

کتاب تمرین آرزوی تو دستور دوست .:

مترجم سعید عسگری تهرانی

نویسنده: کوین ترودو

تهیه و ترجمه شده در سایت قدرت درون

Powerinside.ir

فهرست مطالب

- مهم ترین قانون دستیابی به موفقیت
- قدرت تکرار، نظم و مطالعه
- چگونه به هر آنچه که می‌خواهیم دست پیدا کنیم؟
- چهار قانون انرژی و ارتعاش
- احساس خودت رو خوب کن!
- قدرت شگفت انگیز بینجالی
- رهکارها و تمرین هایی برای افزایش انرژی و ارتعاش
- باورهای شما واقعیت شما را می‌سازند
- انتخاب هدف با چشم انداز عمیق
- چگونه به موفقیت دست پیدا کنیم؟
- تمرین هایی برای به موفقیت رسیدن شما

مقدمه

با خواندن این کتاب وارد مسیری میشوید که زندگیتان را تغییر خواهد داد. مسیری که این توانایی را به شما میدهد تا زندگی دلفواه خود را بسازید. هدف این کتاب این است که اصولی را به شما بیاموزد که بتوانید به هر آنچه که میخواهید دست پیدا کنید. کتاب آرزوی تو دستور توست شما را با قواعد، اصول و تمرین هایی آشنا میکند که بتوانید به تمامی اهداف خود دست پیدا کنید که در این صورت متی بزرگترین اهدافتان نیز برای شما قابل دسترس خواهد بود.

این قواعد و اصول اختراع نشده اند بلکه سالها پیش توسط دانشمندان و محققان کشف شده اند! امکان یادگیری این اصول و قواعد برای عموم مردم وجود نداشت و تنها افرادی میتوانستند شانس یادگیری این قواعد را پیدا کنند که عضو جوامع مخفی مانند: فراماسونری، برادر هود و... بودند. اما کوین ترودو عضو برتر جوامع مخفی تصمیم گرفت تا این قواعد و اصول را به عموم مردم آموزش دهد.

او به شما نشان خواهد داد که چگونه با استفاده از این قوانین هر خواسته ای را به زندگیتان جذب کنید. درست همانطور که خود او این کار را انجام داد کوین ترودو توانست نام خود را در سال های 2009 و 2010 در لیست 10 مرد ثروتمند آمریکا جای دهد و در عین حال جزو پرفروش ترین نویسندگان نیویورک تایمز باشد.

کتاب او با نام درمان های طبیعی 25 هفته در صدر پرفروش ترین کتاب های نیویورک تایمز بود این کتاب برگرفته از سمینار "درمان های طبیعی که نمیخواهند تا شما بدانید" است.

برای اینکه بتوانید تمامی مباحث این کتاب را به درستی درک کنید باید ابتدا سمینار 13 ساعته آرزوی تو دستور دوست را گوش داده باشید این سمینار در حال حاضر با دو فرمت دوبله فارسی و زیرنویس فارسی در سایت قدرت درون موجود می باشد که دانلود برای کاربران ویژه رایگان می باشد.

مقدمه مترجم

powerinside.ir /

فصل اول | مهم ترین قانون دستیابی به موفقیت

چهار قانون مهم در مسیر موفقیت وجود دارد:

1. به چه کسی گوش میکنید؟
2. میزان آموزش پذیري شما چقدر است؟
3. بالانس بودن ترازوی پیشرفت و موفقیت
4. 4 مرحله برای یادگیری

اصل اول: هرکس برای خود غول چراغ جادویی دارد که میتواند هزاران فواسته اش را از او درخواست کند تا غول چراغ جادو آنها را به واقعیت زندگیش تبدیل کند.

چند دقیقه فکر کنید و تجسم کنید که یک غول چراغ جادو در اختیار شماست. با جزئیات هرچه تمامتر لیستی از فواسته های زندگی تان را بنویسید.

فواسته های مالی:

- | | |
|-----------|------------|
| (1) | (2) |
| (3) | (4) |
| (5) | (6) |
| (7) | (8) |
| (9) | (10) |

فواسته های روابط:

- (2)
- (4)
- (6)
- (8)
- (10)

- (1)
- (3)
- (5)
- (7)
- (9)

فواسته های احساسی:

- (2)
- (4)
- (6)
- (8)
- (10)

- (1)
- (3)
- (5)
- (7)
- (9)

فواسته های جسمی / فیزیکی:

- (2)
- (4)
- (6)
- (8)
- (10)

- (1)
- (3)
- (5)
- (7)
- (9)

خواسته های دینی:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

خواسته های دیگر:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

به چه کسی گوش می‌دهید؟

به حرف چه کسانی گوش می‌دهید؟ لیستی از نویسندگان، مربیان، مشاوران و استادانی که

به حرفشان تا به امروز گوش داده اید و آموزشهایشان را به کار گرفته اید ذکر کنید:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

از زمانی که به این افراد گوش داده اید زندگیتان چه تغییری کرده است؟

.....

|.....

خیلی از کسانی که شما به آموزه های آنها عمل میکنید و در تلاش هستید تا با آموزش های آنها ثروتمند شوید و یا به خواسته هایتان دست پیدا کنید خود ثروتی ندارند و فقط با فروش دوره و کتاب های آموزش ثروتمند شدن به ثروت رسیده اند. درباره زندگی سه متخصص و استادی که شما آنها را تمسین می کنید تحقیق کنید چقدر در زندگیشان موفق بوده اند؟ آیا موفقیت آنها آن چیزی است که شما میخواهید و انتظار دارید؟

.....

|.....

در اکثر مواقع، ثروتمندان خود ساخته واقعی و قدرتها نمیخواهند که عموم مردم از رازهای موفقیتشان آگاه شوند. در بین آنها میتوان به فراماسون های انجمن جمجمه و استخوان، ایلومیناتی، گروه بیلدبرگ و انجمن برادری و... اشاره کرد. درباره هر کدام از این گروه های مخفی تحقیق کنید و درباره یافته های خود بنویسید.

.....

.....

|.....

میزان علاقه و اشتیاق شما برای یادگیری این اسرار چقدر است؟ از ۱ تا ۱۰ نمره دهید:
|.....

موضوع فیلی مهم اینه که شما باید پیرو افرادی باشید که صاحب چیزهایی که شما دوست دارید داشته باشید باشند. آیا کسی که در حال حاضر به عنوان مربی شماست واقعا آن چیزهایی را که در زندگی میخواهید دارد؟ اگر همین شخصی را هنوز ندارید ، حداقل چهار نفر رو ذکر کنید که چیزی رو که میخواهید را دارند:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

اطلاعات و رازهایی که در آرزوی تو دستور توسط یاد می گیرید دیوانه کننده و بسیار ساده هستند. آیا شما با سادگی مشکل دارید؟ (بله یا خیر؛ چرا؟)

.....
|.....

رهبران همیشه مطالعه می کنند. آیا شما با این جمله موافق هستید؟ لیست چهار نفر از رهبران جهان که شما آنها را تمسین میکنید ذکر کنید و درباره آنها تمقیق کنید آیا آنها کتابی را پیشنهاد داده اند؟ چه کتابهایی زندگی شان را تخییر داده است؟ آنها را ذکر کنید.

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

یک ارتباط مربی-شاگردی نقشی اساسی در موفق شدن دارد آیا شما در حال حاضر در همچین رابطه ای قرار دارید؟ اگر "بله" بگویید که در زندگیتان چه تاثیری گذاشته است. اگر "خیر" بگویید که اینچنین رابطه ای چه تخییری میتواند در زندگیتان ایجاد کند؟

.....
|.....

لیستی از زمینه هایی که شما در آن مهارت کسب کرده اید را ذکر کنید.

(مهارت کامل باید داشته باشید)

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

"شما نمی دانید که چه چیزهایی را نمیدانید" این جمله برایتان چه مفهومی دارد؟

.....

اصل ۲: میزان آموزش پذیری شما چقدر است؟ (اشتیاق برای پذیرفتن تغییر)

دو متغیر شاخص یادگیری شما را مشخص می کند:

اولین آن اشتیاقتان برای یادگیری است؟ (از ۱ تا ۱۰ نمره دهید و دلیل بیاورید.)

