

Taradof.Blog.ir

آینده ای که می بینید ...

همانیست که به دست می آورید

چگونه تغییر کنیم؟

چرا تغییر نمیکنم؟

چه بدانیم چه ندانیم ما خالق زندگی خود هستیم

آنچه در زندگی ما اتفاق می افتد حاصل شانس یا برآیند نیروهای طبیعت نیست بلکه بازتاب آنچیزیست که در درون خود ما در جریان است

دنیای بیرون همواره انعکاسی از دنیای درون فرد است

ما بهشت و جهنم خود را در درون خودمان بر پا می کنیم . زندگی از درون ما جاریست و اگر در درون خود به صلح و آرامش رسیده باشیم هیچ آتشی ما را نخواهد سوزاند چرا که ما در گلستان درون خویش ساکنیم. درک این موضوع که زندگی بیرونی ما و حوادثی که برای ما پیش می آید نتیجه ی افکار و احساسات خود ماست بسیار مهم است . افکار (تصاویر ذهنی و تعریف ما از زندگی از خود و از دنیای اطرافمان) و احساسات (احساسی که نسبت به خود و زندگی داریم) تعیین کننده ی وقایع زندگی ما هستند، بدون شک اگر در ذهن خویش تصویر مثبتی از خود و زندگی و محیط پیرامون خویش نداشته باشیم و احساس خوب و زیبایی از جهان برای خود نساخته باشیم نمی توانیم انتظار داشته باشیم که زندگی ما را به زیبایی و شادی دعوت کند .

ذهن آدمی خالق زندگی اوست ،ذهن مانند یک کامپیوتر عمل میکند که پس از گرفتن ورودی (دیتا) و پردازش اطلاعات یک خروجی به ما می دهد ،ورودی این کامپیوتر همان افکار و احساسات هستند (تصویر ذهنی ما از خودمان و دنیا و تعریفی که از زندگی در ذهنمان شکل گرفته و احساسی که همیشه و همواره نسبت به خود و زندگی داریم) وقتی این دو منفی باشند انتظار دارید خروجی چه باشد مثبت؟ مطلوب؟ چطور می شود ما در مزرعه ی زندگی خویش بذر علف هرز بپاشیم و انتظار داشته باشیم گل بروید؟

این ما را به یک چرخه می رساند که گاه در آن گرفتار می شویم یک دور باطل.

با احساس و *افکار منفی خود که به زندگی می دهیم موقعیتها و شرایطی را در زندگی خود خلق می کنیم که مطلوب ما نیستند و باعث نارضایتی ما می شوند و این وقایع نامطلوب و ناخوشایند به نوبه ی خود بر روی *احساس و عواطف و *افکار و تصویر ما از زندگی اثر منفی می گذارند و خود را در ذهن ما تثبیت می کنند و دوباره باعث تکرار این چرخه می شوند به همین علت است که گاه می بینیم و می شنویم که بعضی ها مادر زاد بدشانس یا بد بخت هستند و بیش از همه خود این افراد بر این مسئله اصرار دارند که " من بدشانسم از اول اینطور بودم من دست به هر کاری می زنم خراب میشه، دیدی تلاشم رو کردم و نشد گفتم که من نمی تونم من هر قدر هم تلاش کنم باز هم فایده ای نداره " و حرفهایی از این دست .

به راحتی میتوان ثابت کرد که شخصی ، بد شانس یا بی چاره است کافیت خودش اینرا باور داشته باشه همین ، بخش عمده ی شخصیت و ذهنیات ما در کودکی شکل گرفته است و نتیجه ی تربیت و تجربیات همان دوران می باشد تصاویر و باور هایی که سالهاست در ذهن و احساس ما جا خوش کرده و به این راحتی دست از سر ما بر نخواهد داشت نباید با آنها بجنگیم کافیت نسبت به آنها بی توجه باشیم . اگر به آنها توجه نکنیم مانند علف های هرزی که نور و آب دریافت نمی کنند کم کم از بین میروند .البته تردید بارها و بارها به سراغ ما می آید . افکار منفی که سالهاست در ذهن ما لانه کرده اند حاضر نیستند به این راحتی جا خالی کنند . پس ذهن منفی هر کاری بتواند می کند تا ثابت کند که تلاش شما بی فایده است

چگونه می توان از افکار منفی خلاص شد؟ باید از جایی شروع کرد. حتی از یک کار کوچک که شانس موفقیت ما در انجامش بالا باشد. و اینگونه به ذهنمان این پیام را میدهیم که "من می توانم موفق شوم"

