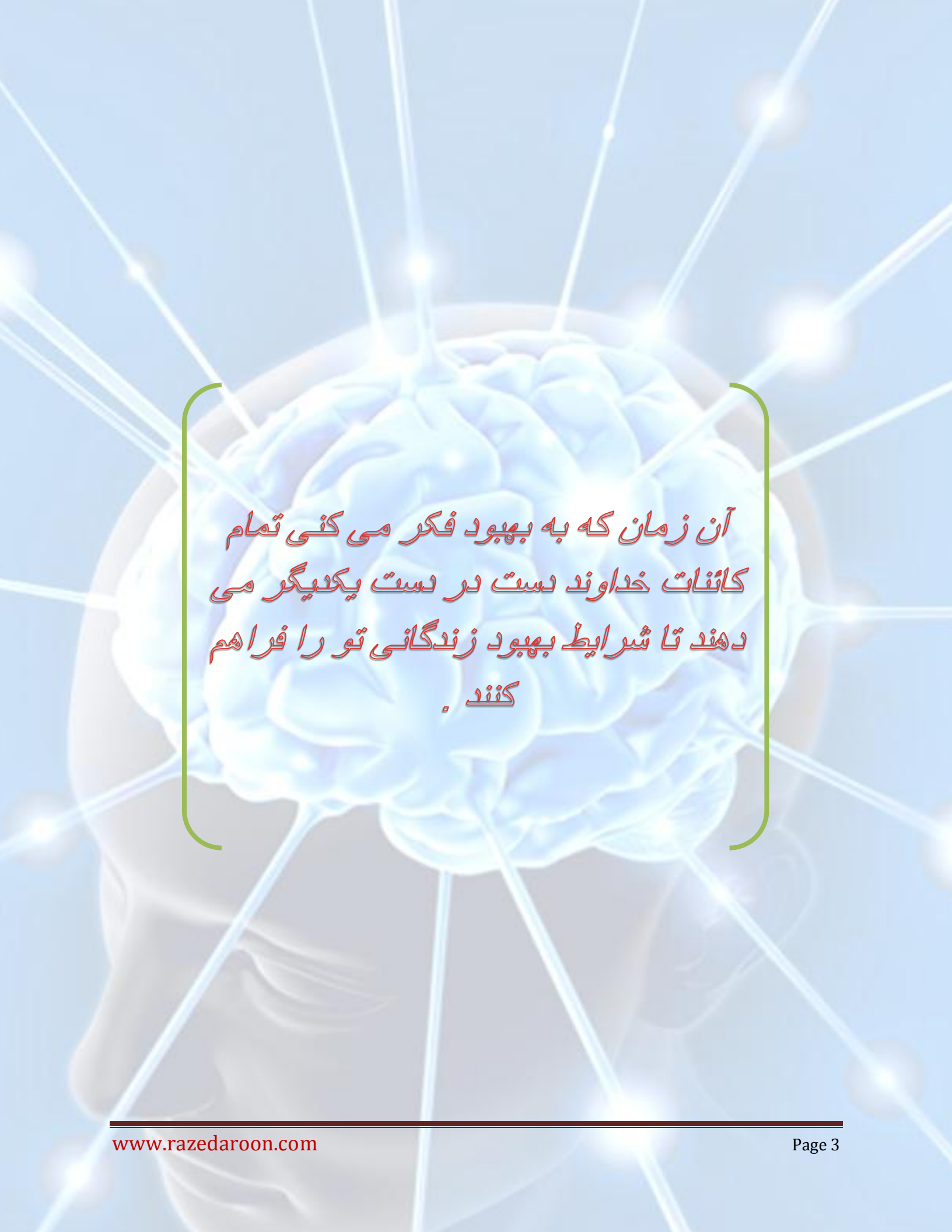


به نام خدا

گردآورنده : ن.صادقی

چگونه در همه حال فردی با انگیزه باشیم؟





آن زمان که به بهبود فکر می کنی تمام
کائنات خداوند دست در دست یکدیگر می
دهند تا شرایط بهبود زندگانی تو را فراهم
کنند .