.....

شما چقدر حاضرید هزینه کنید تا به هدف و خواسته تان برسید؟ (هزینه به معنی بهایی

است که باید بابت رسیدن به هدف پردازید ممکن است مالی نباشد)

.....

شما حاضرید چه چیزی را از دست بدهید تا دروسی را یاد بگیرید که به شما جذب خواسته

تان را آموزش می دهد؟

.....

دومین متغیر برای تعیین شاخص یادگیریتان: میزان پذیرفتن تغییر در شماست؛ شما

باید تغییرات را با آغوش باز بپذیرید. شما چه میزان حاضرید تغییر کنید؟ (از ۱ تا ۱۰ نمره

دهید)

.....

آیا شما حاضرید که طرز فکر خود را درباره همه چیز عوض کنید؟

.....

آیا ماضی‌دهی احساسی که نسبت به چیزهای اطرافتان را تخییر دهید؟

.....

" اگر میخواهید چیزهایی در زندگیتان تخییر کند، باید چیزهایی را در زندگیتان را تخییر دهید "

لطفه ای به این جمله فکر کنید چه معنایی برایتان دارد؟

.....

چه بهانه هایی برای خودتان آوردید تا از تخییر در زندگیتان جلوگیری کنید؟ تا جایی که

میتوانید ذکر کنید لطفا با خودتان روراست باشید.

.....

شما موظف هستید که مثال های واقعی موفقیت را بخوانید نه داستان های خیالی.

باید همه توان خود را به کار گیرید تا آموزه های "آرزوی تو دستور دوست" را به صورت

کامل یاد بگیرید.

انسان ها بعضی اوقات که باور دارند نمی توانند چیزی را بدست بیاورند، فواستن آن چیز را

انکار می کنند به عنوان مثال می گویند:

• "من اصلا فانه بزرگ دوست ندارم "

• "من اصلا از ماشین های مدل بالا فوشم نمی آید "

لیستی از مثال های این چنینی را در زندگیتان ذکر کنید که فواستن آن چیزها رو انکار کردید
به علت اینکه باور داشتید که نمی توانستید آن را بدست بیاورید.

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

در داستان های واقعی موجود در زندگی نامه افراد، قدرت و راز و رمز های زیادی نهفته است
آیا شما این چنین کتاب هایی را میخوانید؟ اگر " بله " ، کدام یک بر زندگیتان تاثیر گذاشته
و چرا؟

|

شما چه کارهایی را دوست دارید انجام دهید؟ لیستی از آنها تهیه کنید.

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

آیا شما ماضرید که کارهای مورد علاقتان را کنار بگذارید تا به خواسته تان برسید؟ آیا ماضرید که لذت و خوشی را به تافیر بیندازید؟

.....

برای افزایش شافص یادگیری، شما باید در کلاس ها، کارگاه ها، سمینارها شرکت کنید و کتاب بخوانید هم اکنون لیستی از کارگاه ها و کلاس هایی که شرکت خواهید کرد را

بنویسید:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

لیستی از کتاب هایی که تصمیم گرفتید بخوانید را بنویسید:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

تکرار کلید افزایش اشتیاق یادگیری است به آرزوی تو دستور پوست چندين و چند بار گوش دهید هرروز به فایل های صوتی سمینار گوش بدید این کار رو برای ۲۱ روز پی در پی انجام دهید.

فودت را به افرادی معرفی کن که چیزی را که میخواهی دارند. به این شکل اشتیاقاتان برای یادگیری افزایش می یابد. برای ۳۰ روز آینده، با آنها به طور منظم ملاقات کنید بنویسید که این کار چه تاثیری بر روی شما می گذارد.

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

اصل ۳: بالانس بودن ترازوی پیشرفت و موفقیت:

شما با ذهنتان سر و کار دارید کلماتی مثل تفکر، اشتیاق، هدف، رویا، علاقه، ارتعاش، انگیزه و احساسات توصیف کننده جایگاه ذهنی شما هستند.

از طرف دیگر تناسب با فعالیت فیزیکی تان سر و کار دارد کلماتی مانند اقدام، فعالیت فیزیکی، کارهایی که انجام می دهید، تکنیکها، برنامه ها و استراتژی بخش فیزیکی این تناسب را توصیف می کنند

جایگاه ذهنی با " چرایی " سر و کار دارد و جایگاه فیزیکی با " چگونه "

یک طرف افکار شما هستند و طرف دیگر کارهایی که انجام می دهید در زندگی باید تناسبی بین این دو طرف باشد فکر کنید و بگویید که تناسب آموزش و تمرین شما به چه شکل است؟

.....

قشر قدرتمند جامعه به دو گروه تقسیم می شوند. گروهی که به نفع جامعه کار می کنند و گروهی که نمی فوهند عموم مردم از رازهایشان باخبر شوند. ۹۷٪ مردم جهان در فقر و حالتی میمیرند که به هیچ یک از فواسته هایشان نرسیدند. لیستی از فواسته های که در زندگیتان تحقق بخشیدید را ذکر کنید.

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

اگر بخواهیم تناسب آموزش و تمرین را با درصد نشان دهیم، سمت ذهنی ۹۹٪ و اقدامات فیزیکی تنها ۱ درصد اهمیت دارند. حالا با خودتان فکر کنید که شما بیشتر بر روی کدام سمت این تناسب در زندگیتان کار کردید؟

تمام تمرکز خود را بر روی افکارتان بگذارید بر روی "پرای" کار کنید و نه "چگونگی".

چیزی را که در حال حاضر تصمیم دارید در زندگی بدستش بیاورید انتخاب کنید. چقدر انرژی در بخش "چگونگی" برای بدست آوردنش گذاشتید؟ حالا به انرژی و وقتی که بر روی پرای "گذاشتید فکر کنید. آیا نتیجه گرفتید؟ برای تخییر این الگو چه کاری انجام می‌دهید؟

اصل چهارم 4 مرحله برای یادگیری

چهار قدم که شما در هنگام دریافت اطلاعات جدید و یادگیری انجام می‌دهید:

1. ناآگاهی و ناشایستگی: شما نمی‌دانید آنچه را که نمی‌دانید

2. آگاهی و ناشایستگی: می‌دانید که نمی‌دانید

3. آگاهی و شایستگی: می‌دانید که می‌دانید

4. ناآگاهی و شایستگی: می‌دانید و به صورت خودکار انجام می‌دهید

من در موارد زیر در مرحله ناآگاهی و ناشایستگی قرار دارم:

..... (2)

..... (4)

..... (6)

..... (8)

..... (10)

..... (1)

..... (3)

..... (5)

..... (7)

..... (9)

من در موارد زیر در مرحله آگاهی و ناشایستگی قرار دارم:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

من در موارد زیر در مرحله آگاهی و ناشایستگی قرار دارم:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

من در موارد زیر در مرحله ناآگاهی و شایستگی قرار دارم:

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

قدرت تکرار، نظم و مطالعه

فصل دوم کتاب آرزوی تو دستور دوست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

در این فصل درباره اهمیت مطالعه، قدرت تکرار در به کار بردن این دروس در زندگیتان را یاد میگیرید.

۱. تکرار در حالت آگاهی نا شایستگی شما را به نا شایستگی میرساند. آیا شما نظم و مقاومت لازم رو دارید تا به این برنامه ۶ مرتبه دیگر گوش دهید؟ تعداد دفعاتی که شما به این برنامه گوش میدهید را اندازه گیری کنید درباره تجربیات خود که در هر بار گوش دادن بدست می آورید بنویسید.

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

۲. چیزی که سرعت موفقیت شما را به شدت افزایش می دهد معاشرت و تقلید از افراد موفق است که به خواسته هایشان در زندگی رسیده اند. لطفا از همین امروز معاشرت با چنین افرادی را هرطور که شده آغاز کنید.

|.....

۳. دلایل بسیاری برای شکست افراد وجود دارد. یکی از آنها این است که آنها بیش از اندازه بر روی چگونگی تمرکز میکنند. درباره موقعیتی در زندگیتان بنویسید که شما برای انجام کاری بیش از اندازه بر روی "چگونگی" انرژی گذاشته اید.