ذهن مانند یک کودک است باید با ملایمت و مهربانی پرورش داده شود

اگر قصد دارید به یک کودک اعتماد به نفس بدهید و کاری کنید که به فردی موفق تبدیل شود باید ابتدا تصویر ذهنی یک فرد موفق و مثبت را به او بدهید

برای مثال کار و مسئولیتی را به او محول کنید که مطمئن باشید از عهده انجام دادنش بر می آید و پس از اینکه موفق شد به او بگویید "آفرین تو موفق شدی" "تو تونستی" تکرار چنین موقعیت هایی کم کم تصویر یک فرد توانا و موفق را در ذهن کودک ثبت می کند البته گاهی نیز باید گذاشت تا کودک شکست را تجربه کند و بعد به او امید و انرژی بدهیم تا از نو شروع کند و بیاموزد که چگونه با شکست ها و نشدن ها روبرو شود.

ما خلاق هستیم و می توانیم راهکار های متفاوتی بیابیم هر مهارتی با تمرین و تکرار به دست می آید. موفقیت و خوشبختی نیز مهارت هستند و باید آنها را تمرین کرد برای رسیدن به هر خواسته و رویایی باید از ذهن و درون خودمان شروع کنیم، باید باور کنیم که هم اینک همانی هستیم که همیشه آرزوی بودنش را داشته ایم. هر آنچه را در ذهن و در اینجا و اکنون بتوانیم تصور کنیم می توانیم در جهان بیرون نیز متجلی کنیم به شرط اینکه باورش کنیم و با احساسش زندگی کنیم عشق زیبا ترین هدیه ی زندگی است. اگر ذهن و قلبمان را پر از عشق کنیم جایی برای ترس و تردید و نگرانی باقی نخواهد ماند.

ما اغلب اوقات خالق نا آگاه زندگی خود هستیم و متأسفانه چیزی را خلق می کنیم که دوستش نداریم این به این خاطر است که به جای اینکه ما ذهن و عواطفمان را کنترل کنیم آنها ما را کنترل می کنند پس با کنترل این دو رکن می توانیم تا حدی کنترل زندگی خود را در دست گیریم و آینده خود را رقم بزنیم اما این کافی نیست . **ما میتوانیم خالق زندگی خود شویم .**

اما چه چیزی خلق خواهیم کرد؟؟؟

مانند نقاش بی هنری که اثرش زیبایی ندارد؟؟ پس باید زیبایی و شادی را آموخت تا بتوان آنرا خلق کرد . با رشد آگاهی و با داشتن عشق می توان از نیروی خلاق ذهن جهت آفرینش یک زندگی زیبا بهره گرفت، در غیر اینصورت ما ممکن است خالق آگاه یا نا آگاه ویرانی و اندوه باشیم پس همچنان که سعی در به دست گرفتن کنترل ذهن و عواطف خود داریم باید در جهت رشد معنوی (رشد آگاهی معنوی ... که این نباید با اخلاق یا عواطف اشتباه گرفته شود) و عاشقانه زیستن نیز تلاش کنیم .

افراد ثروتمند گیرنده های خوبی هستند.

افراد فقیر گیرنده های ضعیفی هستند.

به واژه گیرنده در عنوان توجه کنید.

ثروتمندان چه چیزی را خوب " می گیرند " ؟

پاسخ: پول ، ثروت و موقعیت های خوب را. اگر خوب دریافت نکنید پس چیزی هم نخواهید داشت.

ثروتمند کسی است که سهم زیادی از پول ، خوشبختی و ... را از زندگی " دریافت " می کند.

بر عکس فقیر کسی است که گیرنده خوبی نیست و سهم کمی دریافت می کند.

اما چگونه می توانیم ظرف و ظرفیت خود را برای دریافت بیشتر ، بالا ببریم؟

برخی معتقدند هر چه بیشتر ببخشی زندگی ، بیشتر به تو می دهد. این به نوعی درست است اما بسیاری دچار سو تفاهم می شوند و اشتباهها هر آنچه را هم که خود نیاز دارند به دیگران می بخشند و دست آخر فقیر تر می شوند.

حتی برخی در مورد مسائل احساسی هم زیاده روی می کنند و ممکن است در اثر بخشش بی رویه و بی حساب عاطفی دچار ورشکستگی و سرشکستگی عاطفی شوند.

❓ یک ثروتمند خدمات و کالای خود را به دیگران می دهد و عرضه می کند و در قبالش پول دریافت می دارد.

