



**Ο
ΠΛΟΥΤΟΣ
ΠΟΥ ΔΕΝ
ΑΓΟΡΑΖΕΤΑΙ
ΜΕ ΧΡΗΜΑ**

Οι 8 κρυμμένες συνήθειες
για να ζήσεις την πιο πλούσια ζωή σου

Robin Sharma

Μετάφραση
Παρασκευή Παπαδοπούλου

διόπτρα

*Δεν χρειάζονται χρήματα για να αγοράσει κανείς
οποιαδήποτε από τις βασικές ανάγκες της ψυχής.*

- Χένρι Ντέιβιντ Θορό, φιλόσοφος

Τα αγαθά σε κάνουν πλούσιο;

Δεν έχω τέτοια πλούτη.

Ο πλούτος μου είναι η ζωή.

- Μπομπ Μάρλεϊ, θρυλικός μουσικός της ρέγκε

Τα πιο σημαντικά πράγματα στη ζωή δεν είναι υλικά.

Ό,τι θέλω το έχω εδώ μπροστά μου. Έχω άνεμο,

έχω βροχή, έχω χιόνι, έχω ήλιο! Τι κι αν δεν έχω

ένα μεγάλο σπίτι και ένα μεγάλο αυτοκίνητο;

Γνωρίζω πολλούς που τα διαθέτουν

κι εξακολουθούν να μην είναι ευτυχημένοι.

- Νταγκ Ααμπί, άνθρωπος του βουνού και ερημίτης

Περιεχόμενα

Ένα προσωπικό μήνυμα από τον Ρόμπιν Σάρμα.....	17
Εισαγωγή.....	21

1η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ

ΕΞέλιξη: Η Συνήθεια της Καθημερινής Αυτοβελτίωσης

1. Τιμήστε το μεγαλείο σας.....	31
2. Βιώστε τον νόμο που ορίζει ότι η εξωτερική αλλαγή έπεται της εσωτερικής αλλαγής.....	34
3. Μη γίνετε συλλέκτες κακίας.....	37
4. Δεν πειράζει να μην είστε τέλειοι.....	39
5. Απομνημονεύστε την αρχή ΓΠΧΕΜ (PENAM).....	41
6. Το καλύτερο ξεκίνημα είναι να κάνετε την αρχή.....	44
7. Οι φόβοι είναι ιστορίες φαντασμάτων.....	46
8. Πάψτε να λέτε αυτές τις δύο κακές λέξεις.....	48
9. Έρθε η στιγμή να ενηλικιωθείτε.....	50
10. Να θυμάστε ότι χρειάζονται μικρά βήματα για να σημειωθούν τεράστιες νίκες.....	52
11. Λατρέψτε τις πληγές σας.....	55
12. Κερδίζει αυτός που διαβάζει περισσότερο.....	56
13. Η βαθιά ανάπτυξη είναι δεδομένο ότι θα σας ξεβολέψει.....	59
14. Να προσδοκάτε το καλύτερο από τους ανθρώπους (και πιθανότατα θα το λάβετε).....	61
15. Να τρώτε μόνοι αρκετά συχνά.....	64

16. Σοφή κίνηση η τήρηση ημερολογίου.....	66
17. Όσοι σας πληγώνουν σας εξελίσσουν.....	69
18. Αν συναναστρέφεστε κλόουν, θα ζείτε στην παραζάλη ενός τσίρκου.....	71
19. Μην επιτρέψετε στην αυτοφροντίδα να καταστρέψει την αυταξία σας.....	72
20. Γίνετε άνθρωποι του ναι.....	74

2η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ

Ευεξία: Η Συνήθεια της Σταθερής Βελτιστοποίησης της Υγείας

21. Κάντε μπάνιο στο δάσος.....	81
22. Τα γονίδιά σας δεν ορίζουν το πεπρωμένο σας.....	83
23. Ίσως το συντομότερο κεφάλαιο στην ιστορία της έμπνευσης περί υγείας;.....	85
24. Φάρμακο ας γίνει η τροφή σας.....	86
25. Προφυλάξτε την υγεία του μυαλού σας.....	88
26. Διαλογισμός σε μικρές δόσεις.....	91
27. Εφαρμόστε τον κανόνα της γυμνής ηλιοθεραπείας.....	93
28. Η άσκηση που προκαλεί ιδρώτα δεν είναι ποτέ κακή ιδέα.....	95
29. Αποδεχθείτε την πρόκληση αποχής από τη ζάχαρη για 30 μέρες.....	97
30. Αποφασίστε να αποτοξινωθείτε από την ντοπαμίνη.....	99
31. Γίνετε επαγγελματίες ύπνου.....	101
32. Δίνετε το παρών στο γυμναστήριο όπως θέλετε να δίνετε το παρών στη ζωή.....	104
33. Γίνετε επιδέξιοι πολλαπλασιαστές της ζωής.....	107
34. ΕΓΤΜ μία φορά την εβδομάδα.....	109
35. Γελάστε περισσότερο για να ζήσετε περισσότερο.....	111
36. Αναπνεύστε σαν σαμουράι.....	114
37. Τραγουδήστε σαν μοναχοί.....	115

38. Αντιμετωπίστε τη μοναχικότητα ως μέθοδο ευεξίας.....	117
39. Ενισχύστε στο έπακρο το αίσθημα της ευγνωμοσύνης σας	119
40. Τα κρύα ντους διώχνουν τους γιατρούς.....	122
41. Εξασκήστε την πνευματική ευεξία σας	124

3η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ

Οικογένεια: Η Συνήθεια της Ευτυχισμένης Οικογένειας που Ισοδυναμεί με μια Ευτυχισμένη Ζωή

42. Όταν η μητέρα μου αναμετρήθηκε με μια συμμορία μηχανόβιων	130
43. Δημιουργήστε έναν λογαριασμό αγάπης.....	132
44. Εφαρμόστε τον κανόνα του βολβού των ματιών των αγαπημένων σας προσώπων.....	134
45. Απολαύστε τις μικρές εκπλήξεις της οικογενειακής ζωής	135
46. Μην κρατάτε κακία.....	136
47. Δείχνετε σκληρή αγάπη.....	138
48. Η επιλογή συντρόφου ισοδυναμεί με το 90% της χαράς σας.....	140
49. Ακολουθήστε τον κανόνα των 3 σπουδαίων φίλων	142
50. Καταγράψτε το ταξίδι	143
51. Κάντε στον εαυτό σας την ερώτηση των 10.000 γευμάτων.....	145
52. Τα ετερόνυμα δεν έλκονται.....	147
53. Αντιμετωπίστε τα μικρά παιδιά ως τεράστια δώρα	149
54. Κάποιες πληγές δεν είναι γραφτό να γιατρευτούν.....	151
55. Μη γίνεστε χαλί να σας πατήσουν.....	153
56. Μάθετε πως η προσκόλληση δεν είναι αγάπη.....	154
57. Δώστε περισσότερες αγκαλιές.....	155
58. Γίνετε οικοδόμοι ανθρώπων.....	156
59. Γίνετε δημιουργοί τέλειων στιγμών.....	157
60. Τα δώρα που προσφέρουμε περιμένοντας κάποιο αντάλλαγμα δεν είναι δώρα	159

61. Η κακή συμπεριφορά των άλλων δεν σας αφορά.....	161
62. Ακούτε περισσότερο και μιλάτε λιγότερο.....	162
63. Να θυμάστε ότι ο κόσμος μας είναι η οικογένειά σας.....	165

4η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ

Τέχνη: Η Συνήθεια της Εργασίας ως Μέσο για μια Ζωή με Σκοπό

64. Η καλή καλόγρια στην εκκλησία του χωριού.....	171
65. Μην είστε υπερβολικά λογικοί και χάσετε τη μαγεία.....	173
66. Την τύχη μας τη φτιάχνουμε.....	175
67. Φτιάξτε μια λίστα με τις συνήθειες που πρέπει να σταματήσετε.....	178
68. Αποφύγετε το ψέμα «Κανείς δεν θα το προσέξει».....	180
69. Φέρτε έναν σωματοφύλακα στη δουλειά.....	182
70. Αξιοποιήστε τον αλγόριθμο της δεξιότητας.....	183
71. Η μάθηση είναι η υπερδύναμή σας.....	185
72. Λατρέψτε τα βιβλία.....	188
73. Βιώστε τον νόμο των αρχάριων σπουδαίων δασκάλων.....	190
74. Δημιουργήστε το δικό σας Έργο Χ.....	193
75. Η σκληρή δουλειά φέρνει πάντα εξαιρετικά αποτελέσματα.....	195
76. Τα πρώτα προσχέδια είναι δεδομένο ότι θα είναι κακά.....	197
77. Πάψτε να αντιγράφετε τους ήρωές σας.....	199
78. Φροντίστε να είστε απλώς φιλικόί.....	201
79. Ορίστε τους Καθημερινούς 5.....	203
80. Σκεφτείτε σαν καλλιτέχνες.....	205
81. Βρείτε τη δική σας Χρυσή Χήνα.....	207
82. Ξεπεράστε τον εαυτό σας.....	209
83. Επιδείξτε την υπομονή των πρωταθλητών.....	211
84. Γίνετε σαν το σκυλί με το κόκαλο.....	213

