

# MBINU

## ZA KUJENGA UJASIRI

# NA KUJIAMINI

*Jinsi Ya Kuishinda Hofu na Kufanya Mambo Makubwa Maishani*



**JOEL ARTHUR NANAUKA**

# TARATIBU ZA KISHERIA

Kitabu hichi kimeandikwa na **Joel Arthur Nanauka**, kikiwa ni  
kitabu cha 7 katika  
mfululizo wa **Practical Wisdom Series**  
Haki zote zipo chini ya Joel Arthur Nanauka  
Haki zote zimehifadhiwa.

**Huruhusiwi kusambaza, kunakili, kudurufu au kutumia  
sehemu ya kitabu hiki bila idhini ya mwandishi.**

Kufanya hivyo itakuwa ni  
Ukiukwaji wa haki za mwandishi, na ukiukwaji wa taratibu hii  
unaweza kupelekea mashitaka toka kwa waandaaji wa kazi  
hii.

Mpangilio wa ndani umefanywa na **Andrew Rwela**.

2020

# YALIYOMO

**04. Utangulizi**

**06. Jinsi Ya Kujenga Hali Ya Kujiamini.**

**18. Hatua Muhimu Unazotakiwa Kuchukua Ili Kuwa Na Ujasiri Wa Kudumu.**

**28. Jinsi Ya Kupata Matokeo Katikati Ya Hofu.**

**40. Jinsi Ya Kushinda Hofu Inayoua Ujasiri Wako.**

**53. Amua Kuwa Tofauti.**

**65. Hitimisho.**

**69. Kuhusu Muandishi.**

## UTANGULIZI

Moja ya sentensi muhimu niliyowahi kuambiwa kwenye maisha yangu ni ile inayosema, kuna watu ambao sifa na uwezo wao ni mdogo kuliko wewe na wanafanya vitu ambavyo unatamani kuvifanya kwa sababu tu wameamua kujiamini (***there are people less qualified than you, doing the things you want to do, simply because they decide to believe in themselves*** ).

Katika sifa muhimu za kila mtu ambaye amefanikiwa kutimiza malengo aliyonayo kwenye Maisha ni kuwa na ujasiri. Hii inahusisha ujasiri katika kusema wanachoamini, kusimamia mawazo yao, kufanya maamuzi ambayo wakati mwingine watu hawaelewi, ujasiri wa kusimama mbele ya watu na kujielezea ama ujasiri wa kusema hapana.

Kwa vyovyote vile katika Maisha yako bila kujali unafanya nini, utahitaji ujasiri ili uweze kupiga hatua. Usipokuwa makini unaweza kujikuta unashindwa kufanya mambo makubwa sana katika maisha yako kwa kukosa ujasiri.

## UTANGULIZI

Kupitia kitabu hiki utajifunza namna ya kujiongezea ujasiri katika maeneo mbalimbali ya maisha yako, ikiwemo kwenye: mahusiano, biashara, kazini, kutumia kipaji chako ama kufuatilia malengo uliojiwekea.

Nakutakia mafanikio makubwa unapoongeza ujasiri kupitia maarifa yaliyowasaidia wengi.

## SURA YA KWANZA

# Jinsi Ya Kujenga Hali Kujiamini.



# SURA YA KWANZA

## ***Zishinde Hofu Zinazowatesa Watu Wengi***

Dale Carnegie aliwahi kusema kuwa *"If you want to Conquer Fear, Don't Stay Home and Think About It, Go out and Get Busy"* (Ukitaka kuishinda Hofu usikae nyumbani na kuendelea kuitafakari, toka na ufanya kitu).

Kuna hofu kubwa mbili zitakufuata kila siku unapoamka asubuhi:

1) Hofu ya kutokuwa na uhakika wa matokeo yajayo (*The Fear of Uncertainty*).

Hofu hii inawafanya watu washindwe kuchukua hatua kwa sababu hawana uhakika wa matokeo ya watakachokifanya. Wanajiuliza nikiongea naye akikataa?

Je, nikienda wasiponikubali? Vipi nisipopata matokeo ninayotarajia? Kwa sababu ya kutokuwa na uhakika wa matokeo mtu anajaa hofu na anajikuta akiwa katika "Freezing state" na hachukui hatua yoyote ile.

Kumbuka UKIOGOPA KUFANYA kwa sababu hauna UHAKIKA utabakia ulivyo, AMUA kufanya na uwe tayari kukabiliana na MATOKEO yatakayojitokeza.

# SURA YA KWANZA

Mabaya mengi unayohofia kuwa yatatokea huwa mara nyingi hayatokei, USIHITIMISHE kabla HAUJAFANYA.

## 2) Hofu ya Mabadiliko (*Fear of Change*)

Hofu hii inatokana na mtu kutokuwa tayari kubadilisha kile alichokizoea. Watu wengi huwa wanaona hakuna maisha mengine nje ya walichonacho kwa sasa.

Wanaona wikipoteza kazi ya sasa kama watakufa, wikipoteza mtu fulani kama ndio mwisho wa dunia, wakibadilishwa cheo wanahisi kama pumzi itakata n.k, wamejiaminisha kuwa hawawezi kufanikiwa nje ya WALIPO na WANACHOFANYA kwa sasa.

Sio kweli: unaweza kufanikiwa tena hata kwa ZAIDI katika kitu kingine tofauti na unachofanya sasa, usiogope KUBADILISHA.

Leo anza siku yako kwa kujivika UJASIRI na kufanya UAMUZI kuwa HAUTARUHUSU HOFU ikushinde. Kumbuka una uwezo mkubwa ndani yako KUSHINDA Hofu



## SURA YA KWANZA

inayokukabili, USISUBIRI hadi siku iende sana: ISHINDE HOFU MAPEMA LEO kwa KUCHUA HATUA bila KUCHELEWA. Nasubiria habari njema kutoka kwako.

Anza siku yako kwa FURAHA na KUJIAMINI, uishinde Hofu.

### **Sababu Inayowazuia Watu Kutotimiza Maono Yao**

Kwenye kitabu cha *“The Principles and Power of Vision”* (Kanuni na nguvu ya Maono) kilichoandikwa na Dr.Myles Munroe ameeleza sababu kadhaa zinazowafanya watu washindwe kutimiza maono ya maisha yao.

Moja ya sababu aliyoieleza ni ile inayoitwa “Prolonged Indecisiveness (Kuwa katika hali ya kutofanya maamuzi kwa Muda mrefu sana)”.

Kuna watu wengi wamejikuta wakiishi katika maisha ya “stress” na wakati mwingine kukosa fursa kubwa kwenye maisha yao kwa sababu ya kuishi katika hali ya kutofanya maamuzi kwa muda mrefu sana.

## SURA YA KWANZA

Kuna watu ni miaka sasa bado hawajaamua wanataka kuwa nani, kuna wengine wanasitasita kuhusu kazi wanayofanya na wako katika hali hiyo kwa muda mrefu bila kufanya maamuzi. Kuna ambao wako kwenye mahusiano na hawajaamua kama wanaendelea ama wanatoka wapo wapo tu.

Wengi ni kwa sababu wanaogopa gharama inayoambatana na maamuzi. Wanaogopa KUPOTEZA WATU, WANAOGOPA MAUMIVU, na WANAOGOPA KUANZA UPYA.

Kumbuka usipofanya MAAMUZI, utaendelea kuwa hivyo hivyo siku zote. Leo, amua kufanya maamuzi UMALIZE kabisa hiyo changamoto (Deal with it, once for all).

***Ujue Wakati Muhimu Wa Kutengeneza Hatima Ya Maisha Yako.***

Tony Robins aliwahi kusema “Ni wakati wa kufanya maamuzi ndio hatima yako inatengenezwa” (It’s the moment of decision when your destiny is shaped).

## SURA YA KWANZA

Moja ya uwezo ambao unatakiwa kuujenga kwenye maisha yako ni kufanya maamuzi kuhusiana na mambo muhimu bila **HOFU** ya watu ama **MATOKEO** ya maamuzi yako. Kuna mambo kadhaa ya kuyafahamu:

1) Kuna aina ya maamuzi ambayo wewe peke yako ndio utaelewa umuhimu wake kwa wakati huo na kila anayekuzunguka hataelewa na hivyo hatakusapoti. Aina hii ya maamuzi wengine wataelewa na kukubaliana na wewe muda mrefu ukishapita, ukiwa na aina hii ya maamuzi usisubiri kila mtu akuelewe, chukua hatua leo na uwe tayari kusimama peke yako.

