LES SEPT HABITUDES FONDAMENTALES DE LA RÉUSSITE

Barnett O'Malley

Barnett-editebook.com

Les 7 Habitudes Fondamentales de la Réussite

by Barnett

Contributions by Barnett O'Malley

Published by barnett-editebook.com

Mise à jour Août 2016

Cet ebook est optimisé pour être lu sur un écran d'ordinateur, mais vous pouvez aussi l'imprimer. Cependant, la police est plus grande que celle des livres habituels pour faciliter l'usage sur ordinateur.

Décharge de responsabilité

Le contenu de ce document a pour unique vocation de vous informer.
Toutes les informations contenues dans ce rapport ont été soigneusement vérifiées à l'issue de leur rédaction, mais sans garantie d'exactitude, d'exhaustivité, de précision.
En lisant ce document, le lecteur accepte sans réserve et définitivement le fait qu'en aucune circonstance l'auteur et/ou le vendeur ne pourra (pourront) être tenu(s) responsable(s) de l'insuccès, des pertes, dommages, directs et indirects, qui résulteraient de l'utilisation de l'information contenue dans ce document, incluant et ne se limitant pas aux erreurs, oublis et imprécisions.

Copyright © Floreffe2016 – Barnett-editebook.com. Tous droits réservés. Copie et reproduction de tout ou partie de ce rapport strictement interdits sauf autorisation écrite et signée de l'auteur.

Note de l'éditeur

De tous les livres sur le développement personnel et/ou de succès à atteindre ... certains parlent uniquement de changer les habitudes sans beaucoup de détails, la plupart n'en parle même pas. Presque aucun ne vous explique comment vous y prendre. Comme vous le verrez plus loin, prendre la bonne attitude face au défi à relever est de choisir les habitudes à acquérir dans ce but. Ce livre a été spécialement créé pour répondre à une demande pointue et l'éditeur se réserve le droit de le publie sous une autre forme s'il le juge utile.
C'est même une phase cruciale et d'importance entre la prise de décision de l'objectif à atteindre et les choix stratégiques à développer pour y arriver.

Vous passez beaucoup de temps à imaginer de nouveaux projets, à croire à l'impossible rêve ou, même, à imaginer une vie nouvelle, reprendre des études ou que sais-je encore. Mais, coincé par vos habitudes quotidiennes, rien ne bouge ...

Et pour cause ! Si vos mêmes habitudes donnent les mêmes résultats, et que vous ne modifiez rien, comment voulez-vous changer quelque chose à votre vie ?

Et pourtant ! Tout est possible. TOUT ! La solution est en vous. Vous ne le saviez pas ? Il vous faut juste modifier quelques paramètres et, en particulier, adapter votre mode de fonctionnement en fonction de l'objectif à atteindre. Il est vrai que nager 3.000 m tous les jours ne vous servira à rien si votre objectif est de grimper la voie nord du Mont Blanc.

Ce livre sur le changement de vos habitudes est votre future bible, un véritable guide à lire et à relire.

Selon la vie que vous entendez mener, les objectifs que vous poursuivez et, je suppose, que vous désirez plus que tout atteindre, il est bon d'acquérir directement le bon réflexe et, sans doute, de revoir votre propre système de fonctionnement.

Notre pari est de remuer le cocotier qu'est votre quotidien, en concevant un outil qui vous permettra, soyez-en certain, d'atteindre votre objectif, quel qu'il soit. Le prix à payer, pour l'atteindre, sera de modifier votre attitude et ... certaines habitudes. Celles-ci peuvent être d'ordre physique (pratiquer un sport, un passe-temps) ou mental (adopter une autre attitude). Ce dernier point est souvent plus délicat à mettre en œuvre.

J'ai une bonne nouvelle, mais vous le saviez déjà : vous avez pris la bonne décision !

