

راز ثروت سریع ۱۱

مهارت درخواست
کردن



نویسنده: ماهان تیموری

* شما می توانید این کتاب را کپی کنید.
* شما می توانید این کتاب را هدیه بدهید.
* شما می توانید این کتاب را با دوستان خود به اشتراک بگذارید.
* شما می توانید این کتاب را بفروشید.

Instagram:mahanteymouri

Telegram.me/mahanteymouri



مقدمه:

چند بار تو زندگیتون با اینکه نیاز به کمک یا راهنمایی داشتین اما نتونستین درخواست خودتون رو بگید؟

آیا شده بگید، نیاز نیست من درخواستی داشته باشم، طرف مقابلم باید متوجه بشه که من چی می خوام؟! تا حالا شده بخاطر درخواست کردن، تحقیر شده باشید؟ فکر می کنید اگر درخواست چیزی رو داشته باشید، کارتون احمقانه به نظر میاد؟ و و و...

اگر بی شمار سوال هم در این رابطه پرسیده بشه!! با فاکتور گرفتن از افراد خنثی، معمولاً افراد به دو دلیل کلی، از درخواست کردن امتناع میکنند و در نهایت به این پاسخ می رسیم که:

- من توانایی درخواست چیزی رو ندارم و ترجیح میدم درخواست نکنم تا به عواقب کار گرفتار نشم!! (ترس از مورد توجه قرار نگرفتن - ترس از طرد شدن - ترس از «نه» شنیدن و...)
- اصلاً به اینکه می تونم درخواست کنم، فکر نکردم! معمولاً خودم کارهامو انجام میدم و فکر میکنم باید روی پای خودم بایستم! (افرادی که نمی دونن، می تونن، بیشتر از این چیزی که هستن و یا دارن، باشن و داشته باشن...)

پیشنهاد میکنم به ادامه ی صحبت های من خوب توجه کنید. من می خوام به نکاتی اشاره کنم که بتونید با قدرت این مهارت بسیار کاربردی رو در خودتون تقویت کنید و از این به بعد قدرتمندانه ارتباط برقرار کنید و درخواست های خودتون رو بدون هیچ دشواری بیان کنید.

دلایل بسیاری میتونه موجب این بشه که شما جرأت این کار رو نداشته باشید یا ندونید که میتونید خیلی راحت با محول کردن یکسری کارها به افراد دیگه به کاهاتون سرعت بدین و در عین حال بتونید به کارهای بیشتری رسیدگی کنید. شاید از کودکی بهمون گفتن: کاراتو خودت انجام بده! شاید بخاطر درخواست هامون مسخره شدیم و خیلی دلایل دیگه که باعث شده الان، این شیوه رو انتخاب کنیم.

دلایل شما برای اینکه درخواست نمی کنید جزء کدوم یکی از موارد بالاست؟ برای اینکه بتونید از راهکارهایی که در ادامه خواهم گفت، استفاده کنید، مهمه که بدونید، شما جزء کدوم دسته اید؟



پاسخ به سه سؤال مهم:

به طور کلی برای اینکه بتوانید درخواست خودتون رو عالی بیان کنید و دریافت عالی هم داشته باشید، باید به سه سؤال مهم پاسخ بدید:

۱- چی می خوام؟!!

۲- چقدر می خوام؟!!

۳- چطور باید بخوام؟!!



سؤال اول: چی می خوام؟

خیلی مهمه که بدونید چی می خواهید؟ اصلا تا به طور واضح و دقیق ندونید که چی می خواهید، چطور می تونید این درخواست رو انتقال بدید؟ غالبا افراد نمی دونن که چی می خوان!! فکر می کنید، چرا نمی دونیم که چی بخوایم؟ چون ارتباطمون با خودمون کمه! شایدم کاملا قطع شده باشه! چرا افراد به درخواست هایی که دارن مطمئن نیستن؟ چرا همش در شک و تردید هستن که آیا درخواستی که کردم درسته یا نه؟ چون ارتباطمون با خودمون کمه!

