



ذهن در جایگاه خاص خود قرار دارد و این وجود ماست که می‌تواند در آن، بهشتی در جهنم و یا جهنمی در بهشت بسازد. «جان میلتنون»

«آنتونی رابینز» ۷ اصل را از سیستم فکری تنی چند از افراد موفق و برتر، برداشت کرده و معتقد می‌باشد که با الگوبرداری و استفاده از تجارب این افراد، می‌توان دست به عملکردهای بزرگی زد و به نتایج مهم و بزرگ‌تری رسید.

اصول هفت‌گانه‌ی آنتونی رابینز

اصل شماره‌ی ۱: هیچ معلولی بدون علت و هدف نیست. در هر اتفاقی، مصلحتی وجود دارد که می‌تواند منافع بسیاری را دربر داشته باشد. در برخورد با یک موقعیت، بایستی بیش‌تر به جنبه‌های مثبت آن اندیشید تا جنبه‌های منفی؛ اولین گام برای چنین تغییر حالتی، شناخت آن است. اعتقادات محدودکننده، انسان را محدود می‌سازند. باید محدودیت‌ها را از میان برداشت و با توان، قدرت و اعتقاد راسخ و قوی بیش‌تری، دست به عمل زد تا به نتیجه‌ی مورد دلخواه دست‌یافت.

اصل شماره‌ی ۲: چیزی به نام شکست وجود ندارد؛ حاصل هر تجربه‌ای فقط یک نتیجه است. افراد موفق در جامعه، کسانی هستند که اگر کاری را امتحان کردند و به نتیجه‌ی دلخواه خویش دست‌نیافتند، از تجارب آموزنده‌ی خویش استفاده و چیز دیگری را امتحان می‌کنند؛ یعنی عملکردهای جدیدی را اتخاذ و نتایج جدیدی را هم به‌وجود می‌آورند. «ویلیام شکسپیر»، در این رابطه می‌گوید: «مشکل‌ها و تردیدها به ما خیانت می‌کنند و موجب می‌شوند که ما با ترس از تلاش و کوشش، فرصت به‌دست آوردن چیزهای خوب را از دست بدهیم. ترس از شکست، ذهن را مسموم می‌سازد و یکی از بزرگ‌ترین محدودیت‌های اغلب مردم، ترس از شکست است؛ بنابراین به ذهن خویش بسپارید که چیزی به نام «شکست» وجود ندارد. فقط نتایج وجود دارند که با تغییر دادن عملکردهای خود، می‌توان به نتایج جدیدی دست‌یافت.

اصل شماره‌ی ۳: برای استفاده کردن از چیزی، شناخت کامل آن لازم نیست. این جمله بدین معناست که برای استفاده کردن از چیزی، نیازی نیست که همه‌چیز را در مورد آن بدانید، بلکه استفاده از موارد مهم و ضروری بدون واردشدن به جزئیات، نتایج مثبتی را به همراه خواهد داشت. افراد موفق، همیشه در وقت، صرفه‌جویی می‌کنند. آنان از یک موقعیت، جوهره‌ی آن و آن‌چه را که مورد نیاز است، بیرون می‌کشند و با بقیه‌ی چیزها کاری ندارند. آنان می‌دانند که چه چیزی مهم و اساسی و چه چیزی غیرضروری می‌باشد.

