



Start Living the Life you Love

7 Συνήθειες προς την Επιτυχία By Μαρία Μισυρί

Οι 7 συνήθειες προς την επιτυχία είναι μαζεμένες και βγαλμένες από τη φιλοσοφία της Επιτυχίας του Αμερικανού δημοσιογράφου, ερευνητή και συγγραφέα ενός από τα 10 πιο δημοφιλή παγκοσμίως βιβλία όλων των εποχών που αφορούν την επιτυχία στη ζωή "Think and Grow Rich", Napoleon Hill 1883-1970

Στο σύνολό της η φιλοσοφία του αποτελείται από 17 συνήθειες.

Ο ίδιος αφιέρωσε 20 χρόνια από τη ζωή του παράλληλα με τη δουλειά του για να έρθει σε επαφή με πολύ επιτυχημένους άντρες της εποχής στην Αμερική όπως ο Henry Ford, Thomas Edison, Franklin Roosevelt, Andrew Carnegie, Henry J. Kaiser κ.α

Αυτή του η έρευνα τον έφερε σε θέση να αναπτύξει τους "Νόμους και τη φιλοσοφία της Επιτυχίας" και να μπορέσει να τους διαδώσει στα 2/3 του πληθυσμού του τότε πλανήτη. Ο ίδιος ο Mahatma Gandhi παρήγγειλε να τυπωθεί βιβλίο με τους νόμους του Hill και να κυκλοφορήσει σε ολόκληρη την Ινδία.

Αυτές τις 12 συνήθειες νόμους θα σας παραθέσω σε αυτό εδώ το e-book που κρατάτε στα χέρια σας ή στην οθόνη του υπολογιστή σας με την πρόθεση να σας αποκαλύψω τα μυστικά που εκείνος πρώτος αποκάλυψε αλλά και έθεσε σε εφαρμογή γνωρίζοντας τελικά την παγκόσμια επιτυχία.

Είναι συνήθειες που ο καθένας μπορεί να βάλει σε εφαρμογή και αυτό έχει δείξει και η ιστορία όχι μόνο των ανθρώπων που μελέτησε ο Hill αλλά και των ανθρώπων που πραγματικά υιοθέτησαν τις συμβουλές του ακολουθώντας τη φιλοσοφία του και βρέθηκαν μπροστά από τα αποτελέσματα που εκείνος τότε υποσχόταν, δηλαδή την απόλυτη επιτυχία έτσι όπως θα μπορούσε να την ορίζει ο καθένας για τον εαυτό του.

7 Συνήθειες λοιπόν θα βρείτε μέσα σε αυτό το e-book και επιγραμματικά το πως μπαίνουν σε εφαρμογή.



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

1. Να έχεις συγκεκριμένο σκοπό

Έτσι όπως και στη φύση, η οποία φαίνεται να έχει πολύ συγκεκριμένο σκοπό για όλα με τους νόμους της να κρατούν τα πάντα σε ισορροπία και σε απόλυτη οργάνωση έτσι και στη ζωή ο άνθρωπος για να μπορεί να πετύχει αυτό που θέλει ως αποτέλεσμα στη ζωή του θα πρέπει αρχικά να συγκεκριμενοποιήσει το σκοπό του.

Όταν ο σκοπός είναι συγκεκριμένος μπορούμε να μπούμε σε μια κατάσταση διερεύνησης του πως μπορούμε να φτάσουμε ως εκεί και ταυτόχρονα να κάνουμε τις απαραίτητες ενέργειες έτσι ώστε να πηγαίνουμε κάθε φορά ένα βήμα πιο μπροστά.

Όταν δεν υπάρχει συγκεκριμένος σκοπός συνήθως βρισκόμαστε μπροστά σε καταστάσεις όπου δεν ξέρουμε τι θέλουμε, δε ξέρουμε τι να αποφασίσουμε διότι δε μπορούμε να σκεφτούμε η κάθε μας απόφαση που θα μας πάει. Σημαντική λοιπόν είναι η συνήθεια να αναρωτιόμαστε αρκετά συχνά αν είμαστε σε σύνδεση με το σκοπό μας και να ξεκαθαρίζουμε το τοπίο ως προς το τι θέλουμε κάθε φορά.