.....

۴. درباره چیزی که شما در آن بسیار ماهر هستید بنویسید. تکرار و مطالعه و تحقیق چه کمکی در این فرایند داشته است؟

.....

۵. دانستن چیزی و عمل نکردن به آن هیچ فرقی با ندانستن آن ندارد "این جمله برایتان چه مفهومی را می رساند.

.....

۶. نام چهار شخص که شما به آنها احترام می گذارید و می خواهید مانند آنها باشید را ذکر کنید توضیح دهید که چرا می‌خواهید مانند آنها باشید چه چیزی دارند که شما خواهان آن هستید.

..... (2)

..... (1)

..... (4)

..... (3)

فاطره کوین ترودو را درباره درسی که از راهب گرفت گوش دهید: (من از ۱۰۰۰۰ ضربه ای که یکبار تمرین کردی ترسی ندارم، اما از آن یک ضربه ای که ۱۰۰۰۰ بار تمرینش کردی.) چرا این عبارت چه مفهومی برایتان دارد؟

.....

.....

قدرت درون / powerinside.ir

چگونه به هر آنچه که می‌خواهیم دست پیدا کنیم؟

فصل سوم کتاب آرزوی تو دستور توست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

کمی از تاریخ اولین دفعات انتشار رازهای قدرتمندان و ثروتمندان یاد میگیرید گزشته شده است. همچنین شما با اصل پنجم آشنا میشوید که آن اهمیت کار کردن و تکرار مداوم ۴ اصل اول است.

فیلی از افراد در تله " من هنوز در حال یادگیری هستم " می افتند به هیچ وجه این بهانه ها قابل قبول نیستند متما باید آنچه را که یاد میگیرید فوراً به کار بگیرید و عمل کنید آیا شما از شروع این دوره اقدامی کرده اید؟ اگر آنچه را که یاد میگیرید در زندگی به کار نبندید هیچ فایده ای ندارد.

اصل ۵: تسلط به چهار اصل اولیه

۲. اصل پنجم تسلط به چهار اصل اول است تمرکز بر اصول پایه باعث تقویت ریشه هایتان میشود و چیزهایی که یاد فواید گرفت بهتر در ذهنتان جای میگیرند نام ۴ اصل اول بنویسید:

..... (2)

..... (1)

..... (4)

..... (3)

۳. فیلی از افراد میگویند که تمرین باعث تسلط و استادی فواید شد اما من مخالف این مرفم و میگویم که تمرین " صحیح " باعث استادی فواید شد. نظرتان شما چیست؟

.....

۴. ارل نایتینگل در یکی از بهترین سی دی های موفقیتی که در طول تاریخ ضبط شده در دهه ۱۹۷۰ به یک راز اشاره کرد او اسم آن راز را عجیب ترین راز "گذاشت این راز عبارت بود از: "شما آنچه فواید شد که بیشترین زمان به آن فکر میکنید" استدلال شما از این عبارت چیست؟ تا به حال این راز در زندگی شما خود را چگونه نشان داده است؟

.....

۵. در سال ۱۹۷۶ شخصی به نام ناپلئون هیل کتابی به نام قوانین موفقیت در ۱۶ درس "نوشت، و بعد ها نسخه ای فاصله تر از آن را که فقط درباره مسائل مالی بود به نام "بیندیشید و ثروتمند شوید" نوشت. آیا شما اثری از ناپلئون هیل را خوانده اید؟ مداخل یکی از آثار او را بخوانید و نظر خود را راجع به آن بنویسید.

..... (1)

..... (3)

..... (2)

..... (4)

(کتاب قوانین موفقیت در 16 در سایت قدرت درون موجود میباشد)

۶. ناپلئون هیل نقل میکند هر آنچه که ذهن آدمی بتواند باور کند و ایمان بیاورد پس می تواند بدستش آورد این حقیقت چگونه خود را در زندگی شما نشان داده است؟

.....

.....

.....

۷. کتاب راز اولین کتابی بود که قانون جذب را برای عموم علنی کرد اما عامه مردم صحت آن را زیر سوال بردند همانطور که نتیجه آنها از کتاب های ناپلئون هیل زیر سوال رفته بود علتش این بود که بعضی از نکات کلیدی و راز های اصلی از این کتاب ها بیرون کشیده شده بودند این نکات کلیدی چه هستند؟

.....
.....
|.....

۸. هر آنچه که شما در زندگی می خواهید تا زمانی که به آن باور دارید آن چیز اتفاق می افتد چقدر این جمله را قبول دارید؟ چه ذهنیتی را جمع به این جمله دارید؟

.....
.....
|.....

۹. توماس ادیسون مخترع بزرگ تاریخ بشر گفته بود " مغز انسان همواره در حال ارسال فرکانس است. این عبارت برای شما چه معنی دارد؟ آن را در زندگیتان به کار ببندید.

.....
.....
|.....

۱۰. مغز شما قدرتمندترین ارسال کننده و دریافت کننده اطلاعات است. شما چه چیزی را می‌خواهید به جهان ارسال کنید؟ آنچه را که می‌خواهید به جهان ارسال کنید بنویسید.

.....

.....

|.....

۱۱. هر فرکانسی که شما ارسال می‌کنید، دقیقاً همان فرکانس مثل آهن ربا به سمت شما برمیگردد این یک قانون کیهانی است چه افکاری به جهان هستی ارسال کرده اید که به نتایج کنونی شما منجر شده است؟

.....

.....

|.....

۱۲. چه چیزهایی را می‌خواهید در زندگی عوض کنید؟ آنها را ذکر کنید و ابهامی که درباره تخییر دارید.

.....

.....

|.....

۱۳. آیا شما برای تغییر در زندگی آماده هستید؟ درباره هر ترس بنویسید.

.....

.....

|.....

۱۴. آیا شما در حال تجربه چیزی در زندگی هستید که فکر میکنید حق شما نیست؟ در اکثر اوقات این چیزی است که منصفانه به نظر نمیرسد. به عمق خود نگاه کنید و کشف کنید که کدام بخش از وجودتان باعث جذب آن چیز شده است؟ با خودتان روراست باشید و مواظب باشید که خودتان را به عنوان یک قربانی نبینید.

(افکارتان را بنویسید)

.....

.....

|.....

powerinside.ir

چهار قانون انرژی و ارتعاش

فصل چهارم کتاب آرزوی تو دستور دوست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

چهار قانون انرژی و ارتعاش

1. همه چیز با یک فرکانس خاص در حال ارتعاش است.
 2. مغز شما ارسال کننده و دریافت کننده انرژی است.
 3. شما توانایی این را دارید که هر چیزی را که اراده میکنید به جهان ارسال کنید، با فرکانسی که شما انتخاب میکنید.
 4. قانون جذب تنها فوبی ها برای شما جذب نمیکند.
- در طول تاریخ قدرتمندان جامعه را حاکمان و خانواده های سلطنتی، یا کسانی که بیزینس های میانی جهان را کنترل میکنند تشکیل میداند آنها باور داشتند که به صورت ژنتیکی برنامه ریزی شده اند که نسبت به عامه مردم برتر باشند و بر آنها حکومت کنند.
- آنها با عامه مردم رفت و آمدی نداشتند و ازدواج و تولید نسل نمیکردند آنها باور داشتند که دی ان ای آنها در سطح بالاتری نسبت به عامه مردم در حال ارتعاش است آیا شما با این ها آشنا هستید؟ لیستی از مواردی که مشاهده کرده اید را ذکر کنید.

.....

.....

آیا تا حالا تجربه بودن در یک مکان رویایی را داشته اید؟ این مکان ها را در عکس ها پیدا کنید و خود را در آنها تصور کنید. دچار چه افکار و احساساتی میشوید؟ آیا باور دارید که

میتوانید آن را بدست آورید؟ آیا مانعی هنگامی که این تمرین را انجام می‌دهید برایتان وجود دارد؟

.....
.....

اولین راز درباره انرژی و فرکانس: همه چیز با یک فرکانس خاص در حال ارتعاش است همه چیز انرژی است.