2) Kuna maamuzi ambayo unajua ni muhimu kwako kuyafanya ila matokeo yake yatakuwa ni wewe kupitia aina fulani ya maumivu. Pengine yatakuletea maumivu ya kihisia, utapoteza watu, heshima, fedha au utalazimika kuanza upya. Mara nyingi maamuzi haya huwa unajua

## SURA YA KWANZA

**UMUHIMU** wake ila hauyafanyi kwa kukwepa **MAUMIVU**. Kumbuka Kadiri unavyojichelewesha ndivyo maumivu yatakuja kuwa makali, ni bora ufanye maamuzi leo.

3) Kuna maamuzi ambayo yamefichwa katika muda, mafanikio ya maamuzi yako yatategemea uharaka wako wa kuamua leo, ukichelewa kuchukua hatua ukayafanya kesho utapishana na fursa kubwa ambayo wakati mwingine haitajirudia kabisa katika maisha yako.

Sio kila maamuzi ni ya kuyaghairisha, kuna mengine ukighairisha hupati tena fursa hiyo. Mara nyingi haya ni maamuzi ambayo yanatuweka njia panda *“Nifanye, nisifanye”*.

Leo anza siku yako kwa kufanya maamuzi sahihi kuhusiana na jambo linalokukabili.

***Usiwe Na Shaka Yoyote Pale Mungu Anapokuagiza Kufanya Mambo Makubwa.***

Wakati natafakari juu ya kuzaliwa kwa Yesu nikakutana na

## SURA YA KWANZA

habari wakati Malaika anamwambia Mariamu kuwa atapata mimba na kuzaa mtoto ambaye atakuwa mwokozi wa ulimwengu. Swali lake la kwanza likawa *“Litakuwaje jambo hili na mimi simjui mume bado?”* (How shall this be, seeing I know not a man?).

Mara nyingi Mungu anapotuambia juu ya mambo makubwa anayotaka tuyafanye huwa cha kwanza tunakimbilia kutoa visingizio: *“Mimi sijulikani, hakuna atakayekubali n.k”*

**USIOGOPE** kufanya kwa sababu hakuna anayekujua, usiache **KUAMINI** kitu kikubwa unachoweza kufanya kwa sababu unaona hauna watu wanaokufahamu *“Connections”*.

Mungu akishasema utafanya **MAKUBWA**, usijidharau. Mungu **ANAKUJUA** hata kama hakuna anayekutambua, Mungu ana **AJENDA KUBWA** na **MAISHA YAKO** hata kama wewe mwenyewe unajiona hauna vigezo kama Mariamu.

Kumbuka Mungu huwa **HAKUPI AHADI** kulingana na **SAIZI** yako na **UWEZO** wako: huwa anakupa **AHADI** kulingana na

## SURA YA KWANZA

UWEZO WAKE na SAIZI YAKE. Alichosema juu yako kitatimia, AMINI na CHUKUA HATUA. Leo usisahau kuwa Mungu HUWATUMIA wanaodharaulika na wasiohesabiwa ili KUDHIHIRISHA UKUU WAKE.

Mungu alipomtokea Musa akiwa anachunga mifugo ya mkwe wake alimpa agizo la kwenda kuokoa taifa zima lililokuwa utumwani. Musa alionyesha kutokuwa na uwezo wa kufanya hivyo na kuogopa jukumu alilopewa.

Hapo ndipo Mungu alipomuuliza Musa, *“Una Nini Mkononi Mwako?”* Musa akajibu, *“Nina fimbo kavu tu mkononi ninayoitumia kuchungia Mifugo”*. Ndipo Mungu akamuonyesha kuwa kwa kutumia fimbo hiyo hiyo anayoidharau ataokoa taifa zima, na ndivyo ilivyokuwa.

Mungu anapotaka kukutumia kufanya mambo makubwa kwenye maisha, huwa haangalii KILE AMBACHO HAUNA bali HUWA ANAANGALIA KILE AMBACHO UNACHO bila KUJALI NI KIDOGO KIASI GANI.

## SURA YA KWANZA

Fimbo ile ile ambayo Musa alikuwa anaitumia kuchunga mifugo na kuidharau, ndio hiyo hiyo ambayo ilikuwa imebeba UKUU WAKE.

Hata wewe kuna kitu ambacho unacho ila unakidharau, inawezekana ni WAZO, UJUZI, KIPAJI n.k. Kila siku unakidharau na UNASUBIRIA KUPATA KIKUBWA, usichukulie POA chochote ulichonacho.

KABLA HAUJAANZA KUTAFUTA USICHONACHO, ANZA KUJIKAGUA ILI UTUMIE KIDOGO ULICHONACHO.

Je, wewe una Nini MKONONI MWAKO?

WAKATI MWINGINE TATIZO SIO KUTOKUWA NA KITU KINACHOWEZA KUKUTOA BALI NI KUTOKUJUA THAMANI YA KILE ULICHONACHO.

### ***Usiruhusu Hofu longoze Maamuzi Yako***

Sammy Davis aliwahi kusema kuwa kila siku maamuzi yako yanatokana na mambo mawili aidha ni HOFU inakuendesha ama UMEFANYA MAAMUZI YA KUSIMAMIA UNACHOKIAMINI.

## SURA YA KWANZA

Umeshawahi kutamani mabadiliko fulani katika eneo fulani la maisha yako na ukaamini kabisa itatokea? Ukaanza kufanya juhudi na kuchukua hatua? Ukaona kila dalili za kufanikiwa katika hilo eneo? lakini baada ya changamoto fulani ukaanza kupoteza hamasa ya kufanya na leo umeacha kabisa?

Kuna watu wengi sana ambao wanatamani kupata mabadiliko katika maisha yao. Kuna watu wengi sana huwa wanatamani kufanya maamuzi fulani kuhusu maisha yao, kuna watu wengi sana wanatamani kufanyia kazi mawazo yao.

Changamoto kubwa ni KUISHINDA HOFU inayowakabili na KUJITOA KULIPA GHARAMA inayotakiwa.

Inawezekana hata wewe unajua kuwa leo kuna KITU MUHIMU unatakiwa UKIFANYE, kuna UAMUZI ni muhimu UUSIMAMIE, kuna Mabadiliko lazima UYAFANYE kabla mwaka haujaisha.



## SURA YA KWANZA

Usisubiri hadi kila kitu kiwe sawa, usisubiri hadi HOFU YOTE IISHE. Fanya MAAMUZI katikati ya hofu Yako na Chukua HATUA YA HARAKA.

Kumbuka HAKUNA KITAKACHOBADILIKA kama WEWE HAUTAFANYA KITU.

Leo utakutana na mazingira ya kukulazimisha uchagua UPANDE MMOJA. Je, maamuzi yako leo yataongozwa na HOFU ama KUSIMAMIA unachokiamini???

## **SURA YA PILI**

# **Hatua Muhimu Unazotakiwa Kuchukua Ili Kuwa na Ujasiri Wa Kudumu**



## SURA YA PILI

### ***Jipe Ujasiri Na Ufuate Cheo Chako Monduli***

Siku moja rafiki yangu alinipigia simu akaniambia "sitapatikana hewani kwa muda kwa sababu naenda Monduli kusomea ngazi nyingine ya cheo jeshini".

Baada ya kumuuliza maswali kadhaa nikagundua kuwa, ili apate cheo cha ziada ni lazima akajifunze vitu vya ziada na afanye mazoezi ya ziada. Hata kama ni mtii, anamcha mungu ila asipokuwa tayari kwa mafunzo ya ziada atabakia hivyo hivyo.

Hii ilimaanisha kutengwa na familia yake kwa muda mrefu na pia kutoishi maisha aliyoyazoea bali aanze kufuata taratibu na ratiba za mazoezi na mafunzo.

Ili uwe zaidi ya watu wa kawaida inakulazimu kufanya kitu kisicho cha kawaida, na wakati mwingine kufuata ratiba ambazo sio za kawaida na kujitenga kwa muda.

Kupanda nafasi ya juu katika kile unachofanya ili upate faida zaidi, upate mshahara zaidi, upanuke zaidi, ukubalike

## SURA YA PILI

na wengi zaidi inawezekana. Ila swali la msingi ni Je, uko tayari kwenda Monduli?

Monduli yako inaweza kuwa ni kuongeza ujuzi zaidi, kuacha tabia zinazokufelisha, kupunguza matumizi, kuongeza kisomo, kusoma vitabu zaidi, kuepuka baadhi ya marafiki n.k.