این فرایند " دادن و عرضه کردن " باید جایگزین بخشش بی رویه و بی حساب شود. یک ثروتمند با خدمات و کالای خود ، مشکلی را از دیگران بر طرف می کند و باعث ارتقا و بهبود زندگی دیگران می شود. در واقع بجای بخشش بی رویه ، عرضه ی حساب شده انجام می دهد.

دومین دلیل اینکه چرا برخی افراد گیرنده های خوبی نیستند این است که اعتقادات افراطی در مورد بخشش و ایثار دارند و فکر میکنند دادن بهتر از گرفتن است. اگر چنین فکر می کنید آنگاه شما با بخشش و دادن افراطی ، فرصت خوب بودن را از دیگران دریغ کرده اید و به آنها اجازه بخشش و عرضه نداده اید. اگر دیگران هم گیرنده های خوبی نباشند آنگاه آنها نیز فرصت دادن و بخشش را از شما گرفته اند . پس باید تعادل بین عرضه و تقاضا حفظ شود .

بخشش و دادن افراطی نشانه خودخواهیست چون فرصت دادن و عرضه را از دیگران می گیرد. و ضعف در گرفتن نشانه عزت نفس پایین است.

وقتی چیزی را عرضه می کنید حس خوبی خواهید داشت اما اگر کسی تمایل به دریافت آن نداشته باشد فرد عرضه کننده حس بدی پیدا خواهد کرد.

ثروتمندان روز به روز ثروتمند تر می شوند زیرا تمایل به دریافت دارند و فقرا روز به روز فقیر تر می شوند زیرا تمایل به دریافت ندارند. گویی وقتی تمایل به دریافت نداشتید سهم شما به سمتی می رود که کشش بیشتری باشد. (قانون خلاء)

ثروت مانند باران است، اگر چتری بالای سر خود بگیرید بر شما نخواهد بارید. اگر آموزه های خانوادگی و اجتماعی شما به گونه ای بوده که تمایل به دریافت پول و ثروت بد و منفی تلقی شده، شما علی رغم تلاشتان گیرنده ی ضعیفی باقی خواهید ماند. یادتان باشد بهترین کمکی که می توانید به فقرا کنید این است که جزء آنها نباشید.

پول باعث تشدید خصوصیات فردی شما می شود اگر فردی خسیس باشید خسیس تر خواهید شد.

اگر مهربان و سخاوتمند باشید سخاوتمند تر خواهید شد. پس سعی کنید دریافت کننده های خوبی باشید، هم برای پول و هم برای عشق و آرامش و شادی.

بیشتر آدمها از توانایی درونی برای خلق و نگهداری پول کلان برخوردار نیستند حتی اگر پول زیادی بطور تصادفی به دست آورند آن را در اندک زمانی از دست خواهند داد و به وضعیت قبلی باز خواهند گشت. برعکس آن، کسانی هستند که ثروت خود را از دست میدهند اما در اندک زمانی دوباره میلیونر میشوند. علت این است که این افراد عناصر اصلی موفقیت را درون خود دارند.

میوه های یک درخت نتیجه کارکرد ریشه های آن درخت است. فقر یا ثروت تو، ریشه در روحيات، افکار و احساسات تو دارد. اگر میخواهید درختتان پر ثمر باشد باید از ریشه شروع کنید.

اگر میخواهید در جهان مرئی تغییری ایجاد کنید باید از جهان نامرئی شروع کنید.

همزمان که مانند یک ثروتمند می اندیشید و حس میکنید سعی کنید مانند یک ثروتمند هم رفتار کنید و مانند یک ثروتمند سخن بگویید. از مصاحبت و معاشرت با افرادی که ذهن فقیر دارند خود داری کنید.

با افراد ثروتمند و نه لزوما پولدار، معاشرت کنید. **با عقبابها پرواز کنید نه با مرغابی ها** چون شما به زودی شبیه آن کسانی خواهید شد که با آنها معاشرت میکنید.

قوانین مالی بیرونی

قوانین مالی درونی

اولی، شامل مواردی مانند: داشتن دانش تجارت، مدیریت مالی، و شیوه های سرمایه گذاری است که بطور خلاصه به آن "مدیریت کسب و کار" میگوئیم یا همان MBA و دومی قوانین درونی که دقیقا به همان اندازه قوانین بیرونی مهم هستند

یعنی داشتن شم اقتصادی و تجاری

داشتن باور به موفقیت

ریسک پذیری و شجاعت

و یک ضمیر ناخود آگاه تربیت شده که ظرفیت و قابلیت بالایی برای خلق ثروت دارد.

