

✓ کارنیل، بزرگترین شبکه موفقیت ایرانیان می باشد، که افرادی زیادی توانسته اند با آن به موفقیت برسند، فاطمه رتبه ۱۱ کنکور کارشناسی، محمد حسین رتبه ۶۸ کنکور کارشناسی، سپیده رتبه ۳ کنکور ارشد، مریم و همسرش راه اندازی تولیدی مانتو، امیر راه اندازی فروشگاه اینترنتی، کیوان پیوستن به تیم تراکتور سازی تبریز، میلاد پیوستن به تیم صبا، مهسا تحصیل در ایتالیا، و..... این موارد گوشه از افرادی بودند که با کارنیل به موفقیت رسیده اند،

شما هم می توانید موفقیت خود را با کارنیل شروع کنید. برای پیوستن به تیم کارنیلی های موفق روی

لینک زیر کلیک کنید.

www.karnil.com

WWW.KARNIL.COM

به نام خالق زیبایی ها



فهرست مطالب

۴.....	مقدمه.....
۵.....	قدرت تفکر.....
۸.....	تفکر منفی.....
۱۱.....	تفکر مثبت.....
۱۴.....	فواید تفکر مثبت.....
۱۶.....	ذهن و دنیای ناشناخته آن.....
۱۹.....	ضمیر آگاه.....
۱۷.....	ضمیر ناخودآگاه.....
۲۶.....	چطور از ضمیر ناخودآگاه به نفع خودمان استفاده کنیم.....
۳۴.....	تکنیک حل مسائل با استفاده از ضمیر ناخودآگاه.....
۲۹.....	راز بزرگ و نهفته.....

مقدمه

با سلام خدمت شما دوست عزیز

در این جزوه الکترونیکی سعی کردم شما را با دنیایی آشنا کنم که شاید شما هم مثل من تا الان کمتر به اون پرداخته اید، دنیای ناشناخته ذهن، قدرت و نیروی تفکر شاید اگر من سالها پیش که دانش آموز بودم با نیروی ذهن و قدرت اندیشه آشنا می شدم دنیای من با آنچه که هم اکنون هستم خیلی فرق داشت یک روز که در اینترنت در جست جوی عبارت عوامل موفقیت در زندگی بودم اتفاقی به کتابی برخورد کردم که در مورد ذهن و قدرت آن بود در این کتاب با عملکرد ذهن و تاثیرات شگفت انگیز آن در زندگی آشنا شدم و تاثیرات خیلی زیادی در روحیه من ایجاد کرد که هر آنچه سعادت و شقاوت ما تشکیل می دهد از دنیای درون ما نشات می گیرد. ذهن انسان گنج بی پایانی است که خداوند متعال به آدمی ارزانی داشته است و ما از طریق آن قادریم به تمامی آرزوها، اهداف و خواسته های خویش نایل شویم اگر به صورت بهینه و به

درستی از قدرت های بالقوه ذهن استفاده کنیم مالک گنجینه های بیکران هستی خواهیم شد اگر ما در زندگی خواستار موفقیت های بزرگ و کشفیات جدید برای راحتی و آسایش در زندگی هستیم باید گنج درون خود را آزاد و به درستی از آن بهره بگیریم.

حالا به این باور رسیدیم که نیروی فکری بزرگ ترین عامل موفقیت است شما دوست عزیزم را می خواهی با ساختار ذهن، قدرت تفکر و اینکه چطور اندیشه های درونی خودمان را کنترل کنیم تا به موفقیت و آرامش در زندگی برسیم.

بدون تردید شما دوست عزیز با خواندن این کتاب و بکارگیری نکات و آموزه های آن تاثیر شگفت انگیزی در زندگی خود به سمت موفقیت خواهید داشت از شما دوست خوبم به خاطر مطالعه این کتاب نهایت تشکر را دارم و بنده را از نظرات ارزشمند خود بهرمنند سازید.

قدرت تفکر

کمی به دور بر خود نگاه کنیم متوجه می شویم که اکثریت مردم در جهان خارج و مادی زندگی می کنند و تعداد کمی از آنها متفکران جهان را تشکیل می دهند اما واقعیت این است که دنیای ذهنیات، افکار، احساسات و تصاویر ذهنی ماست که دنیای خارج را می سازد.

