

----- Μανώλης Ισχάκης -----
Σύστημα Επιτυχίας

7ο Μάθημα
Οδηγός Δράσης

Έβδομο Μάθημα
Οδηγός Δραστηριότητας

| | |
|---------------------|------|
| Επισκόπηση | 3 |
| Περίληψη | 3-5 |
| Ώρα για δράση | 6-15 |
| Σημειώσεις | 16 |

Μάθημα Έβδομο - Επισκόπηση

Σε αυτό το μάθημα θα μάθουμε τη δύναμη της αντίληψης. Θα ανακαλύψουμε πως μπορούμε να διευρύνουμε την αντίληψη μας σχετικά με εμάς, τη ζωή, τους ανθρώπους, τις καταστάσεις προκειμένου να πετύχουμε τους στόχους που θέλουμε και αξίζουμε!

Αυτό που χρειάζεται να κάνεις είναι να μελετήσεις το σεμινάριο και να το εφαρμόσεις στο μέγιστο δυνατό και να επιστρέψεις κάποια στιγμή και να το παρακολουθήσεις ξανά έτσι ώστε να εμβαθύνεις πιο πολύ.

Περίληψη

Σκοπός

Εάν θέλεις να αποκτήσει νόημα η ζωή σου χρειάζεται να γνωρίζεις τον σκοπό σου. Πολλές φορές οι άνθρωποι σπαταλούν πολλά χρόνια για να μάθουν το σκοπό τη ζωή τους. Αντί αυτού θα σου πρότεινα το εξής :

Εάν γνωρίζεις τον σκοπό της ζωή σου τότε μπορείς απλά να τον ορίσεις... ☺

Τόσα απλά... Όρισε τι θέλεις... Εάν πάλι δεν ξέρεις τι να ορίσεις, άρχισε να πειραματίζεσαι. Άρχισε να αποκτάς διάφορες εμπειρίες και τόσο σύντομα, όσο εσύ θέλεις, θα βρεθείς να ξέρεις τον σκοπό της ζωής σου.

Απλά ξεκίνα τώρα...

Θετικός

Τα δυο άκρα οδηγούν στο ίδιο αποτέλεσμα. Αυτό σημαίνει ότι δεν πρέπει να είσαι ούτε αρνητικός ούτε θετικός. Χρειάζεται να είσαι προσανατολισμένος προς το σημείο που θέλεις να πας.

Μέσα από αυτή την νοοτροπία θα ανακαλύψεις το ποιος πραγματικά είσαι και θα επιτρέψεις στον εαυτό σου να ζήσει θαύματα!

Δυναμικός

Συνήθως οι πιο δυναμικοί άνθρωποι είναι αυτοί που θέλουν να πιστεύουν ότι δεν είναι δυναμικοί ή που προσπαθούν να πείσουν τους άλλους για την αδυναμία τους.

Έχεις φανταστεί πόσο δύναμη να θέλει να αναγνωρίσεις την αδυναμία σου και πόσο περισσότερη δύναμη χρειάζεσαι για να ζήσεις μέσα από αυτήν την κατάσταση;

Ήρθε η στιγμή να πεις την αλήθεια στον εαυτό σου και να βγεις έξω να πάρεις αυτό που θέλεις. Είσαι δυνατός! Είσαι υπέροχος! Είσαι μοναδικός! Για αυτό έχεις φτάσεις ως εδώ και έχεις δεσμευτεί να κάνεις το καλύτερο που μπορείς και εξελίσσεις τον εαυτό σου.

Διαδικασία

Αν το σκεφτείς η διαδικασία πολλές φορές είναι πιο όμορφη και από το ίδιο το αποτέλεσμα. Για σκέψου το;

Ότι και να θέλεις στη ζωή σου, ψάξε να βρεις εκείνη την μοναδική διαδικασία που θα απολαμβάνεις και θα σου φέρει το αποτέλεσμα που θέλεις και αξίζεις!

Ποια είναι τα χαρακτηριστικά μιας πετυχημένης διαδικασίας;

1. Έξυπνη
2. Επιτεύξιμη
3. Μετρήσιμη
4. Εξαρτάται από εμένα
5. Με ενθουσιάζει
6. Ηθική
7. Θετική
8. Χρονικά οριοθετημένη
9. Καταγεγραμμένη
10. Την απολαμβάνω και ζω σαν να την έχω πετύχει ήδη
11. Νόμιμη

Πρόδος

Ότι και να κάνεις στη ζωή σου χρειάζεται να δημιουργήσεις ένα σύστημα για να το μετράς. Πρέπει να ξέρεις τι αποτελέσματα παράγει η κάθε σου σκέψη και πράξη. Μόνο έτσι θα μπορέσεις να πετύχεις ότι θέλεις. Αλλιώς, ή θα εξαντληθείς ή θα απογοητευτείς.