ثروت مانند هر واژه مفهومی دیگر، تعاریف متفاوتی نزد اشخاص مختلف دارد تعریفی که در روانشناسی موفقیت می توان بر آن توافق داشت این است:

پول + اعتبار + احساس خوشبختی

و نیز

ثروتمند کسی است که احساس نیاز به پول نمی کند

چرا؟

چون پول را دارد

او از کار خود و از پول خود لذت می برد

اما فقیر ، فقر گاهی نداشتن پول است اما فقر ذهنی یعنی احساس نیاز به پول. چه بسیار افراد پولداری که همواره احساس نیاز به پول میکنند برای پول کار میکنند و برای پول زندگی میکنند

این است تفاوت میان ذهن ثروتمند و ذهن فقیر

پس هر پولداری ثروتمند نیست و هر پولداری شایسته الگوی ذهنی شدن نیست.

از ریشه و میوه صحبت کردیم از رابطه علت و معلول این ما را به قانون عمل و عکس العمل میرساند

و به **قانون جذب** .

درک اینکه وضعیت مالی ما نتیجه طرح کلی ذهنی ما در مورد پول است کلید شروع تغییر است.

این طرح کلی مالی برنامه ای از پیش تعیین شده در رابطه با پول در ذهن ناخودآگاه ماست

در واقع همه ما یک ذهن شرطی شده داریم با برنامه ها یا باورهایی محدود کننده مثل : "پول درآوردن سخت است"

"آدمی با موقعیت سواد یا مهارت های من این میزان بیشتر نمیتواند درآمد داشته باشد" و

یا برعکس با باورها و برنامه های رشد دهنده شرطی شده ایم تصور کنید در سطح خود آگاه بسیار مثبت بیندیشیم و چشم انداز روشنی از وضعیت مالی خود ترسیم کنیم تلاش و فعالیت ما نیز در راستای چشم اندازهایمان باشد اما در سطح ناخود آگاه یک ذهن شرطی شده و برنامه ریزی شده بر خلاف خواسته های خود آگاهمان داشته باشیم یک ذهن با باور به محدودیت ها

وضعیت ما مثل کسی خواهد بود که برای رفتن گام بر میدارد اما شخصی بسیار قوی تر ، محکم دست او را گرفته است آنکه می خواهد رو به جلو گام بردارد ذهن خود آگاه ماست و آنکه محکم ما را نگاه داشته ضمیر ناخود آگاه خود ماست

فرمول دوم صورتی از قانون جذب یا همان قانون عمل و عکس العمل است.

در بالاترین بخش این فرمول افکار، تصاویر ذهنی ، باورها و دیدگاه های ما قرار میگیرند.

در دومین قسمت ، احساسات ما قرار میگیرند. احساسات ما نتیجه مستقیم تمام آن چیز است که در ذهن ما میگذرد. در جایگاه سوم ، اعمال ، اقدامات و عملکردهای ما قرار میگیرند.

عملکردی که از روی احساس مثبت انجام گیرد بسیار متفاوت است از عملکردی که نتیجه حسی منفی باشد . و در نهایت این اعمال ما هستند که نتایج را در زندگی ما پدیدار میسازند. این فرمول در قالب یک فرمول خطی ارائه شد اما در واقع یک چرخه است. چرا که در نهایت نتایج ، روی افکار ما اثر میگذارند و افکار ، احساسات ما را شکل می دهند و احساسات به نوبه خود به اقدامات می انجامند و

کسی که نتیجه ای ضعیف دارد به این فکر میکند که وضع بازار بد است و یا "من نمیتوانم بیشتر از این درآمد داشته باشم" و این چرخه معیوب همچنان ادامه پیدا خواهد کرد.

و برعکس کسی موفقیت بدست می آورد باورهای مثبت بیشتری را در ذهن خود شکل میدهد و با تکیه بر این باورها، احساس قدرت و خودباوری بیشتری خواهد کرد و

طرح_کلی_ذهنی یک فرد چگونه شکل میگیرد؟

از دوران کودکی، از خانواده و مدرسه، از فرهنگ جامعه

اینها عوامل اصلی شرطی شدن ذهن ناخودآگاه انسان هستند، چه مثبت باشد چه منفی.

کودکی که در خانواده و فامیل و کلا در محیط ثروتمند متولد می شود، بدون هیچ زحمتی نصف راه ثروتمند شدن را رفته است. شخصی که در خانواده و فامیلی با تحصیلات فوق تخصص رشد می کند، رویایش ورود به دانشگاه نیست، او به اینکه از کجا فوق تخصص بگیرد می اندیشد.