85. Απολαμβάνετε τον χαμένο χρόνο.....	215
86. Εφαρμόστε τον κανόνα των 60 δευτερολέπτων κατά της αναβλητικότητας.....	217
87. Όσο εργάζεστε, συνεχίστε να βελτιώνεστε.....	219
88. Εργάζεστε για τη μαγεία, ποτέ για το χρήμα.....	221
89. Τα τρία αστέρια Michelin με τον απόλυτα απόντα σεφ.....	223
90. Η ζωή είναι πιο σημαντική από τη δουλειά.....	225

5η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ

Χρήμα: Η Συνήθεια της Ευημερίας ως Μέσο που Τροφοδοτεί την Ελευθερία

91. Αποφύγετε την παγίδα του χρήματος στην οποία έπεσε ο Χάουαρντ Χιουζ.....	231
92. Αναγνωρίστε τα σημάδια της ανεπάρκειάς σας.....	233
93. Η ζωτικότητα σας εξυπηρετεί τον οικονομικό σκοπό σας.....	238
94. Η κορυφαία κίνηση που εφαρμόζουν οι άρχοντες του χρήματος.....	240
95. Ο πολυδισεκατομμυριούχος στην εντελώς άδεια έπαυλη.....	243
96. Η ευγνωμοσύνη τυπώνει χρήμα.....	246
97. Αντιμετωπίστε τη νίκη των άλλων σαν να ήταν δική σας.....	248
98. Θυμηθείτε το σλόγκαν «Οι συνήθειες υπερτερούν του IQ».....	250
99. Χρησιμοποιείτε λέξεις πλούτου.....	252
100. Εφαρμόστε τον κανόνα κατά της κοκαϊνης της Τρέισι Έμιν.....	254
101. Ζείτε με λιγότερα από όσα μπορείτε.....	256
102. Οι συνήθειες των εξαιρετικά εύπορων ανθρώπων.....	259
103. Αναπτύξτε την Αρχή του Διπλασιασμού.....	263
104. Μετατρέψτε την παρακολούθηση βίντεο σε δημιουργία περιουσίας.....	265
105. Γιατί το κάνετε αφού δεν σας κάνει ευτυχημένους;.....	267
106. Στρατολογήστε ένα νεκρό διοικητικό συμβούλιο.....	269

107. Καθίστε για να κατεβάσετε πλούσιες ιδέες.....	271
108. Ευλογείτε καθημερινά τα χρήματά σας	272
109. Η καλοσύνη αποτελεί εξαιρετική επιχειρηματική επιλογή.....	274
110. Φροντίστε να είστε ένας άκρως ταπεινός ηγέτης.....	277
111. Η επένδυση με τη μεγαλύτερη απόδοση.....	280
112. Θέστε την Επιχειρηματική Ερώτηση του Ενός Δισεκατομμυρίου Δολαρίων	282
113. Λατρέψτε σιωπηρά τους εχθρούς σας	284
114. Ο άπληστος δεν είναι ευτυχισμένος.....	286
115. Προτιμήστε τις σχέσεις, όχι τις συναλλαγές	287
116. Τα 10 καλύτερα βιβλία ευημερίας	289
117. Για να κερδίσετε ένα εκατομμύριο, πρέπει να βοηθήσετε ένα εκατομμύριο	290

6η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ

Κοινότητα: Η Συνήθεια Ταύτισης με το Κοινωνικό σας Δίκτυο

118. Επιλέξτε μια πιο έξυπνη γειτονιά	297
119. Ζήστε τη ζωή του ήρωά σας	299
120. Κάντε αυτό που λέτε ότι θα κάνετε.....	300
121. Συνάψτε μια συμμαχία με διάνοιες.....	301
122. Ο κανόνας των χαμένων γραμμάτων του Στίβεν Κινγκ.....	302
123. Το κάρμα δεν είναι μυστικιστικό, είναι πρακτικό.....	304
124. Θυμηθείτε τον κανόνα της εξαφάνισης αγαπημένων προσώπων.....	306
125. Γιατί να έχετε έναν εχθρό όταν μπορείτε να κάνετε έναν φίλο;	308
126. Κάντε πολλά δώρα.....	310
127. Αυξήστε το χάρισμά σας.....	313
128. Κρατάτε την ανθρώπινη επαφή	316
129. Ποτέ δεν ξέρετε ποιος θα γίνει κάποιος.....	317
130. Ευχηθείτε στους ανθρώπους να έχουν μια υπέροχη μέρα.....	319

131. Μιλήστε στους αλλόκοτους ανθρώπους.....	320
132. Προνοήστε.....	321
133. Μη γίνεστε δούλοι του τηλεφώνου σας.....	322
134. Κάντε τους άλλους να αισθάνονται μοναδικοί.....	323

7η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ

Περιπέτεια: Η Συνήθεια Σύμφωνα με την Οποία η Χαρά Πηγάζει από την Εξερεύνηση και όχι από την Απόκτηση Υλικών Αγαθών

135. Βρείτε το δικό σας αόρατο Panama.....	329
136. Παρακολουθείτε πολλά ντοκιμαντέρ.....	331
137. Πάρτε ένα ψηφιακό ρεπό.....	332
138. Απελευθερωθείτε από τα ενεργειακά βαμπίρ.....	334
139. Φτιάξτε έναν κήπο.....	335
140. Γίνετε ποιητές.....	336
141. Μειώστε ταχύτητα στα πάντα.....	339
142. Γίνετε φαντάσματα για έναν χρόνο.....	340
143. Αναζητήστε το μυστήριο στην εργασία σας.....	342
144. Κερδίστε το λαχείο της μνήμης.....	344
145. Κάντε κάτι τρομακτικό κάθε τρεις μήνες.....	345
146. Προσποιηθείτε ότι είστε πειρατές.....	346
147. Ακολουθήστε τα πάθη σας.....	348
148. Λιγότερη αριστεία, περισσότερο μυστήριο.....	350
149. Μην αλατίζετε το φαγητό σας πριν καν το δοκιμάσετε.....	353
150. Η ευτυχία είναι εσωτερική υπόθεση.....	355
151. Κάντε εκκαθάριση των αποκτημάτων σας.....	357
152. Τα 10 καλύτερα βιβλία για μια καταπληκτική ζωή.....	358
153. Δημιουργήστε ένα Σενάριο Αντιήρωα.....	359
154. Αποφύγετε το ελάττωμα των ηλικιωμένων.....	361
155. Ανακαλύψτε το δικό σας μεταφορικό Wolfgat.....	363

8η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ**Προσφορά: Η Συνήθεια της Προσφοράς σε Αυτή τη Μικρή Ζωή**

156. Βρείτε έναν σκοπό πιο σημαντικό από τον εαυτό σας.....	369
157. Κάντε την τελευταία μέρα σας πρώτη.....	371
158. Απομνημονεύστε τις 3 τελευταίες επιθυμίες του Μεγάλου Αλεξάνδρου.....	373
159. Ηγηθείτε δίχως τίτλο.....	375
160. Εμπιστευτείτε τη δύναμη της έλλειψης ενδιαφέροντος.....	376
161. Η καρδιά σας είναι πιο σοφή από το μυαλό σας.....	377
162. Μην επιτρέπετε στην κακή μέρα κάποιου άλλου να χαλάσει τη δική σας.....	379
163. Πείτε την ηρεμιστική προσευχή «είναι κι εκείνοι σαν εμένα»....	381
164. Αντιμετωπίστε τη μοναχικότητα ως το νέο σύμβολο κύρους.....	383
165. Εφαρμόστε το μότο της συνεχούς καλοσύνης.....	384
166. Δεν είναι ποτέ κακό να κάνεις το καλό.....	385
167. Επεξεργαστείτε τον νόμο των χαμένων ηγεμόνων.....	388
168. Να θυμάστε ότι χρειάζεστε μόνο δύο μέτρα.....	389
169. Ξεκινήστε μια επανάσταση αγάπης.....	392
170. Ο δύσκολος δρόμος είναι ο καλύτερος.....	394
171. Φάτε σήμερα το τελευταίο σας δείπνο.....	397
172. Κάντε τρεις ανώνυμες πράξεις καλοσύνης.....	399
173. Είστε πολύ πιο σημαντικοί από όσο νομίζετε.....	401
174. Ζήστε την εμπειρία της κηδείας ζωντανοί.....	403
175. Ζήστε μια γεμάτη ζωή για να μπορέσετε να πεθάνετε άδαιοι....	405
 Σχετικά με τον συγγραφέα.....	 411

Ένα προσωπικό μήνυμα από τον Ρόμπιν Σάρμα

Σας γράφω αυτό το σημείωμα από το αγρόκτημα στο οποίο ζω. Μέσα από το παράθυρο του γραφείου μου βλέπω τον ελαιώνα, τους αμπελώνες και την πυκνή ομίχλη πάνω από τους λόφους που δίνουν την αίσθηση ότι σχεδόν αγγίζουν τον ουρανό. Θα ήταν υπέροχο αν ήσαστε εδώ για να σας μεταφέρω αυτοπροσώπως όλα όσα θεωρώ ότι μπορούν να εξασφαλίσουν μια πλούσια ζωή. Ίσως συναντηθούμε κάποια στιγμή. Ποιος ξέρει;

Όσο διαβάζετε το βιβλίο αυτό που γράφτηκε με σκοπό να σας βοηθήσει να βιώσετε την ανώτερη εκδοχή του μεγαλύτερου οράματος που έχετε για τη ζωή σας, εύχομαι ειλικρινά να κερδίσω ολοένα περισσότερο την εμπιστοσύνη σας και να μπορέσω να γίνω συνοδοιπόρος, φίλος και μέντοράς σας.

