

بسم الله الرحمن الرحيم



حوزه معاونت دانشجویی

مرکز مشاوره و بهداشت روان

۵ اصل شکست ناپذیر موفقیت در زندگی

این مرکز همه روزه از ساعت ۸ تا ۱۹ آماده ارائه خدمات روان شناختی به کلیه دانشجویان و خانواده های آنان می باشد.

* شماره تماس: ۵۶۳۶۵۷۶۳

* آدرس: اسلامشهر - باغ فیض - انتهای کوچه ۶
پلاک ۶۸ مرکز مشاوره و بهداشت روان.

* <http://counseling.iaau.ac.ir>

تیر ۹۱

روش فوری بکارگیری این اصل :

- به دنبال چیزهایی باشید که دنیای بیرونی، انعکاس تفکرات، احساسات و باورهای درونی شماست.

- معادل ذهنی آن چه را که می خواهید در زندگی بیرونی تان داشته باشید، بسازید.



موفقیت از درون وجود خودت نشأت می گیرد، نه از بیرون وجودت.

«امریکن»

کتاب ۱۰۰ قانون شکست ناپذیر موفقیت در کار و زندگی
نویسنده: برایان تریسی
مترجم: مهندس علی اکبر قاری نیت

۴- اصل جذب :

شما یک آهن ربای زنده هستید که مدام مردم، موقعیت ها و شرایطی را که با افکار اصلی تان همخوانی دارند، به سوی خود جذب می کنید. هر چیزی که در زندگی دارید، به علت نحوه تفکر و شخصیت خودتان به طرف شما جذب شده است. شما می توانید زندگی تان را عوض کنید چون قادر به تغییر نحوه تفکر و شخصیت تان هستید. افکار شما فوق العاده قدرتمندند و دارای نوعی انرژی ذهنی هستند که با سرعت نور حرکت می کنند. این انرژی به قدری لطیف است که از هر مانعی عبور می کند.

روش فوری به کارگیری این اصل :

- خودتان را به خاطر همه چیزهای خوبی که به زندگی تان جذب شده اند، تحسین کنید. سپس چیزهایی را که مورد پسندتان نیست شناسایی کنید و مسئولیت کامل آنها را به عهده بگیرید.

۵- اصل ارتباط :

دنیای بیرونی، انعکاس دنیای درونی شماست و با نحوه تفکر شما ارتباط دارد. این اصل عجیب، علت اغلب خوشبختی ها و ناکامی ها، موفقیتها و شکستها، بزرگی ها و فرومایگی هاست. گاهی این ارتباط را " معادل ذهنی " می نامند. واقعیت این است که شما نمی توانید به هدفی در دنیای بیرون برسید مگر این که اول آن را در درونتان خلق کرده باشید. روابط شما همیشه انعکاس چیزی است که در درون شماست. دیدگاه ها، سلامتی و وضعیت مالی تان، انعکاس همان چیزی است که بیشتر اوقات به آن فکر می کنید. شما در دنیا تنها یک چیز را می توانید کنترل کنید و آن هم طرز تفکر خودتان است.



پنج اصل شکست ناپذیر موفقیت در زندگی

" تفاوت های جزیی در قابلیت ها، می تواند منجر به

تفاوتهای بزرگی در نتایج شود . "

در صورتی که این اصول را در تصمیم گیری های روزانه به کار گیریم ، کارایی بیشتری پیدا خواهیم کرد و می توانیم افراد بهتری را جذب و حفظ کنیم، خدمات و تولیدات بیشتر و بهتری را ارائه دهیم، هزینه ها را عاقلانه تر کنترل کنیم، رشد و توسعه قابل پیش بینی تری داشته باشیم و سود با ثبات تری به دست آوریم .

یک تصمیم قاطع برای انجام کاری متفاوت می تواند تمام زندگی تان را دگرگون کند. تنها باید از خودتان بپرسید: آیا به کارگیری این اصل برایم مفید خواهد بود؟ و مطمئن باشید که همین طور است . هر چه زندگی خود را با این اصول همسو تر کنید، خوشبخت تر و موفق تر خواهید بود. هیچ محدودیتی هم وجود ندارد.

۱- اصل علت و معلول :

برای هر اتفاقی دلیلی و برای هر معلولی علتی وجود دارد . ارسطو می گفت : " ما در دنیایی زندگی می کنیم که در آن اصول و قوانین حاکم هستند ، نه اتفاقات . "

مبنای هر معلول، علت یا علل خاصی است و هر عمل یا علتی دارای اثر است حتی اگر آن را نبینیم یا نپسندیم . موفقیت اتفاقی نیست. موفقیت یک معجزه نیست و ربطی هم به شانس ندارد. در کتاب مقدس انجیل این مطلب با عنوان اصل کاشت و برداشت مطرح شده : " هر چه را که انسان بکارد ، همان را برداشت خواهد کرد . " و نیوتن آن را اصل سوم حرکت نامید و چنین گفت : " برای هر عملی ، عکس العملی است مساوی و در جهت مخالف آن . "

مهم ترین اصل موفقیت فردی و کاری این است که شما همانی می شوید که اغلب به آن فکر می کنید. در واقع هر چه را می بینید یا تجربه می کنید، نمایش افکار انسانی است که در پشت آن قرار دارد.

روش فوری به کارگیری این اصل :

۱- مهم ترین حوزه های زندگی خود مانند خانواده ، سلامتی ، شغل و وضعیت مالی تان را بررسی کنید.

۲- نحوه تفکر در مورد نوع زندگی تان را تجزیه و تحلیل کنید. با خودتان روراست باشید. ببینید چه تغییراتی می توانید در افکارتان ایجاد کنید تا در بخشی از زندگی تان بهبودی به وجود آید ؟

۲- اصل اعتقاد :

هر چه را که قبلا به آن اعتقاد داشته باشید واقعیت زندگی شما می شود. شما همیشه بر اساس اعتقادات خود عمل می کنید. لزوماً آن چه را که می بینید باور نمی کنید بلکه آن چه را باور دارید می بینید. باید دانست که تعصب یک جور پیش داوری کورکورانه است. هرگز پیش از داشتن اطلاعات کافی قضاوت نکنید. به خصوص در مورد خودتان و توانایی هایتان پیش داوری نکنید. بپذیرید که برای شما محدودیتی وجود ندارد و آن چه را که دیگران انجام داده اند، شما هم می توانید انجام دهید. واقعیت این است که هیچ کس بهتر و زرنگ تر از شما نیست .

روش فوری بکارگیری این اصل :

- ذهن خود را از تردید و ترس رها کنید و فرض کنید هیچ محدودیتی ندارید و با باورهای محدود کننده ای که شما را عقب نگه می دارد ، بجنگید .

۳- اصل انتظار :

هر چه را که با اطمینان، انتظار وقوعش را داشته باشید اتفاق می افتد. شما همیشه در زندگی تان ، با صحبت و فکر کردن درباره وقایع آینده مانند یک طالع بین عمل می کنید. هنگامی که با اطمینان انتظار وقایع خوبی را داشته باشید، معمولاً برایتان اتفاق می افتد و عکس این موضوع نیز صحیح است. مردم نیز درست مانند آینه طرز تلقی شما را چه مثبت و چه منفی، به خودتان منعکس می کنند.

روش فوری بکارگیری این اصل :

به بهترین چیزها فکر کنید. از خودتان بهترین انتظارات را داشته باشید.