













دوره ۲۷ موفقیت و نبوغ مالی

دکتر محمد رضا ماجد

DBA , MBA , Electronic Eng. ,CFA candidate , NIP Coach

مدرسه موفقیت کار برای زندگی

اردیبهشت ماه ۱۴۰۱ – تهران

www.WFL.ir

۰۲۱۸۸۲۱۰۵۳۸ و ۰۲۱۸۸۰۶۳۱۹۷

۰۹۰۲۲۴۲۴۹۱۱

در تلگرام و اینستاگرام : @MMAJED.ir

شناخت ذهن ،
ضمیر خودآگاه و
ناخودآگاه
مهندسی ذهن

مقایسه ضمیر خودآگاه و ناخودآگاه

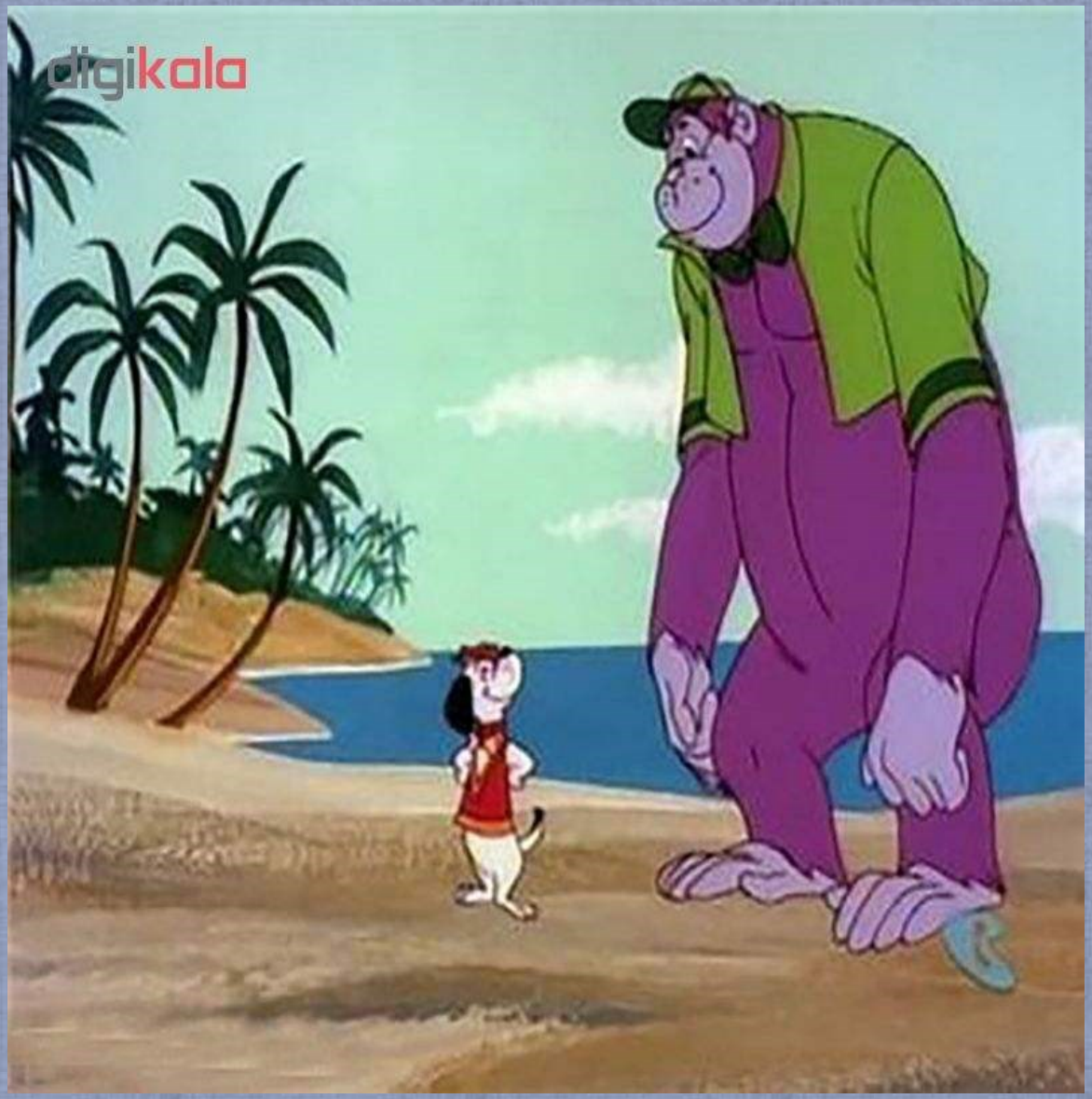




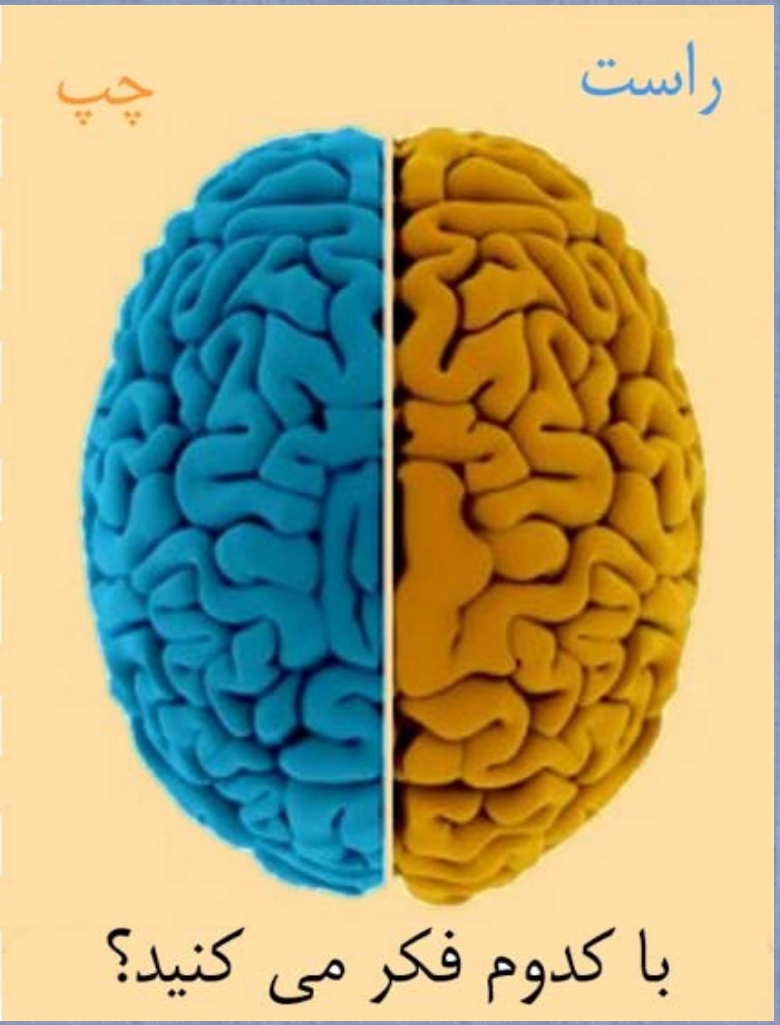


Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

گوریل انگوری و بیگلی بیگلی



اعمال مغز راست	اعمال مغز چپ
احساسی	منطقی
کلیات امور	جزئیات امور
تخیلات	واقعیت‌ها
علائم واشکال	لغات و زبان
حال و آینده	حال و گذشته
دین و فلسفه	ریاضیات و علوم
توانایی به دست آوردن معانی	توانایی فهمیدن و درک کردن
باور و عقیده	هوشمندی
قدرشناس بودن	قدردانی کردن
ادراک سه بعدی	ادراک ردیفی
شناخت کاربرد اشیا	نام اشیا
مبنای خیالی	مبنای واقعیت
بی‌پروایی	اهل عمل
اهل ریسک	اهل اطمینان
متخصص محتوا	متخصص متن
موزیک و هنر	علم و استدلال



Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

ویژگی‌های نیمکره راست مغز

- سمت چپ بدن را هدایت می‌کند.
- مرکز درک تصاویر و مقررات است.
- درک رنگ و لحن صدا در این قسمت است.
- قدرت تشخیص چهره‌ها را دارد.
- قدرت حل معما را دارد.
- تخیل و خواب در این ناحیه است.
- قدرت خلاقیت و کشف کردن دارد.