Σας ευχαριστώ από καρδιάς για την πίστη σας στην αξία των ιδεών που πρόκειται να ανακαλύψετε και οι οποίες αναφέρονται στην κατάκτηση μιας ζωής γεμάτης ουσιαστική επιτυχία και πραγματικό πλούτο και όχι στη δημιουργία της επίπλαστης εκδοχής της, η οποία έχει προγραμματιστεί σε υπερβολικά πολλούς καλούς ανθρώπους. Ευελπιστώ πως το βιβλίο αυτό, για το οποίο έχω κοπιάσει πολύ σκληρά, θα σας βοηθήσει να δημιουργήσετε μια ζωή με πολύ μεγαλύτερη ομορφιά και ευτυχία, σθένος και σύνδεση, καθώς και απεριόριστη εσωτερική γαλήνη.

Οφείλω να υπογραμμίσω ότι η φιλοσοφία μου περί του τι είναι αυτό που μπορεί να εξασφαλίσει μια υπέροχη και θαυμαστή ζωή, που αποτελεί και το αντικείμενο του βιβλίου, διαφέρει κατά πολύ από τη φιλοσοφία που διέπει άλλα βιβλία προσωπικής ανάπτυξης.

Σας καλώ απλώς να είστε δεκτικοί καθώς θα διαβάζετε το βιβλίο και να εξετάσετε εάν οι πληροφορίες που παραθέτει είναι πολύτιμες, κρίνοντας από τα πραγματικά αποτελέσματα που θα φέρει στη ζωή σας.

Ας ξεκινήσουμε, λοιπόν.

Υπάρχει μια παλιά ιστορία για ένα αγόρι που περνάει τα απογεύματά του παρατηρώντας το ηλιοβασίλεμα καθώς δύει ο ήλιος πάνω από ένα τέλειο σπίτι που βρίσκεται σε έναν πολύ μακρινό λόφο, με παράθυρα τα οποία φαίνεται να είναι φτιαγμένα από χρυσό. Τον έχει συνεπάρει απόλυτα η ιδέα του να επισκεφθεί αυτό το μέρος, κάποια στιγμή στο μέλλον, και ελπίζει ότι θα καταφέρει να ζήσει τελικά σε αυτό το σπίτι. Αυτό θα του έδινε την ευτυχία που επιθυμούσε διακαώς.

Μια μέρα, λίγα χρόνια αργότερα, ξεκινά αποφασισμένος να κάνει το όνειρό του πραγματικότητα. Το ταξίδι του διαρκεί πολλές μέρες, αλλά και πολλές δύσκολες νύχτες. Καταφέρνει να επιβιώσει αποκλειστικά και μόνο χάρη στην καλοσύνη των ξένων, οι οποίοι τον ενθαρρύνουν να συνεχίσει το ταξίδι του όταν τους αναφέρει το φιλόδοξο σχέδιό του να επισκεφθεί το τέλειο σπίτι με τα χρυσά παράθυρα. Έτσι, κάποια στιγμή, εξουθενωμένος και καταρρακωμένος, φτάνει στον προορισμό του.

Ωστόσο, αυτό που αντικρίζει δεν θυμίζει ούτε κατά διάνοια αυτό που περιίμενε. Κάθε άλλο παρά τέλειο, το σπίτι είναι στην πραγματικότητα ένας μισογκρεμισμένος στάβλος. Και τα χρυσά του παράθυρα είναι παλιά, βρόμικα και ραγισμένα. Συνειδητοποιεί ότι, από μακριά, η θέση του στάβλου στον ψηλό λόφο δημιουργούσε μια οπτική ψευδαίσθηση: ο τρόπος που έπεφτε το φως πάνω στα παράθυρα τα έκανε να φαντάζουν πολύτιμα. Όμως αυτό που είχε δει από απόσταση ήταν τελικά ένα ψέμα.

Σε τι κόσμο ζούμε! Έχουμε εκπαιδευτεί να μετράμε τις νίκες μας σύμφωνα με το πόσα χρήματα διαθέτουμε, το εύρος των υλικών αγαθών μας και το πόσο καλά έχουμε αξιοποιήσει τη ζωή μας, επιδιώκοντας δόξα, χρήματα και επιρροή. Αυτό προκαλεί σε πολλούς από εμάς ένα αίσθημα βαθιάς απογοήτευσης για τη ζωή μας, αυτολύπησης και οργής. Γιατί τα όνειρα που κάποτε πιστεύαμε ακράδαντα ότι θα πραγματοποιούσαμε έχουν διαλυθεί, κι έτσι βιώνουμε έναν σιωπηρό

θάνατο καθώς τη θέση τους έχουν πάρει οι ευθύνες των ενηλίκων, οι πιέσεις και τα άγχη, αλλά και οι αγώνες που δίνουμε καθημερινά.

Δεν μπορεί κανείς να διαφωνήσει ότι τα χρήματα είναι σημαντικά. Εάν διαθέτουμε εύλογα ποσά χρημάτων, αυτό μας επιτρέπει να έχουμε ευκολότερη ζωή, να ζούμε με τους δικούς μας όρους και να μπορούμε να στηρίζουμε τα αγαπημένα μας πρόσωπα. Εάν διαθέτουμε αρκετά χρήματα, αυτό ανοίγει πόρτες δυνατοτήτων και πύλες επιλογών. Ωστόσο, τα χρήματα αποτελούν μόνο μία από τις διαθέσιμες μορφές πλούτου, ενώ ουσιαστικά υπάρχουν άλλες επτά στις οποίες θα σας παρακαλούσα να εστιάσετε προκειμένου να δημιουργήσετε μια ζωή πραγματικά πλούσια, άκρως ζωντανή, μια ζωή με όλα όσα ελπίζατε κάποτε πως θα έχει. Καθώς προχωρούμε μαζί παρακάτω, με μεγάλο ενθουσιασμό θα σας εισαγάγω σε όλες αυτές τις μορφές και θα σας συστήσω μια πολύ δυναμική μέθοδο που θα σας βοηθήσει να τις κατακτήσετε.

Συχνά είμαστε τόσο απασχολημένοι παρατηρώντας όσα διαθέτουν οι άλλοι, που ξεχνάμε τις ευλογίες που έχουμε εμείς οι ίδιοι στη ζωή μας. Και δεν αναφέρομαι μόνο στα υλικά αγαθά. Γράφω κυρίως για τα ουσιαστικά στοιχεία μιας ανθρώπινης ζωής που κυλά όμορφα. Στοιχεία που πάρα πολύ εύκολα παραβλέπουμε σε αυτόν τον σύνθετο και ολόένα πιο πολύπλοκο κόσμο στον οποίο ζούμε. Πράγματα που μπορεί σήμερα να φαντάζουν ασήμαντα, αλλά που τη στιγμή της τελευταίας μας πνοής αναγνωρίζονται ως τα πιο σημαντικά.

Ένας από τους λόγους για τους οποίους έγραψα το *Ο πλούτος που δεν αγοράζεται με χρήμα* είναι ότι πάρα πολλοί άνθρωποι σε όλο τον κόσμο υποφέρουν. Υποφέρουν επειδή θεωρούν και νιώθουν ότι δεν διαθέτουν αρκετά. Αρκετά χρήματα. Αρκετά υλικά αγαθά. Αρκετά like, αρκετούς ακολούθους και αρκετή κοινωνική καταξίωση. Αυτό με τη σειρά του προκαλεί αυτό που αποκαλώ στο έργο συμβουλευτικής μου Πόνο της Αναξιοσύνης. Πάρα πολλοί ανάμεσά μας έχουμε μια έντονη αίσθηση ότι δεν είμαστε τόσο σημαντικοί, ότι δεν είμαστε επιτυχημένοι και ότι ζούμε μια ασήμαντη ζωή όταν τη συγκρίνουμε με ζωές που προβάλλονται ως τέλειες και θαυμαστές.

Η αλήθεια είναι η εξής: Είστε αναμφισβήτητα, απόλυτα και μοναδικά σημαντικοί. Είστε προικισμένοι με πάρα πολλά χαρίσματα,

ταλέντα και καλοσύνη. Και έχετε τόσο πολλά για τα οποία θα πρέπει να είστε ευγνώμονες σήμερα. Ωστόσο, πάρα πολλοί έχουμε ένα κενό μέσα μας. Ιδού η παγίδα: πιέζουμε τον εαυτό μας να επιδιώκει ολοένα περισσότερα εξωτερικά πράγματα προκειμένου να γεμίσουμε αυτό το εσωτερικό κενό. Παραπλανούμε τον εαυτό μας πιστεύοντας ότι όταν αποκτήσουμε, κάποια στιγμή, πάρα πολλά χρήματα, αστραφτερά αυτοκίνητα, μοντέρνα ρούχα και ακολούθους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, θα ξυπνήσουμε ένα πρωί και ως διά μαγείας θα νιώθουμε υπέροχα. Και διαρκώς ευτυχισμένοι. Όμως τόσο εσείς όσο κι εγώ γνωρίζουμε ότι αυτή η μέρα δεν θα έρθει ποτέ. Κι αυτό γιατί δεν υπάρχει τίποτα στον εξωτερικό κόσμο που θα μας κάνει να αισθανθούμε καλύτερα εσωτερικά. Όπως λέει το ρητό του ζεν: «Ό,τι κι αν γίνει, δεν μπορούμε να ξεφύγουμε από τον εαυτό μας».

