

# بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

## موفقیت در زندگی با هفت تکنیک آسان

### موفقیت در زندگی با رمز و رازهای ساده

موفقیت در زندگی مسئله ای است که همگان به این دنیا آمده اند تا به آن دست یابند و رستگار شوند. در این مقاله از [سایت ره‌آموز](#) می‌خواهیم شما را با هفت تکنیک برتر برای تغییر زندگیتان به سمت موفقیت آشنا کنیم. که امید است با تمرین و پشتکار به آنچه در ذهنتان و البته حقتان است برسید.

### چکیده این مقاله:

چگونه زندگی بهتری داشته باشیم؟ این سوال خیلی از انسان ها یا شاید به جرات بگم سوال پرورش یافته در افکار تمام مردم روی زمین است. این سوال از آن سوال هایی است که هیچ کس جواب مشخصی نمی تواند به آن بدهد چون هر کسی موفقیت را در چیزی می بیند؛ برای مثال یکی موفقیت را در بهترین بازیکن فوتبال جهان می بیند یا یکی رئیس جمهور شدن و یا مادری در سر و سامان دادن به زندگی فرزندانش و ... که مطمئنا شما هم عقیده متفاوتی دارید که می توانید در نظرات کاربران با ما در جریان بگذارید. در این مقاله به طور مختصر به هفت

مرحله که می تواند زندگیتان را تغییر دهد پرداخته ایم، که امیدوارم از آن ها بهره برده و در زندگی تان به کار گیرید.

## موفقیت چیست؟؟

موفقیت یعنی بهترین بودن و یا بهتر بودن از هر کس دیگر در یک حوزه خاص تا یک حد مشخص!

بنابراین مهم نیست که شما در چه راهی می خواهید پای بگذارید و چه کیفیتی از موفقیت را می خواهید.

نکته اینجاست که یک سری قوانین عمومی برای موفقیت در هر جا و در هر حوزه ای وجود دارد.

### ۷ تکنیک برای تغییر زندگیمان به سوی موفقیت:

- ۱) توبه (برگشت به سوی خدا)
- ۲) هر جوری که فکر کنید اتفاق می افتد (قانون اندیشه ها)
- ۳) کلام مثبت (جادوی کلمات، جادوی حرف ها)
- ۴) با خودتان در ده سال بعد ملاقات کنید.
- ۵) معجزه ای به نام تجسم خلاق
- ۶) هدف تعیین کنید (استراتژی تعیین می کنیم، برنامه ریزی می کنیم)
- ۷) بهترین باشید (یا بهترین باش یا اصلا نباش)

## (۱) توبه (برگشت به سوی خدا)



روزی صدبار به خودتون بگین یعنی ذکر لب هاتون باشه (إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ) خدایا تنها تو را می پرستیم و تنها از تو یاری می جوییم.

روزی حداقل چند دقیقه کتاب مقدس قرآن را بخوانید. (سپاس گذاری خدا و کائنات) هیچ وقت احساس گناه را در خود بوجود نیاورید و اگر به هر دلیلی به وجود آمد با اتصال به وجود الهی آن را التیام دهید و خود را رها سازید.

## (۲) هر جوری که فکر کنید اتفاق می افتد (قانون اندیشه ها)



آنتونی رابینز: ۹۸ درصد موفقیت ما مدیون افکار ماست.

اندیشه های منفی را دور بریزید.

فقط از این موضوع سو استفاده نکنید که صبح تا شب فکر کنید و بگوید از آسمان نعمت خواهد بارید. چون جذب نعمت ها قوانینی دارد و جهان هستی با این قوانین کار می کند؛ پس افکار خود را پرورش دهید و همیشه به دنبال هدفتان گام بردارید.

### ۳) کلام مثبت (جادوی کلمات، جادوی حرف ها)

لوئیز ال هی: کلام ما جادوی عصای معجزه گر ماست.

جملات مثبت همیشه استفاده کنید. (من موفق هستم. من قدرمند هستم. هر روز زیباتر می شوم.)

کتاب حکایت دولت و فرزاندگی: هر روز زندگیم از هر لحاظ بهتر و بهتر می شود.

هر روز پاک تر و باایمان تر می شوم. هر روز خوشبخت تر می شوم.

امام علی (ع): علم را با نوشتن در بند بکشید.

خودمان را باور کنیم.

جملات جادویی رو تکرار کنید در ۲۱ روز مداوم (دکتر مالتس)

هر گاه موج منفی آمد بهش بگین stop یا میگن موج بعدی Next

آن چیزی که الان هستید نتیجه ی دوران کودکیتون هستش.