کودکی که در برزیل به دنیا می آید نصف راه فوتبالیست شدن را طی کرده است. برزیلیها به ورود به جام جهانی فکر نمی کنند آنها به بردن جام جهانی می اندیشند.

اکنون همه اینها را برعکس کنید:

کودکی که در خانواده و محیطی ضعیف رشد می کند کار بسیار سختی در پیش خواهد داشت. (اما نه غیر ممکن) تا کنون اندیشیده اید که چرا همه سنگ ها مال پای لنگ است؟

آیا پای لنگ خودش سنگ ها را جذب نمی کند؟ اما چگونه میتوان این چرخه علت و معلولی را به نفع خود به کار گرفت؟

افکار و تصاویر ذهنی و باورهای یک فرد در نهایت، زندگی بیرونی او را می سازند و تجربیات زندگی، به نوبه خود افکار و باورهای او را شکل می دهند.

این چرخه اگر منفی باشد می تواند مانند گرداب شخص را به درون خود بکشد. راه رهایی از این چرخه، برنامه ریزی مجدد ذهن ناخودآگاه ماست.

لطفا با تمرکز و عمیق مطالعه بفرمایید

برای تغییر نتایج، باید باورها و ذهنیت ها را تغییر دهید. فرایند تبدیل افکار به نتایج را می توان با برنامه ریزی مجدد ذهن ناخودآگاه، در کنترل درآورد.

بدون برنامه ریزی مجدد ضمیر ناخودآگاه، شما در راس چرخه خلاقه قرار نخواهید گرفت (اشاره به تجسم خلاق یا همان قانون جذب)

این برنامه ریزی ذهن ناخودآگاه است که شما را در جایگاهی قرار می دهد که بتوانید زندگی خود را بسازید.

برای گرفتن نتیجه مطلوب، باید باورهای جدید را جایگزین باورهای فرسوده قبلی نمود.

باورها و تصاویر ذهنی، "قالب" های خواسته ها و اهداف شما را شکل میدهند و "احساس" مثبت، همان چیزی است که این قالب ها را پر میکند.

با صدایی که برای خودتان قابل شنیدن باشد تکرار کنید:

"دنیای درونی من، دنیای بیرونی مرا می سازد"

"من ذهن یک میلیاردی را دارم"

تکرار یک جمله، به مرور زمان آنرا به یک باور تبدیل می کند و باور، قوی ترین نیروی است که یک انسان در اختیار دارد.

- 1- الگو سازی (و نه تقلید) از افراد موفق یک راه برای موفقیت است.
- 2- برای ثروتمند شدن باید ویژگی های شخصیتی یک ثروتمند را داشت.
- 3- شما به همان میزان پول خواهید داشت که در باورتان بگنجد.
- 4- شما شبیه کسانی خواهید شد که بیشترین رابطه را با آنها دارید ، پس با کسانی نشست و برخاست کنید که ذهنی ثروتمند دارند و از افرادی که ذهنی فقیر دارند تا حد امکان پرهیز کنید.
- 5- برای ثروتمند شدن علاوه بر داشتن ذهنی ثروتمند ، شما باید اصول مدیریت کسب و کار خود را نیز بدانید.
- 6- ثروتمند کسی است که هم پول دارد هم اعتبار و هم خوشبختی . پس هر پولداری ثروتمند نیست.
- 7- طرح کلی ذهنی شما از ثروت ، تعیین کننده وضعیت مالی شما در زندگی است و نه میزان تلاشتان.
- 8- وضعیت زندگی شما بر آیند اعمال و عملکردهای شماست .
اعمال و عملکردهای شما ، عمدتاً از روی احساس شما صورت می گیرند. و احساس به نوبه خود، نتیجه افکار و باورهای شماست. پس برای تغییر نتایج باید افکار ، باور ها و دیدگاه ها را تغییر داد.
- 9- شرطی شدن ذهن هر فرد از دوران کودکی آغاز می شود.
برای تغییر در زندگی بیرونی ، فرد باید ذهن خود را دوباره برنامه ریزی کرده و شرطی نماید.
- 10- باید باورهای ناکارآمد گذشته را شناسایی کرد و کنار گذاشت سپس باورهای کارآمد جدید را جایگزین آنها کرد و قانون جذب را به نفع خود به کار گرفت.

مرور

برای ثروتمند شدن باید شیوه های ثروتمندان را الگو برداری کنید هم از لحاظ روشهای تجارت و هم از لحاظ طرز فکر.

