



چهار روش برای رهاسازی قدرت
سید مهدی قیصری - مدیر مسوول

مغز و ذهن انسان به شکل جدایی ناپذیری به یکدیگر متصل هستند. ما باید با شگفتی و ترس به آنها بنگریم. بنابراین باید مواظب باشید که چه خوراکی به مغزتان می‌دهید و چگونه تحریک می‌کنید. با این کار عملاً ذهن‌تان را وسعت می‌بخشید. مغز انسان معادل یک ابررایانه است و بسیار پیچیده‌تر از هر کامپیوتری که تاکنون به وسیله بشر ساخته شده است. کار می‌کند. بالا بردن توانایی مغز برای موفق شدن امری ضروری است از آنجا که می‌تواند کنترل کند که در نهایت شما چه فردی خواهید شد. مغز یک مرکز فرماندهی است؛ مرکزی که هر کاری را که شما انجام می‌دهید در برمی‌گیرد و تحت کنترل درمی‌آورد و همچنین می‌تواند مشخص کند که چگونه فکر، احساس و عمل می‌کنید به عبارت ساده: هنگامی که مغز شما بهترین عملکرد را داشته باشد، به شما اجازه می‌دهد که بهترین باشید به این علت که می‌تواند نتیجه را در کنترل خود داشته باشد. تاثیرات اساسی‌ای بر روی مغز وجود دارد که می‌تواند به عملکرد آن شکل دهد و مشخص می‌کند که تا چه حد می‌توان عملکرد مغز را گسترش داد. این تاثیرات شامل ژن، گفت‌وگو با خود، تجربیات زندگی، استرس و مطالعه می‌شود. اگرچه این عوامل بر روی مغز اثر می‌گذارند اما نمی‌توانند مشخص کنند که تا چه حد شما می‌توانید کاری را انجام دهید یا چیزی را یاد بگیرید.

به عبارت دیگر، فرصت فوق‌العاده‌ای دارید که تا جایی که تصور می‌کنید، پیش بروید. بنابراین با چنین ابزار فوق‌العاده‌ای که در اختیار دارید، چه چیزی باعث می‌شود که آن دست پیدا کنیم این به شما بستگی دارد که برایشان پیش می‌آید، خودداری کنید؟ چندین مانع وجود دارد که اگر به آنها اجازه دهید می‌توانند قدرت زیادی در تخریب فرآیند یادگیری شما داشته باشند اما می‌توانید بر آنها غلبه کنید. کلید شکستن این موانع به این شکل است که برعکس شان را انجام دهید. باورهایتان را تغییر دهید

بسیاری از افراد بر این باورند که نمی‌توانند یاد بگیرند یا تبدیل به فرد باهوشی شوند. این امر باور بسیار عمیقی است که در بسیاری از افراد ریشه کرده است. اگر باور نداشته باشیم که می‌توانیم به هدفمان برسیم، قطعاً نمی‌توانیم به آن دست پیدا کنیم این به شما بستگی دارد که کاری را انجام دهید که باعث شود باورهایتان تغییر یابد. وقتی که این کار را انجام دهید، دنیای جدیدی پیش رویتان باز می‌شود! اطلاعاتی را به مغزتان بدهید که بتواند باورهایتان را تغییر دهد. حقیقت این است که شما ذهنی شگفت‌انگیز با قدرتی فوق‌العاده برای یادگیری دارید که حتی نمی‌توانید تصورش را کنید. فقط باید به این باور داشته باشید و وقتی که به باورتان عمل کنید می‌توانید قدرت ذهن‌تان را رها سازید.

به دنبال یادگیری دانش صحیح باشید آنچه برخی از مردم را از فرآیند یادگیری دور نگه می‌دارد این است که نمی‌خواهند دسترسی‌ای به دانش داشته باشند. دانش از طریق تجربیات، کتاب و ارتباط با مردم به دست می‌آید. ما باید آن را آرام آرام فرا بگیریم. همچنین این را نیز باید مطرح کرد که بهتر است به دنبال یادگیری دانش صحیح باشیم. کلمات اگر صحیح نباشند، معنایی ندارند. گاهی اوقات از زبان کودکان می‌شنویم که: «من این را در کتاب خواندم» اما آیا این امر درست است؟ فقط به این علت که شخصی آن را در کتابی نوشته است نمی‌توان گفت که این موضوع درست است. به عنوان یک فرد یادگیرنده، شما می‌خواهید که دانش صحیحی را یاد بگیرید و نه فقط اطلاعات یا ایده‌ای که شخصی مطرح کرده است. این وظیفه بر عهده شماست که اطلاعاتی را پیدا کنید و سپس آنها را آزمایش کنید و در ذهن‌تان مرور کنید که آیا صحیح هستند و اگر اطلاعات صحیحی بودند می‌توانید آنها را به منظور بهتر کردن زندگی و به موفقیت رسیدن، به درستی در زندگی‌تان به کار ببرید. شما باید آنچه را که برای به دست آوردن دانش صحیح فراگرفته‌اید، مورد آزمایش قرار دهید. و وقتی که این کار را انجام دهید می‌توانید قدرت حقیقی ذهن‌تان را رها سازید. مشتاق یادگیری باشید