این روزها بحث در مورد قدرت فکر و اندیشه زیاد هست تاکنون افراد زیادی با مطالعه و بکارگیری نیروی اندیشه و تفکر به موفقیت و آرامش درونی دست یافته اند و صاحب موفقیت های بزرگی در زندگی شخصی خود شده اند.

اگر انسان فاقد اندیشه بود چه بسا به علت وجود ضعف جسمانی نسبت به بعضی حیوانات قوی و وحشی در همان روزهای نخستین سکونتش در روی زمین از بین می رفت. ولی به واسطه وجود قدرت بیکران اندیشه که خدای بزرگ در نهاد انسان قرار داده می تواند بر

تمامی موجودات تسلط داشته و جهان هستی را به سیطره خویش در آورد.

امرسون میگوید: هر فکری که به وسیله ی انسانهایی با عقاید مختلف در دنیا منتشر شد، تغییری در جهان ایجاد کرده است.

مخفی ترین افکار نیز بی حرکت نمی مانند و در اطراف منتشر می گردند و دنیا را تحت تاثیر خود می دهند.

تصور اینکه باید در برابر حوادث تسلیم شد، ضعف بزرگی است باید در مغز مان حک کنیم که نیروی فکری بزرگ ترین عامل موفقیت است.

اگر تصور کنیم که خواهیم توانست فقط با گفته هایمان خود را به جهانیان معرفی کنیم، خیالی بیش نیست دیگران درباره ی ما با مقیاسی که خودمان در دست داریم قضاوت نمی کنند بلکه از روی حالت و وضع درونی مان ما را می شناسند.

طرز فکر مسری است، به کسانی که با ما تماس بگیرند، سرایت می کند. حال که افکارمان دارای چنین نفوذ قدرتی است معلوم است که با چه توجهی باید مواظب آنها باشیم.

سرنوشت و آینده‌ی ما از **طرز فکر و اندیشه‌ی ما**ست نه تلاش جسمی

تفکر منفی

یکی از بازدارنده‌ترین عامل موفقیت همین افکار منفی هستند که ما بیشتر اوقات روی جنبه منفی و نقاط مشکل دار زندگی خود متمرکز می‌شویم و مداوماً اتفاقی را که دوست نداریم بیفتد، بر زبان می‌آوریم. این مسئله معمولاً باعث می‌شود که مشکلات اصلی بیشتر و بیشتر شده و وضعیت حتی بدتر هم بشود. اندیشه های منفی و مخرب، فعل و انفعالات شیمیایی بدن را به صورت منفی تغییر داده و با ترشح هورمون های مضر و سمی، باعث بسیاری از امراض روحی و جسمی می‌گردند.

یک فردی ممکن است مداوم با خود بگوید :

“ من هیچوقت موفق نمی‌شوم . ”

من همیشه بیمارم .

هیچ کس با من رفتار خوبی ندارد

من استعداد هیچ کاری را ندارم

کسی که مداوم این تاییدات منفی را با خود تکرار می کند، دائم عذر و بهانه می آورد کارها را به تعویق می اندازد از رو به رو شدن با جزئیات مشکل طفره می رود و عموماً هرگز حتی یک بار هم فرصتی مناسب ایجاد نمی کند که کار شروع شود یا به هدف برسد. چه آگاهانه و چه ناآگاهانه، معمولاً به احتمال کمتری در زندگی خود موفق می شود و هیچوقت نخواهد توانست روی هدف خود تمرکز کند.

اگر مثبت فکر نکنید و فکرتان را با افکار و باورهای مثبت پر نکنید، آنوقت افکار منفی برای خالی کردن شکاف ها می آیند

هیچوقت توانایی های خودتان را دست کم نگیرید.

نباید فکر کنید که توانایی انجام کاری را ندارید اگر در مورد موانع و پستی ها و بلندی های راهتان احساس بدی دارید یا از رویارویی با

مسائل و مشکلات مربوط به آنچه می خواهید دچار ترس و وا همه شده اید، هرگز دور و بر کسانی که این افکار منفی را تایید می کنند نگردید.

در زندگی به دنبال کسانی باشید که به خوبی می دانید شما را برای این کار مهیا و به شما کمک می کنند تا احساس مثبتی نسبت به آنچه در پیش دارید پیدا کنید

با خودتان گفت و گوی مثبت داشته باشید امروزه علم روانشناسی ثابت کرده که افکار منفی و صحبت مداوم درباره چیزهایی که آنها را نمی خواهید و موضوعاتی که موجبات ناراحتی شما را فراهم می آورد عامل بیشتر ناکامی ها در زندگی است با تمرین مثبت اندیشی مثلاً چه روز خوبی است امروز، من خبرهای خوبی امروز خواهم شنید و یا کسی حال شما را پرسید بگویید خوبم عالی هستم می توان به آرا مش و خوشبختی دست پیدا کرد.