خیلی مهمه که **خودت رو خیلی خوب بشناسی!** بدون اینکه توجه کنی مردم در موردت چه می دونن و یا چی میگوین! وقتی انتخاب می کنی که مثل همه، زندگی کنی! وقتی انتخاب می کنی که مثل همه رفتار کنی! وقتی انتخاب می کنی که مثل همه کار کنی! چه انتظار داری از خودت؟ می خوای متفاوت باشی؟ همیشه!! می خوای ثروتمند باشی؟ همیشه!! می خوای بهترین زندگی رو داشته باشی؟ همیشه! چون تو انتخاب کردی که مثل همه باشی! بدون این که توجه کنی واقعا خودت چه کسی هستی؟ چه توانمندی هایی داری؟ چه طرز فکری داری؟ اگه فکر می کنی که می تونی با تقلید از همه، نتیجه ی متفاوت بگیری! سخت در اشتباهی! اصلا بگو بینم؛ واقعا چی می خوای؟ اگه هیچ ترسی از هیچ چیز - مسخره شدن - نه شنیدن - از دست دادن - و... نداشتی، چی می خواستی؟ بدون محدودیت بگو! بدون ترس بگو! همین الان تو ذهنت به سه تا از مهمترین خواسته هات فکر کن...

شما می تونید بی نهایت خواسته داشته باشید، بدون هیچ محدودیتی! فقط کافیه واقعا بدونید چی می خواهید...



ترس از بیان درخواست، یکی از مهمترین دلایل درخواست نکردن در افراد! این راهکاری که می گم، بهترین راهکاری هست که وجود داره و من به شما اطمینان می دم که با عمل به اون می تونید تغییر بزرگی رو در خودتون ایجاد کنید؛

برای اینکه ترس از هر چیزی رو از وجود خودتون دور کنید و کلا از بین ببرید، باید سه تا کار رو همزمان با هم انجام بدین و اون هم اینکه:

- ۱- با ترس مواجه شو (خودتو بنداز تو موقعیتی که ازش می ترسی)
- ۲- با افرادی که اون کار رو انجام دادن و موفق بودن ارتباط برقرار کن تا ببینی چه عملکردی داشتن. (بهبهت این باور رو میده که اون ها تونستن، پس من هم میتونم)
- ۳- خودت رو در بهترین شرایطی که به خواسته ات رسیدی، ببین. (تصور کن)

امیر مؤمنان (ع) می فرمایند: برای اینکه به ترس خود غلبه کنی خود را در آن بیفکن.

می خوام قبل از هر چیزی، پذیری که خیلی وقت ها این ترس ها واقعی نیستن و خودت با تخیل اونها رو خلق کردی؛ بنابراین می تونی با برداشتن قدم های کوچیک به سمتش کم کم، اعتماد بنفس بیشتری کسب کنی و در نهایت می بینی که با موفقیت، ترس رو پشت سر گذاشتی و به هدفت رسیدی. سعی کن زیاد به نتیجه فکر نکنی، مهم تر از اون باید به درست کار کردن متمرکز بشی! زمانی که درست و اصولی پیش بری، قطعاً نتیجه ای که می گیری عالی خواهد بود. یادت باشه که همه ی آدم ها به نوعی ترس دارن، اما فرق بین آدمای موفق با آدمای معمولی در اینه که اونها با وجود ترس هاشون پیش می رن! ترس مانع حرکت اون ها نیست، بلکه اونها پذیرفتن که ترس جزء ی از مسیر زندگیت.

هر بار که در چشمان ترس نگاه می کنی، قدرت، جرأت و اعتماد به نفس پیدا می کنی. قادر هستید به خود بگویید: «من با خوف و وحشت زندگی کردم. می تونم از عهده ی اتفاق بعدی نیز که روی می دهد، برآیم.» شما باید کاری را انجام دهید که تصور می کنید از عهده اش بر نمی آید.

الینور روزولت



سؤال دوم: چقدر می خوام؟

بعد از اینکه فهمیدیم که چی می خواهیم باید بدوینیم، چقدر یا چند بار می تونیم درخواست کنیم؟ مثلاً اگه یه بار درخواست کردیم و جواب نه شنیدیم، آیا دوباره می تونیم درخواستمون رو تکرار کنیم؟ اگه بازم جواب نه شنیدیم، چکار کنیم؟ اگه گفتن چقدر آدم سمجی هستی، چی؟ بازم بخوایم؟ (درخواست کردن اصول داره که من بهت یاد میدم)

خیلی از باورهای ما از همین تجربه های شکست و پیروزی که داشتیم، شکل گرفتن و الان خیلی ماهرانه ما رو کنترل می کنن. شاید در کودکی به دنبال گرفتن سوال های کنجکاوانه تون، تحقیر شدن که این خودش مهمترین دلیل میتونه باشه که نمی دونید چقدر باید بخواید؟ آیا تا رسیدن به خواسته تون باید تلاش کنید یا نه بی خیال نیازها و خواسته هاتون بشید؟ قطعاً نادیده گرفتن نیاز و درخواستتون چاره ی کار نیست...