چگونه این کتاب می تواند زندگی شما را سرشار از اتفاقات خارق العاده کند

من در زندگی بسیاری از مردان و زنان وقوع معجزات فراوانی را دیده ام . شما نیز هر گاه شروع به استفاده از قدرت اعجاب آمیز نیروی موجود در باطن خود کنید ممکن است با یک چنین معجزاتی روبرو شوید. منظور از نوشتن کتاب حاضر این است که به شما یاد بدهم چگونه می توان با اجرای تکنیکهای خاصی سرنوشت خود را رقم زد .

آیا پاسخ سوالات زیر را می دانید؟

چگونه است که شخصی غمگین و دیگری شاد است ؟ چرا یک نفر کامیاب و خوشبخت است و دیگری فقیر و بدبخت ؟ چرا یکی در ترس و اضطراب بسر می برد و دیگری سرشار از اعتماد به نفس و امیدواری است ؟ چرا یکی دارای خانه ای زیبا و مجلل است و دیگری در کلبه ای کوچک و محقر در فقر و فلاکت زندگی می کند ؟ چرا یکی در کار و حرفه خود نابغه است و دیگری در سراسر عمر به سختی تلاش می کند و معهذا هیچ کار با ارزشی انجام نمی دهد ؟ چرا یک نفر از بیماری غیر قابل علاج نجات می یابد و دیگری درمان نمی شود ؟ چرا یک زن در زندگی زناشویی موفق است و خواهرش سرخورده و ناموفق ؟

آیا پاسخی برای این سوالات دارید ؟ بله حتما دارید !



در این کتاب سعی کرده ام تا آنجایی که ممکن است حقایق اساسی و بزرگ مربوط به ذهن را به زبان ساده تشریح کنم . باورم این است که می توان پایه و اساس قوانین زندگی و روح را به زبان ساده تشریح کرد . به شما توصیه می کنم این کتاب را دقیقاً مطالعه کرده و تکنیکهایی را که در آن ذکر شده به طور کامل اجرا کنید . اطمینان دارم با مطالعه و به کار بستن دستورهای کتاب ، قوای معجزه آسای ذهن شما شکوفا می شود و مشکلاتتان را حل خواهد کرد و شما را از اسارت عاطفی و جسمانی رها می کند و در شاهراه آزادی و خوشبختی قرار می دهد . شما با یادگرفتن طریقه آزدسازی قوای عاطفی خود ، در واقع دروازه خوشبختی و سعادت را به روی خود باز می کنید و تمامی اتفاقات زندگی خود را تحت کنترل می گیرید . در این زمان است که احساس می کنید همه چیز مطابق میل شما رخ می دهد و **این شگفت انگیز است !**

وضع کنونی بشر

در ابتدا می خواهم به حقیقت تلخی اشاره کنم که متأسفانه امروزه جوامع بشری را در بر گرفته است . افسردگی ..

در دنیای ماشینی امروز متأسفانه انسان از خود و حقیقت خود جدا افتاده و این گسستگی با خود واقعی لطمات سختی را به زندگی و روحیه او وارد کرده است . بشر امروز در میان تکنولوژی و ماشینهای ساخت دست خود گمشده است و سخت نیازمند آرامش است و این مسئله به طور کامل در میزان آمار طلاق ، جرم و جنایت ، خود کشی و ... منعکس شده است . به نظر شما انسانهای امروزی تا چه حد انگیزه و روحیه دارند ؟

داشتن انگیزه یکی از مهمترین عوامل موفقیت انسان محسوب می شود و انسان بدون انگیزه و روحیه لازم محکوم به شکست است . این پدیده به قدری مهم است که حتی می تواند سرنوشت انسان را رقم بزند و انسانی را به سمت مرگ و نیستی و یا شادی و سرزندگی ببرد . متأسفانه مردم برای لحظه ای آرامش و نشاط به هر قرص و دارویی پناه می برند در حالی که خود آنها عمیقاً دارای ویژگی شادی و آرامش هستند اما از آن دور افتاده اند و این ویژگی ها را از یاد برده اند .

