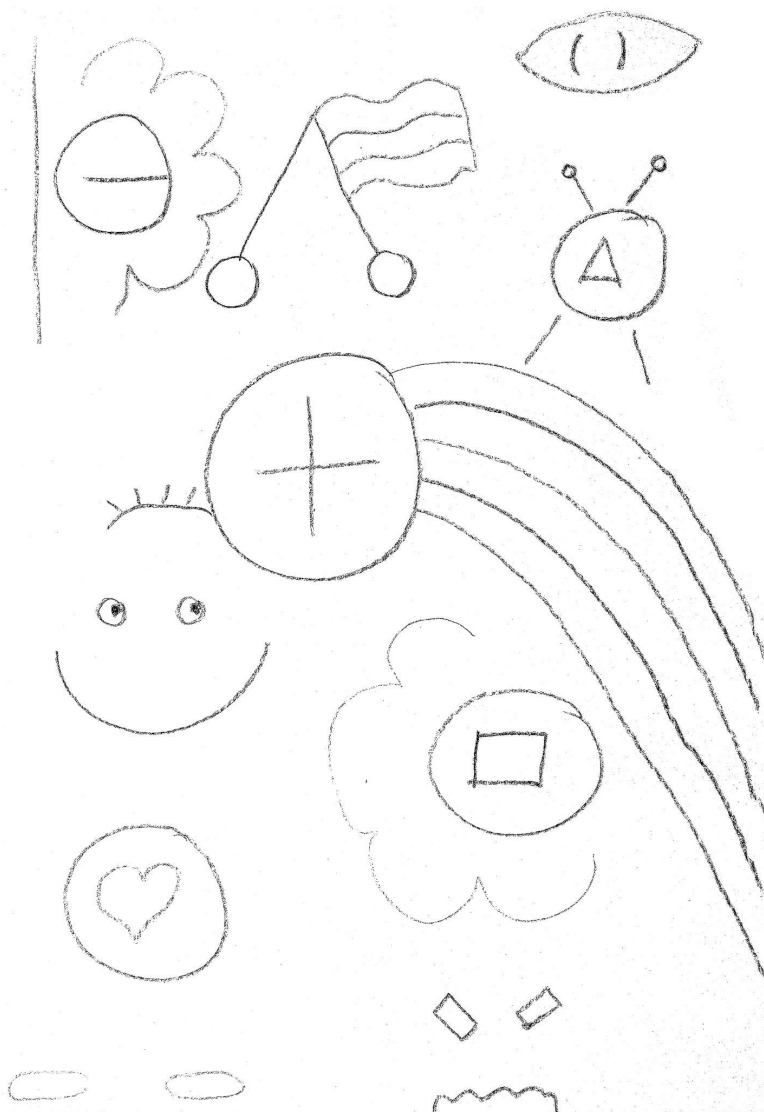
Magad is legyél olyan, aki a lehető legjobb nulladik benyomást teszi.

Kezdd a legnagyobb és legszebb ajándékkal a kapcsolat kicsomagolását. A legnagyobb ajándék te magad vagy. Add önmagad, és ne építs olyan imázst, ami több, mint te vagy! Olyat se, aki más. Csak magadat add!

■ **Ne sértődj meg, és ne a csalódásaidról beszélj!**

Aki a sértődésre pazarolja az idejét, nem értékeli az életet. Aki egy sérelem kapcsán újabbakat, apróbbakat, régebbieket hoz fel, nem értékeli a jelen legszebb pillanatait. Valószínű, a jövő szépségeit sem fogja észrevenni.

A Világ nem körülöttünk forog. Nem értünk van minden. Van, hogy nem azt kapjuk, amire számítunk. Ha ezen megsértődik valaki, akkor valami nagyon nincs rendben vele.



Ha valaki mindig a csalódásait hozza fel

példának, sosem mászik ki a sárból. Mi a megoldás?

Minden csalódásból írj fel egyetlen dolgot, amiből mások tanulhatnak. Ha mások tanulhatnak belőle, akkor te is.

- **Nyitottság: legyél nyitott, mert lehet, hogy még jobb dolog is kiszülhet valamiből, amit elsőre problémának láatsz!**

„Az élet várt és váratlan módokon gazdagít.” Igaz. Leginkább váratlan módokon történnek a dolgok. De hogy ezek a váratlan történések gazdagítanak vagy sem, az kizárólag tőled függ.

Csak el kell kezdeni. Merni elrondítani a tiszta lapot. Mert lehet, hogy nem is lesz ronda.

Merni kell belefogni festékes kézzel a hófehér terítőbe.

Merni kell letenni az első legót.

Mert mi történhet? A legrosszabb, hogy új lapot kell elővenned. A legrosszabb, hogy ki kell mosnod a terítőt. A legrosszabb, hogy fel kell

szedned azt az első legót.

De ...

Az is lehet, hogy az elrondított tiszta lapból lesz életed fontos állomása. A bekoszolt terítóből tovább koszolva mintás lesz. A legóból nem ház, hanem kacska lesz.

Na és?

Nincs az a probléma, amiből ne lehetne tanulni és felismerni, hogy igazából kellett ahhoz, hogy tovább tudjunk lépni!

