

JON GORDON

AUTOBUZUL ENERGIEI

Zece reguli pentru a-ți alimenta viața,
munca și echipa cu energie pozitivă



Traducere din limba engleză:
Cristina Stan

 ACT și Politon

2017



Cuprins

| | |
|--|----|
| <i>Prefață la ediția în limba română</i> | 9 |
| <i>Cuvânt-înainte</i> | 13 |
| <i>Mulțumiri</i> | 15 |
| <i>Nota autorului</i> | 19 |
| <i>Introducere</i> | 23 |
| | |
| 1. Pană de cauciuc | 27 |
| 2. Vești bune și vești proaste | 35 |
| 3. Lungul drum spre casă | 37 |
| 4. George se trezește | 41 |
| 5. Autobuzul fără Joy | 45 |
| 6. Regulile | 47 |
| 7. Tu ești șoferul | 53 |
| 8. Totul se referă la energie | 61 |
| 9. George își împărtășește viziunea | 65 |
| 10. Concentrează-te | 69 |
| 11. Puterea energiei pozitive | 75 |
| 12. George face o plimbare | 81 |
| 13. Teoria celei mai bune lovituri de golf | 83 |
| 14. Biletele de autobuz | 85 |
| 15. Un weekend foarte lung | 91 |
| 16. Cine este în autobuz | 93 |
| 17. Dușmanul este negativismul | 97 |

| | |
|---|------------|
| 18. Fără vampiri energetici în autobuz | 103 |
| 19. Regula supremă a energiei pozitive | 107 |
| 20. George preia controlul autobuzului său | 111 |
| 21. George are un vis | 119 |
| 22. Mai bine azi decât ieri | 121 |
| 23. A te simți bine | 125 |
| 24. Condu cu inima | 129 |
| 25. <i>Chief Energy Officer</i> | 133 |
| 26. Iubește-ți pasagerii | 143 |
| 27. Regulile dragostei | 151 |
| 28. Frică și încredere | 155 |
| 29. Ziua următoare | 159 |
| 30. Echipa este inspirată | 165 |
| 31. Ziua meciului | 169 |
| 32. Prezentarea | 177 |
| 33. Joy | 181 |
| 34. E mai distractiv cu autobuzul | 185 |
| | |
| <i>Planul de acțiune al Autobuzului Energiei</i> | <i>189</i> |
| <i>Bilete de autobuz</i> | <i>195</i> |
| <i>Programul de training „Autobuzul energiei“</i> | <i>197</i> |



Cuvânt-înainte

În multe dintre seminarele mele, încep prin a-i ruga pe oameni să se ridice în picioare și să facă două lucruri. Întâi, le cer să-i salute pe ceilalți oameni de parcă ar fi neimportante. După un chicotit sau două, începe un zumbet difuz în timp ce toți se plimbă de colo colo încercând să se ignore unul pe celălalt. Apoi le spun să se oprească, după care să-i salute pe ceilalți, dar de data asta să o facă de parcă acei oameni ar fi niște prieteni pe care nu i-au văzut demult și pe care se bucură să-i vadă. Sala vuieste de râsete, iar zgomotul crește în timp ce oamenii aleargă de colo colo, zâmbesc, se îmbrățișează și stau de vorbă între ei.

Când oamenii din public se așază, îi întreb: „De ce credeți că v-am pus să faceți aceste două lucruri – în afară de faptul că sunt din California?”

După ce publicul râde, le spun că răspunsul este energia pozitivă. „Pentru a conduce o organizație de succes”, le spun eu, „trebuie să învățați să gestionați energia oamenilor, inclusiv pe cea proprie. Când era mai multă energie în sală – în timpul primei activități sau a celei de-a doua?”

Bineînțeles, toată lumea strigă: „A doua!”

„Ce am făcut pentru a schimba energia din sală?”
întreb. Apoi răspund: „Tot ce-am făcut a fost să vă schimb
atenția de la un gând negativ la unul pozitiv, iar energia
sălii a crescut înzecit.“

Ceea ce tocmai ți-am descris este motivul pentru care
sunt entuziasmat în legătură cu Jon Gordon și *Autobuzul
Energiei*. În fiecare dimineață ai o alegere. Vei fi o persoa-
nă care gândește pozitiv sau una care gândește negativ?
Gândirea pozitivă te va energiza.

