

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

چهل درس موفقیت از براین تریسی

علیرضا علی زاده

سایت آهن ربای ذهن دات کام

www.Ahanrobayezehn.com

زندگی معمولی انسان بی برنامه ، سردرگم، بی هیجان و ناخوشایند به نظر میرسد.
تنها آنهایی به ماجراهای زندگی به عنوان شانس از میان شانس ها نگاه می کنند که
خودشان آنرا برای خودشان ایجاد کرده اند.

افراد موفق و مشهور و ثروتمند، هر کدام داستان های جالبی برای خود دارند و
خواندن سرگذشت هر یک از آنها میتواند راهگشای خوبی برای آنان که انگیزه
موفقیت دارند باشند.

فرقی نمی کنه پیرامیدیار باشی یا استیوجایز! مهم اینه که بخوای موفق بشی و در این
راه، خسته و درمانده نشی و اگه هم شدی دوباره خودت ، خودت رو شارژ کنی و
ادامه راه....

در این راه البته شنیدن حرف های کسانی که موفق شدند و درس گرفتن از تجربه
اونها مثل چشمه آب جوشانی در بیابان هست.

و ما با چکیده و گزیده سخنان افراد موفق، گویی با کل تفکرات و مبانی فکری آنها
آشنا شده و بهترین بهره را در کمترین زمان میبریم. و در زمانه ای که وقت بسیار کم
داریم و یا حوصله مطالعه زیاد نداریم، بهترین روش هست.

در اینجا گزیده ای از سخنان فردی موفق و مشهور و ثروتمند (برایان تریسی) رو که عینا بر گرفته از کتابهای اون هست برای شما نقل می کنم. بقیه اش دیگه با خودتان:

یک- برای رسیدن به حداکثر موفقیت و بهره وری ، به بلوک های زمانی احتیاج دارید. مشخص کنید برای انجام دادن هر بخش و جزئی از کار به چه مدت زمان، احتیاج دارید. این مدت زمان را صرف انجام دادن آن کار بکنید تا به انتها برسد و هر موفقیت بزرگی نتیجه هزاران تلاش کوچک و عادی است که مورد توجه و ستایش دیگران قرار نمی گیرد.

دو- برای رسیدن به قله باید از قدرت جذب برخوردار بود. جذب همه چیز است و هیچ چیز نیست. تلاش و پشتکار، ظاهر، نحوه راه رفتن، تناسب اندام، صدا و آرامش در رفتار و حرکات ،خوش قیافه یا زیبا بودن اصلا لازم نیست، تنها چیزی که نیاز دارید جذب است.

سه-اساسی ترین عامل در رسیدن به موفقیت استقامت است، استقامت یعنی تصمیم قاطع به اینکه هرگز اجازه ندهید انرژی یا شور و اشتیاقتان با یاس و ناامیدی که ناگریز به سراغتان می آید، سرد و خاموش شود.

چهار-ذهن نیمه هوشیار شما

این کتابخانه قدرتمند ذهن شماست. ذهن نیمه هوشیار همه تجربه ها، دانشها، تصمیمات، ایده ها، و اندیشه های شما را دریافت و ذخیره سازی می کند و می تواند هر لحظه که بخواهد به آنها دسترسی داشته باشد. ذهن نیمه هوشیار شما همه اطلاعات را به یاد می آورد تا از آن برای حل مسئله استفاده نماید.

پنج-مشکلات را فرصت بدانید:

دومین عاملی که خلاقیت شما را تحریک میکند و ذهن مثبت تان را فعال می سازد ، مشکلات مبرم است. این عامل را زمانی می توان دید که تحت فشار مشکلات و موانعی باشید که موجب میشوند به بهترین نحو از ذهن تان استفاده کنید. روبه رو شدن با مشکلات زندگی و حل آنها شما را قدرتمندتر و باهوش تر میکند و به بهترین نتایج می رساند.

شش-به واقعیتها توجه کنید.

احتمالا مهم ترین علت موفقیت در زندگی ،رسیدن به علم و روشنی و وضوح است-اینکه بدانید چه کسی هستید،چه می خواهید و در چه شرایطی قرار دارید.هر چه درباره طبیعت بحرانی که با آن رو برو شده اید اطلاعات بیشتری داشته باشید،آرام می شوید و تصمیمات بهتری می گیرید.

هفت- کلید های شهامت و اعتماد به نفس

تقویت شهامت و اعتماد به نفس از راه علمی و مهارتی، امکان پذیر است. هر چقدر بیشتر در جهت یادگیری چیزهایی که برای رسیدن به هدف هایتان نیاز دارید تلاش کنید، از سویی کم تر دچار ترس خواهید شد و از سوی دیگر شهامت و اعتماد به نفس شما تقویت خواهد شد.

