

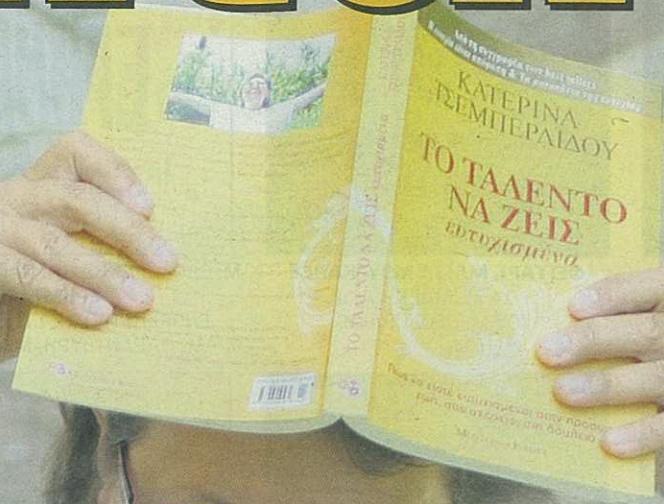
όρμος του Επενδυτή

11 Σεπτεμβρίου 2010, τεύχος 140

culture

ΙΝΤΡΗΣ
ΓΡΟΠΟΥΛΟΣ
Ι ΚΥΒΕΡΝΟΥΝ
ΕΙΝΑΙ ΤΑΠΕΙΝΟΙ

RIA AND THE
OTO FRAME
ΟΥΝ ΦΩΤΙΑ
ΑΓΓΛΟΦΩΝΟ
ΗΝΙΚΟ ΤΡΑΓΟΥΔΙ



Κατερίνα Τσεμπερλίδου
ΤΟ ΤΑΛΕΝΤΟ ΝΑ ΖΕΙΣ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΑ

KATERINA TSEMPLERIDOU

“

Οι φίλοι είναι
το οξυγόνο
και ο καθρέφτης μας.
Γιατί η φιλία
δεν έχει συμβόλαιο.
Περνάει
από μακροχρόνιες
εξετάσεις
για να επιβιώσει.

”



Η ευτυχία είναι στάση ζωής

Στη σύγχρονη Ελλάδα των οικονομικών και κοινωνικών προβλημάτων, η ευτυχία και η κατάκτησή της φαντάζουν για πολλούς άπιαστο όνειρο. Ειδικά το άγχος που γεννά ο επαγγελματικός στίβος επιρεάζει τους περισσότερους από εμάς, ζημιώνοντας και τους υπόλοιπους τομείς της ζωής μας. Η συγγραφέας, αρθρογράφος και κορυφαία δημιουργός στον χώρο της διαφήμισης, συμπληρώνει την best seller «Τριλογία της ευτυχίας», την οποία ξεκίνησε με το «Η ευτυχία είναι απόφαση», και την οποία συνέχισε με το «Τα μονοπάτια της ευτυχίας», εστιάζοντας στην προσωπική ζωή, τις σχέσεις και την επαγγελματική σταδιοδρομία, καθώς και σε όσα μπορούμε να επιτύχουμε σε αυτούς τους τομείς όταν έχουμε μια θετική αντιμετώπιση των καταστάσεων και αναγνωρίζουμε και εκτιμούμε τις μικρές χαρές της καθημερινότητας, αλλά και όταν έχουμε πίστη στον εαυτό μας, τις ικανότητες και τα όνειρά μας.

από τη ΜΥΡΤΩ ΤΣΕΛΕΝΤΗ

Ας αρχίσουμε από το τέλος... Στον επίλογο του βιβλίου γράφετε: «Μπορώ να πω στους άλλους αρκετά πράγματα για την ευτυχία μέσα από την καρδιά μου, από τα μαθήματα που πήρα εγώ ή οι δικοί μου άνθρωποι». Αυτό υπήρξε για εσάς το έναυσμα για τη συγγραφή των τριών βιβλίων σας με θέμα την ευτυχία; Πράγματι οι προσωπικές εμπειρίες σας αποτέλεσαν την πηγή της έμπνευσής σας;

Το έναυσμα μου το έδωσε ο εκδότης μου. Κάποια στιγμή της ζωής μου άρχισε να με απασχολεί η συνειδητή αλλαγή των σκέψεών μου από αρνητικές σε θετικές. Είπα στον εκδότη μου ότι ο κόσμος διψάει για μια θετική προσέγγιση της ζωής κι εκείνος μου πρότεινε να γράψω ένα βιβλίο πάνω σε αυτό το θέμα. Εγώ, χωρίς να ξέρω ακόμα και τώρα πώς, είχα την επιφοίτηση να γράψω για την ευτυχία και διάλεξα το θέμα αυτό γιατί ήθελα να αυξήσω τον βαθμό ικανοποίησης που αντλώ από τη ζωή μου.

Πώς «Το ταλέντο να ζεις ευτυχισμένα» συμπληρώνει την «Τριλογία της ευτυχίας»;
Ενώ το πρώτο μου βιβλίο «Η ευτυχία είναι απόφαση» αναφερόταν γενικά στην ευτυχία και το δεύτερο «Τα μονοπάτια της ευτυχίας»

στις αξίες της ζωής, το «Ταλέντο να ζεις ευτυχισμένα» αναφέρεται, επιμέρους και συγκεκριμένα, στην ευτυχία στην προσωπική ζωή, στις συναισθηματικές ή κοινωνικές μας σχέσεις και στη δουλειά.

Η επικοινωνία με τους αναγνώστες σας, μέσω του site σας (www.tsampleridou.gr), σας επιρρέασε στη συγγραφή αυτού του βιβλίου; Με επιρρέασει στην επικοινωνία που γίνεται και μέσω του site μου, αλλά και μέσω της προσωπικής επικοινωνίας –οπουδήποτε οι αναγνώστες μου μού εκφράζουν τις σκέψεις, τις αντιδράσεις ή τις ανάγκες τους.

Είναι η ευτυχία τελικά μια εσωτερική κατάσταση ή το αποτέλεσμα ορισμένων εξωτερικών συνθηκών;
Η ευτυχία εξαρτάται, σκεδόν κατά το ήμισυ, από τις ορμόνες με τις οποίες γεννιθήκαμε, κατά ένα 10% από τα εξωτερικά γεγονότα και κατά ένα 40% από τη δική μας στάση απέναντι στα γεγονότα. Ακόμα και άτομα από την ίδια οικογένεια ή το ίδιο περιβάλλον αντιδρούν διαφορετικά στα εξωτερικά γεγονότα, ανάλογα με την προσωπική τους στάση ζωής.