تفکر مثبت

مثبت اندیشی و داشتن تفکر مثبت بی شک یکی از مهم ترین عوامل موفقیت هر فردی محسوب می شود همانطور که افکار منفی محدود کننده هستند افکار مثبت و سازنده مانند یک موتور محرک قوی ما را به سمت موفقیت سوق می دهد در واقع وقتی ما مثبت فکر می کنیم یعنی دنبال راه و چاره برای هر کاری هستیم.

با داشتن باور مثبت و ایمانی راسخ برای حل مشکلات تقریباً بیشتر اوقات راه حل مناسب را پیدا می کنید.

اندیشه های مثبت و شادی بخش باعث ترشح هورمون هایی می شوند که جسم و ذهن ما را سالم و پرنشاط می سازند. مثلاً وقتی شما مثبت فکر می کنید، به تصویر زیبا نگاه می کنید، به موسیقی شاد گوش می کنید و...



سیگنال‌های مثبت وارد سیستم ضمیر ناخودآگاه شما می‌شود. هم
باور عالی در نظام باور شما می‌سازد و هم اثر خوبی در وجود شما
و دنیای خارج شما می‌گذارد. بازتاب این زیبایی به شما
برمی‌گردد

در زندگی شخصی ما یا جامعه ای که در آن زندگی می کنیم هم جنبه های مثبت هر چیزی را دیدن باعث سلامت فردی و موفقیت بیشتر در انجام امور می شود.

انسان های خلاق و موفق همیشه از نگرش و انتظارات مثبت برخوردار هستند آنها به جای تفکر منفی و شکست به پیروزی ها و موفقیت ها فکر می کنند و همیشه راه حل ها و طراحی های جدیدی برای زندگی خود دارند.

فواید تفکر مثبت

- ۱- افراد با فکر مثبت آینده ای روشن برای خود ترسیم می کنند و در راستایی هدفی مشخص به سمت هدف حرکت می کنند
- ۲- سلامتی و شادی ثمره تفکر مثبت هست
- ۳- افراد مثبت اندیش برای مشکلاتشان راه حل دارند
- ۴- افراد خوشبین عامل موفقیت را در تلاش و کوشش می دانند و از موانع و مشکلات در راه موفقیت هراسی ندارند و به

تواناییهای خود اعتماد کامل دارند از این رو اعتماد به نفس بالایی دارند

۵- یکی از مهم ترین فواید تفکر مثبت داشتن روابط خوب با دیگران است که افراد مثبت اندیش از رفتار و گفتار دیگران تفسیر خوبی دارند شاید شما هم توجه کرده باشید که افراد منفی نگر حتی گاهی از رفتار خوب دیگران هم تفسیر بدی دارند.

۶- صبر و شکیبایی، افراد مثبت اندیش خود دارای هدف می‌دانند برای رسیدن به آن در مقابل کاستی‌ها صبر می‌کنند و اطمینان دارند که در پی هر سختی آرامشی خواهد بود.

**افراد مثبت اندیش از داشته‌هایشان لذت می‌برند و
تمرکز روی نقاط مثبت زندگی دارند**

ذهن و دنیای ناشناخته آن



ذهن آدمی از چنان قدرت شگرفی برخوردار است که هیچ محدودیتی برای آن قابل تصور نیست هیچ نیرویی توانایی مقابله با آن را ندارد به قدرت لایتناهی خداوند رحمان متصل است، با کائنات در ارتباط است هر چه تصور کند می تواند عینیت یابد تنها محدودیتی که برای انسان متصور است و هیچ قدرتی جز قدرت لایتناهی خداوند بر آن فائق نخواهد آمد مرگ است که با استفاده از نیروی عظیم ذهن می توان با پیشرفت های دانش پزشکی و تغذیه صحیح آن را ۱۵۰ تا ۲۰۰ سال افزایش داد این چیزی دور از ذهن نیست چرا که اگر انسان بتواند فشارهای روحی و روانی را از خود دور کند و تغذیه و تحرک کافی داشته باشد می تواند بیماریها را تحت کنترل خود در آورده و به آرامش و آسایش کافی برسد این مهم خارج از حیطه ذهن بشر نخواهد بود.