علت بسیاری از دردها و بیماریها نیز نتیجه احساس افسردگی و سرخوردگی است . پس چگونه می توان انگیزه و روحیه خوبی در خود ایجاد کرد ؟

انسان پدیده و مخلوقی شگفت انگیز است و اساساً به گونه ای خدای مهربان انسان را خلق کرده است که ذاتاً شاد و با نشاط باشد و اگر انسانی بخواهد افسرده شود کار بسیار دشواری را در پیش رو دارد . شاید بپرسید ، پس دلیل وجود اینهمه بیماران افسرده چیست ؟ در واقع انسانهای افسرده انقدر بد رفتار کرده اند و انقدر برای ایجاد این بیماری در طول زمان تلاش کرده اند که در نهایت به افسردگی مبتلا شده اند زیرا انسان با نشاط خلق شده توسط خداوند همیشه برای عدم بروز افسردگی مکانیسم قدرتمندی دارد .

روزی بیماری برای مشاوره به دفتر آنتونی رابینز (روانشناس قدرتمند موفقیت و رشد فردی) مراجعه کرد . و با صدایی گرفته ابراز داشت که تونی من افسرده ام و در جواب این فرد ، آنتونی رابینز گفت : آفرین ! بگو

چیکار کرده ای که افسرده شده ای و رمز موفقیت تو چیست؟! زیرا انسان محال است به این راحتی افسرده شود!

پس می بینید که انسان در ذات مخلوقی با نشاط و شگفت انگیز است اما چرا ما انسانها گاهی اوقات و در بعضی مواقع همیشه احساس بی روحیه بودن و افسردگی می کنیم؟ این سوالی است که به طور مفصل در کتاب راز درون تو شرح داده ام و دلیل علمی آن را بررسی کرده ام. البته با درک این مطالب، بهتر می توانید روحیه عالی در خود ایجاد کنید.

متأسفانه از کودکی ما یاد گرفته ایم مسائل را به گونه ای منفی ببینیم و قبل از رخ دادن حادثه ای پیشاپیش آن را با نتیجه و سرانجامی دلخراش در ذهن خود مجسم کنیم! یا در ارتباطات خود با دیگر انسانها مدام گله و شکایت کنیم و از نگرانیهای خود حرف بزنیم. غافل از اینکه تمام این عادات مخرب در روحیه ما و میزان انگیزه ما تاثیر چشمگیری دارند. کافی است به مدت چند دقیقه در مکانی عمومی حاضر شوید و با چهره های درهم و اخم آلود دیگران مواجه شوید. کمتر کسی را می بینید که شاد و خنده رو باشد. در حالی که شاید تمامی این افراد آرزو داشته باشند روحیه ای متفاوت را تجربه کنند! اجازه بدهید با ذکر مثالی تفاوت بسیار زیادی را که وجود انگیزه در انسان ایجاد می کند، توضیح دهم:

ورزشکاری را تصور کنید که قرار است در یک میدان بزرگ رقابت ورزشی شرکت کند. او بی روحیه است نتیجتاً انگیزه لازم را برای کسب نتایج بهتر ندارد. به نظر شما او چگونه تمرین می کند! معلوم است ساعات تمرین او با بی حوصلگی و عدم طراوت لازم سپری می شود و حتی برای کمی تمرین بیشتر نیز تلاش نمی کند! چون او بی روحیه است و انگیزه ای ندارد. در مسابقه شرکت می کند و بدترین نتایج را می گیرد زیرا درست تمرین نکرده است.

در نقطه مقابل ورزشکار با روحیه چگونه است؟ او انقدر انگیزه دارد که ساعات تمرین خود را چندین برابر می کند و جالب است که حتی احساس خستگی هم نمی کند چون شاد و با انگیزه است. در میدان رقابت حاضر می شود و با کمی تلاش عالی ترین نتایج را به دست می آورد.