Ένας ακόμα σημαντικός παράγοντας για να το κάνουμε αυτό είναι να γνωρίζουμε τις αξίες μας και το ποιοί πραγματικά είμαστε που προκύπτει από τις ερωτήσεις που κάνουμε στον εαυτό μας, την αμφισβήτηση της αλήθειας έτσι όπως νομίζουμε πως την ξέρουμε και γενικά την ανάπτυξη της αυτογνωσίας μας.



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

2. Να είσαι ακριβής στη σκέψη σου

Το να έχεις τη συνήθεια να είσαι ακριβής στη σκέψη σου και γενικά να ορίζεις το μυαλό σου δε σε βοηθάει μόνο στο να πετύχεις αλλά και να καταφέρεις να διατηρείς μια εσωτερική γαλήνη έχοντας τη δυνατότητα να δεις τα πράγματα από διαφορετικές οπτικές γωνίες, να καταλαβαίνεις τις καταστάσεις και τις αντιδράσεις των ανθρώπων καλύτερα έτσι ώστε να μπορείς να είσαι αντικειμενικός, να μην παίρνεις πράγματα προσωπικά, να διατηρείς την ψυχραιμία σου και να μπορείς να ορίσεις τη διάθεσή σου και την ηρεμία σου.

Δεν επηρεάζεσαι από γνώμες και συμβουλές καθώς δε βασίζονται στην αλήθεια και ψάχνεις τρόπους να φτάσεις στην αλήθεια βασιζόμενος σε πραγματικά στοιχεία. Δεν αφήνεις τη σκέψη σου να πλανάται σε σενάρια που δε σε ωφελούν και δε βασίζονται και πάλι στην αλήθεια μπαίνοντας στη διαδικασία να καταστροφολογείς, να σκέφτεσαι το χειρότερο σενάριο, να γενικεύεις και τελικά να μην πράττεις.

Αναρωτιέσαι συχνά και δε δέχεσαι αμέσως αυτά που οι άλλοι μπορεί να σου λένε ή ακόμα και αυτά που σου λέει το ίδιο σου το μυαλό επηρεασμένο από καταστάσεις και υποτιθέμενες αλήθειες που σε έχουν μάθει σε μικρότερη ηλικία. Ο πιο απλός τρόπος να μπορέσεις να ξεχωρήσεις τις απόψεις από τα πραγματικά στοιχεία είναι να ρωτήσεις "Πως το ξέρεις;" Στους άλλους και τον εαυτό σου.

Παράδειγμα όταν σκέφτεσαι "Δε θα τα καταφέρω." Ρωτάς τον εαυτό σου : "Πώς το ξέρεις;" Αν η απάντηση έχει να κάνει με βιώματα του παρελθόντος να ξέρεις ότι αυτά δεν είναι στοιχεία αλλά μια κατάσταση η οποία είχε μια συγκεκριμένη έκβαση και δε μπορείς να είσαι σίγουρος ότι θα ξανα συμβεί. Επομένως αυτή η σκέψη δεν είναι ακριβής.



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

3. Να έχεις πίστη και να το εννοείς

Το να έχεις πίστη γενικά σε εσένα, σε αυτό που κάνεις, σε αυτό που έχεις θέσει ως σκοπό και στο ότι θα έχεις τα αποτελέσματα που θες ακόμα κι αν ακόμα δε φαίνεται τα πράγματα να πηγαίνουν κάπου αλλά ταυτόχρονα πράττεις, αποφασίζεις και προχωράς είναι από τις πιο σημαντικές συνήθειες που προωθούν την επιτυχία.

Το ότι δε ξέρεις πως θα φτάσεις ακόμα κάπου, δε σημαίνει ότι δεν έχεις την ικανότητα να το πετύχεις. Πολλές φορές δε χρειάζεται να γνωρίζουμε από την αρχή το πως θα φτάσουμε στον προορισμό αλλά το να ξέρουμε που πάμε και επίσης να πιστεύουμε πραγματικά ότι έχουμε την ικανότητα και ότι θα αποκτήσουμε τις δεξιότητες εκείνες που θα χρειαστεί να χρησιμοποιήσουμε για να φτάσουμε εκεί.

Ο τρόπος πολλές φορές αποκαλύπτεται στην πορεία και μοιάζει κιόλας σαν να βρισκόμαστε μπροστά από συμπτώσεις που μας κάνουν τυχερούς. Στην πραγματικότητα οι προηγούμενες αποφάσεις μας μας έχουν φέρει μπροστά στην υποτιθέμενη σύμπτωση.

