

قدرت

راندا برن
مهدی قراچه‌داغی



سرشناسه	Byrne, Rhonda, برن، راندا،
عنوان و نام پدیدآور	: قدرت/ نویسنده راندا برن؛ مترجم مهدی قراچه‌داغی؛ ویراستار لیلا لقایی.
مشخصات نشر	: تهران: ایران‌بان، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری	: ۲۲۵ ص: مصور (رنگی).
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۱۸۸-۰۰۰-۱
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: عنوان اصلی: The Power, c201۰.
یادداشت	: کتاب حاضر توسط ناشرین و مترجمان متفاوت منتشر شده است.
موضوع	: کنترل (روانشناسی)
شناسه افزوده	: قراچه‌داغی، مهدی، ۱۳۲۶ -، مترجم
شناسه افزوده	: لقائی، لیلا، ۱۳۲۶ -، ویراستار
رده‌بندی کنگره	: ت ۱۳۸۹ ق ۴ ب ۶۱۱ BF
رده بندی دیویی	: ۱۵۵/۲۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۱۱۴۳۴۹

به نام او



قدرت

نویسنده: راندا برن
مترجم: مهدی قراچه‌دانی
ویراستار: لیلا تقایی
صفحه‌آرایی: منصوره بختیاری
لیتوگرافی: اطلس چاپ
چاپ و صحافی: ایمان
شمارگان: ۱۱۰۰ نسخه
نوبت چاپ: اول، ۱۳۸۹
قیمت: ۶۰۰۰ تومان

نشانی: تهران - میدان فردوسی - خیابان ایرانشهر جنوبی - ساختمان شماره ۵ - طبقه ۲
تلفن: ۸۸۳۱۵۳۵۰ - ۸۸۳۱۵۸۴۹ - ۸۸۳۱۵۸۵۰
فکس: ۸۸۳۰۱۴۵۳

iranban_pub@yahoo.com

۱۰	مقدمه
۱۴	قدرت چیست؟
۳۶	قدرت احساسات
۵۲	فرکانس‌های احساس
۷۰	قدرت و آفرینش
۹۰	احساس، آفرینش است
۱۰۸	زندگی شما را تعقیب می‌کند
۱۲۸	کلیدهای قدرت
۱۵۸	قدرت و پول
۱۷۸	قدرت و روابط
۱۹۸	قدرت و سلامتی
۲۲۰	قدرت و شما
۲۴۰	قدرت و زندگی

«علت همه‌ی کمالات و همه‌ی چیزها،
در عالم هستی نهفته است.»
لوح زمردین، در حدود (۳۰۰۰ سال قبل از میلاد مسیح)

تقدیم به شما

پیشگفتار

۹ سپتامبر سال ۲۰۰۴ را هرگز فراموش نخواهم کرد، وقتی بیدار شدم به نظر می‌آمد روزی مانند همه‌ی روزهای دیگر باشد، اما آن روز تبدیل به بزرگ‌ترین روز زندگی من شد.

مانند بیش‌تر مردم در تمام مدت زندگی‌ام کار و تلاش کرده بودم و به بهترین شکلی که امکانش وجود داشت با دشواری‌ها و موانع زندگی روبه‌رو شده بودم، اما سال ۲۰۰۴، سال به شدت سختی برای من بود و در تاریخ ۹ سپتامبر زندگی مرا به زانو درآورد. به نظر می‌رسید روابط زناشویی، سلامتی، حرفه و وضعیت مالی‌ام با مشکلات جبران‌ناپذیری مواجه شده است. راهی برای خروج از انبوه مشکلاتی که احاطه‌ام کرده بودند سراغ نداشتم، سپس آن اتفاق افتاد.

دخترم کتابی را که یک‌صد سال قبل نوشته شده بود به دستم داد (علم ثروتمند شدن، اثر والیس واتلز). نود دقیقه طول کشید تا کتاب را خواندم. تمام زندگی‌ام متحول شد. فهمیدم که اتفاقات زندگی‌ام چگونه رخ داده‌اند و بلافاصله فهمیدم

چه باید بکنم تا اوضاع را به طور دقیق آن گونه که می‌خواهم درآورم. من به رازی پی برده بودم. رازی که طی قرون متمادی وجود داشت، اما فقط معدودی به آن پی برده بودند.

از آن لحظه به بعد دنیایی که می‌دیدم دیگر دنیای سابق نبود. آنچه درباره‌ی شیوه‌ی زندگی می‌پنداشتم نقطه‌ی مقابل آن چیزی بود که حقیقت داشت. من ده‌ها سال با این باور زندگی کرده بودم که حوادث زندگی، به خودی خود برای ما اتفاق می‌افتد، اما حالا به حقیقتی شگفت‌انگیز پی برده بودم.

به این نتیجه رسیدم که اکثریت مردم این راز را نمی‌شناسند و از این رو، بر آن شدم تا این راز را با مردم در میان بگذارم. با وجود مشکلات عدیده، فیلم «راز» را ساختم که در سال ۲۰۰۶ اکران شد. مدتی پس از آن، در همان سال کتاب «راز» را به رشته‌ی تحریر درآوردم. نوشتن این کتاب به من این امکان را داد تا مطالب بیشتری را با مردم در میان بگذارم.

وقتی کتاب راز چاپ شد به سرعت برق و باد به اقصی نقاط جهان رسید. امروزه، ده‌ها میلیون نفر در همه‌ی کشورهای دنیا توانسته‌اند با علم و اطلاعی که به دست آورده‌اند زندگی خود را متحول کنند.

وقتی مردم آموختند که زندگی خود را با خواندن کتاب راز متحول کنند هزاران حکایت شگفت‌انگیز را با من در میان گذاشتند. فهمیدم که چرا مردم این همه مشکل را در زندگی خود تجربه می‌کنند. علم و آگاهی جدید و

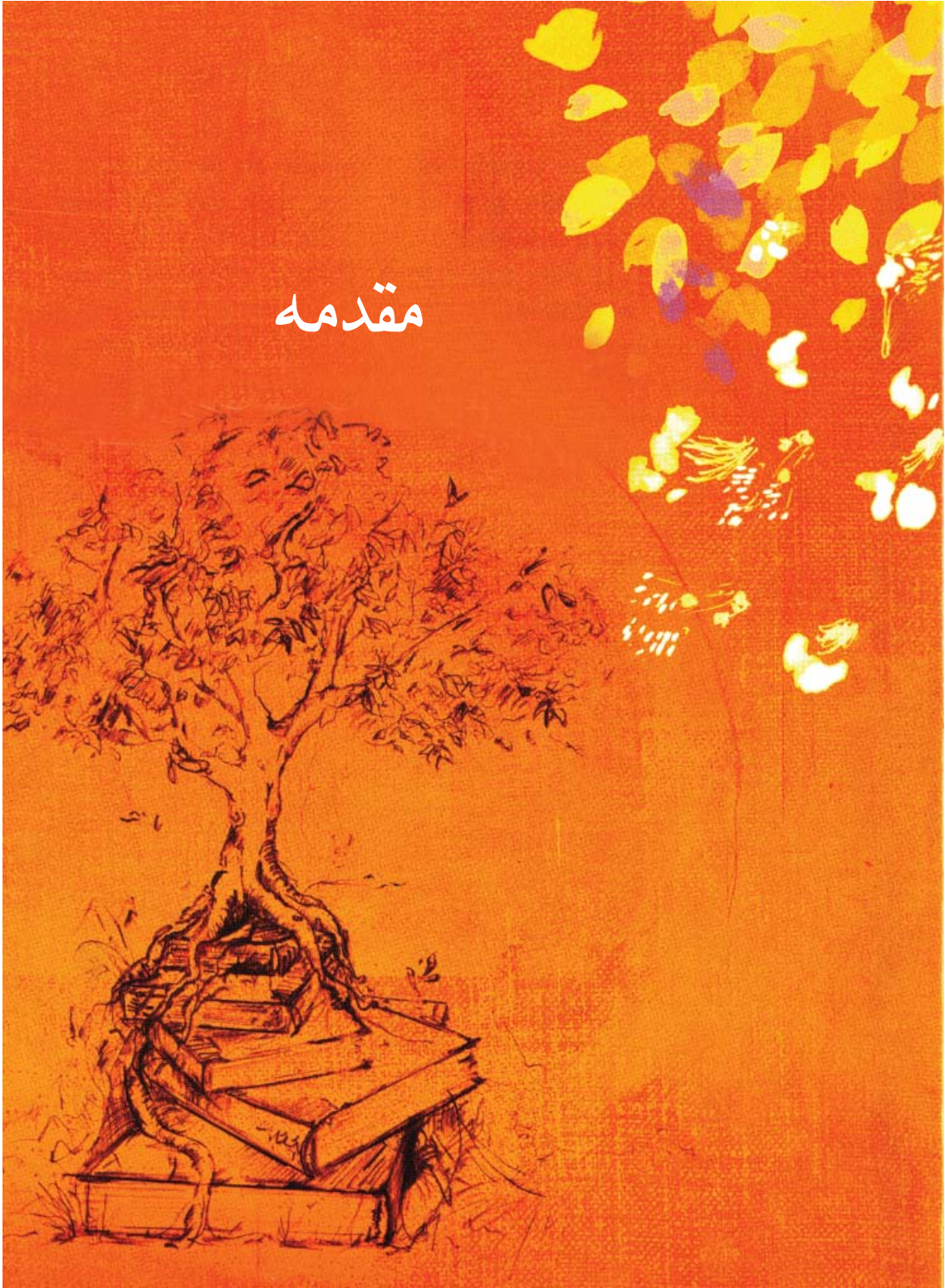
بینش تازه‌ای که به دست آوردم تا کتاب «قدرت» را بنویسم - دانشی است که می‌تواند زندگی‌ها را به یک‌باره دگرگون کند.

«راز»، قانون جذب را پیش می‌کشد که این قدرتمندترین قانون حاکم بر زندگی ماست. کتاب قدرت دربرگیرنده جوهر همه‌ی چیزهایی است که بعد از انتشار کتاب راز در سال ۲۰۰۶ آموخته‌ام. در کتاب قدرت می‌آموزید فقط یک موضوع است که با آن می‌توانید روابط، اوضاع پولی، سلامتی، خوشبختی و کارتان را در زندگی متحول کنید.

برای این‌که از کتاب قدرت برای تغییر دادن زندگی‌تان استفاده کنید حتی نباید کتاب راز را از قبل خوانده باشید، زیرا آنچه که لازم است بدانید در کتاب قدرت مندرج است، اما اگر کتاب راز را قبلاً خوانده باشید این کتاب بی‌درنگ بر دانستی‌های شما اضافه خواهد کرد.

مطالب بسیاری هست که باید بدانید. مطالب فراوانی هست که باید درباره‌ی خود و زندگی‌تان درک کنید و این موضوع خویست. بیش از خوب، یک پدیده‌ی کم‌نظیر است.

مقدمه



مقرر این است که زندگی شگفت‌انگیزی داشته باشید.

مقرر است آنچه را که می‌خواهید و دوست دارید به دست آورید. مقرر است که کاری هیجان‌انگیز داشته باشید، خلق شده‌اید تا به همه‌ی خواسته‌های خود برسید، قرار است روابط شما با خانواده و دوستان‌تان سرشار از شادی و شادکامی باشد. قرار است پولی را که برای داشتن یک زندگی سرشار و شگفت‌انگیز به آن نیاز دارید به دست آورید. مقرر است که به رؤیاهای‌تان تحقق بخشید. اگر میل سفر دارید مقرر است که سفر کنید، اگر دوست دارید تجارتی راه‌اندازی کنید مقرر است که تجارتی را شروع کنید. اگر دوست دارید قایقرانی یاد بگیرید، اگر مایلید زبان ایتالیایی بخوانید، مقرر است که به این خواسته‌های خود برسید. اگر می‌خواهید موسیقی‌دان، دانشمند، تاجر، مخترع، سخنران، والد یا هر کس دیگری بشوید، مقرر است که به این خواسته‌های خود برسید.

وقتی هر روز از خواب بیدار می‌شوید باید سرشار از هیجان باشید، زیرا می‌دانید که روزتان پر از همه‌ی موضوعات عالی خواهد بود. قرار است بخندید و از زندگی لذت ببرید. قرار است قدرتمند و در امنیت باشید. قرار است درباره‌ی خود احساس خوبی داشته باشید و بدانید که موجودی بیش از اندازه ارزشمند هستید، البته در زندگی با مشکلاتی روبه‌رو خواهید شد و قرار هم بر این است که با مشکلاتی روبه‌رو شوید، زیرا این‌ها به رشد شما کمک می‌کنند، اما شما خلق شده‌اید تا با این مسائل و مشکلات روبه‌رو شوید. قرار است که پیروز و موفق باشید. قرار است شاد و خوشبخت باشید، قرار است زندگی شگفت‌انگیزی داشته باشید.

برای تقلای خلق نشده‌اید. برای آن خلق نشده‌اید که در زندگی لحظات محدود شادی و شادکامی داشته باشید. خلق نشده‌اید که هفته‌ای پنج روز به شدت غرق در کار شوید و فقط در تعطیلات آخر هفته لحظه‌هایی کوتاه و کم‌دوامی از شادی و رضایت را تجربه کنید. خلق نشده‌اید که با انرژی کمی پایان هر روز از شدت کار احساس خستگی و فرسودگی کنید. زاده نشده‌اید که نگران و هراسان باشید زاده نشده‌اید که رنج ببرید. زندگی این‌گونه چه لطفی دارد؟ شما آفریده شده‌اید که یک زندگی سرشار داشته باشید، به آنچه می‌خواهید دست یابید و از شادی، سلامتی، نشاط، هیجان و عشق بهره‌مند شوید.

زندگی رویایی شما، تمام آن چیزهایی است که دوست دارید، داشته باشید و

مقدمه ۱۳

انجام دهید، همیشه بیش از حدی که تصور می‌کنید به شما نزدیک بوده است،
زیرا قدرت آنچه را که می‌خواهید در درون شما وجود دارد!

«قدرتی برتر و نیرویی حاکم وجود دارد که بر این دنیای

بی‌کران حکومت می‌کند. شما بخشی از این قدرت هستید.»

پرتیس مالفورد (۱۸۹۱-۱۸۳۴) نویسنده

در این کتاب، می‌خواهم راه رسیدن به یک زندگی شگفت‌انگیز را به شما
بیاموزم. به نکته‌ی شگفت‌انگیزی درباره‌ی خودتان، زندگی‌تان و عالم هستی
پی می‌برید. زندگی به مراتب ساده‌تر از آن است که تصور می‌کنید. وقتی از
طرز کار زندگی سردرآوردید، وقتی دانستید چه قدرتی در درون شما وجود
دارد، معجزه زندگی را، به کامل‌ترین شکل ممکن محقق می‌کنید و به زندگی
شگفت‌انگیزی می‌رسید.

حال بگذارید تا معجزه زندگی شما آغاز شود.

قدرت چیست؟



قدرت چیست؟ ۱۵

«این که این قدرت چیست، نمی دانم، فقط می دانم که وجود دارد.»

الکساندر گراهام بل (۱۸۷۴-۱۹۲۲)

مخترع تلفن

زندگی ساده است. زندگی شما فقط از دو نوع چیز تشکیل شده است - موضوعات مثبت و موضوعات منفی. هر زمینه‌ای از زندگی شما، خواه سلامتی باشد یا پول، یا رابطه‌ی زناشویی، کار یا خوشبختی برای شما یا مثبت یا منفی است. یا پول فراوان دارید یا کم پولید. یا سالم هستید یا بیمار. یا زندگی زناشویی شادمانی دارید یا سخت و دشوار. کارتان موفق و هیجان‌انگیز است یا ناموفق و ناراحت کننده، یا شاد و خوشبخت هستید یا در اغلب مواقع حال و روز خوشی ندارید. سال‌های خوش دارید یا سال‌های ناخوشایند. اوقات خوب یا اوقات بد، روزهای خوب یا روزهای بد.

اگر منفی‌هایتان از مثبت‌هایتان در زندگی بیشتر باشد، در این صورت اشکال

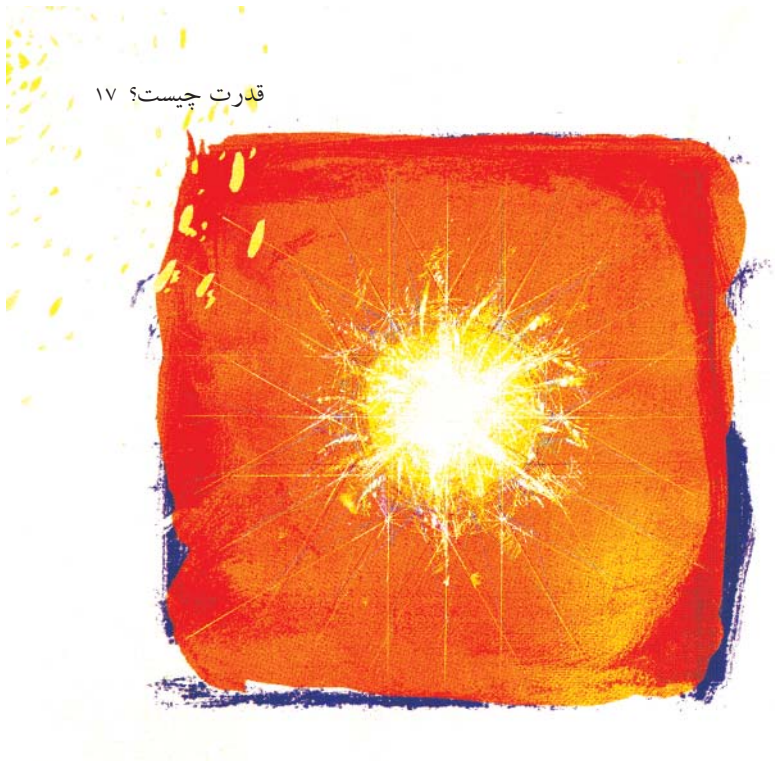
بزرگی در زندگی شما وجود دارد و شما این را می‌دانید. دیگرانی را می‌بینید که زندگی‌شان پر از موضوعات خوب است و حسی به شما می‌گوید که شما هم شایسته‌ی این موضوعات خوب هستید و حق با شماست. شما به راستی شایسته یک زندگی سرشار و عالی هستید.

اغلب کسانی که زندگی عالی‌ای دارند نمی‌دانند چه کرده‌اند که این زندگی عالی نصیبشان شده است، اما به هر حال، کاری کرده‌اند و از قدرتی استفاده کرده‌اند که علت همه موضوعات خوب زندگی‌شان است.

بدون استثنا هر کس که زندگی عالی‌ای دارد از عشق برای رسیدن به آن استفاده کرده است. قدرت رسیدن به همه‌ی موضوعات مثبت و خوب زندگی، عشق است.

از بدو پیدایش هستی درباره‌ی عشق سخن‌ها گفته شده و مطالب بسیاری نوشته شده است. اندیشمند، فیلسوف، پیامبر و رهبر، همگی درباره‌ی عشق سخن گفته‌اند، اما بسیاری از ما حرف‌های مدبرانه‌ی آن‌ها را درک نکرده‌ایم. با آن‌که همه‌ی آن‌ها برای مردمان زمانه‌ی خود سخن گفته‌اید. پیام آن‌ها به همه‌ی مردم جهان همچنان در کلمه‌ای خلاصه است؛ عشق. زیرا وقتی عشق دارید از بزرگ‌ترین قدرت عالم هستی برخوردارید.

قدرت چیست؟ ۱۷



نیروی عشق

«عشق عنصری است که گرچه دیده نمی‌شود، چون آب و هوا
حقیقی است؛ نیرویی فعال، زنده، و در حرکت، چون امواج و
جریان باد که در اقیانوس حرکت می‌کنند.»

پرتیس مالفورد (۱۸۹۱-۱۸۳۴) نویسنده

نوع عشقی که بزرگ‌ترین اندیشمندان و صالحان جهان درباره‌اش حرف
زده‌اند، با آنچه اکثریت مردم از آن برداشت می‌کنند، تفاوت فراوان دارد. این

چیزی بیشتر از دوست داشتن خانواده، دوستان و اشیا و اموال مورد نظر است، زیرا عشق فقط یک احساس نیست. عشق نیرویی مثبت است. عشق نیروی مثبت زندگی است. عشق علت هر چیز مثبت و خوب است، یکصد نیروی مثبت مختلف در زندگی وجود ندارد. تنها، یک نیرو وجود دارد.

قدرت‌های بزرگ طبیعت مانند جاذبه و الکترومغناطیس را نمی‌توانیم ببینیم، اما درباره‌ی قدرت‌شان جای بحثی وجود ندارد. به همین شکل، نیروی عشق برای ما نامرئی است، اما قدرتش از هر قدرتی در طبیعت بیشتر است. شاهد مثال قدرتش را در همه‌ی دنیا می‌توان دید. بدون عشق زندگی وجود خارجی ندارد.

لحظه‌ای به این موضوع بیندیشید: دنیای بدون عشق چه معنا و مفهومی دارد؟ اول این که شما وجود خارجی نخواهید داشت. بدون عشق نمی‌توانستید متولد شوید. افراد خانواده و دوستان شما هم نمی‌توانستند متولد شوند. در واقع، حتی یک انسان در این عالم هستی زندگی نمی‌کرد. اگر نیروی عشق امروز متوقف می‌شد نژاد انسان کاهش می‌یافت و سرانجام از بین می‌رفت.

هر اختراع، اکتشاف و هر آفرینش آدمی از عشقی که در دل انسان بود صورت خارجی پیدا کرده است. اگر عشق برادران رایت نبود نمی‌توانستیم در هواپیما بنشینیم و پرواز کنیم. اگر به دلیل عشق دانشمندان، مخترعان و کاشفان نبود، برق، گرما یا نور و روشنایی نداشتیم، نمی‌توانستیم اتومبیل برانیم یا از

قدرت چیست؟ ۱۹

تلفن و سایر وسایل برقی و از تکنولوژی‌های دیگر که به لطف آن‌ها زندگی برایمان ساده‌تر شده است استفاده کنیم. بدون عشق معماران و سازندگان، خانه و ساختمان و شهر وجود خارجی پیدا نمی‌کردند. بدون عشق پزشک و دارو یا تسهیلات اضطراری و اورژانس وجود خارجی پیدا نمی‌کردند. نه معلمی باقی می‌ماند، نه مدرسه‌ای و نه تحصیلاتی. نه کتابی داشتیم و نه نقاشی و نه موسیقی، زیرا همه‌ی این‌ها ناشی از نیروی مثبت عشق هستند. به اطراف‌تان نگاه کنید. آنچه را که می‌بینید مخلوق آدمی است و بدون عشق وجود خارجی پیدا نمی‌کرد.

«عشق را از این دنیا حذف کنید، تا کره‌ای خاکی ما به مقبره‌ای تبدیل شود.»

رابرت براونینگ (۱۸۸۹-۱۸۱۲)

شاعر

عشق نیرویی است که شما را به حرکت وامی‌دارد.

هر کسی که بخواهید باشید، هر کاری که بخواهید بکنید و هر آنچه را که می‌خواهید داشته باشید؛ از عشق نشئت می‌گیرند. بدون عشق حرکت نمی‌کنید. نیرویی نخواهد بود که تحت تأثیرش صبح از خواب برخیزید، کار کنید، بازی کنید، حرف بزنید، بیاموزید، به موسیقی گوش بدهید یا هر کار دیگری را

انجام دهید. شبیه به یک مجسمه‌ی سنگی می‌شوید. این نیروی مثبت عشق است که به شما الهام می‌بخشد تا حرکت کنید تا به آن کسی که می‌خواهید تبدیل شوید، به چیزی که می‌خواهید دست یابید و کاری را که می‌خواهید انجام دهید. نیروی مثبت عشق می‌تواند هر چیز خوبی را خلق کند. بر میزان خوبی‌ها بیفزاید تا آنچه را که منفی است در زندگی‌تان تغییر دهد. شما بر سلامتی، ثروت، کار و حرفه، روابط زناشویی و بر هر زمینه‌ی دیگری از زندگی خود می‌توانید اعمال قدرت می‌کنید و این قدرت - عشق - در درون شماست.