.....
.....

در یک دوره از تاریخ باور مردم بر این بود که همه چیز بر روی زمین از اتم تشکیل شده است آنها به عنوان کوچکترین ذرات زمین شناخته میشدند بعدها کشف شد که الکترون ها در مداری دور هسته در حال چرخش هستند سوال اینجا است که چه چیزی این الکترون ها را دور هسته نگه میدارد؟ دانشمندان دریافتند که انرژی، ارتعاش با فرکانس باعث چرخش الکترون ها دور هسته هستند در حقیقت همه چیز در جهان از اتم های یکسانی تشکیل شده است فقط ترکیب فرکانسی هر کدام با دیگری متفاوت است چه احساس و افکاری درباره این حقیقت دارید؟

.....
.....

دومین راز: این است که مغز شما یک فرستنده و دریافت کننده فرکانس است. مغز شما توان این را دارد که هر فرکانسی را که شما اراده کنید به جهان بفرستد دربارہ موقییت های بنوسید که شما درمال فکر کردن به چیزی بودید و آن چیز به طور اتفافی در همان جا رخ داده است.

سومین راز : شما قادر به ارسال هر چیزی به جهان با هر فرکانسی که میفواهید هستید . به عنوان مثال شما میتوانید فرکانس با قدرت پایین و با فرکانسی پر قدرت و پارانژی به جهان ارسال کنید فرکانس های که توسط مغز شما ارسال میشوند هزاران برابر قویتر و پیشرفته تر از فرکانس های هستند که توسط رادیو ها و دیگر تکنولوژی ها ارسال میشوند دربارہ فواسته های که شما در طول زندگیتان فواستید ممقق کنید فکر کنید و بگوید که سیگنال های که به جهان میفرستادید بقدر قدرتمند بوده اند؟ چه کاری میتوانید انجام دهید تا آن سیگنال را قویتر کنید؟

فرکانس هایی که شما ارسال میکنید در یک لمظه با قدرتی یکسان تمام جهان را طی میکنند. هیچ فرقی نمیکند که چیزی در فاصله نزدیک رو به روی شما باشد یا آن طرف دنیا مالا با دانستن این اصل دیدگاهتان درباره قدرت افکار و احساساتتان چه تغییری کرد؟

.....

.....

.....

دانشمندان آزمایشی انجام داده اند که در آن، آنها درحالی که به طلا نگاه میکردند در حال فرستادن ارتعاش با ذهن خود بودند. در نتیجه مشاهده شد که ارتعاش طلا تغییر کرد. مالا که میدانید مغز شما قدرت مغناطیسی دارد طرز نگاهتان به اشیا و چیزهای مادی چه تغییر میکند؟

.....

.....

.....

چهارمین راز: قانون جذب این قانون بر همه قوانین مادی دیگر مقدم است. این قانون میگوید که شما هر ارتعاشی که ارسال میکنید ارتعاشات مشابه را جذب میکند. کتاب

های بخواهید تا به شما داده شود و "راز" را بفوانید. چه قدم های دیگری برمیذارید تا بیشتر درباره قانون جذب یاد بگیرید؟

.....
.....

چه ارتعاشاتی به جهان ارسال کردید که برایتان کار کرده است؟ لیستی تهیه کنید.

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

چه ارتعاشاتی تا به حال به جهان ارسال کرده اید که برایتان کار نکرده است؟

- | | |
|------------|-----------|
| (2) | (1) |
| (4) | (3) |
| (6) | (5) |
| (8) | (7) |
| (10) | (9) |

نکته اساسی قدرت و شدت ارسال فرکانس شما است. اگر شما میفواهید که چیزی را در زندگی بدست بیاورید باید ارتعاش آن چیز را به طور مداوم و با قدرت هرچه تمامتر به جهان ارسال کنید. درباره چیزی که میفواهید در زندگی بدست بیاورید فکر کنید. نمره ای به میزان قدرت ارتعاشات خود درباره آن چیز بدهید. با چه قدرتی ارسال میکنید؟

.....
.....

چند مدت است ارسال میکنید؟

.....
|.....

powerinside.ir

احساس خودت رو خوب کن!

فصل پنجم کتاب آرزوی تو دستور توست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

در این بخش شما بعضی از کلیدی ترین اصول برای جذب و تحقق فواسته ها بدست میاورید.

اینکه شما همواره احساس خوبی داشته باشید خیلی مهم است هیچ فرقی نمیکند که شرایط چگونه است شما باید احساساتان خوب باشد .

این سه چیز را همیشه به یاد داشته باشید:

1. اشتیاق سوزان برای دستیابی به فواسته تان داشته باشید
2. تاجایی که میتوانید احساساتان را در فواسته خود تزریق کنید
3. همیشه در محدوده شیرین باشید

"چیزی که شما قصد بدست آوردن آن را دارید آن هم قصد دارد تا شما مالک آن باشید تنها کافی است فعالش کنید تا به سمت شما با سرعت بشتابد." زمانی که شما این گفته کوین ترودو را شنیده اید چه افکار و احساساتی به ذهنتان آمد؟

.....
|.....

نابلئون هیل میگوید : "شما باید هدف خود را مشخص کنید و اشتیاقی سوزان برای بدست آوردن آن داشته باشید" اولین چیزی که نیاز دارید این است که احساساتان خوب باشد.

همین الان احساساتان چگونه است؟ به خودتان نمره بدهید (از ۱ تا ۱۰)

.....

|.....

هدف همیشگی شما باید این باشد که همین حالا در این لحظه احساساتان خوب باشد و هر لحظه بهترش کنید. آیا شما فکر میکنید که از پس این کار برآیید؟

.....

|.....

شما برای انتخاب هدف سه گزینه دارید. اولین راه این است که دقیق آن را مشخص کنید. دومین راه این است که چیز کلی انتخاب کنید. سومین گزینه هم این است که اصلاً چیز به خصوص یا کلی انتخاب نکنید و تنها هدفتان داشتن احساس خوب باشد. کدام گزینه از موارد بالا احساس خوبی به شما میدهد؟

گزینه.....چون:.....

.....

.....

زمانی که شما به یک مرسدس بنز مشکلی فکر میکنید مخزتان فرکانس آن مرسدس بنز را ارسال میکند زمانی که شما فقط مرسدس بنز را میخواهید "یک فرکانس ضعیف به جهان

ارسال میکنید"

نکته کلیدی اینجاست که باید یک احساس عمیق اشتیاق سوزان برای آن داشته باشید. با کلمات خود فرق بین "خواستن" و "اشتیاق سوزان" را بیان کنید.

.....

.....

ممکن است که شما این فکر در سرتان بگذرد که چگونه میخواهید پول یک بنز را تهیه کنید؟ اگر همین فکری دارید باید بدانید که در طرف نادرست تناسب فکر و عمل قرار دارید. شما به چگونگی "فکر میکنید که انرژی اشتیاق سوزان شما را میگیرد. تا یک هفته آینده دقت کنید که چند بار با خود میگویید که من نمیتوانم پول ... فراهم کنم. "چقدر این افکار به ذهنتان میایند؟

.....

.....

زمانی که شما افکار منفی میکنید در حال ارسال فرکانس ضد خواسته خود هستید. این یک تله ذهنی است. یک فکر منفی و مانع را که هم اکنون دچار آن هستید توصیف کنید.

.....

.....

شما باید اشتیاق زیاد به همراه باور داشته باشید. اولین قدم این است که احساسات خوب باشد. شما باید از احساساتتان به عنوان راهنما استفاده کنید.

.....

.....

فرض کنید هم اکنون ۱۰۰ میلیون دلار پول دارید لیستی از چیزهایی که اگر این پول را داشتید هزینه میکردید تهیه کنید.

.....

.....

.....

.....

۱۰. به هر کدام از مواردی که نوشتید توجه کنید مقدار باور دارید که هرکدام از مواردی که ذکر کرده اید را میتوانید بدست بیاورید. از ۱ تا ۱۰ میزان هرکدام را مشخص کنید (۱

(یک یعنی به هیچ وجه نمیتوانید بدست بیاورید ۱۰. یعنی ۱۰۰٪ مطمئنید که بدست

میاورید)

.....