برای ثروتمند شدن به عوامل بیرونی: دانش تجارت و مدیریت مالی و عوامل درونی: ویژگیهای شخصیتی و نظام باورها بطور همزمان نیاز است. اغلب افراد از توانایی درونی برای "خلق" و "نگهداری پول های کلان برخوردار نیستند ذهن ناخود آگاه ما طی سالیان و در تماس با محیط پیرامون، شرطی شده و اکنون تصویر و تعریفی کلی از وضعیت مالی ما در آن ترسیم گردیده است و این طرح کلی ذهنی، وضعیت مالی ما را در جهان بیرون شکل میدهد اگر میخواهید در دنیای بیرونتان تغییری به وجود آورید ابتدا باید دنیای درونتان را تغییر دهید. ما در دنیای علت و معلول زندگی میکنیم و اگر در دنیای بیرون کارها خوب پیش نمی رود علتش را باید در درون خود جستجو کنید. آنچه در دنیای ذهنی شما میگذرد (افکار، تصاویر، باورها و دیدگاه ها) در دنیای عاطفی شما منعکس میگردد و عواطف شما، رفتارها و عملکردهای شما را کنترل میکنند و عملکردها به نوبه خود به نتایج منتهی می شوند و در یک چرخه، نتایج بیرونی یا همان تجربیات زندگی ما، بر نظام فکری و باورهای ما تاثیر میگذارند.

شما در مورد پول شرطی شده اید و این شرطی شدن شما را به سوی آینده مالیتان هدایت میکند مگر آنکه خودتان در پرونده های ذهنی مربوط به پول، آگاهانه و عمدی دخالت کنید و آنها را به نفع خود تغییر دهید. این فرایند را برنامه ریزی مجدد ضمیر ناخود آگاه گویند

ذهن ناخود آگاه ما در اثر اطلاعاتی که طی سالیان گذشته دریافت کرده، برنامه ریزی یا به اصطلاح شرطی شده است. برنامه ریزی قبلی ذهن ناخود آگاه، نوع افکاری را که به ذهن خود آگاه وارد میشود

کنترل مینماید. افکار و تصاویر ذهنی ، احساس ما را بوجود می آورند و احساس ، همان کلید اصلی قانون جذب است.

احساس مصعب اصلی رفتارها و عملکردهای ماست .احساس انرژی است که وقایع خوب و بد را به سوی ما میکشاند.به قول رابینز " ترس " و " لذت " کنترل کننده های اصلی زندگی یک فرد عادی هستند.

اما احساسی به نام " اشتیاق " مهمترین عامل موفقیت فردیست که " هدف " ش را دنبال میکند.

بدون اشتیاق شما گامهای مؤثری برنخواهید داشت و جهان پیرامون شما سیگنال قدرتمندی از سوی شما دریافت نخواهد کرد.برعکس این قضیه هم صادق است، در قبال مسایل منفی و آنچه که نمی خواهید ، احساس زیادی خرج نکنید تا با آنها در گیر نشوید و جذب زندگیتان نشوند.احساس " نفرت " از هر چیز ، آن چیز را به شدت به سوی شما می کشاند .پس به جای ترس از بی پولی و ورشکستگی ، به ثروت فکر کنید .این فقط یک گام اولیه است و نه همه فرایند ثروتمند شدن .پس از احساس ، اقدام است که مهم است .عملکرد ها و رفتار های ما هستند که نتایج بیرونی را می سازند.

پس برنامه ریزی مجدد ، کلید تغییر در این چرخه است.

"در نبرد بین اراده و تخیل ، همواره این تخیل است که پیروز است"

برخی افراد به این " اعتقاد " می رسند که میتوانند و باید ثروتمند شوند.باید موفقیت و خوشبختی را در آغوش بکشند.باید نیرومند و سلامت باشند، باید تغییر کنند و سپس " اراده " میکنند برای تغییر .

اما به زودی متوجه می شوند که تغییر ، چندان ساده نیست و گویی فقط خودشان را فریب داده بودند.

پاسخ اینجاست :

مهم نیست شما به چه چیزی معتقد شده اید و یا اراده شما بر چه چیزی است، مهم این است که ضمیر ناخودآگاه شما چه می گوید .

"عقاید " جدید شما وقتی می توانند تغییری بوجود آورند که به " باور " های جدید تبدیل شوند .

در نبرد میان احساس عمیق شما و منطقتان ، احساس شما پیروز می شود.

ذهن ما با الگوهای مثبت و منفی مختلفی در مورد پول شرطی شده است.