هشت- مداومت بزرگترین سرمایه شماست

بزرگترین سرمایه شما این است که وقتی دیگران دست از کار کشیدند ، شما به تلاشتان ادامه بدهید . بی . سی . فوربز کسی که مجله فوربز را چاپ کرد و در تاریکترین روزهای کساد از آن یک نشریه عمده ساخت ، مینویسد:

تاریخ نشان میدهد موفق ترین اشخاص قبل از رسیدن به موفقیت با موانع فراوانی روبه رو می شوند. آنها پیروز شدند زیرا با شکست مایوس نگردیده اند.

نه- همه روزه برای انجام دادن کارهای مهم وقتی را اختصاص دهید. درباره کارهایی که می خواهید انجام بدهید از قبل برنامه ریزی کنید. صبح اول وقت، چند کار کوچک اما خیلی مهم را انجام بدهید. وبعد از آن مستقیما به سر وقت کارهای مهم بروید و تا زمانی که آنها را تمام نکرده اید، آرام نگیرید.

ده- خود باوری ، کلید شخصیت شماست.

در اصل همان احساسی که درباره ی خودتان دارید بیشتر از هر عامل دیگری ، میزان اثر گذاری شما بر روی دیگران را تعیین می کند. خود باوری به بهترین نحو بدین گونه تعریف می شود که (شما خود را چقدر دوست می دارید.)

یازده- برنامه ریزی کنید و از قبل آماده شوید.

توانایی شما برای تعیین مقصد یا هدف و سپس فکر کردن و برنامه ریزی آن قبل از شروع سفر ، می تواند به شدت از میزان عدم قطعیت شما کاسته و احتمال رسیدن به هدف را افزایش دهد. این جمله را به یاد داشته باشید: (شروع خوب، نیمی از کار

است)

دوازده- هر جایی که هستید و هر کاری که می کنید برای خودتان است. امروز شما هر چه باشید و یا هر چه در آینده به آن تبدیل گردید، موضوعی مربوط به خودتان است. زندگی امروز شما مجموعه انتخابها، تصمیمات و اقداماتی است که تا به حال کرده اید. می توانید با تغییر دادن رفتار خود آینده تان را تغییر بدهید. می توانید تصمیمات جدی بگیرید، انتخابهای جدید بکنید تا به کسی که می خواهید بشوید تبدیل گردید و به آنچه در زندگی می خواهید دست پیدا کنید.

سیزده- واقعیت این است: شما آنچه را که می بینید باور نمی کنید، به جای آن آنچه را که باور دارید می بینید. باورهای عمیقاً "شکل گرفته شما"، تولید شخصیتی می کند که واقعیت بیرونی شما را مخدوش می سازد و سبب می شود که اشیا و امور را نه به شکلی که وجود دارند، بلکه به شکلی که باور دارید ببینید.

چهارده- اگر ارتباط با افراد مثبت اندیش کلید موفقیت است، پس آن روی سکه نیز خود داری از ارتباط با افراد بدبینی است که ذهنی مسموم دارند. این افراد منبع اصلی

ناراحتی‌ها هستند. مشکل با چنین افرادی، منبع اصلی استرس و ناامیدی است. افراد بدبین بیش از هر عامل دیگری، لذت زندگی شما را از بین می‌برند.

پانزده-مهمترین مسئله مورد ملاحظه در هر شغل، جریان گردش پولی است. این جریان که اهمیت آن مانند نسبت خون یا اکسیژن به مغز است. تفاوت حیاتی میان مرگ و زندگی، شکست یا موفقیت هر کاری به شمار می‌آید. غالباً وقفه‌ای غیر منتظره در جریان گردش پولی، باعث یک بحران شده و حتی بقاء و تداوم یک شرکت را به خطر می‌اندازد. توانایی شما در برخورد با یک وقفه در جریان پولی، نشانه‌ی هوش و قابلیت‌تان به عنوان یک تاجر یا صاحب یک شغل است.

شانزده-شاید مهم‌ترین اصل ذهنی و معنوی که تاکنون کشف شده است، این باشد که به همان کسی تبدیل خواهید شد که همیشه به آن فکر می‌کنید. جهان خارج مانند آینه‌ای از دنیای درون شماست. آن چه در خارج اتفاق می‌افتد، انعکاسی از چیزی است که در درون شما روی می‌دهد. می‌توانید با نگاه کردن به شرایط زندگی خارجی یک نفر، بگویید در درون او چه می‌گذرد. غیر از این نمی‌تواند باشد.

