

کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن

تکنیک هایی قدرتمند و امتحان شده برای دستیابی به اهداف

محمد امین عرفانی زاده

فهرست

مقدمه

چرا نوشتن این کتاب 11 سال طول کشید؟

چرا برخی افراد از قانون جذب نتیجه نمی گیرند؟

حفره ی ذهنی دقیقا چیست؟

چگونه در پروسه ی جذب رویاها ذهن تان را به بهترین دوست و حامی خود تبدیل کنید؟

چرا ذهن تان در مقابل پذیرفتن باورهای جدید، خواسته ها و آرزوهای شما از خود مقاومت نشان می دهد؟ راهکار چیست؟

چگونه سریع تر و راحت تر از قانون جذب جواب بگیریم؟

فرمولی سه مرحله ای و قدرتمند برای دستیابی به هر رویا و هدفی که دارید

اولین ابزار کمکی به هنگام تجسم

چگونه تابلوی آرزوهای خود را بسازیم؟

دلایل و استدلال های علمی که بر تاثیر و عملکرد جادویی تابلوی آرزوها صحت می گذارد

دومین ابزار کمکی به هنگام تجسم

برنامه ریزی و پلن اجرایی

ارزش های اصلی شما کدامند؟

ارزش های اصلی چگونه تعریف می شود؟

تکنیکی قدرتمند برای دستیابی قطعی، سریع و راحت به هر هدفی که دارید

قانون اول- ابتدا میوه های در دسترس را بچینید

قانون اول نیوتن درباره انرژی فعال سازی

تست بیدار شدن از خواب

مقدمه

ضمن عرض سلام و احترام خدمت شما دوست عزیز و همراه وبسایت عرفانی زاده دات کام، من محمد امین عرفانی زاده هستم، مدرس هیپنوتراپی و موفقیت و خیلی خوشحال هستم که با یک دوره ی آموزشی بسیار تاثیر گذار و قدرتمند در قالب این کتاب الکترونیکی در خدمت شما هستم.

در این کتاب الکترونیکی قصد داریم درباره ی ذهن صحبت کنیم، ببینیم این ذهن چی هست، چه قدرتی داره و چطوری میشه ازش استفاده کرد تا خیلی راحت اهداف و آرزوهایی که در زندگی داریم رو خلق کنیم.

و نکته ی خیلی جالب اینکه اگر شما بیای و این تکنیک های ذهنی رو بشناسی و از اونها استفاده بکنی، واقعا تعجب می کنی و شگفت زده می شی که چقدر عالی و سریع این تکنیک ها داره بهت جواب میده و جالب تر اینکه حس می کنی خودت خالق زندگیت هستی، سوار بر زندگیت هستی و با جرات و اطمینان می تونی بگی که من خودم دارم زندگم رو می سازم. اگه خوبه ... کار خودمه و اگه هم که بده بازم خودم ساختمش.

به راحتی می تونی کنترل زندگیت رو به دست بگیری و اون رو هدایتش کنی. و به نظر من این نهایت قدرت و بهترین هدیه ای که میشه به یک فرد داد. قدرت خلق زندگی... قدرت کنترل زندگی...

می دونی این قدرت چی رو بهت میده؟ این قدرت این امکان رو بهت میده که در هر لحظه از زندگیت انگشت اشاره ات رو به سمت خودت بگیری... میگی خودم کردم... فرمولش رو یاد گرفتم، انجامش دادم و این شد. به همین راحتی! درست عین دو ضربدر دو که میشه چهار... و اگر هم گهگاهی در زندگیت با شرایط و اتفاق هایی رو به رو شدی که اوضاع مطابق میل تو نبود، نمیگی تقصر اینه، امان از مردم... خدا نخواست... مامانم نداشت ... پارتی نداشتم که نشد... شرایط بده... اوضاع خرابه... نه!!!!

تمام دنیا و شرایط بیرونی و آدم های دور و برت رو فراموش می کنی و انگشت اشاره ات رو می گیری به سمت خودت... مسئولیت می پذیری... میگی آره... الان اون ثروتی که می خوام رو ندارم؟ اون رشته ی دانشگاهی رو ندارم؟ شغل و زندگی ایده آلم رو ندارم؟ اون رابطه ی عاطفی، کسی که می تونه زندگی من رو با معنا تر کنه رو ندارم؟ اون شغل به خصوص، اون هدفی که می خوام رو ندارم؟

قبول... کاملاً درسته... در حال حاضر اونها رو ندارم. اما فقط من، مسئول زندگی خودم هستم، پس حالا که من مسئول زندگی خودم هستم و این من هستم که زندگی خودم رو خلق می کنم چگونه می تونم این شرایط رو تغییر بدم و شرایط ایده آل و مورد نظرم رو خلق کنم؟

و به محض اینکه خودت رو در این موقعیت ذهنی قرار میدی... مسئولیت رو می پذیری و به جای اینکه گیر بدی به شرایط و آدم ها، از خودت می پرسی چگونه می تونم تغییرش بدم؟ چگونه می تونم شرایط ایده آل و دلخواهم رو ایجاد کنم؟ چگونه این همه پول؟ چگونه اون محبوب؟ چگونه اون رابطه عاطفی؟ چگونه اون رشته دانشگاهی؟ چگونه اون شغل؟ و ...

به طرز شگفت انگیزی ایده هایی به ذهنت می رسه... پیشنهاد هایی بهت میشه... افرادی در مسیر زندگیت قرار می گیرن و خیلی عجیب و غریب اتفاق هایی در زندگیت می افته که یکدفعه کارات درست

میشه و تو خیلی راحت و بدون هیچ دردسری به اون چیزی که می خواستی می رسی و جواب بهت داده میشه.

می دونی چرا؟

چون ما انسانها اصولا برای رسیدن به هر دستاوردی به دو نوع تلاش نیاز داریم:

(1) تلاش جسمی

(2) تلاش ذهنی

حالا به نظرت لازمه چند درصد تلاش جسمی داشته باشیم و چند درصد تلاش ذهنی تا به اهداف و خواسته هایی که داریم برسیم؟

فکر کن... 70 درصد تلاش جسمی؟ 80 درصد تلاش ذهنی؟

نه!!! برای رسیده به هر هدف و خواسته ای فقط و فقط یکی دو درصد تلاش جسمی نیاز هست و بقیه 98 درصد تلاشی که باید انجام بشه تلاش ذهنیه... که بیای و باورهای رو اصلاح کنی... تکنیک هایی که در ادامه بهت آموزش میدم رو یاد بگیری و بر اونها مسلط بشی... تا در نهایت این 98 درصد تلاش ذهنی هم تکمیل بشه. و نکته جالب اینکه به محض اینکه این تلاش های ذهنی رو انجام میدی فقط کافیه چند قدم فیزیکی برداری تا به هدفت برسی و واقعا باورت نمیشه که چطوری با این سرعت و به این راحتی، اتوماتیک وار کارهای داره درست میشه و جلو میره. اصلا باورت نمیشه... اصلا زمین و زمون به هم دوخته میشه و اتفاق های عجیب و باورنکردنی ای می افته که تو رو به خواسته و هدفی که داری می رسونه.. و دقیقا هم به همین علته که **تفکر ساعه افضل من عبادته سبعینه سنه** که یک ساعت تفکر... یک ساعت تلاش ذهنی، بهتر از هفتاد سال عبادت و تلاش جسمیه! یعنی این یک ساعت تلاش ذهنی اصولی به قدری قدرتمنده و می تونه زندگی تو رو تغییر بده که اون هفتاد سال تلاش جسمی نمی تونه... راز اینجاست.

و دقیقا به همین دلیل و در همین راستا من همیشه به دنبال تکنیک ها و ابزارهای هستم که این پروسه تلاش ذهنی رو خیلی راحت تر و سریعتر کنه و همزمان بتون تغییرات پایداری رو ایجاد کنه، چون تنها عاملی که می تونه شما رو در ثروت شکست ناپذیر کنه، در عشق و روابط عاطفی شکست ناپذیر کنه، در درس و دانشگاه و کسب هر موفقیت و دستاوردی شکست ناپذیر کنه همین ذهن شماست، همین تلاش ذهنی که اگر روی اصول و تکنیک هاش انجام نشه می تونه گاها خیلی هم سخت باشه! بنابر این تمام تلاش من در این کتاب الکترونیکی این هستش که چطوری میشه این پروسه سخت رو راحت تر کرد و چگونه می توان بر ذهن مسلط شد تا اون یک ساعت تلاش ذهنی رو عالی انجام بدی و خیلی راحت در ازای این یک ساعت تلاش ذهنی هفتاد سال زندگی بی نظیر و محشر داشته باشی.

دوست عزیز اگر به تکنیک هایی که در این کتاب الکترونیکی به شما آموزش میدم عمل بکنی و اونها رو انجام بدی نتایج واقعا خارق العاده ای رو در زندگیت می بینی. تمام تکنیک هایی که در ادامه مطرح می کنم کاملا کاربردی و اجرایی هستند و بلافاصله بعد از هر تکنیک تمرین های خیلی ساده و راحتی رو مطرح کردم که لازمه حتما اون تمرین ها رو انجام بدی تا فورا سر و کله ی نتایج مثبت در زندگیت پیدا بشه. باعث افتخار منه که بهت بگم در سال های گذشته بیش از هفتاد هزار نفر با این آموزش ها و تکنیک ها آشنا شدن و در مدت بسیار کوتاهی موفق شدن که به نتایج باور نکردنی ای برسن. پس از تو دوست عزیزم این رو می خوام که تمرین های مطرح شده رو جدی بگیری و خودت رو موظف کنی که حتما این تمرین های بسیار ساده رو انجام بدی، چون تا اجرا نکنی نتیجه ای نمی گیری!

من به شخصه و از نزدیک شاهد تغییراتی که این دوره در زندگی اشخاص ایجاد می کند بوده ام و واقعا این یکی از بهترین تجربیات زندگی من بوده. قوانین موفقیت بسیار ساده و راحت. به راحتی می تونی این تکنیک ها رو یاد بگیری، بر اونها مسلط بشی و خیلی سریع ازش جواب بگیری. اما فقط یک سوا مهم میمونه، آیا آماده ای؟

محمد امین عرفانی زاده

مدرس هیپنوتراپی و موفقیت

چرا نوشتن این کتاب 11 سال طول کشید؟

حدود 11 سال طول کشید تا در نهایت موفق شدم چیزی رو که به دنبالش بودم پیدا کنم:

قدرتمند ترین سیستم و برنامه ی آموزشی ذهنی ای که بهت کمک کنه به هر هدفی که تا به حال داشتی برسی.

در طول 11 سال گذشته به بیش از 80 هزار نفر آموزش دادم که چگونه به اهداف و رویاهایی که در زندگی دارن برسن، چگونه بدون سرمایه اولیه کسب و کار خودشون رو راه اندازی کنن و به درآمد های میلیونی برسن، چگونه روز به روز زندگی شون رو با کیفیت تر کنن و از لحظه لحظه های زندگیشون لذت ببرن.... و با افتخار می تونم بگم که نتایجی که از این دوره ها و آموزش ها به دست اومده واقعا عالی و خارق العاده بوده و تمامی شرکت کننده ها به نتایج بی نظیری رسیدن که حتی در رویای بسیاری از افراد دیگه هم نیست.

زمانی که تازه تحقیقات و مطالعاتم رو شروع کرده بودم، همیشه دو عامل من رو به شدت آزار می داد:

- 1) چرا فقط بخشی از دانشجوهای می تونستن به موفقیت ها و دستاوردهای واقعا چشمگیر و بزرگ برسن؟ چرا این اتفاق برای همه ی دانشجو ها نمی افتاد؟
- 2) اگر به اندازه ی کافی با تکنیک های موفقیت آشنایی داشتم و به خوبی بر اونها مسلط بودم و به راحتی می تونستم به هر هدف و رویایی که برای خود تعین می کردم برسم و تنها با اجرای چند تکنیک ساده ی ذهنی موفق شده بودم چند صد میلیون تومان پول نقد به دست بیارم، پس چرا با یک اتفاق خیلی ساده تمام اون پول رو از دست دادم؟

و دقیقا از همین جا بود که تحقیقات 11 ساله من شروع شد و در ادامه به رشته هیپنوتراپی علاقه مند و وارد این حیطه شدم. چون به خوبی می دونستم که پاسخ این سوال هرچه که باشه در دنیای بیرون نیست و به دنیای درون بر می گرده، بنابراین علم هیپنوتراپی چون در تاثیر مستقیم با ضمیر ناخود آگاه و دنیای درون قرار داره حتما می تونه جواب این دو سوال رو به من بده.

مدتی که گذشت، بالاخره جواب رو پیدا کردم. تمام نتایج به دست اومده رو روی خودم و زندگیم تست کردم تا از صحت و کارایی اطلاعات به دست اومده اطمینان پیدا کنم.

نتایج خارق العاده بود. واقعا بی نظیر بود.

سپس، اونها رو روی دوستان، خانواده و نزدیکانم تست کردم. باز هم نتایج خارق العاده و بدون نقص بود.

وقتی که این مرحله از آزمایش هم با موفقیت سپری شد، یک گروه از افراد مختلف رو که هیچ یک از اونها رو نمی شناختم گردآوری کردم و این تکنیک ها و آموزش ها رو در اختیارشون قرار دادم تا مجددا میزان تاثیر گذاری این تکنیک ها رو تست کنم. حدس می زنی چی شد؟

بازهم مثل آزمایش های قبلی نتایج خارق العاده و باور نکردنی بود.

سال گذشته، اولین دوره ی جامع و یک ساله، شامل تمامی تکنیک های به دست اومده و تست شده رو به صورت وسیع و آنلاین برگزار کردم و حدود 10000 نفر از جای جای ایران عزیز به من ملحق شدن و دوره رو آغاز کردیم. نتایج به دست اومده و اتفاق هایی که برای شرکت کنندگان دوره افتاد واقعا خارج از تصور و غیر قابل باور بود و بعد از اتمام دوره هزاران ایمیل و نامه و پیامک دریافت کردم که شرکت کنندگان در دوره از موفقیت ها و دستاوردهایی که به دست آورده بودن صحبت می کردن. و من با افتخار و با لذت تمامی این نوشته ها رو مطالعه کردم و از این همه پیشرفت و ترقی به شوق اومدم.

دستاوردها عالی و بی نظیر بود. واقعا عالی به تکنیک ها عمل کرده بودن و مسلما چیزی به غیر از این نتیجه انتظار نمی رفت.