ویژگی‌های زنانه دارد.

- ورزش و حرکات موزون بدن در این ناحیه است.
- استعداد موسیقی در این قسمت است.
- حس لامسه و درک اشیاء به صورت سه بعدی در این قسمت است.
- جهت یابی توسط این قسمت مغز صورت می‌گیرد.
- با هنرهای نقاشی و طراحی سروکار دارد.
- مرکز احساسات و عشق و دوست داشتن دیگران است.
- ادراکات آن کل نگراست.
- قدرت نظم و طبقه بندی ندارد.
- قدرت درک ریاضیات و فلسفه را ندارد.
- مهارت مدیریت را بلد نمی‌باشد.
- خلاقیت و ذوق هنری دارد.

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

ویژگی‌های نیمکره چپ مغز

- قسمت راست بدن را کنترل می‌کند.
- ریاضیات و فلسفه را دوست دارد.
- نظم و طبقه بندی کردن را دوست دارد.
- همیشه منطقی و تحلیل گر با کارها برخورد می‌کند.
- با تنوع در زندگی مخالف است.
- مرکز به خاطر سپردن کلمات و اعداد است.
- مرکز حرف زدن و دستور زبان و ترتیب کلمات است.
- ویژگی مردانه دارد.
- با جزئیات سرو کار دارد.
- از انتقاد دیگران هراسان است.
- پردازش اطلاعات وطبقه بندی را به عهده دارد.
- عجول است و حوصله ندارد.
- هر چیز را فقط با حرف زدن توضیح می‌دهد و قدرت توضیح مطالب با مثال و شکل را ندارد .
- قدرت تخیل ندارد.
- استعداد موسیقی و نقاشی ندارد.
- قدرت خلاقیت و کشف ندارد.

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

موانع پرورش نیمکره راست:

افکاری که مانع رشد و تکامل نیمکره راست می‌شوند عبارتند از

من باید همیشه جدی باشم.

حق اشتباه کردن ندارم.

من باید عاقلانه عمل کنم و گرنه ....

کاری که انجام می‌دهم باید خوشایند دیگران باشد.

اگر از نتیجه‌ی کاری مطمئن نیستم نباید انجام دهم.

همیشه دنبال رو آدم‌های موفق باشم و شیوه‌ی عمل آن‌ها را تقلید کنم.

بر این باور باشم که آدم موفق کسی است که در انجام کارها همیشه ساده‌ترین و کوتاه‌ترین راه را برود.

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

راه‌های تقویت نیمکره راست

به مسائل به صورت کلی نگاه کنید نه جزئی .

سؤال‌های اگر و یا آنگاه را بپرسید و پاسخ‌های متفاوت پیدا کنید.

به خود مجال خیال بافی و فکرهای تخیلی بدهید.

از گردش در طبیعت لذت ببرید و به اصوات و رایحه‌ها توجه کنید.

بازی‌های فکری داشته باشید.

یادگیری را همیشه با کشیدن شکل و طرح انجام دهید.

نقاشی و طراحی را بیاموزید.

رمان بخوانید و داستان را به شکل تصویر در ذهن مرور کنید.

بیشتر نگاه و مشاهده کنید تا اینکه فقط گوش فرا دهید .

تصویر آرزوهای خود را در آینده ببینید.

بهدنبال ارتباطات بین افراد و اشیاء و موضوعات باشید.

بچه‌گانه فکر کنید و حس زیبا شناسی خود را تقویت کنید.

در تحقیقات و کارها , قدرت ریسک داشته باشید.

در رساندن مطلب به دیگران یا درس خواندن از مثال یا استعاره استفاده کنید.

دیگران را دوست بدارید , احترام بگذارید و تشکر کنید.

