ఇన్ఫోగ్రాఫిక్

పది విజయ మంత్రాలు

వ్యక్తిత్వ వికాస రంగంలో పరిచయం అక్కర్లేని పేరు రాబిన్ శర్మ. సోషల్ మీడియా వేదికగా జీవితంలో విజయం సాధించడానికి ఆయన 10 మంత్రాలను పంచుకున్నారు. ''ప్రాథమిక విషయాల పట్ల నైపుణ్యంతో కూడిన స్థిరత్వంలో విజయం దాగి ఉంటుంది'' అని రాబిన్ శర్మ అందులో పేర్కొన్నారు. ఆ పది సూత్రాల వివరాలివి..

1 మంచి మాట్లాడాలి

ఎదుటివారి గురించి మంచి మాట్లాడాలి. దీంతో మిత్రులు పెరుగుతారు. శత్రువులు తగ్గిపోతారు. అంతేకాదు దీనివల్ల జీవితం పట్ల సానుకూల దృక్పథం ఏర్పడుతుంది.

2 సుదీర్ఘమైన నడక

నడక ఓ గొప్ప వ్యాయామం. ఒక్క శరీరానికి మాత్రమే కాకుండా ఆత్మకు కూడా! ఒత్తిడిలో ఉన్నవారికి నడక ఎంతో ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. వారిని స్పష్టంగా ఆలోచించేలా చేస్తుంది. అలా జీవితంలో మెరుగైన నిర్ణయాలు తీసుకునేందుకు దోహదపడుతుంది.

3 మంచి పుస్తకాలు

బాగా చదవడం వల్ల మన ప్రాపంచిక దృక్పథం విశాలమవుతుంది. మరిన్ని కొత్త ఆలోచనలు వస్తాయి. పద సంపద పెరుగుతుంది. రాసే సామర్థ్యం మెరుగుపడుతుంది.

4 మర్యాదగా... సమయానికి

ఎవ్వరైనా సరే ఇతరుల పట్ల మర్యాదగా, దయతో మెలగాలి. పనిచేసే చోట సమయపాలన తప్పనిసరి. ఇది మీపట్ల ఇతరులకు, మీరు పనిచేసే సంస్థకు నమ్మకాన్ని నిలబెడుతుంది. అలా జీవితంలో ఉన్నత శిఖరాలకు విజయవంతంగా ఎదుగుతారు.

5 మాటకు కట్టుబాటు

మీరు ఇచ్చిన మాటకు కట్టుబడి ఉండటం మిమ్మల్ని వ్యక్తిగతంగా– వృత్తిగతంగా నమ్మకస్తులుగా మారుస్తుంది. ఓ వ్యక్తిగా ఎదుటివారిలో మీ పట్ల గౌరవభావాన్ని పెంచుతుంది.

6 ఓపికగా ఉండాలి

'వేచి ఉండేవారికే మంచి జరుగుతుంది' అని నానుడి. స్మార్ట్ వర్క్, నిరంతర ప్రయత్నం దీర్ఘకాలంలో సత్ఫలితాలను ఇస్తాయి.

7 తొందరగా నిద్ర లేవాలి

ప్రపంచంలో అత్యంత విజయవంతమైన వ్యక్తులు తెల్లవారుజామున 4–5.30 గంటల మధ్య నిద్ర లేస్తారు. ఈ సమయాన్ని యోగా, ధ్యానం, వ్యాయామం, చదవడం, రాయడం లాంటివి పూర్తిచేయడానికి వాడుకుంటారు. ఈ విధానం రోజువారీ చర్యల్లో ఇతరుల కంటే ముందుండటానికి వీలు కల్పిస్తుంది.

8 తగినంత విశ్రాంతి

జీవితంలో విజయం సాధించడానికి కష్టపడి పనిచేయాలి. అదే సమయంలో తగినంత విశ్రాంతి, నాణ్యమైన నిద్ర కూడా మనిషికి అవసరమే అని మర్చిపోకూడదు. ఇది దీర్ఘకాలంలో మిమ్మల్ని చురుగ్గా ఉంచుతుంది.

9 పనిలో తెలివిగా

కష్టించి పనిచేయడం మాత్రమే కాదు.. తెలివిగా– స్మార్ట్ వర్క్ చేయడమూ అవసరం. ఇది ఉద్యోగ పరుగు పందెంలో మిమ్మల్ని ముందు వరుసలో నిలబెడుతుంది.

10 అన్నీ గొప్పగా మారతాయి

చివరగా, మిమ్మల్ని మీరు నమ్మండి. మీ సత్సంకల్పాలు సవ్యంగా సాగడానికి మనం జీవించే విశ్వాన్ని కూడా విశ్వసించండి.