Ukiwa mtu wa kusema maneno tu "nina malengo makubwa ila hauko tayari kuwekeza kwa kiwango cha ziada, hautapata matokeo unayoyataka"

Je, uko tayari kwenda monduli? Usiwe kama wale wanaotaka kupanda cheo ila hawataki kwenda monduli.

Unachokitaka Kipo Upande Wa Pili, Vuka Kifuate!

"What you want Exist, don't settle until you get it" (Unachokihitaji kipo, usitulie hadi umekipata). Watu wengi sana wiki hii pia wataianza kwa kuendelea kuishi maisha ya "Kiratiba" huku wakiweka mipango yao mikubwa "mfukoni" na kuendelea kusaliti sauti inayowataka kufanya jambo

## SURA YA PILI

kubwa kwenye maisha yao.

Watu wengi sana huwa ni wepesi wa kukubaliana na chochote kinachotokea kwenye maisha yao, huwa ni wepesi sana wa kukubali kuishi maisha ya wastani hasa baada ya kujaribu kitu na kuona imeshindikana.

Moja ya maumivu makali kwenye maisha ni pale ambapo UNAJUA unachokitaka ila kwa sababu unazozijua wewe umehitimisha Kuwa HAKUNA UWEZEKANO wa kukipata.

Usikubali kuishi maisha ya WASTANI wakati una uwezo mkubwa ndani yako kuishi maisha ya MATOKEO MAKUBWA.

Fikiria kuhusu MAWAZO ambayo umekuwa nayo tangu mwaka unaanza, fikiria kuhusu HATUA ambazo unajua unatakiwa kuzichukua, fikiria juu ya mambo ambayo unajua ukiyafanya yatabadilisha kabisa MAISHA Yako, Kwa Nini haufanyi?

## SURA YA PILI

Amua wiki hii kujitoa kwenye watu ambao wamekata tamaa na wanaishi maisha ya kawaida, chukua HATUA KUBWA ya IMANI (Take a Leap of Faith). Jaribu kufanya kitu ambacho umekuwa unakighairisha kwa muda mrefu ila unajua ni MUHIMU kwa MABADILIKO YAKO.

Mambo mengi UNAYOYAGHAIRISHA ndiyo YAMEBEBA MABADILIKO YAKO UNAYOYATAFUTA.

### ***Kabiliana Na Jitu Lako Leo - Face Your Giant Today!***

Kuna wakati unapitia kipindi kigumu chenye “stress” kubwa sana ambayo ukiichunguza unagundua kuwa inatokana na kutofanya kitu fulani ambacho ukiamua kukifanya utakuwa umejiweka huru kabisa. Mara nyingi watu wanaokuwa kwenye hali hii huwa wanaghairisha kufanya kwa sababu ya hofu ya matokeo baada ya kufanya.

Kuna ambao wanahofu ya kuharibu heshima yao. Wanajua wakisema ukweli itaathiri namna wanavyochukuliwa na badala yake wanaamua kukaa kimya huku kikiendelea

## SURA YA PILI

kuwaumiza. Kumbuka kile ambacho kinakuumiza, kukutesa na kuusumbua moyo wako kitatulia utakapokifanyia kazi.

Kuna wengine ni hofu ya kupoteza alichonacho. Mwingine uoga alionao ni kuwa kama akichukua hiyo hatua ni lazima apoteze KITU au WATU fulani kwenye maisha. Badala ya kupoteza anaona ni bora aendelee kukaa katika stress na kutochukua hatua.

Kama wewe umegundua kuwa kuna “stress” inakukabili kwa sababu unayoiuia ila unaogopa kuchukua HATUA ni sawa na kusema umehalalisha kuishi kwenye stress siku zote za maisha YAKO.

Ufanye nini? “Face The Giant once for all” (Kabiliana na jitu umalizane nalo). Amua tu kujivika ujasiri na kuwa tayari kwa matokeo yatakayayokuja. Jiweke HURU kwa kufanya hata kama italeti MAUMIVU na AIBU, yatakuwa ya Muda mfupi na yataisha.

## SURA YA PILI

Kumbuka kadiri unavyopeleka mbele na unavyoghairisha kila siku ndivyo itakavyozidi kuwa NGUMU kulitatua.

Be strong and face your Giant Today.

### ***Jenga Ujasiri Kuchukua Hatua Hii Leo***

Kwenye MAISHA kuna vitu vya kawaida unaweza kuvipata hata ukiendelea kung'ang'ania vile ulivyonavyo. Kuna HATUA za kawaida unaweza kupiga hata kwa kuendelea na STAILI ya MAISHA uliyonayo sasa.

Hata hivyo kuna hatua inayoitwa "Loose-Gain" ambayo unahitaji ujasiri kuifanya bila kuchelewa, hii ndio hatua ambayo watu wengi huikwepa. Yani ni hatua ambayo lazima upoteze kitu au watu fulani kwenye maisha yako kabla ya kupata unachotaka.

Mara nyingi wengi wakifika hapa wanakuwa wanajua wanachopaswa kufanya ila maumivu na usumbufu wa kubadilika huwa unawakatisha tamaa.



## SURA YA PILI

Kuna wakati inabidi upoteze unachofanya sasa ili upate kikubwa zaidi, upoteze mahusiano ya sasa ili upate furaha ya kweli, uachane na rafiki fulani ili upige hatua, uachane na tabia fulani ili utimize lengo n.k.

Uzuri ni kuwa hata wewe kama uko hatua hii UNAJUA FIKA unachotakiwa KUPOTEZA na kile UNACHOWEZA KUKIPATA ila kuna UOGA wa MAUMIVU au kubadilisha staili ya Maisha unakokukwepa.

Siku zote kumbuka kuna hatua (Level) za Maisha huwezi kupata unachotaka hadi uwe tayari kupoteza kitu fulani ulichonacho hata kama itakusababishia maumivu makali. Ni kama dozi za sindano za hospitali, sio kwa sababu nesi hakupendi ila INALAZIMU ili UPONE. Umeshawahi kupitia katika hatua hii?

### ***Unaishi Au Unasukuma Siku ?***

Benjamin Franklin aliwahi kusema kuwa *“Watu wengi sana wanakufa wakiwa na miaka 25 na wanazikwa wakiwa na miaka 75”.*

## SURA YA PILI

Alisema hili baada ya kuchunguza na kugundua kuwa kuna mamilioni ya watu ambao wanapoteza matumaini ya ndoto yao wakiwa vijana na baada ya hapo wanaamua kuendesha maisha yao kwa mazoea bila kujaribu kufanya mambo makubwa kwenye maisha hadi wanazeeke na kuondoka duniani.

Leo unapoanza siku yako kumbuka kuna tofauti kubwa sana kati ya kuishi na kusukuma siku (*Living Vs Surviving*). Kusukuma siku ni kuamua kuendelea na mfumo wa kawaida wa maisha kama unavyokutaka bila kuwa na malengo makubwa ya maisha yako; ni pale unapojikuta unaamka unaenda ulikozoea kisha unarudi kulala.

ila ukijiuliza “Hivi kuna Kitu gani kikubwa nataka kukifanikisha kwenye maisha?” Unajikuta bado hauna jibu. Mfumo huu ni hatari sana kwa sababu inawezekana kila mtu anakutamani unavyoishi, kwa nje watu wanakuona umefanikiwa kwa sababu ya mali unazomiliki, cheo ulichonacho, umaarufu wako, kazi nzuri, elimu yako

## SURA YA PILI

kubwa, ama gari unaloendesha lakini ndani yako unajua kabisa kuwa haupigi hatua na hauridhiki na maisha yako.

Namna pekee ya kutoka katika hali hii ni kufanya maamuzi thabiti kuhusu maisha yako (*Critical Decision*). Fanya maamuzi muhimu kuhusu mwelekeo wa Maisha. Fanya maamuzi kuhusiana na mahusiano yako, kuhusiana na kazi yako, na kuhusiana na kitu unachokifanya sasa.

Amua kupata muda wa kutafakari na dhamiria kuwa kila utakachokifanya kuanzia leo kitachangia katika MAONO yako na sio kujaza ratiba yako ya siku tu. Kama uko kwenye wakati ambao unaona ndoto YAKO haiwezekani kufanikiwa tena nakushauri tafuta kitabu changu cha ISHI NDOTO YAKO kabla mwaka haujaisha.

Hongera kwa siku mpya ila swali kwako ni “Unaishi au unasukuma siku?”