«Όποιος δεν έχει πόδια έχει μυαλό» ☺ Πρέπει να έχεις και τα δυο και να τους επιτρέψεις να συνεργάζονται.

Άνθρωποι

Οι άνθρωποι είναι το πιο πολύτιμο κεφάλαιο στη ζωή σου. Εάν δεν επενδύσεις σε αυτούς τότε δεν θα μπορείς να πολλαπλασιάσεις τη δυναμική σου.

Χρειάζεται να μάθεις να δημιουργείς εξαιρετικές σχέσεις...

Γίνε ο καλύτερος σε αυτό. Οι άνθρωποι κλειδιά είναι πιο πολύτιμο κεφάλαιο από τα χρήματα σε ότι και εάν θέλεις να κάνεις.

Δημιουργικότητα-Διεύρυνση Αντίληψης

Είναι απαραίτητο να διευρύνεις τους ορίζοντες σου. Παρακάτω θα βρεις μια όμορφη άσκηση!

Βήματα:

- Κοίταξε στο χώρο που βρίσκεσαι και σημείωσε τα πρώτα πέντε αντικείμενα σε ένα χαρτί.
- Διάβασε το πρώτο αντικείμενο και γράψε τις #3 πρώτες λέξεις ή ιδέες ή ό,τι άλλο σου έρχεται στο μυαλό.
- Επανάλαβε το προηγούμενο βήμα για όλες τις αρχικές λέξεις.
- Δημιούργησε μια ιστορία χρησιμοποιώντας όλες τις λέξεις.

Εάν θέλεις να το κάνεις πιο δύσκολο καθώς προχωράς μπορείς να βάλεις χρονόμετρο. Επίσης, μπορείς να το κάνεις και σαν παιχνίδι μεταξύ φίλων. Θα σας φέρεις πιο κοντά και θα μάθετε πολλά ο ένας για τον άλλον.

Ώρα για δράση :)

Θα σου δώσω μερικές προτάσεις και εσύ θα τις συμπληρώσεις με τον δικό σου τρόπο. Δεν υπάρχει σωστό και λάθος. Το μόνο που υπάρχει είναι η μοναδικότητα σου και αυτή είναι που θέλουμε να εκφράσουμε γιατί αυτή είναι που περιμένει ο κόσμος να του δείξεις. Συνέχισε τις προτάσεις... Άσε το στυλό ή το μολύβι σου να γράφει :

1. Ο σκοπός της ζωής μου είναι...

2. Ό,τι και εάν συμβαίνει στη ζωή μου ο σκοπός μου είναι πιο σημαντικός γιατί...

3. Οι #3 ερωτήσεις που θα επαναλαμβάνω στον εαυτό μου προκειμένου να προσανατολίζομαι προς τη λύση είναι...

4. Γνωρίζω ότι είμαι θετικός άνθρωπος γιατί...

5. Τα #100 κατορθώματα που έχω πετύχει στη ζωή μου και είμαι περήφανος για αυτά είναι... (Κατόρθωμα θεωρείται ό,τι θα μου προκαλούσε χαρά εάν έβλεπα σε άλλον άνθρωπο)

6. Πιστεύω ότι είμαι δυναμικός γιατί...

7. Είμαι σίγουρος για τον εαυτό μου γιατί....

8. Το σύστημα που χρησιμοποιώ για να μετρώ την πρόοδό μου είναι...

9. Η ποιότητα της ζωής μου στους #3 πιο σημαντικούς τομείς της ζωής μου είναι... (Εγώ και ο εαυτό μου, η σχέση μου, τα οικονομικά μου)

10. Ο κοινωνικός μου κύκλος είναι...

11. Οι #3 δράσεις που θα αναλάβω για να αυξήσω τον κοινωνικό μου κύκλο είναι;...

12. Οι #3 δράσεις που θα κάνω για να βελτιώσω την επικοινωνία μου με τον κοινωνικό μου κύκλο, είναι...

13. Τα #3 παραμύθια ή ιστορίες που θα φτιάξω είναι...

14. Η νέα δεξιότητα που πρέπει να αποκτήσει προκειμένου να πετύχω είναι...

15. Οι #3 άνθρωποι κλειδιά που έχω στη ζωή μου είναι... (ή ποιοι είναι οι #3 άνθρωποι που πρέπει να γνωρίσω;)

16. Οι #3 λόγοι που πρέπει να αυξήσω το ποσοστό της δέσμευσής μου για αυτό που επιθυμώ στη ζωή μου είναι...

17. Αυτό που χρειαζομαι ακόμη για να πετύχω αυτό που θέλω είναι...