SOMMAIRE

1. INTRODUCTION.....5
2. POURQUOI CHANGER VOS HABITUDES.....12
3. LES 7 HABITUDES FONDAMENTALES À CHANGER 18
4. LES 5 ETAPES DU CHANGEMENT.....35
5. TECHNIQUES POUR VOUS METTRE EN ACTION.....39
6. A VOUS DE JOUER.....45

1. Introduction

On ne change pas une équipe qui gagne. Vous avez sûrement déjà entendu cette phrase, que ce soit dans le cadre de votre travail, votre hobby , de votre sport ou même de votre famille.

D'accord, mais pourquoi ne pas chercher à renforcer votre position ? Même si vous êtes le numéro 1 sur le marché, il y aura toujours un n°2 qui voudra prendre votre place et, si vous êtes ce numéro 2, vous voudriez devenir le n°1 ...

Dans tous les cas, rester à ne rien faire, c'est vous assurer de perdre votre position. Vous tentez en vain d'arrêter de fumer ou de boire, de passer un concours ou de commencer une nouvelle activité, un nouveau sport, une nouvelle formation professionnelle ou, simplement, de [re]trouver la personne avec qui vous pourriez fonder une famille ... mais vos mêmes habitudes ont toujours donné les mêmes résultats : rien ne change ! Vos projets en sont toujours au même stade ... à l'état de projet.

Ce livre se situe au début du processus pour atteindre votre objectif, juste après que vous l'ayez déterminé avec certitude et de la manière la plus précise qui soit. Dans ce livre, vous allez découvrir pourquoi changer et une liste des 7 habitudes que les plus grandes personnalités mondiales_ de l'industrie, du sport, de la politique_ ont appliquées pour atteindre leurs objectifs.

Vous découvrirez, aussi, une méthode et les techniques pour vous mettre en action. Vous pouvez avoir les meilleurs sentiments et les plus forts désirs du monde, mais si vous n'apprenez pas la technique du saut à la perche, vous ne sauterez jamais une barre à 3 mètres de haut, encore moins à 5 mètres. Comment voulez-vous gagner le concours du meilleur pâtissier si vous n'avez jamais fait un gâteau ?

Ici, c'est toujours le même principe. A propos, vous souvenez-vous de vos bonnes résolutions prises lors de la dernière Nouvelle Année ?

Le Cheval de nos Habitudes

Connaissez-vous cette vieille histoire du marchand ambulant et de son cheval ?
Un marchand ambulant avait pris l'habitude de s'arrêter à toutes les tavernes de sa tournée. Si bien que son cheval a fini par connaître le chemin sur le bout des sabots et, bien sûr, s'arrêtait d'office aux mêmes endroits, pendant que son maître, lui, buvait de plus en plus, à tel point qu'il ne savait plus dire où il habitait.
Un jour, il prit une grande décision et décida de changer ses mauvaises habitudes: « Demain, j'arrête de boire ! ».
Aussitôt dit, aussitôt fait et, le lendemain, il partit … devinez quoi …
Gagné : Il changea de cheval.
Que croyez-vous qu'il se soit passé ?
Il ne fallut pas longtemps au nouveau cheval pour connaître les points d'arrêt du marchand et, au bout de quelques mois, il le conduisait, de lui-même, sur les chemins de l'ivresse.
Bien sûr, nous ne sommes pas tous comme cet ivrogne, mais nous avons tous, en nous, ce cheval de nos habitudes, parfois bien cachées.
Le soir, vous rentrez, fourbu par les tâches qui vous ont été assignées, suivi par un embouteillage monstrueux sur la route du retour et quand vous arrivez chez vous, votre compagne vous "fait la tête" parce que le soufflé au fromage est retombé. Aussi, vous n'avez plus qu'une envie, boire une bonne bière devant la télévision, les doigts de pied en éventail…

Ou, vous, madame, qui travaillez : vous avez aussi eu une journée harassante, à régler des tas de petits et gros problèmes professionnels, sans compter les mêmes embouteillages aux endroits habituels et, le soir, vous voudriez bien mettre les pieds sur le pouf et regarder la télévision, mais votre mari et vos enfants vous rappellent que leurs ventres crient famine, qu'il y a des lessives à mettre en route, que votre mari vous rappelle qu'il doit mettre son beau costume car il a un client important le lendemain et les enfants se rappelleront, au moment d'aller se coucher, quand ce n'est pas au moment d'arriver à l'école, qu'il y a un formulaire à remplir ou 12,87 € à payer pour les photocopies de l'école… Et c'est comme cela tous les jours.