اگر آگاهی داشته باشید، ترسی هم از عواقب کار ندارید... اگه آگاهی داشته باشید و چطور درخواست کردن رو بلد باشید، دیگه هراسی از اون نخواهید داشت... همه ی این ها مهارت هستن و شما خیلی راحت می تونید اون ها رو کسب کنید و در زندگی و ارتباطات خودتون از اون ها استفاده کنید.

اگه آگاهی داشته باشید، جواب نه شنیدن، آخر دنیا همیشه براتون! غرور بی جا، شما رو از رسیدن به خواسته تون منصرف نمی کنه! بخاطر قضاوت های دیگران خودتون رو اذیت نمی کنید! از اینکه نادون یا ضعیف به نظر بیاید خجالت نمی کشیدید!

بنابراین ازتون می خوام که به تکنیک های درخواست کردن که در ادامه خواهم گفت، خوب توجه کنید تا بتونید به بهترین شکل درخواستتون رو اعلام کنید تا نتیجه ی دلخواهتون رو دریافت کنید.



سوال سوم: چطور درخواست کنیم:

بسیار مهمه که بدونید چطور درخواست کنید تا نتیجه ای که مدنظرتونه رو دریافت کنید.

یک) با تمام وجود بخواید! وقتی شما درخواستی دارید که با تمام وجود به اون اعتقاد دارید و می خواید به هر نحوی که شده، اون رو دریافت کنید، صدای شما، کلام شما و زبان بدن شما، انرژی متفاوتی خواهد داشت که این باعث میشه مشتاقانه اون رو بیان کنید. با انتقال این انرژی خالصانه به طرف مقابل، شک نکنید که مورد پذیرش قرار می گیرید و درخواستتون اجابت میشه.

دو) باور کنید که به خواسته ی خود رسیده اید! وقتی باور شما موفقیت است و با این حس مثبت، قدمی به سمت برآورده شدن خواسته تون بر می دارید، بی تردید نتیجه ی مثبتی هم خواهید گرفت و این باور قلبی به گرفتن نتیجه ی مثبت، روی تمام حالات و رفتار شما تأثیر مثبت خواهد گذاشت و شما به همان چیزی که باور داشتید- یعنی مورد پذیرش قرار گرفتن- خواهید رسید.

سه) انتظار تان موفقیت باشد! تا زمانی که انتظار نداشته باشید که به خواسته ی خود می رسید، این اتفاق نخواهد افتاد. بنابراین مطمئن درخواست کن، طوری که فقط انتظار موفقیت داری! طوری که انقدر به کاری که می کنی، مطمئن هستی که فقط باید با تو موافقت کنن و چاره ای غیر از این وجود نداره!

چهار) آنچه را که می خواهید درخواست کنید، نه آنچه را که نمی خواهید! خیلی مهمه که تو دقیقاً چیزی رو درخواست کنی که می خوای، حاشیه نرو، فقط چیزی رو بخواه که می خوای، با چیزایی که نمی خوای اصلاً کاری نداشته باش، یعنی اصلاً نیاز نیست که بگی چه چیز هایی رو نمی خوای! انرژی رو بذار رو بیان چیزهایی که می خوای!



پنج) واضح و دقیق بخواه: یعنی دقیقاً بگو چی می خوای! مثلاً وقتی به بعضی ها می گم چقدر می خوای درآمد داشته باشی؟ میگن: یه عالمه! خیلی! زیاد!!! به نظرتون اگه به یه نفر بگی به من یه عالمه پول بده، چیکار میکنه؟ حتما میزنه زیر خنده و در بهترین حالتش میگه دوست من، یه عالمه یعنی چقدر؟ و اگه شما دقیقاً ندونی چقدر می خوای، قطعاً چیزی هم دریافت نمی کنی! بنابراین دقیق بخواه!