و حالا ایمان دارم که سفری که 11 سال پیش اون رو شروع کرده بودم به پایان رسیده و بالاخره پاسخ قاطعی برای سوال هایی که داشتم پیدا کردم.

قبل از اینکه قصد داشته باشی زندگیت رو متحول کنی و میلیون ها دلار ثروت و مکننت به دست بیاری... لازمه که چیزهایی رو در ذهن و درونت اصلاح کنی...

اگر این مرحله ی مهم رو از قلم بندازی، حتی اگر بتونی به طور کاملا اتفاقی سرمایه ای میلیون دلاری برای خودت جمع کنی، بهت اطمینان میدم که خیلی زود تمامی اون پول رو از دست میدی.

این سفر 11 ساله بهترین درس ها و آموزش هایی رو به من داد که هر کسی می تونه در تمام زندگیش یاد بگیره. در این 11 سال با سیستمی آشنا شدم که می تونه زندگی هر فردی رو تغییر بده و متحول کنه.

و امروز من این کتاب الکترونیکی رو فقط برای تو دوست خوب و عزیزم می نویسم. اطلاعات بسیار ارزشمند و گرانبهایی رو برات گردآوری کردم که در کمترین زمان ممکن با سرعتی باورنکردنی زندگیت رو تغییر میده. امیدوارم که این کتاب رو بارها و بارها بخونی و هر بار که این کتاب رو مطالعه می کنی به لایه های عمیق ترش پی ببری و باورهای قدرتمند تری رو در خودت ایجاد کنی.

در این کتاب هدف من اینه که برخی از مهمترین و کاربردی ترین تکنیک هایی رو که در این 11 سال بر اونها مسلط شدم، که در یک چشم به هم زدن می تونه زندگیت رو تغییر بده، به رایگان در اختیارت قرار بدم.

چند تمرین ساده، چند نکته کلیدی و جادویی و یک سیستم بسیار ساده و قدرتمند می تونه همین حالا زندگیت رو تغییر بده. هر هدفی که داری ... مهم نیست که چقدر بزرگ و دور از دسترس به نظر میرسه... با این تکنیک ها به هر رویا و آرزویی می تونی برسی.

اطلاعاتی که در این کتاب الکترونیکی با تو دوست عزیزم به اشتراک گذاشته میشه چکیده و گزیده 11 سال تحقیق و بررسیه. امیدوارم که کلمه به کلمه ی اون رو با دقت و بارها و بارها بخونی و صمیمانه ازت می خوام که تمامی تمرین های مطرح شده رو انجام بدی.

حفره های ذهنی

حفره های ذهنی دقیقا مثل چاله هایی هستن که روی سطح زمین می بینیم. و متاسفانه بسیاری از افراد روزانه در حال ایجاد صدها حفره ی ذهنی در ذهن خود هستن.

این حفره های ذهنی می تونن برای چند روز، چند هفته، چند ماه و یا حتی چند سال بدون اینکه اثری از خودشون نشون بدن در ذهن باقی بمونن تا در زمان مناسب اثر مخربشون رو بر زندگی ما بگذارن.

وقتی که برای اولین بار در مدت بسیار کوتاهی موفق شدم کسب و کاری چند میلیاردی ایجاد کنم، احساس کردم که بر تمام تکنیک های موفقیت فردی تسلط کامل پیدا کردم...

- ✓ قانون جذب
- ✓ تکنیک های هدف گذاری و دستیابی به اهداف
- ✓ ثروت
- ✓ دستیابی به رویاها
- ✓ و ...

واقعا احساس می کردم که بر تمامی این اصول به صورت کامل تسلط پیدا کردم چون به راحتی و در کمترین زمان ممکن می تونستم به هر هدفی که برای خودم تعیین می کردم برسم و زندگی ای رو برای خودم ساخته بودم که واقعا حتی در رویای بسیاری از افراد هم نیست.

اما متاسفانه یکدفعه سر و کله ی حفره های ذهنی پیدا شد و درست مانند ماشینی که داره توی یک خیابون پر از چاله چوله حرکت می کنه اسیر حفره های ذهنی شدم که در ذهنم ایجاد شده بود.

می تونم شرط ببندم که همین حالا ، صدها و هزاران حفره ی ذهنی در ذهنت داری. حفره هایی که واقعا خطرناک و مخرب هستن.

اما اگر از این سیستم قدرتمندی که ادامه اون رو بهت معرفی می کنم استفاده کنی... به راحتی می تونی تمامی این حفره های ذهنی رو نابود کنی، به شرط اینکه همین حالا دست به کار بشی!

چرا برخی افراد از قانون جذب نتیجه نمی گیرند؟

اجازه بده چیزی رو ازت بپرسم.

همین حالا... ازت میخوام که این رو در ذهنت تجسم کنی که صاحب 10 میلیون دلار پول نقد هستی...

لطفا انجامش بده. در ذهنت خودت رو مجسم کن که ثروتمند و پولدار هستی... مجسم کن که همه ی آرزوها و رویاهات به واقعیت تبدیل شده. خیلی واقعی، یک دقیقه وقت صرف کن و این تمرین رو انجام بده...

حالا... آیا آماده ای تا جواب سوال بالا رو ببینی؟

حالا ازت می خوام که دوباره این تمرین رو انجام بدی و به صدای ذهنت گوش بدی. اگر با دقت به صدای ذهن منطیقت گوش بدی، به احتمال بسیار زیاد ذهنت یکی از این واکنش ها رو داره نشون میده:

- 1) ضمیر خود آگاهت شروع می کنه به خندیدن و می گه: جدی میگی؟ می دونی چقدر سخته که بخوای این همه پول رو به دست بیاری؟ چی فکر کردی؟
- 2) ذهنت هیچ ایده ای نداره. چون حتی نمی دونه صاحب 30 میلیارد تومان پول و دارایی بودن چه شکلیه.
- 3) ذهنت مهر تایید رو بر حرفی که زدی می زنه و تجسمت رو می پذیره و میگه: درست میگی... خیلی زود می تونی این رقم مالی رو هم به دست بیاری!!

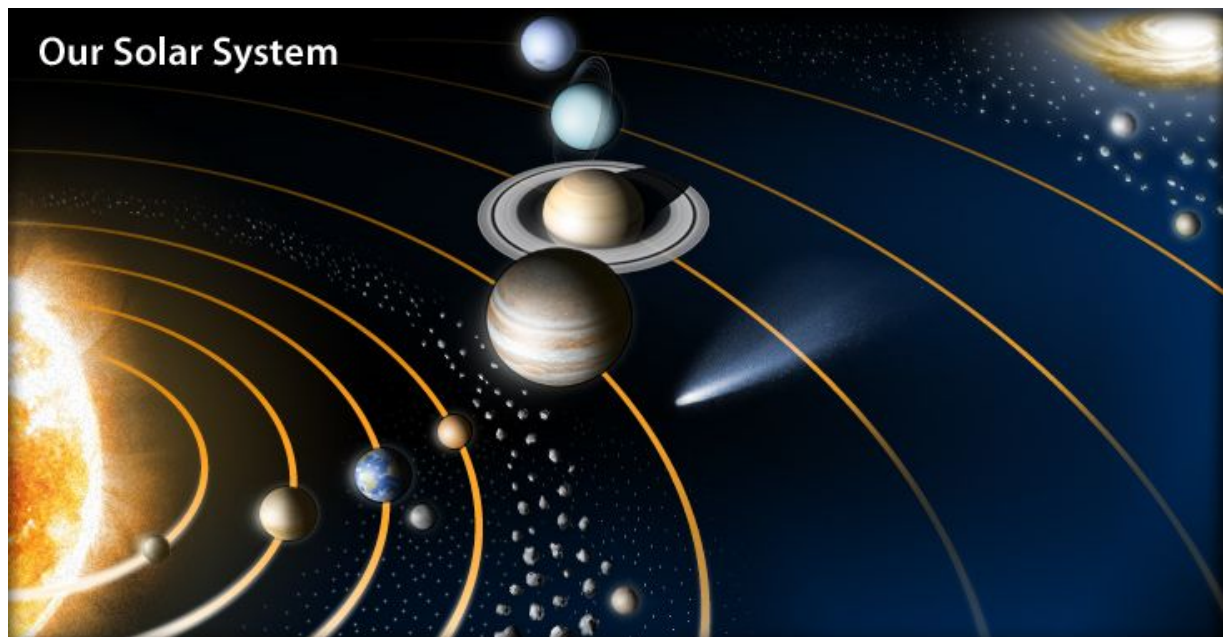
به طور حتم می تونم بهت بگم که حداقل چندین مورد در زندگیت وجود داره که شدیداً میخوای چیزی رو به دست بیاری ولی ذهنت اون خواسته و هدف تورو نمی پذیره و ردش می کنه و یا ایده ای برای دستیابی به خواسته ای که داری نداره.

علت این مساله اینه...

ما در دنیایی فیزیکی بزرگ شدیم که دنیای علت ها نیست، بلکه دنیای معلول هاست. و متأسفانه دنیای علت هارو که دنیای متافیزیکه فراموش کردیم و یا آشنایی چندانی باهاش نداریم و چون تمام ذهن منطقی و ضمیر خود آگاه ما متوجه همین دنیای فیزیکیه، سالیان سال اینگونه تربیت شده و عادت کرده که فقط چیزی رو باور کنه که می بینه، بنابراین تنها چیزهایی رو باور میکنه که می بینه.

بنابراین اگر غرق در پول و ثروت و ماشین های آخرین مدل باشی و افرادی دور و برت باشن که این دستاوردها رو دارن یا به راحتی می تونن به هر هدفی که دارن برسن، ذهنت اینها رو به عنوان واقعیت می پذیره و باور می کنه که تو می تونی ثروتمند باشی، می تونی به هر هدفی که برای خودت تعیین می کنی برسی و ... و با توجه به محیطی که این باور ها رو به ذهنت داده و این باور ها در تو شکل گرفته ناخودآگاه باور می کنی که برای تو چیزی به نام غیر ممکن وجود نداره و به راحتی می تونی هر رویایی که داری رو به واقعیت تبدیل کنی.

به عبارت دیگه دنیا از هزاران بخش تشکیل شده که درست مانند منظومه شمسی، هر بخش از دنیا یک مدار به خصوص رو تشکیل میده و هر فرد بر اساس باورها و نگرش هایی که داره در یکی از این مدارها قرار می گیره. بنابراین این فرد فقط چیزهایی رو میبینه، اتفاق هایی برایش می افته، با افرادی مواجه میشه که در اون مدار به خصوص قرار دارن، ایده هایی به ذهنش میرسه که هم فرکانس و هماهنگ با مداریه که در اون قرار داره. این فرد هیچ گونه دسترسی ای به منابع و اطلاعات سایر مدارها نداره، مگر اینکه قادر باشه مدار فعلیش رو تغییر بده که این تغییر مدار تنها با تغییر باورهایی که داره صورت میگیره.



به عنوان مثال، انسانی که در مدار فقر قرار دارد و باورهای فقیرانه ای دارد، در مداری قرار دارد که هر روز فقط آدم های فقیر رو می بیند، کارهایی بهش پیشنهاد میشه، وام هایی بهش داده میشه که هر روز فقیرترش می کنه، ایده هایی به ذهنش میرسه که فقط فقیرترش میکنه، چون در مدار فقر قرار گرفته و مدام اتفاق هایی برایش می افته که این باورهای فقیرانه رو به معرض نمایش میگذاره.

اما انسانی که در مدار ثروت قرار دارد، و به عنوان مثال بر این باوره که می تونه ماهی 50 میلیون تومان درآمد داشته باشه، چون در مدار 50 میلیون قرار دارد مدام ایده هایی به ذهنش میرسه، اتفاق هایی برایش می افته، با افرادی مواجه میشه که در نهایت این فرد رو به درآمد ماهیانه 50 میلیون تومان میرسونه.

نکته جالب اینکه چون این فرد در این مدار 50 میلیون تومانی قرار دارد، نه میتونه به درآمد 200 میلیون تومان در ماه برسه و نه مثلاً درآمد 10 میلیون تومان در ماه، چون به اطلاعات و منابع هیچ کدام از این دو مدار دسترسی نداره.

این امر در مورد تمامی جنبه های زندگی در مورد تک تک افراد صدق می کنه.

و ذهنت وقتی که هدفی رو بهش میدی و هدفی برایش تعیین می کنی، با توجه به مداری که در اون قرار گرفتی بهت پاسخ میده که آیا می تونی به این هدف برسی یا نه. آیا مداری که در حال حاضر در اون قرار گرفتی به چنین منابعی که بتونه تو رو به هدفت برسونه دسترسی داره یا برای رسیدن به این هدف ویژه لازمه که مدارت رو تغییر بدی؟

بنابراین زمانی که چیزی رو در ذهنت تجسم می کنی در حالی که در مدار اون خواسته قرار نداری، ذهنت و ضمیر خود آگاهت دقیقاً می دونه که این تجسم واقعی نیست و فقط یک خیال پردازی صرفه.

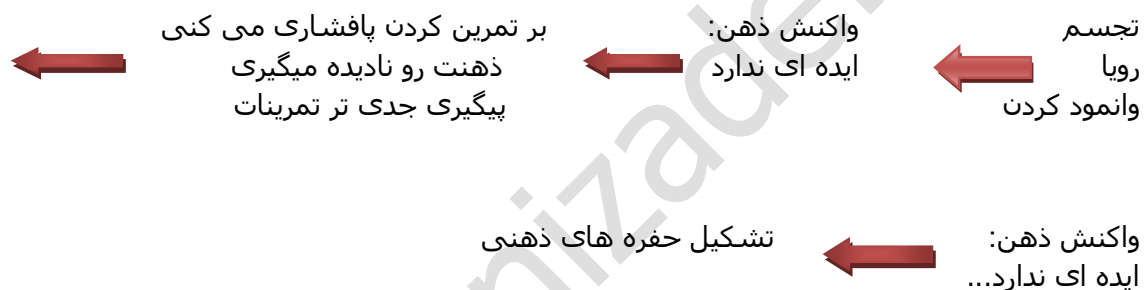
و درست در همین لحظه است که ذهنت قفل میشه، چون در مدار صحیح قرار نگرفته. نمیدونه چه مسیری رو باید طی کنه، چه قدم هایی رو باید برداره تا تو رو به جایی که میخوای برسونه. بنابراین

ذهنت، بدون هیچ زحمتی هدف تو رو رد می کنه و میگه: " گوش کن، این واقعی نیست! هرگز امکان نداره چنین اتفاقی بیفته!"