.....

.....

.....

چند مورد از آنها نمره ۱ دارند؟ کدام یکشان نمره ۱۰ دارند؟

تعداد و نام خواسته هایی که نمره ۱ دارند:

تعداد و نام خواسته هایی که نمره ۱۰ دارند:

دیگر به آن هایی که هستند فکر نکنید تمام تمرکز خود را صرف ۱۰ ها کنید به چگونگی مسیر و رسیدن به خواسته فکر نکنید شما نمیدانید که چگونه آنها محقق میشوند فقط میدانید که قطعا میشوند آیا فکر میکنید که قدرت این را داشته باشید که به هیچ وجه به چگونگی خواسته هایتان فکر نکنید؟

شما زمانی میفهمید که در محدوده شیرین " خود هستید که به خواسته خود تمرکز میکنید و احساس خوبی دارید. این زمانی اتفاق می افتد که شما اشتیاقی سوزان داشته باشید و باور داشته باشید که آنچه را میخواهید قطعا بدست خواهید آورد. " ۱۴. بخواهید تا به شما داده شود. شما چیزی نمیگیرید چون چیزی در خواست نمیکنید " چقدر از زمانتان را صرف درخواست برای خواسته تان میکنید؟

.....
.....
.....
.....

یک کتاب رویاها "تهیه کنید. این یک کتاب است که دارای صفحات سفید خالی میباشد و شما هرگاه فواسته ای درونتان شکل گرفت، آن فواسته را در کتاب رویاهایتان مینویسید. سپس هر از چند گاهی لیست خود را مرور کنید و مشخص کنید که کدام یک از فواسته هایتان در شما اشتیاقی سوزان ایجاد میکند و سپس میزان باور به آن فواسته را مشخص کنید سپس روی آنچه میفواهد تمرکز کنید و باور کنید که آن را بدست فواهد آورد

.....
.....
.....

قدرت شگفت انگیز بیخیالی

فصل ششم کتاب آرزوی تو دستور دوست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

این نکته فیلی کلیدی است که به چگونگی خواسته خود فکر نکنید.

که البته این کار آسان نیست و نیاز به تمرین زیادی دارد.

زمانی که احساسات و افکار تان با خواسته تان یکی میشوند خواسته تان محقق میگردد.

اصلاً نگران " چگونگی " نباشید چه گام هایی میتوانید بردارید تا احساسات و افکار تان را با خواسته خود هماهنگ کنید؟

.....
.....
.....

شما در این جلسه سه تکنیک برای تمرکز بر روی خواسته را یاد گرفتید بهترین آنها این بود که هیچ چیز مشخصی نخواهید و به خداوند و کائنات اجازه دهید آنچه را که بهترین احساس را به شما میدهند در زندگیتان وارد کند

دومین تکنیک قدرتمند برای تمرکز این است که بر روی کلیات " تمرکز کنید.

سومین روش ، تمرکز بر روی خواسته های جزئی است.

شما ممکن است که به فانه مخصوص فکر کنید که داشته باشید اما ممکن است که فانه بهتری وجود داشته باشد که برای شما فیلی بهتر باشد اما در دید شما نباشد جهان و کائنات برای شما گزینه هایی روی میز دارد که شما از آنها بی اطلاعید دربارہ یکی از تجارب خود بنویسید که شما چیزی را در زندگی میخواستید اما آنطور که شما خواسته بودید محقق نشد.

.....
.....
.....

آیا تا به حال تجربه چیزی را داشته اید که در ابتدا بنظر میرسید که به ضررتان باشد اما سپس معلوم شد که برایتان خیر بوده است؟

.....

.....

.....

نگران زمان تحقق رویاهای خود نباشید. فکر درباره زمان باعث ایجاد استرس و فشار میشود.

.....

.....

.....

موفقیت در زندگی تنها به اندازه یک تصمیم با شما فاصله دارد چه افکار و احساساتی دارید هنگامی که به این جمله فکر میکنید؟

.....

.....

زمانی که شما بر روی احساسات منفی تمرکز دارید موارد منفی را به زندگی خود جذب میکنید برای ۲۴ ساعت آینده هر فکر و احساس بدی که به سراغتان آمد را بنویسید.

.....

.....

.....

.....

.....

شما آنچه را که بیشترین زمان به آن فکر میکنید دریافت خواهید کرد اگر شما به آنچه نمیخواهید فکر کنید آن را هم دریافت میکنید. چیزهایی را که نمیخواهید بنویسید.

.....
.....
.....

در گذشته به شما آموزش داده شده است که شما مسئول زندگی خود نیستید صامبان قدرت میخواهند که مردم باور کنند که آنها هیچ تسلطی در زندگی خود ندارند آنها میفهند شما باور کنید که دولت ها، بانک ها، اقتصاد، خانواده و بقیه عامل مشکلات زندگی شما هستند این باور ها به شما احساس قربانی بودن میدهد شما احساس ناتوانی میکنید و دیگر انرژی برای بالا آمدن صرف نمیکنید لیستی از مواردی که شما تا قبل از الان مسئول مشکلات خود میدانستید را تهیه کنید.

- دولتها :
- بانکها :
- شرکتهای :
- اقتصاد :
- دوستان :
- خانواده :
- مدرسه :
- غیره :

زمانی که شما متوجه میشوید که مسئول تمام اتفاقات زندگی خود هستید چه مثبت و چه منفی میتوانید مقصد خود را مشخص کنید .

انتخاب میکنید چه فرکانسی ارسال کنید تا چه نتیجه ای دریافت کنید درباره موقعیتی بنوسید که توانستید یک موقعیت منفی را به نفع خود تخریب دهید.

آسان ترین روش برای ایجاد اشتیاقی سوزان این است که شک و تردید اینکه به خواسته خود برسید را کاهش دهید باور در برابر تردید با افزایش باورتان، شک و تردید خود به خود کاهش پیدا میکند فرکانس مثبتتان افزایش پیدا میکند از این به بعد افکار و احساساتتان را از شک تردید به باور تخریب دهید.

اگر بتوانید به همه چیز از زاویه دید درستی نگاه کنید در نهایت به نفعتان تمام میشود به موقعیت های گذشته تان فکر کنید که فاجعه بنظر میرسیدند و در نهایت به نفعات رقم خوردند.

هرگاه که شما افکار مثبت میکنید توده افکار مثبتتان مثل یک توده برفی بزرگ و بزرگتر میشود و در مقابل توده افکار منفی مداوم کوچکتر میشود . اگر به طور مداوم ادامه دهید در نهایت توده افکار مثبتتان از منفی بزرگ تر میشود و آن لحظه است که معجزه در زندگیتان

اے میڈھ و دست به هرچی بزئید تبدیل به طلا میشود ۱۵ فکر میکنید نسبت افکار منفیتان
به مثبتتان چقدر است؟ (از ۱ تا ۱۰ مشخص کنید)

.....

.....

قدرت درون / powerinside.ir

رهکارها و تمرین هایی برای افزایش انرژی و ارتعاش

فصل هفتم کتاب آرزوی تو دستور توست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

در این بخش شما آموختید که چگونه در هر لحظه احساس خوبی داشته باشید. به شما لیستی از تکنیک های قدرتمند داده شد تا بتوانید همه جوانب زندگی خود را ارتقا دهید. اجرای این تکنیک ها فرکانس انرژی شما را افزایش میدهد، طوری که شما فراوانی و لذت بیشتری را تجربه خواهید کرد.