Et pourtant … Le matin même, vous vous étiez levée, superbement en

forme, prête à déménager une montagne, votre tête remplie de projets géniaux pour le soir et les jours prochains...

Mais voilà, nos habitudes sont présentes et terriblement enracinées dans notre mode de vie. Elles peuvent être particulièrement nuisibles ou vous conduire sur le chemin du succès et de la réussite.

Votre Vie est forgée par vos Pensées

Vous aspirez à une vie meilleure, riche et prospère. Vous allez voir, et apprendre, comment, en changeant quelques habitudes, vous pourrez accéder au sommet. Au fait, quelle est la différence entre gagner 10.000 € et 100.000 € ?
Pas grand-chose, c'est juste différent ...

Votre Vie est forgée par vos Pensées, nous y reviendrons. Henri David Thoreau disait que la pensée est le sculpteur qui peut créer la personne que vous voulez être.

Afin de réaliser la puissance et les conséquences de ces deux phrases, j'aimerais vous parler d'une connaissance qui a des gros problèmes d'argent.

Vous lui proposez un travail rémunérateur et ladite personne vous répond que c'est une bonne idée... mais ne fait rien. Ensuite, lorsque vous lui proposez de se mettre en route, elle vous répond qu'elle a, justement, autre chose à faire ... Sachant que cette personne travaille l'après-midi, vous lui proposez une grille horaire, pas trop chargée, où elle pourra planifier ses nouvelles tâches, ses nouvelles habitudes. Vous avez beau lui envoyer un tas de courriels avec des liens intéressants, permettant de se faciliter la tâche ainsi que de demander régulièrement où elle en est dans ses travaux. Rien n'avance ! Que du contraire, vous recevez des réponses évasives, décrivant une sorte de lascivité alarmante. Que ce soit pour venir travailler dans votre jardin, d'écrire un livre, de faire votre ménage ou de sous-traiter professionnellement ... Enfin de compte, malgré vos efforts, non seulement cette personne ne travaillera peut-être jamais pour vous, ni pour quelqu'un d'autre mais, en plus, comme sa santé financière se dégrade fortement, elle pense

que cela n'améliorera pas son quotidien, alors pourquoi se bousculer ?
En finalité, elle ne récoltera rien car elle n'a rien semé; somme toute, elle vit la vie qu'elle a demandé de vivre.
D'un autre côté, vous avez une autre connaissance, motivée et enthousiaste qui veut progresser. Celle-ci accepte toutes les missions qui lui sont données et, même plus, rend divers services gratuitement, sans attendre un quelconque retour, dans son quartier, ainsi que dans le cadre de son métier.
Elle a découvert que ce n'est pas la réussite qui viendra à elle, mais elle qui doit aller à la réussite. Elle a réalisé que c'est l'action et non la réflexion qui guidera sa vie. Ses pensées sont celles d'un gagnant : toujours chercher l'efficacité et le meilleur autant chez les autres que chez soi. En conséquence de quoi, les tâches qui lui étaient assignées ont été plus vite exécutées, dans un mouvement de travail d'équipe et dans la bonne humeur; ce qui a réjoui son chef hiérarchique. Ce dernier n'hésite plus à lui donner plus de missions et de responsabilités.

En fin de compte, elle récolte en abondance ce qu'elle a semé.
Votre vie est bien forgée par vos pensées.

Maintenant, regardez autour de vous et réfléchissez à cela.
Vous pouvez perdre plusieurs fois votre fortune dans votre vie, mais pas votre cerveau ! C'est votre état d'esprit et, donc, vos pensées, qui vous remettront sur pied. Cela ne sera plus une effroyable catastrophe, mais un simple accident de parcours.
Impossible ?

Dites-vous bien qu'entre possible et impossible, il y a 2 lettres, 1 état d'esprit et, ... une infinité de solutions.