اما اگر قدرتی بر زندگی خود دارید و این قدرت در درون شماست پس چرا زندگی عالی و شگفت‌انگیزی ندارید؟ چرا همه‌ی زمینه‌های زندگی شما عالی و بی‌کم و کاست نیستند؟ چرا آنچه را که می‌خواهید ندارید؟ چرا هر کاری را که خواسته‌اید انجام نداده‌اید؟ چرا هر روز شاد و خوشحال نیستید؟

جوابش این است: برای این که امکان انتخاب دارید. می‌توانید نیروهای مثبت را دوست داشته باشید یا نداشته باشید و بی‌آنکه بدانید یا ندانید، شما در هر روز از زندگی‌تان این تصمیم را گرفته‌اید. بدون استثنا، هر روزی که چیز خوبی را در زندگی‌تان تجربه کرده‌اید، عشق داشتید و از نیروی مثبت عشق در زندگی خود بهره برده‌اید و هر بار که موضوع ناخوشایندی را تجربه کرده‌اید، عشق در شما نبوده و نتیجه، موضوعی منفی شده است. عشق علت همه موضوعات خوب در زندگی شماست و نبود عشق زمینه‌ساز همه جریانات منفی در زندگی شماست.

قدرت چیست؟ ۲۱

متأسفانه، امروزه، بسیاری از مردم دنیا، در اقصی نقاط این سیاره‌ی خاکی به قدرت عشق واقف نیستند.

((عشق قدرتمندترین و باین حال ناشناخته‌ترین انرژی در جهان است.))

پیر تیل‌هارد دوژاردین (۱۸۸۱-۱۹۵۵)

فیلسوف

حالا زمان آن رسیده است که بدانید عشق چگونه کار می‌کند.

قانون عشق

عالم هستی تحت حاکمیت قوانین طبیعی است. می‌توانیم با هواپیما پرواز کنیم، زیرا هوانوردی در هماهنگی با قوانین طبیعی کار می‌کند. قوانین فیزیک برای ما تغییر نکرده‌اند تا بتوانیم پرواز کنیم، اما ما راهی پیدا کرده‌ایم تا براساس قوانین طبیعی کار کنیم و در نتیجه، می‌توانیم پرواز کنیم. درست همان‌طور که قوانین فیزیک حاکم بر هوانوردی، برق و جاذبه است، قانون حاکم بر عشق هم در میان است. برای بهره‌برداری از نیروی مثبت عشق و تغییر دادن زندگی‌تان باید قانون آن را بشناسید. این قدرتمندترین قانون عالم هستی است؛ قانون جذب. قانون جذب همان قانونی است که همه‌ی ستاره‌ها را در عالم هستی در جای خود حفظ می‌کند، همه‌ی اتم‌ها و مولکول‌ها را به وجود می‌آورد. نیروی

جذب خورشید، سیاره‌های منظومه‌ی ما را حفظ می‌کند و مانع از آن می‌شود که در فضای بیکران آواره شوند. نیروی جذب شما و همه‌ی اشخاص، حیوانات، گیاهان و مواد معدنی را در زمین نگه می‌دارد. نیروی جذب را می‌توان در تمامی طبیعت مشاهده کرد.

از یک گل که زنبورها را جذب می‌کند یا یک بذر که مواد غذایی موجود در خاک را به سمت خود می‌کشد تا هر موجود زنده‌ای که جذب نژاد خود می‌شود. نیروی جذب در تمام حیوانات سیاره‌ی خاکی اثر می‌گذارد، از ماهیان دریا تا پرندگان آسمان؛ به آن‌ها امکان می‌دهد که تکثیر شوند و تشکیل گروه و دسته بدهند. نیروی جذب سلول‌های بدن شما را در کنار هم نگه می‌دارد، مواد و خانه‌ی شما را حفظ می‌کند و مبلمان خانه را که روی آن می‌نشینید در کنار هم نگه می‌دارد. اتومبیل شما را روی جاده و آب را در لیوان نگه می‌دارد. هر شیئی را که از آن استفاده می‌کنید تحت تأثیر نیروی جذب، انسجام خود را، حفظ می‌کند.

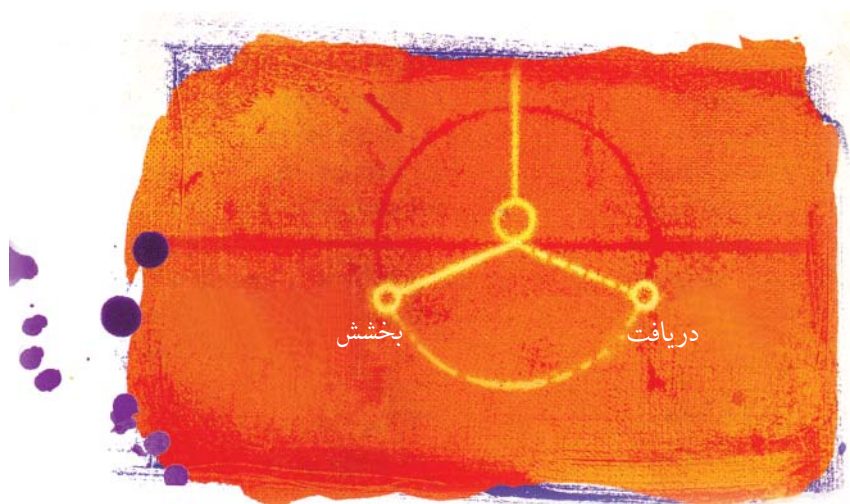
جذب، نیرویی است که اشخاص را به سمت یکدیگر سوق می‌دهد. اشخاص را بر آن می‌دارد تا شهرها و ملت‌ها، گروه‌ها و باشگاه‌ها و جوامع را شکل دهند. این نیرویی است که کسی را به سمت علم و دیگری را به سمت آشپزی، سوق می‌دهد. اشخاص را به ورزش‌های مختلف و به سبک‌های گوناگون موسیقی و بعضی‌ها را به حیوانات دست‌آموز خانگی علاقه‌مند می‌سازد. جذب، آن نیرویی است که شما را به سمت آنچه مطلوب است می‌کشاند. نیرویی است که شما را

قدرت چیست؟ ۲۳

به دوستان‌تان و کسانی که دوست‌شان دارید متمایل می‌کند.

نیروی جذب عشق

با این حساب نیروی جذب چیست؟ نیروی جذب، نیروی عشق است. جذب، خود عشق است. وقتی احساس می‌کنید به سمت غذای مطلوب خود گرایش پیدا می‌کنید، نسبت به آن غذا احساس عشق می‌کنید. بدون جذب، احساس در شما باقی نمی‌ماند. همه‌ی غذاها برایتان یکسان می‌شوند. نمی‌دانید چه چیزی را دوست دارید و چه چیزی را دوست ندارید، زیرا جذب چیزی نمی‌شوید. جذب کسی نمی‌شوید. جذب شهر خاصی، خانه‌ای، اتومبیلی، ورزشی، شغلی، موسیقی‌ای، لباسی یا هر چیز دیگری نمی‌شوید، زیرا از طریق نیروی جذب است



که احساس عشق را تجربه می‌کنید.

«قانون جذب و قانون عشق... این‌ها هر دو یکی هستند»

چارلز هازل (۱۹۴۹-۱۸۶۶)

نویسنده

قانون جذب، قانون عشق است. این همان قانون قدرتمندی است که همه چیز را در هماهنگی باهم نگه می‌دارد، از منظومه‌ها تا اتم‌ها. این قانونی است که در زندگی شما عمل می‌کند.

در مفهومی جهانی، قانون جذب می‌گوید دو هم‌جنس با هم‌جنس پرواز می‌کنند (کبوتر با کبوتر، باز با باز / کند هم‌جنس با هم‌جنس پرواز). این عبارت ساده در زندگی شما این مفهوم را می‌رساند که آنچه را بدهی همان را پس می‌گیری. هر چه را در زندگی بدهید، همان را در زندگی بازمی‌ستانید. آنچه را براساس قانون جذب بدهید دقیقاً همان چیزی است که به سمت خود جذب می‌کنید.

«در هر عملی، به همان اندازه یا بیشتر تر واکنش وجود دارد.»

اسحاق نیوتون (۱۷۲۷-۱۶۴۳)

ریاضی‌دان و فیزیکدان

قدرت چیست؟ ۲۵

هر چه می‌بخشید همان را دریافت می‌کنید و آنچه را که دریافت می‌کنید، دقیقاً به همان اندازه‌ای است که می‌بخشید. آنچه را در زندگی می‌دهید باید به سمت شما بازگردانده شود این فیزیک و ریاضی عالم هستی است.

مثبت بدهید مثبت می‌گیرید، منفی بدهید منفی می‌گیرید. مثبت بدهید تا زندگی‌تان سرشار از مثبت شود، منفی بدهید تا زندگی‌تان سراسر منفی شود. اما چگونه مثبت یا منفی می‌دهید؟ از طریق اندیشه‌ها و احساساتان.

در هر لحظه‌ای اندیشه‌ی شما مثبت و در غیر این صورت منفی است، احساساتان نیز مثبت و در غیر این صورت منفی است، پس بسته به این که این‌ها مثبت یا منفی باشند شما هم مثبت یا منفی دریافت می‌کنید. همه‌ی اشخاص، همه‌ی اوضاع و احوال و حوادثی که هر لحظه از زندگی شما را می‌سازند از طریق افکار و احساساتی که بروز می‌دهید جذب شما می‌شوند. زندگی چیزی نیست که بر شما اتفاق افتد، شما هر چه بدهید همان را دریافت می‌کنید.

«عطا کنید تا به شما عطا شود با همان معیارهایی که شما محاسبه

می‌کنید در مورد شما محاسبه خواهد شد»

عیسی مسیح

آنچه بدهید همان را دریافت می‌کنید. به دوستان که خانه عوض می‌کند کمک کنید تا او هم در مقابل مثل برق و باد به شما کمک کند. شما با اندیشه و احساسات خود زندگی‌تان را خلق می‌کنید. آنچه را که فکر و احساس می‌کنید، آنچه را برایتان اتفاق می‌افتد و آنچه را که در زندگی‌تان تجربه می‌کنید، خلق می‌کنید. اگر فکر و احساس کنید که «امروز روز دشوار و پراسترسی دارم» همه‌ی اشخاص و موقعیت‌هایی را به خود جلب می‌کنید که روزتان را دشوار و پراسترس می‌کند. اگر فکر و احساس کنید که: «زندگی با من مهربان است». همه‌ی اشخاص و موقعیت‌هایی را به خود جذب می‌کنید که زندگی‌تان را خوشایندتر می‌کند.

شما یک مغناطیس هستید

قانون جذب بدون تردید به شما آنچه را که از خود مایه گذاشته‌اید هدیه می‌کند. شما مانند یک مغناطیس؛ ثروت، سلامتی، روابط، شغل و هر چیز دیگری را با توجه به آنچه داده‌اید، به خود جذب می‌کنید. درباره‌ی پول، فکر و احساس مثبت بکنید تا اشخاص و اوضاعی را به خود جذب کنید که برایتان پول بیشتری به ارمغان می‌آورند. منفی بیندیشید و درباره‌ی پول احساس منفی داشته‌باشید تا موقعیتی منفی را به خود جذب کنید و به اوضاع و احوالی برسید که از پول بی‌بهره می‌شوید.

«این که آیا انسانیت آگاهانه قانون عشق را تبعیت می کند، نمی دانم،
اما این مشکلی ایجاد نمی کند. قانون عشق مانند قانون جاذبه کار
می کند چه آن را بپذیریم چه نپذیریم.»

مهاتما گاندی (۱۸۶۹-۱۹۴۸)

رهبر سیاسی هند

به همان اندازه که فکر و احساس می کنید قانون جذب به شما واکنش نشان
می دهد. مهم نیست که افکار و احساساتان بد یا خوب هستند. شما آن ها را
بروز می دهید و این ها به همین شکل به سوی شما بازمی گردند، اما می توانید با
تغییر دادن اندیشه ها و احساسات خود زندگی تان را تغییر دهید. فکر و احساس
مثبت بدهید تا زندگی تان متحول شود.

افکار مثبت و منفی

اندیشه های شما هم همان کلماتی هستند که در سرتان می شنوید و هم همان
کلماتی هستند که با صدای بلند به زبان جاری می کنید. وقتی به کسی می گوئید:
«چه روز زیبایی است.» ابتدا فکرتان را در سر داشته اید و بعد آن را به زبان
جاری کرده اید. اندیشه های شما اعمال شما می شوند. وقتی صبح رختخواب را
ترک کردید، در ذهن تان بود که چنین کاری را بکنید و بعد در این خصوص
اقدام کردید. تا از قبل فکرتان در کار نباشد کاری انجام نمی گیرد.

این اندیشه‌های شماست که مشخص می‌کند کلمات و اعمال شما مثبت یا منفی شوند، اما از کجا می‌دانید که افکار شما مثبت یا منفی خواهند بود؟ افکار شما زمانی مثبت هستند که حکایتی از عشق داشته باشند و افکار شما زمانی منفی هستند که چیزی را نخواهید یا آن را دوست نداشته باشید. موضوع به همین سادگی است.

آنچه را در زندگی می‌خواهید به این دلیل است که آن را دوست دارید. لحظه‌ای وقت بگذارید و به این موضوع بیندیشید. شما آنچه را دوست ندارید نمی‌خواهید. غیر از این است؟ همه، آنچه را که دوست دارند می‌خواهند، هیچ‌کس آنچه را دوست ندارد نمی‌خواهد.

وقتی به موضوعاتی که می‌خواهید و دوست دارید فکر می‌کنید. برای مثال، می‌گویید «من آن کفش‌ها را دوست دارم، زیبا هستند.» اندیشه‌های مثبت دارید و این اندیشه‌های مثبت در قالب آنچه دوست دارید به سوی‌تان بازمی‌گردند. وقتی درباره‌ی مطالبی که نمی‌خواهید یا دوست ندارید فکر می‌کنید، برای مثال؛ «بین چه قدر این کفش‌ها گران هستند دزدی سرگردنه است.» اندیشه‌های‌تان منفی است و این اندیشه‌های منفی به شما بازمی‌گردند، و شما آن‌ها را نمی‌خرید.

اغلب اشخاص به آنچه دوست ندارند بیش از آن چیزهایی که دوست دارند فکر می‌کنند و درباره‌ی‌شان حرف می‌زنند. اغلب مردم بیش از آن که مثبت باشند منفی

قدرت چیست؟ ۲۹

هستند و با این ذهنیت خود را از بسیاری از نعمات زندگی محروم می‌کنند. بدون عشق، داشتن یک زندگی بزرگ و عالی، غیرممکن است. کسانی که زندگی عالی دارند بیش‌تر از آنچه دوست ندارند درباره‌ی آنچه دوست دارند حرف می‌زنند.

«یک کلمه است که ما را از همه درد و رنج زندگی رها می‌کند،

این کلمه عشق است.»

سوفوکل (۴۰۶-۴۹۶ قبل از میلاد)

نمایشنامه‌نویس یونانی

درباره‌ی آنچه دوست دارید حرف بزنید

وقتی درباره‌ی مشکلات خود مثل پول، رابطه، یا یک بیماری حرف می‌زنید یا حتی می‌گویید که سواد پایین دارید، درباره‌ی آنچه دوست دارید حرف نمی‌زنید. وقتی درباره‌ی حادثه بدی که در خبرها به آن اشاره شده است صحبت می‌کنید، وقتی درباره‌ی کسی حرف می‌زنید که شما را ناراحت کرده است، درباره‌ی عشق و آنچه دوست دارید حرف نمی‌زنید، صحبت کردن درباره‌ی روز بدی که پشت سر گذاشته‌اید، نرسیدن به قرار ملاقاتی در زمان مقرر، گیرکردن در ترافیک یا نرسیدن به اتوبوس، صحبت شما درباره‌ی آن مطالبی است که دوست



ندارید. همه روزه اتفاقات فراوانی می افتد، اگر درباره‌ی آنچه دوست ندارید حرف بزنید، هر کدام از آن‌ها بر دشواری‌های زندگی شما می‌افزایند. باید درباره‌ی خبرهای خوش روز حرف بزنید. به قرار ملاقاتی اشاره کنید که به خوبی برگزار شد، درباره‌ی این فکر کنید که چقدر دوست دارید وقت‌شناس باشید. به این موضوع اشاره کنید که چقدر خوب است سالم و سلامت باشید. اگر پیوسته درباره‌ی موضوعات منفی و درباره‌ی آنچه دوست ندارید حرف بزنید مانند یک طوطی در قفس، خود را حبس می‌کنید. هر بار درباره‌ی آنچه دوست ندارید حرف می‌زنید، میان خود و آنچه خوب و مثبت است فاصله می‌اندازید.

قدرت چیست؟ ۳۱

کسانی که زندگی عالی‌ای دارند بیشتر دربارهی آنچه دوست دارند حرف می‌زنند. این‌گونه آن‌ها به مثبت‌های زندگی دست پیدا می‌کنند. این‌گونه، مانند پرنده‌ای می‌شوند که در آسمان پرواز می‌کند. برای رسیدن به یک زندگی عالی، از قفسی که شما را محبوس نگه داشته است بیرون بیایید. عشق بورزید، دربارهی آنچه دوست دارید فکر کنید و این عشق، شما را به رهایی می‌رساند.

«و آن‌گاه که حقیقت را یافتید حقیقت به شما رهایی ارزانی می‌دارد»


عیسی مسیح

برای نیروی عشق غیرممکن متصور نیست. بدون توجه به این‌که چه کسی هستید، بدون توجه به این‌که با چه موقعیتی روبه‌رو هستید، نیروی عشق می‌تواند شما را به آزادی برساند.

زنی را می‌شناسم که فکر می‌کرد عشق به تنهایی می‌تواند میله‌های قفسی را که او را حبس کرده بود پاره کند. او در فقر زندگی می‌کرد و بعد از ۲۰ سال زندگی زناشویی بهره‌کشانه می‌خواست فرزندانش را به تنهایی بزرگ کند. این زن با وجود همه‌ی مشکلاتی که داشت اجازه نداد رنجش، خشم یا احساسات ناخوشایند در درون او ریشه کند. او هرگز از شوهر گذشته‌اش بدگویی نکرد. در عوض، او به روزهای خوش آینده فکر می‌کرد و این‌که بتواند به اروپا سفر

کند. با آن که پولی برای سفر نداشت، گذرنامه‌ای درخواست کرد و وسایلی خرید که در سفر به اروپا ممکن بود به آن‌ها احتیاج داشته باشد. این زن با شوهر ایده‌آلش آشنا شد و پس از ازدواج، به خانه شوهرش در اسپانیا، نقل مکان کرد، خانه‌ای مشرف به دریا که در حال حاضر شادمانه در آن زندگی می‌کند. این زن حاضر نشد درباره‌ی آنچه دوست نداشت حرف بزند. به جای آن تصمیم گرفت درباره‌ی آنچه عاشقانه دوست دارد حرف بزند. این‌گونه او از





درد و رنج فاصله گرفت و به یک زندگی عالی رسید.
می‌توانید زندگی‌تان را تغییر دهید، زیرا می‌توانید درباره‌ی آنچه دوست دارید
حرف بزنید.

«عشق قانون را به تحقق می‌رساند.»

سن‌پال

نکات قدرت

- عشق ضعیف نیست، ترسو و نرم نیست. عشق نیروی مثبت زندگی است. عشق علت هر چیز مثبت و خوشایند است.
- آنچه را که می‌خواهید باشید، انجام دهید و داشته باشید، از عشق نشئت می‌گیرد.
- نیروی مثبت عشق می‌تواند هر چیز خوبی را خلق کند، چیزهای خوب را افزایش دهد و هر چیز منفی در زندگی شما را تغییر دهد.
- همه روزه، در هر لحظه انتخاب می‌کنید که آیا عشق بورزید و از نیروی مثبت استفاده بکنید یا نکنید.
- قانون جذب همان قانون عشق است. این قانونی است که در زندگی شما عمل می‌کند.
- آنچه را در زندگی بدهید همان را دریافت می‌کنید. مثبت بدهید، مثبت می‌گیرید، منفی بدهید منفی می‌گیرید.
- زندگی برایتان اتفاق نمی‌افتد. شما آنچه در زندگی می‌دهید دریافت می‌کنید.
- خواه اندیشه‌ها و احساسات شما خوب یا بد باشند، همانند طنینی به سوی شما باز می‌گردند.
- آنهایی که زندگی عالی‌ای دارند بیشتر دربارهی موضوعاتی که دوست

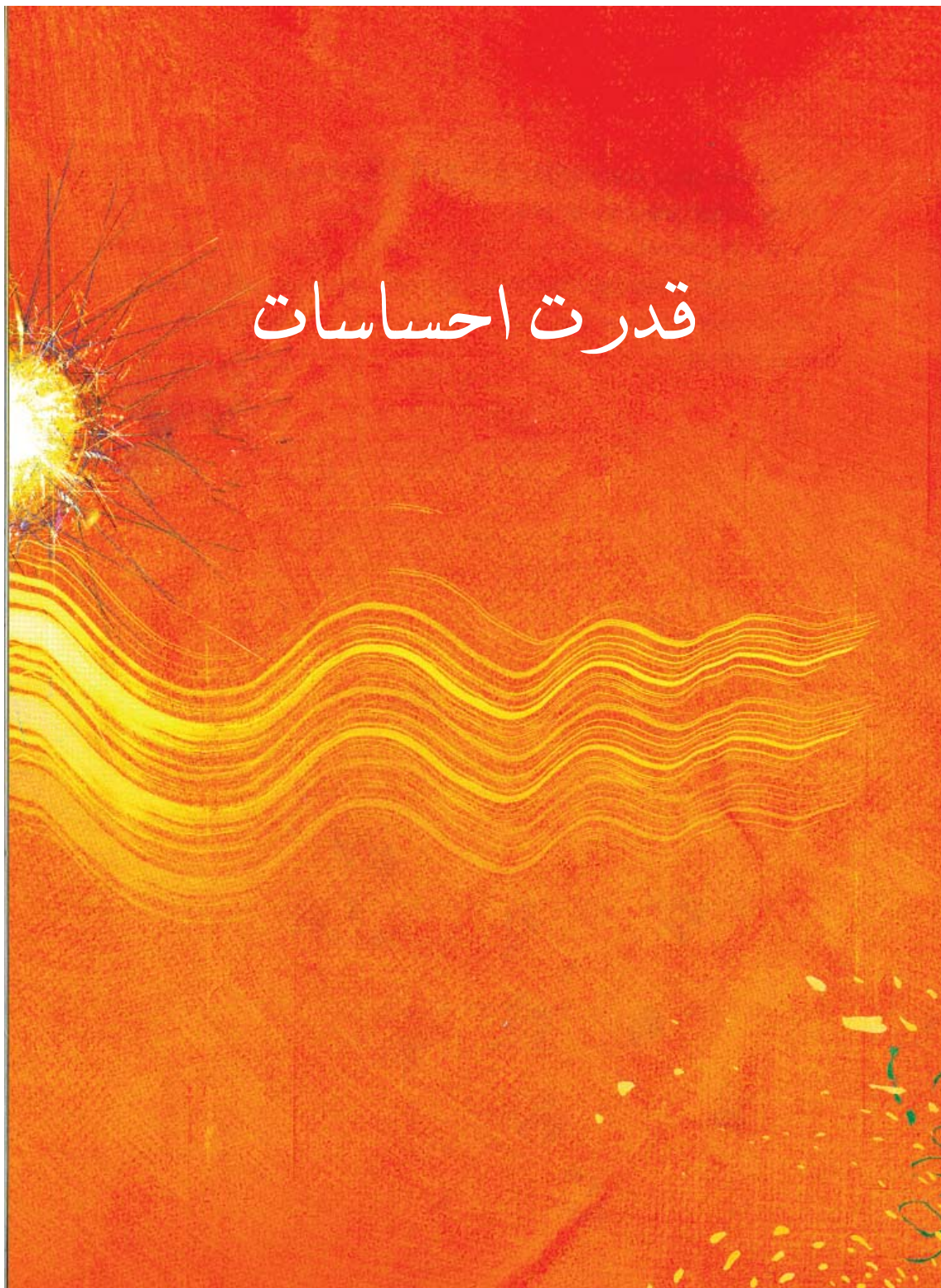
دارند حرف می‌زنند نه آن مطالبی که دوست ندارند.