Οπότε, ποια είναι η λύση; Απλούστατη: να κατανοήσουμε ότι αυτό που επιζητούμε σε τούτη τη συλλογική επιδίωξη της ανέλιξής μας στην κλίμακα της επιτυχίας, στην οποία η κοινωνία μάς έχει εκπαιδεύσει να αναρριχηθούμε, δεν θα μας οδηγήσει στην πραγματική επιτυχία. Διότι η απόκτηση υπέρογκων χρηματικών ποσών, που προσδίδουν όμως μια αίσθηση κενής, μοναχικής και δυστυχισμένης ζωής, δεν αποτελεί νίκη αλλά ήττα. Και φαντάζομαι ότι δεν θέλετε να γίνετε σαν το αγόρι της παραπάνω ιστορίας που επιζητούσε έναν ιδεατό στόχο ο οποίος εντέλει αποδείχθηκε ένα ψέμα.

«Η επιτυχία προκύπτει στα εσωτερικά μονοπάτια της ψυχής», έγραψε ο δημοφιλής μουσικός παραγωγός Ρικ Ρούμπιν. Υλική επιτυχία χωρίς χαρούμενη καρδιά είναι ο χρυσός των ηλιθίων. Ταπεινή μου ευχή είναι να τα βιώσετε και τα δύο. Το βιβλίο που κρατάτε στα χέρια σας θα σας βοηθήσει να σημειώσετε αυθεντικές νίκες και να αυξήσετε την καλή διάθεση και τη μαγεία -ναι, τη μαγεία- που καθιστά σπουδαία την ανθρώπινη ζωή. Έχω αφιερώσει το μυαλό, την καρδιά, το σώμα και την ψυχή μου σε αυτό το έργο. Ελπίζω πως θα σας βοηθήσει να εξελιχθείτε στο έπακρο.

Με αγάπη και σεβασμό,



Εισαγωγή

Τις προάλλες, η Ελ κάθισε το βράδυ στον καναπέ δίπλα μου, στο σαλόνι του αγροκτήματός μας στην ιταλική ύπαιθρο. Μετακομίσαμε εδώ πριν από λίγα χρόνια, με τρεις βαλίτσες οι οποίες περιείχαν τα πιο σημαντικά υπάρχοντα της ζωής μου. Χρειαζόμουν μια καινούρια περιπέτεια, οπότε πούλησα το σπίτι μου, χάρισα πολλά από τα πράγματά μου και έφυγα από τη χώρα στην οποία είχα ζήσει για πενήντα πέντε χρόνια. Αφού προσγειωθήκαμε στη Ρώμη, περιμέναμε στον χώρο παραλαβής αποσκευών, ενθουσιασμένοι για το ξεκίνημα της καινούριας μας ζωής. Στη συνέχεια, περιμέναμε λίγο ακόμα κι έπειτα λίγο ακόμα. Ναι, οι αποσκευές μας είχαν χαθεί. Το σύμπαν έχει μια ξεκαρδιστική αίσθηση του χιούμορ!

Εκείνο, λοιπόν, το απόγευμα στο αγρόκτημα για το οποίο σας μιλάω, το σκυλάκι της Ελ, η Χόλι, που έχει γίνει πλέον το δικό μου σκυλάκι, γιατί είναι σχεδόν πάντα μαζί μου, κάθισε στα πόδια μου νιαουρίζοντας σαν γάτα (κι όμως είναι σκυλίτσα). Τη Χόλι τη φωνάζω Σούπερ Τσαμ (υπερήρωα), επειδή αυτό ακριβώς είναι για μένα.

Κοιτάζοντας έξω από τα παλιά παράθυρα, αντίκρισα στον ουρανό το ηλιοβασίλεμα με τις φλογερές και μαγευτικές κόκκινες αχτίδες και τις λεπτές δέσμες του σε βαθύ πορτοκαλί. Μαγεία στην απλούστερη μορφή της. Η Ιταλία το προκαλεί αυτό. Ένας φίλος μού είπε πρόσφατα, «Κλαις δύο φορές όταν ζεις εδώ. Αρχικά όταν φτάνεις εδώ, διότι είναι το πιο αύταρκες μέρος στον κόσμο. Κι έπειτα κλαις δεύτερη φορά, όποτε είσαι αναγκασμένος να το εγκαταλείψεις». Ναι, είναι τόσο ιδιαίτερη χώρα.

Η Ελ είχε ένα μειδίαμα στο πρόσωπο και κάποιες στιγμές λίγα

δάκρυα στα μάτια. Διάβαζε το χειρόγραφο του βιβλίου για πρώτη φορά.

Η όλη σκηνή είναι απίστευτα απλή και συνάμα απόλυτα τέλεια. Και το μόνο που μπορούσα να σκεφτώ ήταν το εξής: «Αυτό είναι πλούτος».

Σαφώς και δεν ισχυρίζομαι ότι η ζωή μου είναι ή υπήρξε ιδανική. Ούτε κατά διάνοια. Έχω βιώσει δραματικές και αξέχαστα δύσκολες καταστάσεις. Με έχουν ποδοπατήσει, με έχουν εξευτελίσει, με έχουν προδώσει και με έχουν απογοητεύσει οικτρά.

Και σίγουρα δεν θέλω να νομίζετε ότι είμαι ένας γκουρού που τα ξέρει όλα. Γιατί δεν είμαι.

Ωστόσο, έχω ανακαλύψει τον τρόπο με τον οποίο μπορούμε να μετατρέψουμε τις δυσκολίες και τις ατυχίες σε δύναμη, τις πληγές σε σοφία και τα προβλήματα σε ευημερία. Έχω πάθει κι έχω μάθει σημαντικά πράγματα για την κατάκτηση μιας όμορφης ζωής που θέλω να μοιραστώ μαζί σας, όσο θα συμπορευόμαστε στις επόμενες σελίδες.

Είχα κάποτε έναν δάσκαλο του σκι ο οποίος με βοήθησε να μάθω καλύτερο σκι (γιατί αυτό κάνουν, άλλωστε, οι δάσκαλοι του σκι). Καθώς ήμαστε στο τελεφερικό ανεβαίνοντας προς την κορυφή του βουνού, μου είπε μια μέρα: «Όπως ξέρεις, οι δάσκαλοι του σκι δεν είναι πλούσιοι, αλλά ζουν μια πλούσια ζωή». Κι εκείνος ο άντρας, με τα κόκκινα μάγουλα, λόγω του ήλιου και του κρύου, με μια σύζυγο την οποία λάτρευε, παιδιά τα οποία υπεραγαπούσε και μια ζωή πάνω στο βουνό με θέα που σου έκοβε την ανάσα, ήταν ο πλουσιότερος άνθρωπος που έχω γνωρίσει ποτέ.

Αυτό είναι το θέμα του βιβλίου *Ο πλούτος που δεν αγοράζεται με χρήμα*: τα πραγματικά πλούτη συχνά βρίσκονται μπροστά στα μάτια μας, αλλά τα παραβλέπουμε επειδή είμαστε προγραμματισμένοι να μην τα εκτιμούμε. Και έρχεται στον νου το απόφθεγμα του Ντέιλ Κάρνεγκι: «Όλοι ονειρευόμαστε έναν μαγικό κήπο με τριαντάφυλλα στον ορίζοντα αντί να απολαμβάνουμε τα τριαντάφυλλα που ανθίζουν έξω από το παράθυρό μας σήμερα». Δεν είναι, όντως, μια μεγάλη αλήθεια;

Θα ήθελα να σας ρωτήσω το εξής: «Γιατί η κουλτούρα μας λατρεύει τον δισεκατομμυριούχο και όχι τον δάσκαλο που

καταφέρνει να εμπνέει κάθε εβδομάδα μια ολόκληρη τάξη είκοσι παιδιών; Ή τον πυροσβέστη, η ηρωική αφοσίωση του οποίου μας βοηθά να παραμένουμε ασφαλείς στις κοινότητες και στα σπίτια μας; Ή τον κηπουρό που κάνει τους δρόμους να φαίνονται πιο καλαίσθητοι με τις άοκνες προσπάθειές του να φροντίσει και να ποτίσει τα λουλούδια της γειτονιάς;»

Το βιβλίο αναφέρεται σε μια τελείως καινούρια φιλοσοφία και μεθοδολογία επιτυχίας και πλούτου στην οποία δεν έχουμε εκπαιδευτεί ή ακόμα και παρακινηθεί να εστιάζουμε. Μπορεί ωστόσο να σας βοηθήσει να αποκτήσετε ευτυχία, προσωπική ελευθερία και εσωτερική γαλήνη διαρκείας.

Όπως προανέφερα, όντως πιστεύω ότι το χρήμα είναι σημαντικό. Όλοι έχουμε λογαριασμούς που πρέπει να πληρώσουμε, υποχρεώσεις στις οποίες πρέπει να ανταποκριθούμε και δραστηριότητες που κοστίζουν. Και σαφώς η αποταμίευση και οι σημαντικές οικονομίες μάς επιτρέπουν μια ζωή με λιγότερο άγχος, μεγαλύτερη ελευθερία και αίσθηση προσωπικής ανεξαρτησίας (κάνουμε αυτό που θέλουμε, εκεί που θέλουμε, όταν το θέλουμε - με τους ανθρώπους που αγαπάμε). Οπότε, όντως, αποτελεί σημαντικό στοιχείο για μια πλουσιότερη ζωή. Θέλω να είμαι απόλυτα ξεκάθαρος ως προς αυτό. Είναι σημαντικό, αλλά όχι τα πάντα.