نمونه دیگر دانش آموزان شرکت کننده در کنکور سراسری هستند که میزان روحیه آنها به طور مستقیم در عملکرد آنها در کنکور بسیار موثر است و اگر دقیقتر نگاه کنیم تقریباً هر کسی در هر صنف و پیشه ای به نوعی با روحیه و انگیزه سر و کار دارد. پس ببینید که چقدر مهم است به درک درستی از یک روحیه عالی و نحوه ایجاد آن برسیم. در ادامه من دو تکنیک بسیار قدرتمند را ارائه می دهم که به سرعت و به راحتی می توانید روحیه خود را به سمت نشاط و آرامش سوق دهید. و اما آن دو تکنیک

تمرینی که با انجام آن در کمتر از پنج روز به فردی **خوش شانس و با نشاط** تبدیل می شوید .
این تمرین یکی از تکنیک های کاربردی این کتاب است که نتایج حیرت انگیز و ملموس آن را
در طی چند روز به سرعت مشاهده خواهید کرد به گونه ای که از اتفاقات درونی و آنچه در
پیرامون شما می گذرد متعجب خواهید شد . می خواهم بدانی دوست خوبم که واقعا همه چیز ،
همه دستاوردهای زیبای زندگی در یک قدمی شماست فقط کافی است کمی آگاهتر شوی تا همه
چیز را به خوبی و به وضوح ببینی !! موفقیت همین جاست !

تکنیک ایجاد نشاط درونی و حال خوب در کمتر از پنج روز

در زندگی پر مشغله امروز ، حتما شما در طول روز زمانهایی هر چند بسیار کوتاه در اختیار دارید که از آن
استفاده کنید . به عنوان مثال در طی مسیر خود برای رسیدن به محل کارتان زمانی کوتاه وجود دارد که کمی
به خود بیندیشید .

این تمرین به این نحو است که شما در طول روز ، در سه زمان مختلف مثلا یکبار صبح ، بار دیگر میان
روز و در آخر شب به پنج خاطره از بهترین خاطره های زندگی خود فکر می کنید . مثلا هنگامی که در
دانشگاه قبول شدید و دیگران با چهره های شاد به شما تبریک می گفتند یا در جشن تولد خود هدیه ای بسیار
زیبا دریافت کردید و حتما هر شخص در زندگی خود لحظاتی زیبا و به یادماندنی را تجربه کرده است که
در آن زمان بسیار شاد و خوشحال بوده و حال خوشی را احساس کرده است . شما در طول روز و در سه
نوبت بهترین خاطرات خود را به یاد آورید و سعی کنید تمام جزییات آن صحنه دلخواه را در ذهن مرور کنید
و همه انسانهایی که در آنجا بودند ، صداها و تمام رفتارهای خوشایند دیگران در آن لحظه به خصوص را به
یاد آورید . اما نکته اینجاست که هر بار به پنج خاطره بیندیشید . یعنی صبح به پنج خاطره فکر می کنید و
تک تک آن خاطرات را در ذهن خود مرور می کنید و احساس شادی را با تمام وجود در قلب خود حس می
کنید و در میان روز نیز به پنج خاطره زیبای دیگر فکر کنید و در آخر شب هم به همین ترتیب عمل کنید .
این عمل را در پنج روز به همین تعدادی که گفته شد تکرار کنید . به شما اطمینان می دهم که اگر با اشتیاق و
میل و رقبت فراوان به انجام این تمرین بپردازید از نتایج حاصله بهت زده می شوید و شرایط جدیدی را در
اطراف خود حس خواهید کرد . شما متوجه خواهید شد که خوش شانس تر شده اید و ...

بنابراین دوست خوبم این تمرینات را حتما انجام بده زیرا تا عمل نکنی به هیچ چیز نمی رسی . این تمرینات
فقط بخش کوچکی از کتاب راز درون تو است . « کتاب راز درون تو » مملو از تکنیکهای قدرتمندی است
که شما دوست عزیز را در شاهراه موفقیت و ثروت قرار می دهد .