- درباره‌ی خبرهای خوش روز صحبت کنید. درباره‌ی آنچه دوست دارید حرف بزنید. تا آنچه را که دوست دارید نصیب شما شود.

- شما از توانایی نامحدودی برای فکر کردن و حرف زدن درباره‌ی آنچه دوست دارید برخوردارید؛ بنابراین، از توانایی نامحدودی برخوردارید تا آنچه را که خوب است به زندگی خود راه دهید.

- عشق بورزید، زیرا وقتی عشق می‌ورزید از بزرگ‌ترین قدرت عالم هستی استفاده می‌کنید.

قدرت احساسات



«احساس، همان راز است.»

نوئل گودارد (۱۹۷۲-۱۹۰۵) نویسنده

شما موجودی احساسی هستید

از لحظه‌ای که متولد می‌شوید، همیشه چیزی را احساس می‌کنید، دیگران هم همین احساس شما را دارند. می‌توانید هنگامی که خواب هستید اندیشه‌های هشیار خود را متوقف کنید، اما هرگز نمی‌توانید (احساس را متوقف کنید، زیرا برای این که زنده باشید باید زندگی را احساس کنید. احساس در جوهره‌ی شما آفریده شده است.) از این رو، هرگز تصادفی نیست که هر بخش از جسم انسانی شما به گونه‌ای خلق شده است که بتوانید زندگی را احساس کنید.

شما از حس دیدن، شنیدن، چشایی، بویایی و لامسه برخوردارید. شما می‌توانید هر چیزی را در زندگی احساس کنید. این‌ها حواس پنجگانه هستند، زیرا به شما امکان می‌دهند آنچه را که می‌بینید احساس کنید؛ آنچه را که می‌شنوید

احساس کنید، آنچه را می‌چشید احساس کنید، آنچه را می‌بوید و لمس می‌کنید احساس کنید. بدن شما را پوست ظریفی دربر گرفته است؛ این یک اندام حسی است، با این حساب می‌توانید همه چیز را احساس کنید. این که در هر لحظه چگونه احساس می‌کنید از هر چیز دیگری مهم‌تر است، زیرا آنچه که هم‌اکنون احساس می‌کنید زندگی شما را خلق می‌کند.

احساسات شما سوخت هستند

اندیشه و کلمات بدون احساس شما، فاقد هر گونه قدرتی هستند. در روز، افکار مختلفی به ذهنتان خطور می‌کند، اما به این دلیل که این افکار احساسی را در شما بر نمی‌انگیزند به جایی نمی‌رسند. مهم این است که چه احساسی می‌کنید. تصور کنید که افکار و کلمات شما شبیه موشک هستند و احساسات شما در حکم سوخت آن موشک است. موشک بدون سوخت هیچ کاری نمی‌تواند بکند، زیرا سوخت در حکم قدرت و نیروی است که موشک را به هوا می‌برد. افکار و کلمات شما هم همین حالت را دارند افکار و کلمات شما در حکم وسیله‌ی نقلیه‌ای هستند که بدون احساسات شما کاری از دستشان ساخته نیست، زیرا احساسات شما در حکم نیروی افکار و کلمات شما هستند. اگر فکر کنید «نمی‌توانم ریسمان را تحمل کنم» این اندیشه، احساس منفی قدرتمندی را که درباره‌ی ریسمان دارید ابراز می‌کند و شما این احساس منفی

قدرت احساسات ۳۹

را جاری می‌کنید. در نتیجه، رابطه شما با ریستان همچنان خراب‌تر می‌شود. اگر فکر کنید «من با آدم‌های بسیار خوبی همکارم» این کلمات احساسات مثبت شما را درباره‌ی کسانی که با آنها کار می‌کنید نشان می‌دهد. شما این احساس مثبت را ابراز می‌کنید. در نتیجه، رابطه‌ی شما با همکارانتان همچنان بهتر می‌شود.

«باید از احساسات، برای احساس بخشیدن به افکار استفاده کرد

تا شکل بگیرد»

چارلز هازل (۱۸۶۶-۱۹۴۹)

نویسنده

احساسات خوب و بد

احساسات شما مانند هر چیز دیگری در زندگی می‌توانند مثبت یا منفی باشند. شما دارای احساسات خوب و احساسات بد هستید. همه‌ی احساسات خوب از عشق نشئت می‌گیرند و همه‌ی احساسات بد ناشی از نبود عشق هستند. هر چه احساس بهتری داشته باشید عشق بیشتری می‌توانید ارزانی کنید و هر چه عشق بیشتری بدهید، عشق بیشتری دریافت می‌کنید. هر چه احساس بدتری داشته باشید مانند وقتی که احساس نومیدی می‌کنید، منفی‌های بیشتری از خود بروز می‌دهید و هر چه منفی بیشتری بروز دهید،

۴. قدرت

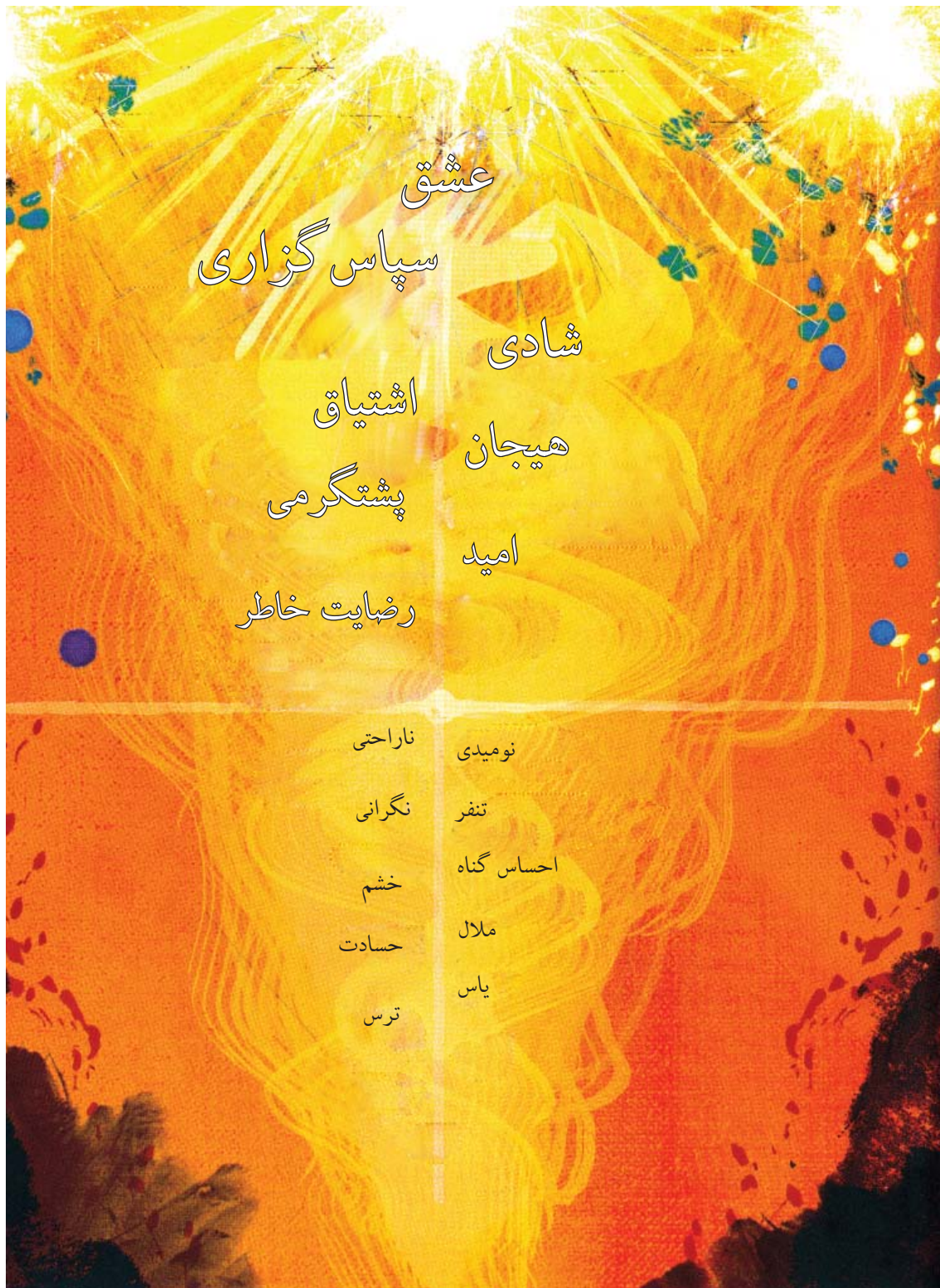
منفی بیش‌تری دریافت می‌کنید. علت این‌که نسبت به احساسات منفی، آن‌قدر احساس بدی دارید این است که عشق نیروی مثبت زندگی است و احساسات منفی، در خود، عشقی به همراه ندارند.

هر چه احساس بهتری داشته باشید زندگی‌تان بهتر می‌شود.
هر چه احساس بدتری داشته باشید، زندگی بدتر می‌شود تا این‌که احساسات را تغییر دهید.

وقتی احساس خوبی دارید، افکارتان هم خودبه‌خود خوب می‌شوند. نمی‌توانید به‌طور هم‌زمان هم احساس خوبی داشته باشید و هم افکارتان منفی باشد. به همین شکل نمی‌توانید هم‌زمان احساس بدی داشته باشید و افکارتان هم مثبت باشد. احساس شما بستگی به این دارد که در آن لحظه از ذهن شما چه تراوش می‌شود. وقتی احساس خوبی دارید مجبور نیستید نگران چیز دیگری باشید، زیرا افکار، کلمات و اعمال‌تان خوب هستند. با خوب بودن باید عشق بدهید و همه‌ی این عشق باید به سوی شما بازگردد.

خوب؛ یعنی خوب

اغلب اشخاص می‌دانند که احساس خوب داشتن چه معنایی دارد، می‌دانند احساس بد داشتن هم یعنی چه، اما متوجه نیستند که در اغلب مواقع با احساس منفی زندگی می‌کنند. اشخاص فکر می‌کنند که احساس بد داشتن؛ یعنی به



عشق

سپاس‌گزاری

شادی

اشتیاق

هیجان

پشتگرمی

امید

رضایت خاطر

ناراحتی

نومیدی

نگرانی

تنفر

خشم

احساس گناه

حسادت

ملال

ترس

یاس

شدت منفی احساس کردن، اندوهگین بودن، خشم داشتن یا هراسان بودن، اما احساس بد داشتن همه‌ی این احساسات را دربرنمی‌گیرد، احساسات منفی درجات مختلف دارند.

اگر در اغلب مواقع احساس خوبی داشته باشید؛ ممکن است فکر کنید که احساس خوب داشتن یک احساس مثبت است، زیرا درواقع احساس بدی ندارید. اگر احساس بسیار بدی داشته‌اید و حالا احساس بدی ندارید، با اطمینان فراوان می‌توان گفت که احساس تا حدودی خوب داشتن، به مراتب از احساس واقعا بد داشتن بهتر است، اما کمی احساس خوب داشتن در اغلب مواقع یک احساس منفی است، زیرا کمی احساس خوب داشتن همان احساس خوب داشتن نیست. احساس خوب یعنی احساس خوب! احساس خوب یعنی این که شما خوشحال و سرحال و پرهیجان و پرشور و حال هستید.

«معیار عشق؛ یعنی عشق بدون معیار»

سن برنارد (۱۱۵۳-۱۰۹۰)

راهب مسیحی

وقتی احساس نشاط دارید. نشاط می‌دهید و در مقابل، تجربه‌های خوشایند دریافت می‌کنید. از کوچک‌ترین تجربه؛ ترانه دلخواهتان که از رادیو پخش

قدرت احساسات ۴۳

می‌شود تا تجربه‌ی بزرگ‌تر مثل دریافت ارتقا و درجه و افزایش حقوق - همه‌ی این موقعیت‌هایی که تجربه می‌کنید، در قانون جذب هستند که به احساس خوب شما پاسخ می‌دهند. وقتی حالتان بد است، حال بد به دیگران می‌دهید، در مقابل تجربه بد دریافت می‌کنید. از ناراحتی ناشی از نیش یک پشه تا ناراحتی بیش‌تر خراب شدن اتومبیل، همگی قانون جذب هستند که به ناراحتی شما پاسخ می‌دهند.

هر احساس خوبی شما را با نیروی عشق متحد می‌کند، زیرا عشق جمع همه‌ی احساسات خوشایند است. احساس اشتیاق و هیجان از عشق نشئت می‌گیرد. وقتی این‌ها را پیوسته احساس می‌کنید، زندگی‌تان انباشته از اشتیاق و هیجان می‌شود. می‌توانید با بالا بردن صدای احساس خوب از قدرت آن بیش‌تر برخوردار شوید. وقتی احساس اشتیاق و هیجان می‌کنید سعی کنید بر شدت این احساس بیفزایید. صدایش را بلند کنید تا عمیقاً از آن برخوردار شوید. هر چه احساسات خوب را بیش‌تر تشدید کنید، هر چه عشق بیش‌تری بدهید، آنچه در مقابل دریافت خواهید کرد چیزی کم‌تر از معجزه نخواهد بود.

احساسات شما بازتاب آن چیزهایی هستند که می‌دهید

همین حالا می‌توانید بگویید آیا در بیش‌تر زمینه‌های زندگی‌تان، بیش‌تر احساس خوب می‌دهید یا احساس بد. آنچه درباره‌ی موضوعاتی در زندگی‌تان

مانند: پول، سلامتی، کار و روابط فردی، احساس می‌کنید؛ بازتاب دقیق آن چیزهایی است که در یکی از این موضوعات از خود مایه گذاشته‌اید. وقتی به پول فکر می‌کنید احساسات شما منعکس کننده‌ی این است که درباره‌ی پول چه احساسی را بروز داده‌اید. اگر وقتی به پول می‌اندیشید احساس بدی دارید، به این دلیل است که پول کافی ندارید، تجربه‌ها و اوضاع و احوال بد ناشی از پول کافی نداشتن به شما برمی‌گردند و بازتاب پیدا می‌کنند زیرا احساسات بدی بوده‌اند که شما ابراز کرده‌اید و به شما بازنگشته‌اند. وقتی به شغلتان می‌اندیشید، احساساتتان به شما می‌گویند که درباره‌ی شغلتان چه می‌گویید و چه عرضه می‌کنید. اگر درباره‌ی کارتان احساس مثبت دارید باید چیزهای مثبت را به خود جذب کنید، وقتی درباره‌ی خانواده، سلامتی یا هر موضوع دیگری که برایتان مهم هستند فکر می‌کنید احساساتتان به شما می‌گویند که چه چیزی را بروز دهید.

«مراقب روحیه و احساسات خود باشید، زیرا پیوندی ناگسستنی

میان احساسات و دنیای مرئی شما وجود دارد.»

نوئل گودارد (۱۹۷۲-۱۹۰۵)

نویسنده

قدرت احساسات ۴۵

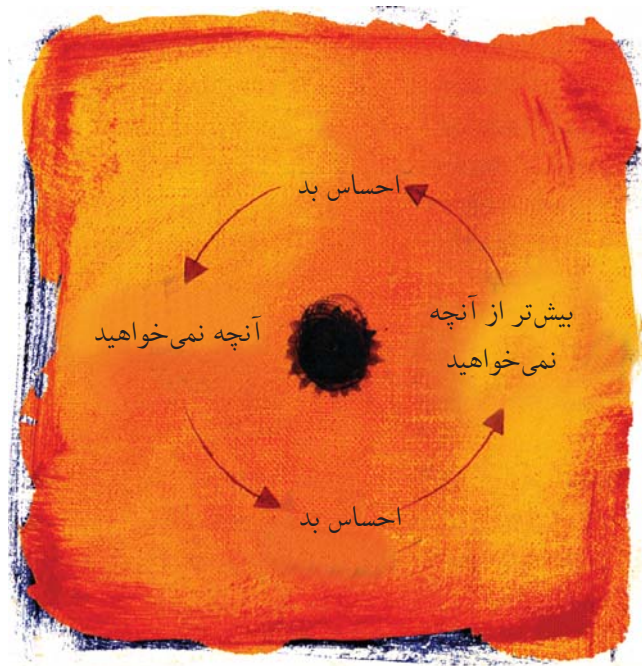
زندگی برایتان اتفاق نمی‌افتد، زندگی به شما پاسخ و واکنش نشان می‌دهد. شما خالق زندگی خود هستید، شما نویسنده‌ی حکایت زندگی خود هستید. شما کارگردان سینمای زندگی خود هستید. شما باید که تصمیم می‌گیرید زندگی‌تان چگونه باشد.

خوبی‌هایی که می‌توانید احساس کنید حد و اندازه ندارند. به عبارت دیگر، انتهایی بر ارتفاعی که در زندگی می‌توانید بگیرید وجود ندارد. در ضمن، سطوح فراوانی از احساسات بد هم وجود دارد که به طور فزاینده منفی می‌شود، اما در خصوص احساسات بد، حدی وجود دارد که بیش از آن توان تحمل کردنش را ندارید و شما را مجبور می‌کند که بار دیگر احساسات خوب را انتخاب کنید. این تضاد نیست که احساسات خوب، خوشایند هستند و احساسات بد، ناخوشایندند. عشق بزرگ‌ترین قدرت حاکم در زندگی است که احساسات خوشایند شما را جذب می‌کند. با این حساب، شما آن زندگی‌ای را که قرار است داشته باشید خواهید داشت.

همه چیز به احساس شما بستگی دارد

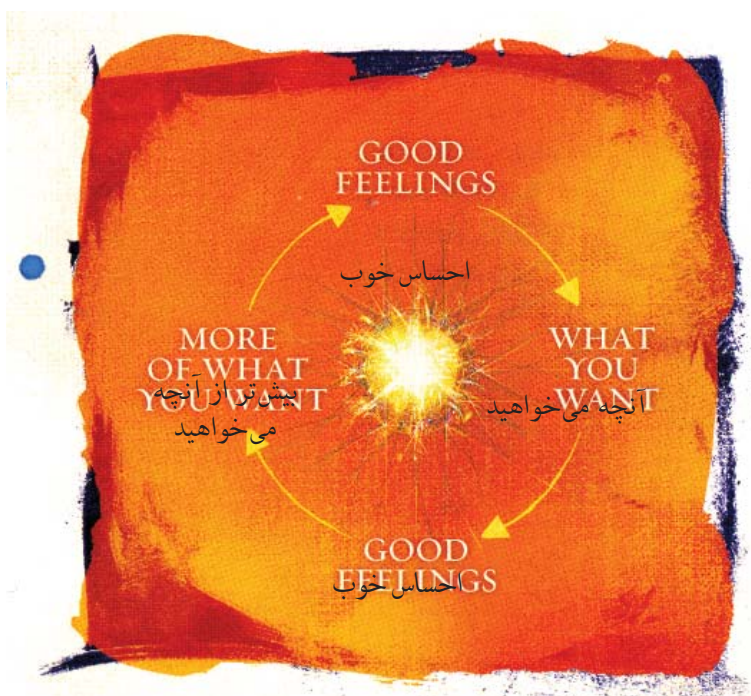
همه چیز در زندگی به احساس شما بستگی دارد. هر تصمیمی که در زندگی می‌گیرید براساس احساس شماست. تنها قدرت انگیزه‌دهنده به همه‌ی زندگی شما احساسات شماست.

آنچه را که در زندگی می‌خواهید، برای این است که آن را دوست دارید. به این دلیل است که به شما احساسی خوب می‌دهد. آنچه را که در زندگی نمی‌خواهید برای آن است که آن را دوست ندارید، زیرا به شما احساس بدی می‌دهد. شما سلامتی می‌خواهید، زیرا سالم بودن به شما احساس خوبی می‌دهد. بیمار بودن هم احساس بدی تولید می‌کند. پول می‌خواهید، زیرا خرید کردن احساس خوبی به شما می‌دهد می‌توانید با آن کارهایی را که می‌خواهید انجام دهید و اگر نتوانید آنچه را که می‌خواهید بخرید احساس بدی پیدا می‌کنید.



قدرت احساسات ۴۷

شما روابط شاد می‌خواهید، زیرا به شما احساس خوبی می‌دهد، اما روابط مشکل‌حال شما را خراب می‌کند. شما خوشبختی می‌خواهید، زیرا خوشبختی حال شما را خوب می‌کند. خوشبخت نبودن هم حال بدی تولید می‌کند. آنچه شما می‌خواهید از احساسات خوب نشئت می‌گیرد، اما چگونه آن چیزهایی را که می‌خواهید به دست می‌آورید؟ با احساسات خوب. دلارها شما را می‌خواند، خوشبختی شما را می‌خواند، آنچه را که دوست دارید شما را می‌خواند. آن‌ها با شتاب به زندگی شما وارد می‌شوند، اما برای این‌که این‌ها



نصیب شما شوند باید احساسات خوب داشته باشید. مجبور نیستید تقلا کنید تا اوضاع زندگی خود را تغییر دهید. تمام کاری که شما باید انجام دهید این است که عشق را از طریق احساسات خوب بروز دهید تا آنچه را که می‌خواهید ظاهر شود.

احساس خوب شما نیروی عشق را به سمت شما سوق می‌دهد. احساسات خوب به شما می‌گویند این راه به دست آوردن آن چیزهایی است که می‌خواهید. احساسات خوب به شما می‌گویند وقتی حالتان خوب باشد زندگی بر وفق مراد شماست، اما ابتدا باید احساس خوب بدهید.

