

درختی برای رشد و پرورش خود به آب، هوا و... احتیاج دارد، انسان هم برای پیشرفت خود به نیروی عقل و فکر نیاز دارد. آن‌جا که «مولانا» می‌گوید:

آدمی، ساخته‌ی فکرهای خویش است. فردا همان خواهد شد که امروز می‌اندیشیده است. «موریس مترلینگ»

ای برادر، تو همه اندیشه‌ای
مابقی خود استخوان و ریشه‌ای

مقتدرانه بیندیشید، به موفقیت فکر کنید و زندگی خود را همانند حرفه‌ای‌ها مدیریت کنید. همان‌طور که هر گیاه و

بیان‌گر این مطلب است که آدمی هر آن‌چه دارد، ساخته و یا در تدارک به انجام رساندن آن است، ابتدا در فکرش به آن ماهیت و شکل داده است. ساختن هیچ‌چیزی بدون ساختن آن در ذهن، میسر نیست. هرطور که فکر کنی،



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
مرکز مطالعات و تحقیقات اجتماعی

زلزله جلوگیری کنیم، در این جا تنها کاری که از دست ما برمی آید، تعدیل شرایط و سازگارشدن با آن است. ما قادریم فکرها را هدایت کنیم. اگر فکرها را نوعی انرژی بدانید و باور کنید که با فکر کردن، در حال آزاد کردن انرژی های ذهنی هستید، بهتر می توانید فکرها را جهت دهید و با آنها کنار بیاید. اگر دل تان می خواهد از فکرها خود به نتیجه های مثبتی برسید، کافی است فکرها را در جهت دلخواه و مسیری واقعی سوق دهید.

مقتدرانه بیندیشید

برای جهت دادن به زندگی تان، لازم است فکرها را کنترل کنید و مانند انسان های موفق فکر کرده و مانند آنان رفتار نمایید تا به این ترتیب در مسیر موفقیت قرار بگیرید. ساده ترین شیوه برای آشناسدن با فکرها افراد موفق، معاشرت و گفت و گو با آنان یا مطالعه ای زندگی نامه ای آنان است. در هر مسیری که مایل اید پیشرفت کنید، افراد موفق آن رشته را مدنظر قرار دهید. مدتی نمی گذرد که عادت های آنان را به خود می گیرید و توانایی های شما به طرز چشم گیری افزایش می یابد و به نتیجه های دست پیدامی کنید که برای خودتان هم شگفت انگیز خواهد بود. نیازی نیست تمام ساعت ها و هفته های خود را با آنان بگذرانید، فقط کافی ست که ایده ی کلی را از آنان بگیرید و ببینید چه کاری انجام می دهند که موفق اند، این عمل را «الگوبرداری» می نامند. در این جا شما حق انتخاب دارید و قادرید رفتارهایی را انتخاب کنید که مناسب هستند و از تکرار عادت های ناپسند آنان خودداری کنید.

با تفکر قدرتمند، زندگی تان را بسازید

عنصری که شما را کنترل می کند، فقط و فقط فکرها شخصی خودتان است. اگر بخواهید، می توانید هیچ گاه عصبانی و یا ناامید نشوید. همه ی این ها به طرز فکر شما در زندگی بستگی دارد. چیزی را برگزینید که ارزش فکر کردن و وقت صرف کردن داشته باشد. هیچ فردی در هیچ زمانی نمی تواند شما را آزرده خاطر سازد. در واقع، فکرها شماست که باعث اذیت و رنجش تان می شود، پس به فکرها تان اجازه ی چنین کاری را ندهید. از همین لحظه آغاز کنید و زندگی خود را همانند یک شخصیت حرفه ای و کارآمد اداره کنید. چه در داخل آب باشید و درگیر مسائل زندگی و چه در کنار ساحل، اگر خونسرد، آرام و ماهرانه عمل کنید، مقتدرانه به موفقیتی که چشم انتظار شماست، دسترسی پیدا خواهید کرد.

آن چنان خود را برای جهان آماده کن که قهرمانان، خود را برای

میدان مسابقه آماده می کنند. فکر و روش خود را

چنان روغن بزن که نرمی و انعطاف پذیری لازم را پیدا کند. نیرومندی تنها به کار نمی آید. «فیلد»



دکتر محمد سعید
مرد حافظه ای ایران



۹۵

همان طور می شود. هر اتفاق، واقعه و تجربه، چه خوشایند و چه ناخوشایند و هر آن چه اکنون در زندگی خود دارید، براساس یک قانون و اصل پدید آمده است. خود زندگی هم از یک قانون پیروی می کند و آن، قانون «ایمان و اعتقاد» است. اگر به یک زندگی سرشار از نشاط و موفقیت معتقد باشید، همین صفت ها را در زندگی خواهید داشت و اگر مدام به شکست و ناکامی بیندیشید، صاحب همین ها خواهید شد.

هرچه در زندگی مان اتفاق می افتد، از قبل تمام آن را در ذهن خود آماده کرده ایم. «شکسپیر»

قرار نیست با نشستن در یک گوشه و رؤیای پردازی، مدام به موفقیت رسید. واقعیت و موقعیتی که اطراف ما قرار دارد، همان چیزی است که در ذهن خود ساخته ایم. تفکر ما انرژی بسیار بالایی دارد، می توانیم بهترین ها را در زندگی از آن خود کنیم. فکرها مثبت، زندگی زیبایی برای ما به ارمغان می آورد و ما را به نتیجه های ارزشمندی می رساند و فکرها منفی، فقط زندگی منفی را رقم می زند. فکرها ما زندگی ما را می سازند.

اگر دقت کنید، متوجه می شوید که واقعیت را خودمان می سازیم نه هیچ کس دیگری. دیگران در مسیری محدود همراه ما هستند و هرگز نمی توانند تمامی نیروها و آرزوهای ما را درک کنند. اگر بدانیم چگونه از فرمان برای پیش بردن زندگی استفاده کنیم، بی گمان به مسائل باارزشی خواهیم رسید که دیگران حتی قدرت فکر کردن به آن ها را ندارند.

چه قدر روی فکرها تان کنترل دارید؟

چه فکری به ذهن تان خطور می کند؟ آیا می دانید در زمان های مختلف، ذهن شما روی کدام موج رادیویی است؟! آیا می توانید فکرتان را در برابر فکرها منفی محافظت کنید؟

ذهن ما از قانون های فیزیکی پیروی می کند. با مشخص کردن مسیر فکر، تمامی انرژی ذهنی ما به سوی هدفمان سرازیر و متمرکز می شود. موفقیت یا شکست ما به طور دقیق به نحوه ی انتقال انرژی در ذهن مان بستگی دارد. در نتیجه، بهتر است به جای فکر کردن به عاقبت ها و کاستی ها و نگرانی های کار، به کارها و برنامه های در حال انجام مان، انرژی کافی بدهیم.

فکرها تان را نوعی از انرژی بدانید

مردم اغلب فکر می کنند که تسلط بر دنیای اطرافشان ندارند، این چندان دور از واقعیت نیست. خیلی از اتفاق ها خارج از حیطه ی اختیارها و قدرت ما روی می دهند. ما نمی توانیم قانون ها و راه های طبیعت را تحت فرمان خود درآوریم. نمی توانیم جلوی بارش باران را بگیریم یا از وقوع