STEPHEN R. COVEY

Informații absolut remarcabile, bazate pe cercetări serioase și experiențe directe.

LARRY KING

O carte ușor de citit, care-ți arată cum îi poți influența pe alții și în ce fel le poți schimba opiniile.

ROBERT G. ALLEN

Cel mai cuprinzător tablou de ansamblu asupra artei persuasiunii și influențării.

kurt w. mortensen

legile charismei

CURTEA VECHE PUBLISHING

COLECȚIA CĂRȚI CHEIE

184

CUPRINS

Mulțumiri 5
Introducere 7

PARTEA I
PREZENȚA: CE ANUME EMANI?

Capitolul 1
Pasiunea: Transferul energiei pure 23

Capitolul 2
Încrederea: Convingerea e contagioasă 28

Capitolul 3
Congruența: Acțiune *versus* intenție 33

Capitolul 4
Optimismul: Revizuiește-ți atitudinile 38

Capitolul 5
Puterea pozitivă: Forța nu este charismă 43

Capitolul 6
Energia și echilibrul: O ființă plină de viață 48

Capitolul 7
Umorul și fericirea: Sentimente din interior 54

PARTEA A II-A
CALITĂȚILE FUNDAMENTALE:
INTERIORUL DETERMINĂ EXTERIORUL

Capitolul 8
Autodisciplina: Voința înseamnă angajament 61

Capitolul 9
Competența: Ceea ce nu știi te va răni într-un final 67

Capitolul 10
Intuiția: Urmează-ți instinctul 72

Capitolul 11
Scopul: Găsește-ți imboldul nelimitat 78

Capitolul 12
Integritatea: Caracterul contează enorm 83

Capitolul 13
Curajul: Ridică-te și luptă pentru ceea ce crezi 88

Capitolul 14
Creativitatea: Dezvoltă-ți imaginația 94

Capitolul 15
Concentrarea: Activitatea nu e totuna cu realizările . . . 100

PARTEA A III-A
COMUNICAREA: VORBEȘTE PLIN DE CONVINGERE

Capitolul 16
Prezentarea: Educă, inspiră, amuză 109

Capitolul 17
Interacțiunea cu oamenii: Chiar ești plăcut
de ceilalți? 114

Capitolul 18
Influența: Ajută-i pe alții să se convingă singuri 119

Capitolul 19
Povestirea: Zugrăvește un tablou de ansamblu 124

Capitolul 20
Contactul vizual: Cum să poți o discuție fără
să vorbești 129

Capitolul 21
Ascultarea: Poftim? 134

Capitolul 22
Relaționarea: Legătura imediată 139

PARTEA A IV-A
MOBILIZAREA ALTORA:
COOPERAREA CONTAGIOASĂ

Capitolul 23
Inspirația: Dă putere și conferă energie 147

Capitolul 24
Stima de sine: Înțelege ego-ul 152

Capitolul 25
Credibilitatea: Realitate *versus* percepție 157

Capitolul 26
Motivația: Aprinde-le flacăra 162

Capitolul 27
Bunăvoința: Mila și compasiunea 167

Capitolul 28
Vizionea: Vezi, gustă, atinge, simte 172

Capitolul 29
Empatia: Compasiunea creează prietenie 177

Capitolul 30
Respectul: Oferă ca să primești 182

PARTEA A V-A
MECANISMELE SUBCONȘTIENTE
DE DECLANȘARE: PUR ȘI SIMPLU,
UN LUCRU PARE CORECT SAU GREȘIT

Capitolul 31
Prezentările verbale: Chiar e vorba de cum spui 191

Capitolul 32
Comunicarea nonverbală: Gesturile întrec vorbele 197

Capitolul 33
Stările emoționale: Înțelegerea sentimentelor
și a stărilor de spirit 204

Capitolul 34
Înfățișarea fizică: Nu judeca (Mda, cum să nu!) 210

Capitolul 35
Mecanismele de respingere (Nu-i îndepărta pe
cei din jur) 214

Concluzie 219

Ce urmează? 221

Cercetări întreprinse în domeniu 223

PARTEA I

PREZENȚA

Ce anume emani?

