

خلاصه کتاب

تفکر بهتر، زندگی بهتر

نویسندگان: جول اوستین

تهیه شده توسط تیم آموزشی رایینز



فهرست

فصل اول: ذهنتان را از نو برنامه‌ریزی کنید

فصل دوم: برجسب‌های منفی را کنار بگذارید

فصل سوم: خودِ کامل ات را آزاد کن

فصل چهارم: پیروزی ابتدا در ذهنتان اتفاق می‌افتد

فصل پنجم: وعده ی خداوند در خود توست

فصل ششم: از خداوند خواسته‌های بزرگ داشته باشید

فصل هفتم: تو هر آنچه را که لازم هست داری

فصل هشتم: تاج سروری خود را بر سرتان نگاه دارید

فصل نهم: فقط به‌خاطر داشته باش

فصل اول: ذهنتان را از نو برنامه‌ریزی کنید

هنگامی که خداوند شما را خلق کرد، گفت: اشرف مخلوقات را آفریدم.

سخت‌افزار شما بی‌نقص است. به شما استعدادها و موهبت‌های منحصر به فردی عطا شد. علاوه بر این، خداوند در همان ابتدا شما را به گونه‌ای برنامه‌ریزی کرده بود که زندگی سرشار از موفقیت، سلامتی و قدرت داشته باشید. این موارد در وجود شما حک شده بود: «تو قادر به انجام هر کاری هستی»، «دست به هر کاری بزنی، ثروت و موفقیت از آن توست»، «تو یک فرد پیروز هستی، نه یک قربانی».

خالق شما، شما را برای ثروت، فراوانی، موفقیت، زندگی سرشار از ایمان طراحی کرده بود.

اگر افکار شما منفی، استرس‌زا و قضاوت‌کننده هستند، به آنها چنگ نزنید. آنها را حذف کنید. به نوع افکاری که در طول روز دارید توجه کنید. اگر به خود بگویید استعداد ندارید، مطمئناً نمی‌توانید برای رسیدن به رؤیاهای خود اقدام کنید. اگر به خود بگویید که جذاب نیستید، شانس خود را برای ملاقات با افراد خوب از دست خواهید داد. اگر به خود بگویید که به حداکثر پیشرفت خود رسیده‌اید، هرگز پیشرفت نخواهید کرد. این به این دلیل نیست که برای پیشرفت شما محدودیتی وجود دارد، بلکه به این دلیل است که شما خود را نسبت به افکار اشتباه متقاعد کرده‌اید.

خبر خوب این است که هیچ‌وقت دیر نیست. شما هنوز این فرصت را دارید که همان چیزی باشید که برای آن خلق شده‌اید.

ذهن خود را از تمام افکار سمی که دیگران درباره شما گفته‌اند پاک کنید. شما آن کسی نیستید که مردم می‌گویند، اما شما همانی هستید که خدا می‌گوید.

وقتی ذهن شما مملو از ایمان، امید و افکار پیروزی می‌شود، آنگاه این افکار به واقعیت شما تبدیل می‌شوند.

فصل دوم: برچسب‌های منفی را کنار بگذارید

وجه مشترک تمام افراد موفق این است که آنها برچسب‌های منفی را کنار می‌گذارند، زیرا آنها نزد خودشان می‌دانند که از آنچه دیگران درباره آن‌ها می‌گویند بهتر هستند. به همین دلیل توانستند زندگی فراتر از چیزی که دیگران برای آنها متصور بودند، برای خود بسازند.

مردم همیشه به ما برچسب می‌زنند. آنها به ما می‌گویند که چه کاری می‌توانیم انجام دهیم و چه کاری نمی‌توانیم انجام دهیم. در اکثر موارد، نظر آنها کاملاً با آنچه که خداوند برای ما در نظر دارد کاملاً در تضاد است. اما اگر مواظب نباشیم، گفته‌های آنها را به عنوان حقیقت می‌پذیریم و در نهایت عقاید آنها در ذهن ما جا می‌افتد و ما را از برآورده کردن انتظارات باز می‌دارد.

اگر تصمیم دارید به سطح بالاتری بروید، ابتدا باید تمام آن برچسب‌های منفی را از ذهن خود پاک کنید. اگر زندگی بهتری می‌خواهید، ابتدا باید بهتر فکر کنید. آیا افراد زندگی شما را متقاعد کرده‌اند که به دلیل نداشتن استعداد و منابع کافی هرگز نمی‌توانید به رؤیاهای خود برسید؟