Όπως θα διαπιστώσετε στο μαθησιακό πλαίσιο που παραθέτω παρακάτω (το διδάσκω εδώ και χρόνια στους πελάτες των συμβουλευτικών υπηρεσιών που παρέχω με εξαιρετικά αποτελέσματα), η οικονομική ευημερία συνιστά μόνο μία από τις οχτώ μορφές πλούτου. Έχω παράσχει συμβουλευτικές υπηρεσίες σε πολλούς δισεκατομμυριούχους κατά τη διάρκεια της τριακονταετούς συνεργασίας μου με πολλούς παγκόσμιους επιχειρηματικούς κολοσσούς, κορυφαίους επαγγελματίες αθλητές, ινδάλματα του κινηματογράφου και δημιουργούς πολιτικών κινήματων. Και μπορώ με βεβαιότητα να δηλώσω ότι, για πάρα πολλούς από αυτούς, τα χρήματα είναι το μόνο που διαθέτουν. Είναι πλούσιοι σε χρήμα, αλλά φτωχοί σε ποιότητα ζωής.

Θα πρέπει στ' αλήθεια να κατακτήσετε ένα καλό επίπεδο και στις οχτώ μορφές πλούτου για να μπορείτε να αυτοαποκαλείστε πραγματικά επιτυχημένοι και να ζείτε μια ζωή αφθονίας και ομορφιάς.



Στις σελίδες που ακολουθούν, θα μελετήσουμε προσεκτικά καθεμία από τις παραπάνω οχτώ μορφές πλούτου, με τρόπο που μπορεί εύκολα να εφαρμοστεί και να κατανοηθεί, καθώς και να επηρεάσει αισθητά τη ζωή σας. Στα σύντομα κεφάλαια που έχουν σχεδιαστεί ως προσωπικές καθημερινές συνεδρίες συμβουλευτικής, παρατίθενται ιδέες, προτάσεις, οδηγίες και ιστορίες έμπνευσης προκειμένου να βιώσετε καθεμία από αυτές στο έπακρο. Στην πορεία, λοιπόν, θα διαπιστώσετε ότι θα ανταμειφθείτε με μια πλουσιότερη ζωή.

Το μαθησιακό μοντέλο των 8 Μορφών Πλούτου βασίζεται σε οχτώ κρυμμένες (γιατί δεν λαμβάνονται συχνά υπόψη) συνήθειες τις οποίες σας παροτρύνω να υιοθετήσετε:

Εξέλιξη: Η Συνήθεια της Καθημερινής Αυτοβελτίωσης. Η συγκεκριμένη συνήθεια βασίζεται στην ιδέα ότι οι άνθρωποι είμαστε ευτυχέστεροι και ουσιαστικά πλουσιότεροι όταν αξιοποιούμε σταθερά τα προσωπικά μας χαρίσματα και τα αυθεντικά ταλέντα μας. Η σταθερή επιδίωξη της προσωπικής εξέλιξης συνιστά ένα άκρωστο πολύτιμο προσόν.

Ευεξία: *Η Συνήθεια της Σταθερής Βελτιστοποίησης της Υγείας.* Αυτή η συνήθεια βασίζεται στη βαθιά κατανόηση του ότι η κορυφαία νοητική, συναισθηματική, σωματική και πνευματική ζωτικότητα και μια ζωή γεμάτη ενέργεια, ευεξία και χαρά συνιστούν μείζονος σημασίας αποστολή, η οποία θα σας αποφέρει πραγματικό πλούτο.

Οικογένεια: *Η Συνήθεια μιας Ευτυχισμένης Οικογένειας που Ισοδυναμεί με μια Ευτυχισμένη Ζωή.* Η συγκεκριμένη συνήθεια δομείται βάσει της επίγνωσης ότι τα χρήματα και η υλική επιτυχία στον κόσμο είναι ανώφελα όταν κάποιος είναι μόνος. Επομένως, εμπλουτίστε τις συναναστροφές σας με αγαπημένα σας πρόσωπα. Και γεμίστε τη ζωή σας με υπέροχους φίλους οι οποίοι αναβαθμίζουν την ευτυχία σας.

Τέχνη: *Η Συνήθεια της Εργασίας ως Μέσο για μια Ζωή με Σκοπό.* Η εν λόγω συνήθεια βασίζεται στη συνεπή άσκηση του να αντιμετωπίζετε την εργασία σας ως μια ευγενή ενασχόληση και μια ευκαιρία όχι απλώς για να αξιοποιήσετε στο έπακρο την ευφυΐα σας, αλλά και για να κάνετε τον κόσμο καλύτερο. Η αριστεία συνιστά πεδίο στο οποίο αξίζει να επενδύσετε.

Χρήμα: *Η Συνήθεια της Ευημερίας ως Μέσο που Τροφοδοτεί την Ελευθερία.* Αυτή η συνήθεια διέπεται από την αρχή που ορίζει ότι η οικονομική ευημερία είναι σαφώς κάθε άλλο παρά αρνητική αλλά και αναγκαία για μια ζωή γενναϊόδωρη, συναρπαστική και αυθεντική.

Κοινότητα: *Η Συνήθεια Ταύτισης με το Κοινωνικό σας Δίκτυο.* Η συγκεκριμένη συνήθεια δομείται βάσει του επιστημονικού θέσφατου ότι η σκέψη, το συναίσθημα, η συμπεριφορά και η επίδοση των ανθρώπων επηρεάζονται αισθητά από τις συναναστροφές, τις συζητήσεις και τους μέντορές τους. Για να ζήσετε μια σπουδαία ζωή, φροντίστε ο κύκλος των συναναστροφών σας να απαρτίζεται από σπουδαίους ανθρώπους.

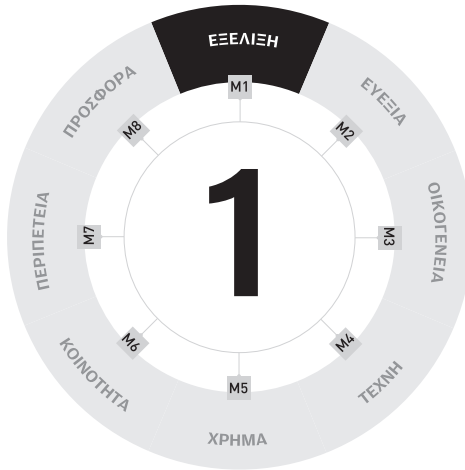
Περιπέτεια: *Η Συνήθεια Σύμφωνα με την Οποία η Χαρά Πηγάζει από την Εξερεύνηση και όχι από την Απόκτηση Υλικών Αγαθών.* Η συνήθεια αυτή διαμορφώνεται μέσα από το δεδομένο που ορίζει ότι η απόλυτη χαρά δεν πηγάζει από τα υλικά αγαθά αλλά από μαγικές στιγμές, όταν κάνουμε πράγματα που μας κατακλύζουν με

συναισθήματα ευγνωμοσύνης, θαύματος και δέους. Εμπλουτίστε τις μέρες σας με αυτά τα στοιχεία και η ζωή σας θα κατακτήσει ένα εντελώς νέο σύμπαν έμπνευσης.

Προσφορά: *Η Συνήθεια της Προσφοράς σε Αυτή τη Μικρή Ζωή.* Η συγκεκριμένη συνήθεια βασίζεται στη διαχρονική κατανόηση του ότι βασικός στόχος μιας πλούσιας ζωής είναι να βελτιώσουμε τις ζωές των άλλων. Εάν αφοσιωθείτε σε έναν σκοπό που δεν είναι ατομικός, δεν θα ανακαλύψετε απλώς τον σπουδαιότερο εαυτό σας, αλλά στην πορεία θα κάνετε και τον κόσμο να λάμψει. Ανακαλύψτε θησαυρούς πέραν του χρήματος, των υλικών αγαθών και της κοινωνικής θέσης.

Ωραία. Σας ευχαριστώ και πάλι για την εμπιστοσύνη που δείχνετε στο έργο μου και για το ότι γίνατε συνοδοιπόροι μου και σε αυτό το βιβλίο. Ας ξεκινήσουμε προκειμένου να γεμίσουμε τις μέρες σας με τον πλούτο που δεν αγοράζεται με χρήμα.

1η ΜΟΡΦΗ ΠΛΟΥΤΟΥ



Εξέλιξη

Η Συνήθεια της Καθημερινής Αυτοβελτίωσης

Ο πλούτος μέσα σου, ο πυρήνας της ψυχής σου, είναι το βασίλειό σου.

- ΡΟΥΜΙ

1η Μορφή Πλούτου

Εξέλιξη | Γρήγορη Επισκόπηση

Ενα δώρο σαφώς πιο πολύτιμο από οτιδήποτε άλλο θα μπορούσατε ποτέ να εξασφαλίσετε με χρήματα είναι να εξελιχθείτε σε ό,τι καλύτερο μπορείτε να γίνετε. Η προσωπική αριστεία συνιστά το μέσο που θα σας εξασφαλίσει μια αυθεντικά πλούσια ζωή. Και η σοφότερη επένδυση που θα μπορούσατε να κάνετε είναι να γίνετε ό,τι καλύτερο μπορείτε.

Η διερεύνηση των κρυφών φόβων σας, η αποδέσμευση από περιοριστικά εμπόδια, τα εγχειρήματα στα άγνωστα πεδία των έμφυτων δυνατοτήτων σας, αλλά και η ανακάλυψη του πόσο σοφοί, δυνατοί, προικισμένοι, ανθεκτικοί και στοργικοί είστε θα προσφέρουν μεγαλύτερη μαγεία στη ζωή σας από ό,τι όλη η δόξα, τα πλούτη και η διεθνής επιτυχία που θα μπορούσε κάποιος να αποκτήσει.