و دقیقا همین جاست که نا امید میشی و دیگه راه رسیدن به هدف تو دنبال نمی کنی و جا میزنی. در اکثر دوره های موفقیت چیزی که آموزش داده میشه و بارها و بارها تکرار میشه اینه که تصویر سازی ذهنی انجام بده و مدام وانمود کن همین حالا اون چیزی رو که میخوای داری...

و اگه بخوام دقیق تر بگم، بهت میگن: طوری احساس کن که انگار همین حالا خواسته و رویات رو داری. طوری عمل کن که انگار همین حالا اون خواسته رو داری و با تمام وجود باور کن که این خواسته و هدف تو از قبل داشتی...

تمام این حرف ها کاملا صحیح، اما یک نکته ی بسیار مهم در اینجا وجود داره که هرگز مطرح نمیشه و اگر این نکته رو ندونی هرگز از این تمرین ها نتیجه ای نمیگیری، چون ذهن منطقیت دقیقا می دونه که چه کاری داری انجام میدی بنابراین شروع به ساختن حفره های ذهنی می کنه...



چرخه ی تکرار شونده تشکیل حفره های ذهنی

و حتی بدون اینکه متوجه بشی، این چرخه بارها و بارها تکرار میشه و هر بار به یک چیز ختم میشه: سعی می کنی مدام با ذهن منطقیت بجنگی تا در نهایت اون رو مطیع خودت بکنی.

و به خاطر این چرخه، مدام در حال جنگ با ذهن منطقی و ضمیر خود آگاه خود هستیم.

ممکنه با پافشاری و تلاش بیشتر فکر کنی که پیروز شدی و حتی نتایج سطحی ای رو هم ببینی، اما در حقیقت تنها کاری که داری انجام میدی ایجاد حفره های ذهنیه که می تونه به شکلی بسیار خطرناک ظاهر بشه.

این ساختار ذهنه و طبق اونچه در دوره ی موفقیت اتفاقی نیست توضیح دادم، به علت وجود عاملی به نام homeostasis ذهن دوست داره که همواره در حالتی شناخته شده قرار بگیره، بنابراین تنها کاری که لازمه انجام بده خلق یک اتفاقه تا تمام تلاش ها و زحماتی که کشیدی رو از بین ببره و تو رو به حالت قبلی و اولیه ات برگردونه.

یک اشتباه... یک خطا ... و به راحتی اسیر حفره های ذهنی ای میشی که خودت ایجادشون کرده بودی.

اجازه بده داستانی رو برات تعریف کنم:

داستان من به اوایل دوران دانشجوییم برمیگردد که خیلی مصمم و جدی روی تکنیک های موفقیت کار می کردم، چون از صمیم قلب باور داشتم کی قراره میلیونر بشم و میتونم بدون حد و مرز موفق بشم. تجسم می کردم، جملات تاکیدی رو تکرار می کردم و تمامی تمرین ها و تکنیک هایی از موفقیت رو که یاد گرفته بودم انجام می دادم تا سریعتر به نتیجه دلخواهم برسم.

در اون زمان، واقعا حس میکردم که بر تمامی اصول و تکنیک های ذهنی مسلط شدم. تحت هیچ شرایطی اجازه نمیدادم افکار منفی وارد ذهنم بشه.

تنها چیزی که بهش توجه نمی کردم جنگ با ذهن منطقی بود که باعث میشد حفره های ذهنی بسیار زیادی رو ایجاد کنم.

هر زمان که ذهن منطقی vision و رویاهای من رو باور نمی کرد، من جدی تر و سخت تر تمرین ها رو انجام میدادم و به شدت با ذهن منطقی می جنگیدم تا همچنان او رو در حالت تسلیم نگه دارم.

حالا که خوب به این داستان نگاه می کنم میبینم کاری که اون موقع انجام میدادم مثل این بوده که داشتم ذهن منطقی رو به بزرگترین دشمن خودم تبدیل می کردم، نه به یک دوست و حامی.

با استمرار در تمرین ها و تکنیک ها، کم کم سر و کله ی موفقیت هم پیدا شد و به طبع هرچه موفقیت بیشتری به دست می آوردم اهداف و آرزوهای بزرگتری طراحی میکردم.

موفقیت ها و دستاوردهای من هر روز بیشتر و بیشتر میشد تا اینکه بعد از چندین سال موفقیت و کسب دستاوردهای عالی، یکدفعه سر و کله ی حفره های ذهنی ای که در گذشته با بی توجهی به ذهن منطقی ساخته بودم، پیدا شد و اولین شکست بزرگ زندگی من رو رقم زد.

این تجربه ی ناخوشایند نه تنها صدمات زیادی رو به من وارد کرد بلکه وضعیت مالی، کسب و کار، آرزوها و اهداف من رو هم به شدت تحت الشعاع قرار داد و دقیقا همون موقع بود که زمزمه های ذهنی من شروع شد:

"دیدید بهت گفتم!!! دیدی... اشتباه کردی. بهت گفته بودم که نمی تونی این کار رو انجام بدی... اما تو ... تو هیچ وقت به حرف من گوش ندادی. حالا که چی؟ حالا خوب شد؟ ... هیچ وقت به هشدارهای من گوش ندادی و فقط ساکت کردی."

شاید بخندی، اما شرط می بندم همه ی ما بارها با این " دیدی بهت گفتم های ذهنی " برخورد داشتیم.

برای من اولین حفره ی ذهنی خیلی خطرناک و چالش برانگیز ظاهر شد. اما چرا؟

حفره های ذهنی مفهومی بسیار ساده دارن اما مراقب باش که گول این سادگی رو نخوری، چون بسیار بسیار خطرناک تر از چیزی هستن که نشون میدن.

من به شدت به قانون جذب ایمان دارم و از حامیان پر و پا قرص این قانون هستم، چون تمام زندگی من رو تغییر داده و واقعا رویایی کرده. اما روشی که اساتید مختلف برای آموزش این قانون استفاده می کنن رو چندان نمی پسندم، چون بخش های بسیار مهمی در این قانون وجود داره که اکثر اساتید اون رو از قلم میندازن و هیچ اشاره ای بهش نمی کنن.

چیزی که کشف کردم استراتژی بسیار ساده و کاربردی ایه که بهت کمک می کنه به شیوه ای عالی و بدون نقص قانون جذب رو در زندگیت پیاده کنی و به صورت پایدار و همیشگی، در مورد هر آرزو و رویا و هدفی ازش نتیجه بگیری...

و در عین حال این مزیت رو هم داره که تحت هیچ شرایطی حفره ی ذهنی ایجاد نمی کنی...

و اما حفره ی ذهنی دقیقا چیه؟

حفره های ذهنی دام ها و حفره هایی هستن که در اثر بی توجهی و نادیده گرفتن ضمیر خود آگاه ایجاد میشن. من بهش میگم سندرم "دیدگی بهت گفتم". همه ی ما از شنیدن این جمله از دیگران به شدت نفرت داریم، اما ذهن منطقی ما اولین کسیه که با این جمله ما رو آزار میده.

اما راه بهتری هم هست.
تو میتونی سیستمی رو یاد بگیری که خیلی راحت ذهنت رو و ضمیر خود آگاهت رو به بهترین دوست و حامی تو تبدیل می کنه
وقتی که بر این اصول و تکنیک ها مسلط بشی، ضمیر خود آگاهت در هر شرایطی بهت کمک می کنه تا به هر موفقیت و دستاوردی که میخوای برسی. ضمیر خود آگاهت همیشه ازت حمایت می کنه و بهت کمک می کنه تا به هر هدف و آرزویی که داری برسی.

و وقتی که ذهن منطقی تو به دوست خودت تبدیل کنی، هر موقع که شرایط سختی ایجاد میشه، یا خسته و نا امید میشی ذهنت ازت حمایت میکنه و بهت کمک میکنه تا به راحتی تمامی مسائل و مشکلات رو حل کنی و ایده هایی بهت الهم میشه که خیلی راحت و سریع، مجدداً تو رو به مسیر موفقیت بر می گردونه!

و این در حالیه که اگر در شرایط قبلی و ایجاد حفره های ذهنی بودی، ذهن منطقی به بزرگترین مانع و دشمن تو تبدیل میشد.

موارد زیر مواردی هستن که شرایطی رو نشون میدن که اسیر حفره های ذهنی شدی...

- ✓ زمانی که انگیزت رو از دست میدی
- ✓ زمانی که پر از حس ترس میشی
- ✓ زمانی که احساس دلسردی و پوچی می کنی
- ✓ زمانی که می ترسی دست به اقدام بزنی
- ✓ زمانی که قدم از قدم بر نمیداری
- ✓ زمانی که کارها رو به تعویق میندازی
- ✓ زمانی که مدام بهونه میاری

اما دوست عزیز من، در اینجا سه نکته ی مهم و طلایی وجود داره که لازمه اونها رو بدونی.

1) **تو مقصر نبودی.** تا این لحظه تو هیچ آشنایی ای با این مفهوم نداشتی و هر زمانی هم که حفره ی ذهنی ایجاد می کردی، هیچ قصد و تعمدی در کار نبوده، فقط کاری رو انجام میدادی که فکر میکردی صحیح.

2) **تو تنها نیستی!** به جرات می تونم بگم که بیش از 98 درصد مردم سراسر جهان هر روز اسیر این حفره های ذهنی هستن و در زندگی با مسایل و مشکلاتی دست و پنجه نرم می کنن که حتی نمی دونن این مشکلات از کجا آب می خوره. اونها هم مقصر نیستن! تمامی اینها به علت آموزش هایی بوده که در طول زندگی دیدن.

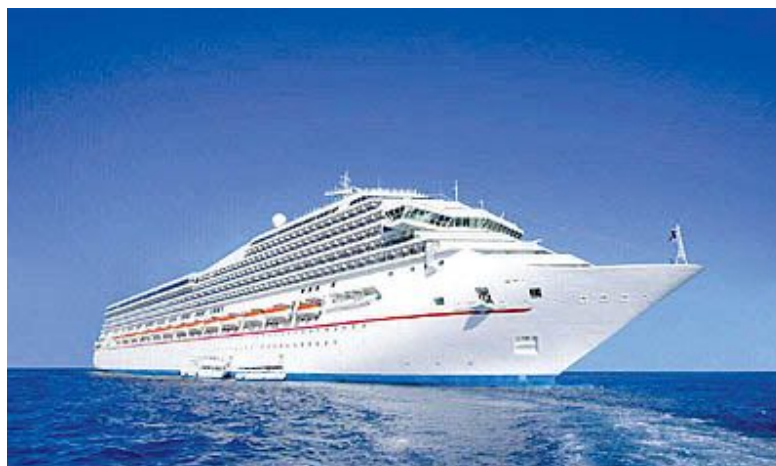
3) می تونی همین حالا، برای همیشه با حفره های ذهنی خداحافظی کنی. حذف حفره های ذهنی کار بسیار ساده و راحتی و من سیستم و تکنیک های بسیار ساده و راحتی رو کشف کردم که این پروسه رو برای تو خیلی راحت و سریع می کنه، اگرچه برای کشف و دستیابی به این اطلاعات زمان بسیار طولانی ای رو صرف کردم.

چگونه در پروسه ی جذب رویاها، ذهن منطقی خود را به بهترین دوست و حامی خود تبدیل کنیم؟

آیا تا به حال این ضرب المثل انگلیسی رو شنیدی که میگه: " اگه نمی تونی شکستشون بدی، بهشون ملحق شو؟" من اصلا به چنین جمله ای اعتقاد ندارم، اما فکر می کنم وقتی که به مبحث تکنیک های ذهنی می رسیم، این ضرب المثل می تونه یک تکنیک بسیار قوی ذهنی به حساب بیاد.

اگه نمیتونی ذهنت رو شکست بدی و موافقت اون رو برای خواسته و رویایی که داری بگیری، ابتدا بهش ملحق شو و سپس آرام آرام مسیر ذهنیت رو به سمتی که میخوای تغییر بده.

در تصویر زیر یک کشتی کروز و یک جت جنگی رو می بینی...



و این دقیقاً بزرگترین اشتباهیه که بسیاری از افراد در تعامل با ذهن منطقی و ضمیر خود آگاهشون انجام میدن:

اونها به گونه ای با ذهنشون رفتار می کنن که گویی ذهنشون یک جت جنگنده است و اکثراً تغییرات ناگهانی و تند و تیزی رو به ذهنشون میدن. اونها طوری با ذهنشون برخورد می کنن که گویی ذهنشون یک دکمه داره و فقط کافیه اون دکمه رو فشار بدن تا ذهنشون به مسیر دلخواه متمایل بشه... خیلی سریع و در یک چشم به هم زدن!!

اما... باید این نکته رو بدونی که سالها تجربه مختلف، اتفاقات گوناگون و شرطی سازی های مختلف باورهای ذهنیت رو تشکیل داده. ذهن در مورد تغییر باورها واقعا هیچ شباهتی به جت جنگی نداره بلکه شباهت بسیار زیادی به کشتی کروز داره.

یک قایق کروز این قابلیت رو داره که به هر مسیری که بخوای متمایل بشه و حتی می تونه تغییر 180 درجه هم داشته باشه.

پس این نکته رو به یاد داشته باش...

تو باید خیلی با دقت و ملایم ذهنت رو هدایت کنی. باید ذهنت رو به آرامی به مسیر دلخواهت هدایت کنی... تا شروع به حرکت کنه و به نتیجه دلخواهت برسی.

از امروز به بعد بزرگترین تغییری که در تعامل با ضمیر خود آگاهت باید ایجاد کنی اینه که سعی کنی اون رو مثل یک کشتی کروز هدایت کنی و نه یک جت جنگی. اگر این کار رو انجام بدی، به طور حتم و قطع به یقین می تونی روی ضمیر خودآگاهت به عنوان یک شریک و حامی در دستیابی قطعی به هر هدف و رویایی که داری حساب کنی.

این کار رو انجام بده تا با چشم خودت ببینی که چقدر سریع و راحت می تونی باورهای غلط و مسیر ذهنیت رو تغییر بدی و در عین حال دیگه هیچ حفره ی ذهنی ای رو هم ایجاد نمی کنی و در نتیجه می تونی به موفقیت ها و دستاوردهای عالی و بی نظیر و در عین حال پایدار و همیشگی برسی!

چرا ذهن تان در مقابل پذیرفتن باورهای جدید، خواسته ها و آرزوهای شما از خود مقاومت نشان می دهد؟ راهکار چیست؟

اجازه بده مثالی بزنم...