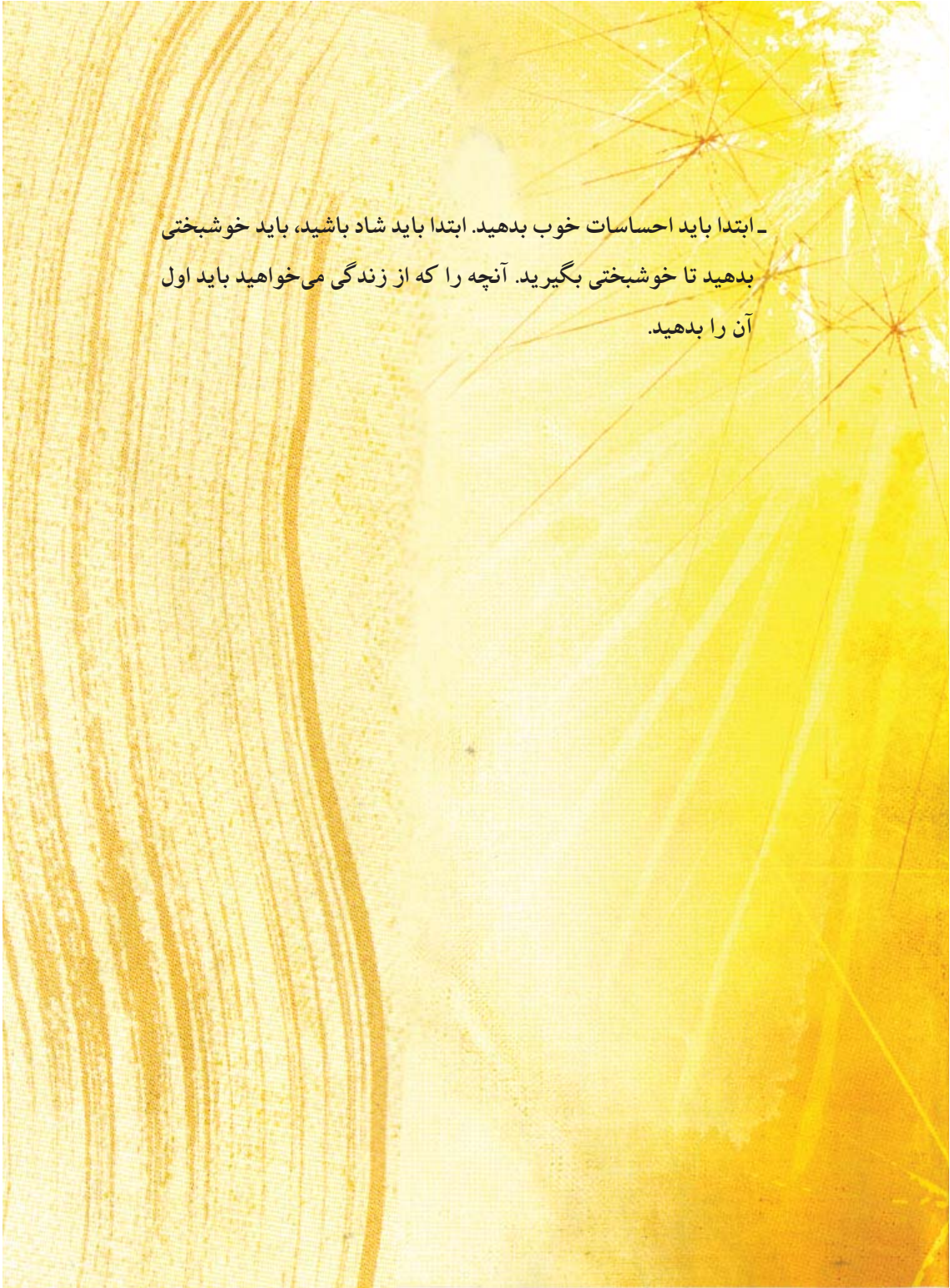
اگر در زندگی‌تان گفته‌اید: «هر وقت خانه خوبی داشته باشم، حالم خوب خواهد بود»، «وقتی ترفیع درجه بگیرم حالم خوب می‌شود»، «وقتی فرزندانم دانشگاه را تمام کنند حالم خوب می‌شود»، «وقتی بتوانم به سفر بروم شاد می‌شوم» یا «وقتی در تجارت موفق شوم حالم خوب می‌شود» بدانید هرگز موفق نخواهید شد، زیرا برخلاف کار عشق رفتار کرده‌اید. این نقض کردن قانون جذب است.

ابتدا باید شاد باشید، باید خوشبختی بدهید تا خوشبختی بگیرید. طور دیگری نمی‌تواند اتفاق افتد. ابتدا باید دست بده داشته باشید، باید عشق بدهید.



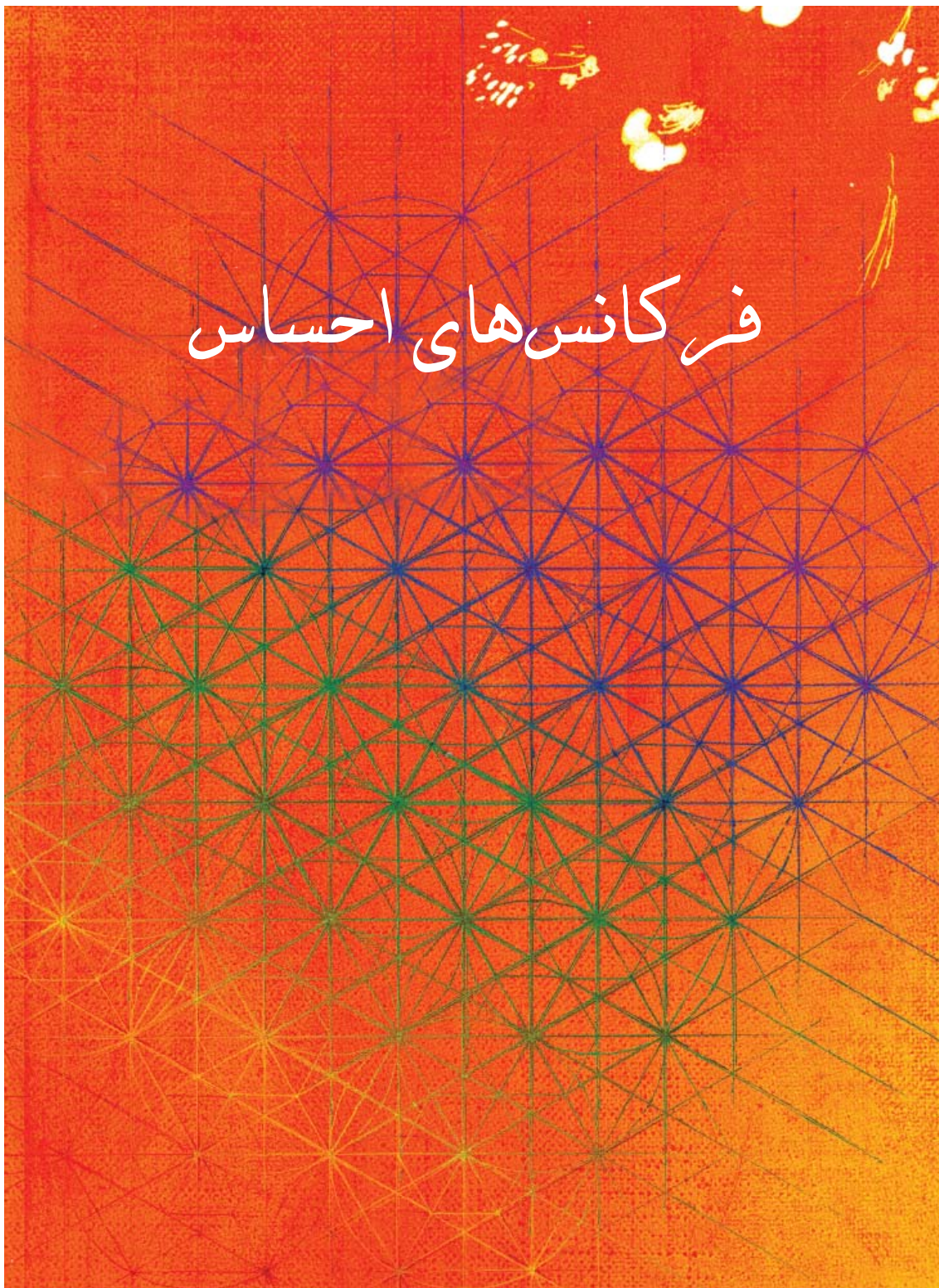
نکات قدرت

- آنچه در هر لحظه احساس می‌کنید از هر چیز دیگری مهم‌تر است، زیرا آنچه شما احساس می‌کنید زندگی شما را خلق می‌کند.
- احساسات شما قدرت و نیروی افکار و کلمات شما هستند. مهم این است که چه احساسی دارید.
- همه‌ی احساسات خوب از عشق نشئت می‌گیرند، همه‌ی احساسات منفی ناشی از نبود عشق است.
- هر احساس خوب، شما را با نیروی عشق وحدت می‌دهد، زیرا عشق منبع همه‌ی احساسات خوب است.
- با فکر کردن به آنچه دارید بر احساسات خوب خود بیفزایید. به آنچه دوست دارید بیندیشید تا به احساس عالی‌ای برسید.
- زندگی، تصادفی نیست، زندگی به شما پاسخ می‌دهد.
- سطوح بی‌انتهایی از احساسات خوش وجود دارند و معنایش این است که ارتفاعی که در زندگی می‌توانید به آن برسید حد و اندازه‌ای ندارد.
- آنچه را که دوست دارید شما را می‌خواند؛ پول شما را می‌خواند، سلامتی شما را می‌خواند، خوشبختی شما را می‌خواند.
- سعی نکنید که اوضاع و احوال زندگی خود را تغییر دهید، عشق بورزید تا به آنچه می‌خواهید برسید.



- ابتدا باید احساسات خوب بدهید. ابتدا باید شاد باشید، باید خوشبختی
بدهید تا خوشبختی بگیرد. آنچه را که از زندگی می خواهید باید اول
آن را بدهید.

فرکانس‌های احساس



اگر بتوانید احساسش کنید، می‌توانید آن را به دست آورید

هر چیز در عالم هستی یک مغناطیس دارد و هر چیزی یک فرکانس مغناطیسی دارد. احساسات و افکار شما هم فرکانس‌های مغناطیسی دارند. حال خوب، بدین معناست که در فرکانس مثبت عشق واقع شده‌اید. احساس بد هم بدین معناست که در فرکانس منفی قرار دارید. هر احساسی داشته باشید، احساس خوب یا بد، فرکانس شما را مشخص می‌کند و شما مانند یک مغناطیس؛ حوادث، اشخاص و موقعیت‌ها را روی فرکانس خود دریافت می‌کنید.

اگر احساس اشتیاق داشته باشید فرکانس اشتیاق شما اشخاص، موقعیت‌ها و حوادث مشتاق را جذب می‌کند. اگر احساس ترس و هراس داشته باشید فرکانس هراس شما، اشخاص هراسان را به خود جذب می‌کند. هرگز نسبت به فرکانسی که در آن قرار دارید تردید نکنید، زیرا فرکانس شما همیشه آن احساسی است که دارید. می‌توانید در هر لحظه‌ای فرکانس خود را تغییر دهید برای این مهم باید احساس خود را تغییر بدهید. این‌گونه هر چیز واقع در

پیرامون شما تغییر خواهد کرد، زیرا در فرکانس جدیدی قرار می‌گیرید. یک رابطه‌ی می‌تواند روی یک فرکانس شاد، نشاط‌آور، هیجان‌انگیز، راضی‌کننده و احساس خوب قرار گیرد، یا روی یک فرکانس ملال‌آور، ناراحت‌کننده، رنج‌آور و افسرده قرار داشته باشد. این روابط می‌توانند نتایجی متفاوت بر جای گذارند. احساس شماسست که تعیین می‌کند در این رابطه چه اتفاقی می‌افتد. هر احساسی که درباره‌ی رابطه خود داشته باشید، همان احساس را دریافت می‌کنید. اگر از رابطه خود شاد باشید، عشق می‌دهید و لاجرم باید عشق دریافت کنید، زیرا این فرکانسی است که در آن قرار دارید.

«تغییر احساس، تغییر سرنوشت است.»

- نویل گودارد (۱۹۷۲ - ۱۹۰۵)

نویسنده

به فهرست فرکانس‌های احساسی نگاه کنید، متوجه می‌شوید فرکانس‌های احساسی متفاوتی در زندگی شما وجود دارند. شما با احساس خود مشخص می‌کنید چه نتیجه‌ای برایتان حاصل خواهد شد. می‌توانید در زمینه‌ی پول، احساس هیجان، شادمانی، نشاط، امیدواری، نگرانی، هراس یا افسردگی کنید. می‌توانید در زمینه‌ی سلامتی به وجد آیید، مأیوس یا

عشق
سپاس گزاری

شادی
اشتیاق
هیجان
پشتگرمی

امید
رضایت خاطر

نومیدی ناراحتی

تنفر نگرانی

احساس گناه خشم

ملال حسادت

یاس ترس

مشوش شوید. این‌ها فرکانس‌های احساسی متفاوتی هستند، که شما روی هر کدام که قرار داشته باشید، همان را دریافت می‌کنید.

ممکن است بخواهید سفر کنید، اما اگر نومید و ناراحت شوید که پول سفر را ندارید، در این صورت درباره‌ی سفر احساس نومیدی می‌کنید. احساس نومیدی کردن به معنای آن است که روی فرکانس نومیدی هستید. این‌گونه همچنان اوضاع ناراحت‌کننده را جذب می‌کنید و نمی‌توانید سفر کنید مگر آن‌که احساس خود را تغییر دهید. نیروی عشق همه‌ی نیروهای لازم برای سفر کردن را هموار می‌کند، اما برای این‌که این‌ها را دریافت کنید باید روی یک فرکانس خوب قرار داشته باشید.

وقتی احساساتان را درباره‌ی موقعیتی تغییر می‌دهید احساسی متفاوت می‌کنید؛ روی فرکانس احساسی متفاوتی قرار می‌گیرید و موقعیت باید تغییر کند تا انعکاس فرکانس جدیدتان را دریافت کنید. اگر اتفاقی منفی در زندگی شما روی داده است می‌توانید آن را تغییر دهید. هرگز دیر نیست، زیرا همیشه می‌توانید احساس خود را تغییر دهید. برای این‌که آنچه را دوست دارید به دست آورید یا اگر می‌خواهید چیزی را به شکلی که دوست دارید تغییر دهید، تنها کاری که باید بکنید این است که احساساتان را تغییر بدهید.

«اگر می‌خواهید به اسرار عالم هستی پی ببرید، به انرژی،
فرکانس و ارتعاش فکر کنید.»

- نیکولاتسلا (۱۸۵۶-۱۹۴۳)

مخترع

احساسات خود را از حالت خلبان اتوماتیک خارج کنید

خیلی‌ها درباره‌ی قدرت احساسات خوب اطلاعی ندارند؛ بنابراین، احساسات آن‌ها واکنش‌ها و پاسخ‌هایی است به آنچه برایشان اتفاق می‌افتد. آن‌ها احساسات خود را در موقعیت خلبان اتوماتیک قرار داده‌اند و به عمد هدایت آن را در دست ندارند. وقتی اتفاق خوبی می‌افتد احساس خوب پیدا می‌کنند. وقتی اتفاق بدی می‌افتد، حالشان بد می‌شود. آن‌ها متوجه نیستند که احساساتشان علت حوادثی است که برایشان اتفاق می‌افتد. وقتی با احساس منفی نسبت به چیزی واکنش نشان می‌دهند، احساسات منفی بیشتری بروز می‌دهند و در نتیجه، موقعیت منفی‌تری را نصیب خود می‌کنند. آن‌ها در دام چرخه‌ی احساسات خود قرار می‌گیرند و به جایی نمی‌رسند. این اشخاص لازم است که فرکانس احساس خود را تغییر دهند.

«مهم نیست چه اتفاقی می‌افتد، مهم این است که به این اتفاق چگونه واکنش نشان دهید.»

ایبکتتوس (۱۳۵-۵۵)

فیلسوف یونانی

اگر به اندازه‌ی کافی پول نداشته باشید، طبیعی است که درباره‌ی پول احساس خوبی نداشته باشید، اما تا زمانی که احساس خوبی نداشته باشید پول موجود در زندگی‌تان تغییر نخواهد کرد. اگر احساسات منفی درباره‌ی پول داشته باشید، در فرکانس منفی درباره‌ی پول قرار دارید و در نتیجه، موقعیت‌های منفی را به خود جذب می‌کنید، برایتان قبوض بدهی کلان از راه می‌رسد یا وسایلتان می‌شکند، امواتان بر باد می‌رود. این‌ها همگی پول بیش‌تری را از دسترس شما خارج می‌کند. وقتی در اثر مواجه شدن با یک قبض پرداختی کلان احساس بدی پیدا می‌کنید، احساسات منفی بیش‌تری درباره‌ی پول بروز می‌دهید و این اوضاع و احوال شما را از آنچه هست بدتر می‌کند.

هر لحظه، فرصت مناسبی است که زندگی‌تان را تغییر دهید، زیرا در هر لحظه می‌توانید احساس خود را تغییر دهید. مهم نیست که در گذشته چه احساسی داشته‌اید. مهم نیست فکر می‌کنید که قبلاً مرتکب چه اشتباهاتی شده‌اید. وقتی احساس خود را تغییر می‌دهید در فرکانس متفاوتی قرار می‌گیرید

فرکانسهای احساس ۵۹

و قانون جذب بلافاصله تأثیر خود را بر جای می‌گذارد. وقتی احساسات را تغییر دادید، گذشته رفته است و دیگر در کار نیست. وقتی طرز احساسات را تغییر می‌دهید زندگی‌تان تغییر می‌کند.

«حتی یک لحظه را با افسوس خوردن تلف نکنید، فکر کردن به

اشتباهات گذشته آلوده کردن مجدد خویشتن به آن اشتباهات است.»

نوئل گودارو (۱۹۷۲ - ۱۹۰۵)

نویسنده

نیروی عشق هیچ عذر و بهانه‌ای را نمی‌پذیرد

اگر همه‌ی چیزهایی که می‌خواهید در زندگی‌تان وجود ندارد، معنایش این است که آدم مهربان و خوبی نیستید. همه‌ی ما باید با انتخاب عشق بر منفی‌های زندگی خود غلبه کنیم. اشکال این‌جاست که اغلب اشخاص، عشق می‌ورزند، بعد یکصد بار در روز عشق را فراموش می‌کنند. آن‌ها به اندازه کافی و به مدت کافی عشق نمی‌دهند تا نیروی عشق همه‌ی خواسته‌های‌شان را برآورده کند. ممکن است در لحظه‌ای همسرتان را در آغوش بکشید و لحظه‌ای بعد وقتی نمی‌توانید کلید اتومبیلتان را پیدا کنید، یا محلی برای پارک کردن اتومبیلتان پیدا نمی‌کنید از عشق فاصله بگیرید. عاشقانه به نزدیک شدن تعطیلات آخر

ء قدرت

هفته نظر می کنید و بعد وقتی قبوض آب، برق و تلفن را به دست شما می دهند ناراحت می شوید و از عشق فاصله می گیرید. این ماجرا در تمام مدت روز اتفاق می افتد. عشق می دهید و بعد عشق دادن را متوقف می کنید. شما یا عشق می دهید یا نمی دهید. نمی توانید با عذر و بهانه آوردن که چرا عشق ندارید به عشق خود بیفزایید. این عذر و بهانه آوردن بر جنبه های منفی زندگی شما می افزاید. وقتی عذر و بهانه می آورید و توجیه می کنید که چرا عشق ندارید باز هم به منفی بینی دچار می شوید و در نتیجه، مقدار بیش تری از عشق خود را از دست می دهید.

«حفظ کردن خشم مانند برداشتن یک زغال داغ به قصد پرتاب کردن آن به سمت دیگران است. که می سوزد شما هستید.» بودا
بنیانگذار بودیسم

اگر به خاطر خلی که در قرار ملاقاتی برای شما پیش آمده آزرده خاطر هستید و دیگری را به خاطر به هم خوردن این ملاقات سرزنش می کنید، درواقع شما با استفاده از «سرزنش کردن» عذر و بهانه ای می آورید تا عشق ندهید. اما قانون جذب آنچه را که می دهید جذب می کند؛ بنابراین، اگر سرزنش می کنید باید سرزنش تحویل بگیرید. البته شاید کسی که او را سرزنش کرده اید شما را

فرکانسهای احساس ۶۱

سرزنش نکنند، اما جایی و به شکلی سرزنش خواهید شد. شما هر چه را بدهید، همان را دریافت می‌کنید.

به جزییات توجه داشته باشید

با هر شکایت جزئی و هر لحظه‌ای که از چیزی شکایت می‌کنید همه‌ی این‌ها تولید اشکال می‌کند. رفتاری منفی را به نمایش می‌گذارید. شکایت کردن از هوا، ترافیک، دولت، همسر، فرزندان، والدین، صف‌های طولانی، اقتصاد، غذا، بدنتان، کارتان، مشتریان، تجارت، قیمت‌ها، سر و صدا یا یک خدمت، به نظر می‌رسد که کار بی‌ضرری باشد، اما این‌ها با خود، فضای منفی، به همراه می‌آورند. کلماتی مانند بد، وحشتناک، نفرت‌انگیز و زشت را از فرهنگ لغات خود بیرون کنید، زیرا وقتی این کلمات را به کار می‌برید با احساس تند و شدید همراه‌اند. وقتی این کلمات را به زبان می‌رانید باید به سوی خودتان برگردند. به نوعی دیگر، این برچسب‌ها را، بر زندگی خود می‌زنید. آیا بهتر نیست به جای آن‌ها از کلماتی مانند خوب، عالی، حیرت‌انگیز، کم‌نظیر، درخشان و زیبا استفاده کنید؟

می‌توانید آنچه را که می‌خواهید و دوست دارید، داشته باشید، اما باید با عشق هماهنگ و هم‌آوا شوید و معنای این حرف این است؛ برای عشق ندادن بهانه‌ای ندارید. بهانه آوردن و توجیه کردن مانع از آن می‌شود که آنچه را می‌خواهید

به دست آورید، مانع از آن می‌شود که زندگی شگفت‌انگیزی داشته باشید.

«آنچه را که به زندگی دیگران می‌فرستیم به زندگی خودمان
بازمی‌گردد.»

ادوین مارک‌هام -

شاعر

وقتی به یک فروشنده از موضوعی شکایت می‌کنید، چند ساعت بعد همسایه‌تان زنگ می‌زند و از سر و صدای پرنده شما شکایت می‌کند، شما این دو موضوع را به هم مرتبط نمی‌دانید. یا وقتی دوستان را برای صرف نهار ملاقات می‌کنید و با او درباره‌ی یکی از دوستان مشترک‌تان بدگویی و شکایت می‌کنید و هنگامی که به دفتر کارتان باز می‌گردید می‌بینید با یکی از مشتریان اصلی‌تان مشکلی پیدا کرده‌اید، آیا شما این دو موضوع را به هم مرتبط نمی‌دانید؟ وقتی سر میز شام درباره‌ی یک خبر منفی که در روزنامه‌ها چاپ شده است حرف می‌زنید و بعد شب از دل‌درد خوابتان نمی‌برد این دو موضوع را به هم مرتبط نمی‌دانید؟

به کسی کمک می‌کنید تا پاکتی را که از دستش در خیابان افتاده است به او بدهید، ده دقیقه بعد درست جلوی در فروشگاه جای پارک مناسبی پیدا

فرکانسهای احساس ۶۳

می‌کنید. با خوشحالی به فرزندتان کمک می‌کنید تا تکالیف مدرسه‌اش را انجام دهد و روز بعد با خبر می‌شوید از یک بخشودگی بزرگ مالیاتی برخوردار شده‌اید.

شما در هر لحظه‌ای از زندگی‌تان آنچه را که بدهید بازمی‌ستانید، چه وقایع را به هم مرتبط بدانید و چه ندانید.

«چیزی از بیرون به دست نمی‌آید. هر چه هست از درون است.»