Η εσωτερική εξέλιξη και η καθημερινή προσωπική ανάπτυξη αποτελούν μια άκρως αυθεντική μορφή πλούτου, παρόλο που η κοινωνία μας γενικά δεν την εκτιμά. Αντίθετα, σήμερα ζούμε στην εποχή όπου στα εξώφυλλα των περιοδικών προβάλλονται δισεκατομμυριούχοι μεγιστάνες και στο βάθρο των διακρίσεων τοποθετούνται κορυφαίοι αθλητές και όχι άνθρωποι που έχουν καταστήσει απόλυτη προτεραιότητά τους τη δημιουργία ενός αγνού μυαλού, τη δόμηση μιας πλούσιας καρδιάς, τη διαμόρφωση ενός χαρακτήρα βαρέων βαρών και την ανάπτυξη ενός πνεύματος που απογειώνεται εξελικτικά. Προσωπικά, θεωρώ ότι οι εσωτερικές νίκες είναι πολύ πιο σημαντικές από την κατάκτηση του κόσμου. Το πρώτο αντέχει στον χρόνο. Το δεύτερο είναι φευγαλέο.

Ωστόσο, το γεγονός και μόνο ότι η κουλτούρα μας δεν θέτει την αυτοβελτίωση και τη συνεχιζόμενη πραγμάτωση των φυσικών μας

δυνάμεων και της εγγενούς ευφυΐας μας στην κορυφή οποιασδήποτε λίστας όσων είναι σημαντικά για ένα ευτυχισμένο ταξίδι ζωής δεν σημαίνει ότι δεν θα πρέπει να στοχεύετε σε αυτήν. Κάθε άλλο μάλιστα.

Ο Μαχάτμα Γκάντι είπε κάποτε: «Οι μόνοι δαίμονες που υπάρχουν στον κόσμο είναι εκείνοι που στριφογυρίζουν μέσα στις καρδιές μας. Κι εκεί είναι, λοιπόν, που πρέπει να δώσουμε τις περισσότερες μάχες μας». Και σας παρακαλώ πιστέψτε με: Από τη στιγμή που θα αντιληφθείτε την αξία του να εμβαθύνετε στην προσωπική σας εξέλιξη, όλα θα αλλάξουν για εσάς. Κι αυτό γιατί η εξαιρετική εξωτερική ζωή ξεκινά με μια όμορφη εσωτερική ζωή. Και δεν θα είστε ποτέ σε θέση να δημιουργήσετε, να παραγάγετε έργο, να ευημερήσετε και να αδράξετε τίποτε ανώτερο από αυτό που είστε.

Καινούριοι μου φίλοι, ας εξερευνήσουμε, λοιπόν, μαζί την πρώτη μορφή πλούτου.

Τιμήστε το μεγαλείο σας

Μια απλή ιδέα που πολύ συχνά αγνοείται. Να σας εκτιμάτε. Για όσα έχετε περάσει και για όσα έχετε καταφέρει να γίνετε. Για τους φόβους που έχετε αντιμετωπίσει και από τους οποίους απελευθερωθήκατε. Για τα όνειρα που όχι απλώς κάνατε, αλλά και για τη γενναιότητα που είχατε να τα πραγματοποιήσετε. Για όλους εκείνους τους ανθρώπους που βοηθήσατε και για όλα τα καλά που έχετε κάνει. Είστε πολύ πιο σημαντικοί από όσο νομίζετε. Γι' αυτό σας παρακαλώ μη μετράτε την αξία σας μέσα από αυτά που η πλειονότητα ορίζει ότι θα πρέπει να είστε, να κάνετε και να κατέχετε.

Το γεγονός ότι βρίσκεστε τώρα εδώ μαζί μου δεν είναι διόλου τυχαίο. Παρά τη σύγχρονη νοοτροπία που ωθεί πολλούς εξαιρετικούς ανθρώπους να υπνοβατούν τις πιο πολύτιμες ώρες τους σε έναν ψηφιακό ύπνο, κάτι μέσα σας αναζητεί κάτι ανώτερο. Νιώθω πως, παρόλο που η ζωή μπορεί να είναι πολλές φορές δύσκολη, δεν έχετε χάσει την ελπίδα σας. Έχετε περιχαρακώσει την αισιοδοξία σας για ένα καλύτερο μέλλον και πιστεύετε πως το κάλεσμα της ψυχής σας θα σας βοηθήσει να πραγματοποιήσετε τις ηθικές φιλοδοξίες σας για όσο χρόνο μέλλει να ζήσετε.

Αυτό στα σχετικά γηράσκοντα μάτια μου σας καθιστά ήρωες. Έχετε περάσει πολλά. Θα μπορούσατε να τα έχετε παρατήσει και να γίνετε απαθείς, κυνικοί, επικριτικοί και άκαρδοι.

Όμως βρίσκεστε εδώ. Έτοιμοι να θριαμβεύσετε, παθιασμένοι να προοδεύσετε και αφοσιωμένοι στο να εξελιχθείτε μέσα από την καθοδήγηση που λαμβάνετε από μένα ως μέντορά σας. Η διάθεση

και η βούληση να αφήσετε πίσω το ποιοι ήσαστε χθες, για να γίνετε ακόμα καλύτεροι, πιο σοφοί, πιο υγιείς και πιο ευτυχισμένοι αύριο, συνιστά πράξη μεγάλου σθένους!

Και θα πρέπει να τονίσω ότι η προσπάθεια προσωπικής ανάπτυξης είναι το καλύτερο έργο σας. Πολλοί μειδιούν χλευαστικά όταν ακούν τον όρο «αυτοβελτίωση». Υπάρχει όμως κάτι πιο θαρραλέο και πιο λογικό από το να εξασκούμαστε σταθερά και προοδευτικά με σκοπό να μετατρέψουμε την ανασφάλεια του καθημερινού ανθρώπου σε σπάνια αυτοπεποίθηση, τους προσωπικούς περιορισμούς σε ασυνήθιστη δύναμη και τη μετριοπαθή πορεία ζωής σε ένα μοναδικό, συναρπαστικό ταξίδι που τιμά την υπόσχεση με την οποία έχουμε γεννηθεί; «Η πιο σημαντική επένδυση που μπορείτε να κάνετε είναι να επενδύσετε στον εαυτό σας», συμβουλεύει ο διακεκριμένος οικονομολόγος Γουόρεν Μπάφετ. Και η σοφότερη στρατηγική για να κάνετε καλύτερο τον κόσμο είναι να γίνετε εσείς καλύτεροι, σωστά;

Καθώς αναθεωρείτε, προάγετε και ρυθμίζετε το εσωτερικό σας σύμπαν, ενισχύετε σαφώς και τη σχέση σας με αυτό που στη συμβουλευτική μεθοδολογία μου αποκαλώ Ηρωικό Εαυτό (που συνιστά το αντίθετο του Εγωιστικού Εαυτού, του εσφαλμένου, ελαττωματικού, περιορισμένου και φοβισμένου μέρους του εαυτού μας που έχει διαμορφωθεί από τις αρνητικές πεποιθήσεις και τις ανθρώπινες πληγές που έχουμε υποστεί κατά το παρελθόν). Και όταν ενισχυθεί η εγγενής σχέση σας με τον σπουδαίο εαυτό σας, θα ενισχυθεί επίσης και κάθε άλλη σχέση στη ζωή σας.

Αν δομήσετε μεγαλύτερη επίγνωση και οικειότητα με τον Ηρωικό Εαυτό σας (μέσα από τις φιλοσοφίες και τα εργαλεία στα οποία θα σας ξεναγήσω), αυτό θα συμπαρασύρει και τη σχέση σας με την οικογένεια, τη ζωτικότητα, την εργασία, την ευημερία, την κοινότητα, την περιπέτεια και την προσφορά σας προς τους άλλους.

Παρεμπιπτόντως, θα πρέπει να τονίσω εξαρχής ότι δεν έχω αριστοκρατική καταγωγή, ούτε και μεγάλωσα με χρυσά κουτάλια. Οι γονείς μου ήταν μετανάστες. Πριν από δύο χρόνια, επισκεφθήκαμε με τη σύντροφό μου, την Ελ, το σπίτι στο οποίο μεγάλωσα. Ο σημερινός ιδιοκτήτης πότιζε το γκαζόν όταν φτάσαμε. Του είπα ότι έμενα κι εγώ παλιά στο σπίτι του, πάνω από πενήντα χρόνια

πριν. Έτσι, αυτός ο ευγενικός και χαμογελαστός κύριος είχε την καλοσύνη να μας καλέσει να περάσουμε μέσα.

Όταν φύγαμε, η Ελ είπε: «Αυτό είναι το πιο μικρό σπίτι που έχω δει ποτέ». Το ίδιο ένιωθα κι εγώ.

Και μεγάλωσα με αμέτρητα ελαττώματα, όπως όλοι οι άνθρωποι. Γεμάτος σκέψεις ανεπάρκειας, αισθήματα ατολμίας, ανασφάλεια και πρακτικές που αλυσόδεναν τα ταλέντα μου, περιόριζαν την αισιοδοξία μου και κατέπνιγαν την ελευθερία μου.