## SURA YA TATU

# Jinsi Ya Kupata Matokeo Katikati Ya Hofu.



## SURA YA TATU

### ***Mambo Muhimu Ya Kujifunza Kutoka Kwa Rubani Wa Kike Asiye Na Mikono***

Jessica Cox ni mwanamke mmarekani aliyezaliwa mnamo mwaka 1983 bila mikono lakini ndiye mwanamke pekee wa kwanza asiye na mikono aliyepewa leseni ya kurusha ndege, hivyo anaongoza ndege kwa kutumia miguu yake.

Na huu ndio upekee wake mkubwa kwa marubani wote duniani ukiangalia kwa hali ya kawaida hana viungo ambavyo ni mikono inayotumika kuongozea ndege, lakini kwake kutumia miguu ndicho kimekua kitu chake cha pekee sana na kinachomtofautisha na rubani yeyote duniani na ndicho kinaishangaza dunia kutoka kwake.

Katika kitabu chake cha "Disarm your Limits" moja ya msembo wake anasema katika maisha huhitaji kuwa na mikono ili uwainue watu kutoka chini ila unahitaji moyo wa upendo wa dhati kuwatia moyo na kuwaonesha wanaweza kufanya mambo makubwa haijalishi walivyo.

Haikuwa rahisi kwangu kuthubutu kufanya ninachofanya, haikuwa rahisi nikijiona nilivyo

## SURA YA TATU

na maamuzi ya kujifunza urubani. Anasema haijalishi ulivyo na watu wanakuonaje bali unahitaji mambo muhimu kama:

1. Kujiamini mwenyewe hata kama wengine hawakuamini. Haikuwa rahisi watu kuamini kama nitaweza kuongoza ndege bila mikono lakini sasa naongoza. Unahitaji uvumilivu mkubwa, unahitaji kujaribu mara mia, mara elfu mpaka uweze na unahitaji kushindwa mara nyingi ili ushinde.

2. Unahitaji kushinda roho ya uoga na anasema vikwazo vingi vinavyotuzuia ni kwa sababu ya mtazamo wetu huwa tunavitengeneza wenyewe kiuhalisia havipo.

3. Amini wewe ni mshindi hata kama hakuna anayeamini wewe ni mshindi kwa sababu ya mwonekano wako wa nje lakini jiamini na jikubali mwenyewe jinsi ulivyo ushindi uko ndani yako.

4. Kitu ambacho kinaonekana ni udhaifu wako hicho kinaweza kuwa fursa ya kuishangaza dunia na ndicho kinaweza beba tofauti yako na thamani yako.

## SURA YA TATU

Usikate tamaa jinsi ulivyo unaweza, una ukuu ndani yako. Kitu gani kikubwa umejifunza kwa Jessica?

### ***Mjue Konosuke Matsushita Wa Panasonic Na Ujifunze Jambo Kutoka Kwake.***

Mwaka 1917 nchini Japan, kijana mmoja wa miaka 23 kwa jina la Konosuke Matsushita akiwa hana elimu yoyote rasmi ya darasani aliamua kujitolea kama mfanyakazi wa kawaida katika kampuni ya vifaa vya umeme ya Osaka Electric Light Company.

Baada ya muda mchache wa kufanya kazi akaja na ubunifu wa soketi ya umeme bora zaidi na akaitambulisha kwa boshi wake lakini boshi wake akasema wazo hilo halina maana na haliwezi kufanikiwa.

Lakini hakukubali wazo lake liuawe na watu wasioamini. Aliamua kila anapotoka kazini atakuwa anafanyia kazi wazo lake bila kuchoka ili kuliboresha zaidi.

## SURA YA TATU

Baada ya muda alianza kutengeneza bidhaa zake mwenyewe ambazo zilianza kupendwa sana na akaanzisha kampuni yake ya Matsushita Electric kabla ya kubadilisha jina mwaka 2008 na kuiita PANASONIC ambayo hadi sasa ina thamani zaidi ya dola bilioni 66.

Kuna mafunzo zaidi ya matano kwa kila mjasiriamali hapa?  
Wewe umejifunza yapi?

### ***Usiruhusu Ndoto Ifie Ndani Yako.***

Norman Cousins aliwahi kusema, *“Kitu kibaya zaidi kwenye maisha sio kifo, bali kile kinachokufa ndani yetu wakati bado tunaendelea kuishi” (The Tragedy of Life is not death, but what we let die inside of us while we live).*

Kila siku kuna watu wanapoteza ndoto zao, wapo wanaoamua kuachana na malengo yao, wapo wanaoamua kugive up, wapo wanaoamua juhudi zote walizozitumia zisiwe na maana tena na wanaacha kila kitu.



## SURA YA TATU

Kila siku kuna wazo linatupwa ambalo lingemsaidia mtu huyo kufika mbali sana. Kila siku kuna mtu anaamua kuwa sitaendelea tena mbele, naacha.

Kuna watu wengi wanaendelea kuishi ila kitu kikubwa ndani yao ambacho kilikuwa kinawapa mzuka wa maisha kimeshakufa kabisa. Yamebakia maisha ya mazoea, maisha ya kawaida tu ya kuamka na kula kisha kulala “No Excitement of life any more!!!”

Usiruhusu kitu kikubwa kilichopo ndani yako kife, usiruhusu mawazo makubwa uliyowahi kuyaamini yapotee tu, leo amua kuamsha tena ARI yako ya ndani, amua tena kuamsha nguvu ya wazo lako na amua tena kuamsha ndoto yako. Give your life a taste again. Usikubali kuishi maisha yako yote yaliyobaki kwa namna hiyo.

Unafanyaje: tafuta watu wenye excitement na maisha wanaofukuzia ndoto zao tumia muda nao, sikiliza vitu vya kukupa hamasa na fanya kitu hata kama ni kidogo kuhusiana na unachokiamini.

## SURA YA TATU

*Please, Don't let your Dream Die!*

### ***Usikatishwe Tamaa Unapoona Haupati Matokeo.***

Wakati nasoma historia ya Brian Tracy moja ya waandishi mahiri sana wa vitabu na mzungumzaji anayelipwa pesa nyingi kwa sasa kuna mambo yalinishangaza sana.

Kwa mara ya kwanza alipoandaa semina kwa ajili ya kufundisha watu anasema alitumia takribani masaa 300 ili kuandaa notisi zake, akafanya matangazo sana. Alikuwa na matumaini ya kujaza ukumbi.

Cha ajabu ni kuwa siku ya semina walitokea watu 7 tu. Kati ya hao wawili walikuwa ni rafiki yake na mke wake, na mwingine ni mdogo wake aliyekuja na mke wake pia, hawa wote pamoja na wengine wawili zaidi hawakulipa kabisa.

Mmoja tu ndiye alisema atalipa na ilibidi kumfuatilia kwa miezi 2 hadi alipokuja kulipa dola 295. Gharama ya semina aliandaa kwa takribani dola 2000.

## SURA YA TATU

Brian Tracy yule yule ambaye watu hawakuwa tayari kumlipa, leo hii ameandika vitabu zaidi ya 70 vilivyotafsiriwa kwenye lugha zaidi ya 30 na anatafutwa kila kona na kulipwa mamilioni kwa saa moja ya kuzungumza na watu.

Ingekuwaje angesema akate tamaa na aone hawezi tena kwa sababu watu hawajathamini kitu chake? Sio kila wakati watu wasipoitikia katika unachofanya inamaanisha uache. Wakati mwingine inahitaji ufanye kwa hatua ya ziada kabla haujatoboa.

Kumbuka kwenye ndoto kubwa uliyonayo kutakuwa na wakati ambao UNAPANDA na bado HAUJAANZA KUVUNA. Usichoke wala USIISHIE NJIANI, muda wako utafika. Unachotakiwa ni kuendelea KUFANYA kwa MWENDELEZO.

***Amua Kumchonga Daudi Wako Hata Kama Wamesema Hautaweza.***

Augustino na Antonio ni wachongaji maarufu wa kiitaliano ambao walitangulia kupewa kazi ya kuchonga sanamu ya mfalme Daudi kutoka kwenye jiwe lililokuwa limechaguliwa

## SURA YA TATU

(Marble) kati ya miaka 1464-1475. Hata hivyo hawakuweza kukamilisha kwa sababu walisema jiwe lile halifai kwa kuchonga sanamu nzuri.

Baada ya miaka 25 kazi hiyo ilikabidhiwa kwa Michelangelo na alianza kumchonga mfalme Daudi kutoka kwenye jiwe lile lile Mwaka 1501 na akakabidhi kazi yake Mwaka 1504 na leo ni sanamu maarufu sana inayovutia watalii mamilioni kila mwaka.