ذهن ما به مانند معدن بسیار بزرگی از طلاست و هر کس بر اساس توانمندیها و استعدادهای خودش از آن استخراج می کند کسانی که از توانمندی های ذهن شناخت بیشتری داشته باشند طلای بیشتری استخراج می کنند.

اگر ما از قدرت ذهن و خواص ذهن به درستی استفاده کنیم این قابلیت و توانایی در ما ایجاد می‌شود تا کارهای بسیار بزرگی انجام دهیم یکی از خاصیت خارق العاده ذهن این است که توانایی بزرگنمایی و کوچک نمایی دارد می‌توانیم در بروز مشکلات مساله را به ذهنمون کوچک جلوه داده و از بروز افکار و احساسات منفی جلوگیری کنیم. و با تقویت افکار مثبت در ذهنمان زندگی شادتر و موفق تری برای خودمان بسازیم.

ضمیر آگاه - ضمیر ناخودآگاه

نیروهایی در ذهن ما نهفته است که می‌تواند ما را به سمت سعادت و سلامت در زندگی برساند. شما می‌توانید به این نیروها دسترسی پیدا کرده و از آن به صورت بهینه بهره ببرید مشروط به آنکه شناخت کافی در مورد نحوه استفاده مطلوب از این نیروها را داشته باشد

در صورت آگاهی از قدرت بالقوه نیروی ذهن و نحوه بکار گیری این نیروی عظیم قادر خواهید بود با ذهنی باز به قضایا و مشکلات زندگی نگاه کنید و راه حل های مناسبی برای مسائل و مشکلاتی که در مسیر زندگیتان قرار می گیرد پیدا کنید.

با بکار گیری درست و برداشت از گنجینه وجود خویش می توانید به تنعم و فراوانی دست یابید و عمری در رفاه و آسایش به سر برید و زندگی سرشار از نشاط همراه با سلامتی و تندرستی برخوردار گردید و در نهایت به آهنربایی قدرتمند تبدیل شوید که تمام چیزهای خوب را به سمت خود جذب می کند.

ضمیر آگاه

در ابتدا این سوال پیش میاد ضمیر آگاه چی هست و چه اعمال و رفتاری را کنترل می کند و چه تاثیری در زندگی ما دارد

این ذهن آگاه با اشیا ظاهری و خارجی سرو کار دارد و توسط حواس پنجگانه این ارتباط را برقرار می کند و ۱۰٪ تاثیرات را در

زندگیمان دارد و همان ذهنی است که افکار ما در آن شکل می‌گیرد فکر میکنیم راجع به هرآنچه که دوست داریم یا توجه‌مان را جلب میکند هنگامی که مطلبی جدید یاد می‌گیریم برای مثال وقتی شما برنامه روزانه تان را تنظیم می‌کنید که امروز به دانشگاه یا مدرسه بروم، به فلان اداره بروم و به دوستم زنگ بزنم همه این اعمال تحت تاثیر ضمیر خود آگاه است قدرت تصمیم‌گیری دارد که کدام کار را اول انجام دهیم به دوستان زنگ بزنید یا اول به اداره بروید و به طور جزئی می‌تواند مسایل را تجزیه تحلیل کند و تصمیم بگیرد البته ناگفته نماند که ضمیر خودآگاه دروازه ورودی ضمیر ناخودآگاه است و در واقع اینجاست که ما وردیهای ذهنمون را تعیین میکنیم ما آگاهانه به هر آنچه که فکر می‌کنیم به جاهایی که سفر می‌کنیم با افرادی که برخورد داریم و همه اینها از در اعماق ذهن ناهشیار ما ثبت می‌شود.

ضمیر خودآگاه به منزله ناخدای وجود شماست فرمان‌ها و دستوراتی را صادر می‌کند و ذهن ناخودآگاه آنها را بدون چون و چرا به عنوان واقعیت محض تلقی کرده و می‌پذیرد زمانی که شما می‌گویید من فلان خانه شیک و زیبا را خواهم خرید ضمیر

ناخودآگاه آن را ثبت می کند و در عمل امکان تحقق آن را فراهم می‌سازد

ضمیر هوشیار هر کس به منزله چراغ هدایت و راهنمای او عمل می کند علم آموزی، تجربه اندوزی، و مشاهدات به وسیله ضمیر هوشیار صورت می‌گیرد وقتی اطلاعات توسط این ضمیر دریافت شد در ضمیر ناخودآگاه ثبت باورها ساخته می‌شوند از طریق نظام باورها رشته های فکری شکل می‌گیرند.