هفده- طبیعت هیچ شوخی و کنایه ای را نمی فهمد. همیشه حقیقی، جدی و سرسخت است. همیشه حق با اوست و خطاها و اشتباهات همواره از جانب انسان بوده است. انسانی را که نتواند قدردانی کند، حقیر می داند و فقط انسان های پاک و واقعی را برمی گزیند و رازهایش را برای آن ها بازگو می کند.

هجده- موفقیت اتفاقی به دست نمی آید و به شانس بستگی ندارد، بلکه به طراحی و برنامه ریزی خوب وابسته است و مربوط به موضوع علت و معلول خواهد بود.

نوزده- خوب صحبت کردن در جمع در تمام مراحل زندگی به شما کمک می کند. اما یادگیری خوب صحبت کردن با مخاطبان دلیل مهم تری دارد. روانشناسان می گویند سطح اعتماد به نفس، یا این که ((چقدر خود را دوست داریم)) کیفیت زندگی درونی و بیرونی را تا حد زیادی تعیین می کند.

بیست- سرنوشت ما با افکارمان تغییر می کند؛ اگر افکارمان همیشه مطابق با خواسته هایمان باشند، همان چیزی می شویم که آرزو داریم و همان کاری را می کنیم که می خواهیم.

بیست و یک- بسیاری از آدم ها ، شکست می خورند چون زود دست از تلاش می کشند ، آنها وقتی می بینند همه چیز علیه شان است ، ایمانشان را از دست میدهند. آنها شهادت ایستادگی و ادامه مبارزه برای از میان برداشتن آنچه که غلبه ناپذیر و حل نشدنی به نظر می رسد ، را ندارند. اگر ما آدمها از جا برخاسته و دست به کارهای غیر ممکن بزنیم ، آنگاه خیلی زود حقیقت این سخن قدیمی که " هیچ چیز غیر ممکن نیست " را خواهیم یافت. ترس را کنار بگذارید که در اینصورت میتوانید هر چه را که میخواهید انجام دهید.

بیست و دو- اگر شخص مثبت و سازنده ای باشید، در قبال خود و آنچه برایتان اتفاق می افتد قبول مسئولیت می کنید. دیگران را سرزنش نمی کنید و بهانه نمی آورید. اگر از موقعیتی راضی نیستید، دست به کار می شوید تا آن را تغییر بدهید. و اگر نتوانید آن را تغییر بدهید، آن را می پذیرید. اما هرگز شکایت نمی کنید.

بیست و سه-رشد و بهسازی شخصی در تمام مدت عمر و متعهد شدن برای رسیدن به سطح بهترین ها به تصمیم جدی و قدرت اراده بستگی دارد. هرگاه مطلب جدیدی می آموزید و از آن استفاده میکنید، عزت نفس و احترام به خود شما افزایش میابد. احساس میکنید کنترل کسب مداخل خود را در دست دارید که این یکی از مهمترین بخشهایی زندگی شماست.

بیست و چهار-ارزشمندترین دارایی که درراه دستیابی به اهداف ورسیدن به مقصد دارید،ذهن شماست.ارزش،شامل توانایی فکر کردن درباره هویت وخواسته هایتان است.بیش از 80% موفقیت شما حاصل صرف زمانی برای تفکر دقیق وواضح درخصوص اهداف،خواسته ها ونوع موفقیت تان است.

بیست و پنج-روانشناسی مدیریت بر زمان مبتنی بر یک اصل ساده به نام قانون کنترل است. این قانون می گوید شما به اندازه ای درباره خود احساس خوب پیدا می کنید که احساس کنید کنترل زندگی خود را در دست دارید. این قانون در ضمن می گوید هر اندازه که احساس کنید کنترل زندگی یا کار خود را بر عهده ندارید، درباره خود منفی می اندیشید.

بیست و شش-یکی از بزرگترین دشمنان در زندگی، تردید و دودلی ماست. شما باید به خاطر داشته باشید برای آنچه انجام می دهید، هیچ محدودیتی وجود ندارد، بلکه خود شما عامل تمام محدودیت های مسیر حرکتان هستید.

بیست و هفت-کسی در زندگی به عظمت می رسد و کسی موفقیت چشمگیری به دست می آورد که بتواند نیروهای خود را در یک کانال خاص جمع کند.

بیست و هشت- موفق ترین افراد آنهایی هستند که به فکر راه های تحقق طولانی مدت اهداف خود هستند. آنها تا حد ممکن به آینده می نگرند تا مسیر و اهداف آینده را مشخص کنند و سپس به زمان حال باز می گردند تا بایدها و نبایدها را برای رسیدن به خواسته های خود مشخص کنند.