Fabula: Curcanul și păunii

Într-o bună zi, un curcan și-a părăsit prietenii și s-a incumetat să meargă spre o pajiște întinsă unde se zărea că trăiesc păunii. S-a uitat de jur-împrejur, însă nu a putut zări nici măcar umbă. În vreme ce căuta prin preajmă încercând să dea de păunii, a găsit câteva grăunțe de pene frumoase. Curcanul și-a spus că i-ar plăcea și lui să aibă parte de fala de care se bucură un păun. A luat penele de păun de pe jos, și le-a prins de ale lui din coadă și a început să se plimbe țanțoș pe pajiște. Când a văzut că păunii se întorc, a luat-o iute spre ei, nerăbdător să vadă ducă îl vor deosebi, dacă-și vor da seama sau nu că e curcan. În timp ce se apropia de păuni, aceștia și-au dat seama de cacealma și au început să-l lovească în cap cu ciocurile și să-i smulgă penele false. Curcanul a dat fuga înapoi la tovarășii lui, care i-priveau de la distanță. Dar ei erau chiar mai supărați de înfățișarea lui și au început să-l fugărească, ciocănindu-l în cap.

Semnificație

Atunci când te dai drept altcineva, îți falsifici adevărata ființă. Atunci când îți falsifici entuziasmul sau încrederea, nimeni nu poate fi păcălit. Celalți te vor judeca menți în funcție de înfățișare, prezență și comportament. Încercă cumva să pari că ai fi altceva sau altcineva decât ești? Oamenii pot identifica falsitatea. Puterea constă în cera ce eu numesc „prezență" adevărată, autentică. Iar această prezență este cheia pentru a-ți dezvolta charisma pe loc.

Abilități și trăsături necesare

- Pasiune;
- Încredere;
- Congruență;
- Optimism;
- Putere pozitivă;
- Energie și echilibru;
- Umor și fericire.

CAPITOLUL 1

Pasiunea

Transferul energiei pure

O persoană plină de pasiune face mai mult decât alte patruzeci care abia dacă dau vreun semn de interes.

E.M. Forster

CEI CARE ȘTIU ÎNCOTRO SE ÎNDREAPTĂ au capacitatea de a-i fascina pe alții pentru că sunt animați de pasiune și, prin urmare, charismatici. Îți poți da seama de îndată când îi întâlnești, sau de cum intră într-o încăpere. Ceilalți se simt atrași de asemenea persoane deoarece, în adâncul sufletului, oamenii își doresc să fie inflăcărați de o anumită pasiune. Când alții văd acea pasiune în ochii tăi, devii și mai charismatic. Simt cumva că îi poți ajuta și le poți îmbunătăți viețile. Nu e nici pe departe o garanție că toată lumea te va plăcea, dar măcar ceilalți te vor respecta pentru convingerile ferme și pentru pasiunea care te animă.

Pasiunea este fundamentală pentru a fi capabil să-i influenzezi pe alții și pentru a transmite charismă. Oamenii charismatici emană pasiune. Când cei care te ascultă vor simți pasiunea și convingerea sinceră, ți se vor alătura de îndată, fiind cuceriți emoțional. Cu toții îi apreciem pe cei care sunt entuziaști și pasionați de ceea ce-i interesează. Când ești pasionat de un anume lucru, vei dori să afle toată lumea de acest lucru. Îți dorești să converteți la cauza ta cât mai mulți

oameni cu putință. Chiar și atunci când cineva nu este de acord cu tine, ai capacitatea de a-i asculta părerile în mod deschis, de a-i accepta feedbackul și punctul de vedere, în vreme ce-ți păstrezi convingerea și calmul.

Pasiunea este extrem de contagioasă. Când reușești să-ți transferi pasiunea, oamenii din jurul tău încep să-ți absoarbă energia. Încep să dea un randament mai bun. Simplul fapt de a fi la slujbă nu li se mai pare muncă. Devin mult mai proactivi, mai dornici de a lucra în echipă și mai optimiști. Când ești cuprins de pasiune, devii tot mai determinat, iar această determinare îți întărește stăruința.

Puțină grijă totuși: chiar și atunci când ești cuprins de pasiune, nu uita să înveți acele deprinderi de care vei avea nevoie pentru a dobândi succes. Pasiunea este un ingredient fundamental în cadrul rețetei charismei, dar vei avea nevoie și de celelalte pentru a emana charismă pe termen lung.

Pasiunea include întotdeauna și o bună doză de entuziasm, dar poți fi entuziast fără a avea pasiune. Entuziasmul reprezintă o puternică exaltare și emoție pentru o anume cauză. Probabil ați cunoscut oameni charismatici care au renunțat la entuziasm. Poți citi asta pe chipul lor sau din felul în care se poartă — sunt cu siguranță motivați —, iar acest fapt produce mici licăriri de curiozitate. Entuziasmul nu doar că reduce temerile și grijile, ci conduce și la încredere, compasiune și o anumită sincronizare între tine și public.