فرض می کنیم که تو واقعا و از صمیم قلب دوست داری که حسابدار بشی. فکر می کنی انجام چنین کاری ممکنه؟ منظورم اینه که تصور کن آرزو و رویای تو این بوده که حسابدار بشی...

شرط می بندم که اگه به صدای ذهنت گوش کنی، ضمیر خود آگاهت میگه: "البته که میشه. اگر بخوای حسابدار بشی حتما میتونی و از پسش بر میای."

حالا ازت می خوام به این فکر کنی که دوست داری فضانورد بشی. به خودت بگو: "این آرزوی قلبی منه که فضانورد بشم..."

ذهنت چی میگه؟

به جرات می تونم بهت بگم که ذهنت داره موانعی که بر سر راه رسیدن به این آرزو وجود داره رو نشونت میده و البته بزرگترین مانع اینه که "نمیدونی چطوری میشه به این هدف برسی و فضانورد بشی."

متوجه شدی؟ ... ذهن و ضمیر خود آگاه ما به دنبال واقعیت میگردد. ضمیر خود آگاه به دنبال روش و پلن های اجرایی میگردد.

وقتی که داشتی به حسابدار شدن فکر می کردی، ذهن منطقیت و ضمیر خود آگاهت دقیقا گام هایی که لازمه برای رسیدن به این هدف برداشت رو می دونست. چرا؟

چون دور و بر تو پر از افرادی که حسابدارن!

گام 1 : به دانشگاه میری

گام 2 : فارغ التحصیل میشی

گام 3 : دوره ی کارآموزی میبینی

گام 4 : یک شغل مرتبط با حسابداری پیدا می کنی

به همین راحتی! هدفی که داشتی خلق شد. چند نفر رو میشناسی که به همین طریق یا طرق مشابه حسابدار شده باشن؟ افراد زیادی، درسته؟ و به همین علت برای ذهن منطقی و ضمیر خود آگاهت این هدف خیلی منطقی به نظر میرسه! چون افراد بسیار زیادی رو دیده که حسابداران و البته یک فرمول 4 مرحله ای هم برای رسیدن به این هدف داره.

به عبارت دیگه این هدف و آرزو می تونه به واقعیت زندگی تو تبدیل بشه، فقط به این علت که ضمیر خود آگاهت راه رسیدن به این هدف رو میدونه.

اما راجع به فضانورد شدن چطور؟

من که به شخصه هیچ ایده ای ندارم که چگونه می توان به یک فزانورد تبدیل شد. در ضمن این رو هم میدونم که تعداد فزانورد ها بسیار کمه.

تنها چیزی که میدونم اینه که فزانورد شدن کار بسیار سختیه و اینکه حتی یک فزانورد هم دور و بر من نیست.

بنابراین ضمیر خود آگاه من فزانورد شدن رو به عنوان واقعیت و یک هدف واقعی نمی پذیره چون هیچ راهی برای رسیدن به این هدف نمیشناسه و این آرزو وهدف رو بدون هیچ زحمتی رد می کنه!

در ادامه سیستم و تکنیک هایی رو بهت معرفی می کنم که تکنیک هایی بسیار راحت و کاربردی. این تکنیک ها بهت کمک می کنه تا هر هدف و رویایی که داری در نظر ضمیر خود آگاهت قابل باور و پذیرش ظاهر بشه تا بتونی به هر هدف و رویایی که داری بررسی.

این سیستم می تونه ضمیر خود آگاهت رو به این سمت سوق بده که باور کنه هر چیزی ممکنه و هر رویا و آرزویی می تونه به واقعیت تبدیل بشه و می تونی به راحتی بهش بررسی!

می تونی ثروتمند بشی... می تونی یه رابطه ی عاطفی بی نظیر و عالی داشته باشی ... می تونی در رشته و دانشگاه مورد علاقه ات قبول بشی... و می تونی به هر آرزو و هدفی که داری، بدون هیچ محدودیتی بررسی.

چگونه سریع تر و راحت تر از قانون جذب جواب بگیریم؟

قانون جذب در سطح ضمیر ناخود آگاه عمل میکند و در تعامل مستقیم با باورها و ضمیر ناخود آگاه، بنابراین گوش دادن به فایل های هیپنوتراپی و خود هیپنوتیزم می تونه شما رو در سطح ناخود آگاه تجهیز و قدرتمند کنه، اما در سطح خود آگاه و با توجه به اونچه تا به حال صحبت کردیم، سیستمی رو طراحی کردم که می تونه حد اقل 10 برابر میزان موفقیت رو در دستیابی به اهداف و رویا هایی که داری افزایش بده.

این سیستم از یک فرمول سه مرحله ای تشکیل شده که می تونه زندگیت رو تغییر بده.

V Visualize تصویر سازی ذهنی	S Strategize برنامه ریزی و پلن اجرایی	S Select گزینش
--	--	-----------------------------

برای این بخش از کتاب الکترونیکی راز و رمز های ناگفته ذهن جزوه ی کاملی آماده کردم که این فرمول و تمرین های تکمیلی این تکنیک به تفصیل در اون شرح داده شده. برای دریافت رایگان این جزوه تکمیلی لطفا به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و اطمینان حاصل کنید که عضویت خود رو در خبرنامه سایت تکمیل کرده باشید تا جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های ناگفته ذهن رو به رایگان در ایمیل خود دریافت کنید.

V.S.S فرمولیست سه مرحله ای که بهت کمک می کنه تا هدایت ضمیر خود آگاهت رو به عهده بگیری و اون رو به بهترین دوست و حامی خودت تبدیل کنی. هر بخش این فرمول تمرین های ویژه ای رو داره که در ادامه بهش می رسم.

این تمرین ها بسیار ساده و کاربردی هستن و به راحتی در زمان بسیار کوتاهی میشه انجامشون داد. در ضمن انجام این تمرین ها بهت کمک می کنه تا تحت هیچ شرایطی حفره ی ذهنی ایجاد نکنی.

گام ها و تکنیک هایی که در این تمرینات اومده به ضمیر خود آگاهت کمک می کنه تا هر هدف و رویای به ظاهر دور از باور و غیر ممکن رو به عنوان هدفی قابل دستیابی بپذیره... چون به ذهن منطقیت ثابت می کنی که این هدف به شیوه ای کاملا واقعی و برنامه ریزی شده قابل انجام و قابل دستیابه.

و به این ترتیب ذهن منطقی و ضمیر خود آگاهت رو قانع می کنی که این هدف واقعی و قابل دستیابه و به محض اینکه ذهنت قانع شد، به رویای تو ایمان میاره و به صورت خودکار تمامی منفی بافی ها و افکار منفی تو نیز حذف میشه.

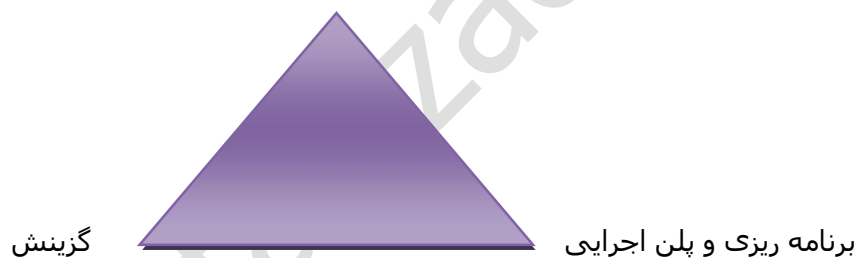
و حالا ضمیر خود آگاهت به جای اینکه اهداف و رویاهای تو رو رد کنه، از تمامی آرزو ها، دیدگاه و افکاری که داری حمایت میکنه و مدام ایده هایی بهت الهام میشه که خیلی راحت تر و سریع تر تو رو به جایی که خواستارش هستی می رسونه.

وقتی که فرمول V.S.S رو به بخشی از زندگی روزانه ات تبدیل کنی، متوجه میشی که:

- ✓ همیشه در آرامشی
- ✓ همواره با خودت در صلح و صفایی
- ✓ ذهن منظمی داری
- ✓ خلاقیتت روز به روز بیشتر میشه
- ✓ می تونی هر مساله و مشکلی رو به راحتی حل کنی
- ✓ و همیشه یک نقشه مطمئن برای پیروزی قطعی داری
- ✓ و مهمتر اینکه می تونی به هر هدف و رویایی که داری برسی

لطفاً برای دریافت جزوه ی تکمیلی این بخش به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطمئن شوید تا جزوه این بخش به صورت رایگان به ایمیل شما ارسال گردد. در این بخش برای شما جزوات ویژه ای رو آماده کردم که شما رو هیجان زده و غافلگیر می کنه و این سیستم رو باز کرده. بهت قول می دم که به محض اینکه تمریناتی که در این جزوات آموزش دادم رو انجام بدی اتفاقات خارق العاده ای در زندگیت رخ میده و میتونی انتظار تغییرات بزرگ و قابل توجهی رو در زندگیت داشته باشی.

تصویر سازی ذهنی



اجازه بده که هر بخش رو به صورت جداگانه بررسی کنیم:

1) تجسم و تصویر سازی ذهنی (Visualize)

من به شدت به قدرت تصویر سازی ذهنی و تجسم برای دستیابی به آرزوها و اهداف ایمان دارم و از حامیان این تکنیک هستم. اما نکته ای که در این تکنیک وجود داره اینه که تجسمت باید بگونه ای باشه که توسط ذهن منطقی رد نشه و یا اینکه در به بهترین شیوه عمل کنی و تجسم رو در حالت خود هیپنوتیزم (حداقل فعالیت ضمیر خود آگاه) انجام بدی.

اگه یادت باشه گفتیم که برای هدایت ذهن باید اون رو مثل یک کشتی کروز فرض کنیم. بنابر این به شدت ضروریه که آرزو و هدف تو به بخشی از زندگی روزانه ات تبدیل کنی و آهسته آهسته اون رو به ذهنت تزریق کنی. بنابر این لازمه راهی رو پیدا کنیم، از تکنیکی استفاده کنیم که به واسطه ی اون تکنیک ضمیر خود آگاهت باور کنه که اطراف تو و محیطی که در اون زندگی می کنی با آرزو ها و اهداف تو احاطه شده و پر از چیزهاییه که خواهی به دست آوردنشون هستی.

در این حالت ضمیر خود آگاهت نه تنها آرزو و رویای تو رو به عنوان یک واقعیت می پذیره و هیچ مقاومتی در برابر دستیابی به این هدف نشون نمیده، بلکه در این مسیر به بزرگترین حامی و کمک رسان تو هم تبدیل میشه. در صفحه ی بعد بهت نشون میدم که چگونه هدف و آرزوت رو به عنوان یک اصل مسلم و یک واقعیت قابل حصول در ضمیر خود آگاهت حک کنی...

اولین ابزار کمکی به هنگام تجسم















چیزی که در حال مشاهده اش هستی، تابلوی آرزوها یا Dream Board نامیده میشه.
تابلوی آرزوها تکنیکی بسیار قدرتمند و البته ساده و راحتیه که به راحتی میتونی اون رو متناسب با اهداف و آرزوهایی که داری درست کنی.

تابلوی آرزوها تکنیکی سوپر قدرتمنده و واقعا می تونه زندگیت رو جادویی و غیر قابل باور کنه.
در سه ماه گذشته، من سه تابلوی آرزو داشتم که به تمامی اهدافی که عکس اون اهداف رو در تابلو قرار داده بودم رسیدم و به جرات می تونم بهت بگم که در حال حاضر Dream Board به یک جز جدا نشدنی در زندگی من تبدیل شده. این تکنیک واقعا این قدرت رو داره که زندگیت رو به طرز غیر قابل باوری جادویی و محشر کنه!

بسیار خوب، اما Dream Board دقیقا چیه؟

تابلوی آرزوها در حقیقت یک مقوا و یا یک پوستره (اندازه: حد اقل a3 و یا بزرگتر) که در اون عکس هر رویا و هدفی که داری رو می چسبونی، سپس اون پوستر رو در مکانی قرار میدی که همواره و در بیشتر لحظات در معرض دیدت باشه.

به همین راحتی!

و بعد، این تصاویر به صورت کاملاً اتوماتیک و خودکار به بخشی از زندگی و واقعیت تو تبدیل میشه. وقتی که ذهن منطقی و خود آگاهت هر روز این تصاویر رو می بینه، تمامی اونها رو به زندگیت جذب می کنه و اینگونه تمامی رویا های تو یکی پس از دیگری خلق میشه.

البته دلایل و توضیحات علمی ای هم وجود داره که توضیح میده چرا این تکنیک بی نهایت قدرتمند و تاثیر گذاره، که در ادامه به اونها اشاره می کنم.

در حقیقت کاری که با Dream Board انجام میدیم اینه که دور و برمون رو پر می کنیم از اهداف و آرزوهایی که داریم، بنابراین ناخود آگاه تمام تمرکز ما در هر لحظه به اهدافی که داریم داده میشه و در نتیجه در اثر تکرار مشاهده ی این تصاویر ضمیر خود آگاه ما اونها رو به عنوان واقعیت و اهدافی قابل دستیابی می پذیره.

این تکنیک به این علت عالی جواب میده که رابطه ی بسیار زیادی بین چشم و ذهن وجود داره. فقط به همین علت ساده که ذهن منطقی و ضمیر خود آگاهت می تونه این تصاویر رو ببینه، کم کم به صورت اتوماتیک باور می کنه این اهداف، واقعی و در نتیجه قابل دستیابی هستن.

این پروسه و این تکنیک، خارق العاده جواب میده... اما نکته ی جالب تر اینکه این تکنیک از لحاظ علمی هم به اثبات رسیده و صحت و سقمش تایید شده.

به عنوان اولین تمرین و تمرین بخش تجسم (V) فرمول V.S.S ازت می خوام که همین حالا Dream Board اختصاصی خودت رو آماده کنی.

یادآوری: توضیحات تکمیلی این بخش در جزوه ی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن آورده شده. لطفاً برای دریافت جزوه ی تکمیلی این بخش به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطمئن شوید تا جزوه این بخش به صورت رایگان به ایمیل شما ارسال گردد. در این بخش برای شما جزوات ویژه ای رو آماده کردم که شما رو هیجان زده و غافلگیر می کنه و این سیستم رو باز کرده. بهت قول می دم که به محض اینکه تمریناتی که در این جزوات آموزش دادم رو انجام میدی اتفاقات خارق العاده ای در زندگیت رخ میده و میی توین انتظار تغییرات بزرگ و قابل توجهی رو در زندگیت داشته باشی.