شش) توجه کن از چه کسی درخواست می کنی! باید از کسی چیزی بخوای که اون رو داشته باشه تا بتونه درخواستت رو اجابت کنه؛ مثلاً برای اینکه یه کسب و کار جدید راه بندازی باید بری پیش کسانی که قبل از تو، انجامش دادن و از درون با اون آشنا هستن تا بتونی هر سوالی داری رو ازشون بپرسی. صحبت با آدمایی که هیچ تجربه ای در اون رابطه ندارن نه تنها مفید نیست بلکه امکان داره کلاً از مسیر منحرف بشی و بگی اینم از درخواست کردن؟! دیدی؟ دیدی من بلد نیستم؟! دوست خوبم، درخواستت رو از اهلهش بخواه...

هفت) شنیدن «نه» آخر دنیا نیست! مطمئن باش که اگه به درخواستی که داری - فرقی نمیکنه بزرگ و کوچیک - مطمئن باشی، حتماً کسی هست که بتونه و بخواد که برات کاری بکنه و تو رو به خواسته ات برسونه، باید نگرشت رو به شنیدن کلمه ی «نه» عوض کنی! امروز دیگه «نه» شنیدن به معنی متوقف شدن نیست! «نه» یعنی اصلاً مسئله ای نیست! بریم سراغ نفر بعدی □ ... با هر بار که درخواستت رو رد می کنن باید بررسی کنی که چرا درخواستت رو رد کردن؟ خیلی وقت ها در همین رد شدن ها کلی نکته ی مثبت یاد میگیری که باعث میشه حرفه ای تر و عالی تر ظاهر بشی؛ بنابراین قدرتمندانه بر روی رسیدن به خواستت پافشاری کن...



می خوام بهت بگم که خیلی مهمه که برای موفقیت و عالی شدن تو هر زمینه ای که مدنظرته، یکسری مهارت رو یاد بگیری. اصلا مهم نیست که تا حالا چه عملکردی داشتی، اصلا مهم نیست که تا حالا چه دستاوردهایی داشتی، مسئله ی مهم اینه که بخوای و تصمیم بگیری که برای بهترین شدنت، تمام تلاشت رو بکنی و باور داشته باشی که تمام تلاش هات به نتیجه می رسن. دوست خوبم، حالا که این مقاله رو خوندی و به برنامه ی آموزشی هم نگاه کردی، باید تصمیم خودت رو بگیری! می خوای معمولی باشی یا عالی؟ می خوای خوب باشی یا بهترین؟ می خوای زندگیتو همون طور که دوست داری و لیاقتش رو داری، بسازی یا نه؟ پس بلند شو و شروع کن! با تغییر دادن روش زندگی کردنت، می تونی دنیاتو تغییر بدی! هیچ اشکالی نداره تا حالا فکر می کردی که اگه درخواست کنم، ضایع میشم! اگه درخواست کنم، بهم میگوین، احمق! اگه درخواست کنم، جواب در بشنوم؟! اگه درخواست کنم، نشه چی؟ بعد از این باید بدونی که برای اینکه موفق بشی باید بتونی راحت و بدون دغدغه درخواست هات رو اعلام کنی تا بتونی هم زندگی خودت رو عالی رقم بزنی هم زندگی اطرافیانت رو بهتر کنی. خیلی از شرایط عالی که خیلیا الان دارن، بخاطر یه درخواست واضح، به موقع و خالصانه بوده! باور کن اگه واقعا از صمیم قلبت برای هدفی می جنگی که ایمان داری با عملی شدنش شرایط بهتر میشه، دنیا بهتر میشه و زندگیت عالی تر میشه، خدا کمکت می کنه!! خداوند، خودش از ما خواسته که بخوایم!!

خدا هیچ وقت برای بندهاش کم نخواسته، کافیه ازش درخواست کنی، در اون صورته که روزیت رو زیاد میکنه... بخواه تا اجابت شوی... منم ازت می خوام که بزرگ بخوای، جرأت کن و بخواه... یکم فکر کن... ببین واقعا اگه هیچ ترسی از هیچ چیز نداشتی و این قدرت رو بهت داده بودن که بدون نگرانی به هر آنچه می خواستی دست پیدا می کردی، چی می خواستی؟

می خوام بهت بگم که تو واقعا این قدرت رو داری و خداوند عهد بسته، هر آنچه بخوای رو بهت بده...

امام صادق (ع) می فرمایند: خداوند همه ی وسایل مورد نیاز بنده ای که خواسته ای داره رو محیا می کنه تا بتونه به خواسته اش برسه.