Unghi mort

Majoritatea oamenilor au probleme în a-și explora și identifica adevărata pasiune. Nu puțini sunt cei care confundă elanul de moment, cofeina suplimentară ori entuziasmul cu

pasiunea. Pasiunea nu dă târcoale și nici nu țopăie ca un cățeluș în jurul tău. Adevărata pasiunea radiază, captivează și nu ia naștere cu de-a sila. Când cei care te ascultă vor percepe din partea ta un entuziasm forțat, prefăcut, se vor simți respinși. Vei fi văzut drept un om fals, iar această percepție îți va diminua capacitatea de a-i influența pe alții. Explorează-ți adevărata pasiune și asta îi va influența pe alții să se alăture punctului tău de vedere. Doar fiindcă ești entuziasmat de un anume lucru, nu-nseamnă că emani pasiune. Ai grijă să radieri o pasiune veritabilă, nu un fals entuziasm sau o euforie de moment.

Aplicație

Cei care au charismă sunt capabili să sporească entuziasmul aprofundând acele subiecte care îi interesează și aflând mai multe despre ele. Au dezvoltat încredere și convingere firmă în ceea ce fac. Așadar, crede în tine și în mesajul tău și fă cu entuziasm tot ce faci. Dimpotrivă, entuziasmul fals, emoția de moment prefăcută sau energia mimată îți pot distruge orice brumă de charismă. Îți poți amplifica lesne charisma făcând unul dintre următoarele gesturi sau alegând atitudini precum următoarele:

- Păstrează-ți întotdeauna credibilitatea.
- Fii sincer în toate interacțiunile tale.
- Stabilește întotdeauna legături cu alții.
- Fii mereu autentic.
- Păstrează-ți constantă încrederea.

Exemplu

John Wooden este un extraordinar exemplu de persoană animată de pasiune. Toți cei din jurul lui, mai cu seamă jucătorii,

i-au simțit pasiunea și s-au lăsat influențați de ea. Era antrenorul echipei de baschet a UCLA în timpul celei mai bune perioade din istoria clubului. Avea ochi pentru tinerii talentați și neșlefuiți, cerea de la jucători să se antreneze din greu și oferea în schimb pasiune, entuziasm și inspirație. Echipa a câștigat 665 de partide în 27 de sezoane și 10 titluri în ultimele 12 sezoane în care a fost el antrenor. Echipele conduse de el dețin un record absolut de 88 de meciuri la rând încheiate cu victorie, iar el a avut o suită incredibilă de patru sezoane consecutive în care a câștigat toate trofeele puse în joc. Nu a câștigat niciodată mai mult de 35 000 de dolari pe an, dar pasiunea și impactul pe care le-a avut asupra jucătorilor și fanilor vor dăinui o viață întreagă. John iubea ceea ce făcea și a fost dovada vie că pasiunea reprezintă elementul fundamental pentru succes.

Cheia charismei

Găsește pasiunea. Explorarea pasiunii seamănă oarecum cu sculptura. Te apropii tot mai mult de rezultatul final cu fiecare lovitură de dăltă în piatra neșlefuită. Uneori, ne apropiem de pasiunea care ne animă identificând lucruri pe care nu ne dorim să le facem. Începe prin a face încercări cu felurite sarcini sau lucruri, și cunoaște-i pe alții. Nu poți ști dacă o anumită mâncare îți place sau nu, până când nu guști o înghițitură. Citește mai multe, alătură-te diverselor cluburi și alocă mai mult timp pentru dezvoltarea personală în anumite domenii care ar putea fi demne de pasiunea ta. Nu te poți arăta pasionat de un lucru despre care nu știi absolut nimic. În plus, învățând mai multe despre un subiect anume îți poți spori pasiunea.

Uite o întrebare la care mi-aș dori să te gândești, începând chiar de azi: când vine vorba despre ce faci cu viața ta, metaforic

vorbind, cânți o melodie din tot sufletul ca și cum o trăiești sau doar îngâni versurile cântecului, fără să te agiți prea tare? Gândește-te bine la răspuns.

Evaluează-ți pasiunea

Adaugă scorul la pagina 222.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Foarte slab		*Slab*			*Mediu*		*Bine*			*Perfect*