Siku moja alipoulizwa na papa alifanikiwaje alisema “Nilimuona Daudi ndani ya jiwe tayari, nilichofanya ni kuondoa kila kitu ambacho hakikuwa Daudi ili Daudi abakie na aonekane vizuri”

Kuna watu wengi sana ambao kwa nje wanaonekana si kitu ila kumbe ndani wana kitu kikubwa kimejificha. Mara nyingine hata wewe inawezekana wengine wakikuangalia wanaona jiwe tu ila kumbe ndani kuna “Daudi” kuna uwezo mkubwa umejificha, kuna kipaji kikubwa ndani yako n.k.

## SURA YA TATU

Unachotakiwa kufanya wiki hii ni kuanza kushughulikia kila tabia, udhaifu na visingizio ambavyo vinafanya kitu kikubwa kilichopo ndani yako kisionekane.

Usikubali watu kama “Antonio” na “Augustino” wakufanye ujione hauna thamani katika maisha yako. Tambua kuwa wewe ni mgodi unaotembea, kuna kiongozi mkubwa amejificha ndani yako, kuna bilionea ndani yako, kuna mfanyabishara mkubwa ndani yako na kuna mkurugenzi ndani yako n.k.

Uwe makini na “Maaugustino” na “Maantonio” utakaokutana nao wakikwambia haufai, hauwezi, wewe si kitu n.k. USIWAAMINI!!

Umeshawahi kukutana na wakina “Augustino” na “Antonio” kwenye maisha yako?

### ***Jinsi Ya Kujua Kama Haujiamini.***

Watu wengi sana wameaminishwa kuwa hawawezi kufanya mambo makubwa kwenye maisha yao na wao wenyewe bila

## SURA YA TATU

kujua wamekubaliana na kuamini hivyo. Unahitaji kutoka katika mipaka ya kutokujiamini kuwa unaweza kufanya mambo makubwa, unatakiwa kuvunja kizuizi kinachokufanya ujidharau, unatakiwa kuwa juu zaidi ya mawazo ya watu wasiokuamini.

Utajua kama wewe haujiamini pale ambapo unajua kitu sahihi cha kufanya ila kila siku unaghairisha kwa kuogopa kukataliwa ama kushindwa. Utajua kuwa haujiamini katika maisha yako pale ambapo unajua kuna mahali unatakiwa kutoka ila unaogopa kuchukua hatua na unaendelea kuumia huku unalalamika kila siku.

Utajua kama bado haujiamini pale ambapo kuna mtu unajua kabisa unatakiwa kumwona na atakuwa kiungo cha muhimu kuelekea kutimiza malengo yako ila unaogopa kumtafuta ama umemtafuta mara moja tu na umeshakata tamaa.

Kwenye maisha haupati kilichopo unapata unachokipigania. Usisubiri kila mtu akuamini ndio uanze, usisubiri kila mtu akushangilie ndio ufanye kwa bidii.

## SURA YA TATU

Njia nzuri ya kujenga hali ya kujiamini ni kufanya leo kile ambacho unajua ni sahihi ila umekuwa unaghairisha. Ukifanikiwa kwenye kimoja basi ubongo wako unajenga uwezo wa kufanikiwa katika kila kitakachokuja mbele yako.

Piga simu, mtafute, mwambie, acha kile unachoona unatakiwa kuacha, badilisha kile kinachokupasa kubadili n.k. Chochote unachotakiwa kufanya na unajua ni muhimu kwa mafanikio yako, weka uoga pembeni na fanya leo.

Je, leo uko tayari kufanya na kuweka uoga pembeni?

## SURA YA NNE

# Jinsi Ya Kushinda Hofu Inayoua Ujasiri Wako





## SURA YA NNE

### ***Nguvu Yako Tutaipima Baada Ya Kutokwa Na Machozi***

Moja ya msemu uliowahi kunisaidia sana kwenye maisha yangu ni ule ambao unasema

*“Mtu mwenye nguvu sio yule ambaye hatoi machozi kabisa bali ni yule ambaye analia kwa muda mfupi kisha anajifuta machozi na anaendelea na mapambano” (“A strong person is not the one who doesn't cry. A strong person is the one who cries and sheds tears for a moment, then gets up and fights again”).*

Ukweli usiopingika ni kuwa kuna nyakati kwenye maisha yako utakutana na matukio au watu watafanya vitu vitakavyokuumiza na kukusababishia machozi.

Kumbuka hakuna tatizo katika kusikia maumivu, hakuna tatizo katika kulia kwa muda mfupi. Tatizo huanzia pale unaporuhusu changamoto moja iliyokusababishia maumivu iendelee kukuliza siku zote.

## SURA YA NNE

Unapopitia nyakati kama hizi jitahidi kulia kwa muda mfupi kisha futa machozi na ufungue ukurasa mpya wa maisha yako.

Usisahau; hata kama leo unaona umefika mwisho sio kweli bado unaweza kuinuka na kuanza upya.

Please Get Strong, kusanya nguvu, jifute machozi, endelea mbele.

### ***Ijue Kanuni Muhimu Ya Maisha.***

Kitabu cha “Tuesday with Morrie: An Old Man, A Young Man and Life’s Greatest Lesson” kimeeleza moja ya kanuni muhimu sana ya maisha ambayo kila mtu anatakiwa kuizingatia.

Kitabu hiki kimetoa stori ya kijana mmoja ambaye baada ya kumaliza masomo yake na kufanikiwa sana kimaisha alikuja kukutana na mwalimu wake Professor Morrie ambaye alikuwa ni mzee sana wakati huo na anakaribia kufariki.

## SURA YA NNE

Kijana huyu aliamua kuwa kila Jumanne atakuwa anamtembelea professor Morrie ili kupata hekima za maisha kabla hajafariki.

Katika masomo yote aliyopewa anasema somo kubwa ni lile ambalo alimfundisha jinsi ya kuishi bila majuto (How to Avoid the Life of regrets) ambapo alimwambia sentensi hii “Once you learn how to die, you learn how to live” (Ukiwa karibu na kufa ndipo unapogundua mambo ya msingi ya kufanya ukiwa hai).

Somo kubwa hapa lilikuwa ni umuhimu wa kufurahia kila baraka ambayo Mungu amekupa kila siku ya maisha yako hata kama kuna baraka kubwa bado unaisubiri. Kumbuka hakuna siku utafika utasema kila ninachohitaji ninacho.

MAISHA ni hatua ukipata unachokitamani leo utatamani kikubwa zaidi kesho. Ndio maana hata mabilionea bado wanaamka alfajiri kutafuta pesa zaidi.

## SURA YA NNE

Si unakumbuka kuna vitu ulikuwa unaviota huko nyuma lakini leo unaviona vya kawaida? Kuna kazi ulikuwa unaitamani sana lakini leo unatamani kuacha upate nyingine?

Kuna mtu ulikuwa unatamani sana kuwa naye lakini leo unamuona ni wa kawaida sana? Usipojifunza kuappreciate kila ulichonacho kinapoteza thamani yake.

Jifunze kila siku KUMSHUKURU MUNGU kwa kile ULICHONACHO na KUJIZUIA KUNUNG'UNIKA kwa USICHONACHO. Hesabu baraka zako, kuna kitu Mungu amekubariki (Count Your Blessings one by one).

Leo anza siku yako kwa kumshukuru Mungu kwa vile alivyokupa wakati wa kupambana kupata unavyovitamani:

- Ahsante Mungu kwa kunipa uwezo wa kufundisha wengine
- Ahsante Mungu wazazi wangu wote bado wako hai
- Ahsante Mungu tangu mwaka huu uanze sijaugua

## SURA YA NNE

- Ahsante Mungu kwa kunisaidia nimepata watoto
- Ahsante Mungu na mimi nimefanikiwa kupata elimu
- Ahsante Mungu siku hii ya leo niko hai
- Ahsante Mungu kwa kunikutanisha na watu sahihi n.k.

Je, leo unaanza kumshukuru mungu kwa vitu gani? Hesabu baraka zako usihesabu matatizo yako.

***Huu Ndio Ukweli Ambao Kila Mtu Aliyefanikiwa Amewahi Kuupitia.***

Mara nyingine unachokiamini na kinachoendelea kwenye maisha yako huwa ni vitu viwili tofauti kabisa.