یقین داشته باش که همینطوره! تو الان هر آنچه داری، روزی جزء خواسته هات بوده! درسته؟ پس بزرگ بخواه! قشنگ بخواه! توکل کن به خدا و راه بیفت، برای رسیدن به خواسته هات باید به نیرویی بالاتر از توان و اراده ی خودت تکیه کنی که من بهت اطمینان می دم که بتونی با تکیه بر این قدرت مطلق، به تمام خواسته هات برسی! وقتی از خدا می خواهی که کمکت کنه تا بتونی در کارهات موفق بشی، دلت قرصه که هر اتفاقی بیفته به نفع توئه! مطمئن باش که تلاش های تو برای رسیدن به خواسته ات، بی نتیجه نمی مونه! این یه قانونه! تو به اندازه ی خواسته ات و به اندازه ی انرژی که برای رسیدن به خواسته ات صرف می کنی، دریافت خواهی کرد. سعی کن خواسته ات رو شخصی نکنی، یعنی منافع رسیدن به خواسته ات رو خیلی بزرگ وسعت بده! در این صورت، دنیا برای کمک به تو آمادگی شو اعلام میکنه و تو خیلی زودتر از آنچه انتظار داری به نتیجه عالی خواهی رسید...

خداوند در آیه ی ۱۸۶ سوره ی بقره می فرماید:
و هنگامی که بندگان من، از تو درباره ی من سؤال کنند بگو: من نزدیکم! دعای دعا کننده را، به هنگامی که مرا می خواند، پاسخ می گویم...

دعا کردن یعنی درخواست کردن و می خوام با گفتن این آیه از کتاب آسمانی مون بگم که درخواست کردن بسیار مهمه!! یعنی باید بخواهی تا اجابت بشی!! مگه خداوند نمیگه من به همه چیز آگاهم و از نهان ترین مسائل شما با خبرم؟؟!! پس چرا از ما خواسته تا بخواهیم؟ نکته ی بسیار مهمی در این آیه و آیه های دیگری که در همین زمینه وجود داره، هست که آن هم این است که: برای اینکه چیزی را بدست بیاری باید بخوای!
وقتی خداوند که به همه چیز آگاه و تا ما نخواهیم اجابتمون نمی کنه، بنابراین «مهارت درخواست کردن» چقدر می تونه مهم و حیاتی باشه در ارتباطات و زندگی روزمره ما!!

* پیشنهاد می کنم کتاب تأثیر دعا و خیر خواهی بر کسب ثروت و آرامش رو هم بخونید. برای خوندن این کتاب به سایت ما www.mahanteymouri.ir بروید.



برای ثروتمند شدن باید بزرگ فکر کنی! همیشه محدود باشی! باور فراوانی نعمات الهی رو در خودت قوی کن و از خودت انتظار بیشتری داشته باش! باور کنی که همه می تونید ثروتمند باشید! دنیا بی نهایته و این شما هستید که خودتون رو محدود می کنید به مقدار معینی از نعمت ها! این شما هستید که تعیین می کنید چه مقدار ثروت وارد زندگیتون بشه!

برای گرفتن نتایج متفاوت باید کارهای متفاوتی انجام بدین... برای انجام دادن کارهای متفاوت، باید نگرشتون رو نسبت به مسئله تغییر بدین و برای تغییر فکر و نگرشتون باید آگاهی پیدا کنید!!

درخواست کن؛ به تو داده خواهد شد؛ جستجو کن؛ خواهی یافت؛ در بزن؛ دری به روی تو باز خواهد شد...

کلام آخر:

دوست خوبم؛ کلام آخرم اینه که تو لایق بهترین های... تو لایق آرامشی... تو لایق آسایشی... تو لایق ثروتمند شدنی... به خودت افتخار کن که اشرف مخلوقات... به خودت افتخار کن که همین الان تصمیم گرفتی قدم مثبتی به سمت خواسته هات برداری... به خودت افتخار کن که خدایی داری که همیشه و همه جا حواسش بهت هست و عهد بسته که تو رو به خواسته هات برسونه... قشنگ بخواه... بزرگ بخواه...

**شاد و پیروز و سربلند باشید.
ماهان تیموری**



پیشنهاد این هفته ما به شما دوست عزیز:

هدیه ی ما به تمام کسانی که به مطالعه علاقمندند.

دانلود رایگان کتاب

پرواز با عقاب ها

«اهمیت ارتباطات در موفقیت»

این کتاب بیش از صد هزار بار دانلود شده است.



برای دانلود کتاب روی لینک زیر کلیک کنید:

<http://goo.gl/wtWckX>