Când ajungi la muncă, ai altă alegere. Îi poți surprinde
pe oameni făcând lucrurile corect sau îi poți surprinde
făcând lucrurile greșit. Ghici care dintre cele două acti-
vități îi energizează mai mult?

Dacă vrei să-ți alimentezi familia, cariera, echipa și
organizația cu un spirit pozitiv, citește această carte. Ener-
gia și sfaturile lui Jon se vor desprinde din aceste pagini
și te vor ajuta să-ți cultivi energia pozitivă în tot ceea ce
faci – iar tu vei face lumea un loc mai bun pentru că ai
fost în ea.

Mulțumim, Jon, pentru că ne impulsionezi și te asiguri
că ne urcăm în autobuzul potrivit.

– Ken Blanchard

Co-autor al cărții *The One Minute Manager*
(*Manager la minut**) și autor al cărții
Leading at a Higher Level
(*Conducerea la un nivel superior***)

* Volumul a apărut sub acest titlu la Ed. Curtea Veche, București,
2009 (n.red.)

** Volumul a apărut sub acest titlu la Ed. Meteor Press, București,
2011 (n.red.)



Introducere

Energie pozitivă... Este o expresie despre care se vorbește tot mai des în săli de conferință, săli de cursuri, vestiare și chiar sufragerii. Poate se datorează faptului că există o sumedenie de noi cercetări care arată că oamenii pozitivi, comunicarea pozitivă, interacțiunile pozitive, munca și echipele pozitive produc rezultate pozitive. Sau poate că, la un nivel mai profund, știm cu toții că fiecare persoană, carieră, companie, organizație, familie și echipă vor trebui să depășească negativismul, adversitatea și provocările pentru a se defini pe sine și a atinge succesul.

Nimeni nu trece prin viață fără să fie pus la încercare, iar răspunsul la aceste încercări este energia pozitivă – nu genul de energie pozitivă „heirup“, cu încurajări de pe marginea terenului, deși există cu siguranță momentul și locul potrivit și pentru asta. Însă eu când vorbesc despre energie pozitivă mă refer la optimismul, încrederea, entuziasmul, dragostea, scopul, bucuria, pasiunea și spiritul de a trăi, de a munci și de a activa la un nivel mai ridicat; de a forma și conduce echipe de succes; de a depăși adversitățile în viață și la muncă; de a împărtăși energie molipsitoare cu angajații, colegii și clienții; de a scoate ce-i mai bun din ceilalți și din tine însuți; și de a trece peste toți oamenii negativi (pe care eu îi numesc

vampiri energetici) și peste toate situațiile negative care amenință să-ți saboteze sănătatea, familia, echipa și succesul.

Energia pozitivă este foarte reală, iar în munca mea cu mii de lideri, reprezentanți de vânzări, echipe, antrenori, organizații, profesori, sportivi, mame, tați, și chiar copii, am fost martor la puterea uimitoare a energiei pozitive. Am văzut directori care și-au redresat școlile și au crescut moralul oamenilor. Liderii mi-au spus cum au folosit strategiile mele pentru a-și ajuta angajații și echipele să aibă mai mult succes. Supraviețuitorii de cancer mi-au spus cum au ieșit învingători având o atitudine pozitivă. Sportivii mi-au povestit cum au depășit adversitățile pentru a-și atinge țelul. Angajații conștiincioși mi-au trimis e-mailuri și mi-au spus numeroase povești despre promovări și realizări la locul de muncă. Iar o mamă chiar m-a sunat să-mi spună o poveste despre fiul ei Joshua, care, după ce a auzit că mama și tatăl lui divorțau, a spus că avea să încerce să fie puternic și pozitiv în tot acest timp, deoarece oamenii pozitivi au o viață mai lungă, mai fericită și mai sănătoasă. Se pare că Joshua și-a amintit ce îi spusese cu un an mai devreme, când am vorbit la școala lui despre importanța energiei pozitive. Nu numai că am fost impresionat, dar am fost și profund inspirat.

Cei ca Joshua mă inspiră să scriu despre energia pozitivă și să o împart cu oamenii din jurul meu, pentru că în adâncul sufletului știu că este importantă și că funcționează. Sper că vei folosi această carte pentru a cultiva energia pozitivă în propria ta viață și carieră și că apoi vei împărtăși învățămintele cu colegii, clienții, organizația,

echipa, prietenii și familia ta. Am încredere că, atunci când vei aplica principiile din această carte, vei găsi o fericire mai mare, un succes sporit, o performanță mai ridicată, o muncă de echipă inspirată și rezultate semnificative.

