



چگونه تبدیل به آدم خوش فکتری شویم

بیان اهمیت تغییر طرز تفکر، کار دشواری است. فکر خوب نتایج مثبت زیادی برایتان به ارمغان می‌آورد: درآمدزایی، حل مشکلات و ایجاد فرصت‌ها. در زمینه‌های شغلی و شخصی هم می‌تواند شما را به سطح کاملاً جدیدی سوق دهد و به‌راستی زندگیتان را دگرگون کند.

می‌خواهید که در فرایند خوب اندیشیدن شخصی باتجربه شوید؟ می‌خواهید فردا در مقایسه با امروز، آدم خوش فکتری شوید؟ در این صورت به‌منظور رشد فکری‌تان نیاز دارید که خود را درگیر این فرایند کنید.

۱. خودتان را در معرض منابع اطلاعاتی خوب قرار دهید

افراد خوش فکر همواره اطلاعات را از منابع آن بیرون می‌کشند. آن‌ها همیشه دنبال راه‌هایی هستند که آغازگر این فرایند باشد؛ زیرا هر دانشی که شما کسب می‌کنید همیشه روی نتیجه آن تاثیر می‌گذارد.

مطالعه کنید، مجله‌های تجاری را ورق بزنید، به نوار گوش دهید و با افراد خوش‌فکر نشست و برخاست کنید. وقتی چیزی مجذوبتان می‌کند، چه نظر خودتان باشد چه شخص دیگری آن را نوشته باشد، آن را در محل مورد علاقه‌تان قرار دهید تا فکرتان را برانگیزد.

۲. انتخاب کنید که خوب بیندیشید

برای آنکه آدم خوش‌فکری شوید باید خواهان آن باشید. مدام خود را در محیط مناسبی قرار دهید که به افکارتان شکل ببخشید، آن‌ها را گسترده و مطرح کنید. این کار را در اولویت قرار دهید. به یاد داشته باشید که فکرکردن نوعی انضباط است.

۳. طبق افکار خوب خود عمل کنید

اندیشه‌ها عمر کوتاهی دارند. باید قبل از تمام‌شدن تاریخ مصرفشان بر مبنای آن عمل کنید.

۴. به احساساتان فرصت دهید تا افکار خوب دیگری بسازند

برای شروع فرایند تفکر نمی‌توانید به احساساتان تکیه کنید. اگر منتظر بنشینید تا میل به انجام‌دادن کاری در شما به وجود آید به احتمال زیاد هرگز آن را انجام نمی‌دهید. این امر در مورد فکرکردن نیز صادق است. نمی‌توان منتظر ماند تا تمایل به تفکر در شما به وجود آید؛ اما به محض درگیرکردن خود در تفکر خوبی، می‌توان از احساسات، به منظور کمک‌کردن و ایجاد انگیزه روانی برای این کار استفاده کرد.

بعد از اینکه فرایند منضبط تفکر مثبت را با دقت انجام داده‌اید و موفقیت‌هایی نصیبتان شد به خود فرصتی دهید تا از لحظات خود کامروا شوید و انرژی روانی آن موفقیت را به جریان بیندازید.

۵. این فرایند را تکرار کنید

فقط با یک اندیشه خوب نمی‌توان زندگی خوبی ساخت. کسانی که فقط یک فکر خوب دارند و می‌کوشند برای کل امور زندگی از آن استفاده کنند اغلب با ناکامی روبه‌رو می‌شوند. نوابغی با یک موفقیت، نویسندگان تک کتابی، سخنرانانی که حامل یک پیام هستند، مخترعان دوره‌ای خاص که کل زندگی‌شان را وقف دفاع یا ترویج آرمانی می‌کنند، شامل این افراد هستند. موفقیت متعلق به کسانی است که کوه کاملی از طلا دارند و مدام از آن استخراج می‌کنند.

["message_box text_color="light]

منبع: کتاب «طرز تفکر افراد موفق»

نویسنده: جان.سی.مکسول

ناشر: پیکان

ترجمه: زهرا درخشان

[message_box/]