من به شدت به قدرت تابلوی آرزو ها ایمان دارم و همواره سعی می کنم دور و بر خودم رو با عکس اهدافی که دارم پر کنم. از بک گراند گوشی تلفن همراهم گرفته، تا بک گراند تبلت، نوت بوک و ... تا دیوار اتاق و محل کارم!

شدیدا و قویا بهت توصیه می کنم که از این تکنیک جادویی و قدرتمند در دستیابی به هر هدف و رویایی که داری استفاده کنی...

جالبه بدونی تا این لحظه 3 هدف از 4 هدفی که تصویرش رو بک گراند گوشیم گذاشتم خلق شده!

به من اعتماد کن... این تکنیک واقعا عالی بهت جواب میده!

چگونه تابلوی آرزوهای خود را بسازیم؟

تهیه ی تابلوی آرزوها کار بسیار ساده ایه.

یادت باشه که حتما جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن رو مطالعه کنی چون در اون توضیحات تکمیلی و کلیدی ای درباره Dream Board و نحوه ی استفاده ی موثر از اون دادم. لطفا برای دریافت جزوه ی تکمیلی این بخش به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطمئن شوید تا جزوه این بخش به صورت رایگان به ایمیل شما ارسال گردد.

مراحل تهیه تابلوی آرزوها:

گام 1: لیستی از تمام آرزو هایی که داری تهیه کن

گام 2: یک مقوا یا برگه حد اقل a3 تهیه کن

گام 3: به سایت تصاویر گوگل برو google.com/images

گام 4: نام هدف و آرزوت رو تایپ کن و به دنبال عکس هایی بگرد که رویای تو رو نشون میده و اون عکس حس اشتیاق در تو ایجاد می کنه

گام 5: عکس ها ترجیحا به صورت رنگی (به علت تاثیر گذاری بیشتر بر ضمیر خود آگاه و ضمیر ناخود آگاه) پرینت کن و اونها رو روی برگه a3 بچسبون

گام 6: این پروسه رو برای تمامی آرزوها و اهدافی که داری تکرار کن

گام 7: در نهایت، پوستر نهایی که شامل عکس های اهداف و آرزوهاییه که در زندگی داری رو جایی قرار بده که هر روز بتونی بارها و بارها ببینیش

من به شدت به قدرت تابلوی آرزوها ایمان دارم و همیشه سعی می کنم دور و بر خودم رو با تصاویر اهداف و آرزوهایی که دارم پر کنم، از بک گراند گوشی تلفن همراهم گرفته، تا بک گراند تبلت، نوت بوک، دیوار اتاق و محل کارم.

شدیدا و قویا بهت پیشنهاد می کنم که از این تکنیک جادویی و قدرتمند در دستیابی به هر هدفی که داری استفاده کنی...

به من اعتماد کن این تکنیک واقعا عالی بهت جواب میده!

دلایل و استدلال های علمی که بر تاثیر و عملکرد جادویی تابلوی آرزوها صحنه می گذارد

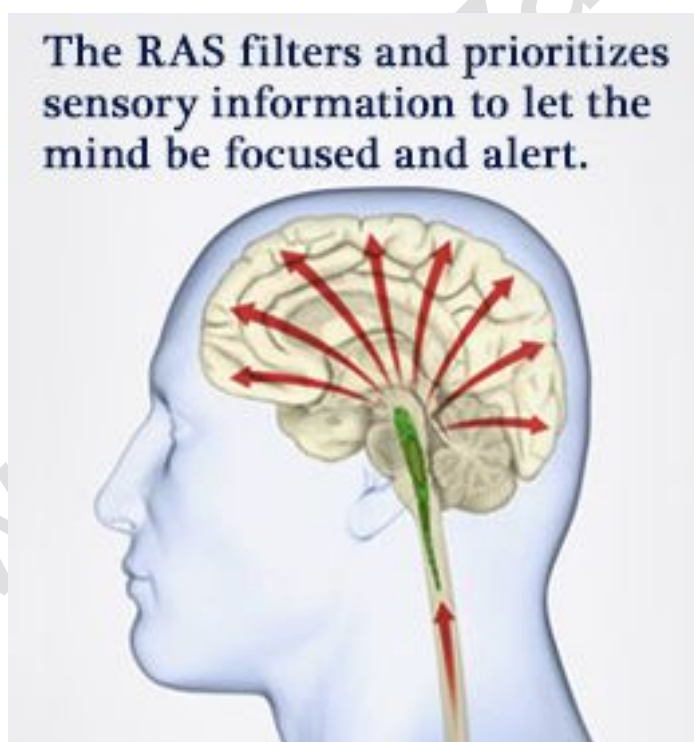
به ندرت پیش میاد که من چیزی رو بپذیرم در حالی که منطق و دلیل علمی ای پشت ایده مطرح شده وجود نداشته باشه. زمانی که برای اولین بار مفهوم تابلوی آرزوها به من معرفی شد چندان منطقی به نظر نمی رسید.

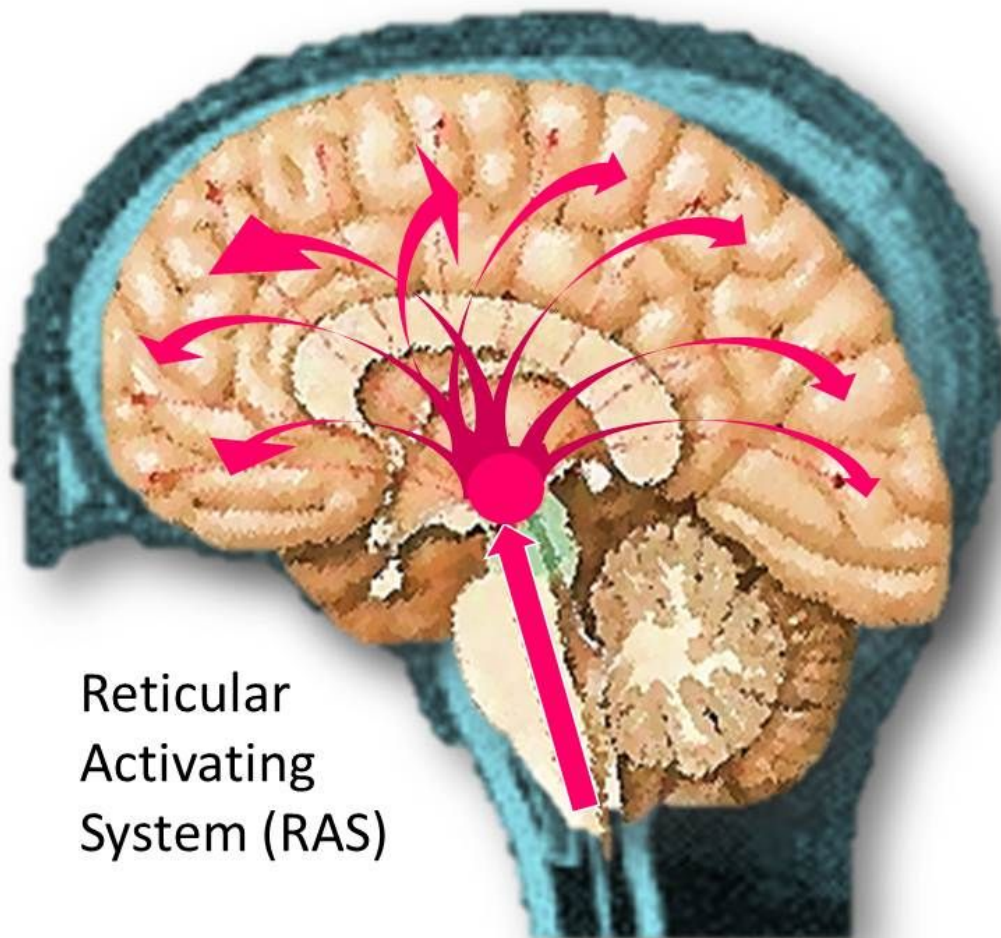
به همین علت راجع به این تکنیک شروع به تحقیق و مطالعه کردم.

چیزی که کشف کردم خارق العاده بود.

بخشی در مغز انسان وجود داره که نحوه ی عملکردش به شکلیه که باعث میشه تابلوی آرزوها به عنوان ابزاری بسیار مفید و کارآمد ظاهر بشه.

به این بخش از ذهن سیستم Reticular Activating System یا به اختصار RAS گفته میشه.





Reticular
Activating
System (RAS)

سیستم RAS بخشی از مغزه که مسئول بررسی تجربیات روزانه شماست که هر تجربه رو بررسی می کنه تا ببینه هر رویداد چقدر منطقی به نظر میرسه.

سیستم RAS بخشی از ذهنه که میلیارد ها بیت اطلاعات رو در هر لحظه پردازش میکنه... اما این امکان رو داره که از بین این میلیارد ها بیت اطلاعات ورودی تنها چند مورد جزئی از این اطلاعات رو که برات از اهمیت بیشتری برخورداره انتخاب و جدا کنه.

به عنوان مثال، زمانی که در یک مکان شلوغ و پر از سر و صدا هستی... و یکدفعه نام خودت رو می شنوی ... این یکی از مواردیه که در اون سیستم RAS تو فعال شده.

سیستم RAS شما دقیقا میدونه که چه چیزی برات مهمه و درست مانند یک رادار فقط به دنبال همون موارد میگردد.

اجازه بده مثالی بزنم تا دقیقا متوجه این مطلب بشی.

فرض کن به یک نمایشگاه اتوموبیل رفتی تا اتوموبیلی رو ببینی که خیلی دوستش داری. یک زمان نسبتاً طولانی ای رو در نمایشگاه صرف می کنی تا راجع به اون ماشین پرس و جو کنی و یا حتی ممکنه تستش هم بکنی.

نیم ساعت بعد در حالی که داری به سمت خونت حرکت می کنی... یکدفعه همون اتوموبیل رو میبینی که از کنار رد میشه.

چند دقیقه بعد، یک خیابون جلوتر، دوباره این اتفاق تکرار میشه.

بعد به صورت اتفاقی توی آینه عقب ماشینت نگاه میکنی و با کمال تعجب میبینی که ماشینی که پشت ماشینته دقیقاً همون اتوموبیل به خصوصه.

به خودت میگی: "چقدر این ماشین زیاد شده!!!"

اما هرگز اینگونه نیست. واقعیت چیز دیگه ایه. حقیقت اینه که اون ماشین همیشه اونجا بوده ... اما چون در نظر سیستم RAS تو مهم نبوده، ذهنت اونها رو نادیده میگرفته و بنابراین هیچ توجهی بهشون نمیکرده. بنابراین حتی متوجه حضور اونها هم نمیشدی!

ده ها و صد ها اتوموبیل مشابه اتوموبیلی که دوست داری همیشه در همون مسیر بوده، اما تا این لحظه چون سیستم RAS تو نمی دونسته که اون ماشین واست مهمه بنابراین هیچ توجهی هم بهش نمی کرده...

به محض اینکه سیستم RAS شما متوجه میشه که اون ماشین اهمیت خاصی برات داره، بارها و بارها همون مدل ماشین و یا حتی همون رنگ رو در هر جایی که میری میبینی و به عبارت بهتر در فرکانس اون اتوموبیل به خصوص قرار میگیری.

دقیقاً مشابه این مورد درباره ی تمامی آرزو ها و اهدافی هم که داری صدق می کنه!

هرچه بیشتر به تصاویر آرزو ها و اهدافی که داری توجه کنی، با قدرت بیشتری به سیستم RAS خودت یادآوری می کنی که اینها برای تو اهمیت داره و اینگونه سیستم RAS خودت رو روی فرکانس آرزو ها و اهداف تنظیم میکنی...

و بعد از این کار خیلی جادویی و اتوماتیک وار شروع به گرفتن تصمیم هایی می کنی و دست به اقداماتی می زنی که قدم به قدم تو رو به سمت آرزو ها و اهداف هدایت می کنه و در نتیجه هرچه به این الهامات گوش می کنی و جلوتر میری احساس می کنی داری راحت تر و سریع تر به هدفی که داری نزدیک میشی.

و جالب تر اینکه برای تک تک این رخداد ها دلایل و استدلال های علمی وجود داره.

از لحاظ علمی ثابت شده که ما در هر لحظه در حال ارتعاش امواج و فرکانس هایی با طول موج های متفاوت هستیم. هر چیزی که در کاینات وجود داره طول موج و فرکانس مخصوص به خودش رو داره.

به عنوان انسان و قائم مقام خدای رحمن و خلیفه ی الهی روی زمین، انسان تنها موجودیه که قادره فرکانسش رو تغییر بده که این تغییر فرکانس از طریق تغییر باورها و افکاری که در هر لحظه در ذهن ما در جریان صورت میگیره.

بسته به فرکانسی که در هر لحظه تولید می کنیم و امواجی که از خود ساطع می کنیم، شرایط، افراد، موقعیت ها و ... و مواردی رو به زندگی خود جذب می کنیم که هماهنگ و هم فرکانس با ما هستند.

این مورد درباره ی تصمیماتی هم که در هر لحظه میگیریم صدق می کنه!

فرض کنیم به یک سه راهی میرسی و نمی دونی که از کدام مسیر باید بری...



اینجا دقیقا همون جائیه که سیستم RAS تو وارد عمل میشه تا بهت کمک کنه و مسیر صحیح (مسیر هماهنگ با اطلاعاتی که به این سیستم داده شده) رو بهت نشون بده.

بدون اینکه از این موضوع مطلع باشی، سیستم RAS تو دقیقا هم فرکانس و هماهنگ با فرکانسی که در اون قرار داری میشه تا موارد مشابه هم فرکانس رو به زندگی تو جذب کنه و چون تو در حال استفاده از تابلوی آرزوها هستی، در حال هم فرکانس کردن خودت با اهداف و آرزوهات هستی... پس همچنان در فرکانس اهدافت باقی میمونی و سیستم RAS تو هم بر اساس این فرکانس عمل میکنه...

بنابراین، یکی پس از دیگری تصمیم هایی میگیری که تو رو به سمت رویاهات هدایت میکنه. این موضوع رو به تفصیل، همراه با تکنیک ها و تمرین های مربوط به دستیابی به فرکانس دلخواه در جزوات ضمیمه کتاب الکترونیکی راز و رمز های ناگفته ذهن توضیح دادم.