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

موانع پرورش نیمکره چپ

داشتن عقاید و باورهای زیر مانع از پرورش نیمکره چپ می‌شود

نظم داشتن در زندگی به معنای محدودیت است(آزادی یعنی نداشتن چارچوب)

ریاضیات و این‌گونه دروس خسته کننده است و من به هر زحمتی شده نباید با آن‌ها روبرو شوم.

توجه به جزئیات , تلف کردن وقت است.

نوشتن مطالب در زمان مطالعه , وقت گیر است و مرا خسته می‌کند.

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

راه‌های تقویت نیمکره چپ

- جدول حل کنید.
- کارهای هر روز را با جزئیات مشخص یادداشت کنید و برنامه ریزی داشته باشید.
- زمان مطالعه و درس خواندن , خلاصه برداری کنید.
- سعی کنید هنگام گوش دادن , مطالب را به حافظه بسپارید.
- افکار منطقی را تقویت کنید.
- برای انجام کارها آن‌ها را به مراحل کوچک‌تر تقسیم کنید و مرحله به مرحله کارها را انجام دهید.
- مطالعات ریاضیات و فلسفه را جزو برنامه‌های خود قرار دهید.
- بازی شطرنج و پازل را تمرین کنید.
- مهارت‌های مدیریتی را بیاموزید.
- در طبیعت برای لذت بردن بیشتر از حس شنوایی استفاده کنید.
- سخنوری و کنفرانس دادن را تمرین کنید.

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

ساختار مغز

- مغز به دو قسمت ضمیر خودآگاه (Conscious) و ضمیر ناخودآگاه (Unconscious) تقسیم می گردد.
- **ضمیر خودآگاه :** پاسخ دهنده به حاصل ضرب ۶ ضربدر ۸ می شود ...
- متولی پاسخ به کلیه عملیات ریاضی و نطقی
- متولی کنترل همه اعمال آگاهانه
- متولی کنترل مغز مثلا در شرایطی که کسی می خواهد شما را با باوری جدید آشنا کند
- **ضمیر نا خودآگاه :** مسئول همه کارهایی که بدون فکر و آگاهی انجامش می دهید.
- متولی ضربان قلب ، دمای بدن ، تنفس و هزاران عملیات اتوماتیک دیگر بدن.
- متولی کنترل احساسات
- متولی ذخیره باورها و خاطرات شما

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

ضمیر خودآگاه نگهبان و پیر خردمند ضمیر ناخودآگاه



Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

اصول حاکم بر عملکرد ضمیر ناخودآگاه

ضمیر ناخودآگاه بین واقعیت و آنچه تصورش می کنید تفاوتی قائل نیست.

ضمیر ناخودآگاه گذر زمان را سریعتر احساس می کند

هر چه ضمیر ناخودآگاه شما مدت طولانی تری به چیزی باور داشته باشد تغییر آن باورسخت تر است.

هر فکری باعث واکنشی فیزیکی خواهد شد.

هرچه انتظارش را بکشید به احتمال زیاد برای شما رخ خواهد داد

ضمیر ناخودآگاه مدام در حال یافتن شواهدی است که باورهای فعلی شما را محکم تر کند.

در تضاد بین ضمیر خودآگاه و ناخودآگاه همواره برنده ضمیر ناخودآگاه است.

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

ادامه اصول حاکم بر عملکرد ضمیر ناخودآگاه

وقتی یک ایده یک بار قبول شود ، در جای خود استوار خواهد ماند، تا ایده ای دیگر جای آنرا بگیرد.

هر چقدر تلاش آگاهانه بیشتر باشد ، پاسخ ضمیر ناخودآگاه کمتر خواهد بود.

دو ابزار برنامه ریزی ضمیر ناخودآگاه، تلقین و تکرار است.

ضمیر ناخودآگاه تولید رفتار و باور می کند.