Ωστόσο, αυτό που με έσωσε και με μεταμόρφωσε ήταν η άνευ όρων (και ενίοτε εμμονική) αγάπη μου για εξέλιξη. Εάν δεν ήξερα πώς να βελτιώσω κάτι, φρόντιζα να μάθω πώς να το κάνω. Όσα φιλοδοξούσα να γίνω και όσα ονειρευόμουν να βιώσω μπορούσαν να συμβούν εμπλουτίζοντας την κατανόησή μου. Φυσικά, *μπορείτε να το κάνετε κι εσείς*. Και γι' αυτόν τον λόγο είμαι τόσο ενθουσιασμένος για εσάς.

Καθώς γράφω αυτές τις λέξεις, ανακαλώ τα λόγια της φιλοσόφου και συγγραφέως Άιν Ραντ:

Μην επιτρέψετε στη φλόγα σας να σβήσει. Λάμψτε με αναντικατάστατη σπίθα στους απεγνωσμένους βάλτους του όχι ακριβώς, όχι ακόμη και καθόλου. Μην αφήσετε τον ήρωα της ψυχής σας να καταστραφεί λόγω της μοναχικής απογοήτευσης για τη ζωή που αξίζατε αλλά δεν καταφέρατε ποτέ να πετύχετε. Ο κόσμος που επιθυμείτε μπορεί να κατακτηθεί, υφίσταται, είναι πραγματικός και είναι δικός σας.

Αυτό εύχομαι από καρδιάς για εσάς.

Βιώστε τον νόμο που ορίζει ότι η εξωτερική αλλαγή έπεται της εσωτερικής αλλαγής

Καθώς γράφω για εσάς αυτό το μήνυμα συμβουλευτικής, ελπίζω ότι έχετε εξαιρετική διάθεση, μεγάλο ενθουσιασμό (τι υπέροχη λέξη!) και επιδιώκετε με θέρμη μια υπέροχη ζωή για την οποία θα είστε περήφανοι στα βαθιά σας γεράματα. Και αν βρίσκεστε κιάλας σε αυτή την ηλικία, τότε εύχομαι να είστε ήδη περήφανοι για τη ζωή σας.

Σήμερα ξύπνησα στις τρεις το πρωί (έπεσα για ύπνο λίγο μετά τις 9 μ.μ.) για να κάνω διαλογισμό, να οραματιστώ και να προσευχηθώ. Στη συνέχεια, ανέβηκα στο ελλειπτικό μου μηχανήμα. Είναι το αγαπημένο μου μηχανήμα άσκησης, μετά το παλιό καλό μου mountain bike. Αυτό είναι το κορυφαίο για μένα. Στην αρχή της γνωριμίας μου με την Ελ -στο δεύτερο ραντεβού μας-, το πρώτο πράγμα που της έδειξα όταν με επισκέφθηκε στο σπίτι μου ήταν το mountain bike μου. Αργότερα, μου εκμυστηρεύτηκε πως της φάνηκε λίγο περίεργο. Όμως τόσα χρόνια μετά εξακολουθεί να είναι μαζί μου. Οπότε ήταν μάλλον σοφή κίνηση.

Νιώθω την ανάγκη να μοιραστώ μαζί σας μια ιστορία. Ένα απόγευμα, ένας πατέρας καθόταν στην αγαπημένη του πολυθρόνα διαβάζοντας εφημερίδα. Ο μικρός γιος του κάθισε δίπλα του. «Μπαμπά, έλα να παίξουμε», του είπε με ενθουσιασμό το αγόρι. Όμως ο πατέρας ήταν πολύ απασχολημένος ως ενήλικος και συνέχισε να διαβάζει την εφημερίδα του. «Μπαμπάκα, έλα να παίξουμε! Θέλω να κάνουμε κάτι ωραίο μαζί!» είπε το μικρό αγόρι. Κι όμως, ο πατέρας δεν του έδωσε καμία σημασία και συνέχισε να διαβάζει.

Το παιδί επέμεινε, αλλά ο άντρας εξακολούθησε να το αγνοεί. Εντέλει, ο πατέρας είχε μια ιδέα. Υπήρχε μια εικόνα της υδρογείου στην εφημερίδα, οπότε την έσκισε, την έκοψε σε δεκάδες μικρά κομμάτια και τα έδωσε στον γιο του λέγοντας, «Ορίστε, ένωσε τα κομμάτια», νομίζοντας ότι θα του έπαιρνε πολλή ώρα για να τα ενώσει.

Ωστόσο, τα παιδιά αποτελούν μια σαφώς πιο εξελιγμένη έκδοση από αυτή των ενηλίκων κι έρχονται για να μας δώσουν σημαντικά μαθήματα. Μόλις λίγα λεπτά αργότερα, το αγόρι επέστρεψε έχοντας ενώσει *τέλεια* τα κομμάτια του παζλ της υδρογείου.

«Πώς τα κατάφερες, γιε μου;» ρώτησε έκπληκτος ο πατέρας.

«Εύκολα, μπαμπά. Από την άλλη πλευρά υπήρχε η φωτογραφία ενός προσώπου. Και από τη στιγμή που βρήκα το πρόσωπο, ήταν εντάξει και η υδρογείος».

Δυναμική ιδέα, σωστά; Εφόσον ενώσετε τα κομμάτια του εαυτού σας, θα είστε εντάξει - κι όχι απλώς εντάξει. Φανταστικά, θα έλεγα, αν εφαρμόσετε τις φιλοσοφίες, τις μεθόδους, τις συνήθειες και τις τακτικές που με μεγάλο ενθουσιασμό θα μοιραστώ μαζί σας (τίποτα δεν αποδίδει για όποιον δεν είναι πρόθυμος να καταβάλει καμία προσπάθεια, έτσι δεν είναι;).

Ένα από τα νοητικά τατουάζ τα οποία λατρεύω να μοιράζομαι με το κοινό στις παρουσιάσεις μου σε κάποια πόλη στην άλλη άκρη του κόσμου είναι το εξής: «Τα θύματα προφασίζονται δικαιολογίες. Οι ηγέτες φέρνουν τα αποτελέσματα». Για να γίνει κάποιος ηγέτης, δεν απαιτείται να κατέχει κάποιον τίτλο, εξουσία ή αμύθητα πλούτη. Κάθε άλλο.

Η ηγεσία είναι το ακριβώς αντίθετο της θυματοποίησης. Και όσοι εκχωρούν τη δύναμη που τους βοηθά να δημιουργήσουν εξαιρετικά αποτελέσματα κάνοντας παράπονα, κατηγορώντας και περιμένοντας από τους άλλους να κάνουν τα πράγματα καλύτερα για εκείνους είναι αυτοί που πιάνονται στην παγίδα της θυματοποίησης.

Τις προάλλες, μπήκα σε ένα ταξί με έναν συμπαθή νεαρό οδηγό. Καθώς συζητούσαμε, ανέφερε ότι είχε έρθει ως μετανάστης με 260 δολάρια στην τσέπη. Αυτά ήταν τα μοναδικά του χρήματα. Ωστόσο, λόγω της εστίασης, της σκληρής δουλειάς και της διακαούς επιθυμίας του να προοδεύσει, εξοικονόμησε αρκετά για να αγοράσει ένα σπίτι και πλέον φρόντιζε οικονομικά και τα έντεκα (μάλιστα,

έντεκα!) μέλη της οικογένειάς του. Θα μπορούσε να παραπονιέται για το δύσκολο παρελθόν του, να κατηγορεί την άσχημη παιδική του ηλικία και να περιμένει από κάποιον εξωτερικό παράγοντα να βελτιώσει τις μέρες του. Όμως δεν το έκανε. Ξεκίνησε από χαμηλά, σημείωσε σταθερές καθημερινές νίκες και μεταμόρφωσε την κατάσταση του με το πέρασμα του χρόνου. Αυτός ο οδηγός ταξί είχε πετύχει σημαντικά αποτελέσματα αντί να επικαλείται δικαιολογίες. Και μου δήλωσε ότι το πραγματικό μυστικό του ήταν η βαθιά αφοσίωσή του στη συνεχή αυτοβελτίωση, η οποία ουσιαστικά αφορά την εξέλιξη, την πρώτη μορφή πλούτου.

Για κάποιο λόγο, η ιστορία αυτού του ανθρώπου μου φέρνει στο μυαλό τα λόγια του πολεμιστή ποιητή Τσαρλς Μπουκόφσκι: «Μπορείς να θυμηθείς ποιος ήσουν πριν ορίσει ο κόσμος ποιος θα πρέπει να είσαι;»

Και με αυτό θα ολοκληρώσω το κεφάλαιο. Γιατί χρειάζομαι ένα διάλειμμα από τη συγγραφή και το παλιό καλό μου mountain bike με περιμένει.

Μη γίνετε συλλέκτες κακίας

Κάποιος μας στραβοκοιτάζει. Κάποιο κοντινό μας πρόσωπο μας απογοητεύει. Κάποιο άτομο το οποίο εμπιστευόμαστε μας λείει ψέματα. Όλα αυτά αποτελούν μέρος της ζωής. Δεν μπορούμε να τα αποφύγουμε, όσο κι αν προσπαθούμε.

Όταν δεν μας αντιμετωπίζουν με τον τρόπο που θέλουμε, είναι πολύ εύκολο να θυμώσουμε. Ή να απομακρυνθούμε. Ή να αρχίσουμε να τρέφουμε μια κρυφή κακία.