تمامی آرزو ها و رویاهای تو در یک قدمی توئه و میتونی بهشون بررسی به شرط اینکه همین حالا اولین قدم رو برداری و تابلوی آرزوت ها رو درست کنی.

دومین ابزار کمکی به هنگام تجسم

در ادامه قصد دارم یک مفهوم خیلی مهم و تکنیکی بسیار قدرتمند و موثر، به نام بانک رویاها (Vision Bank) بهت معرفی کنم. البته چون این تکنیک بسیار مهمه و به توضیح و مثال های متعددی نیاز داره که خارج از حوصله ی این کتابه، جزوه ای ویژه و رایگان رو بهش اختصاص دادم.

این تمرین یک تکنیک طلایی و کلیدیه ... این تکنیک به تنهایی می تونه زندگیت رو تغییر بده!

برای دریافت رایگاه جزوات رایگان کتاب الکترونیکی راز و رمز های ناگفته ذهن در ایمیل خود، لطفا به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و عضو خبرنامه سایت شوید.

در ادامه قراره راجع به بخش برنامه ریزی و پلن اجرایی (بخش دوم فرمول V.S.S) صحبت کنیم که بخش بسیار مهمیه!

برنامه ریزی و طراحی نقشه دستیابی به هدف (پلن اجرایی)

این بخش مهمترین بخش این فرمول سه قسمتی. این بخش بهت کمک میکند تا بتونی به شیوه ای کاربردی و راحت از قانون جذب در زندگی روزانه ات استفاده کنی.

در این بخش به ذهن منطقی یک برنامه ی اجرایی گام به گام برای هر هدف و رویایی که داری میدی. اصلا مهم نیست که رویا و هدف چقدر بزرگه و یا حتی به نظر غیر ممکن میرسه، با استفاده از این بخش فرمول V.S.S یک برنامه ی اجرایی و قطعی برای دستیابی به هدفی که داری طراحی میشه.

اگر به یاد داشته باشی، گفتم که علت اینکه ذهنت نمی تونه رویا و هدف رو باور کنه و اون رو بپذیره اینه که نمیدونه چگونه باید بهش برسه. بنابراین برای اینکه بتونی به هر رویا و آرزویی که داری برسی، لازمه شرایطی رو فراهم کنی که ذهن منطقی بتونه چگونگی حصول هدف و گام هایی که باید برای دستیابی به این هدف برداره رو ببینه.

اجازه بده به مثال رویای تبدیل شدن به یک فضانورد و حسابدار برگردیم.

بسیار خوب، با استفاده از همین تکنیک، تبدیل شدن به یک فضانورد که در حالت قبل غیر ممکن به نظر می رسید، به راحتی تبدیل شدن به یک حسابدار میشه. چون یک برنامه ی اجرایی و گام به گام به ضمیر خود آگاهی میدی تا چگونگی حصول این هدف رو ببینه تا باور کنه که میتونی به این هدف برسی.

برای اینکه بتونی این طرح و نقشه ی گام به گام حصول هدف رو ایجاد کنی لازمه با دو مفهوم مهم آشنا بشی. البته این دو مفهوم رو به صورت کامل در جزوات تکمیلی مربوط به کتاب الکترونیکی راز و رمز های ناگفته ذهن توضیح دادم و دقیقا این موضوع رو باز کردم که این تکنیک دقیقا چگونه هست و به چه شکلی باید مورد استفاده قرار بگیره.

1) ارزش های اصلی

2) تکنیک M.V.M

این دو مفهوم تا به حال زندگی هزاران نفر رو متحول کرده.

این دو تکنیک تاثیرات خارق العاده ای بر زندگی من داشته و به من کمک کرده تا به اهداف و آرزوهایی برسم که حتی در رویای بسیاری از افراد هم نیست و ایمان دارم به محض اینکه با این دو تکنیک قدرتمند آشنا شدی زندگی تو دوست عزیزم هم تغییر می کنه و متحول میشه!

اولین گام در پلن اجرایی شناسایی ارزش های اصلی

شناسایی ارزش های اصلی اصلا کار سختی نیست، اما تنها به این علت که من این تمرین رو جدی نگرفته بودم تا یک قدمی ورشکستگی هم رفتم.

قبل از هرگونه برنامه ریزی و طراحی پلن دستیابی به اهدافی که داری لازمه دو مورد رو خیلی خوب و عالی بشناسی:

- (1) آرزو ها و اهدافی که داری
- (2) ارزش های اصلیت

این یک قانون طلایی و بسیار مهمه که ازت میخوام همیشه اون رو مد نظر داشته باشی.

اگر این قانون رو نقض کنی، بدون شک در بد درگیری می افتی و این چیزیه که با توجه به تجربیاتی که داشتم بهت میگم. این قانون هیچ راه گریزی نداره.

قانون طلایی:

هرگز نمی تونی آرزو یا رویایی داشته باشی که مغایر با ارزش های اصلی توه!

ارزش های اصلی چیست؟

ارزش های اصلی تعریف می کنن که تو که هستی. ارزش های اصلی در حقیقت چارچوب و تمامی مواردی رو که برای تو مهمه تعریف می کنه. شناسایی ارزش های اصلیت در زندگی، یکی از مهمترین و اصلی ترین تمرین هاییه که بدون انجام اون امکان نداره بتونی به موفقیت های بزرگ و چشمگیر دست پیدا کنی.

یادت باشه که حتما جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن رو مطالعه کنی چون در اون توضیحات تکمیلی و کلیدی ای درباره ی این بخش و نحوه ی استفاده ی موثر از اون دادم. لطفا برای دریافت جزوه ی تکمیلی این بخش به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطمئن شوید تا جزوه این بخش به صورت رایگان به ایمیل شما ارسال گردد.

به عنوان مثال موارد زیر تعدادی از ارزش های اصلی منه:

- (1) کسب تجربیات جدید در زندگی
- (2) آزادی کامل برای انجام هرکاری که می خواهم، در هر زمانی که می خواهم
- (3) وفاداری
- (4) کمک به دیگران در هر زمانی که بتونم
- (5) تلاش مداوم برای رشد و ترقی دائمی در زندگی
- (6) ... و ...

البته در اینجا نکته ای وجود داره که لازمه بهش توجه کنی.

بسیاری از افراد فکر می کنند که ارزش های اصلی به خصوصی دارند ... اما در حقیقت هرگز اینگونه نیست. بسیاری از افراد در دنیایی از خیال و ابهام زندگی می کنند و هرگز شناختی از ارزش های اصلی خود ندارند، بنابر این یک چنین تمرین ساده ای می تواند به طور کلی این مشکلات رو برطرف کند.

لطفا حتما این تمرین رو انجام بده. انجام این تمرین دو حالت دارد، یا اینکه متوجه میشی که ارزش های اصلیت رو میشناسی و هماهنگ و همراستای با اونها داری اقدامات رو انجام میدی که مسلما این امر خوشحالت میکنه و یا متوجه میشی که لازمه اقدامات رو بیشتر با ارزش های اصلیت هماهنگ کنی.

در هر دو صورت با انجام این تمرین گام مهمی در پروسه ی هدف گذاری بر میداری.

در جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن نکته های بسیار ریزی از این تکنیک رو بهت آموزش دادم و توضیح دادم که چگونه خیلی دقیق تمامی ارزش های اصلیت رو شناسایی کنی و سپس اقداماتی که لازمه برای دستیابی به اهدافت انجام بدی رو هماهنگ و هم راستای با ارزش های اصلیت کنی. برای دریافت رایگان جزوات تکمیلی این کتاب الکترونیکی در ایمیلت لطفا به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطوئن شوید.

به من اعتماد کن و این رو بدون که شناسایی ارزش های اصلیت و همگام سازی اقدامات در این راستا می تواند زندگیت رو تغییر بده.

چگونه نقض این قانون طلایی مرا تا مرز ورشکستگی کشاند!

حدود 9 سال پیش برای اولین بار تمرین یافتن ارزش های اصلی رو انجام دادم. تمرینی که انجام دادم واقعا جالب، آگاهی دهنده و تحول آفرین بود.

با انجام این تمرین متوجه وجود مواردی در خود شدم که هرگز اون موارد رو نمی پسندیدم. مثلا متوجه شدم به ظاهر و با برخی رفتارهایم مواردی رو به عنوان ارزش های اصلیم به دیگران نشون دادم که واقعا ارزش های من نبودن. خوشبختانه به لطف این تمرین موفق شدم خیلی سریع تغییرات لازم رو اعمال کنم و نتایج خارق العاده ای بگیرم.

مساله ی اصلی من این بود که هیچ وقت تابلوی آرزوهایم رو از فیلتر ارزش های اصلیم عبور نداده بودم!!!

به نظرت چگونه میشه فهمید که آرزو ها و اهدافی که تصاویرشون رو در تابلوی آرزوها قرار دادی واقعا همون چیزهایی که میخوای؟ از کجا میشه فهمید که چیزهایی که میخوایم واقعا هدف هستن و هوس نیستن؟

این دقیقا همون چیزی که برای من اتفاق افتاد. متاسفانه من این نکته رو جدی نگرفته بودم و به همین علت مجبور شدم بهای این بی توجهی رو بپردازم.

من عکسی در تابلوی آرزوهایم داشتم که نماینده ی یکی از آرزوهایم بود. هدف من این بود که یک شرکت بین المللی بزرگ با 1000 کارمند داشته باشم. در اون زمان واقعا دوست داشتم که یک شرکت بزرگ تاسیس کنم!

این رویا به مرور به قدری برای من با اهمیت شد که تمامی تصمیم ها و اقدامات کاری من رو تحت الشعاع قرار داد. چندین معاون و مدیر داخلی استخدام کردم. چندین دفتر در داخل و خارج از کشور خریداری کردم و جالبتر اینکه تمامی این تصمیمات کاملاً ناخود آگاه گرفته میشد و این اقدامات کاملاً اتوماتیک انجام میشد، چون سیستم RAS من فعال شده بود و می دونست که چه چیزی برای من اهمیت داره.

در کمتر از 16 ماه و در حالی که کار خودم رو با 4 کارمند شروع کرده بودم، بیش از 84 کارمند استخدام کردم. به همین ترتیب مجبور شدم دفاتر بزرگتری رو نیز تهیه کنم.

بله، کسب و کار من داشت خیلی سریع تر از اون چیزی که فکرش رو میکردم رونق می گرفت و به طبعش تیم من هم هر روز بزرگ و بزرگ تر میشد. دقیقاً میدونستم که چرا این اتفاق داره رخ میده، چون قرار بود یک تیم متشکل از 1000 کارمند داشته باشم و اولین گام دستیابی به این هدف برای من، تشکیل یک تیم 100 نفری بود که روز به روز بهش نزدیک تر میشدم.

این هدف به شدت روی زندگی شخصی من هم تاثیر گذاشته بود و مشکلاتی رو ایجاد کرده بود:

- ✓ واقعا هیچ ایده ای نداشتم که چگونه این تیم بزرگ رو مدیریت کنم، به همین دلیل مدام مجبور بودم از این دفتر به اون دفتر سرکشی کنم.
- ✓ مجبور بودم با مسایل متعدد شرکت، اختلاف ها، کارهای اداری و ... دست و پنجه نرم کنم.
- ✓ چون نظارت مستقیم بر استخدام ها نداشتم گاهی افرادی استخدام میشدن که تمامی معیار ها و ملاک های مورد نظر من رو نداشتن، بنابر این خیلی زود کیفیت کار شرکت افت کرد.
- ✓ و ...

و متأسفانه تمامی این موارد و مواردی از این دست باعث شد که از شرکتی که خودم تاسیس کرده بودم متنفر بشم. و روند صعودی من به ناگهان به روند نزولی و افت شدید تبدیل شد.

سودآوری رویایی من به چند صد میلیون قرض و بدهی تبدیل شد.

درسته که این مشکلات ایجادشده بود، اما آیا واقعا فکر می کنی که اینها مشکلاتی غیر قابل حل بودن؟ هرگز! تمامی مسائلی که شرکت من با اونها رو به رو شده بود واقعا مسائل ساده ای بودن که به راحتی قابل اصلاح بود. ولی متأسفانه من حضور نداشتم که این مسائل رو حل کنم.

تا مرز ورشکستگی کامل پیش رفتم. واقعا نسبت به شرکت و کاری که انجام میدادم حس تنفر داشتم و از صمیم قلب حس میکردم که دیگه هیچ تمایلی به ادامه ی این کار ندارم.

موضوع اینه که اگر چیزی که امروز می دونستم رو اون موقع می دونستم، هرگز چنین کاری رو انجام نمی دادم و هرگز اجازه ی رخ دادن چنین اتفاق هایی رو نمی دادم.

میدونی مشکل کجا بود؟ میدونی چرا این همه اتفاق ناخوشایند در حال رخ دادن بود؟

لطفا دومین ارزش اصلی من رو ببین. " آزادی کامل برای انجام هر کاری که می خواهم در هر زمانی که می خواهم "

من این ارزش رو به صورت کامل نادیده گرفته بودم.

سه سال اول، کسب و کارم خارق العاده بود. درآمد بی نظیر و رویایی ای داشتم، به کشورهای مختلف سفر می کردم، هر زمانی که دوست داشتم از خواب بیدار میشدم، به هر مکانی که دوست داشتم سفر می کردم، در هر پروژه ای که دوست داشتم مشغول به کار می شدم و هیچگونه استرسی هم نداشتم.

هرگز مجبور نبودم کاری رو به خاطر کسب درآمدش انجام بدم.

حال اینکه با این شرایط عالی و ایده آل، هدفی رو برای خودم تعیین کرده بودم (شرکت دارای 1000 کارمند) که تمامی این آزادی ها رو از من گرفته بود. تمام وقت من صرف رسیدگی به کارهایی میشد که اغلب خارج از کنترل من بود و در ضمن تمامی این کار باید در زمان مشخصی انجام میشد.

با نقض یکی از مهمترین ارزش های اصلی من ... زندگی من دچار این همه مشکل و چالش شده بود.

حتی بدون اینکه متوجه باشم، نا خود آگاه تصمیماتی می گرفتم که در نهایت منجر به نابودی کسب و کار من بشه. تصمیم هایی رو می گرفتم که سقوط کار من رو تضمین کنه... چرا؟ چون یکی از مهمترین ارزش های اصلی خودم رو نقض کرده بودم و اسیر حفره های خطرناک ذهنی شده بودم.