ضمیر ناخودآگاه

ضمیر ناخودآگاه مخصوص انجام کارهایی است که از اراده ما خارج هست و همیشه فعال است مثلا وقتی ما در حال رانندگی هستیم بدون فکر کردن به رانندگی خود ادامه می‌دهیم، یا زمانی که در خواب هستیم و رویا می بینیم جالبه بدونید که تمام رویدادهایی که در طول روز ما با آنها مواجه هستیم، به آنها فکر کرده‌ایم شب هنگام که ضمیرآگاه ما فعال نیست و ما در خواب

هستیم ضمیر ناخودآگاه فعال هست و تمام افکار و و ورودی های ذهن را تحلیل و ثبت می کند که در نهایت همین اطلاعات ثبت شده در ذهن ناخودآگاه رفتار و سرنوشت ما را تعیین می کند اگر شما در طول روز به این فکر کرده باشید که چطور یک پزشک موفق شوید یا جز بهترین های حیطه ی شغلی خودتون باشید و به عوامل موفقیت آمیز آن فکر کرده باشید این تصاویر و افکار در ذهن ناخودآگاه ثبت و شما را به آنچه که فکر کرده اید در دنیای واقعی نزدیک می کند.

برای روشن تر شدن مفهوم ضمیر ناخودآگاه و نحوه ی عملکرد آن در این جا با ذکر مثالی بیشتر به توضیح آن می پردازیم این بخش ذهن مانند بخش پردازش گر کامپیوتر عمل می کند که هر برنامه ای را با استفاده از زبان های برنامه نویسی می توانید ایجاد کنید اما شما فقط می توانید کد بنویسید و هیچ کنترلی روی مراحل پردازش کدهای خود ندارید چیزی که کدهای شما را تبدیل به برنامه می کند (کامپایلر) است نقش ضمیر ناخودآگاه چیزی مشابه کامپایلر است (کدها همون افکاری هستند که از بیرون دریافت می کنیم) یعنی اطلاعاتی را می گیرد و طبق قوانین ثابتی

پردازش می کند بنابراین اگر بدانید فرآیند این پردازش چیست می
توانید مانند یک برنامه نویس برنامه های بنویسید که در دنیای
واقعی اجرا می شوند. شما می توانید گدهایی را برای ضمیر
ناخودآگاه تعریف کنید که شما را تبدیل به یک مخترع کند یا هر
هدف بزرگی که در زندگی داشته باشد با افکار و اندیشه های
صحیح می توانید به آن دست یابید.

فکر کردن به زیبایی ها و مواهب و نعمت هایی که در اطراف ما قرار
دارد،



تصویر زیبایی را در ضمیر ناخودآگاه ما حک می‌کند و پس از پردازش، روحیه‌ای زیبا را در ما می‌سازد. یک باور زیبا هم در ما ایجاد می‌کند. باور اینکه زندگی زیباست. روحیه شاد و مثبت، امید و حرکت و اندیشه مثبت رابه دنبال دارد.

ضمیر ناخودآگاه شما منبع عظیمی از خرد، هوش و قدرت لایزالی است که شما را به نیروهای بیکران کائنات ارتباط می‌دهد. حافظ،

سعدی، شهریار و صدها شاعر، غزلسرا نقاش و هنرمند بزرگ به وسیله همین ضمیر ناخودآگاه توانسته‌اند به خلق شاهکارهای جاودانه بپردازند.

سعادت و کیفیت زندگی ما بستگی به افکاری دارد که در ذهن می‌پرورانیم .

همه ی ما قادر هستیم از قدرت و توانایی های نامحدود ذهنی خود بهره‌مند شویم و با استفاده از نیروی شگفت‌انگیز درون، به آسانی به موفقیت، شادابی، تندرستی، ثروت، عشق و زیبایی برسیم.

چطور از ضمیر ناخودآگاه به نفع خودمان استفاده کنیم



ضمیر ناخودآگاه از چنان نیرویی برخوردار است که می تواند کلیه مسایل احساسی، عاطفی، مالی و تندرستی انسان را به آسانی حل کند. ولی این نیروی بیکران مثل شمشیر دو لبه است که اگر درست استفاده کنیم، زندگی عالی و باشکوه خواهیم داشت. اگر

طرز استفاده صحیح از نیروی عظیم و بی نظیر ضمیر ناخودآگاه خود را ندانسته و نتوانیم بر آن تسلط یابیم، مسلماً نخواهیم توانست از برکات مثبت آن برخوردار باشیم. به علاوه استفاده های ناصحیح و منفی از آن هم، حوادث ناگوار و خسارت جبران ناپذیری در پی خواهد داشت.