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

تمرین شناخت خودآگاه و ناخودآگاه

تمرین ۱:

۱. در محلی آرام و راحت نشسته و تن آرامی کنید

۲. بصورت ارادی تنفس کنید و توجه به تنفس شما که برعهده ضمیر خوداگاه شماست

۳. رفته رفته توجه خود را از تنفس بردارید تا بصورت غیر ارادی انجام گیرد

۴. به تنفس اتوماتیک و سیستم خودکار آن توجه کنید

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

تمرین شناخت خودآگاه و ناخودآگاه

تمرین ۲:

۱. ضمیر خودآگاه مولد افکاراست

۲. ضمیر ناخودآگاه مولد احساسات است

۳. احساسات توسط ضمیر ناخودآگاه و غیرارادی تولید و قابل پیشگیری نیستند

۴. اما این احساسات توسط افکاری که در ضمیر خودآگاه تولید شده اند بوجود می آیند.

۵. در لحظه به افکار خود نگاه کنید و انها را شناسایی کنید

۶. در لحظه ببینید چه احساسی دارید

۷. رابطه بین افکار و احساسات خود را بیابید

راه صحیح برای تغییر یک باور

۱. ضمیر خودآگاه که مانند یک نگهبان برای مغز است

۲. بصورت منطقی ، شناختی ، تلقینی و یا با تکنیکهای هیپنوتیزم در ضمیر ناخودآگاه باور جدید را بکارید.

۲. این باور وارد ضمیر ناخودآگاه شده و مورد قبول و پذیرش قرار می گیرد.

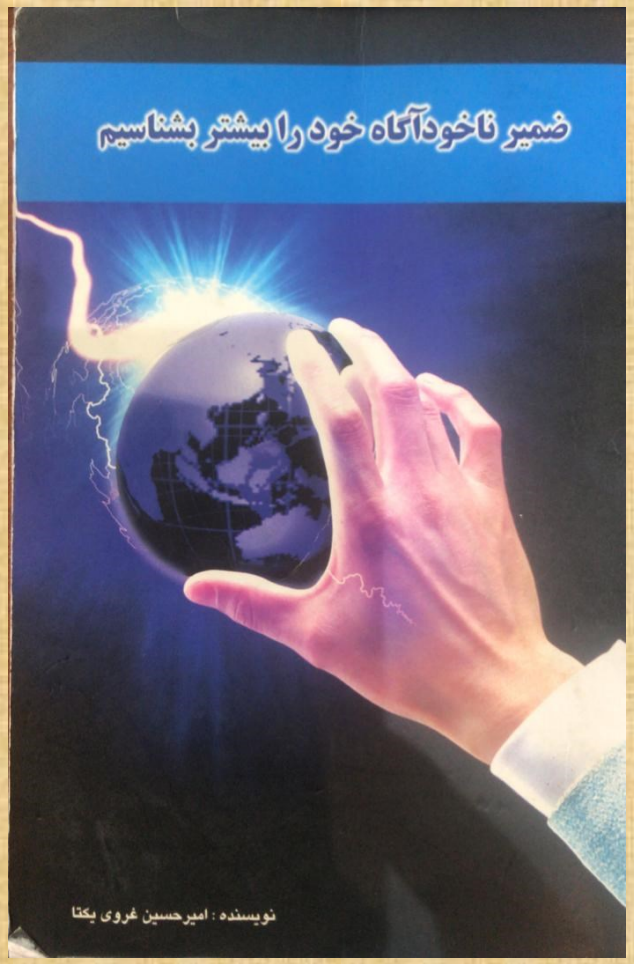
۳. با تکرار، تمرین ، حس خوب، اشتیاق و امیدواری ، باور جدید را پایدار کنید

۴. در تجسم خلاق خود، محقق شده نتیجه باور فوق را،بارها به تماشا بنشینید.

۵. تا جایی تصویر سازی ذهنی را ادامه دهید تا کاملا باور کنید مزیت این نوع باور را

Telegram : @WorkForLiving ,
@WFLschool Instagram : WorkForLiving
email: mrmajed@yahoo.com 88210538

کتاب این هفته :



ثروتمند شدن و تولید ثروت یک مهارت

قابل یادگیری است.

==========



محمد رضا ماجد

DBA , MBA , CFA candidate , NLP

مدرسه موفقیت و تولید ثروت

کار برای زندگی

دوره 27 بهار ۱۴۰۱

در تلگرام و اینستاگرام : @WorkForLiving

www.wfl.ir