Και καθώς προχωρούμε στη ζωή και αλληλεπιδρούμε με άλλα άτομα, είναι εύκολο να ενισχύσουμε αυτό που αποκαλώ Αποθήκη Κακίας. Συνεχίζουμε απλώς να αποθαρρυνόμαστε και, αντί να επεξεργαζόμαστε τα συναισθήματα πόνου, απογοήτευσης και δυσφορίας που δημιουργούν αυτές οι εμπειρίες, έτσι ώστε να απελευθερωθούμε από τα συγκεκριμένα συναισθήματα, απλώς βυθιζόμαστε σε αυτά. Και μας πνίγουν. Και αφήνουμε τις κακίες να θεριεύουν, όπως μια ορθάνοιχτη πληγή (που κηλιδώνει κάθε στιγμή που βιώνουμε και αμαυρώνει τη δημιουργικότητα, την παραγωγικότητα, την ευημερία και τη γαλήνη μας).

Είστε σοφοί και έξυπνοι και επιλέγετε πραγματικά σπουδαίους μέντορες, οπότε γνωρίζετε ήδη ότι αυτός δεν είναι ο καλύτερος τρόπος ζωής. Οι πληγές που δεν γιατρεύονται γίνονται δυνατότητες και προοπτικές που δεν πραγματώνονται, ενώ παράλληλα απομυζούν σημαντικό επίπεδο της ενέργειάς σας που θα μπορούσε να αξιοποιηθεί για να αποφέρει θαυμάσια αποτελέσματα και να σας βοηθήσει να απολαύσετε αυτό το εξαιρετικό χάρισμα και την αποστολή ζωής σας.

Θυμηθείτε το εξής: όσο γιγαντώνεται η Αποθήκη Κακίας, τόσο χρωματίζει τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζετε τα πάντα.

Αρχίζετε να διακρίνετε προσβολές και κακόβουλα σχόλια εκεί όπου δεν υπάρχουν. Αρχίζετε να αντιλαμβάνεστε ανθρώπους που κάνουν κακά πράγματα, ενώ στην πραγματικότητα δεν τα κάνουν. Αρχίζετε να πιστεύετε ότι αυτό το ενίοτε δύσκολο αλλά απολύτως καταπληκτικό σύμπαν στο οποίο ζούμε είναι ένα πολύ τρομακτικό μέρος. Αντιμετωπίζουμε τα πράγματα όχι όπως είναι, αλλά βάσει της δικής μας αντίληψης, σωστά;

Επομένως, αυτό που θα σας πρότεινα ειλικρινά, καθώς πίνω τσάι με γεύση μέντας και μια λεπτή φέτα τζίντζερ, ακούγοντας το αισθαντικό κάντρι τραγούδι του Κόλμπι Κούπερ «Fall», τη στιγμή που ένας πολύ θορυβώδης κόκορας συνεχίζει να ξυπνά τον κόσμο, είναι να *γίνετε εξπέρ στο να αφήνετε τα πράγματα πίσω σας*. Προστατεύστε τον εαυτό σας και αξιώστε να σας αντιμετωπίζουν σωστά. Δεν θα πρέπει να αφήνετε κανέναν να σας ποδοπατήσει. Ωστόσο, σας επιστώ την προσοχή και σας προτείνω να ενισχύσετε τη συμπόνια σας προς τους άλλους. Δεν γνωρίζουμε τι μάχες δίνουν. Και όλοι γύρω μας πραγματικά κάνουν ό,τι καλύτερο μπορούν. (Ακόμα κι αν το καλύτερο που μπορούν να κάνουν είναι να τα θαλασώσουν.)

Και αυτό δεν σημαίνει ότι δεν θα πρέπει να αναλαμβάνουν τις ευθύνες τους για όσα κάνουν, αλλά ότι αξίζουν την κατανόησή μας. Απλώς φανταστείτε πόσο λαμπερή θα είναι η ζωή που θα δημιουργήσετε εάν επιδοθείτε στην πολύτιμη αναζήτηση των χαρισμάτων στους ανθρώπους που σας εποφθαλμιούν. Αυτή είναι η συμπεριφορά των σπουδαιότερων ανθρώπων στην ιστορία και των πραγματικά πλούσιων ανθρώπων.

«Στη νεότερη και πιο ευαίσθητη ηλικία μου, ο πατέρας μου μου είχε δώσει μια συμβουλή η οποία έκτοτε στριφογυρίζει στο μυαλό μου. “Όποτε μπαίνεις στον πειρασμό να επικρίνεις τους άλλους, απλώς θυμήσου ότι δεν έχουν όλοι τα δικά σου πλεονεκτήματα”», είπε ο Νικ Κάραγουεϊ, αφηγητής στο εξαιρετικό μυθιστόρημα του Φ. Σκοτ Φιτζέραλντ *Ο Μεγάλος Γκάτσμπυ*.

Εάν αντιληφθείτε αυτή την αλήθεια, η καθημερινή χαρά και η συνολική σας γαλήνη θα κλιμακωθούν στο έπακρο. Και μέσα από τη δική σας ζωή, θα ενθαρρύνετε διακριτικά την εξάπλωση της γαλήνης σε όλο τον πλανήτη.

Δεν πειράζει να μην είστε τέλειοι

Η κοινωνία μάς εκπαιδεύει να είμαστε «τέλειοι» και «άκρως τακτικοί» και να έχουμε «υπέροχους κοιλιακούς». Μεγάλη ανοησία!

Μήπως ένδειξη μεγάλης σοφίας αποτελεί η άκρως *ισορροπημένη* ζωή;

Υπάρχουν στιγμές κατά τις οποίες ενδείκνυται να δείχνουμε κορυφαία δύναμη θέλησης (ενώ δημιουργούμε π.χ. ένα εμπνευσμένο έργο, επιδιώκουμε έναν σημαντικό στόχο φυσικής κατάστασης ή υλοποιούμε ένα σπουδαίο πνευματικό εγχείρημα) και να υιοθετούμε ένα πρότυπο ηρωικής αυτοπειθαρχίας. Από την άλλη, υπάρχουν περίοδοι που ενδείκνυται για χαλάρωση, χαμηλά επίπεδα δράσης και στιγμές τις οποίες βιώνουμε ως απλοί καθημερινοί *άνθρωποι*.

Και με τον τίτλο αυτού του συμβουλευτικού μηνύματος, ότι δεν πειράζει μην είστε τέλειοι σε συγκεκριμένες περιόδους της πορείας της ζωής σας, δεν εννοώ απλώς ότι δεν χρειάζεται να στρώσετε το κρεβάτι σας όταν δεν έχετε όρεξη, ούτε να φορτώνετε το πρόγραμμά σας για να δώσετε στον εαυτό σας το ελεύθερο να βαρεθεί. Εννοώ επίσης ότι δεν πειράζει να μην είστε τέλειοι όσον αφορά την εσωτερική σας ζωή. Η αυτοκυριαρχία και η προσωπική εξέλιξη δεν θα πρέπει ποτέ να συνιστούν καταπιεστική κατάσταση. Διαφορετικά, θα απομυζήσουν τη μαγεία από το όλο εγχείρημα.

Χθες βράδυ, παρακολούθησα ένα βίντεο στο διαδίκτυο ενός άντρα που έλεγε ότι θα πρέπει να φερόμαστε στον εαυτό μας όπως σε μια μεγάλη πέτρα. Να τον χτυπάμε πάνω στις πιο ακραίες αιχμές

του για να σκαλίσουμε κάτι όμορφο. Η ενέργειά του ήταν ιδιαίτερα έντονη, επιθετική και μάλλον θυμωμένη.

Αντιλαμβάνομαι τι θέλει να πει, ειλικρινά. Δεν μπορούμε να ενδίδουμε συνεχώς στις αδύναμες παρορμήσεις μας και την ίδια στιγμή να ελπίζουμε ότι θα κατακτήσουμε μια ζωή αριστείας, ολοκλήρωσης και δέους. Το κατανοώ. Στείλτε μου το μπλουζάκι με το αντίστοιχο λογότυπο. Ένα μέρος του μηνύματος της Κουλτούρας της Τοξικής Παραγωγικότητας έχει μια λογική. Ευχάριστα πράγματα συμβαίνουν σε ανθρώπους που κάνουν σκληρά πράγματα.

Όμως, προσωπικά, θεωρώ ότι μια σπουδαία ανθρώπινη εμπειρία θα πρέπει να έχει έναν βαθμό αταξίας. Ορισμένες στιγμές «στρατηγικής οκνηρίας». Κάποιες συναρπαστικές μέρες μεγάλου βαθμού χάους. Όπου απλώς επιτρέπουμε στον εαυτό μας να αφήσει άστρωτο το κρεβάτι, να μην απαντήσει σε μια κλήση και να μην πλύνει τα πιάτα. Δεν είμαστε μηχανές. Είμαστε άνθρωποι.

Αυτό που θα ήθελα να αναλογιστείτε είναι ότι πρέπει να εμπιστευτείτε περισσότερο τη ροή. Πάψτε να αντιστέκεστε στους φυσικούς ρυθμούς σας. Αποδεχτείτε τις εποχές όταν φαίνεται πως δεν συμβαίνουν πολλά, όπως ο αγρότης αποδέχεται την εποχή της αγρανάπαυσης καθώς και την περίοδο του θερισμού, κατανοώντας ότι χωρίς την πρώτη δεν θα ήταν δυνατή η εκπληκτική ανάπτυξη της δεύτερης. Τιμήστε τις μέρες κατά τις οποίες έχετε όλη την ενέργεια και την όρεξη του κόσμου. Και ξεκουραστείτε περισσότερο τις μέρες που δεν την έχετε.