روش دوم ایجاد انگیزه

در همین لحظه به شی و یا پدیده ای در اطراف خود نگاه کنید که حال خوبی به شما می دهد . مثلا کتابی که در قفسه کتابهای شما قرار دارد و به تازگی آن را به اتمام رسانده اید و از مطالعه آن لذت برده اید یا گلدانی که در گوشه اتاق شما قرار دارد ، لحظه ای نگاه کنید . بی اختیار شما با این توجه ساده و گذرا لبخند می زنید این طور نیست ! پیشنهاد من به شما این است که هر وقت در زندگی احساس خشم و ناراحتی کردید به پنج پدیده ای که در اطراف شماست و حال شما را عالی می کند نگاه کنید . از انجام این تمرین شگفت زده می شوید چون اگر خود را ملزم به انجام آن کنید اولاً در هر محیطی چیزی را پیدا می کنید که واقعا روحیه بخش است و تا به حال هرگز به آن توجه نکرده بودید در حالی که آن شی خاص در آنجا حضور داشته و دوماً با ادامه این کار شما نسبت به عوامل استرس زا و ناراحت کننده بی تفاوت می شوید و اگر این تمرین ساده را چندین روز انجام دهید به فردی با روحیه و با انگیزه تبدیل می شوید به گونه ای که همه از دیدن نشاط و انرژی شما تعجب می کنند ! علت ایجاد این نشاط و انگیزه را در کتاب راز درون تو به طور مفصل شرح داده ام و دلایل علمی آن را بیان کرده ام که با درک دلایل این نشاط بهتر نیز می توانید خود را با روحیه حفظ کنید .

اکنون ببینید ما انسانها در طول روز چقدر عکس این تمرین عمل می کنیم . یعنی مدام روی ناراحتی و نگرانی و اتفاقات ناخوشایند جامعه متمرکز می شویم و با اینکار هم به سلامت جسم و هم به سلامت روان خود صدمات جدی می زنیم . بله این واقعیت است که دنیای بیرون شاید همیشه مطلوب و زیبا نباشد اما ما وظیفه داریم تا از خود محافظت کنیم و سلامت جسم و روان خود را حفظ کنیم که اگر از این امر مهم غافل شویم ، یک عمر با حسرت باید بیماریهای چه بسا صعب العلاجی را تحمل کنیم زیرا بدن انسان به هیچ وجه نمی تواند استرس زیاد و نگرانی و روحیه بد را به مدت طولانی تحمل کند . اگرچه در درون خود مکانیسمهای زیادی برای کنترل عوامل ناخوشایند محیطی دارد اما در طولانی مدت مقاومت خود را از دست می دهد و آن وقت است که سلامت انسان به خطر می افتد .

در ابتدا من از معجزات فراوانی سخن گفتم که تنها با یک روحیه عالی می توان به آن دست پیدا کرد . اگر مطالب موفقیت و رشد فردی را دنبال می کنید حتما به مفهوم مغناطیس شدن بر خورده اید . درست است ؟!

مغناطیس زنده ، مفهومی است که در مورد یک انسان شاد و با انگیزه صدق می کند . در حقیقت یک انسان با انگیزه تمامی عوامل شادی بخش و موثر در بهبود زندگیش را به سمت خود می کشاند . به عنوان مثال وقتی او وارد میدان مسابقه می شود همه عوامل بیرونی نیز دست به دست هم می دهند تا او روحیه خود را عالی حفظ کند و نتایج دلخواه را به دست آورد . وقتی وارد بازار کار می شود در اطراف خود با انسانهای خوب احاطه می شود و از کمک آنها بهره مند می شود . پس می بینید که یک تغییر ساده در روحیه می تواند چه تفاوت چشمگیری در زندگی ایجاد کند !

دوست من جهان اطراف ما بر پایه قانونهایی شکل گرفته که با رعایت آن می توانیم تفاوت عمده ای در زندگی خود ایجاد کنیم و علاوه بر قوانین حاکم بر دنیای بیرون ، در دنیای درون تو اصولی حکم فرماست که باید از آنها آگاه باشیم تا بتوانیم به مراتب عالی تر در زندگی نتیجه بگیریم .

گنجی که در درون شما نهفته است

چنانچه چشم بصیرتتان را باز کنید و به گنج بی پایانی که درون شما نهفته است نظر اندازید متوجه می شوید که ثروت بی پایانی شما را احاطه کرده است . در درون شما یک معدن طلا وجود دارد که می توانید از آن استفاده کرده و زندگی با شکوه و پر از خوشی و وفور نعمت برای خود فراهم کنید .