پیدا کردن این الگوها گام مهمی در جهت تغییر است چرا که همین الگوها هستند که رفتارها و عملکردهای ما را شکل می دهند .

کسی که برای روز مبادا پول پس انداز می کند ناخودآگاه منتظر روز مبادا است ، و در نهایت ، به روز مبادا خواهد رسید.

اما اگر پس انداز کردن با هدفی مثبت صورت گیرد آنگاه ذهن و احساس ما درگیر هدفی مثبت خواهد شد. درک آن حس عمیق و نهفته ای که به " پول " دارید بسیار مهم است. ما سعی میکنیم زیاد از پول حرف نزنیم تا مبادا به پول پرستی متهم شویم. برخی هم احساس گناه کرده و فکر می کنند اگر بیش از این به پول پردازند ، از انسانیت و از خدا دور می شوند اما در سطح خود آگاه ، همه ما به سختی " پول " را می خواهیم و البته هر چه بیشتر ، بهتر.

اگر شما موفق به کشف چنین تناقضی میان احساس و منطق تان شدید (تناقض میان ناخودآگاه و خودآگاه) در واقع کلید تغییر را پیدا کرده اید. شناخت و ادراک الگوهای ذهنی ، رفتاری و عاطفی کلید تغییر است .

یادگیری و بکارگیری دو فرایند مکمل هستند. بدون بکارگیری، یادگیری ارزش خاصی نخواهد داشت. پس از یادگیری، به مرور زمان، بیشتر مطالب از حافظه پاک می شوند و تاثیر خود را از دست میدهند. شاید دیده باشید اشخاصی را که ده ها و صد ها جلد کتاب خوانده اند اما تغییر خاصی در زندگیشان ایجاد نشده است. در واقع فرایندی که در ذهن این افراد اتفاق افتاده، یک روند یک طرفه بوده، یعنی ورودی داشته اما خروجی نداشته است. به بیانی دیگر:

یادگیری وجود داشته اما بکارگیری وجود نداشته است.

□ مهم نیست شما چه می خواهید و منطقتان چه می گوید، این ناخودآگاه و احساس عمیق شما نسبت به پول است که حرف آخر را می زند.

افراد زیادی سعی می کنند رویکردهای مالیشان دقیقاً بر عکس آن چیزی باشد که از پدر، مادر یا هر دو آنها به یاد دارند.

زیرا رویکردهای مالی آنها را مسبب محدودیت ها و شکست هایشان می دانند. اما گاه این تغییر رویکرد، با "خشم" یا نفرت نسبت به رفتار پدر و یا مادر همراه است. حسی که این افراد نسبت به پول دارند با آن خشم نهفته، درهم آمیخته است. شخصی که پول، در ناخودآگاهش با خشم گره خورده باشد، یا در نگاه داشتن پول به مشکل بر خواهد خورد و یا برای داشتن احساس خوشبختی. اگر انگیزه شما برای رسیدن به پول و موفقیت، ریشه ای چون ترس (عدم احساس امنیت) و خشم داشته باشد و یا برای

اثبات خودتان باشد ، بعید است بتوانید با ثروت و موفقیتتان احساس خوشبختی کنید . و این ، نگهداری پول را برای شما سخت خواهد کرد چون حس ترس باعث می شود رویکردها و عملکردهای اشتباهی را برگزینید که در نهایت می تواند منجر به شکست مالی شود. پس شناسایی حس درونیتان نسبت به ثروت و موفقیت ، گام اول در مسیر برنامه ریزی مجدد ضمیر ناخود آگاه است.

تا کنون دو گام عملی معرفی شده است .

گام اول : شناسایی الگوی ذهنی هر فرد در رابطه با مسایل مالی و پول .

گام دوم : شناسایی اینکه مانع ذهنی فرد در ثروتمند و موفق شدن ریشه در کدام یک از احساسات عمیق او دارد .

تفاوت اصلی ، در "دانستن" و "درک کردن" است :همه تفاوت دریا و اقیانوس را میدانیم اما اگر ناگهان چشمانتان را باز کنید و خود را شناور در میان پهنه وسیعی از آب ببینید ، آیا میتوانید بگویید که در دریا هستید یا اقیانوس ؟

بسیاری از ما مطالعات زیادی در شناخت ذهن و روان و مباحثی از این دست داشته ایم و اصطلاحاً خیلی می دانیم اما آیا شناخت و درک ما به همان اندازه دانشمان است؟

دانش و دانستن بخودی خود تغییر چندانی در ما بوجود نمی آورد مگر اینکه به شناخت و ادراک تبدیل شود.می توان غذای یک هفته را در یک روز خورد اما نمیتوان آنرا حضم و جذب نمود .