## ■ **Kik az igazán boldogok?**

Ez rendkívül rövid lesz.

*Azok boldogok, akik észreveszik, hogy azok.*

Nem írom le, hogy kik *nem* boldogok. Kár rossz példákra pazarolni a helyet. Aki észreveszi azt, ami jó, aki észreveszi, hogy tulajdonképpen jó neki: boldog lehet. Mindenki más csak

dagonyázik - lásd picit később. Gondolkoz el ezen! Menj, sétálj egyet. Vagy nézz ki az ablakon. Vagy bármi mást. Ezután jöjjön csak a következő fejezet!

○ **Aki úgy él, ahogy élhet: professzionális**

■ **Életed legnagyobb alkotása te magad vagy - légy igényes!**

Ha magadat nem alkotod meg igényesen, akkor nincs értelme, hogy bármi mást alkoss. Például hogy úgy élj, ahogy élhetsz. Ha te magad nem vagy eléggé rendben, akkor hiába csinálsz bármilyen csodát. Nem fogják érteni. Ha pedig értik, akkor nem fogják hozzád kötni. Vagy azt nem hiszik el, hogy te alkottad. Nem fogják elhinni, hogy úgy élsz, ahogy élhetsz.

Nem, nem művészi alkotásról van szó.  
Bármi, amit teszel: neked egy alkotás.

■ **Aki alkot, az alkotson, ne kérdezzen!**

Borzasztó látni, hogy sokan zárt csoportokban, otthon, piacon, kisboltban kérdezik meg, hogy mit tegyenek. Olyanoktól kérdeznek, akik legjobb esetben ugyanott tartanak, mint ők. De általában hátrébb.

Őszintén? Miért kérdeznéd meg a zöldségest vagy a fodrászt? Vagy akár a családod? A véleményük fontos lehet, de ne ők vezéreljenek! Nem dönthetnek helyetted - csak rosszul. Ha te akarsz valamit, akkor neked kell gondolkodnod, mérlegelned, tervezned, és döntened.

Hogy dönteni tudj valamiben, meg kell tanulnod dönteni. Agyba-főbe kérdezni mindent mindenkitől: biztos út a közepszerűséghez. Neked pedig más a célod!

Amit ehelyett javaslok neked: mindig szakemberhez fordulj tanácsért! A lényeg, hogy olyat kérdezz meg, aki ért hozzá, és előre lendít!

■ **Új dolgokat mások nem fognak helyetted létrehozni**

Ha mégis? Ne ámítsd magad! Az nem lesz a tiéd sosem. Csak egy újabb fájdalmas pont, hogy „ezt is nekem kellett volna kitalálni”.

Leonardo sosem festett volna olyan mosolyt, amelyet festett, ha megkérdez mindenkit, hogy „Figyu, Klárikám, neked melyik mosoly tetszik a legjobban?”.

Ford híres mondása, hogy ha megkérdezte volna az embereket, hogy hogyan fejlesztenék a közlekedést, gyorsabb lovakat akartak volna.

Telefon sem lenne, ha megkérdezik a közönséget.

Semmi sem lenne, hidd el! Kellett az elhatározás mindig, ami az alkotóban legbelül született meg:

*„Igen, teszek valami olyat, amit még más nem tett. Nem azért, mert ez a heppem. Azért, mert ez vezet valami újhoz, ami megváltoztatja az emberek életét!”*

- **Egy nagy igazság. Vedd észre!**



Több olyan dolog van, amit nem csinálnak azok, akik értenek hozzá, mint olyan, amit azok csinálnak, akik nem értenek hozzá.

Olvasd el még egyszer:

Több olyan dolog van, amit nem csinálnak azok, akik értenek hozzá, mint olyan, amit azok csinálnak, akik nem értenek hozzá.

Te mihez értesz? Mit szeretsz? Miben hiszel?

**CSINÁLD!**

## ■ **Ne a múltban élj!**

Aki úgy él, ahogyan mások várják tőle, a múlt és a ma problémáival foglalkozik. Elemzi, hogy mi, mikor, hogyan nem sikerült. Vajon miért nem sikerült? Bűnbakokat keres. Tanulmányt ír. Akár még előadást is tart róla, hogy hogyan lett sikertelen az adott próbálkozás.

Aki úgy él, ahogy élhet, mindig a jövő megoldásaival foglalkozik. És nem csak a

múltbéli rossz tapasztalatok alapján. Előre néz, újra vágyik.

## ■ **Óvatosan a faragással!**

A szobrok akkor jók, ha nagyok. Nem kell elkoptatni, agyonfaragni. Lehet, hogy már tökéletes gömb, és ha folytatod, csak elrontod. Aztán megint javíthatsz, és a végén akkora lesz a műved, mint egy mákszem.

Én is így voltam ezzel. Valamivel addig foglalkoztam, csiszolgattam, fényesítettem, koptattam, tökéletesítettem, amíg végül elfogyott a lényege.

Tudd időben abbahagyni a jelennel való szobrászkodást, hogy a jövőre tudj koncentrálni!

*Nos, eddig tartott ez a kis betekintő.*

*Ha tetszett, akkor a könyvet itt megtalálod, meg tudod vásárolni a boltban sok más mellett >>*

*Örömmel: Vámos Robi*