نوئل گووارد (۱۹۷۲-۱۹۰۵) -

نویسنده

نقطه‌ی شروع

اگر بیش از ۵۰ درصد افکار و احساسات مثبت بدهید، به نقطه شروع رسیده‌اید. حتی اگر ده درصد فکر و احساس‌تان مثبت باشد. در مسیر درست زندگی به حرکت درآمده‌اید و من دلیلش را به شما می‌گویم. وقتی عشق می‌دهید نه تنها چیزی را که دوست دارید به دست می‌آورید، بلکه وقتی آن را به دست آورید عشق و جنبه‌های مثبت بیشتری به شما اضافه می‌شود. این جنبه مثبت جدید جنبه‌های مثبت بیشتری را به زندگی شما جذب می‌کند و کار به همین شکل ادامه پیدا می‌کند. همه چیز حکم مغناطیس



را دارد و وقتی چیز خوبی به سمت شما می‌آید، به شکلی مغناطیسی چیزهای خوب بیشتری را به سمت شما جذب می‌کند.

گاه فکر می‌کنید که شانس با شماست و بعد حوادث خوشایند متعددی، یکی پس از دیگری برایتان اتفاق می‌افتد. تنها دلیل این حادثه این است که جنبه‌های مثبت شما بیش از جنبه‌های منفی‌تان بوده است. وقتی عشق به سوی‌تان بازگشت، عشق بیشتری به زندگی شما داده می‌شود که این بعدها موضوعات خوب بیشتری را نصیب شما می‌کند.

گاه عکس حالت بالا اتفاق می‌افتد که اشکالی بروز می‌کند و بعد مشکلات

دیگر یکی پس از دیگری بروز می‌کنند. این حادثه از آن رو مشمول حال شما شده است که جنبه‌های منفی شما بیش از جنبه‌های مثبت شما بوده است. ممکن است این را به حساب شانس و بخت و اقبال بد بگذارید، اما ابداً موضوع شانس مطرح نیست. قانون جذب بوده که در زندگی شما دقیقاً نقش ایفا کرده است.

«ممکن است زندگی خوبی را دنبال کرده باشید و برای همیشه از

آزار و لطمه مصون شده باشید، این‌گونه تبدیل به نیروی مثبتی

می‌شوید که همه‌ی اتفاقات خوب جذب شما می‌شوند.»

چارلز هانل (۱۹۴۹ - ۱۸۶۶) -

نویسنده

اگر بیش از ۵۰ درصد افکار و احساسات مثبت بدهید، به نقطه‌ی شروع رسیده‌اید. حتی اگر ده درصد فکر و احساساتان مثبت داشته باشد. در مسیر درست زندگی به حرکت درآمده‌اید و من دلیلش را به شما می‌گویم. وقتی عشق می‌دهید نه تنها چیزی را که دوست دارید به دست می‌آورید، بلکه وقتی آن را به دست آورید عشق و جنبه‌های مثبت بیشتری به شما اضافه می‌شود. این جنبه‌ی مثبت جدید، جنبه‌های مثبت بیشتری را به سمت زندگی شما جذب می‌کند و کار به همین شکل ادامه پیدا می‌کند. همه چیز حکم

مغناطیس را دارد و وقتی چیز خوبی به سمت شما می‌آید، به شکلی مغناطیسی چیزهای خوب بیشتری را به سمت شما جذب می‌کند.

گاه فکر می‌کنید که شانس با شماست و بعد حوادث خوشایند متعددی، یکی پس از دیگری برایتان اتفاق می‌افتد. تنها دلیل این حادثه این است که جنبه‌های مثبت شما بیش از جنبه‌های منفی‌تان بوده است. وقتی عشق به سویتان بازگشت، عشق بیشتری به زندگی شما داده می‌شود و این بعدها موضوعات خوب بیشتری را نصیب شما می‌کند.

گاه عکس حالت بالا اتفاق می‌افتد؛ اشکالی بروز می‌کند و بعد مشکلات دیگری یکی پس از دیگری بروز می‌کنند. این حادثه از آن رو مشمول حال شما شده است که جنبه‌های منفی شما بیش از جنبه‌های مثبت شما بوده است. ممکن است این را به حساب شانس و بخت و اقبال بد بگذارید، اما ابداً موضوع شانس مطرح نیست. قانون جذب بوده که در زندگی شما دقیقاً نقش ایفا کرده است.

برای این که زندگی خود را تغییر دهید باید افکار و احساسات خوب خود را به ۵۱ درصد برسانید. وقتی به نقطه‌ای رسیدید که بیش از جنبه‌های منفی عشق داشتید. عشقی که به شما باز می‌گردد با جذب کردن عشق بیشتر از طریق قانون جذب چند برابر می‌شود. ناگهان چند برابر شدن جنبه‌های خوب را تجربه می‌کنید. به جای این که جنبه‌های منفی به سویتان بیایند و چند برابر بشوند جنبه‌های خوب بیشتری به سویتان می‌آیند و تکثیر می‌شوند. زندگی شما باید

این گونه باشد.

وقتی هر روز از خواب بیدار می شوید در نقطه‌ی شروع هر روزتان هستید. بر سر یک دو راهی قرار می گیرید. یک راه، همه جنبه‌های خوب را، نصیب شما می کند و راه دیگر، مسائل و مشکلات را، به سراغتان می آورد. این شما هستید که درباره‌ی روزتان تصمیم می گیرید. شما با احساسات این کار را می کنید. شما هر چه بدهید همان را دریافت می کنید.

وقتی صبح از خواب بیدار می شوید و احساس خوبی دارید، اگر این احساس را تا پایان آن روز حفظ کنید، روزی عالی را پشت سر می گذارید، اما اگر روز خود را با روحیه‌ی بدی شروع کنید و کاری برای تغییر دادن روحیه‌تان انجام ندهید، روزتان هرگز با شکوه نخواهد بود.

روزی را که با احساس خوب به سر ببرید، نه تنها آن روزتان را تغییر می دهد، بلکه فردایتان و زندگی‌تان را تغییر می دهد. اگر روزتان را با احساس خوب به پایان ببرید و با همین احساس به رختخواب بروید، روز بعد را نیز با احساسات خوب شروع می کنید. وقتی تا حدی که می توانید با احساس خوب ادامه می دهید، روز خوبتان به حکم قانون جذب چند برابر می شود، این وضع، روزهای متمادی، ادامه پیدا می کند و زندگی‌تان بهتر و باز هم بهتر می شود.

«در امروز زندگی کنید نه در فردا یا در دیروز. تنها امروز»

ساکن لحظه‌های زندگی شده‌اید آن‌ها را به فردا وام ندهید.»

جرمی اسپینلی -

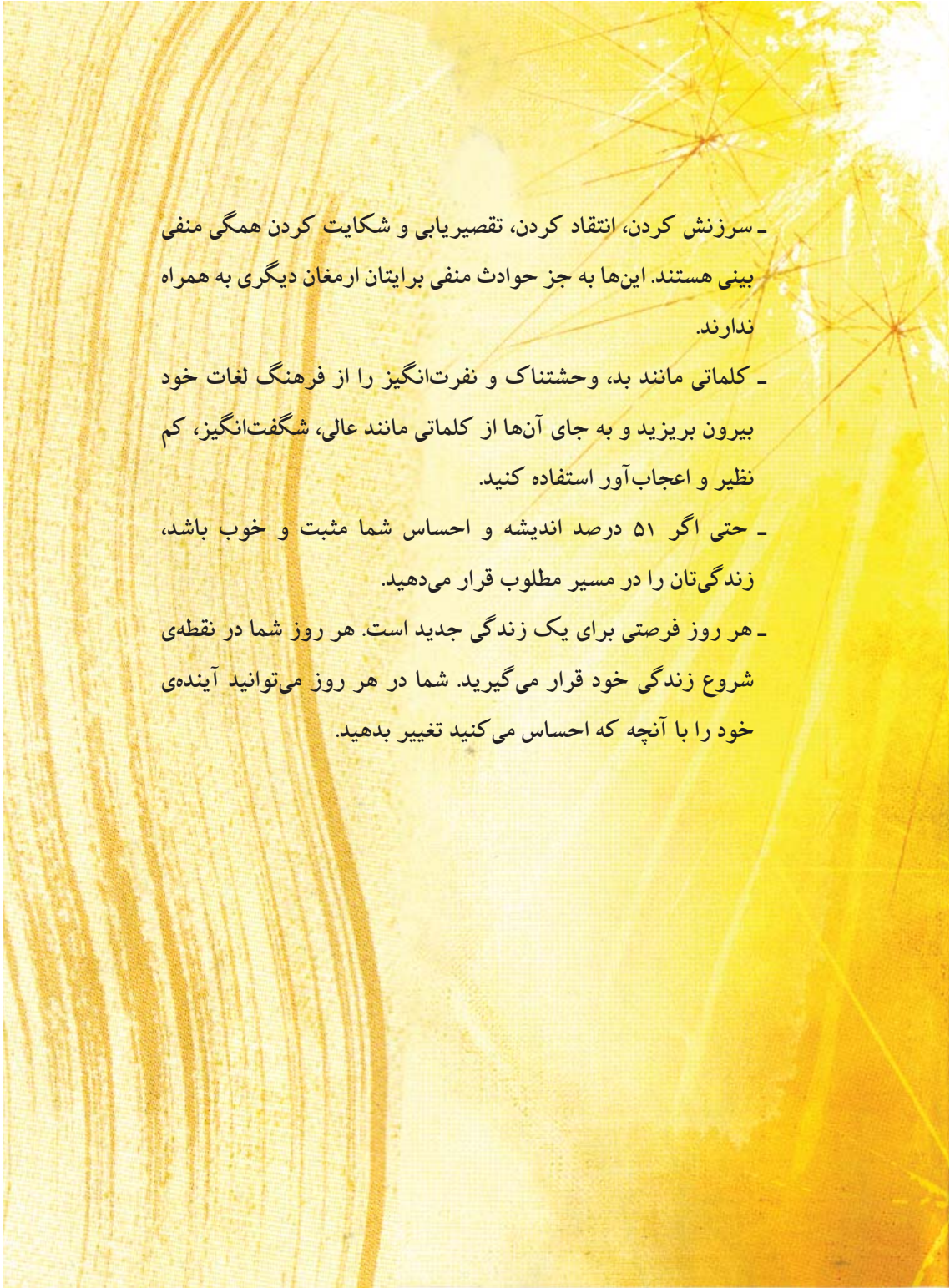
نویسنده کودکان

خیلی‌ها در امروز زندگی نمی‌کنند. آن‌ها در آینده سیر می‌کنند و این در حالی است که آن‌طوری که امروز زندگی می‌کنیم زندگی فردایمان رقم می‌خورد. مهم این است که امروز چه احساسی دارید، زیرا این تنها چیزی است که آینده شما را مشخص می‌کند. هر روز فرصتی مناسب برای یک زندگی جدید است، زیرا هر روز، شما، در نقطه‌ی شروع زندگی خود هستید. شما در هر روزی از زندگی‌تان می‌توانید آینده‌ی خود را با احساسی که دارید تغییر دهید. با احساسی که دارید. وقتی کفهی ترازو را با احساس خوب سنگین می‌کنید، نیروی زندگی چنان سریع زندگی شما را تغییر می‌دهد که به ندرت آن را باور می‌کنید.

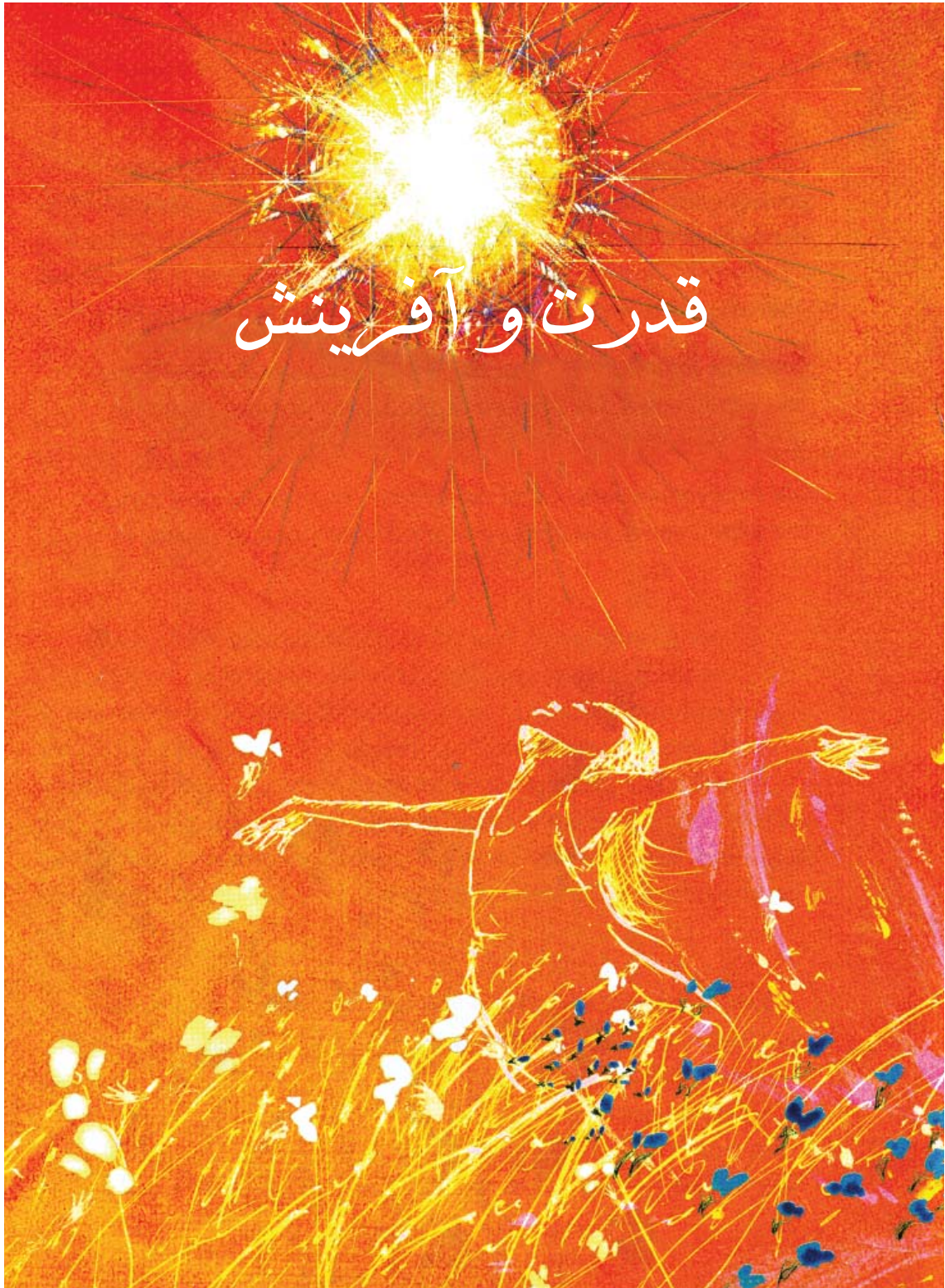
فرکانسهای احساس ۶۹

نکات قدرت

- همه چیز در عالم هستی دارای مغناطیس است و همه چیز یک فرکانس مغناطیسی دارد، افکار و احساسات شما هم از این قاعده مستثنی نیستند.
- آنچه احساس بکنید، خوب یا بد، فرکانس شما را تعیین می کند، شما اشخاص، موقعیت ها و حوادثی را جذب می کنید که روی فرکانس شما قرار داشته باشند.
- با تغییر دادن احساس خود، فرکانس خود را تغییر دهید. این گونه آنچه در پیرامون شما وجود دارد تغییر می کند، زیرا در فرکانس جدیدی قرار گرفته اید.
- اگر اتفاق منفی در زندگی شما افتاده است، می توانید آن را تغییر دهید. هرگز خیلی دیر نیست، زیرا همیشه می توانید احساس خود را تغییر دهید.
- خیلی ها احساسات خود را در وضعیت خلبان اتوماتیک قرار می دهند، احساسات این اشخاص واکنش به آن چیزهایی است که برایشان اتفاق می افتد، اما این ها متوجه نیستند که احساساتشان علت اتفاقات زندگی آنهاست.
- برای تغییر دادن هر وضعیتی باید احساس خود را تغییر دهید.

- 
- سرزنش کردن، انتقاد کردن، تقصیریابی و شکایت کردن همگی منفی بینی هستند. اینها به جز حوادث منفی برایتان ارمغان دیگری به همراه ندارند.
 - کلماتی مانند بد، وحشتناک و نفرت‌انگیز را از فرهنگ لغات خود بیرون بریزید و به جای آنها از کلماتی مانند عالی، شگفت‌انگیز، کم نظیر و اعجاب‌آور استفاده کنید.
 - حتی اگر ۵۱ درصد اندیشه و احساس شما مثبت و خوب باشد، زندگی‌تان را در مسیر مطلوب قرار می‌دهید.
 - هر روز فرصتی برای یک زندگی جدید است. هر روز شما در نقطه‌ی شروع زندگی خود قرار می‌گیرید. شما در هر روز می‌توانید آینده‌ی خود را با آنچه که احساس می‌کنید تغییر بدهید.

قدرت و آفرینش



«هر لحظه‌ای از زندگی شما بی‌نهایت خلاق است و عالم هستی هم
تا بخواهید پربرکت. کافیت درخواستی بکنید تا آنچه را که
دلتان می‌خواهد نصیب شما شود.»

شاگتی گواين (تولد ۱۹۴۸) -

نویسنده

در فصل‌های بعدی می‌خوانید که چگونه می‌توانید به راحتی نیروی عشق
به پول، سلامتی، شغل و تجارت دلخواه و روابط مورد نظر خود را جذب
کنید. با این علم و اطلاع می‌توانید زندگی‌تان را به هر شکلی که می‌خواهید
تغییر دهید.

برای رسیدن به خواسته‌تان اقدامات ساده‌ی فرایند آفرینش را دنبال کنید،
چه بخواهید چیزی را که می‌خواهید به دست آورید یا هر چیزی را که
نمی‌خواهید تغییر دهید، فرایند کار شما همیشه یکسان است.

فرایند آفرینش

تصورش کنید، احساسش کنید، دریافتش کنید

۱- تصور کردن

از ذهنتان استفاده کنید و آنچه را که می‌خواهید و آرزویش را دارید در ذهن خود مجسم کنید. تصور کنید که در کنار خواسته‌ی خود هستید. تصور کنید با آنچه می‌خواهید کاری را انجام می‌دهید. تصور کنید به خواسته‌ی خود رسیده‌اید.

۲- احساس کردن

هم‌زمان با تصور کردن باید نسبت به آنچه می‌خواهید احساس عشق کنید. باید تصور کنید و احساس کنید که با خواسته‌تان هستید. باید تصور و احساس کنید که با خواسته‌تان کاری انجام می‌دهید. باید تصور و احساس کنید که به آرزویتان رسیده‌اید.

تصور شما، شما را به خواسته‌تان پیوند می‌دهد. میل و احساس عشق، مغناطیسی خلق می‌کند؛ قدرت این مغناطیس، خواسته‌تان را، به شما جذب می‌کند. این‌گونه نقش شما در فرایند آفرینش به انتها می‌رسد.

۳- دریافت کردن

نیروی عشق به کمک نیروهای مرئی و نامرئی طبیعت، آنچه را که آرزو کرده‌اید به شما می‌رساند. از موقعیت‌ها، حوادث و اشخاص استفاده می‌کند تا

آنچه را که می‌خواهید به شما برساند.

آنچه را که طلب می‌کنید باید با تمام وجود بخواهید. میل و آرزویان عشق است و تا زمانی که اشتیاق و میلی سوزان در وجودتان نداشته باشید نمی‌توانید از نیروی عشق به سود خود بهره‌برداری کنید. درواقع، باید آنچه را که می‌خواهید با تمام قلبتان آرزو کنید. آرزو عشق است. مانند ورزشکاری که می‌خواهد در مسابقه‌ای حاضر شود و نقاشی که میل به نقاشی دارد. باید با تمام وجود و از صمیم دل آرزو کنید، زیرا آرزو کردن احساسی از عشق است و باید برای دریافت کردن عشق، عشق بدهید.

هرآنچه را که در زندگی می‌خواهید بشوید، آنچه را که در زندگی می‌خواهید انجام دهید، آنچه را که در زندگی می‌خواهید داشته باشید، فرایند آفرینش همانی است که هست، تغییری نمی‌کند. عشق بدهید تا عشق بگیرید تصورش کنید، احساسش کنید و دریافتش کنید.

وقتی از فرایند آفرینش استفاده می‌کنید تصور کنید آنچه را که از قبل می‌خواهید به دست آورده‌اید و هرگز از این حالت وجودی منحرف نشوید. چرا؟ چون قانون جذب آنچه را که شما می‌دهید نسخه‌برداری می‌کند و از این رو باید تصور و احساس کنید که آن را در همین لحظه به دست آورده‌اید. اگر می‌خواهید از وزن بدنتان بکاهید، تصور کنید و خودتان را ببینید که در آن وزن ایده‌آل قرار گرفته‌اید، به این فکر نکنید که چاق هستید. اگر میل به

سفر دارید، تصور و احساس کنید که در حال سفر کردن هستید، به این فکر نکنید که پول سفر کردن را ندارید. اگر می‌خواهید در ورزش در موقعیتی مطلوب قرار بگیرید، اگر می‌خواهید بازیگر تئاتر شوید یا یک آلت موسیقی بنوازید، آنچه را که می‌خواهید تصور کنید. اگر خواهان ازدواج بهتری هستید، تصور و احساس کنید که در رابطه‌ای که می‌خواهید قرار دارید.

«ایمان، باور کردن آن موقعیتی است که هنوز آن را نمی‌بینید و

پاداش این ایمان، دیدن آن موقعیتی است که باور دارید.»

سن آگوستین-هیپو (۴۳۰ - ۳۵۴)

اسقف

وقتی با فرایند آفرینش کار می‌کنید، ممکن است بخواهید جنبه‌ای غیرمتعارف را جذب کنید و وقتی جنبه‌ای غیرمتعارف را خوب می‌کنید به قدرت خود ایمان می‌آورید. زنی جوان خواهان جذب یک گل خاص شد، یک گل شیپوری سفید؛ او تصور کرد که گل را در دست گرفته است، گل را می‌بوید، احساس کرد که گل شیپوری را در دست خود گرفته است، دو هفته بعد، برای صرف شام به خانه‌ی یکی از دوستانش رفت، آن‌جا روی میز گلدانی پر از گل‌های شیپوری سفید گذاشته بودند. درست همان گل‌ها و به همان رنگی که او آرزو کرده

قدرت و آفرینش ۷۷

بود. او از دیدن گل‌ها به هیجان آمد، اما مطلبی درباره‌ی آنچه در این باره تصور کرده بود به دوستش نگفت. در پایان میهمانی در حالی که می‌خواست از خانه دوستش خارج شود. دختر دوستش یک شاخه گل شیپوری سفید را از گلدان درآورد و آن را در دست او گذاشت.

«تصور کردن، شروع آفرینش است. شما آنچه را که می‌خواهید

تصور می‌کنید، آنچه را که می‌خواهید آرزو می‌کنید و در پایان

آنچه را که می‌خواهید به دست می‌آورید.»

- جرج برنارد شاو (۱۹۵۰-۱۸۵۶)

نمایشنامه‌نویس و برنده جایزه نوبل

بدهید - بگیریید

به خاطر داشته باشید که قانون جذب می‌گوید آنچه را که بدهید دریافت می‌کنید. اگر قانون جذب را یک دستگاه فتوکپی یا یک آینه، یا یک طنین در نظر بگیرید شما را در درک این‌که چه تصور و احساسی داشته باشید کمک می‌کند. قانون جذب شبیه یک آینه است، زیرا آینه هر چه را روبه‌رویش بگذارند منعکس می‌کند. قانون جذب شبیه یک طنین است، زیرا هر صدایی را که خارج کنید طنین آن به شما بازمی‌گردد.