Η πίστη λοιπόν ότι όλα θα γίνουν έτσι όπως πρέπει όταν έχω ξεκάθαρο σκοπό και κάνω βήματα προς αυτόν είναι μια συνήθεια ανεκτίμητη και που και αυτή προσφέρει την ηρεμία που χρειάζεσαι όταν οι καταστάσεις μπορεί να φαντάζουν δύσκολες. Η πραγματική πίστη δε σε αφήνει να λυγίσεις, να αποκαρδιωθείς, να αμφισβητήσεις τον εαυτό σου και τελικά να τα παρατήσεις.



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

4. Να γνωρίζεις τις αιτίες της αποτυχίας

Οι 14 κύριες αιτίες της αποτυχίας έτσι όπως διατυπώθηκαν από τον ίδιο τον Ναπολέον Χιλλ σε εκπομπές που έγιναν προς εκπαίδευση πολιτών σε τοπικό ραδιόφωνο είναι οι εξής:

1. Όταν περνάει η ζωή σου χωρίς να εξετάζεις τι σε κάνει πραγματικά χαρούμενο.
2. Όταν ενδιαφέρεσαι για τα προσωπικά ζητήματα των άλλων.
3. Το να μην έχεις συγκεκριμένο σκοπό ως στόχο ζωής.
4. Η Ελλιπής εκπαίδευση και μόρφωση.
5. Η παραμέληση ή η αγνόηση χρήσης της αυτοπειθαρχίας.
6. Η απουσία φιλοδοξίας να ξεπεράσεις το μέτριο.
7. Όταν υπάρχει κάποια ασθένεια που σε ακινητοποιεί και που προέρχεται από κακές σκέψεις, κακή διατροφή, έλλειψη άσκησης.
8. Οι κακές επιρροές και καταστάσεις κατά τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας.
9. Η έλλειψη επιμονής να τελειώσεις κάτι που ξεκίνησες.
10. Η αρνητική στάση απέναντι στα πράγματα και τις ευκαιρίες.
11. Όταν δεν ελέγχεις τα συναισθήματά σου.
12. Η επιθυμία να αποκτήσεις πράγματα χωρίς να κάνεις τίποτα.
13. Η αναβλητικότητα.
14. Να παραδοθείς σε έναν ή παραπάνω από τους βασικούς φόβους που κυριεύουν συνήθως τον άνθρωπο. (Μάθε περισσότερα για τους φόβους στο www.mariamisyri.com/Blog)



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

5. Να χρησιμοποιείς την αυτοπειθαρχία σου

Η αυτοπειθαρχία είναι κάτι που θεωρούν πολλοί ως ένα γνώρισμα ή χαρακτηριστικό της προσωπικότητας το οποίο κάποιος έχει ή δεν έχει. Είναι αρκετές οι φορές δε που λόγω κάποιων εμπειριών όπου κάποια προσπάθειά μας δεν είχε αποτέλεσμα κυρίως λόγω μη χρήσης της αυτοπειθαρχίας έχουμε βγάλει το συμπέρασμα ότι δεν είμαστε αρκετά δυνατοί χαρακτήρες και ότι είναι μάταιο να προσπαθούμε για πράγματα που χρειάζονται αυτοπειθαρχία.

Παρόλα αυτά, η αυτοπειθαρχία είναι στην ουσία ένα εργαλείο το οποίο έχει στη διάθεση του ο κάθε ένας από εμάς και που ανάλογα με το πόσο πολύ θέλει να κάνει κάτι τη χρησιμοποιεί ή δεν τη χρησιμοποιεί. Στις περιπτώσεις που νιώθει ότι δεν μπορεί να τη χρησιμοποιήσει καλό θα ήταν να ψάξει τους λόγους για τους οποίους θέλει αυτά που θέλει, αν είναι μέρος του σκοπού της ζωής του, αν είναι σε σύνδεση με τις αξίες του ή αν ακόμα τα θέλω αυτά είναι δικά του ή τα θέλει επειδή κάποιοι άλλοι τα θέλουν για αυτόν.