بسیاری از افراد در خوابند زیرا از این گنجینه با ارزش و طلایی ، که در واقع همان هوش بی پایان و مهر بی انتهای است که در درونشان نهفته است ، اطلاعی ندارند . شما می توانید هر چه را که بخواهید از درون این گنجینه بیرون بیاورید . حتما تا به حال از قدرت یک قطعه فولاد که در حوزه مغناطیسی قرار گرفته است شنیده اید . این قطعه می تواند تا دوازده برابر وزن خود را از روی زمین بلند کند اما وقتی قدرت مغناطیسی آن به اتمام رسد حتی یک پر سبک را هم نمی تواند جا به جا کند !

به همین صورت در دنیا دو نوع انسان وجود دارد : انسان مغناطیس دار که سرشار از ایمان و اعتماد به نفس است و می داند که به دنیا آمده تا برنده و کامیاب شود ؛ و انسان دیگری که قدرت مغناطیسی خود را از دست داده و سرشار از ترس و تردید و نا امیدی است . وقتی برای چنین فردی فرصت خوبی پیش بیاید او خواهد گفت که من هرگز موفق نخواهم شد و ممکن است شکست بخورم . در نتیجه این چنین فردی هرگز نمی تواند در زندگیش پیشرفت کند .

پس اگر می خواهید که پیشرفت کنید باید به یک انسان مغناطیس دار تبدیل شوید و به راز بزرگ کلیه اعصار دست یابید .

اما به راستی این راز بزرگ چیست ؟

آیا این راز انرژی اتمی است ؟ بمب نوترونی ؟ سفرهای بین کرات آسمانی است ؟ خیر هیچ کدام از اینها نیست . پس این راز چیست و چگونه میتوان به آن دست یافت ؟ جواب خیلی ساده است : این راز بزرگ همان نیروی اعجازانگیزی است که در ضمیر ناخود آگاه شما وجود دارد ، یعنی در آخرین جایی که ممکن است مردم در جستجویش باشند ! **در درون خود شما دوست عزیز**

این حق مسلم شماست که دنیای پوشیده اندیشه ها و احساسات و قدرت و نور و عشق و زیبایی را پیدا کنید . اگر چه ضمیر نا خود آگاه شما نا مرئی است اما نیروی آن عظیم است . در داخل ضمیرتان راه حل هر مسئله ای و علت هر معلولی را پیدا خواهید کرد . شما می توانید به نیروی مخفی باطن خود دست یابید و به این ترتیب ، به قدرت و حکمتی که لازم دارید تا شما را به سوی وفور و امنیت و خوشی و حاکمیت سوق دهد ، دسترسی پیدا کنید . حتما تا به حال شفای معجزه آسای بیماران را دیده اید ! این ها همه به خاطر وجود این قدرت بی نظیر است که شاید تا به حال از آن بی خبر بوده اید .

بگذارید برایتان مثالی بزنم :

یک اتم اکسیژن و یک اتم کربن تولید منواکسید کربن که گازی سمی است خواهد کرد ولی چنانچه یک اتم اکسیژن دیگر به آن اضافه کنید ، کربن دو اکسید به دست می آید که یک گاز بی زیان است . این فرآیند یک اصل در طبیعت است و همیشه نتیجه یک چیز مشخص به دست خواهد آمد و ضمیر نا خود آگاه هم یک اصل است که اگر درست از آن استفاده کنید همیشه نتیجه معینی به دست می آورید که همان تحقق خواسته هایتان است.

آیا آماده هستید تا به روشی دست پیدا کنید که به شما کمک کند از تمام نیایشها و دعاهای خود نتایج ایده آل کسب کنید؟

آیا آماده هستید در کسب و کار خودتان خیلی سریع پیشرفت کنید و گوی سبقت را از رقیبان خود برابید !

آیا می خواهید برای مسائل و مشکلات زندگیتان راه حلی دقیق پیدا کنید؟

برای دانلود سایر مقالات و کتاب ها می توانید به آدرس زیر مراجعه کنید .

www.razedaroon.com