Unaamini katika kuwa mtu mkuu lakini kwa leo hakuna mtu anayekuthamini, unaamini kuwa mfanyabiashara mkubwa lakini leo hauna hata mtaji wa kuanzia, unaamini katika kuwa mtu mwenye ushawishi lakini leo hakuna mtu aliye tayari kukuamini na kukupa fursa hata ndogo tu.

Moja ya nyakati ambayo wengi huipoteza ndoto yao ni pale ambapo wanachokiona ndani yao hakifanani na

## SURA YA NNE

kinachoendelea nje yao. Usisahau hiyo ni kanuni ya kawaida ya maisha: kuanza kuishi ndoto yako ndani kabla haujaiishi nje yako kwanza.

Unajua unatakiwa ufanye nini kwenye mazingira haya? Kitu kikubwa ni kuendelea kuamini kuwa unaweza na kuchukua kila hatua inayowezekana kwa wakati huo.

Usiache kuwa na mipango mikubwa eti kwa sababu mazingira yanaonekana yamegoma, La hashu! Endelea na mipango yako kama vile kila kitu kiko sawa. Thomas Edson alisema, "When a man puts limit on what he WILL DO, he has put a limit on what He CAN DO" (Mtu anapojiwekea mipaka kwa kile atakachofanya, basi ameweka mipaka kwa kile anachoweza kufanya).

Kuwa na mipango mikubwa na kuamini katika kufanya makubwa katikati ya changamoto hakutakugharimu chochote: Keep Dreaming Big!!! ITAKUWA TU.

## SURA YA NNE

Mambo Ya kufanya Unapopatwa Na Hisia Mbaya Utafiti mmoja uliofanyika kuhusu tabia za watu wanaofanikiwa uligundua kuwa moja ya tabia muhimu sana ni “uwezo wako wa kutawala hisia zako”. Katika watu 100 waliofanikiwa ilionekana kuwa 94% kati yao walisema uwezo wako wa kutawala hisia zako ni nguzo muhimu ya mafanikio.

Katika kufukuzia ndoto zako unatakiwa kujua kuwa sio kila wakati unatakiwa kuonyesha hasira, kuzungumza au kupambana. Huwa inategemea.

1) Hisia unapokataliwa: watu wengi sana wameshindwa kuendelea hatua za mbele kwa sababu waliwahi kukataliwa wakati fulani kwenye maisha yao. Unachotakiwa kujua ni kuwa kukataliwa mara moja hakukufanyi kushindwa milele. Jifunze kusahau kukataliwa na usiruhusu kujiona hauna thamani kwa sababu uliwahi kukataliwa.

2) Hisia za hasira: kuna watu waliwahi kuruhusu hisia zao ziwatawale na wakasema kitu ama kufanya kitu kilichowagharimu maisha yao yote. Kumbuka kuwa kuna

## SURA YA NNE

wakati utalazimika kujizuia kufanya ama kusema sio kwa sababu hauna nguvu ila ni kwa sababu sio kitu sahihi kufanya. Usisahau kuwa kuwa kimya nalo ni jibu.

3) Hisia unaposingiziwa: kuna watu wamepitia mateso katika maisha yao kwa kuadhibiwa ama kutuhumiwa vitu ambavyo hawajafanya. Wengi hali hii imewafanya waishi kwa uchungu sana kuona kama hawana thamani.

Kumbuka Yusufu kwenye Biblia alisingiziwa amebaka na akagundua lakini mwisho wa siku alikuja kuwa waziri mkuu bila kufanya kampeni. Usiruhusu magumu uliyoyapitia kwa kusingiziwa, yaue ndoto yako. Amka, songa mbele!

Je, kuna hisia yoyote kati ya hizi umeshawahi kupitia?

### ***Wakati Unaohitaji Kuonyesha Ujasiri Wako.***

Napoleon Bonaparte aliwahi kusema *“Ujasiri sio pale unapokuwa na nguvu za kuendelea, bali pale unapoamua kuendelea hata kama unaona HAUNA nguvu”*.



## SURA YA NNE

Kuna siku kama hizi zitakuwepo kwenye maisha Yako. Kila utakapokuwa unajiangalia utaona hauna kabisa nguvu za kusonga mbele, utakuwa unatamani kuacha kabisa unachofanya, utajiridhisha kuwa hakuna namna unaweza kufanikiwa tena kwa sababu umefanya kila juhudi na hakuna kilichotokea.

Hata wanaokuzunguka watakuwa wanakuonea huruma na hata ukisema unaacha hakuna atakayeshangaa, siku hizi ni zile ambazo kila ukibakia peke yako machozi yatakuwa yanakutiririka na MAUMIVU na HUZUNI.

Nyakati kama hizi ndio unahitaji ujasiri. Wakati kama huu ambapo umejiridhisha kuwa hauna nguvu za kuendelea, hauna nguvu hata kidogo za kuchukua hatua moja mbele, hauna hata nguvu za kuzungumza tena. Huu ndio wakati wako wa kuonyesha ujasiri wako.

Najua ujumbe huu ni wako. Umekuja kwako kwa sababu kama ukiamua kuvumilia kidogo na kufanya kitu leo mabadiliko makubwa yatatokea na utasahau kila

## SURA YA NNE

unachopitia. Don't Quit, Don't Stop, Keep Moving. USIACHE KUFANYA, USIACHIE NJIANI ENDELEA MBELE.

Una uwezo wa kulishinda hili. Kuna nguvu ndani yako ya KUVUKA SALAMA katika hili, UNA UWEZO mkubwa wa KUIBUKA mshindi. Kuna JIBU lako liko KARIBU kabisa na wewe, JILAZIMISHE leo kuwa na UJASIRI UPATE USHINDI. Nasubiria USHUHUDA WAKO. Don't Quit!

Dunia Bado Inawahitaji Akina Roger Banister  
Kabla ya Mwaka 1954 iliaminika kuwa haiwezekani kwa mwanadamu wa kawaida kukimbia maili moja chini ya dakika nne. Watu wengi sana walijaribu na walishindwa.

Roger Bannister aliamua kuweka mkakati ili kuvunja rekodi hii ambayo madaktari na wanasayansi waliamini kuwa itahatarisha afya ya mwanadamu na atakayejaribu anaweza kupata matatizo makubwa ya afya.

Baada ya mazoezi ya muda mrefu Roger alijiandaa na alifanikiwa kuvunja rekodi hii tarehe 6, May 1954.

## SURA YA NNE

Kikwazo cha kwanza alichokutana nacho siku hiyo ni upepo mkubwa ambao ungeweza kupunguza kasi yake. Aliamua kutumia sababu hii kama kisingizio cha kutokimbia siku hiyo.

Hata hivyo alipokutana na kocha wake Franz Stampfl, akamwambia “Ni bora ukimbie leo, la sivyo unaweza usipate nafasi tena ya kuweka rekodi na ukajilaumu maisha yako yote”.

Roger aliamua kumtii kocha wake na akaenda kwenye mashindano na akaweka rekodi mpya kwa kukimbia kwa dakika 3:59.4.

Baada ya rekodi hii kuvunjwa kila mtu aliamini kuwa sasa inawezekana kukimbia kwa muda huo na watu wengi sana wameshavunja rekodi hiyo baada yake wakiwemo Vijana wadogo.

Tafuta kitu ambacho unataka kufanikiwa kwenye maisha yako na weka nguvu zako hapo.

## SURA YA NNE

Usikubali vizuizi (kama ilivyokuwa upepo kwa Roger) vikuzuie. Usikubali kuamini kuwa NDOTO YAKO haiwezekani. Unaweza kuamua kuwa wa kwanza kufanikiwa katika jambo hilo. Kuna watu wengi wanasubiri wewe ufanye ili wao waamini kuwa inawezekana.

Je, wewe unataka kuwa Roger Bannister katika jambo gani?

# SURA YA TANO

## Amua Kuwa Tofauti



## SURA YA TANO

Kuna KITU KITATOKEA LEO na utahitajika KUSEMA HAPANA hata kama unajua halitawafurahisha wengine ila ni muhimu kukataa kwa FAIDA YAKO, USIOGOPE, SEMA HAPANA.

Kuna mtu leo inatakiwa iwe ndio mwisho wa kuwa na MAHUSIANO NAYE, unatakiwa upate ujasiri wa kumwambia, TUISHIE HAPA, ukiendelea kuogopa mambo yatazidi kuwa MABAYA, USIOGOPE, pata ujasiri na MWAMBIE.