Η αυτοπειθαρχία στην ουσία είναι το πόσο θυμάμαι αυτά που θέλω και ένδειξη του ότι αυτά που θέλω είναι πραγματικές μου επιθυμίες και όχι επιβολές της κοινωνίας ή του περιβάλλοντός μου- τα πρέπει δηλαδή που δεν μου ταιριάζουν αλλά θεωρώ ότι πρέπει να ακολουθώ για να ανήκω. Όταν θέλω κάτι πολύ και θυμάμαι καθημερινά το αποτέλεσμα που θέλω να έχω με απόλυτη ακρίβεια τότε χρησιμοποιώ την αυτοπειθαρχία μου που παρεπιπτόντως ή χρησιμοποιείται ή όχι. Δεν υπάρχει έχω λίγο ή πολύ αυτοπειθαρχία. Είναι έχω ή δεν έχω αυτοπειθαρχία.



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

6. Να συντηρείς μια ευχάριστη προσωπικότητα

Και πάλι υπάρχουν χαρακτηριστικά που μπορεί κάποιος να υιοθετήσει και να αποφασίσει ότι είναι μέρος του εαυτού του και που συντελούν στο να συντηρεί κάποιος μια ευχάριστη παρουσία και προσωπικότητα. Παραθέτω τα εξής 21:

1. Η θετική αντιμετώπιση των πραγμάτων.
2. Η ευελιξία. Να μπορείς να προσαρμόζεσαι χωρίς να χάνεις τον έλεγχο.
3. Ο ευχάριστος τόνος φωνής.
4. Η ανοχή και το ανοιχτό μυαλό.
5. Μια καλή αίσθηση του χιούμορ.
6. Η ειλικρίνεια στο λόγο και τις πράξεις.
7. Μια ευχάριστη έκφραση προσώπου.
8. Μια δίκαιη αντιμετώπιση προς όλους τους ανθρώπους.
9. Η ειλικρίνεια στο σκοπό της κάθε ανθρώπινης σχέσης.
10. Η γνώση πάνω σε διάφορα θέματα πέρα αυτών που ενδιαφέρουν κάποιον άμεσα.
11. Η λεπτότητα στους τρόπους και το λόγο.
12. Η σύντομη λήψη αποφάσεων.
13. Η σωστή χρήση λέξεων και εκφράσεων.
14. Ο συγκρατημένος ενθουσιασμός
15. Όταν ξέρεις να χάνεις.
16. Η απλή ευγένεια.
17. Μια προσεγμένη εμφάνιση.
18. Όταν κανεις το κάτι παραπάνω από αυτό που θα περίμενε κανείς.
19. Η εγκράτεια.
20. Η υπομονή και η κατανόηση
21. Η θέρμη και ο μαγνητισμός που κάποιος μπορεί να εκπέμπει.



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

7. Να γνωρίζεις τη Δύναμη της Κοσμικής Συνήθειας (Cosmic Habit Force)

Η δύναμη της κοσμικής συνήθειας είναι ο νόμος του σύμπαντος όπου όλοι οι υπόλοιποι φυσικοί νόμοι αναμειγνύονται και γίνονται ένα. Μέσα σε όλο αυτό συμπεριλαμβάνονται & 3 πολύ σημαντικοί παράγοντες.

Ο πρώτος είναι το ότι η φύση έχει δώσει σε όλους τους ανθρώπους τη δύναμη να ελέγχουν το μυαλό τους. Ο δεύτερος είναι το ότι επίσης η φύση έχει φροντίσει να μας δώσει τα μέσα με τα οποία μπορούμε ως άνθρωποι να οδηγήσουμε το μυαλό μας και έπειτα την πραγματικότητά μας εκεί που εμείς θέλουμε και αυτή είναι η δύναμη της κοσμικής συνήθειας. Και ο τρίτος παράγοντας είναι το ότι για να λειτουργήσει αυτή η δύναμη θα πρέπει να υπάρχει ένα σχέδιο δράσης, μια στρατηγική.