تمامی این مسائل و مشکلات درست در لحظه ای که کار شناسایی ارزش های اصلی خودم رو انجام دادم و اقداماتم رو همراهستا و هماهنگ با ارزش های اصلیم کردم، نا پدید شد و موفق شدم در مدت کوتاهی (کمتر از دو سال) چند صد میلیون بدهیم رو پرداخت کنم و مجددا کسب و کارم رو به اوج خودش برسونم. انجام این تمرین واقعا زندگی من رو نجات داد.

امروز، من یک قانون غیر نقض نشدنی دارم. هرگز به خودم اجازه نمیدم که هدف و رویایی مغایر با ارزش های اصلیم در تابلوی آرزوهایم قرار بگیره و اگر هدفی داشته باشم که با ارزش های اصلیم مغایرت داشته باشه یا اون هدف باید اصلاح بشه و یا اون ارزش به خصوص، تا در نهایت هیچ مغایرتی بین این دو عامل وجود نداشته باشه.

یادت باشه که حتما جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن رو مطالعه کنی چون در اون توضیحات تکمیلی و کلیدی ای درباره ی این بخش و نحوه ی استفاده ی موثر از اون دادم. لطفا برای دریافت جزوه ی تکمیلی این بخش به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطمئن شوید تا جزوه این بخش به صورت رایگان به ایمیل شما ارسال گردد.

تکنیکی قدرتمند برای دستیابی قطعی، سریع و راحت به هر هدفی که دارید

تکنیک M.V.M (Mini Vision Mastery Program)

یادت باشه که حتما جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن رو مطالعه کنی چون در اون توضیحات تکمیلی و کلیدی ای درباره ی این بخش و نحوه ی استفاده ی موثر از اون دادم. لطفا برای دریافت جزوه ی تکمیلی این بخش به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطمئن شوید تا جزوه این بخش به صورت رایگان به ایمیل شما ارسال گردد.

اخیرا تکنیک بسیار قدرتمند و خارق العاده ای رو طراحی کردم که اسمش رو تکنیک جا رختی گذاشتم. در جزوات تکمیلی مربوطه دقیقا توضیح دادم که چگونه این تکنیک می تونه هر رویای بزرگ، خارج از تصور و غیر قابل باور رو به اهداف کوتاه مدت، کوچکتر و قابل دسترس تبدیل کنه تا در نهایت بتونی به هر هدفی که داری برسی.

این تکنیک، قدرتمندترین و عالی ترین روشیه که ذهن منطقی شما رو به یک حامی و ساپورتر قوی در انجام هر کاری و دستیابی به هر هدفی تبدیل می کنه.

یادت باشه که برای ضمیر خود آگاه این نکته خیلی مهم و ضروریه که درک کنه و به این باور برسه که یک نقشه ی مطمئن و گام به گام برای دستیابی به هدف و رویایی که داری وجود داره. اگر برنامه ی اجرایی و قابل قبولی به ذهنت ندی، ضمیر خود آگاهت به راحتی اهداف و آرزوهای تو رو نادیده میگیره و اونها رو به عنوان یک هدف غیر قابل دستیابی در خودش ثبت می کنه.

بنابراین... اولین گام اینه که مطمئن بشی یک نقشه ی اجرایی، کاربردی و قابل اعتماد داری!

در جزوه ی تکمیلی مربوط به این بخش داستانی از خودم رو تعریف کردم چگونه با استفاده ی از همین تکنیک بیش از نهصد میلیون بدهی رو در زمانی کمتر از 16 ماه پرداخت کردم و در عین حال مجددا کسب و کارم رو به اوج خودش رسوندم.

چگونه در شرایطی که هر کسی فقط به اعلام ورشکستگیش فکر میکنه، من در نهایت آرامش این بدهی چند صد میلیونی رو پرداخت کرد.

لطفا یک لحظه به نهصد میلیون بدهی فکر کن. اصولا در چنین شرایطی ذهن متمرکز بر جنبه های منفی میشه و به سختی میشه ذهن رو بر جنبه های مثبت متمرکز کرد تا در نهایت راهکاری پیدا بشه.

اما بر اساس تجربه ای که داشتم به خوبی می دونستم که تمرکز بر منفی ها فقط موارد منفی بیشتری رو ایجاد می کنه ... تمرکز بر منفی ها، شکست های بیشتر، قرض ها و بدهی های بیشتر و نا امیدی بیشتر رو خلق می کنه ...

در قلم ایمان داشتم که حتما راهی برای خروج از این بحران وجود داره، اما در او لحظه هیچ ایده ای نداشتم.

به یاد دارم که یکی از اون شب ها در دفتر کارم موندم و به این موضوع فکر میکردم.

حدود ساعت 9 شب بود که به خودم گفتم تا ساعت نه و نیم فرصت داری که ایده ای بدی و راهکاری برای حل این مساله پیدا کنی... وگرنه چاره ای جز اعلام رسمی ورشکستگی باقی نمی مونه.

از اعلام ورشکستگی و عواقب اون وحشت داشتم...

مشغول به فکر کردن بودم که ناگهان ایده ای به ذهنم رسید...

بی نظیر بود!

واقعا تعجب کردم که چرا زودتر چنین ایده ی معرکه ای به ذهنم نرسید؟!

به لطف اون ایده، شاید کاملا تصادفی، سیستمی رو طراحی کردم که تا به حال چندین بار زندگی من رو نجات داده و حتی بارها و بارها به من کمک کرده تا به اهدافی خارج از تصور دست پیدا کنم.

حس می کنم که با استفاده ی از این تکنیک واقعا میشه به راحتی به هر دستاورد و هر موفقیتی رسید ... هر چیزی که می خواد باشه...

علاوه بر این، با استفاده ی از این تکنیک موفق شدم 100 درصد حمایت ضمیر خود آگاهم رو هم به دست بیارم. بنابراین در طول مسیر دستیابی به هدفم حتی یک بار هم افکار منفی و یاس آور به سراغم نیومد!

و اما کاری که من انجام دادم....

روی تخته وایت بردی که در دفتر کارم بود تمامی بدهی هایی که داشتم رو با جزییات کامل و دقیق یاد داشت کردم. به عنوان نمونه:

✓ 100 میلیون به بانک ...

✓ 250 میلیون به بانک

✓ 180 میلیون به دوستانم

✓ 285 میلیون به شرکا و سرمایه گذاران در طرحم

✓ 110 میلیون به خانواده

✓ و ...

کار دیگری که انجام دادم ثبت لیست امکاناتی بود که در اونها در اون زمان در اختیار داشتم... مثل افراد تیمم که وفادار به من بودن و همچنان حامی من بودن ... محصولاتی که از قبل آماده کرده بودیم سرمایه گذاری هایی که از قبل انجام داده بودم ... ایده های بکری که داشتم ... تیم متخصصی که استخدام کرده بودم ... سالها مطالعه و تحقیق که می تونست بهم کمک کنه ... ارتباطات خوبی که داشتم و افرادی که به این واسطه می شناختم ... و

سپس در کنار لیست امکاناتم، لیستی از موانع موجود رو یاد داشت کردم.

وقتی که تمام این موارد رو یکجا و در کنار هم ثبت کردم و به اونها نگاه کردم، این ایده به ذهنم رسید که هر بخش از این بدهی ها رو به بخش های کوچکتر تقسیم کنم.

سپس متوجه شدم که اوضاع اونقدرها هم که فکر می کردم وخیم نیست و هنوز امکاناتی در اختیار دارم که می تونه خیلی از این موانع موجود رو به صورت کامل برطرف کنه و بسیاری از مشکلات به وجود اومده رو حل کنه.

و به محض اینکه اون موانع حذف بشه، اتوماتیک وار چندین بخش از بدهی های من خود به خود پرداخت میشه.

و به این شیوه عمل کردم که گویی هر کدام از این بخش های بدهی در حقیقت یک هدف کوتاه مدت مالی که باید بهش برسم و اگر به جای تمرکز بر رقم اصلی بر این اهداف کوتاه مدت و ارقام کوچکتر تمرکز کنم حتما می تونم به تک تک این اهداف مالی کوتاه مدت برسم و در نتیجه در بازه های زمانی مشخص تمامی بدهی ها رو پرداخت کنم.

کاملا ناخود آگاه بدون اینکه متوجه باشم داشتم یک نقشه ی عالی و گام به گام برای ضمیر خود آگاهم آماده می کردم که به ذهن منطقی من نشان میداد به راحتی میشه این چند صد میلیون بدهی رو پرداخت کرد.

بنابراین ضمیر خود آگاهم کاملا متقاعد شد و باور کرد که به راحتی می تونم این بدهی رو پرداخت کنم... و انجام چنین کاری نه تنها امکان پذیره بلکه می تونه بسیار راحت هم باشه.

به لطف این تکنیک، کاری که تا چند دقیقه پیش غیر ممکن بود به یک هدف قابل حصول تبدیل شده بود. از روی صندلی بلند شدم و پلنم رو کامل کردم.

و باعث افتخار منه که بهت بگم فقط 18 ماه طول کشید که من موفق شدم بدهی ای بیش از نهصد میلیون تومان رو پرداخت کنم و در عین حال همزمان رقمی مشابه رو در حساب بانکی خودم نیز داشته باشم!

اما نکته ی بسیار جالب این بود که در طول این مدت 18 ماه، ضمیر خود آگاهم واقعا دوست و حامی من بود و حتی یک فکر منفی، حس ترس و استرس، نا امیدی و ... و هیچگونه حس منفی ای به سراغ من نیومد! این قدرت جادویی این تکنیکه.

در تکنیک M.V.M از فرمولی به نام روش جا رختی که ایده ی خود من هست استفاده می کنیم و به جرات می تونم بگم که این تکنیک یکی از جالب ترین و خارق العاده ترین تکنیک هایی خواهد بود که تا به حال باش آشنا شدی. اگر کارها و وظایف سختی در زندگی داری، اگر رویاهای بزرگی داری، اگر مشکلی داری که خیلی وقته داری باهاش دست و پنجه نرم می کنی، اگر بدهی داری ... حتما بخش مربوط به این تکنیک در جزوات تکمیلی رو مطالعه کن.

بزرگترین قدرت و هدیه ای که تکنیک جارختی بهت میده اینه که ذهنت رو متمرکز و سازمان یافته می کنه و به راحتی می تونی تمامی احساسات منفی و ناخوشایند رو حذف کنی و فقط بر اهداف کوتاه مدتی تمرکز کنی که در نهایت تو رو به مسیر اصلی و هدف اصلی می رسونه.

این تکنیک ضمیر خود آگاهت رو متقاعد می کنه که دستیابی به هدفی که داری امکان پذیره و تمامی "نمیشه های" ذهنت رو به صورت کامل حذف می کنه چون با نقشه و پلن اجرایی به ذهنت ثابت می کنی که انجام چنین کاری ممکنه و در نهایت ضمیر خود آگاه به جای مانع تراشی و رد رویاهات، تمامی

اونها رو باور می کنه و به دوست و حامی تو تبدیل میشه و به طرق مختلف در طول مسیر بهت کمک می کنه.

هر هدف و رویایی این قابلیت رو داره که به بخش های کوچکتر و اهداف زیر شاخه ای کوتاه مدت تقسیم بشه. و به این شیوه هر رویای بزرگی به راحتی قابل دستیابی میشه.

و اما سومین بخش فرمول V.S.S – گزینش.



(3) گزینش

احساس شکست یکی از بزرگترین حفره های ذهنیه. یادت باشه که ذهن ما درست مثل یک کشتی میمونه که نیاز به هدایت شدن داره و اگر هدایتش نکنی و از این کشتی ذهنی مراقبت نکنی، هر چقدر هم که بزرگ و با عظمت باشه درست مثل تایتانیک می تونه غرق بشه.

زمانی که به ذهنت گام ها و اقدامات کوچک در بازه های زمانی مشخص میدی، این کار به میزان قابل توجهی تمرکزت رو افزایش میده و همین افزایش تمرکز، به تنهایی میزان بازدهی و کارایی شما رو تا 10 برابر افزایش میده.

به مثال کشتی کروز فکر کن. هر درجه تغییر جهت کشتی بی نهایت قدرتمنده.

هر زمانی که یک درجه به کشتی تغییر جهت میدی، در نهایت کشتی خواه ناخواه مجبوره به مسیری بره که تو بش فرمان میدی.

این دقیقا نحوه ی عملکرد ذهنه. اگر بتونی یاد بگیری که چگونه به ذهنت هدف بدی و در این راستا هدایتش کنی، ذهنت رو متمرکز کنی ... پیروزی تو قطعی و حتمیه.

در ادامه قصد دارم سه مفهوم رو بهت معرفی کنم که درصد دستیابی به اهداف و رویاهات رو به میزان قابل توجهی افزایش میده.
در این کتاب الکترونیکی توضیحات مقدماتی مربوط به این سه تکنیک اومده و توضیحات تکمیلی و تمرین های اون رو می تونی در جزوات تکمیلی این کتاب مطالعه کنی.
یادت باشه که حتما جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن رو مطالعه کنی چون در اون توضیحات تکمیلی و کلیدی ای درباره ی این بخش و نحوه ی استفاده ی موثر از اون دادم.
لطفا برای دریافت جزوه ی تکمیلی این بخش به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطمئن شوید تا جزوه این بخش به صورت رایگان به ایمیل شما ارسال گردد.

و اما این سه مفهوم مهم:

(1) قانون چیدن میوه های در دسترس

(2) قانون ایجاد انرژی فعال سازی

3) تست مربوط به زمان بیدار شدن از خواب

اما نهایت یک هفته که میگذره، دوباره به زندگی قبلیت بر میگردی. تا حالا چنین شرایطی رو تجربه کردی؟ بسیار خوب. تکنیکی که در ادامه با هم مرور می کنیم بهت تضمین میده که دیگه هرگز چنین اتفاقی رو در زندگی تجربه نکنی.

صرفا به این علت که که ما مثلا 100 هدف داریم این معنی رو نمیده که باید همه ی اونها رو همین حالا به دست بیاریم. لازمه یاد بگیریم که با تمرکز، یک برنامه ی اجرایی عالی طراحی کنیم و قدم به قدم این اهداف رو یکی پس از دیگری خلق کنیم. منطقی نیست؟

اما سوال اصلی و مهم اینه: ابتدا بر کدام یک از این اهداف باید تمرکز کرد؟

1) قانون چیدن میوه های در دسترس

یک داستان قدیمی در ادبیات انگلیسی وجود دارد که می‌گه همیشه اول از همه میوه‌هایی رو از درخت بچین که پایین تره و چیدنش راحت تره.