چند سال قبل برای کارم به پاریس رفته بودم، زنی از کنارم رد شد یکی از زیباترین دامن‌های مد پاریس را پوشیده بود. با خود گفتم: «چه دامن زیبایی».

چند هفته بعد با اتومبیل در ملبورن استرالیا به محل کارم می‌رفتم که مجبور شدم به علت خطای یک راننده دیگر که می‌خواست یک گردش به چپ غیرقانونی انجام دهد ترمز کنم. در حالی که متوقف شده بودم چشمم به ویتترین یک فروشگاه لباس افتاد. دقیقاً همان دامنی را که در شهر پاریس تن آن زن دیده بودم، پشت ویتترین بود. باور نمی‌کردم. وقتی سرکار رفتم به آن فروشگاه زنگ زدم. به من گفتند فقط یک دامن از آن مدل را دارند و آن هم در ویتترین به نمایش گذاشته‌اند و البته درست اندازه‌ی من بود، وقتی برای خرید به فروشگاه رفتم، دیدم قیمت آن را ۵۰ درصد تخفیف داده‌اند. صاحب فروشگاه به من گفت: این دامن در سفارش خرید آن‌ها نبوده است و به اشتباه آن را برایشان فرستاده‌اند.

تنها کاری که من درباره‌ی این دامن انجام داده بودم این بود که از آن خوشم آمده بود و بعد در یکی از شهرهای استرالیا، در یک خیابان فرعی دامن تحویل من داده شد. این قدرت مغناطیسی عشق است. این قانون جذب در عمل است.

تصور کردن

«این جهان، بومی برای تصورات ماست.»

هنری دیوید تورثو (۱۸۶۲-۱۸۱۷)

نویسنده و فیلسوف اشرافی

وقتی چیز مثبتی را که می‌خواهید در ذهن مجسم می‌کنید از نیروی عشق به سود خود استفاده می‌کنید. وقتی تصویری مثبت دارید و به آن دل می‌بندید آن را دریافت می‌کنید. اگر بتوانید چیزی را تصور و احساس کنید، می‌توانید آن را دریافت کنید، اما آنچه را که تصور می‌کنید باید از عشق نشئت بگیرد.

آنچه را که تصور می‌کنید نباید به شخص دیگری آسیب برساند. تصور کردن چیزی که به دیگری آسیب بزند، نه از عشق، بلکه از نبود عشق نشئت می‌گیرد. اما می‌خواهم درباره‌ی نیروی عشق و تصور شما، مطلب جالبی برایتان تعریف کنم؛ بهترین و اعلاترین چیزی که می‌توانید تصورش بکنید با آنچه عشق می‌تواند به شما بدهد مقایسه‌پذیر نیست. عشق را محدودیتی متصور نیست. اگر می‌خواهید سرشار از نشاط و خوشبختی باشید، نیروی عشق می‌تواند به شما سلامتی و شادی بدهد که حد و اندازه‌اش را باور نمی‌کنید. این را به شما می‌گویم تا حد و مرزهای‌تان را پاره کنید و برای زندگی خود محدودیت قایل نشوید.

تفاوت میان کسی که در زندگی تقلا می‌کند و کسی که زندگی عالی‌ای دارد ناشی از عشق است. آن‌هایی که زندگی عالی دارند، آنچه را که می‌خواهند و دوست دارند تصور می‌کنند و بیش از دیگران عشق آن چیزی را که تصور می‌کنند احساس می‌کنند. آن‌هایی که تقلا می‌کنند، بی‌آن‌که متوجه باشند تصور خود را صرف آن چیزهایی می‌کنند که آن‌ها را دوست ندارند و نمی‌خواهند.

موضوع به همین سادگی است، این مسئله در زندگی اشخاص تأثیری شگرف بر جای می‌گذارد و شما به هر جا که نگاه کنید تفاوتش را می‌بینید.

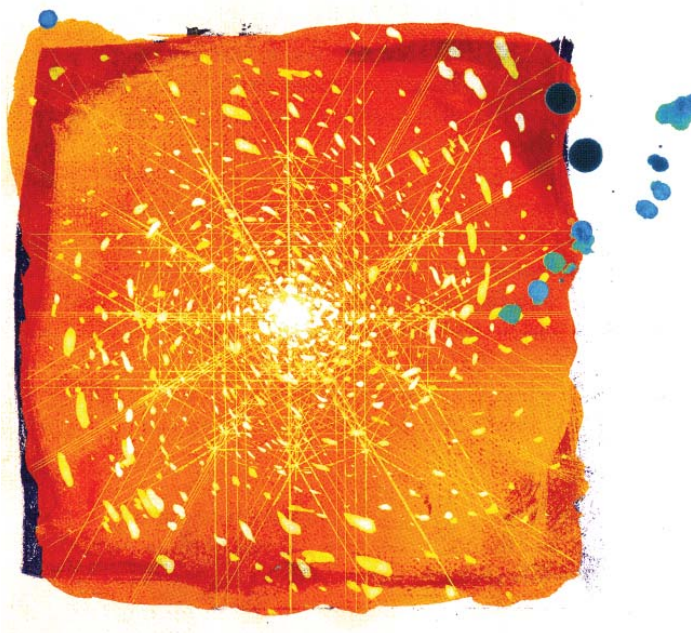
«راز ذهن متعالی، فقط در استفاده از تصور و تخیل یافت می‌شود.»

کریستین لارسون (۱۹۶۲ - ۱۸۷۴)

نویسنده

تاریخ ثابت کرده آن‌هایی که جرئت تصور کردن آنچه را به ظاهر غیرممکن است دارند، کسانی هستند که همه‌ی محدودیت‌های انسانی را پاره می‌کنند. در تمام زمینه‌ها از علوم گرفته تا پزشکی، ورزش، هنر یا تکنولوژی نام کسانی که غیرممکن را تصور می‌کردند در تاریخ ثبت شده است. آن‌ها با شکستن محدوده‌های تصور خود، دنیا را تغییر دادند.

زندگی شما همان چیزی است که تصورش کرده‌اید. آنچه را که دارید یا ندارید و هر موقعیتی که در زندگی دارید حاصل تصور شماست. اشکال بعضی‌ها در این است که بدترین‌ها را تصور می‌کنند. آن‌ها از شگفت‌انگیزترین ابزار بر ضد خود استفاده می‌کنند. به جای آن‌که بهترین‌ها را تصور کنند، بسیاری از مردم به آنچه ممکن است تولید اشکال کند فکر می‌کنند و دقیقاً آنچه را که تصور می‌کنند اتفاق می‌افتد.



آنچه را بدهید دریافت می‌کنید، بهترین‌ها را احساس و تصور کنید، زیرا آنچه را که تصور کنید نیروی عشق آن را به راحتی در اختیارتان قرار می‌دهد.

آنچه را بتوانید تصور کنید وجود دارد

«آفرینش، تنها، شکل دادن به آن چه از قبل وجود داشته، است.»

سری‌ماد بهاواگاتام (قرن نهم)

برگرفته از متن هند باستان

هر میلی را بتوانید تصور کنید - پیشاپیش وجود دارد. مهم نیست که آن چیست، آنچه را بتوانید تصور کنید قبلا در آفرینش وجود داشته است. پنج هزار سال قبل در نوشته‌های باستان آمد که همه‌ی آفرینش انجام شده است و این که هر چیز دیگری را که بتوان خلق کرد پیشاپیش خلق شده است. پنج هزار سال بعد از آن فیزیک کوانتوم ثابت می‌کند که هر امکانی از هر چیزی در همین حالا وجود دارد.

«آسمان‌ها و زمین و هر چه در آن است کامل آفریده شد.»

سفر پیدایش

معنایش این است که آنچه را بتوانید تصورش کنید پیشاپیش وجود دارد. نمی‌توانید چیزی را که وجود ندارد تصور کنید. آفرینش کامل شده است، هر امکانی وجود دارد؛ بنابراین، وقتی می‌خواهید یک رکورد جهانی را بشکنید یا به شرق دور سفر کنید، یا به سلامتی کامل برسید یا پدر یا مادر بشوید، این امکانات همین حالا در آفرینش وجود دارند. اگر وجود نداشتند نمی‌توانستید آن‌ها را تصور کنید. برای آن که آنچه را دوست دارید از نامرئی به مرئی بیاورید، تنها کاری که باید بکنید این است که آنچه را می‌خواهید در تصور و احساس خود بیاورید.

زندگی‌تان را به شکلی که می‌خواهید باشد تصور کنید و آنچه را می‌خواهید تصور کنید. همه روزه این تصور را به همراه خود داشته باشید؛ تصور کنید اگر رابطه‌ی شما دقیقاً همان چیزی که می‌خواستید بود چه اتفاقی می‌افتاد. تصور کنید اگر کسب و کارتان ناگهان رونق می‌گرفت چه اتفاقی می‌افتاد. تصور کنید اگر به قدر کافی پول می‌داشتید که با آن هر کاری که می‌خواهید بکنید چه می‌شد و چه اتفاقی می‌افتاد. چه احساسی می‌داشتید اگر در سلامتی کامل به سر می‌بردید؟ تصور کنید چه احساسی می‌داشتید اگر می‌توانستید هر کاری را که دوست دارید انجام دهید. همه‌ی حواس خود را به کار ببرید تا آن چیزهایی را که می‌خواهید در ذهن تصور کنید. اگر می‌خواهید به ایتالیا بروید عطر روغن زیتون را به خاطر بیاورید، مزه پاستا را احساس کنید، تصور کنید کسی دارد با شما به زبان ایتالیایی حرف می‌زند. در ایتالیا بودن را احساس کنید.

در صحبت‌ها و اندیشه‌های خود بگویید: «تصور کنید اگر...» و بعد بقیه‌ی جمله را با آنچه می‌خواهید تکمیل کنید. اگر با یکی از دوستانتان حرف می‌زنید و او از این شکایت می‌کند که همکارش ترفیع رتبه گرفته و او نتوانسته است ترفیع بگیرد، به او بگویید: «تصور کن که تو قرار است ترفیع درجه‌ی بیش‌تر، به همراه افزایش حقوق بگیری.»

«اتم‌ها و عناصر ذرات، به خودی خود حقیقی نیستند. آن‌ها دنیایی
از امکان‌ها و ظرفیت‌های بالقوه را به جای یک واقعیت یا یک شیء
شکل می‌دهند.»

ورنر هایزنبرگ (۱۹۷۶-۱۹۰۱)

برنده جایزه ی نوبل در فیزیک کوانتوم

از تصور و تخیل خود استفاده کنید و بازی‌هایی خلق کنید تا به راستی احساس
خوبی به دست آورید. آنچه را بتوانید تصور کنید در انتظار شماست.
زنی جوان بعد از این که فارغ‌التحصیل شد ماه‌ها تلاش کرد شغلی پیدا کند
بزرگ‌ترین مشکل او این بود که در حالی که شغلی نداشت نمی‌توانست تصور
کند که شغل دارد؛ او همه روزه در دفترچه‌ی یادداشتش می‌نوشت از این که
شغل عالی‌ای دارد به سراغش می‌آید خوشحال است. با این حال، شغلی پیدا
نمی‌کرد. بعد نکته‌ای به ذهنش رسید. اقدامات تولیدکننده او برای درخواست
کار کردن؛ در واقع، به صدای بلند به قانون جذب می‌گفت که شغلی ندارد.
این زن جوان با علم و اطلاع جدیدش کاری کرد و همه چیز را تغییر داد.
تصمیم گرفت از تصور و تخیل خود استفاده کند و طوری زندگی کند که انگار
شغلی دارد. او ساعت بیدار کننده خود را برای صبح زود تنظیم کرد. انگار که
باید به سرکار برود؛ به جای نوشتن این مطلب در دفترچه یادداشتش که اگر

قدرت و آفرینش ۸۵

یک شغل عالی به سراغش می‌آمد چقدر خوشحال می‌شد، نوشت که از موفقیت شغلی‌اش و از همکاران خوبی که دارد خوشحال است. او لباسی را که باید هر روزه می‌پوشید و به سرکار می‌رفت، تدارک دید. برنامه‌ریزی کرد که برای خودش حسابی در بانک باز کند تا چک حقوقش را در آن حساب بخواهاند. در مدت دو هفته به این باور رسید که واقعا شغلی دارد. در همین زمان، یکی از دوستانش به او اطلاع داد در اداره‌ای گشایش شغلی ایجاد شده است. زن جوان در مصاحبه‌ی استخدامی شرکت کرد و توانست آن شغل را برای خود به دست آورد.

خودتان را آماده کنید

«هرگاه به خود اجازه می‌دهید که درباره‌ی اینکه اشخاص، شرایط و موقعیت‌ها چه می‌گویند؛ فکر می‌کنید در واقع، آنچه را می‌خواهید فکر کنید دنبال نمی‌کنید. شما امیال و خواسته‌های خود را دنبال نمی‌کنید، به جای آن امیال و ام گرفته از دیگران را دنبال می‌کنید از قوه تخیل خود برای تعیین این که چه می‌خواهید فکر کنید یا انجام دهید، استفاده کنید.»

کریستین لارسون (۱۹۶۲-۱۸۷۴)

نویسنده

به هنگام استفاده از فرایند آفرینش از هر چه می‌توانید استفاده کنید تا این احساس را در خود ایجاد کنید که آنچه را می‌خواهید از قبل به دست آورده‌اید. خود را در احاطه‌ی اقلامی مانند لباس، عکس‌ها، تصاویر و اشیاء مربوطه‌ای قرار دهید تا این احساس به شما دست دهد که به آنچه می‌خواهید دست یافته‌اید.

اگر لباس جدیدی می‌خواهید، در قفسه‌ی لباس خود جایی برای آن باز کنید. یکی از چوب لباسی‌ها را خالی در قفسه بگذارید اگر خواهان پول بیشتری هستید آیا کیف پولتان جای کافی برای پول بیشتر دارد؟ اگر دنبال شریک زندگی عالی‌ای هستید باید تصور کنید که او هم‌اکنون در کنار شماست. اگر همسر مورد علاقه‌تان را پیدا کرده بودید باید نیمی از قفسه‌ی لباس‌های خود را به لباس‌های او اختصاص دهید. آیا تخت شما به اندازه همسران جای دارد؟ آیا میز غذاخوری شما مناسب یک نفر است یا دو نفر؟

زنی از تخیل خود برای پیدا کردن یک اسب استفاده کرد. او در تمام مدت زندگی‌اش خواهان داشتن یک اسب بود، اما توانایی مالی آن را نداشت که اسبی بخرد. او خواهان خرید اسبی با نژاد اصیل بود که چندین هزار دلار ارزش داشت. این زن هرگاه از پنجره اتاقش بیرون را تماشا می‌کرد تصور می‌کرد که دقیقاً اسبی که علاقه دارد را خریداری کرده است. او تصویری از اسب مورد نظرش را روی کامپیوترش گذاشته بود. هر وقت فرصتی پیدا می‌کرد تصویر این

اسب را روی کاغذ نقاشی می‌کرد، او در آگهی‌های روزنامه‌ها دقیق می‌شد تا اسب‌هایی را که برای فروش گذاشته بودند پیدا کند و این در حالی بود که به لحاظ مالی توانایی خرید نداشت. او به اتفاق فرزندانش به فروشگاه‌هایی که کفش اسب سواری می‌فروختند می‌رفت و کفش‌های مختلف را روی پایشان امتحان می‌کردند. به زین اسب‌ها نگاه می‌کرد. او هر چه را در ارتباط با داشتن یک اسب لازم بود خریداری کرد و آن‌ها را جایی در معرض دید خود گذاشت تا هر روز نگاهش به آن‌ها بیفتد. چندی بعد او به یک نمایشگاه اسب در شهر رفت. در نمایشگاه یک برنامه ترتیب داده بودند که جایزه‌اش یک اسب مورگان بود، دقیقاً همان اسبی که او خواهانش بود و البته او در این قرعه‌کشی برنده‌ی اسب مورد نظرش شد.

مردی برای این که استخدام شود به مدت سه سال در ۷۵ مصاحبه‌ی استخدامی شرکت کرده بود، اما به نتیجه نرسیده بود. تا این که از قوه‌ی تصور و تخیلش استفاده کرد و خود را دید که شغل آرمانی‌اش را به دست آورده است. در خیال می‌دید که با کامپیوترش کار می‌کند. بوی چرم صندلی‌های چرمی اتاقش را استشمام می‌کرد میز کار عالی‌اش را می‌دید. همکارانش را در نظر مجسم می‌کرد برای هر کدام از آن‌ها اسمی انتخاب کرده بود. با همکارانش صحبت می‌کرد. با آن‌ها تشکیل جلسه می‌داد. حتی در فرصت صرف ناهار خودش را می‌دید که تاکو می‌خورد. هفت هفته بعد درخواست‌هایی برای استخدام

دریافت کرد این مرد توانست شغل عالی‌ای را که در نظرش بود، پیدا کند. بدانید وقتی سهم و نقش خود را در فرایند آفرینش تکمیل کردید، آفرینش انجام می‌شود. شما به دنیایی جدید قدم می‌گذارید که آنچه می‌خواهید در آن قرار دارد، حتی اگر نتوانسته‌اید هنوز آنچه را که می‌خواهید ببینید، اما بدانید که به خواسته‌ی خود می‌رسید.



نکات قدرت

- برای برخوردار شدن از قدرت عشق در زندگی‌تان، برای رسیدن به آنچه می‌خواهید یا تغییر دادن چیزی که در نظر شماست، فرایند آفرینش همیشه یک شکل و یک جور است: تصورش کنید، احساسش کنید و دریافتش کنید.

- تصور و تخیل شما را به آنچه می‌خواهید پیوند می‌دهد. میل و خواسته و احساس عشق شما، مغناطیسی خلق می‌کند، نیروی این مغناطیس، خواسته‌تان را برآورده می‌سازد.

- تصور کنید که به خواسته‌ی خود رسیده‌اید. هم‌زمان برای آنچه آن را تصور می‌کنید احساس عشق کنید.

- با تمام وجود آنچه را که می‌خواهید آرزو، کنید. میل و آرزو احساس عشق هستند و باید برای به دست آوردن آنچه دوست دارید عشق بدهید.

- وقتی چیز مثبتی را که می‌خواهید و دوستش دارید تصور می‌کنید از نیروی عشق به سود خود بهره‌برداری می‌کنید. تخیل را به اوج برسانید. بهترین‌ها را برای خود تصور و تجسم کنید.

- هر میل و خواسته‌ای را که آرزو کنید پیشاپیش وجود دارد. مهم نیست چه آرزویی دارید. اگر بتوانید آن را تجسم کنید، پیشاپیش در آفرینش

وجود دارد.

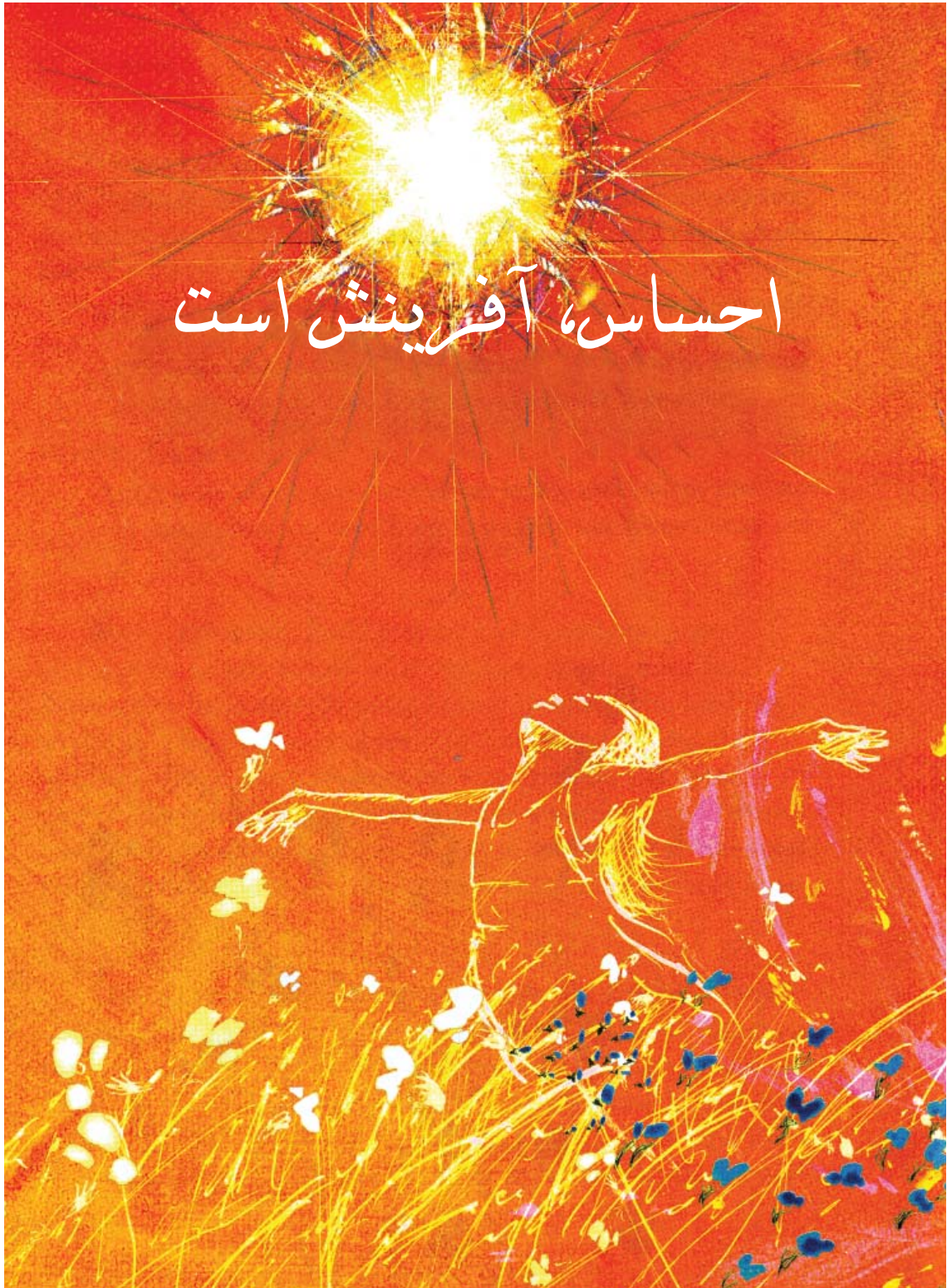
در صحبت‌ها و در اندیشه‌تان بگویید: «تصور کن اگر...» و بعد این عبارت را با آنچه می‌خواهید به دست آورید تکمیل کنید.

- خود را در احاطه اقلام، لباس‌ها، تصاویر، عکس‌ها و اشیاء صحنه‌ی تصورات خود قرار دهید تا بتوانید آنچه را که می‌خواهید احساس کنید.

- از همه‌ی حواس خود کمک بگیرید و به این نتیجه برسید که به آنچه می‌خواهید دست یافته‌اید. احساسش کنید، آن را ببویید، ببینید و بشنوید.

- وقتی نقش خود را در فرایند آفرینش اجرا کردید به دنیای جدیدی قدم گذاشته‌اید؛ آنچه را که می‌خواهید در خود دارد، هر چند نتوانید این خواسته‌ی خود را ببینید. بدانید که به خواسته‌ی خود خواهید رسید.