شما باید توده انرژی منفیتان را که در طول زندگی آن را ساخته اید کوچک و کوچک تر کنید. یکی از بهترین روش ها برای این کار این است که تمرکزتان را تخییر دهید. زمانی که احساسات زیادی به یک فکر می دهید، قدرت و شدت آن فکر افزایش میابد. شما باید همیشه به برنامه های صوتی مثبت و سازنده گوش دهید. شما باید کتاب های موفقیت و باکیفیت و عالی بخوانید و همچنین باید با افراد موفق و مثبت معاشرت داشته باشید کدام یک از این سه تکنیک را شما در حال حاضر استفاده میکنید؟

.....
.....
کارهایی که میتوانید انجام دهید تا احساساتان هم اکنون بهتر شود:

1. خوردن غذاهایی که تا حد الامکان به صورت طبیعی تولید شده است
2. خوردن غذاهای ارگانیک
3. خوردن سبزیجات تازه و ارگانیک
4. خوردن میوهات ارگانیک
5. خوردن انواع گوشت مرغ، ماهی و بوقلمون به صورت ارگانیک

6. خوردن سه وعده غذایی در روز
7. خوردن میوه تازه در هر روز
8. از شیرینیجات مصنوعی دوری کنید
9. از نوشابه های گازدار بپرهیزید
10. از خوردن مواد شیمیایی و مصنوعی پرهیز کنید
11. از تمام گروه های معدنی و غذایی در وعده های خود استفاده کنید
12. سمومی از قبیل جیوه، کلرین و فلوراید را از بدنتان پاکسازی کنید
13. از مصرف دارو های صنعتی تا حدالامکان بپرهیزید خود را تا حد امکان کمتر در نزدیکی امواج ماهواره ها، گوشی های همراه، رادیوها و امواج الکترومغناطیسی دیگر قرار دهید.
14. به بیرون بروید و در زیر آفتاب یک ساعت قدم بزنید
15. به چیزهای دوری نگاه کنید که احساساتان را بهتر میکند
16. هر روز کتاب های انگیزشی و مثبت بخوانید
17. به سی دی های انگیزشی گوش دهید
18. به یک جمع با باشگاه بپیوندید
19. در سمینارها شرکت کنید
20. به موسیقی مورد علاقتان گوش دهید
21. کسی را که دوست دارید بغل کنید
22. بخنید و شوخی کنید
23. لبخند بزنید

24. یک ماساژ آرامشبخش داشته باشید

25. به سونا بروید

26. یک میوان فانگی اختیار کنید

27. برقصید

28. نقاشی کنید

29. آشپزی کنید

30. یک آلت موسیقی بنوازید

31. یک گل یا درخت بکارید

رویا سازی خیلی مهم است عکس هایی از چیزهایی که میخواهید داشته باشید تهیه کنید و به آنها نگاه کنید خودتان را در آن تصویر قرار دهید عکس هایی از خانه های گرانقیمت، ماشین، جواهر و هرچیزی که شما میخواهید تهیه کنید.

در روز حداقل ۳۰ دقیقه این کار را انجام دهید

• موقع نگاه کردن به آنها چه احساسی دارید؟

• چه احساسی دارید هنگامی که خود را در تصویر قرار میدهید؟

هرچه به آن چیزی که میخواهید بدست بیاورید نزدیک تر شوید بهتر است آن ماشینی که میخواهید بخرید امتحانش کنید یک خانه باشکوه را که میخواهید داشته باشید بروید و مسش کنید.

شما شاید در طول پروسه احساس افسردگی کنید. این احساس به این برمیگردد که شما فکر میکنید که نمیتوانید آن چیز را بدست بیاورید. نگران نباشید. هرچه بیشتر از سی دی

ها، تصاویر مثبت استفاده کنید و با افراد مثبت معاشرت داشته باشید توده منفیتان کوچک تر میشود .

هر روز تمرین شکرگزاری را انجام دهید صبح به محض بیدار شدن و شب قبل از خواب از خود بپرسید که به خاطر چه چیزهایی سپاسگزارید؟ آنها را روی کاغذ بنویسید همین الان امتحان کنید.

.....
.....
مهمترین وظیفه و کاری که میتوانید انجام دهید این است که در لحظه احساسات فوب باشد . همه تکنیک هایی که در این جلسه یاد گرفته اید را بکار گیرید تا احساسات بهتر و بهتر شود این کار را حداقل تا ۲۱ روز انجام دهید پروسه پیشرفت خود را در این ۲۱ روز زیر نظر داشته باشید.

یک تابلوی آرزوها تهیه کنید و آن را در محل کارتتان و خانه تان نصب کنید . عکس چیزهایی را که میخواهید داشته باشید بر روی آن بچسبانید . عکس خودتان و اعضای خانواده تان را هم به عکس اضافه کنید تا تاثیرش بیشتر شود.

تصاویر و عبارات های تاکیدی مربوط به خواسته تان را در جاهایی که زیاد چشمتان به آنها میخورد را بچسبانید مثل جاسویچی، اتاق خواب، اتاق کار و سقف اتاق خواب . هرچه بیشتر به آنها نگاه کنید بهتر است

لیستی از عبارات های مثبت و تاکیدی تهیه کنید:

.....

باورهای شما واقعیت شما را میسازند

فصل هشتم کتاب آرزوی تو دستور توست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

در این جلسه قدرت افکار و احساساتان بیان میشود

اگر شما تکنیک های این برنامه را درست اجرا کرده باشید فواسته هایتان محقق می شود .
آنها محقق میشوند زیرا شما باور دارید که میشوند
میزان باورتان چقدر است؟

چقدر باور دارید که با استفاده از این تکنیک ها به فواسته هایتان برسید؟

.....

زمانی که شما از این تکنیک ها به درستی استفاده کنید خود به خود میخواهید که اقدام کنید .اگر شما از کارها و اقدام هایی که انجام میدهید لذت نمیبرید نتیجه ای نخواهند داشت .اگر شما دچار همچین حالتی هستید استراحت کوتاهی بگیرید و دست از کار بکشید .
ابتدا احساساتان را خوب کنید.

این کار را تا آخر عمرتان انجام دهید.

هرگاه درباره کاری که میکنید احساس بدی داشتید دست از کار بکشید و روی احساساتان کار کنید.

به همه چیزهایی که امروز میگویید دقت کنید .

آیا کلماتی که از دهان شما بیرون می آیند مثبت هستند یا منفی؟

بعد از انجام این تمرین چه چیزی درباره خود فهمیدید؟

بنویسید:

.....

.....

این ها بعضی از عبارات هایی هستند که باید از آنها در طول روز استفاده کنید:

• همه چیز به نفع من پیش میرود .

• من خوش شانسم .

• من دوست داشتنی هستم .

• این اتفاق در ظاهر منفی بنظر میرسد اما همه چیز در نهایت به نفع من کار میکند.

• برای من همواره معجزه اتفاق می افتد همه چیز در نهایت به نفع من تمام میشود.

برای تحقق سریع خواسته تان باید به جهان اجازه دهید خودش کنترل اوضاع را در دست بگیرد و با بهترین روش و در بهترین زمان کارها را برای شما درست کند شما باید از " چگونگی " و " چه زمانی " خلاص شوید.

زمانی که شما با نافواسته ای روبه رو میشود موقعیتی عالی پیش می آید تا به طور مشخص و قوی بر روی خواسته تان تمرکز کنید . آیا قبلا این کار را انجام داده اید؟

.....
.....

اگر شما دائما افسرده هستید و افکار منفی دارید به این علت است که افکار غالب شما یا همان توده منفی بزرگتر از توده مثبتتان است.

این چنین شما قادر نخواهید بود که بر روی آنچه میخواهید تمرکز کنید شما ارتعاش من آن را ندارم " را میفرستید.

چه قدم هایی میتوانید بردارید تا این احساس افسردگی را برطرف کنید؟

.....
.....

نگرانی یک ارتعاش ضد فواسته است. زمانی که شما نگران هستید دارید فکر میکنید که خدا نکند چیزی که نمیخواهید اتفاق بیفتد. لیستی از چیزهایی تهیه کنید که شما دائماً درباره آنها نگران هستید:

.....
.....

جمله ای درباره همه نگرانی هایتان بنویسید که آن را توصیف میکند سپس آن را به یک جمله مثبت تبدیل کنید .

مثل : هم اکنون من بدهی زیادی دارد و پول زیادی هم در اختیار ندارم با این جمله جایگزین کنید : من هیچ نمیدانم چگونه از این بدهی بیرو بیایم و پول بیشتری بدست بیاورد اما میدانم که خداوند و جهان راهی به من نشان خواهند داد . نمیدانم چگونه اما ایمان دارم که اینچنین خواهد بود.