سال هفتم، شماره ۸۰/مهر ۱۳۸۹

عاقبتِ مهربانی و انصاف

مردی شکارچی، چندروز پشت سر هم، به شکار رفت اما چیزی نتوانست شکار کند. یکروز صبح زود از خواب بیدار شد و سوار بر اسب، به طرف کوهستان رفت تا یک گوزن شکار کند. هرچه کوهستان را گشت، نتوانست گوزنی پیدا کند؛ ناچار شد که به طرف صحرا برود. وقتی که به صحرا رفت، آهوهای را دید که به سرعت می‌دوند و فرار می‌کنند. خیلی زود با اسبش به طرف آن‌ها تاخت؛ تا این که پس از چند ساعت دیدن، به آن‌ها رسید. این آهوها بچه و مادر بودند؛ با هر زحمتی که بود، یکی از آن‌ها را گرفت. با خود فکر می‌کرد که اگر امشب بچه‌آهو را بفروشد، پول خوبی به دست می‌آورد. همان‌طور که به سمت شهر می‌رفت، ناگهان دید که مادر آهو به دنبالش می‌آید و با ناله، بچه‌اش را می‌خواهد. دلش سوخت و بچه‌آهو را رها کرد تا نزد مادرش برگردد. سپس مرد با دست خالی به خانه برگشت و در خواب، رسول خدا را دید که به او مژده می‌دهد: «به خاطر این کار خوبی که کردی و از فروختن بچه‌آهو منصرف شدی، خدا از تمام گناهان تو گذشت؛ هم در این جهان خوشبخت خواهی شد و هم در آن دنیا، بهشت نصیب تو می‌شود.»

نقل از «تاریخ بی‌هقی»

به انتخاب: مهشید فرج‌زاده



اصل شماره ۴: مسؤلیت هر اتفاقی را به گردن بگیرید.

مسؤلیت‌پذیری، یکی از بهترین ملاک‌های تعیین‌کننده توانایی و بلوغ شخصی است. در واقع، با پذیرفتن اعمال و اعتقادات خود، هر چیزی را به دست خواهید آورد. اگر بر وجود خویش تسلط داشته باشید، به موفقیت دست خواهید یافت.

اصل شماره ۵: بزرگ‌ترین سرمایه‌ی شما، دیگران هستند.

افراد موفق، یک حس احترام و تحسین نسبت به دیگران دارند و با آنان احساس یگانگی، اشتراک هدف و اتحاد می‌کنند و به جای آزادادن دیگران، به آنان احترام می‌گذارند. هیچ موقعیت‌پایداری بدون همبستگی با افراد دیگر وجود ندارد؛ هم‌چنین این افراد می‌دانند که با چه زبانی از دیگران پرسش کنند.

اصل شماره ۶: کار، نوعی تفریح است.

یکی از راه‌های دستیابی به موفقیت، ایجاد یک همبستگی موفقیت‌آمیز بین کار و علاقه است و می‌توانیم به کار خویش، جنبه‌ی تفریحی و سرگرمی بدهیم.

«مارک تواین» می‌گوید: «رمز موفقیت، این است که کار خویش را به یک سرگرمی مبدل سازید؛ بنابراین اگر همان کنجکاو و شور و شغفی را که هنگام سرگرمی و تفریح از خود بروز می‌دهید، هنگام کار کردن داشته باشید، دنیای شما و کارتان، پربارتر خواهد شد.»

اصل شماره ۷: هیچ موفقیت‌پایداری بدون پشتکار به دست نمی‌آید.

افراد موفق، بهتر و باهوش‌تر، سریع‌تر و قوی‌تر از دیگران نبوده‌اند، بلکه پشتکار بیش‌تری داشته‌اند.

«آناپاولوفا» می‌گوید: «بدون وقفه هدف را دنبال کنید؛ رمز موفقیت این است.»

به‌طور کلی، افراد موفق می‌خواهند به هر قیمتی که شده، به موفقیت دست‌یابند و این امر از ویژگی‌هایی است که آنان را از سایر مردم متمایز می‌سازد.

به‌خاطر داشته باشید که هر موفقیتی، آثاری از خود برجای می‌گذارد. زندگی افراد موفق را مورد مطالعه و بررسی قرار دهید و ببینید که آنان چه افکار و عقایدی داشته‌اند که بر توانایی‌شان برای عمل کردن، افزوده و موجب گشته که نتایج برجسته‌ای را به‌وجود آورند.

این ۷ اصل، نتایج شگفت‌انگیزی برای دیگران در برداشته و اگر شما نیز همت کنید، می‌توانید به چنان نتایجی دست یابید.



جواد صادق‌الحسینی

کارشناس ارشد روان‌شناسی