با توجه به اینکه ضمیر ناخودآگاه تاثیر بسیار زیادی در سرنوشت، اعمال و رفتار ما دارد می طلبد از آن به عنوان یک دوست و همیار خود استفاده کنیم و در جهت سرنوشتی متعالی چه از نظر مادی چه معنوی گام برداریم در ادامه اصولی را بررسی خواهیم کرد که به راحتی می توانیم ضمیر ناخودآگاهمان را تحت کنترل خود درآوریم.

اصل مراقبت

باید در هر لحظه مراقب خود باشیم و بدانیم که ضمیر ناخودآگاه چه سیگنالی را از طریق حواس پنجگانه و یا فکر دریافت می کند.

هر چه سیگنالهای ورودی با احساسات بیشتری وارد ضمیر نا خودآگاه شوند به همان میزان تاثیر بیشتری به همراه خواهند داشت این امر مهم در جنبه های مثبت و موارد منفی می تواند اثر گذار باشد.

بهترین راه برنامه ریزی و کنترل ضمیر ناخودآگاه، توجه لحظه به لحظه انسان نسبت به خود است.

به طور مرتب به خود بگوییم که من تبدیل به انسان زیبای دیگری شده‌ام. من خالق سرنوشت خود هستم و در هر کاری به موفقیت آن فکر کنیم تا سیگنال های منفی را از خود دور کنیم البته شاید در ابتدا سخت به نظر برسد چون ذهن منفی باف ما عادت دارد ما را به سمت نیمه خالی لیوان ضعف ها و نا کامی ها ببرد ولی اگر بدانیم که سیگنال های منفی اوضاع را بدتر خواهند کرد به این نتیجه می رسید که ذهنتون را به سمت زیبایی ها سوق دهید.

اصل استفاده از قدرت سوال

هر سوالی که به ذهنمون می رسه بازتاب خاصی در روحیه و فکر ما ایجاد می کند

وقتی از خودمون سوال می کنیم که من خوشبخت هستم؟ یا من هر روز آرامشم بیشتر می شود؟ نفس این سوالها روحیه را شاد می کند و این را القا می کند که: «آری، من خوشبختم. من آرامش دارم» و این تاثیر بسیار مهم هر سوالی است که انسان از خود می کند

همین سوالات به ظاهر ساده که شاید ما از خودمان بپرسیم خوب حالا من گفتم چرا بدبختم بدبخت می شوم باید بگم که این گونه سوالات و حک شدن آنها در ذهن به تدریج ما را به سمت ناخوشی ها سوق خواهد داد

پس چه بهتر که ما هر لحظه سوالات مثبت از خودمان بپرسیم. باید بدانید که کیفیت زندگی شما را نوع سوالاتی تعیین می کند که از خود می پرسید. برای مثال به جای سوال «چرا شرایط

این گونه است؟» بهتر است سوال کنید «چگونه می توانم شرایط را زیباتر کنم؟» با کمی دقت و هوشیاری می توانیم ذهنمون را به سمت کلمات و جملات زیبا سوق بدیم تا روحیه ی زیباتر و در نتیجه مسیر زندگی زیباتری برای خود رقم بزنیم.

اصل استفاده از قدرت تمرکز

ما در هر لحظه به آنچه تمرکز می کنیم، بازتاب آن را در روحیه و فکر خود حس می کنیم. تمرکز روی خاطرات بد گذشته، انسان را افسرده می کند. تمرکز روی خاطرات زیبای گذشته و یا خیال پردازی های زیبای آینده، اثر عمیق و مطلوب و مثبت در زندگی دارد.

انسانی که به طور مرتب روی بدبختی ها و زشتی های زندگی متمرکز می شود، زندگی اش به قهقرا می رود. کسی که به طور مرتب به زیبایی های زندگی و نقاط امیدبخش تمرکز می کند، زندگی اش قرین سعادت و موفقیت می شود و این خاصیت تمرکز است. برای

مثال تمرکز روی یک گل در انسان، روحیه شاد و فکر مثبت ایجاد می‌کند.