Deși această fabulă se desfășoară într-un cadru de afaceri, să știi că această carte a fost scrisă pentru toată lumea. Cu toții facem parte dintr-o echipă, iar fiecare membru al echipei noastre – fie că e echipa de la serviciu, echipa sportivă, echipa familiei, echipa de la biserică sau echipa de la școală – poate beneficia de pe urma celor zece reguli simple și eficiente împărtășite în această carte. Până la urmă, oamenii pozitivi și echipele pozitive produc rezultate pozitive, iar ingredientul esențial este energia pozitivă.

Capitolul 1

Pană de cauciuc



Era luni, iar zilele de luni nu erau niciodată bune pentru George. Stătea pe alea din fața casei sale privind-și mașina și dând din cap. De fapt, nu era surprins. Ghinionul îl urmărise în ultimii ani precum un nor de ploaie întunecat ce plutea deasupra vieții sale, iar azi nu era deloc diferit. Avea un cauciuc complet dezumflat, iar fața lui George era pe cale să explodeze. „Nu azi!” a strigat el când și-a deschis portbagajul și a dat peste un cauciuc de rezervă dezumflat.

Îi veni în minte cuvintele soției sale: „Ar trebui să-l reperi, George. Într-o zi o să ai o pană și îți vei dori să ai un cauciuc de rezervă.”

De ce trebuie să aibă mereu dreptate? se întrebă el. George se gândi la vecinul său, Dave, și dădu fuga în josul străzii pentru a vedea dacă nu plecase deja la muncă. Dave lucra tot în centru și spera să se poată duce cu el.

George avea o întâlnire importantă cu echipa sa la muncă, iar azi nu-și permitea să întârzie. Nu astăzi. Mai ales astăzi. George schiță o lovitură de pumn în aer când văzu că mașina lui Dave nu mai era acolo. Desigur, se gândi el. De ce ar mai fi aici? Ar fi fost prea ușor.

În timp ce-i picura transpirația de pe sprânceană, alergă înapoi acasă, apoi se opri pe alee și se uită la telefonul mobil încercând să se gândească la cine putea să sune de la locul de muncă. Gândește-te, gândește-te, gândește-te.

Apoi își dădu seama. Nu era nimeni care putea să vină să-l ia. Singura opțiune rămasă era soția lui, iar ea era ultima persoană la care voia să apeleze.

George intră în casă și auzi zgomotul și haosul obișnuit venind din bucătărie. Auzea cățelul sărind de colo colo și pe soția lui încercând să-i facă pe copii să stea locului și să mănânce micul dejun înainte de a pleca la școală. Privi încordat de sub arcada bucătăriei. Cum îl văzură copiii, izbucniră strigătele.

— Hei, tati! țipară ei.

Fetița veni la el și îi încolăci brațele în jurul șoldului.

— Te iubesc, tati!, spuse ea, în timp ce George abia o băgă în seamă.

Băiatul strigă:

— Tată, vrei să ne jucăm baschet?

George era precum o celebritate reticentă în propria casă. Fiecare voia ceva de la el, dar el nu voia decât să se ascundă.

— Nu! le strigă George. Nu e weekend. Trebuie să merg la serviciu. Acum faceți puțină liniște ca să o întreb ceva pe mama voastră. Draga mea, am o pană de cauciuc, iar azi am o întâlnire foarte importantă la care trebuie să ajung și am nevoie de mașina ta! spuse el panicat.

— Dar cauciucul de rezervă? întrebă ea.

— Bineînțeles că trebuia să aduci asta în discuție. Nu l-am reparat.

— Ei bine, nu pot să te ajut, George. Trebuie să duc copiii la școală, apoi am programare la dentist, după care trebuie să duc câțelul la veterinar, apoi am o ședință cu părinții. Să continui? Nu ești singurul care are lucruri de făcut. Te porți de parcă ești singura persoană importantă în familia asta, dar eu mă ocup de casă și de familie și dacă azi nu am mașină, nu pot să fac treburile *mele*.

Se pricepea să lanseze o ofensivă bună pentru a preîntâmpina atacurile lui George.