Αυτός ο νόμος εξηγεί το πόσο σημαντική είναι η συνήθεια στη ζωή μας και πως αυτή η συνήθεια μπορεί σε συνδυασμό με τις υπόλοιπες συνήθειες να μας φέρνει πάντα με ακρίβεια τα αποτελέσματα τα οποία εμείς θέλουμε. Όπως και στη φύση όπως προείπαμε υπάρχει ένα πλάνο και τα πράγματα κυλούν με συγκεκριμένο τρόπο και για συγκεκριμένο σκοπό και πάντα έχουν το ίδιο αποτέλεσμα έτσι ώστε να κρατούνται οι ισορροπίες, έτσι και στη ζωή οι συνήθειες είναι οι νόμοι που βάζουν τα πάντα σε μια ισορροπία και ως σκοπό έχουν ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα το οποίο φυσικά πρέπει να είναι ορισμένο και ξεκάθαρο.



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

7. Να γνωρίζεις τη Δύναμη της Κοσμικής Συνήθειας (Cosmic Habit Force)

Οι συνήθειές μας είναι αυτές που μετά από λίγο μας ορίζουν και είναι αυτές που μπορούν να κρατούν στη ζωή μας την εσωτερική γαλήνη ή οι ίδιες πάλι που μπορεί να συντηρούν την αταξία, τα σκαμπανεβάσματα και την ταραχή.

Το κλειδί λοιπόν στην όλη υπόθεση εδώ είναι ότι οι συνήθειές μας θα πρέπει να ακολουθούν ένα σχέδιο δράσης και ένα σκοπό και να μην είναι τυχαίες συνήθειες που έχουν έρθει στη ζωή μας και έχουν εγκατασταθεί χωρίς να έχουμε κάνει χρήση του πλεονεκτήματός μας να μπορούμε να ελέγχουμε το μυαλό μας και να εξετάζουμε τι μας ωφελεί και γιατί αλλά και τι όχι και θα πρέπει να φύγει από τη ζωή μας. Όλα λοιπόν με σκοπό και σημασία.



Start Living the Life you Love

www.mariamisyri.com

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Αυτές λοιπόν είναι οι 7 συνήθειες σύμφωνα με τη φιλοσοφία της επιτυχίας που όταν θα τις βάλουμε στη ζωή μας θα αλλάξουμε τα θεμέλια πάνω στα οποία λειτουργούμε και αυτομάτως και σχεδόν από μόνα τους θα αλλάξουν και άλλες συνθήκες που φυσικά θα φέρουν άλλα αποτελέσματα από αυτά που έχουμε τώρα μπροστά μας.

Γιατί τα αποτελέσματα που λαμβάνουμε στη ζωή μας ξανά και ξανά είναι και αυτά αποτέλεσμα συνηθειών που όμως δεν έχουμε επιλέξει ή δε γνωρίζουμε συνειδητά τους λόγους για τους οποίους τις έχουμε υιοθετήσει έχουν παγιωθεί όπως κάνουν όλες οι συνήθειες μετά από κάποιο καιρό και λειτουργούν μέσα στην πραγματικότητά μας σαν ένας καλοδουλεμένος μηχανισμός που παράγει τις ίδιες καταστάσεις, τα ίδια συναισθήματα, τα ίδια προβλήματα, τα ίδια εμπόδια, τις ίδιες σκέψεις και τελικά την ίδια πραγματικότητα.

Οπότε αν θέλουμε να αλλάξουμε την πραγματικότητά μας πρέπει να αλλάξουμε συνειδητά τις συνήθειές μας και γιατί όχι να υιοθετήσουμε πρώτα αυτές εδώ τις 7 που είναι δοκιμασμένες και έχουν δουλέψει για συγκεκριμένο σκοπό. Όμως για να συνεχίσουμε να φέρνουμε τα αποτελέσματα που θέλουμε στη ζωή μας και να μπορούμε να αλλάζουμε τα πράγματα όταν εμείς το κρίνουμε σκόπιμο και απαραίτητο και να μην είμαστε έρμαια των συνηθειών μας θα πρέπει να βρούμε το σκοπό μας ξεκάθαρα και το αποτέλεσμα που θέλουμε να έχουμε στη ζωή μας. Έπειτα θα πρέπει με πρόθεση να βρούμε τις συνήθειες εκείνες που θα πρέπει να υιοθετούμε κάθε φορά για να φτιάχνουμε τον μηχανισμό εκείνο που θα μας φέρνει την ισορροπία, την ηρεμία, την εσωτερική γαλήνη και την αυτοεκπλήρωση που αποτελούν και την ουσία μιας καλά "ξοδεμένης" ζωής.