

## زیاد فکر نکیدا

ذهن انسان چیز جالبی است. موفقیت یا شکست شما در همه امور زندگی، در دست ذهنتان است. اگر بتوانید بر ذهنتان تسلط پیدا کنید، فواید توانست فردی قدرتمند، مطمئن و فونسرد باشید.

ذهن دو قسمت دارد:

قسمت اول مثل کامپیوتر مغز می ماند. اگر آن را با اطلاعات لازم و ضروری برنامه ریزی کنید، در صورت لزوم این اطلاعات را به یاد فواید آورد.

اما قسمت دوم مغز، قسمتی است که موفقیت و شکست شما را تعیین می کند—نفس. نفس قسمتی از مغز است که کامپیوتر را با اطلاعات غیر ضروری درهم می ریزد. ضمیر نفس را با اطلاعات غیر ضروری درمورد تجربه های سابق، تجربیات احتمالی آینده، دیدگاه دیگران درمورد شما، و غیره تغذیه می کند. اگر اجازه بدهید که نفستان اختیار شما را در دست گیرد، فرصت موفقیت را از شما فواید گرفت.

اجازه بدهید مثالی بزنیم:

در بازی فوتبال، وقتی لازم است تکل کنید، اگر ذهنتان را از همه ی اطلاعات غیرضروری و بی فایده پاک کنید و اجازه بدهید کامپیوتر مغزتان کنترل امور را در دست گیرد، این تکل را به بهترین نمو انجام فواید داد. به عبارت دیگر، اگر فکر کردن را کنار گذاشته، و عمل کنید.

اگر بخواهید مغزتان را با اطلاعات بیهوده در مورد فردی که می‌خواهید او را تکل کنید (سایز، حالت چهره، اتفاقی که ممکن است بیفتد، آنچه در گذشته اتفاق افتاده است) یا شرایط محیطی (باران می‌بارد، فستق ام و...) پر کنید، کامپیوتر مغزتان با مجبور کردن بدنتان به پاسخ‌گویی، واکنش می‌دهد (یعنی شما مطمئن‌ترین و بی‌خطرترین کار را انجام می‌دهید داد و دست‌ها را چرخانده، درحالی‌که فرد مقابل توپ را پرت کرده و آنسوی دروازه‌ی مریف فرود خواهد آمد).

این به این خاطر است که وقتی شما مغزتان را با همه‌ی اطلاعات اضافی پر کنید، سردرگم خواهد شد و تصور خواهد کرد که شما ترسیده‌اید و نیاز به امنیت دارید، از اینرو دست‌هایتان را بی‌تاثیر خواهید چرخاند.

اگر مغزتان را فقط با اطلاعات ضروری و لازم مثل جهت و سرعت مریف پر کنید، مطمئناً تکل بهتری انجام خواهید داد. (اگر قبلاً تکل کردن را تمرین کرده باشید، کامپیوتر مغزتان به‌طور خودکار این تکنیک را به یاد می‌آورد و دیگر نیازی به فکر کردن نیست.)

در برخورد با خانم‌ها هم وضع به همین منوال است.

اگر مغزتان را با اطلاعات غیر ضروری مثل ظاهر آن زن، دوستانش، اتفاقی که ممکن است بیفتد، آنچه در گذشته اتفاق افتاده است و... پر کنید، لکنت زبان پیدا کرده و قادر به حرف زدن نخواهید بود.

نباید مغزتان را با اطلاعاتی غیر از لبخند زدن و برقراری تماس چشمی و کنترل امور پر کنید. (زیبایی کامپیوتر مغزتان در این است که وقتی چند بار این کارها را انجام دهید، و برای انجام کار درست به خودتان اطمینان داشته باشید، دیگر لازم نیست موقع نزدیک شدن به فانم نگران چیزی باشید و به چیزی فکر کنید.)

این به تصور برنمی گردد، مربوط به پر کردن مغزتان با اطلاعات لازم و مناسب است، و نه هیچ چیز دیگر.

به همین خاطر است که من به قانون سه ثانیه اعتقاد دارم. چون دیگر زمانی باقی نمی ماند تا به مغزتان اجازه ی دفالت دهید.

اگر بتوانید کنترل نفستان را در دست بگیرید و کاری کنید تا فقط در زمان حال زندگی کند و فقط اطلاعات لازم را بدون انتقال مس ترس، تردید، یا رجوع به تجربه های آتی یا قبلی، به مغز برساند، آنگاه موفق خواهید شد!

کاری از گروه آسو تری اس

<http://Asoo3s.blogfa.com>

ستاره های دنباله دار سرسخت