— Da, dar dacă întârzii la întâlnirea asta, s-ar putea să rămân fără serviciu, spuse el.

În timp ce George și soția lui continuau cu astfel de replici, câțelul lor în vârstă de cinci luni decise să-l salute și el pe George, sărind pe el și murdărindu-l de salivă, până când George îl luă de zgardă și îl duse în cușca lui.

— De ce am mai luat și câinele ăsta? întrebă el. Chiar trebuie să ne ocupăm acum și de un câine, cu toate treburile pe care le avem pe cap?

— Frumos din partea ta, spuse soția în timp ce fetița începu să plângă, spunând:

— Tati nu-l iubește pe Sammy.

— Nu pot să mă ocup acum de asta, spuse George.

— Nu pari să te poți ocupa vreodată de ceva, ripostă soția lui.

— Poți să mă lași la muncă după ce duci copiii la școală? întrebă el. S-ar putea să ajung oricum la timp pentru întâlnire.

— Nu am timp, George. Nu ai auzit câte am de făcut astăzi? O să fie trafic aglomerat pe drumul de întoarcere, iar ziua mea o să fie ratată. De ce nu iei pur și simplu

autobuzul? spuse ea. E doar vreun kilometru jumătate până la stația de autobuz.

— Autobuzul? Glumești? Autobuzul! N-am mai mers cu autobuzul de cine știe când. Cine merge cu autobuzul? întrebă George, foarte frustrat.

— Ei bine, azi, răspunse soția lui tăios, tu mergi. Chiar tu.

— Bine, spuse George și își apucă geanta, ieși valvârtej din casă și își începu drumul de un kilometru jumătate până la stația de autobuz.

Autobuzul cu numărul 11 opri în fața lui George care găfâia, răsufla greu și înjura în șoaptă. Ce surpriză, se gândi George. Chiar am prins autobuzul. Cu norocul meu, mă gândeam că-l voi pierde.

În timp ce urcă în autobuz, George se uită la șoferiță, care avea cei mai strălucitori ochi și cel mai mare zâmbet pe care-l văzuse vreodată.

— Ziua bună, scumpule! îi spuse ea în întâmpinare.

George bombăni doar și se așeză pe scaun. Ce-o fi așa de bun la ziua asta? se gândi el.

Însă ochii ei îl urmăriră în oglinda retrovizoare cum se ducea spre un scaun.

George îi simțea privirea ațintită asupra lui. De ce se uită la mine? Am plătit biletul, se gândi el.

Îi vedea zâmbetul mare și larg în oglinda retrovizoare și se întrebă: Oare femeia asta zâmbește tot timpul? Nu știe că e luni? Cine zâmbește luna?

— Unde mergi? întrebă ea.

George arată spre sine.

— Eu?

— Da, tu, scumpule. Nu te-am mai văzut în autobuzul meu până acum și îi știu pe toți de pe ruta asta.

— La serviciu, la compania NRG, răspuse el.

— Clădirea aia din centru cu becul mare pe ea?, întreabă ea entuziasmată.

— Da, facem becuri, răspuse George, care își dori să fi avut timp să-și ia un ziar ca să-și ascundă capul în el.

— Și cărui lucru îi datorăm plăcerea de a te avea în autobuzul meu astăzi? întrebă ea.

— Pană de cauciuc, spuse el. Urăsc să iau autobuzul, dar am o întâlnire cu echipa mea la care trebuie să ajung și nu am avut de-ales.

— Ei bine, tu stai liniștit, relaxează-te și nu-ți face niciun fel de griji. Poate nu-ți place să iei autobuzul, dar vreau să-ți spun că acesta nu e un autobuz obișnuit. Este autobuzul *meu*, iar tu te vei bucura de călătoria asta. Pe mine mă cheamă Joy. Pe tine?

El își mormăi numele, sperând că-l va lăsa pur și simplu în pace. George folosea puține cuvinte și puțină îi era și răbdarea. Chiar și în cele mai bune zile ale lui, George nu era un bărbat căruia să-i placă să flecărească și cu siguranță nu avea chef să discute cu o șoferiță de autobuz care părea că băuse cam prea multe cești de cafea, iar dintre toate numele, trebuia s-o cheme Joy*. Se potrivește, se gândi el. Bucuria lipsea cu siguranță din viața lui. Nu-și amintea când fusese fericit ultima dată. Pun pariu că ea nu are nicio grijă, se gândi el. Nu trebuie decât să conducă zi de zi un autobuz și să zâmbească și să fie drăguță cu străinii. Sigur, ea poate să fie toată numai un zâmbet și veselie, dar nu știe nimic despre mine. Nu știe stresul cu care am de-a face în fiecare zi. Nu știe responsabilitățile cu care mă confrunt la muncă și acasă.