Kuna mahali leo inatakiwa iwe ndio MARA YAKO YA MWISHO kuwepo, inawezekana haujui HATUA inayofuata itakuwa na MAFANIKIO kiasi gani ila una UHAKIKA ndani yako ni LAZIMA UTOKE ULIPO. Usiogope, KUWA JASIRI NA CHUKUA HATUA.

Kuna UKWELI inabidi UUSEME, ingawa unajua UTACHUKIWA SANA ila inabidi UPATE UJASIRI na USEME, USIOGOPE.

## SURA YA TANO

Kuna kitu kila siku unapanga KUKIANZA ila unakosa UJASIRI na HOFU IMEKUZIDI. Amua leo KUANZA KUFANYA na USIOGOPE chochote, JILAZIMISHE.

Feel the Fear and Just Do It. Fanya Hata kama unasikia hofu. Hofu itaondoka baada ya kuanza kufanya. Leo ifanye kuwa siku yako ya ujasiri.

Je, uko tayari kufanya nini kuonyesha UJASIRI WAKO LEO?

### **Mambo Matatu (3) Unayoyahitaji Ili Ushinde Vikwazo Vya Mafanikio Yako**

#### **1) Hisia imara (Emotional stability)**

Kila wakati kuna matukio na watu ambao watakuwa wanafanya mambo ya kukuumiza, kukuhuzunisha ama kukuvunja moyo. Ukiwa mtu ambaye kila kinachotokea na kila kinachosemwa kinakuumiza na kukufanya usiendelee, utaishia njiani.

Jifunze kuwa imara katika hisia zako na usiruhusu tukio au mtu mmoja akufanye uache kabisa kufukuzia ndoto zako.

## SURA YA TANO

### 2) Kujitafuta upya (Identity re-engineering)

Kuna mara kadhaa utadhamiria kufanya jambo fulani lakini baadaye matukio ya maisha, fursa kujitafuta upya n.k, kunaweza kukufanya ubadilishe mwelekeo.

Kuna watu wamefanikiwa katika biashara ambazo mwanzo hawakuwa wamezifikiria, kuna watu walidhani watazeeka wakifanya kitu fulani lakini leo wamejikuta wamefanikiwa kwenye kitu kingine.

Kumbuka mipango yako ya leo inategemea unachokiona, usiogope kutumia fursa mpya zinazokuja. Cha muhimu ni kuwa kwa chochote unachofanya usikubali kuyumbishwa, uwe na mwendelezo na jenga uwezo (Focus, Consistence and Competence).

### 3) Kufanya, kufanya, kufanya (Be on the move)

Kuna wakati hautajisikia kufanya, wewe amua kufanya. Kuna wakati kila dalili itaonyesha hausogei hatua, wewe fanya tu. Moja ya maamuzi unayotakiwa kuyafanya katika maisha yako yote ni kuwa utaendelea kufanya kila siku bila



## SURA YA TANO

kujali vizuizi. Usipime siku yako kwa matokeo peke yake, ipime pia kwa mbegu unazopanda ambazo kesho zitatoa matunda. Usikubali siku ipite haujafanya kitu hata kama ni kidogo sana.

Nakutakia mafanikio mema. Je, kuna chochote kati ya haya unataka kuanza kukifanyia kazi haraka?

### ***Usikubali Siku Yako Iharibiwe.***

Kila siku kuna WATU au MATUKIO huwa yanaitwa “Day Ruiners”. Hawa ni watu ambao huwa wanaweza KUSEMA jambo fulani ama KUFANYA kitu fulani na usipokuwa mwangalifu kitaharibu siku yako yote na utajikuta siku inaisha vibaya na hakuna cha maana ulichofanya.

Wakati mwingine ni TUKIO linatokea au HABARI fulani unaipata na ghafla inaanza kukukosesha AMANI na unajikuta siku nzima unaishi kwa HOFU ama HUZUNI.

Moja ya maamuzi unatakiwa kuyafanya unapoanza siku yako leo ni kuwa hautaruhusu MTU, MANENO au TUKIO la

## SURA YA TANO

namna hii likuharibie siku yako. Wakati mwingine mambo haya hutokea mapema kabisa siku inapoanza.

Leo utakutana na “Day Ruiner” wa namna mbalimbali. Kumbuka kuwa kila mtu anakutana nayo, tofauti na maamuzi unayofanya baada ya kukutana nayo. Mambo haya yanakuja ili KUKUTOA NJE YA MSTARI, yanakuja ili KUKUKATISHA tamaa.

Mara nyingi ukiona yanatokea UJUE KUNA KITU KIZURI mbele yako kinataka kutokea, yanakuja ili YAKUHARIBIE fursa iliyoko mbele yako. Leo USIRUHUSU yakuzuie.

Leo ukiona “Day ruiner” amejitokeza mwambie “NIMEKUSHTUKIA, SITAKUBALI UNIHARIBIE SIKU YANGU”.

### ***Jinsi Ya Kuishinda Hofu Ya Kukataliwa.***

Hofu ya kukataliwa (*Fear of Rejection*) imeua ndoto za watu wengi sana.

## SURA YA TANO

Kuna watu wengi sana ambao wangukuwa wameshafanya mambo makubwa kwenye maisha yao ila hofu ya kukataliwa imewazuia kuchukua hatua.

Kuna watu wana MAWAZO mazuri sana, kuna watu wana vipaji vikubwa mno, kuna watu wana uwezo mkubwa sana ila kila wanapofikiria kuchukua hatua wanaanza kuhisi kama watu watanikataa, watu hawatakubali, watu watanicheka n.k.

Moja ya kitu lazima ukifanye ni “Desensitization” ya hisia za hofu ya kukataliwa. Ukikataliwa hautakufa, ukikataliwa hautatoka damu, ukikataliwa haibadili thamani yako. Mwaka huu una fursa kubwa sana ya kufanya mambo Makubwa kama hautaogopa kukataliwa.

Umeshawahi kuhofia kufanya kitu kwa sababu ya kuhofu kukataliwa baadaye ukagundua kuwa kama ungefanya ungefanikiwa? Mwaka huu usikubali kupoteza nafasi za namna hiyo.

## SURA YA TANO

Usipojaribu umekosa fursa kwa 100% angalau ukijaribu unatengeneza uwezekano wa kupata. Amua kujilipua mapema kuanzia January.

Chukua hatua na hata ukikataliwa mara ya kwanza usikate tamaa. Kuna siku watakuelewa tu, JILIPUE, hadi watachoka kukukataa.

### ***Tumaini Lako Liko Wapi ?***

Tumaini lako umeliweka wapi? Moja ya nyakati za kuvunja moyo sana katika maisha ya mtu yeyote ni pale anapoweka matumaini MAKUBWA sana kwa mwanadamu na yakashindwa kutimia.

Katika nyakati hizi ndio mtu huwezi kujifunza kwa vitendo kuwa Mungu pekee ndiye wa kutumainiwa kwa 100%, ingawa Mungu huweza kuwatumia wanadamu hautakiwi kumchagulia mwanadamu wa kumtumia na kuweka imani yako yote kwa mwanadamu huyo.

Wakati mwingine msaada wako utatoka kwa mtu

## SURA YA TANO

usiyemtarajia. Kuna watu wengi sana wamekata tamaa kwa sababu waliyemtumaini awasaidie HAJAWAS Aidia, waliyemtumaini awape MTAJI hajawapatia, waliyemtumaini awaunganishie kazi hadi leo YUKO KIMYA na waliyemtumaini awatetee HAPATIKANI tena n.k.

1) Kuna watu ambao ni kweli wanaweza kuwa na nia ya kukusaidia lakini kuna kitu kinatokea na ule uwezo wa kukusaidia wanaupoteza. Ghafla wanapoteza nafasi, pesa n.k na wanashindwa kufanya. Usiishi kwa kuwalaumu.

2) Kuna watu ambao wakati wanakwambia watakusaidia, moyoni wanajua kabisa hawatafanya hivyo, wanasema ili kukuridhisha. Hata ukiwasumbua hawatafanya kitu.

3) Kuna watu ambao wana UWEZO, wana NAFASI na NIA wanayo ila MUNGU anatengeneza mazingira wasifanye chochote kwa sababu wakikusaidia WATAJISIFIA maisha yao yote na WATATAWALA maamuzi yako na hautaishi kwa raha. Msaada unakosekana kwa faida yako ya baadaye.

## SURA YA TANO

4) Kuna watu ambao wakikusaidia WATAZUIA baraka KUBWA zilizoko mbele yako, ni kama vile wakiweka mkono kwenye maisha yako, kila aliyeandaliwa mwingine HATAKUJA.