از کلامتان هوشمندانه استفاده کنید از آنها برای تخییر افکار و احساساتان استفاده کنید اگر حالتان بد بود لازم نیست که به خود دروغ بگویید . مثلاً میتوانید بگویید که " من الان اصلاً سالم خوب نیستم اما دارم روی خودم کار میکنم هر لحظه احساسم بهتر و بهتر میشود "

یک فواسته تان را مشخص کنید

از خودتان بپرسید که چرا آن را میفواهید؟

به عنوان مثال شما شاید بگویید که یک ساعت زیبا و گرانبه میفواهید چون که آن ساعت بسیار جذاب و زیباست اگر عمیق تر وارد فواسته تان شوید میبینید این ساعت را میفواهیم چون بسیار کمیاب است و افراد با دیدن آن نظر مثبتی نسبت به من فواهند داشت "عمیق تر که بروید میبینید این ساعت به من احساس خوبی میدهد و باعث میشود مردم به من به چشم یک فرد خاص و ثروتمند نگاه کنند " در نهایت پی بردید که شما میفواهید احساس خاص بودن، قدرت و موفقیت کنید شما شاید متی اصلا ساعت خاصی هم نیاز نداشته باشید جهان شاید گزینه بهتری برای شما دارد تا شما را به فواسته مقیقتان برساند

بهتر است که فواسته تان را اینطور مطرح کنید " من میفواهیم که خاص، قدرتمند و موفق باشم "

حالا شما یک فواسته خیلی جزئی خود را مشخص کنید مثل الان آن را تجزیه کنید تا به هسته برسید

سپس آن را در کنار فواسته خود یا جایگزین آن استفاده کنید.

زمانی که شما فواسته و آرزویتان را در یک کامپیوتر با تلفن همراه وارد میکنید یک موقعیت استثنایی را از دست میدهید

با نوشتن فیزیکی نورون های شما فعال میشوند و احساس بهتری پیدا میکنید و همچنین تمرکز بیشتری خواهید داشت . همیشه کاغذ و قلم آبی همراه خود داشته باشید . همه خواسته ها و اهداف خود را بنویسید

زمانی که شما این تکنیک ها را به خوبی در زندگیتان اجرا میکنید قادر خواهید بود که آینده را پیش بینی کنید . زیرا شما آینده را خلق میکنید . آیا تاکنون چیزی را پیش بینی کرده اید که اتفاق بیفتد و اتفاق افتاده باشد؟ آیا به نقش خود در خلق آن پی بردید؟

.....

.....

.....

.....

"زمانی که شاگرد آماده باشد، استاد خودش میاید"

درباره این عبارت فکر کنید و نظراتان را درباره آن بگویید.

.....

.....

درباره موقعیتی فکر کنید که شما سعی داشته اید چیزی را بدست آورید و احساس عجله و استرس داشته اید . فروچی کار چگونه بوده است؟

.....

.....

یک مروری بر روند چگونگی تمقق یک فواسته:

1. باید دقیقاً تعیین کنید که چه چیزی را میخواهید (جزئی، کلی یا فقط احساس خوب)
2. فواسته هسته ای و عمقی خود را شناسایی کنید
3. احساس خوبی داشته باشید هنگامی که به فواسته تان فکر میکنید
4. یک بازه زمانی برای آن مشخص نکنید
5. احساس داشتن آن را کنید طوری که انگار هم اکنون صاحب آن هستید
6. احساساتتان را نظارت کنید

آیا شما این قدم ها را برداشتید؟ اگر مشکلی در این روند داشته اید مشکلاتان کجا بوده است؟

.....

.....

همه چیزهای مادی که در زندگی میخواهید اهمیت ندارد زندگی همش درباره احساس خوب داشتن است بر روی نکات قوت و خوب زندگی کنونی تان تمرکز کنید

.....

.....

انتخاب هدف با چشم انداز عمیق

فصل نهم کتاب آرزوی تو دستور توست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

تکنیک های مختلفی برای بدست آوردن پول در زندگی وجود دارد.

شما باید در زندگی پول بخواهید. مقدار پولی که میخواهید باید احساساتان را خوب کند. چه

مقدار پول میخواهید داشته باشید و چرا؟

.....
.....

خوستانه ها و اهداف مالی خود را بنویسید.

.....
.....

مالا به نوشته های قبلی خود دقت کنید و بگویید که آیا خوستانه تان را در حالت مثبت نوشتید یا منفی؟ اگر نه آن را اصلاح کنید

.....
.....

شما باید یک هدف اصلی در رابطه با پول داشته باشید شما باید با آن مقدار پولی که میخواهید داشته باشید احساس عمیقی داشته باشید اینطوری افکارتان قدرت و شدت میگیرند سپس آن پول در زندگیتان آشکار میشود آیا شما هم اکنون تمرکز اصلی در رابطه با پول دارید؟ آن چیست؟ چقدر تمرکز و انرژی برای آن صرف میکنید؟

.....
.....
.....
.....

اندره کارنگی (بنیان گذار صنعت فولاد آمریکا و مربی ناپلئون هیل) اصلا تلاش فیزیکی برای کسب و کارش نمیکرد اما همچنان ثروتمندترین شخص روی زمین بود او کل تابستان را به تعطیلات میرفت آیا شما باور دارید که برای بدست آوردن ثروت باید تلاش فیزیکی زیادی کنید؟

شما به (رازهای میلیاردرها) پی بردید
این هفت راز عبارت بودند از:

1. راز اول: تعهد مقدم است بر تمصیلات برای ثروتمند شدن نیاز به هوش بالا نیست.
2. راز دوم: شناس خودتان را خلق کنید
3. راز سوم: ریسک کنید، اما هوشمندانه
4. راز چهارم: بازار کارتان را مثل کف دستتان بشناسید
5. راز پنجم: در زمان درست در مکان درست حضور داشته باشید
6. راز ششم: به صورت مستمر تمرکز کنید و کار کنید
7. راز هفتم: اصلا بخاطر پول نیست. همش به خاطر احساسی است که داریم

دیدگاه های خود را نسبت به هر یک از هفت راز بالا ذکر کنید:

راز اول

راز دوم

راز سوم

راز چهارم

..... راز پنجم

..... راز ششم

..... راز هفتم

بیل گیتس دید عمقی و پیشبینی آینده را به عنوان یکی از نکات کلیدی موفقیتش ذکر میکند او زمانی که جهان موقعیت ها را برای او فراهم میکرد اقدام میکرد به زندگی خود نگاه کنید آیا موقعیتی در زندگیتان بوده است که جهان موقعیتی را برایتان فراهم کرده بوده اما شما اقدامی نکرده اید و بعدا پشیمان شده اید؟

.....
زمانی که شما تمرکز خود را بر روی پولی که میخواهید میگذارید جهان شرایط، اتفاقات و آدم هایی را پیش روی شما میگذارد تا به خواسته تان برسید. در اینجا چند نکته هست که باید به آنها توجه کنید: اگر شما کارمند هستید و برای کسی کار میکنید در مقدار پولی که میتوانید بدست آورید محدود هستید. شغلتان چیزی نیست که رویش برای بدست آوردن پول باید تمرکز کنید. تمرکز شما بهتر است روی کسب و کار مستقل خود یا شرکت خودتان باشد.

دو راه برای خلق ثروت دارید:

1. شما برای پول کار کنید

2. پول برای شما کار کند

شما باید از بدهی فلاص شوید. بدهی باعث درگیری ذهنتان میشود ۱۰٪ هر پولی را که بدست می آورید ذخیره کنید و برای سرمایه گذاری نگه دارید به مقدار مالیاتی که باید بپردازید کاهش دهید.