* Bucurie (n.tr.)

Soție, șef, copii, angajați, termene limită, ipotecă, rata la mașină și o mamă bolnavă de cancer. Ea nu știe cât de epuizat mă simt.

Dar ea știa. Oamenii urcau și coborau din autobuzul ei în fiecare zi, iar ea îi putea identifica imediat. Erau de toate formele, vârstele, culorile și mărimile: bărbați, femei, albi, negri, chinezi, intelectuali și simpli muncitori. Totuși, toți erau înconjurați de o energie similară. Ea o vedea și o simțea imediat. Fără viață. Niciun zvâc în pasul lor. Ca și cum în interiorul lor fusese stinsă o lumină. Ea putea să distingă oamenii care străluceau puternic de cei care aveau o lumină difuză. Îi numea Difuzii. Se perindau ca niște zombi, încercând doar să supraviețuiască zilei de azi. Fără scop, fără spirit. Fără energie. De parcă le fusese stoarsă prin truda zilnică a vieții. Ea distingea bărbații care renunțaseră la visurile lor. Știa femeile care ziua munceau și seara aveau grijă de familie. Și auzea tot timpul lamentările. Prea mulți oameni erau excesiv de stresați, obosiți și suprasolicitați. De aceea, ea considera că misiunea ei era să fie un Ambasador al Energiei și să încerce să-i energizeze pe toți cei care se urcau în autobuzul ei. De aceea își numea mașina Autobuzul Energiei. Și dacă era cineva care avea nevoie de un impuls de energie, acela era George.

— Știi că ai urcat în autobuzul meu cu un motiv, George, îi spuse ea ferm. Toți se urcă cu un motiv.

George i-o tăie scurt:

— Nu, am urcat în autobuzul tău pentru că aveam o pană de cauciuc.

— Poți alege să privești așa lucrurile, George, sau poți vedea imaginea de ansamblu. Totul se întâmplă cu un motiv. Nu uita asta. Fiecare persoană pe care o întâlnim. Fiecare eveniment din viața noastră. Fiecare pană de cauciuc se întâmplă cu un motiv. Poți alege să-l ignori sau poți să te întrebi care e motivul și să încerci să înveți ceva din el. Fiecare problemă poartă în mâinile sale un dar pentru tine, așa cum spune amicul meu Richard Bach. Poți alege să vezi un blestem sau un dar. Și această alegere va determina dacă viața ta este o poveste de succes sau o mare telenovelă. Și, deși îmi plac telenovelele, George, nu-mi place să văd oameni ca tine din viața reală trăindu-le. Și George, trebuie să-ți spun că după cum arăți, tu nu faci alegerea corectă. Așa că alege înțelept, George, *alege înțelept*.

Spunând asta, autobuzul opri și George coborî cât putu de repede, simțind mai degrabă că fusese lovit de un autobuz decât că mersese într-unul. „Alege înțelept; telenovelă“ îi rămaseră în cap. Nu contează, se gândi el și le ignoră. Echipa lui îl aștepta și el detesta să întârzie.

Lui Joy nu-i plăcea întotdeauna să le trântescă pasagerilor adevărul în față, dar cu cei încăpățânați ca George știa că nu există altă cale. Cei încăpățânați aveau adesea cel mai mare potențial. Ea știa asta, căci cu mulți ani în urmă fusese exact ca el. La pământ, doborâtă, obosită și negativă. Oamenii se oferiseră să o ajute, dar ea nu acceptase niciodată. Fusese furioasă pe lume și nu crezuse că merita să fie ajutată. Era ironic faptul că oamenii care aveau cel mai mult nevoie de ajutor erau adesea cei mai reticenți să-l primească. Ea avusese o

armură groasă, exact cum avea George acum, așa că adevărul gol-goluț era uneori singurul mod de a trece prin ea. Joy s-a gândit că nu avea să-l mai vadă vreodată pe George, dar a sperat că cel puțin cuvintele ei pătrunzătoare îi vor face bine.