بیست و نه - شش دلیل برای آنکه چرا هنوز پتانسیل کامل خود را عملی نکرده اید

شما به اندازه کافی با خودتان صداقت ندارید .

شما اهداف صحیحی تعیین نکرده اید .

شما به اندازه کافی سازمان یافته نیستید .

شما به اندازه کافی کنجکاو نیستید .

به اندازه کافی تمرکز ندارید .

به اندازه کافی جسور نیستید .

سی- کلید موفقیت، تمرکز ذهن آگاهمان روی چیزهایی است که می خواهیم، نه چیزهایی که از آن ها هراس داریم.

سی ویک- به برنامه مکتوب اهمیت بدهید
اولویت های خود را به ترتیب شماره گذاری کنید
هر روز حداقل یک هدف را در نظر گرفته و بکوشید آن را محقق سازید
در زمان بندی خود طوری عمل کنید که ابتدا مهم ترین کارتان را انجام دهید
تلاش کنید اولین ساعت کاری شما سودمند باشد
به خودتان و اولویت بندی که انجام داده اید اعتماد کنید
به هیچ کسی اجازه ندهید وقت شما را تلف کند. جای تعارف و کم رویی نیست به
"صراحت بگویید" نه.

هنگام آشفتگی خود را نبازید، از فرد آگاهی راهنمایی بگیرید
با خود مدارا نکنید، زمان های پرت خود را به حداقل برسانید

سی و دو- اگر منضبط و سخت کوش باشید و بهای رسیدن به هدفتان را بپردازید و هر آنچه لازم است را بی چون و چرا انجام دهید و هرگز تسلیم نشوید می توانید به هر هدفی که می خواهید برسید.

سی و سه- هربرت گری " که یک تاجر موفق است بعد از 11 سال تحقیق به این نتیجه رسید که وجه اشتراک و شباهت های افراد موفق این بود که " افراد موفق عادت دارند کارهایی را بکنند که افراد ناموفق از انجام آنها خوششان نمی آید. "

سی و چهار- برای آنکه ذهن خود را مثبت نگه دارید، از بدگویی، شکوه، عیب جویی و سرزنش کردن دیگران خودداری کنید، هرگاه از شخصی عیب جویی کنید و یا از کسی که دوستش ندارید بدگویی کنید یا دیگران را به خاطر کاری که کرده یا نکرده اند سرزنش کنید، احساسات منفی و عصبانیت را به شریان های خود تزریق می کنید و کسی که زیان می بیند خود شما هستید.

سی و پنج- همیشه و در هر شرایطی افکار خود را به روی کاغذ بیاورید. همه چیز را یادداشت کنید. در حین نوشتن اتفاق ویژه ای میان مغز و دست شما روی می دهد. شما به شفافیت و درک بهتری نسبت به آنچه دارید یادداشت می کنید دست می

یابید. بنابراین بهتر فکر می کنید. در واقع با نگارش هر چیز قبل از دست به کار شدن ، باهوش تر و خلاق تر خواهید شد.

سی و شش- آزادی شما به اندازه انتخاب های درست شماست. همیشه طرح و یا انتخاب دیگری به عنوان پروژه عقب نشینی برای زمانی که ممکن است طرح اول موفق نشود داشته باشید.

سی و هفت- نخست در مورد هدف روشن و بنیادی زندگی تان تصمیم بگیرید و سپس، همه ی تلاش های خود را پیرامون آن، سازماندهی کنید.

سی و هشت- زمان، با ارزش ترین سرچشمه مالی و تمام موجودی شما برای خرید چیزهایی است که در زندگی خواهان آن هستید.

سی ونه-یک انسان عادی اگر بتواند این عادت را در خود ایجاد کند که کارهایش را به گونه ای روشن اولویت بندی کند و کارهای مهم را به سرعت انجام دهد، می تواند از یک نابغه که زیاد حرف می زند و نقشه های عالی می کشد، اما کمتر کاری را به انجام می رساند، پیشی بگیرد.

چهل-اگر دو کار مهم را پیش رو دارید، اول کاری را که بزرگتر، سخت تر و مهمتر است، انجام بدهید. خود را موظف کنید که بلافاصله دست به کار شوید و آنقدر ایستادگی به خرج دهید تا کار تمام شود، پیش از آنکه دست به انجام کار دیگری بزنید.

برای دانلود محصولات رایگان و عضویت در خبرنامه سایت آهن ربای ذهن دات کام، از لینک زیر اقدام کنید:

www.Ahanrobayezehn.com