برای تبدیل "دانش" به "شناخت" و ادراک ، باید آرام پیش رفت و هر قدم را "تجربه" کرد .

(در سایت ذهن آرام (<http://ruleofattraction.ir>) این موضوع به زبانی دیگر توضیح داده

شد)

چقدر طول می کشد تا دانش و فرمولهای اموری مثل آشپزی ، شطرنج بازی کردن ، نوازندگی و یا قواعد شنا کردن را یاد بگیریم؟ حال چقدر طول می کشد تا بتوانیم خوب بنوازیم. یا خوب شنا کنیم؟

قطعا دانستن و دانش تنها ، نتایج مطلوب ما را به دست نخواهد داد بلکه این دانش باید به درک و شناخت تبدیل شود تا نتیجه بگیریم.

آیا تا به حال مچ خودمان را گرفته ایم؟

در بسیاری از زمینه ها خیلی خوب صحبت می کنیم و حتی شاید کارشناس یا استاد باشیم. اما عملکردمان و زندگی بیرونیمان (نتایج) گاه چیز دیگری می گوید. یعنی بسیار می دانیم اما شناختمان به اندازه دانشمان نیست. برای کسب ادراک و شناخت ، باید وقت گذاشت . نباید از کنار تجربیات کوچک زندگی ساده گذشت. باید دانسته های خود را در وقایع کوچک و بزرگ زند گیمان پیدا کنیم و هنگامی که این دانسته ها را در عمل تجربه کنیم آنگاه به شناخت و ادراک تبدیل می شوند.

پس از تجربه کردن دانسته ها ، گام مهم بعدی " تمرین و تکرار " است. هیچ مهارتی به دست نمی آید مگر آنکه هر روز تمرین و تکرار شود. مهارتهایی همچون خوشبختی و شاد زیستن ، موفقیت و سایر مهارت های ذهنی و عاطفی ، فقط و فقط با تکرار و تمرین است که بدست می آیند. ابتدا باید قواعد موفقیت را آموخت و سپس آنها را تکرار و تمرین کرد. درست مثل یک فوتبالیست یا یک نوازنده و یا یک نقاش که اول دانش لازم را می آموزند و سپس آنرا تمرین می کنند. داشتن یک ذهن شرطی شده در راستای خواسته های ما ، یک دانش است که باید به ادراک و سپس به مهارت تبدیل شود.

همه اینها را گفتم که به این مطلب برسم:

دانشی به نام برنامه ریزی مجدد ضمیر ناخودآگاه یا همان شرطی سازی ذهن ، هنگامی به نتایج مطلوب منجر خواهد شد که با شناخت و ادراک همراه باشد .

یعنی نکات گفته شده را در زندگی خودمان پیدا کنیم .و پس از آن تمرین و تکرار تکنیکها را با خویش انطباقی انجام دهیم.

اشتیاق اصلی ترین عامل انگیزاننده انسان در حرکت به سوی اهدافش است .مراقب باشید عامل انگیزاننده شما ترس ، خشم ، نفرت و یا خودخواهی نباشد هر چند اینها عوامل قدرتمندی هستند اما به شادی و خوشبختی نمی انجامند.

اگر طرح کلی ذهنی که از پول ، ثروت ، موفقیت ودر ضمیر ناخودآگاه شماست با اهداف و خواسته های شما تطبیق نیافته باشد ، نتایج مطلوب شما به دست نخواهد آمد .

گاهی رسوخ به ناخودآگاه آسان نیست . پس چگونه می توانیم بفهمیم که آن طرح ، در ذهن ما چگونه است؟

با نگاه کردن به اوضاع بیرونی زندگیمان .

زندگی بیرونی انعکاس دنیای درون ماست . انعکاس عمیق ترین احساسات نهفته ما . انعکاس ذهن شرطی شده ما .

پس با تحلیل جنبه های مالی زندگی و نیز با گذر به خاطرات کودکی ، تا حد زیادی می توانیم به طرز تفکر نهفته خود در مورد پول پی ببریم.

لازم است ابتدا کشف کنید که در ناخودآگاهتان چه خبر است احساسات عمیق شما چه می گویند

و سپس آنها را ریشه یابی کنید. اگر به این نتیجه رسیدید که این افکار و الگوها برای شما ناکارآمد و غیر ضروری است، وقت آن رسیده که آنها را رها کنید و به مرحله بعدی گام نهید.