منطقیه. چون این راحت ترین گام آغازینه. درسته؟

اما متأسفانه بسیاری از افراد زمانی که کار به اهداف و آرزوها میرسد هرگز از این تکنیک ساده و مهم استفاده نمی کنند. به آرزوهها و اهدافشون نگاه می کنند و بزرگترین و سخت ترین هدفشون رو انتخاب می کنند تا کارشون رو با اون هدف آغاز کنند.

مشکل اینجاست که وقتی چنین کاری می‌کنیم، در هر لحظه ضمیر خود آگاه ما فریاد می‌زنه که "نه نه نه نه نه نه نه نه نه نه!!!" امکان نداره! دیگه بسه!!!"

اگرچه ممکنه در ابتدا با این مخالفت ذهنی بجنگی اما در نهایت به حرفش گوش می کنی و به راحتی از هدف دست میکشی و بدتر اینکه در این بازه ی زمانی کوتاه هم، حفره های ذهنی خطرناکی ایجاد می کنی.

اما نظرت راجع به این رویکرد چیه؟

که با استراتژی ابتدا رویا و هدفی رو انتخاب کنی که به راحتی قابل تقسیم شدن به بخش های کوچکتر و اهداف کوتاه مدته (با استفاده از تکنیک M.V.M) و کارت رو با موفق شدن در کوچکترین هدف کوتاه مدت آغاز کنی و قدم به قدم با موفقیت به سمت هدف اصلی پیش بری؟

که ابتدا در لیست اهداف به دنبال هدفی بگردی که خیلی راحت تر از بقیه ی اهداف به دست میاد؟

با این رویکرد هرگز حس شکست و درماندگی رو تجربه نمی کنی و خیلی سریع و راحت تر می تونی اولین موفقیت خودت رو به دست بیاری و با انگیزه و اعتماد به نفس بیشتر مرحله به مرحله به موفقیت های بزرگتر برسی تا در نهایت هدف اصلی ای که داشتی رو خلق کنی.

با این تکنیک ذهنت به بزرگترین دوست و حامی تو تبدیل میشه، نه به دشمنت!

مثلا به این تابلوی آرزوها (لیست اهداف) نگاه کن:

- ✓ یک میلیارد تومان پول نقد
- ✓ نوشتن پر فروش ترین کتاب سال
- ✓ خرید یک ویلا
- ✓ ساخت 5 مدرسه ی خیریه
- ✓ 20 میلیون تومان کمک به محک
- ✓ خرید یک پورشه
- ✓ سفر به استرالیا
- ✓ ...

بسیاری از افراد بدون شک با نگاه به این لیست تصمیم میگیرن کار خودشون رو با هدف 1 میلیارد تومان شروع کنن و یا شاید هم یک هدف بزرگتر. درسته؟ بسیاری از افراد سعی می کنن بزرگترین هدف لیست رو برای شروع انتخاب کنن!

با یک نگاه اجمالی به این لیست، به نظر من، سفر به استرالیا ساده ترین هدف قابل حصول و قابل دستیابی در این لیسته که البته هیمن هدف رو هم می تونی به اهداف کوچکتر تقسیم کنی. (توضیحات تکمیلی این بخش، تمرین ها و تکنیک های این بخش رو به صورت کامل در جزوات تکمیلی این کتاب الکترونیکی توضیح دادم. برای تکمیل این بخش لطفا جزوات تکمیلی رو مطالعه کنید.)

و به محض اینکه یک هدف کوچک و یا یک زیر هدف (هدف کوتاه مدت) رو برای شروع انتخاب می کنی و با موفقیت بهش میرسی، کار بسیار بزرگی رو انجام دادی. چون هم به ضمیر خود آگاهی و هم به خودت ثابت کردی که موفق شدی به اولین هدفت برسی، پس در هدف گذاری های بعدی هم می تونی موفق بشی و تنها به همین علت در هر زمانی که هدف جدیدی برای خودت تعیین می کنی، ضمیر خود آگاهی باور می کنه که می تونی به این هدف جدید هم دست پیدا کنی و موفق بشی.

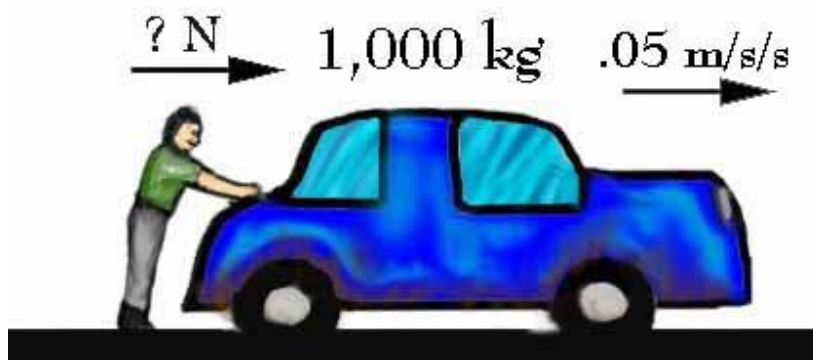
چون به ذهن منطقیت ثابت کردی که می تونی انجامش بدی!

در ضمن ضمیر خود آگاهت هر لحظه ناظر بر میزان پیشرفت و ترقی توئه. بنابراین هرگز دچار احساس شکست، سرخوردگی و درماندگی نمیشی. بنابراین خبری از حفره های ذهنی نیست.

و همانطور که گفتم، به محض اینکه میبینی به هدفت رسیدی، ناخود آگاه انگیزه ی بیشتری پیدا می کنی و با قدرت بیشتری برای خلق اهداف بعدی گام بر میداری.

و این زیبایی قانون چیدن میوه های در دسترسه که میتونه به عنوان یک استراتژی قدرتمند و یک ابزار خلق هدف مورد استفاده قرار بگیره. نکته ی جالب تر اینکه با این کار در حقیقت یکی از قوانین مهم فیزیک رو در زندگیت به اجرا در میاری: قانون اول نیوتن.

(2) قانون اول نیوتن و قدرت انرژی فعال سازی



این تکنیک واقعا نگرش من رو نسبت به پروسه ی هدف گذاری و خلق هدف تغییر داد. قدرت انرژی فعال سازی ... یکم بهش فکر کن.

فرض کن مخوای ماشینی رو هل بدی که در دنده خالصه. برای اینکه ماشین راه بیفته به انرژی و فشار زیادی نیاز داری. درسته؟

اما به محض اینکه ماشین شروع به حرکت کرد، برای ادامه ی حرکت به یک نیروی بسیار جزئی نیاز داری. درسته؟

این دقیقا قانون اول نیوتنه. اتوموبیل برای اینکه از حالت سکون به حرکت در بیاد به یک میزان مشخص انرژی فعال سازی نیاز داری و به محض اینکه شروع به حرکت کرد برای ادامه ی حرکت به انرژی به مراتب کمتری نیاز داری و همچنان به حرکت خودش ادامه میده مگر اینکه توسط جسم دیگری متوقف بشه.

و کاملا مشخصه که اگر این ماشین مجددا متوقف بشه ... دوباره به دردت می افته، چون برای حرکت مجددش دوباره به همون میزان انرژی اولیه (انرژی فعال سازی) نیاز داری.

و متاسفانه این دقیقا همون کاریه که بسیاری از ما در زندگی انجام میدیم.

و هر زمانی که پروسه ی تلاش برای دستیابی به اهدافی که داریم رو شروع می کنیم، به علت عدم استمرار ماشین هدف ما متوقف میشه و در نتیجه ما رو وادار میکنه تا مجددا این فشار زیاد و نیروی اولیه رو (انرژی فعال سازی) به ماشین هدف یا بمون وارد کنیم تا مجددا شروع به حرکت کنه.

میدونی چرا؟

چون بسیاری از افرادی که به سمت اهدافشون حرکت می کنن... وقتی ماشین هدف یابشون شروع به حرکت کرد ... فراموش می کنن که همواره اون انرژی جزیی لازم رو به این ماشین بدن تا متوقف نشه! بنابراین ماشین هدف یابشون بارها و بارها متوقف میشه و در نتیجه اونها رو وادار می کنه تا هر بار انرژی بسیار زیادی رو وارد کنن و در عین حال بازده بسیار ناچیزی داشته باشن.

و دقیقا به همین علته که تسلط بر این تکنیک می تونه خیلی راحت شما رو از این دام نجات بده.

زمانی که از قانون چیدن میوه های در دسترس برای دستیابی به رویا ها و اهداف استفاده می کنی، در حقیقت داری این انرژی فعال سازی مورد نیاز رو ایجاد می کنی. به محض اینکه انرژی فعال سازی مورد نیاز ایجاد شد، ناخود آگاه همه ی کارها سریع تر و راحت تر پیش میره! و به محض اینکه ضمیر خود آگاهت میبینه که داری به اهدافت میرسی، به طرق مختلف بهت کمک می کنه تا سریع تر و راحت تر به اهداف بعدیت برسی و همواره در مسیر صحیح حرکت کنی و در ضمن خبری هم از ایجاد حفره های ذهنی نیست!

در جزوات ضمیمه کتاب الکترونیکی راز و رمز های ناگفته ذهن توضیح دادم که چگونه می تونی زندگیت رو ارزیابی کنی تا با استفاده از این قانون، شرایطی رو ایجاد کنی که به راحتی این نیرو و انرژی اولیه ایجاد بشه... و ماشین هدف یابت فعالیتش رو شروع کنه!

بعد از اون ... ادامه ی مسیر خیلی خیلی راحت تر میشه.

اجازه بده مجددا نگاهی به لیست اهداف بندازیم:

- ✓ یک میلیارد تومان پول نقد
- ✓ نوشتن پر فروش ترین کتاب سال
- ✓ خرید یک ویلا
- ✓ ساخت 5 مدرسه ی خیریه
- ✓ 20 میلیون تومان کمک به محک
- ✓ خرید یک پورشه
- ✓ سفر به استرالیا
- ✓ ...

به محض اینکه رویای سفر به استرالیا و یا اولین هدف کوتاه مدتت به واقعیت تبدیل شد و موفق شدی خلقش کنی، چون ماشین خلق هدف تو در حال حرکت، هرچه که جلوتر میری خلق اهداف بعدی به مراتب سریع تر و راحت تر از هدف قبلی میشه و به انرژی به مراتب کمتری نیاز داره.

اگرچه که اگر از روز اول دستیابی به هدف 1 میلیارد تومان پول نقد رو انتخاب میکردی، ماشین خلق هدف هرگز راه نمی افتاد، بنابر این این پروسه، برای تو، حد اقل 10 برابر سخت تر میشد!

چرا؟ عبارت "خیلی سخته" یکی از رایج ترین حفره هیا ذهنیه. پس بهتره مراقبتش باشی و اجازه ی ندی که چنین حفره ی ذهنی ای به دست خودت ایجاد بشه. این تکنیک قطعا می تونه در این زمینه کمک زیادی بهت کنه.

تست بیدار شدن از خواب

در بخش گزینش (select) یک تکنیک بسیار مهم دیگه وجود داره به نام تست بیدار شدن از خواب، که در جزوات تکمیلی این کتاب آموزش داده شده.

این تست چند سوال ساده داره که هر روز صبح با پرسیدن این سوالات از خودت متوجه میشی که آیا در مسیر صحیح (مسیر دستیابی به اهداف) حرکت می کنی یا خیر، آیا انگیزه هایی که برای خودت تعیین کردی انگیزه های قدرتمندی هست و می تونه تو رو به مقصد نهایی برسونه یا خیر، و ...

برای شروع این سفر پر هیجان و پر از دستاوردهای عالی، واقعا ازت می خوام که تمام تمرین هایی در این کتاب الکترونیکی آموزش داده شد رو انجام بدی و در صورت تمایل در صفحه ی این بخش در وبسایت (<http://erfanizade.com/index.php/2014-04-22-07-05-44/2014-04-22-07-05-47.html>) کامنت بذاری و گزارش کار بدی، و در مرحله بعد حتما جزوات رایگان و تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ی ذهن رو مطالعه کنی و تمرین های مطرح شده رو انجام بدی تا این پروسه تکمیل بشه.

در ماه گذشته بیش از 10000 نفر به واسطه ی تسلط بر این تکنیک ها و انجام این تمرین ها، شاهد تغییرات بزرگ و بی نظیری در زندگیشون بودن و حالا... از صمیم قلب دوست دارم که تو دوست عزیزم هم این تجربیات زیبا و تحول آفرین رو با تمام وجود تجربه کنی. آیا آماده ای که به این جمع ملحق بشی؟

تو خالق زندگیت هستی... تو تنها کسی هستی که می تونی تمامی رویاهایی که داری رو به واقعیت زندگیت تبدیل کنی. این قدرت به صورت تمام و کمال به تو داده شده. پس دست روی دست نگذار و همین حالا دست به کار شو!

یادت باشه که حتما جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های نا گفته ذهن رو مطالعه کنی چون در اون توضیحات تکمیلی و کلیدی ای درباره ی این بخش و نحوه ی استفاده ی موثر از اون دادم. لطفا برای دریافت جزوه ی تکمیلی این بخش به آدرس www.erfanizade.com مراجعه و از عضویت خود در خبرنامه سایت مطمئن شوید تا جزوه این بخش به صورت رایگان به ایمیل شما ارسال گردد.

جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های ناگفته ذهن
100 درصد رایگان

آموزش تخصصی نکات طلایی و کلیدی ذهن

چگونه از ذهن خود برای دستیابی به موفقیت نامحدود و دستیابی به هر رویا و هدفی که داریم استفاده کنیم؟

برای دریافت رایگان جزوات تکمیلی کتاب الکترونیکی راز و رمز های ناگفته ذهن لطفا به وبسایت www.erfanizade.com مراجعه و از ثبت نام خود در سایت و یا در خبرنامه سایت اطمینان حاصل کنید تا جزوات تکمیلی به ایمیل تان ارسال گردد.

برخی از موضوعاتی که در این جزوات شرح داده ام:

✓ چگونه یک بار و برای همیشه از ایجاد حفره های ذهنی جلوگیری کنیم

✓ تصویر سازی ذهنی- چگونه به گونه ای تجسم کنید که ضمیر خود آگاه به بهترین دوست و حامی تان تبدیل شود

✓ پلن اجرایی- تمریناتی ساده که هر رویایی که دارید را به واقعیت تبدیل می کند...

✓ گزینش- چگونه از قوانین فیزیک برای خلق اهداف و آرزوهایی که دارید استفاده کنید...