

# ۱۸ راه برنامه ریزی ذهن برای موفقیت

نویسنده: برایان تریسی

مترجم: علیرضا همتی

<http://higherself.ir>

## ۱- همه نسبتها ذهنی است

- چگونگی استفاده شما از ذهنتان، موفقیت شما را تعیین می کند
- کیفیت تفکر خود را بهبود بخشید تا کیفیت زندگی شما بهبود یابد

## ۲- قانون انتظار

- هر چه که با اعتماد بنفس انتظارش را داشته باشید (مثبت یا منفی) حقیقت شما خواهد شد
- انتظار موفقیت داشته باشید، موفق خواهید شد
- استعدادها و قابلیتها را به فرصتها تبدیل کنید

## ۳- قانون جذب

- شما یک مغناطیس زنده هستید
- افکار احساسی شما یک میدان انرژی ایجاد می کنند
  - انرژی ای که از شما ساطع می شود
  - انرژی ای که مردم و موقعیتها را جذب می کند
  - اینها در هماهنگی هستند
- افکار احساسی کلید ماجرا است

## ۴- قانون مطابقتها

- آنچه که در درون است، در بیرون هم هست
  - دنیای بیرونی دنیای درونی ما را بازتاب می کند
- آنچه که در بیرون اتفاق می افتد مطابق آنچه است که در درون اتفاق می افتد
  - سطوح خودآگاه و ناخودآگاه
    - دنیای بیرونی مردم
    - ارتباطات
    - ثروت

## ۵- قیاس استعدادها

- ذهن خود را با افکار، تصاویر و آگاهی از ثروت پر کنید
  - ثروتمندتر و ثروتمندتر می شود
  - دانش بیاندوزید
  - کتابها، مجلات، فایل‌های صوتی و تصویری و سمینارها
  - هم اکنون ذخیره و اندوختن پول را آغاز نمایید
  - این کار سبب آغاز جریان متناظر پول به سمت شما خواهد شد
  - تجربیات اندوخته خود را استفاده کنید
  - هر چه شما انجام بدهید به شمار می آید
  - هر چه شما انجام بدهید شما را به سوی اهدافتان حرکت می دهد

<http://higherself.ir>

## ۶- قانون انباشتگی

- هر چیز به مرور زمان انباشته می شود
- جمع کل زحمات و تلاشهای کوچک بسیار
- درو کردن خرمنی از محصول از کاشتن مشتی بذر
- بهمنی از برف هر چه جلوتر می رود بزرگتر و بزرگتر می شود

## ۷- قانون باور

- هر آنچه که شما با احساسات خود باور دارید، حقیقت خود شما خواهد شد.
- مردم موفق باور دارند که توانایی موفق شدن را دارند
  - یک حس آگاهی از موفقیت را بسازید
  - موفق شدن خود را اجتناب ناپذیر سازید
  - دانش مثبت بسازید



## ۸- قدرت اراده

- اعتماد بنفس، عزم راسخ، ایمان و قابلیت پیروز شدن
- تکرارها
  - خواندن زندگینامه ها
  - کار روی اهداف
  - نوارها
  - کتابها

## ۹- موفقیت به دنبال شماست

- تفکر مثبت داشته باشید
- مهم نیست چه پیش می آید، شما می دانید که در هر صورت موفق خواهید شد
- در راه رسیدن به هدف فعال باشید
- هدف خود را شناسایی کنید

## ۱۰- تسلط بر خود برای موفقیت الزامی است

- کنترل تفکرات و احساسات کلید ماجراست
- فقط در مورد چیزهایی که خواستار آنها هستید، فکر کنید و صحبت کنید
- روی اعمال خود تسلط و کنترل داشته باشید
- اگر شما به خود سخت بگیرید، زندگی به شما آسان خواهد گرفت
- ذهن را با افکاری که مرتبط به آرزوهای شماست پر کنید

## ۱۱- روشن کردن آتش اشتیاق به ثروت

- این شروع موفقیت مالی است
- تصمیم بگیرید که می خواهید پول زیادی درآورد
- تصمیم بگیرید که یک میلیارد در شوید

## ۱۲- یک هدف مشخص برای موفقیت‌های مالی مشخص کنید

- آن را یادداشت کنید
- موعدی برای آن تعیین کنید
- یک نقشه مفصل برای دستیابی به آن تعیین کنید
  - یک نقشه ۱۲ ماهه برای افزایش درآمد (مثلا به مقدار ۵۰ درصد) تعیین کنید
  - شروع کنید، عمل کنید، پیش بروید
  - هر چه به آخر نزدیکتر می شوید، هدف را بالاتر ببرید
- در مورد هدف شفاف باشید
- در مورد روال کار انعطاف پذیر باشید

<http://higherself.ir>

## ۱۳- تجسم را تمرین کنید

- تصویر ذهنی شفاف داشته باشید
- تفکر خلاق داشته باشید
- قدمهایی که برای موفقیت باید برداشته شوند
- تصویر ذهنی شفاف سبب فعال سازی ذهن ناخودآگاه و ابرآگاه خواهد شد
- طول تجسم
- تناوب روز به روز آن
- شدت، احساسات، اشتیاق
- وضوح، تجسم تا چه حد شفاف است
- یک نقشه گنج تهیه کنید و آنرا بارها و بارها ببینید و توسعه دهید

<http://higherself.ir>

## ۱۴- گفتگوی درونی مثبت

- همیشه با خود مثبت صحبت کنید
- من می توانم آن را انجام دهم
- من یک میلیارد در می آورم
- من بهترین هستم
- یک گفتگوی مداوم درونی مثبت که شامل اهداف هم هست

## ۱۵- همیشه ذهن را بطور مثبت تغذیه کنید

- داستانها، کتابها، سمینارها و مقالاتی در مورد مردم موفق بخوانید
- تجسم کنید، خیالپردازی کنید و تحت تاثیر احساسات قرار بگیرید
- مدل نقشها ذهن را جذب می کند
- هر چه می توانید در مورد موفقیت‌های مالی بخوانید
- یک بلد راه شوید و در زمان پیمودن راه صرفه جویی کنید



## ۱۶- فقط با مردم مثبت و موفقیت محور در ارتباط باشید

- دور و بر برنده ها باشید
- با عقاب ها پرواز کنید
- مردم موفق را جستجو کنید

## ۱۷ - در مورد اهدافتان همانند واقعیتها تفکر و تجسم کنید

- آخرین کار در شب، اولین کار در صبح
- هدف را طوری ببینید که انگار از قبل وجود داشته است
- ناخودآگاه را با تصاویر و جملات تاکیدی زمان حال فعال نمایید

## ۱۸- روزانه به اهداف سر بزیند

- ۳۰ تا ۶۰ دقیقه در صبح
- ساعت طلایی ( طلوع صبح) با خود
- نقشه ها را برای دستیابی به اهداف مرور کنید
- به راه حل‌های بهتر برای دستیابی به اهداف فکر کنید
- به درس‌های با ارزش آموخته شده رجوع کنید
- هدف را بعنوان یک واقعیت تجسم کنید
- اهداف اصلی را در زمان حال بازنویسی کنید، طوری که انگار قبلا تحقق یافته اند