5) Kuna wakati watu wanakuwa kimya ikiwa ni njia ya KUKUSAIDIA kujenga MISULI ya kukabiliana na CHANGAMOTO. Usifikiri Mungu amekusahau au HAONI MAUMIVU YAKO ila anataka kukufundisha KUWEKA TUMAINI kwake na kuacha tabia ya kila wakati KUWALILIA wanadamu.

Kwa changamoto yoyote unayopitia leo, mwamini Mungu na anza siku yako kwa kumwambia “Katikati ya hili ninalopitia naweka TUMAINI langu KWAKO na sio kwa MWANADAMU”. Msaada wako UKO NJIANI.

***Aina Za Watu Watakao Kuacha Peke Yako Katika Safari Yako Ya Mafanikio.***

Moja ya wakati ambao hauwezi kuukwepa kwenye maisha yako ni “ISOLATION STAGE” (Wakati wa Kubaki peke yako).

## SURA YA TANO

Unapofukuzia malengo yako kuna wakati utajikuta umebakia peke yako na hakuna mtu wa kusimama na wewe.

1) Kuna watu watakaa mbali na wewe kwa sababu wanaona unaelekea kufeli na wao hawataki kuwa sehemu ya kufeli kwako. Wanakuepuka ili walinde heshima yao. Lakini hawa huwa wa kwanza kurudi unapoanza kutoa matunda.

2) Kuna watu wanaenda mbali na wewe ikiwa ni njia ya Mungu kukusaidia kuwajua watu sahihi na halisi (Genuine People) kwenye safari ya mafanikio yako. Wakati huu hutumika kama mchujo wa kukusaidia kuwajua. Usiwachukie wanaokukimbia nyakati ngumu ila kuwa nao makini wanapokukaribia ukianza kufanikiwa.

3) Kuna ambao hawaamini katika uwezo wako. Wanaona kama unalazimisha vile, kuna wengine watakwambia na kisha kukukimbia ila kuna wengine watachomoka kimyakimya tu. Usiwalazimishe kukuamini, kazana kufanya mambo makubwa.

## SURA YA TANO

Ukiachwa na watu haimaanishi hutafanikiwa, ni hatua muhimu kuelekea mafanikio yako.

Usiogope kamwe kubakia peke yako (Never be afraid to remain alone).

Sina shaka utashinda tu katika changamoto unayopitia. Vipi umeshawahi kupitia wakati huu? (Isolation Stage).



## HITIMISHO

Hongera kwa kufanikiwa kumaliza kitabu hiki nikiamini ni hatua muhimu sana ya kuelekea kuwa mtu mwenye ujasiri wa kiwango cha juu katika mambo mbalimbali unayofanya.

Kama ambavyo umejifunza kupitia maisha ya watu wengine yaliyoelezewa kwenye kitabu, kitu muhimu zaidi ni wewe kuanza kuchukua hatua mara moja leo ili kuanza kujenga na kuongeza ujasiri wako.

Kumbuka kwa mara ya kwanza inaweza kuonekana ni kitu ambacho ni kigumu kidogo na bado utasikia hofu ndani kwa ndani ila usiogope kwani ndio mchakato wa kujenga ujasiri unavyokuwa.

See You At The Top.

# HITIMISHO

## TEMBELEA MITANDANO YA KIJAMII YA JOEL NANAUKA

YouTube: **Joel Nanaka**

*(Utapata VIDEO nyingi za kukufundisha mambo mbalimbali)*

Instagram: **JoelNanauka\_**

*(Utapata mafunzo kila siku yatakayokusaidia)*

Facebook: **Joel Nanauka Page**

*(Utapata mafunzo kila siku na pia shuhuda mbalimbali.)*

Kupata vitabu vingine vilivyoandikwa na **Joel Nanauka** wasiliana na namba zifuatazo:

**0745 252 670**

**0756 094 875**

**0683 052 686**

# HITIMISHO

**VITABU VINGINE VILIVYOANDIKA NA JOEL NANAUKA**

**TIMIZA MALENGO YAKO**

(Mbinu 60 walizotumia watu maarufu kufanikiwa)

**ONGEZA KIPATO CHAKO**

(Maarifa juu ya Fedha, Biashara na Uwekezaji)

**ISHINDE TABIA YA KUGHAIRISHA MAMBO**

**NGUVU YA MWANAMKE**

**ISHI NDOTO YAKO**

(Siku 30 za kuishi maisha unayoyatamani)

**MONEY FORMULA, *Elimu ya Fedha Isiyofundishwa Shuleni***

**UFANISI KAZINI**

**JINSI YA KUIFANIKISHA NDOTO YAKO KATIKATI YA  
CHANGAMOTO**

**TABIA 12 ZINAZOLETA MAFANIKIO**

# HITIMISHO

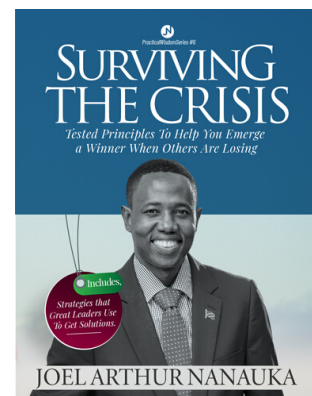
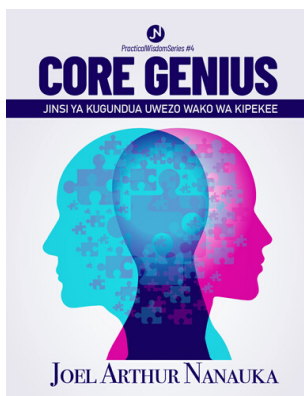
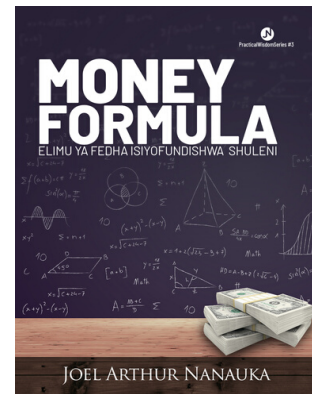
UZALENDU NA UJENZI WA NCHI

MUONGOZO WA MAFANIKIO

CORE GENIUS

HATUA 6 ZA KUJIAJIRI

JINSI YA KUFANIKIWA KATIKA TI YA NYAKATI NGUMU.



## KUHUSU MWANDISHI



### **Joel Arthur Nanauka,**

Ni mhitimu wa chuo kikuu cha Dar es Salaam kwenye shahada ya Biashara na Uongozi (Bcom-Hons) na stashahada ya juu katika Diplomasia ya Uchumi (Economic Diplomasia - 5.0 GPA) ambako alitunukiwa kama mwanafunzi bora katika wahitimu.

## KUHUSU MWANDISHI

Aliwahi pia kuwa mwanafunzi bora wa kitaifa mwaka 2002 baada ya kumaliza masomo yake ya kidato cha nne Kibaha sekondari.

Joel ametajwa na taasisi ya Avance Media yenye makao yake makuu nchini Ghana kuwa ndiye kijana mwenye ushawishi zaidi katika eneo la mafunzo ya kujiendeleza (Personal Development and Academia) kwa mwaka 2019/2020.

Taasisi ya BMCE bank yenye makao yake makuu Casablanca nchini Morocco na Taasisi ya Graca Machel Trust (GMT) iliyoko Africa Kusini inamtambua Joel Nanauka kama mkufunzi mwelekezi (Mentor) katika program zake.

Joel amewahi kuteuliwa na Baraza la Uwezeshaji la Taifa (NEEC) lililoko chini ya ofisi ya Waziri Mkuu kama mjumbe kwenye kamati ya wataalamu wa kutengeneza mwongozo wa mafunzo ya wajasiriamali wa taifa.

Mwaka 2012 alitajwa kuwa kiongozi bora kijana duniani katika kongamano la viongozi vijana lililohusisha nchi

## KUHUSU MWANDISHI

mbalimbali duniani lililofanyika Taiwani, China. Amewahi kufanya kazi na Shirika la Umoja la Mataifa UNESCO na ni mwandishi wa vitabu zaidi ya 15 kwenye lugha ya Kiswahili, kiingereza na kifaransa.

Ni mkufunzi na mshauri katika masuala ya biashara, uongozi na ufanisi kazini kwenye makampuni mbalimbali ndani na nje ya Tanzania.

Joel amemuoa Rachel na wana watoto wawili wa Kike, Joyous na Joyceline.