برخی از افراد میلی برای یادگیری ندارند. شاید تیل باشند یا اثر مثبت آن را تاکنون حس نکرده باشند. پس می‌توان گفت که باید مشتاق یادگیری بود. شاید کمی کار ببرد اما تنها کاری که باید انجام داد این است که شروع به یادگیری موضوعاتی بکنیم که اثر فوری‌ای بر روی زندگی‌مان دارند. وقتی که درباره مفهوم اداری جدیدی موضوعی را یاد بگیرید که به شما در به دست آوردن پول بیشتر کمک کند یا از زیر بار قرض رهاییتان کند، می‌توانید به فرآیند یادگیری اعتماد پیدا کنید. همچنین وقتی که راه صحیحی را پیدا کنید که به شما پیاموزد چگونه با خانواده‌تان ارتباط برقرار کنید یا چگونه رابطه عاطفی بهتری داشته باشید، در آن صورت میل و اشتیاق به یادگیری پیدا خواهید کرد.

با سخت مطالعه کردن به زندگی‌تان نظم بدهید به دست‌آوردن دانش کار سختی است و زمان طولانی‌ای می‌برد. باید با نظم خاصی آن را دنبال کرد در غیر این صورت هرگز به دست نمی‌آید. فرآیند یادگیری نیاز به کار زیاد دارد. هر روز صبح باید با برنامه و روشی از خواب بیدار شوید که به ذهن‌تان نظم بدهد و دسترسی سریعی به دانش را برایتان فراهم کند. فرآیند یادگیری، زمان زیادی را به خود اختصاص می‌دهد. در هر سنی می‌توانید فرآیند یادگیری را شروع کنید. مهم نیست که خیلی جوان یا خیلی مسن باشید؛ ذهن‌تان برای یادگیری خلق شده است و توانایی زیادی برای آن دارد.

آنی یاب www.aniyab.ir
مرکز گمشده و پیدا شده کشور
۰۲۱-۶۲۸۰۱

صادرات نفت ایران در ۶ ماه گذشته افزایش داشته مشتریان نفت ایران در انتظار نتیجه مذاکرات



صادرات نفت ایران در ۶ ماه گذشته افزایش داشته و در حال حاضر بیشتر مشتریان نفتی ایران منتظرند تا نتایج مذاکرات در وین و رفع تحریم‌ها مشخص شود تا واردات نفت ایران را از سر بگیرند. صادرات نفت ایران در ۶ ماه گذشته افزایش داشته و در حال حاضر بیشتر مشتریان نفتی ایران منتظرند تا نتایج مذاکرات در وین و رفع تحریم‌ها مشخص شود تا واردات نفت ایران را از سر بگیرند. مذاکرات وین برای بازگشت آمریکا به برجام و احیای آن در حال برگزاری است؛ در کنار مذاکرات، ایران تلاش می‌کند جایگاه بازارهای نفتی خود را به‌دست آورد. در همین راستا امیرحسین زمانی‌نیا، معاون وزیر نفت با محمد بارکندو در وین دیدار کرد. رفتار سایر تولیدکنندگان نفت نیز خبر از بازگشت نفت ایران در آینده‌ای نزدیک به بازارهای جهانی می‌دهد. البته در این میان برخی از خریداران سنتی نفت ایران منتظر نتیجه مذاکرات نماینده‌اند و آنگونه که خبرگزاری «رویترز» اعلام کرده، چین به عنوان اصلی‌ترین مشتری ایران، واردات نفت خود از کشورمان را افزایش داده است. طبق گزارش رویترز صادرات نفت خام ایران به چین چهار درصد افزایش داشته و در چند ماه اخیر این میزان از صادرات بی‌سابقه بوده است. همچنین ایران برای از سرگیری تجارت نفتی خود با کشورهای آسیایی تماس می‌گیرد. گفته می‌شود در این شرایط، هند هم که به نتیجه‌بخش بودن مذاکرات در وین امیدوار است، می‌خواهد در سال جاری