## ۴) با خودتان در ده سال بعد ملاقات کنید.

با تمام سلول هایتان کارتان را دوست داشته باشید. (علاقه)  
به فرض مثال:

مدرک تحصیلی یا وضعیت آگاهیتون در ده سال آینده؟

چشم انداز شغلیتون چگونه است؟

وضعیت مالیتون رو تشریح کنید؟

میزان ثروتتون، رنگ ماشین و نوع ماشین، خونه تون و...

در همه جا اشاره شده که بدبختی و فقر نشانه ی خدایی بودن نیست و خداوند ثروتمند و مهربان بودن در کنار هم را دوست دارد.

## ۵) معجزه ای به نام تجسم خلاق (خیلی مهمه)



برای تصویر سازی ذهنی حتما حتما یک جای آرام باشید (بی سر و صدا و در دامان طبیعت بهترین مکان می باشد)

از خودتان سوال های مثبت بپرسید و خودتون به فکر بپرین و از خودتان جواب بخواهید!!!  
وقتی تصویر سازی می کنیم مثلا صبح اول وقت، دیگه مطلقا حق ندارید در طول روز به اون تصویر سازی فکر کنید که آیا می شود آیا نمی شود و مهم تر از همه خودتونو لایق اون چیز که تصویر سازی میکنیم بدونیم.

## 6) استراتژی تعیین می کنیم (هدف تعیین می کنیم) برنامه ریزی می کنیم.

هدف باید دقیق، واضح و مشخص باشد.

زمان تعیین کنید.

هدف قابلیت تفکیک داشته باشد.

آرمان هاتون رو روی کاغذ بنویسین.

هدفتون به کسی آسیب نرساند.

کارها رو به عقب نیندازید (سریع دست به عمل و اقدام بزنید).

همین الان انجام بده Do it now

## 7) بهترین باشید. (یا بهترین باش یا اصلا نباش)

اگر خودتان درست شوید کل کره خاکی درست می شود (پس تغییر را از خودتان شروع کنید)  
کاری کن که از خودت راضی باشی و وقتی به گذشته خودتان نگاه می کنید حسرت نخورید.

وقتی که تو آمدی به دنیا عریان /// جمعی به تو خندان و تو بودی گریان  
کاری بکن ای دوست که وقت رفتن /// جمعی به تو گریان و تو باشی خندان

### نکاتی چند از تصویر سازی ذهنی:

در تصویر سازی ذهنیت زندگی کن یعنی وقتی تصور می کنی سعی کن مثل زندگی عادی اونو ببینی و توش حرکت کنی!!!  
در روز حداقل دو بار تصویر سازی ذهنی بکنید؟؟؟ (یک بار صبح که پاشدی و یک بار هم شب قبل از خواب)  
فقط فقط هر چه تصویر سازی می کنید پرینت بگیرید و روی دیوار اتاقتان یا هر جایی که در آنجا مدت زیادی هستید بچسبانید.  
تصویر سازی ذهنی حدودا یک ربع تا بیست دقیقه و هر چه بیشتر بهتر.  
قبل از تصویر سازی ذهنی ریلکسیشن انجام دهید. (ریلکسیشن یعنی بدن در حالت خیلی آرام و رها باشد).  
برادران رایت که همه یادشان هست، خودشونو توی یه چیزی که در حال پرواز هست می دیدند.  
اگر می خواهید تمرکز کنید باید عوامل حواس پرت کننده را به حداقل برسانید. (مثل موبایل، لباس تنگ و هر چیزی که حواستان را پرت می کند) و هم چنین در طبیعت و کوه تصویر سازی بهتر است انجام دهید.  
در تصویر سازی ما دو تلاش داریم: یک جسمی و یکی ذهنی

• جسمی: یعنی گام برداشتن ما به سمت هدف

• ذهنی: کشاندن هدف به سمت خودمون

در تصویر ذهنی اصلا و ابدا منفی فکر نکنید.

تلاش جسمی خیلی سخت تر است. خوب تو که روزی ۱۰ الی ۱۵ ساعت تلاش جسمی

داری سعی کن با فکر مثبت کار کنی و نیم ساعت تلاش ذهنی مثبت بکنی.

آدم موفق اول تو ذهنشون به موفقیت رسیدن (فرض کردن) و بعدا به سمت موفقیت گام برداشتن.

در تصویر سازی اصلا و ابدا به نتیجه فکر نکنین.

• موفقیت در زندگی یعنی تلاش برای هدف

• موفقیت در زندگی یعنی احساس لذت از زندگی در همه حال حتی موقع خواب

• موفقیت در زندگی یعنی لبخند بروی عزیزترین افراد زندگی تان

• موفقیت در زندگی شما بگوید...

و در آخر امیدورم به موفقیت هایی که حقتون هست برسین البته با ایمان به خدا و

تلاش و تکرار، تکرار و تکرار