اصل استفاده از جملات تاکیدی و مثبت

اگر خواهان رفتاری هوشمندانه بر اساس قانون روح و ضمیر ناخودآگاه باشید باید باخود به گفت و گوی بپردازید از جملات تاکیدی مثبت به گونه‌ای که ویژگی خوب شما را تصویر کند،

استفاده کنید. نمونه جملات: چقدر دنیای من قشنگ و زیبا شده است. چقدر من هر روز خوشبخت تر و سعادتمندتر می شوم. ثروت و معنویت به سوی من همواره روان است و من هرچه بخواهم، خلق می کنم. من سزاوار بهترین ها هستم. قدرت فکر من به همه چیز و همه کس غالب است بر خداوند متعال توکل می کنم و هم اوست که در همه حال یار و یاور من است اگر این مطالب را با اعتقادی راسخ و باوری عمیق بیان کنیم تحقق هدف مدتی نه چندان دور میسر خواهد شد این جملات و کلمات مثبت و زیبا به تدریج روی ضمیر ناخودآگاه اثر کرده و ما را به سمت خوشبختی و آرامش سوق خواهد داد چرا که این قانون ذهن است.

اصل تصویرسازی ذهنی

هنگامی که شما تصویری در ذهن خود خلق می کنید، عین این تصویر روی ضمیر ناخودآگاه اسکن شده وارد می شود و بر آن تاثیر می گذارد. این تصویرپردازی می شود و ضمیر ناخودآگاه مفهوم آن تصویر را می تواند در دنیای واقعی زندگی شما عینیت ببخشد.

تصویرسازی ذهنی یکی از بهترین شیوه‌های برنامه‌ریزی و هدایت ضمیر ناخودآگاه است.

ثروتمندترین و موفق‌ترین انسان‌ها کسانی هستند که بیشتر و بهتر از بقیه توانسته‌اند در ذهن خود خیال‌پروری مثبت بکنند برای مثال اگر شما می‌خواهید در یک سمینار بزرگ علمی به عنوان سخنران شرکت کنید برای اینکه بتوانید موفق عمل کنید باید خودتان را در یک سالن بزرگ که پر از مخاطب هست تصور کنید و تصویر مثبتی از خود بسازید به طوریکه شما در آن سمینار به نحو احسن سخنرانی می‌کنید و مخاطبین شما را تشویق و تایید می‌کنند این احساس مثبت و زیبا این شوق و انرژی را در شما ایجاد می‌کند که خیلی عالی به هدف مورد نظرتون برسید پس از هم اکنون اگر هدفی در زندگی داری اون را به بهترین حالت ممکن تصور کن و اقدام به انجام اون کار کن و مطمئن باش سرعت رسیدن به هدف مورد نظرت چند برابر خواهد شد چرا که موفقیت در ضمیر ناخودآگاه به تدریج ثبت شده و شما را به سمت آن هدایت می‌کند.

دعا و مناجات

هنگامی که ما دعا می‌کنیم و با خدای خود راز و نیاز میکنیم در دریای آرامش قرار گرفته و جسم و روحمون پر از انرژی های مثبت الهی می شود بدون شک دعا قویترین نیرویی است که بر روی ضمیر ناخودآگاه تاثیر گذاشته و ما را به خواسته هایمان میرساند با عبادت و مناجات روحمون را به سرچشمه زیبایی ها خدای متعال پیوند دهیم و از او خیر و سعادت را بخواهیم از خدای خود تشکر و قدردانی کنیم و خواسته های خود را از او طلب کنیم تا خدای بزرگ بهترین ها را در مسیر زندگیمان قرار دهد.

تکنیک حل مسائل با استفاده از ضمیر ناخودآگاه

ما در جریان فعالیت های که روزانه داریم مسائل و بحران های فکری و مالی ممکن است نتوانیم به راحتی ضمیر ناخودآگاهمان را در اختیار گرفته و از آن مدد بگیریم ولی با آگاهی از تکنیک های لازم

می توانیم از این شعور نا محدود لایتناهی بهره گرفته و به حل مسایل مهم دست پیدا کنیم.