احساس، آفرینش است



احساس، آفرینش است ۹۳

«هرگاه احساسات با آرزویتان در تقابل باشد آن که پیروز
می‌شود احساس است»

نوئل گودارو (۱۹۷۲-۱۹۰۵)

نویسنده

احساس آفرینش است

می‌خواهم بدانید وقتی از طریق احساسات خوب خود عشق می‌دهید چه اتفاقی
می‌افتد، زیرا این موضوع به راستی جالب و زیباست. احساسات شما یک میدان
مغناطیسی ایجاد می‌کنند که به طور کامل شما را دربرمی‌گیرد. هر کس در
احاطه‌ی یک میدان مغناطیسی است. از این رو، به هر جایی که بروید میدان
مغناطیسی با شما می‌آید. به احتمال زیاد، تصاویر باستانی را دیده‌اید که اشخاص
را در احاطه‌ی هاله‌ای قرار می‌دهند. هاله‌ای که هر کس را احاطه کرده؛ درواقع،
یک میدان الکترومغناطیس است و از طریق مغناطیس میدانی که شما را احاطه

کرده است همه چیز را در زندگی به خود جذب می‌کنید. آنچه مشخص می‌کند که میدان شما در هر لحظه مثبت یا منفی است احساسات شماست. هر بار که از طریق احساسات، کلام یا اعمال خود خود عشق بدهید، عشق بیشتری به میدان واقع در پیرامون خود اضافه می‌کنید. هر چه عشق بیشتری بدهید میدان مغناطیسی شما بزرگ‌تر و قدرتمندتر می‌شود و آنچه در میدان مغناطیسی شما وجود دارد را به خود جذب می‌کند؛ بنابراین، هر چه در میدان شما عشق بیشتری وجود داشته باشد قدرت بیشتری دارید تا آنچه را که دوست دارید جذب کنید. می‌توانید به نقطه‌ای برسید که نیروی مغناطیسی در میدان شما به قدری مثبت و قدرتمند شود که اگر خواهان چیزی بشوید در همان لحظه آن را در زندگی خود تجربه کنید. این قدرت فوق‌العاده‌ای است که شما دارید. این قدرت خارق‌العاده، نیروی عشق است.

«از طریق توانایی فکر کردن و احساس کردن می‌توانید بر همه

چیز مسلط شوید.»

نوئل گودارد (۱۹۷۲ - ۱۹۰۵)

نویسنده

می‌خواهم با شما موضوعی را در میان بگذارم که در زندگی من اتفاق افتاد

احساس، آفرینش است ۹۵

و نشان می‌دهد که عشق به چه سرعت می‌تواند مؤثر واقع شود. من عاشق گل هستم؛ بنابراین، همه‌ی تلاش‌م را می‌کنم که هر هفته گل‌های تازه بخرم، زیرا به من احساس خوشایندی می‌دهد. اغلب، از بازار کشاورزان گل می‌خرم، اما در آن هفته‌ی به خصوص، هوا بارانی بود و در نتیجه، بازار کشاورزان را ترتیب نداده بودند و گلی هم در کار نبود. واکنش من این بود که چون گلی در کار نبود علاقه‌ام به گل‌ها بیشتر می‌شد. به جای این که مأیوس شوم تصمیم گرفتم عشق بیشتری احساس کنم و از این رو، میدان مغناطیسی خود را با عشق به گل‌ها سرشار کردم.

در عرض دو ساعت یک گلدان بزرگ گل برایم آوردند. خواهرم از آن سمت دنیا زیباترین گل‌هایی را که تا آن زمان دیده بودم برایم فرستاد. با این کار، خواسته بود از کاری که برایش کرده بودم، تشکر کند. وقتی عشق می‌دهید، بدون توجه به موقعیت‌ها، اوضاع و احوال باید تغییر کند.

حالا می‌توانید متوجه شوید که چرا مهم است که عشق را انتخاب کنید، زیرا هر زمان که عشق بدهید بر میزان عشق موجود در میدان مغناطیسی پیرامون خود می‌افزاید. هرچه در زندگی روزانه خود عشق بیشتری بدهید نیروی مغناطیسی عشقی که در میدان پیرامون خود دارید افزایش می‌یابد و شما به آنچه می‌خواهید می‌رسید.

این معجزه‌ی زندگی است که در آن عشق می‌دهید. زندگی من در گذشته

به شکل امروز با معجزه روبه‌رو نبود، پر از تقلا و مشکلات بود، اما من درباره‌ی زندگی به موضوعی جالب برخورددم و آنچه را که آموختم در این کتاب با شما در میان می‌گذارم. هیچ‌چیز برای نیروی عشق بزرگ نیست، هیچ فاصله‌ای بیش از اندازه زیاد نیست. هیچ مانعی نیست که نتوان بر آن غلبه کرد، زمان هم بر سر راهش نمی‌تواند قرار بگیرد. می‌توانید با به خدمت گرفتن عشق، این بزرگ‌ترین نیروی عالم هستی، به همه‌ی خواسته‌های خود برسید.

نقطه‌ی آفرینش

ممکن است بخواهید به خواسته‌های بزرگ دست یابید، اما چشم‌اندازتان ممکن است بسیار بزرگ و بی‌تناسب نشان دهد. وقتی فکر می‌کنید خواسته‌ای بیش از اندازه بزرگ است؛ درواقع، به قانون جذب می‌گویید: «این به قدری بزرگ است که دستیابی به آن مشکل است و به احتمال زیاد، دستیابی به آن وقت بسیاری می‌گیرد» و این درست است، زیرا به آنچه فکر و سپس احساس کنید همان را دریافت خواهید کرد. اگر فکر می‌کنید آرزویتان بسیار بزرگ است تأخیر و مشکلی را در مسیر رسیدن به آنچه می‌خواهید ایجاد می‌کنید اما برای قانون جذب، بزرگ و کوچکی در کار نیست، برای جذب، زمان، مفهوم ندارد.

برای این که بتوانید چشم‌انداز مناسبی از آفرینش به دست آورید، بدون توجه



به این که میل و آرزوی شما چقدر در نظرتان بزرگ جلوه می‌کند آن را به اندازه یک نقطه فرض کنید. ممکن است شما خواهان خانه، اتومبیل، تعطیلات، پول، همسر مناسب، شغل رؤیایی یا فرزند باشید. ممکن است بخواهید از سلامتی کامل برخوردار باشید، ممکن است بخواهید در امتحانات قبول شوید و به دانشگاهی که علاقه دارید بروید، ممکن است بخواهید رکوردی جهانی را بشکنید، رییس شوید، یک بازیگر موفق شوید، وکیل، نویسنده یا یک معلم بشوید، مهم نیست که چه می‌خواهید. فکر کنید که آن خواسته به اندازه‌ی یک نقطه است، زیرا تحت تأثیر نیروی عشق آنچه می‌خواهید از یک نقطه‌ی کوچک‌تر است.

«تردیدهای ما خائن هستند و مانع رسیدن ما به آن خواسته‌ی خوبی

که ممکن بود بدست آوریم، می‌شوند.»

ویلیام شکسپیر (۱۶۱۶-۱۵۶۴)

نمایشنامه‌نویس انگلیسی

اگر احساس می‌کنید ایمانتان سست شده است. نقطه‌ای را در میانه یک دایره بگذارید و کنار دایره آنچه را که آرزوی داشتنش را دارید بنویسید. هر اندازه که دوست دارید به تصویری که کشیده‌اید توجه کنید. به آن نقطه نگاه کنید و بدانید که آرزوی شما برای عشق به اندازه‌ی آن نقطه است.

چگونه احساسات بد را حذف کنیم

می‌توانید با تغییر دادن احساس خود هر چیزی را در زندگی تغییر بدهید. وقتی احساساتان را درباره‌ی چیزی تغییر می‌دهید، آن چیز باید تغییر کند، اما برای تغییر دادن احساس خود سعی نکنید خود را از شر احساس بد نجات دهید، زیرا همه‌ی احساسات بد ناشی از نبود عشق هستند. به جای احساس بد عشق را جایگزین کنید. سعی نکنید خشم و اندوه را جایگزین کنید، خشم و اندوه وقتی عشق از راه برسد خود به خود از بین می‌روند. وقتی عشق را در خود ایجاد می‌کنید همه‌ی احساسات بد ناپدید می‌شوند.

احساس، آفرینش است ۹۹

تنها یک نیرو در زندگی وجود دارد و آن نیروی عشق است. شما یا به این دلیل که سرشار از عشق هستید احساس خوبی دارید یا به این دلیل که تهی از عشق هستید احساس بد دارید، اما همه‌ی احساسات شما در جاتی از عشق هستند. عشق را تصور کنید که مانند آبی در لیوان است و این لیوان بدن شماست. وقتی لیوانی فقط کمی آب در خود داشته باشد، انگار خالی از آب است اگر می‌خواهید خالی بودن لیوان را برطرف کنید باید آب در آن بریزید. وقتی احساس بد دارید از عشق تهی هستید؛ بنابراین، اگر عشق در خود بریزید، احساسات بد از میان می‌روند.

چگونه یک چیز منفی را تغییر دهیم

اگر چیزی منفی در زندگی شما وجود دارد و شما می‌خواهید آن را تغییر دهید فرایند کار یکسان است: عشق بدهید و فرض را بر این بگذارید و تصور کنید آنچه را می‌خواهید به دست آورده‌اید. توجه داشته باشید که هر خواسته‌ی منفی به معنای نبود عشق است؛ بنابراین، باید به ضد موقعیت منفی فکر کنید، زیرا ضد آن عشق است. برای مثال، اگر می‌خواهید از شر یک بیماری خلاص شوید، به بدن خود عشق بدهید و تصور کنید که سالم هستید. اگر از فرایند آفرینش برای تغییر دادن یک رویداد منفی استفاده می‌کنید بدانید مجبور نیستید منفی را به مثبت تبدیل کنید. انجام دادن این کار دشوار

به نظر می‌رسد و آفرینش این‌گونه کار نمی‌کند. آفرینش بدین معناست که چیز جدیدی خلق شود که به خودی خود جایگزین رویداد قبلی می‌شود. نیازی ندارید به این فکر کنید که چه چیزی را می‌خواهید تغییر بدهید. تنها کاری که باید بکنید این است که برای آنچه می‌خواهید عشق بدهید و نیروی عشق برای شما جایگزین موقعیت منفی می‌شود.

اگر کسی مجروح و تحت درمان قرار گرفته است، اما حالش بهتر نمی‌شود، معنایش این است که او به بیماری‌اش بیشتر از بهبود یافتن فکر می‌کند، به جای آن باید فکر کند که بهبودی کامل یافته است. این حقیقت که می‌توانید بهبودی کامل را تصور کنید؛ بدین معناست که بهبودی از قبل وجود دارد. میدان مغناطیسی خود را با احساسات خوب دربارهی آنچه به شما احساس خوب می‌دهد تقویت کنید. هر چه امکانش وجود دارد احساس خوب داشته باشید، زیرا هر لحظه‌ای از عشق دادن، اسباب بهبودی در حال کامل شدن است.

«احساسات شما، خدای شما هستند»

چاناکایا (۲۷۵-۳۵۰ قبل از مسیح)

سیاستمدار هندی

اگر بخواهید سلامتی، پول، روابط یا هر چیز دیگری را تغییر دهید، فرایند

احساس، آفرینش است ۱۰۱

کار یکسان است. تصور کنید که چه می‌خواهید. عشق داشتن به آن را تصور و احساس کنید. هر صحنه و هر موقعیتی را که می‌خواهید تصور کنید. احساس کنید که هم‌اکنون به خواسته‌ی خود رسیده‌اید. روزی هفت دقیقه تصور و احساس کنید که به آنچه می‌خواهید دست یافته‌اید. آن قدر به این کار ادامه دهید تا احساس کنید به آنچه می‌خواهید رسیده‌اید.

به همان اندازه که مطمئن هستید اسمتان به خودتان تعلق دارد، آرزویتان هم به شما تعلق خواهد گرفت. در بعضی از مواقع می‌توانید با گذشت یک یا دو روز به خواسته‌ی خود برسید، رسیدن به بعضی خواسته‌های دیگر، ممکن است به زمان بیشتری احتیاج داشته باشد. به زندگی معمولتان ادامه دهید، هر چه می‌توانید عشق و احساس خوب بدهید، زیرا هر چه عشق بیشتری بدهید سریع‌تر می‌توانید به آنچه میل دارید دست پیدا کنید.

پس از آن که تصور و احساس کردید به آنچه می‌خواهید دست یافته‌اید، در عمل در دنیای جدیدی به سر می‌برید و به آنچه همیشه تصور داشته‌اید، می‌رسید. اشتباه نکنید و به همه نگوئید که جراحی شما بهبود پیدا نمی‌کند، زیرا در این صورت، باز هم بدترین‌ها را تصور کرده‌اید و به دنیای قبلی بازگشته‌اید. وقتی بدترین را تصور می‌کنید، این بدترین نصیب شما می‌شود. اگر بهترین را تصور کنید، بهترین نصیب شما می‌شود، اگر کسی از جراحانتان سؤال کرد در جوابش بگویید: «حالم بسیار خوب است.» بگویید: «بهبودی کامل یافته‌ام.»

نمی‌توانید بدون احساس بد درباره‌ی چیزی که نمی‌خواهید فکر کنید. موضوع به همین سادگی است، اما اشخاص عادت کرده‌اند که در بسیاری از مواقع احساس خوبی نداشته باشند. آن‌ها متوجه نیستند وقتی می‌گویند چیزی را نمی‌خواهند چه احساس بدی دارند. وقتی از چگونگی حال خود آگاه‌تر شوید، وقتی به احساسات خوب خود بیش‌تر توجه کنید، به اوضاع و احوالی می‌رسید که کم‌ترین خدشه به احساسات خوب خود را تحمل نمی‌کنید و دوباره به احساس خوب بازمی‌گردید. شما قرار است که در اغلب مواقع احساس خوبی داشته باشید، قرار است در اغلب مواقع شاد باشید، زیرا آفریده شده‌اید که زندگی شگفت‌انگیزی داشته باشید و جز این نصیبی نمی‌برید.

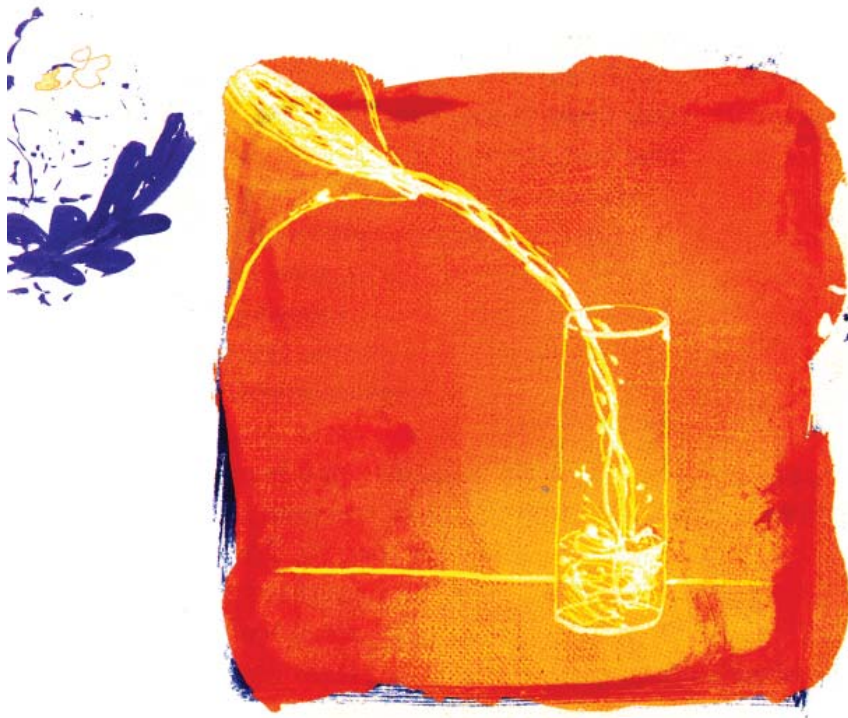
«من هنوز مصمم هستم که شاد و خوشحال باشم، مهم نیست در چه موقعیتی باشم. من آموخته‌ام بخش اصلی خوشبختی یا بدبختی انسان بستگی به میل و گرایش او دارد و نه بستگی به اوضاع و احوال.»

مارتا واشنگتن (۱۸۰۲-۱۷۳۲)

در برابر احساسات بد مقاومت نکنید

هر چیزی جایگاه عالی خود را در زندگی دارد و احساسات بد هم از آن

احساس، آفرینش است ۱۰۳



جمله‌اند. بدون احساسات بد نمی‌دانید احساسات خوب داشتن، به چه معنایی است. بدون احساس بد نمی‌دانید داشتن احساس خوب و عالی یعنی چه. با غمگین شدن است که می‌توانید بفهمید خوشحال بودن چه معنایی دارد. اگر به علت داشتن حس و حال بد، احساس بدی پیدا می‌کنید، بر احساس بد خود می‌افزایید. نه تنها احساس بد شما بدتر می‌شود، بلکه بر میزان منفی بودن خود اضافه می‌کنید. حالا متوجه هستید که احساس بد، آنچه را که شما

می‌خواهید به شما نمی‌دهد و این؛ در واقع، شما را هشیار می‌کند که احساس بد را به خود راه ندهید. شما مهارکننده‌ی احساسات خود هستید و می‌توانید به جای احساسات بد، احساسات خوب را در خود جایگزین کنید.

«دنیایی در درون وجود دارد - دنیایی از اندیشه و احساس و قدرت، دنیایی از نور و زیبایی و با آن‌که نامرئی است نیرویش قدرتمند است.»

چارلز هانل (۱۹۴۹ - ۱۸۶۶)

نویسنده

زندگی قرار است خوشایند باشد، وقتی خوش می‌گذرانید احساس عالی دارید و نعمت‌هایی بزرگ دریافت می‌کنید. وقتی زندگی را بیش از اندازه جدی می‌گیرید، رویدادهای جدی نصیبتان می‌شود. داشتن تفریح و اوقات خوش، آنچه را که می‌خواهید به شما می‌دهد و بیش از اندازه جدی گرفتن زندگی، این را نصیبتان می‌کند که باید آن را جدی‌تر بگیرید.

من برای سبک کردن و کاستن از قدرت احساسات بد آن‌ها را مانند اسب‌های وحشی در نظر گرفته‌ام. اسب‌هایی کمابیش خشمگین، رنجیده، سرزنش‌کننده، عبوس، بدرفتار و هر چه می‌خواهید براین صفات بد اضافه کنید. اصطبل‌ی پر

احساس، آفرینش است ۱۰۵

از اسب خشمگین وحشی مانند انبوهی از احساسات بد. اگر به علت اتفاقی که افتاده است احساس بدی داشته باشیم به خود می‌گوییم چرا سوار اسب نومی‌دی شدی؟ از روی آن پیاده شو برای این که کارت به رنجش بیش‌تر می‌کشد، اما اگر من سوار اسب احساس بد شدم خودم هم می‌توانم از روی آن پایین بیایم.

«حتی به رفتارهای غیرهوشمندانه، با هوشمندی جواب بدهید.»

لائوتزو (قرن ششم قبل از میلاد)

بنیان‌گذار تائوئیسم

من در زندگی‌ام آنچه را که بخواهم از تصور و تخیل خود استفاده می‌کنم و به دست می‌آورم و آنچه را که نمی‌خواهم از خود دور می‌کنم. گاه از دیدن این که خودم یا دیگران سوار بر اسب‌های وحشی می‌شویم خنده‌ام می‌گیرد، اگر بتوانید در زندگی بخندید از احساس بد بیرون می‌آیید این گونه زندگی خود را تغییر می‌دهید.

بنابراین، اگر احساس بدی دارید به این احساس بد قدرت بیش‌تری ندهید. خود را به علت داشتن احساس بد شماتت نکنید. این گونه اسب وحشی خود را سرکش‌تر می‌کنید. به عبارت دیگر، از احساس بد خود متنفر نشوید، اما به عمد احساس خوب را انتخاب کنید و بیش‌تر از احساس خوب بهره بگیرید. وقتی

۱۰۶ قدرت

در برابر احساس بد مقاومت کنید بر شدت و قدرت آن می‌افزایید، احساس بد این‌گونه افزایش پیدا می‌کند. هر چه بیش‌تر احساس بد را نخواهید بر احساس بد خود می‌افزایید. هر چه در برابر احساس بد در زندگی بیش‌تر مقاومت کنید افزایش پیدا می‌کند؛ بنابراین، اگر احساس بد به سراغتان آمد در برابرش مقاومت نکنید و بعد قدرت آن را خنثی کنید.

احساس، آفرینش است ۱۰۷

نکات قدرت

- هر کس در احاطه‌ی یک میدان مغناطیسی قرار دارد. به هر جایی که بروید این میدان مغناطیسی با شما می‌آید.
- شما همه چیز را از طریق میدان مغناطیسی خود جذب می‌کنید. احساس شماست که مشخص می‌کند این میدان مثبت یا منفی است.
- هرگاه با احساسات و کلمات یا رفتار خود عشق بدهید، بر عشق موجود در میدان پیرامون خود می‌افزایید.
- هر چه عشق در میدان شما بیشتر باشد، قدرت بیشتری برای جذب کردن آنچه می‌خواهید در اختیار خواهید داشت.
- خواسته‌ی خود را در حد یک نقطه در نظر بگیرید؛ برای نیروی عشق آنچه شما می‌خواهید از یک نقطه هم کوچک‌تر است.
- مجبور نیستید که منفی‌ها را به مثبت تبدیل کنید. کافیت برای آنچه می‌خواهید عشق بدهید، زیرا آفرینش آنچه را که می‌خواهید جایگزین منفی‌ها می‌کند.
- روزی هفت دقیقه تصور و احساس کنید که به آنچه می‌خواهید دست‌یافته‌اید. آنقدر این کار را بکنید که احساس کنید آنچه را می‌خواهید به دست آورده‌اید، همان‌طور که مطمئن هستید اسمتان به شما تعلق دارد مطمئن باشید که آرزوهایتان نیز به شما تعلق خواهند گرفت.

- در زندگی فقط یک نیرو وجود دارد و آن نیروی عشق است. اگر
عشق داشته باشید احساس خوب و اگر عشق نداشته باشید احساس
بد دارید.

- برای کاستن از احساس بد خود تصور کنید که این احساس یک اسب
وحشی است که شما بر آن سوار شده‌اید. اگر شما سوار این اسب
شده‌اید می‌توانید از آن پایین هم بیایید.

- آنچه را که می‌دهید تغییر دهید تا آنچه را دریافت می‌کنید تغییر کند.
این همان قانون جذب است. این قانون عشق است.

زندگی شما را
تعقیب می کند



زندگی شما را ۱۱۱

«سرنوشت به تقدیر و شانس نیست، سرنوشت را شما انتخاب می‌کنید»

ویلیام جنینگر، برایان (۱۸۶۰-۱۹۲۵)

سیاستمدار

زندگی شما را تعقیب می‌کند. به راستی که آنچه را در زندگی خود تجربه می‌کنید حاصل فکر و احساس شماست، چه متوجه این فکر و احساس باشید و چه نباشید. زندگی برایتان اتفاق نمی‌افتد، زندگی شما را دنبال می‌کند. سرنوشت شما در دست‌های شماست. آن‌گونه که فکر و احساس می‌کنید درباره‌ی زندگی‌تان تصمیم می‌گیرید.

