

ذهن ثروت ساز

جان آساراف



روز اول

روز ششم

احساسات: نخستین مانع در رسیدن به مایندست ثروت‌ساز.

چگونه گذشته به شما اجازه داده است که روی هرچیزی بر چسب مشخصی بزنید؟ در خصوص تجربیاتی که داشته‌اید یا مواردی که در چند روز گذشته برایتان اتفاق افتاده است فکر کنید.
آیا می‌توانید هر یک از افکار، عواطف، احساسات یا واکنش‌های خودکارتان را به این رویدادها شناسایی کنید؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ترس‌های ناخودآگاه یا خودآگاهتان را شناسایی کنید و آن‌ها را در قادری که در ادامه آمده است فهرست کنید. آیا از شکست خوردن، از خجالت‌زده شدن، از شرمسار شدن، از مورد تمسخر قرار گرفتن یا قضاوت شدن از اینکه دیگران را از خود نامید کنید و یا از اینکه تلاش کنید و شکست بخورید هراس دارید؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

داشتن تصویری ضعیف و ناکارآمد از خود، عزت نفس یا ارزشی که برای خود قائل

هستیم؛ دومین مانع در رسیدن به مایندست ثروت‌ساز.

زمانی که احساس می‌کنید به اندازه کافی خوب نیستید، به اندازه کافی باهوش نیستید، یا لیاقت و شایستگی لازم برای رسیدن به خواسته‌هایتان را ندارید، به طور خودکار تلاش‌هایتان را در راستای دستیابی به اهداف سرکوب می‌کنید، مگر این‌که مهارت‌های لازم برای ارتقاء تصویر ذهنی از خود را توسعه دهید. این کار را با آموختن نحوه مدیریت و تسلط یافتن بر ذهنیت و احساساتتان انجام می‌دهید.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

باورهای محدودکننده: سومین مانع در رسیدن به مایندست ثروتساز.

به باورهای مالی خود فکر کنید. باورهای ثروتساز یا باورهای محدودکننده مالی شما چه مواردی هستند؟

باورهای مالی خود را در فضایی که در ادامه به آن اختصاص داده شده است یادداشت کنید.

چند مثال:

- پول ریشه تمام بدی‌ها و مشکلات است.
 - تنها افرادی که مدرک دانشگاهی دارند ثروتمند می‌شوند.
 - ثروتمندان افرادی خودخواه هستند.
-
-
-

ندانستن: چهارمین مانع در رسیدن به مایندست ثروتساز.

ندانستن به معنای حماقت نیست. ندانستن تنها به معنای نداشتن اطلاعات کافی است. ندانستن معادل فقدان دانش یا مهارت است. به منظور کسب درآمد بیشتر یا مدیریت کردن بهتر مسائل مالی خود به چه دانش یا مهارت‌هایی نیاز دارید؟ باید چه دانش و مهارت‌هایی را در خود تقویت کنید؟

در ادامه فهرستی از احساساتی را که به شما قدرت می‌دهند و احساساتی که قدرتان را محدود می‌کند و از شما موجودی ناتوان می‌سازند تهیه کنید.

احساسات تقویت‌کننده:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

احساسات تضعیف‌کننده:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....