بر روی شخصیت خود کار کنید:

- یک شخصیت جذاب و کاریزماتیک داشته باشید
- مهارت های ارتباط، مذاکره و فروش خود را تقویت کنید
- کمتر حرف بزنید و بیشتر گوش دهید
- سوالات خود را به صورت چرا، چگونه، چه چیز، کی، کجا و چه کسی بپرسید
- اولویت های خود را مدیریت کنید (مدیریت زمان)
- هر روز کتاب بخوانید. هر روز به فایل های صوتی گوش دهید
- در سمینار های زنده شرکت کنید
- با افراد موفق معاشرت داشته باشید

ده سال از الان درآمد شما میانگین درآمد ۵ نفر از بهترین دوستانتان خواهد بود. همیشه دوستان خود را با دقت و تفکر انتخاب کنید با افرادی دوست شوید که از نظر مالی در سطحی بالاتر از شما قرار دارند گوش دهید که آنها چه میگویند از آنها یاد بگیرید و تقلید کنید. مشخصه دوستانی که شما برای پنج سال آینده میخواهید داشته باشید را توصیف کنید.

چگونه به موفقیت دست پیدا کنیم؟

فصل دهم کتاب آرزوی تو دستور توست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

یک نکته کلیدی در این جلسه این است که موفقیت تنها یک قدم فاصله دارد.
شما همچنین یاد گرفتید که تمرکز هسته مرکزی رسیدن به خواسته های مالی است.
تعیین هدف مانند کاشتن یک درخت است. شما باید آن را بکارید به آن رسیدگی کنید و
مواظبش باشید.

برای دستیابی به اهدافتان باید مراحل زیر را طی کنید:

1. همه اهدافتان باید برایتان قابل دسترسی باشد زمانی که شما ارتعاش مثبت
میفرستید میبینید که شرایط، موقعیت ها، فرصت ها و افراد در زندگیتان پیدا
میشوند که شما راه به خواسته تان می‌رسانند
2. هر زمان احساس بدی داشتید فوراً حالت فیزیکی خود را تغییر دهید شانه هایتان را به
عقب ببرید فنده بر روی لب داشته باشید آهنگ بخوانید و یا متی برقصید.
3. تنها به آنچه می‌خواهید فکر کنید این هدف اصلی شماست

توماس ادیسون ۱۰۰۰۰ بار تلاشی که برای ساختن لامپ الکتریکی کرد را به عنوان
"شکست" توصیف نکرد. او از آنها به عنوان " با موفقیت ۱۰۰۰۰ راه پیدا کردم که هدفم
منجر نمیشد پیدا کردم " یاد میکند. شما چگونه این دیدگاه را میتوانید در زندگیتان اجرا
کنید؟

.....
.....
.....

شما باید بتوانید احساسات خود را در شرایط سخت مدیریت کنید باید ظرفیت نقد را داشته باشید شما چه واکنشی نشان میدهید اگر کسی شما را نقد کند؟ آیا با روی باز برخورد میکنید یا به خود میگیرید؟

.....
.....
.....

در چه زمانی باید تمرکز هدف را متوقف کنم و بر روی چیز دیگری تمرکز کنم؟ " در یک زمانی لذت هدف کنار میرود و دیگر برایتان فواید نیست در آن زمان شما باید آن را تخییر دهید. اول دقت کنید که آیا شما به بیراهه رفته اید و افکار نادرست داشته اید یا خیر؟ آیا احساس یا نگرانی داشته اید؟ اما اگر واقعا احساس خوبی ندارید آن فعالیت را متوقف کنید و تمرکز خود را بر روی چیزی بگذارید که به شما لذت میدهد

اگر شما دچار کم انگیزگی برای بدست آوردن هدف اصلی خود هستید باید به سی دی های آموزشی گوش دهید، کتاب های خوب بخوانید و بر روی تابلوی آرزوهایتان تمرکز کنید.

کلاس ها و آموزش های زیادی برای پول ساختن وجود دارد مانند آموزش های فرید و فروش ملک، فرید و فروش آنلاین، بورس و آموزش های پول سازی دیگر. لیستی از آموزش هایی که به آن علاقه دارید تهیه کنید. همین امروز در یکی از آنها ثبت نام کنید.

ذکر کنید که دقیقاً چگونه می‌خواهید ثروت را در زندگی خود تجربه کنید. با چه نوع کسب و کاری؟ چقدر دوست دارید درگیر کار باشید؟ همه چیز را با جزئیات بنویسید.

.....

.....

.....

به داستان فیل که در این جلسه تعریف شد فکر کنید. آن زنجیرهای ذهنی فیل بودند که مانع فرار فیل میشدند. شما هم فکر کنید و بگویید که چه زنجیرهای ذهنی دارید که مانع تمقق خواسته تان میشوند؟

.....

.....

چگونه از این بند و زنجیرها خلاص میشوید؟

.....

.....

هر زمان که درباره نافرمانی‌ها فکر کردید فوراً عبارتی که درباره چیزی است که می‌خواهید را در ذهنتان بسازید. آن را با صدای بلند، با اطمینان و احساس بگویید. چه کسی به شما دست میدهد؟

.....

.....

زمانی که نوبت به تحقق خواسته هایتان میرسد هیچ کسی نخواهد بود که بیاید و به شما کمک کند. دلیل اینکه شما چیزی را که خواهان آن هستید ندارید اقتصاد، خانواده، سیاستمداران یا بدشانسی نیست. دلیلش خود شما هستید. شما آن را خلق کرده اید. شما باید ۱۰۰٪ مسئولیت در قبال زندیگتان بپذیرید. شما میتوانید هرچیزی را که بخواهید در زندگی داشته باشید. اگر شما آن را بخواهید و باور داشته باشید که میتوانید آن را بدست آورید آن را بدست خواهید آورد. اگر اینطور نیست شما باید اهدافی انتخاب کنید که در محدوده شیرین "شما باشد".

.....
.....

powerinside.ir

تمرین هایی برای به موفقیت رسیدن شما

فصل یازدهم کتاب آرزوی تو دستور دوست

قدرت درون بزرگترین وبسایت دانلود کتاب و کتاب صوتی

Powerinside.ir

در آخرین فصل شما با کتاب های دیگر، برنامه های دیگر و فایل های صوتی که میتوانند شما را در رساندن به خواسته تان کمک کنند آشنا شدید. سفر شما تازه دارد شروع میشود.

با ارزش ترین درسی که تا به حال گرفته اید چه بوده است؟

.....
.....

آیا احساس میکنید که قدرتمند هستید؟ احساس اینکه میتوانید زندگیتان را تغییر دهید؟
آیا شما احساس توصیف کنید

.....
.....

چه افکار و احساساتی درباره آینده تان دارید؟

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

این ها لیستی از کتاب هایی است که برای خواندن پیشنهاد میشود. هر یک از کتاب ها را بخوانید و تاریخ اتمام آن را ثبت کنید هر کشف جدیدی که از کتاب ها دارید بنویسید.

1. کتاب جادوی فکر بزرگ
2. کتاب بخواهید تا به شما داده شود
3. کتاب راز
4. کتاب قوانین موفقیت در 16 درس
5. کتاب بیندیشید و ثرتمند شوید
6. کتاب قدرت درون
7. کتاب آیین دوستیابی
8. کتاب پدر پولدار پدر بی پول
9. کتاب آنچه میگویید دریافت خواهید کرد

کسب و کار خود را با آمار و نمودار دنبال کنید و زیر نظر داشته باشید شما باید نموداری برای افزایش داراییتان درست کنید و پیشرفت خود را ببینید یک نمودار مالی هفتگی تهیه کنید. این نمودار ها را بر روی دیواری بچسبانید و به صورت مکرر به آنها نگاه کنید این کار باعث میشود بر روی افزایش نمودار تمرکز کنید

اگر شما می‌توانستید که کاری را برای یک بار انجام دهید و برای همیشه در افزایش پول دریافت کنید آن چه خواهد بود؟

.....

.....

زمانی که مقدار پولی را که می‌خواهید دریافت کردید، دوست دارید زمان خود را صرف چه کارهایی کنید؟

.....

.....

این تازه شروع روند یادگیری برای شما است. شما باید ادامه راه را با انجام دادن و بکار بستن این ها یاد بگیرید. اولین اقدام و عمل " شما بعد از اتمام این دوره چه خواهد بود؟

.....

.....

شما چگونه می‌خواهید به اجتماع خدمت کنید؟

.....

.....

.....

.....