واکسیناسیون کارگران برای تداوم چرخه تولید در اولویت قرار گیرد

رییس کانون عالی شوراهای اسلامی کار کشور گفت: برای حمایت از تولید و تحقق شعار سال باید واکسیناسیون کارگران در اولویت قرار گیرد تا نه تنها چرخ تولید متوقف نشود بلکه شاهد رونق این بخش باشیم. «ولیا علی بیگی» به مناسبت هفته کارگر در خصوص دغدغه قشر زحمتکش جامعه، اظهار داشت: هدف از نامگذاری این ایام (پنجم تا ۱۱ اردیبهشت ماه) به عنوان هفته کارگر، شنیدن صدای کارگران توسط تشکل‌های کارگری است و امیدوارم مسئولین هم این صداها را بشنوند. وی اظهار داشت: در دوران همه‌گیری کرونا اولین مشکل و دغدغه کارگران، اولویت قرار دادن در طرح واکسیناسیون است و با توجه به نامگذاری سال به عنوان «تولید، پشتیبانی‌ها، مانع‌زدایی» بنابراین تولید نه تنها نباید متوقف شود بلکه باید رونق بیشتری نسبت به گذشته داشته باشد.

آنی سفر

کارت چمدان و کیف مسافرتی

دیگر نگران گم شدن چمدان‌های خود نباشید!

آنی یاب

برای اطلاع بیشتر لطفاً با ما تماس بگیرید و شماره خود را در سامانه پیامک بفرستید

یابنده عزیزا! برای یافتن مالک کد ۱۴۰۰۰۰۱۱ را به سامانه ۳۰۰۰۵۰۲۰ پیامک کنید. و یا با شماره زیر تماس بگیرید.

واحد پشتیبانی: ۰۲۱-۹۱۰۱۳۴۰۰
Aniyab.com

روشن فعال سازی

کدرهگیری آنی یاب را به ۳۰۰۰۵۰۲۰ پیامک کنید
نوع و نام فلزات خود را در سامانه پیامک بفرستید
کارت را به چمدان‌ها و وسایل خود وصل کنید

www.Aniyab.com
Info@Aniyab.ir
[T.me/Aniyab](https://t.me/Aniyab)

یکی از مشکلات افراد هنگام مسافرت گم کردن ساک‌ها و چمدان‌ها می‌باشد و متأسفانه در بسیاری از پایانه‌ها و اماکن عمومی دیگر، همواره انبوهی از وسایل، ساک‌ها، کیف‌ها و... یافت می‌شود. آنی یاب مسافر با ارائه یک کارت PVC (پی وی سی) که به کیف، ساک یا چمدان و... متصل می‌شود با مکانیزم کدگذاری هوشمند، امکان ارتباط با مالک آن را پس از یافتن توسط افراد و... فراهم نموده است.

جهت سفارش این محصول با ۱۰٪ تخفیف کد ۲۷۶ را به ۳۰۰۰۵۰۲۰ پیامک کنید



واکسن زدن به معنای مصونیت نیست



راهکار برای جلوگیری از تخلفات در مسکن



اسکوچیچ: به تیم ملی خوش بین هستیم



۴ نوع متفاوت از «آلزایمر» شناسایی شد

سریال مر حوم انصاریان به جای «احضار» می‌آید



سریال «احضار» که در ۲۵ قسمت تهیه شده است، بر اساس برنامه یزیدی قبلی در شب‌های قدر پخش نمی‌شود و مینی سریال «سزده» بطور موقت جایگزین آن می‌شود. مجموعه نمایشی «سزده» با بازی زنده یاد علی انصاریان، بهرنگ علوی، نسیم ادینی و... از شنبه یازدهم اردیبهشت‌ماه (۱۹ تا ۲۳ تیر مبارک رمضان) همزمان با شبکه‌های قدر روی آنتن شبکه یک سیما می‌رود. پیش‌مجموعه «احضار» مجدداً از پنجشنبه ۱۶ اردیبهشت تا پایان ماه مبارک رمضان ادامه خواهد داشت.

«نوبت لیلی» جدیدترین سریال روح‌الله حجازی



«نوبت لیلی» به کارگردانی روح‌الله حجازی جدیدترین سریال اختصاصی نماواست که امسال منتشر خواهد شد. روح‌الله حجازی پس از فیلم‌های سینمایی «در میان ابرها»، «زندگی خصوصی آقا و خانم میم»، «زندگی مشترک آقای محمودی و بانو»، «مهرگ ماهی»، «اتاق تاریک» و «روشن» حالا اولین سریال خود را با حضور بازیگران مطرح سینما جلوی دوربین خواهد برد. نویسندگان این مجموعه مهدی شیرزاد، سروش چیت‌ساز و روح‌الله حجازی هستند و حجازی تهیه‌کنندگی و کارگردانی این مجموعه را هم بر عهده دارد. «نوبت لیلی» عاشقانه‌ای جذاب در سبکی جدید است که پس از دریافت مجوزهای قانونی، برای پخش در سال جاری تولید خواهد شد و اسامی بازیگران این سریال نیز به زودی اعلام خواهد شد.