تکنیکی که باید از آن استفاده کنید بدین طریق است ابتدا در محل ساکت و آرامی قرار بگیرید (نشسته یا دراز کشیده) با تمرکز روی تنفس روح و جسم خود را آرام کنید و به حالت خلسه (نیمه هوشیار) بروید و به هوش و خرد بیکرانی که دارید بیندیشید در حالی که چشمهایتان را بسته اید بر مساله ای که دارید (یا افکار مثبت خود که دوست دارید داشته باشید) متمرکز شوید یقین داشته باشید که خرد و هوش بیکرانتان از تمامی مسائل اطلاع کافی دارد و به درخواست شما در زمان معین پاسخ مناسب را می دهد و گره از مشکلاتتان می گشاید در حالت خلسه چند دقیقه ای را بمانید و لحظه ای تمرکز خود را از دست ندهید. اگر پاسخ لازم را گرفتید در پی عملی کردن آن باشید و مرتب به این بیاندیشید که هوش و خرد نا محدود ضمیر ناخودآگاهم پاسخ مساله مرا خواهد داد. با ایمان باوری که به قدرت بیکران ضمیر ناخودآگاه دارید پاسخ و راه حل به صورت مطلوب به شما داده خواهد شد.

راز بزرگ و نهفته

راز بزرگ در میان اغلب ما به صورت نهفته و نامکشف باقی مانده است و کمتر کسی کلید این گنج بی پایان را می‌داند اگر کد این راز گشوده شود تحقق رویاها، آرزوها و اهداف بزرگ بس آسان خواهد شد و آن چیزی نیست جز هماهنگی و مطابقت میان ضمیر خودآگاه و ناخودآگاه

زمانی که ضمیر خودآگاه طالب و خواستار چیزی هست ولی ضمیر ناخودآگاه بر اساس افکار و باورهای قبلی تصور می‌کند که لیاقت، شایستگی و توانایی دریافت آن را ندارید

با ترکیب و هماهنگی درست توانایی های ضمیر آگاه و ناخودآگاه انسان قادر است به توانمندیهای خارق العاده ای دست یابد کافی است که علم اطلاع از نحوه تطابق و عملکرد این دو ضمیر را داشته باشید در آن صورت مساله لاینحلی وجود نخواهد داشت.

با استفاده از شیوه‌ها و اصولی که گفته شد مثل تکرار جملات مثبت، تخیل تصویر سازی سازنده. و بکار گیری شیوه‌هایی که ضمیر

ناخودآگاه را همیشه تقویت کرد و با استفاده از آن به آرزوها و اهداف بزرگ خود برسید.

✓ خلاصه اینکه

✓ افکار منفی مهم ترین محدودیت ها در راه رسیدن به موفقیت هستند

✓ شناسایی افکار منفی اولین قدم برای غلبه بر آنهاست

✓ افراد بدبین حتی خودشان را هم قبول ندارند بهترین راه مواجهه با این افراد این است که ثابت کنیم که اشتباه می کنند و سعی کنیم از آنها دوری کنیم

✓ اگر تصمیم به انجام کاری گرفتیم مطمئن باشیم که راهی برای آن وجود دارد

✓ با افراد مثبت شاد و کسانی که اهداف بزرگی دارند معاشرت کنید

- ✓ مثبت اندیشی این نیست که عینک رنگی به چشم بزنیم و بعضی محدودیت ها را نبینیم بلکه آنها را بپذیریم و با پررنگ جلوه دادن نقاط مثبت سعی کنیم بر آنها غلبه کنیم
- ✓ فکر مثبت روی احساسات تاثیر گذاشته و کمک می کند بر روی جنبه های مهم زندگی تمرکز کنیم و در نتیجه عاداتی می شود که به جنبه مثبت هر چیزی فکر کنیم
- ✓ یاد بگیرید که چطور در فکر کردن استاد شوید و ضمیر ناخودآگاه خودتون را به نفع خود در اختیار بگیرید تا به موفقیت های بزرگ در زندگی برسید
- ✓ انسان خردمند، فرمانروای ذهن خویش است



مسیر زیبای زندگی‌تون پر از فرکانس‌های مثبت و شاد

عصمت سالاری زاده

[Mail: info@masireziba.com](mailto:info@masireziba.com)

برای بازدید و استفاده از خدمات و محصولات ما به
سایت خودتان "مسیر زیبا" مراجعه کنید.

هدف ما زیباتر کردن مسیر زیبای زندگی شما می باشد

با تشکر و سپاس فراوان از همراهی شما دوست عزیز

www.Masireziba.com



در کانال تلگرام کارنیل هر روز انگیزه خود را شارژ کنید 😊

<https://telegram.me/karnil>

 @karnil