همه چیز در زندگی به شما تقدیم می‌شود تا آنچه را که شما دوست دارید انتخاب کنید زندگی یک کاتالوگ است و این شماست که باید تصمیم بگیرید از این کاتالوگ چه چیزهایی را انتخاب کنید. آیا انتخاب‌های شما از روی عشق است یا مرتب به آنچه بد است برچسب می‌زنید و درباره‌ی‌اش داوری می‌کنید؟ اگر

زندگی تان عالی و شگفت‌انگیز نیست، بدانید که به بدی‌ها برچسب زده‌اید. اجازه داده‌اید تا آنچه را بد می‌دانید حواستان را از هدف زندگی تان پرت کند، زیرا هدف زندگی دوست داشتن است. هدف زندگی شما رسیدن به شادی و لذت است، هدف زندگی شما انتخاب کردن آن چیزهایی است که دوست دارید و فاصله گرفتن از آن چیزهایی که دوست ندارید؛ بنابراین، آن‌ها را انتخاب نمی‌کنید.

آنچه را دوست دارید انتخاب کنید

وقتی اتومبیل رؤیایی خود را در خیابان می‌بینید، زندگی آن اتومبیل را به شما تقدیم می‌کند. اگر عشق به آن اتومبیل بدهید، اتومبیل را نصیب خود می‌کنید، اما اگر حسادت کنید که شخص دیگری آن اتومبیل را می‌راند، از رؤیای داشتن آن اتومبیل بیرون می‌آید. زندگی آن اتومبیل را به شما نشان داد تا بتوانید انتخاب کنید و شما با احساس عشق کردن، آن را، انتخاب می‌کنید. آیا متوجه نیستید که مهم نیست کس دیگری چیزی را که شما دوست دارید داشته باشد؟ زندگی همه چیز را به شما می‌دهد و اگر شما به آن‌ها عشق بورزید، همان‌ها را نصیب خود می‌کنید.

وقتی زوجی را می‌بینید که دیوانه‌وار به یکدیگر عشق می‌ورزند و شما مأیوسانه در زندگی به دنبال شریک می‌گردید، زندگی آن زوج شاد را به شما عرضه می‌کند تا انتخاب کنید، اما اگر وقتی آن زوج را می‌بینید احساس اندوه

زندگی شما را ۱۱۳

و تنهایی کنید، زمینه‌ی منفی ایجاد می‌کنید و درواقع می‌گویید: «می‌خواهم غمگین و تنها باشم». باید برای آنچه می‌خواهید عشق بدهید. اگر اضافه وزن دارید و در خیابان از کنار کسی می‌گذرید که وزنی عالی و اندامی متناسب دارد چه احساسی پیدا می‌کنید؟ زندگی بدن عالی را به شما ارائه کرده تا دست به انتخاب بزنید؛ بنابراین، اگر به این دلیل که بدنی متناسب ندارید احساس بدی پیدا کنید؛ درواقع، می‌گویید: «من چنین بدنی را دوست ندارم، من دوست دارم چاق باشم.»

اگر با نوعی از بیماری دست به گریبان هستید و اطراف شما را اشخاصی سالم احاطه کرده‌اند چه احساسی پیدا می‌کنید؟ زندگی اشخاص سالم را نشانان می‌دهد تا بتوانید سلامتی را انتخاب کنید؛ بنابراین، وقتی برای سلامتی‌های واقع در پیرامون خود احساس عشق می‌کنید، سلامتی را برای خود انتخاب می‌کنید. وقتی درباره‌ی آنچه دیگران دارند احساس خوبی داشته باشید، آن را به سمت خودتان می‌آورید. وقتی از موفقیت دیگران، خوشبختی آن‌ها یا هر چیز خوبی که آن‌ها دارند شاد می‌شوید، آن‌ها را از کاتالوگ زندگی برای خود انتخاب می‌کنید و آن‌ها را به جانب خود می‌کشید.

اگر کسی را می‌بینید که خصوصیتی مطابق میل و علاقه‌ی شما دارد، آن خصوصیات را دوست بدارید و از خصوصیات موجود در او شاد شوید. این‌گونه آن موقعیت را نصیب خود می‌کنید. اگر کسی باهوش، زیبا یا با استعداد است آن

خصوصیات را عاشقانه دوست بدارید تا آنها را برای خود انتخاب کنید. اگر می‌خواهید پدر یا مادر بشوید و مدت‌هاست که برای بچه‌دار شدن تلاش می‌کنید هر بار که والدی را با فرزندش می‌بینید شاد شوید. اگر وقتی بچه‌ها را می‌بینید افسرده شوید، آن هم به این دلیل که خود صاحب فرزند نیستید، بچه‌ها را از خود دور می‌کنید. هرگاه بچه‌ها را می‌بینید؛ درواقع، زندگی آنها را به شما داده است تا انتخاب کنید.

وقتی در یک مسابقه ورزشی شرکت کرده‌اید و کس دیگری برنده می‌شود، وقتی یکی از همکارانتان به شما می‌گوید که افزایش حقوق گرفته است، وقتی دوستی می‌گوید که همسرش به او هدیه‌ای گرانبها داده است یا خانه‌ی زیبایی خریده است باید به اندازه‌ی آنها به هیجان بیایید و شاد و خوشحال شوید، انگار این وقایع برای شما اتفاق افتاده است. زیرا در این صورت است که آن را به سمت خود جذب می‌کنید.

وقتی اتومبیل رؤیایی خود، یک زوج خوشبخت، یک اندام متناسب، بچه‌ها یا خصوصیات عالی دیگر را می‌بینید، معنایش این است که در فرکانس مشابه آنها قرار دارید. به هیجان بیایید، زیرا هیجان شما، آن را برایتان انتخاب می‌کند.

همه‌چیز در زندگی، خود را به شما عرضه می‌کند تا آنچه را که دوست دارید انتخاب کنید. این عشق است که آنچه را می‌خواهید به شما می‌دهد. کاتالوگ زندگی دربرگیرنده بسیاری از موضوعاتی است که شما آنها را دوست ندارید. با

زندگی شما را ۱۱۵

این حساب با دادن احساسات بد آن‌ها را برای خود انتخاب نکنید، دیگران را بد داوری نکنید تا جنبه‌های منفی را نصیب خود نکنید، به کسی حسادت نکنید تا جنبه‌های منفی به جانب شما نیایند. آنچه را که می‌خواهید به آن عشق بدهید.

«این معجزه‌ای است که هر بار نصیب کسانی می‌شود که به راستی

عشق می‌ورزند: هر چه بیشتر بدهند، بیشتر نصیب می‌برند.»

ریتر ماریا ریلکه (۱۸۷۵-۱۹۲۶)

شاعر و نویسنده



قانون یک - شما

برای قانون جذب فقط یک فرمول ساده وجود دارد که می‌توانید از آن استفاده کنید؛ تا جایی که به قانون جذب مربوط می‌شود، در دنیا فقط یک نفر وجود دارد - شما. شخص دیگری وجود ندارد. تا جایی که به قانون جذب مربوط می‌شود چیز دیگری وجود ندارد. تنها شما وجود دارید، زیرا قانون جذب به احساسات شما واکنش نشان می‌دهد. آنچه شما می‌دهید مهم است و این مطلب درباره‌ی هر کسی صدق می‌کند؛ بنابراین، در عمل، قانون جذب همان قانون شماست. تنها شما وجود دارید و کس دیگری در کار نیست. برای قانون جذب شخص دیگر شما هستید، دیگران شما هستید، زیرا آنچه را که درباره‌ی دیگران فکر می‌کنید نصیب شما می‌شود.

وقتی درباره‌ی شخص دیگری احساس می‌کنید، آنچه درباره‌ی‌اش فکر می‌کنید و به او می‌گویید؛ در واقع، درباره‌ی خودتان کاری انجام می‌دهید. اگر انتقاد و داوری بکنید این انتقاد و داوری به سوی خودتان بازمی‌گردد. به دیگران عشق بدهید تا عشق نصیب شما شود. آنچه را که دوست ندارید بدون داوری و انتقاد از آن فاصله بگیرید و بدانید که آن‌ها به سراغ زندگی شما نخواهند آمد.

برای قانون جذب، تنها، آری وجود دارد

از آن که نمی‌خواهید، فاصله بگیرید و احساسی به او ندهید. به آنچه دوست

زندگی شما را ۱۱۷

ندارید نه نگویید، زیرا با نه گفتن آن‌ها را به سمت خود می‌کشانید. وقتی به آنچه دوست ندارید جواب نه می‌دهید، احساس بدی درباره‌ی‌شان پیدا می‌کنید و آن احساسات را به منزله‌ی موقعیتی در زندگی خود باز می‌ستانید.

نمی‌توانید به چیزی نه بگویید، زیرا وقتی می‌گویید: «نه، این را نمی‌خواهم»، به قانون جذب جواب آری می‌دهید. وقتی می‌گویید: «ترافیک وحشتناک است»، «خدمات‌دهی این‌جا بسیار بد است»، «آن‌ها همیشه دیر می‌کنند»، «این‌جا سر و صدا زیاد است»، «آن راننده دیوانه است»، «مدت‌هاست در خط انتظار معطلم»، به همه‌ی این‌ها جواب آری می‌دهید و آن‌ها را در زندگی خود لحاظ می‌کنید.

از آنچه دوست ندارید فاصله بگیرید، به آن‌ها احساسی ندهید، زیرا آن‌ها برای خود خوب هستند، اما در زندگی شما جایی ندارند.

«بد نبینید، بد نشنوید، بد حرف نزنید»

ضرب‌المثلی در معبد توشوگو در ژاپن (قرن هفدهم)

به جای آن، وقتی چیزی را می‌بینید که دوست دارید به آن آری بگویید، وقتی مطلبی را که دوست دارید می‌شنوید به آن آری بگویید. وقتی چیزی را که دوست دارید می‌چشید به آن آری بگویید. وقتی چیزی را که دوست دارید

می‌بویید به آن آری بگویید. وقتی چیزی را که دوست دارید لمس می‌کنید به آن آری بگویید. مهم نیست که آن را دارید یا ندارید، به آن جواب آری بدهید، زیرا این‌گونه آن را با عشق دادن انتخاب می‌کنید.

محدودیتی در کار نیست، هر چیز را اگر به راستی بخواهید در اختیار شماست. هر چیزی را اگر به راستی آرزو کنید از آن شما می‌شود. کمبودی در عالم هستی وجود ندارد. وقتی اشخاص کمبودی را می‌بینند، آن کمبود عشق است. کمبود سلامتی وجود ندارد. کمبود پول و منابع و خوشبختی وجود ندارد. عرضه برابر تقاضاست، عشق بدهید تا آن را دریافت کنید.

زندگی شما - حکایت شما

شما حکایت زندگی خود را خلق می‌کنید. با این حساب، چه حکایتی درباره‌ی خود تعریف می‌کنید؟ آیا معتقدید کارهایی هست نمی‌توانید انجام بدهید؟ آیا این حکایتی است که درباره‌ی خود تعریف می‌کنید؟ این داستان حقیقت ندارد. گوش نکنید اگر کسی می‌گوید شما کم‌تر از دیگران هستید، گوش نکنید. اگر کسی می‌گوید در زمینه‌ای با محدودیت روبه‌رو هستید، گوش نکنید. اگر کسی می‌گوید کاری را که دوست دارید نمی‌توانید انجام دهید و از طریق آن امرار معاش کنید، گوش نکنید یا به کسی که می‌گوید به اندازه‌ی بزرگ‌ترین انسان‌هایی که تاکنون زندگی کرده‌اند ارزشمند نیستید. اگر این حرف‌ها را باور کنید برای خودتان

زندگی شما را ۱۱۹

محدودیت ایجاد می‌کنید، اما از همه مهم‌تر، این حرف‌ها، حقیقت ندارند. نیروی زندگی می‌گوید «آنچه را که بدهید باز می‌گیرید» آیا می‌گوید به اندازه‌ی کافی خوب نیستید؟ نیروی عشق می‌گوید به آنچه می‌خواهید عشق بدهید. به آنچه می‌خواهید باشد و به دست آورید عشق بدهید. شما حالا به اندازه‌ی کافی خوب هستید. اگر احساس می‌کنید کاری که کرده‌اید اشتباه بوده، بدانید که درک و پذیرش شما برای قانون جذب مسلم است.

دنیای واقعی

«در ابتدا تنها احتمالات بود. عالم هستی تنها در صورتی می‌تواند وجود داشته باشد که کسی آن را ببیند و تماشا کند. مهم نیست حتی اگر که این تماشاگران چندین بیلیون سال بعد وارد این جهان شوند. عالم هستی از آن جهت وجود دارد که ما از آن آگاهیم».

مارتین ریس (مقوله ۱۹۴۲)

فیزیکدان

می‌خواهم شما را به پشت صحنه‌هایی که از دنیا می‌بینید ببرم، زیرا بخش جالب توجهی از آنچه می‌بینید برخلاف آنچه تصور می‌کنید واقعی نیست.

بخش اعظم آنچه درباره‌ی دنیا می‌پندارید واقعی نیست. شما به مراتب بیش از آن چیزی هستید که تصور می‌کنید. زندگی و عالم هستی بیش از آن حدی است که می‌پندارید. ممکن است فکر کنید دنیا با محدودیت روبه‌روست. ممکن است فکر کنید که پول و ثروت، منابع محدودی هستند اما این‌طور نیست. هیچ کمبودی وجود ندارد. فیزیک کوانتوم به ما می‌گوید سیاره‌ها بی‌نهایت زیادند، بی‌نهایت عالم هستی وجود دارد. ما از واقعیت سیاره خاکی به واقعیت دیگری می‌رویم. این، آن دنیای واقعی است که علم، نویدش را می‌دهد.

«ما در عالم هستی به فرکانسی تبدیل می‌شویم تا با واقعیات فیزیکی منطبق شود، اما بی‌نهایت واقعیت‌های موازی در کنار هم در یک فضا وجود دارند، حتی اگر نتوانیم با تمام آن‌ها ارتباط برقرار کنیم.»

استون وین برگ (متولد ۱۹۳۳)

فیزیکدان کوانتومی برنده‌ی جایزه‌ی نوبل

ممکن است فکر کنید در دنیای حقیقی با کمبود زمان روبه‌رو هستیم و به همین دلیل، ممکن است پیوسته در شتاب و عجله باشید، اما آلبرت اینشتین دانشمند بزرگ، به ما گفت که زمان توهمی بیش نیست.

زندگی شما را ۱۲۱

«تفاوت میان گذشته، حال و آینده توهمی است که مصرانه بر آن

پافشاری می‌شود.»

آلبرت اینشتین (۱۸۷۹ - ۱۹۵۵)

فیزیکدان برنده‌ی جایزه‌ی نوبل

ممکن است فکر کنید که دنیای واقعی از موجودات زنده و مرده تشکیل می‌شود، اما در عالم هستی همه چیز زنده است. موجود مرده وجود خارجی ندارد. ستاره‌ها، سیاره‌ها، زمین، هوا، آب، آتش، هر شی دیگری را که می‌بینید حیات دارند. این دنیای حقیقی ماست.

«در درخت، احساسی وجود دارد که عشق شما را حس می‌کند و به

آن واکنش نشان می‌دهد، البته به شکلی که ما تصور می‌کنیم و اکنون

توان درکش را داریم، واکنش و شادی خود را نشان نمی‌دهد.»

پرنتیس مالفورد (۱۸۹۱ - ۱۸۳۴)

نویسنده

ممکن است تصور کنید که دنیای واقعی آن چیزی است که می‌توانید آن را ببینید و این که آنچه را نمی‌بینید واقعی نیست، اما آن رنگی که وقتی به شی نگاه

می‌کنید می‌بینید رنگ واقعی آن شیء نیست. هر چیزی همه‌ی رنگ‌ها را به خود جلب می‌کند و آنچه را که آن رنگ‌ها نیستند به نمایش می‌گذارد. این آن رنگی است که شما می‌بینید؛ بنابراین، آسمان همه رنگی هست جز آبی. صدهای فراوانی هست که نمی‌توانید بشنوید، زیرا فرکانس‌های آن‌ها از کیفیتی است که شما توان شنیدن آن‌ها را ندارید، اما این‌ها حقیقی هستند. نمی‌توانید ماوراء بنفش و مادون قرمز را ببینید، زیرا فرکانس آن‌ها در فراسوی آن چیزی است که چشمان شما بتواند ببیند، اما این‌ها حقیقی هستند. اگر تصور کنید تمام فرکانس‌های شناخته شده‌ی نور به اندازه قله اورست باشد، آنچه را که می‌توانید ببینید از یک توپ گلف هم کوچک‌تر است.

ممکن است باور کنید که دنیای حقیقی از اشیائی جامد ساخته شده که شما می‌توانید آن‌ها را ببینید و لمس کنید، اما در واقع هیچ چیز جامدی وجود ندارد. صندلی‌ای که روی آن نشسته‌اید نیرویی از انرژی حرکتی دارد و بیش‌تر آن فضا است. با این حساب صندلی شما تا چه اندازه واقعی است؟

«یک انسان خردمند با دانستن این که دنیا یک توهم است طوری رفتار

نمی‌کند که انگار یک واقعیت است؛ بنابراین، رنج نمی‌کشد.»

بودا (۴۸۳-۵۶۳ قبل از میلاد)

پایه‌گذار بودیسم

زندگی شما را ۱۲۳

ممکن است باور کنید که تصور شما، صرفاً اندیشه و رویاست و در دنیای واقعی قدرتی ندارد. با این حال، یکی از موانع دانشمندان برای ثابت کردن آنچه واقعیت دارد یا ندارد دور کردن باورهای دانشمندان از تجربه‌ی علمی است، زیرا آنچه را که دانشمند باور یا تصور می‌کند نتیجه‌ی تجربه‌ای است که روی نتیجه‌ی تجربه تأثیر می‌گذارد. این قدرت تصور و باور انسان است. درست همان‌طور که باور دانشمند روی نتیجه‌ی یک تجربه اثر می‌گذارد، باورهای شما روی نتیجه‌ی زندگی شما تأثیر می‌گذارند.

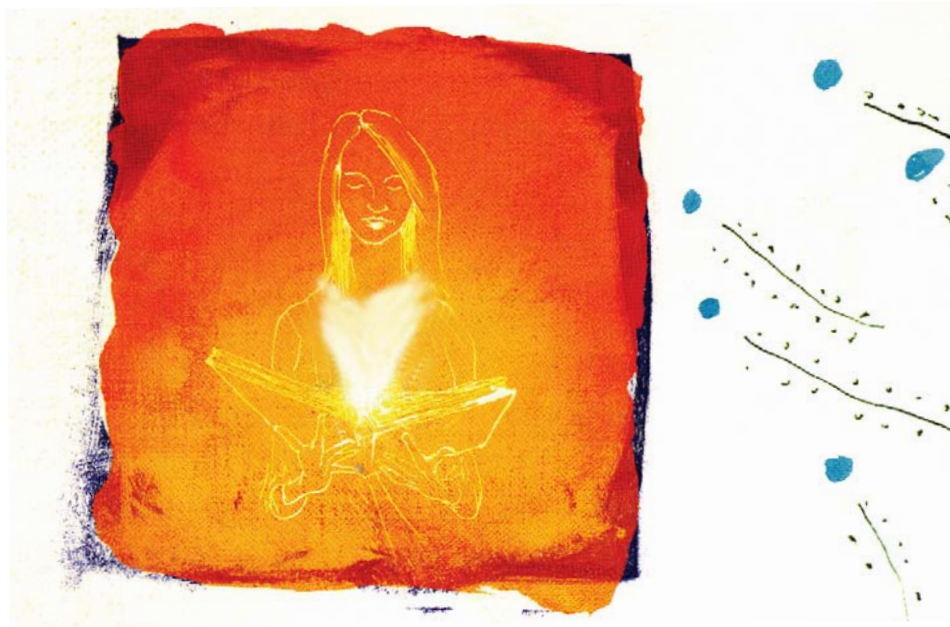
باورهای شما، درست یا نادرست دنیای شما را شکل می‌دهند. آنچه شما تصور یا احساس می‌کنید که واقعیت دارد زندگی شما را خلق می‌کند، زیرا این، آن چیزی است که به قانون جذب می‌دهید و این همان چیزی است که به شما برگشت داده خواهد شد. تصور و تخیل شما بیش از دنیایی که می‌بینید حقیقی است، زیرا دنیایی که می‌بینید از آنچه تصور و باور می‌کنید نشئت می‌گیرد. آنچه شما باور و احساس می‌کنید که واقعیت دارد، همان چیزی است که زندگی شما خواهد بود. اگر باور کنید نمی‌توانید آن زندگی رؤیایی خود را داشته باشید، قانون جذب باید گفته‌ی شما را تأیید کند و این زندگی حقیقی شما خواهد بود.

«باور داشتن آنچه می‌توانید ببینید و لمس کنید ابداً باور نیست،

اما باور داشتن آنچه دیده نمی‌شود یک پیروزی است.»

آبراهام لینکلن (۱۸۰۹-۱۸۶۵)

حکایتی از محدودیت از طریق تاریخ بشر از نسلی به نسل بعدی رسیده، اما
زمان آن رسیده است که حکایت اصلی بازگو شود.



داستان واقعی

داستان واقعی این است که شما یک موجود نامحدود هستید. حکایت واقعی این است که دنیا و عالم هستی نامحدود هستند، در دنیا امکان‌هایی وجود دارد که شما توانایی دیدن آن‌ها را ندارید، اما همه‌ی آن‌ها وجود دارند. باید حکایت جدیدی را بازگو کنید، باید حکایت زندگی شگفت‌انگیز خود را تعریف کنید، زیرا هر داستانی را که بگویید، خوب یا بد، قانون جذب باید مطمئن شود که آن را دریافت می‌کنید و این حکایت زندگی شما خواهد بود.

آنچه را که می‌خواهید، تصور و احساس کنید، تا اینها را در زندگی خود به دست آورید. هر چه می‌توانید عشق بدهید، هر چه می‌توانید احساس کنید تا نیروی عشق شما را در احاطه‌ی افراد، اوضاع و احوال و وقایعی قرار دهد که دوست دارید. می‌توانید هر کسی که می‌خواهید بشوید، می‌توانید هر کاری را که می‌خواهید انجام دهید. می‌توانید آنچه را که می‌خواهید داشته باشید.

چه چیزی را دوست دارید؟ چه چیزی را می‌خواهید؟

آنچه را که در زندگی، عاشقانه نمی‌خواهید رها سازید و آنچه را که دوست دارید حفظ کنید. اگر به جنبه‌های منفی گذشته‌ها بچسبید، هر بار که آن‌ها را به خاطر آورید بخشی از حکایت شما می‌شوند.

آنچه را که در خصوص دوران کودکی خود دوست ندارید، رها کنید و آنچه را که دوست دارید، حفظ کنید. آنچه را درباره‌ی دوران نوجوانی و دوران بلوغ

خود دوست ندارید، رها کنید و چیزهای خوب را نگه دارید. فقط آنچه را که درباره‌ی زندگی‌تان دوست دارید نگه دارید. همه‌ی جنبه‌های منفی گذشته مربوط به گذشته‌اند و تمام شده‌اند. شما دیگر آن کسی که در گذشته بوده‌اید نیستید؛ بنابراین، چرا ناراحتی‌های گذشته را اگر به شما احساس بد می‌دهند هم‌چنان برای خود حفظ کنید؟ مجبور نیستید جنبه‌های منفی گذشته‌ی خود را حفاری کنید. آن‌ها را در حکایت زندگی خود قرار ندهید.

«نیروی جاودانه و قدرتمند ما را به جلو هدایت می‌کند و با این حال خیلی‌ها به گذشته خود نگاه می‌کنند. آن‌ها بدون این‌که متوجه باشند در جهت خلاف این نیرو رفتار می‌کنند.»

پرنسیس مالفورد (۱۸۹۱-۱۸۳۴)

نویسنده

اگر حکایت قربانی بودن را تکرار کنید. این تصاویر بارها و بارها در زندگی شما به نمایش درمی‌آیند. اگر بگویید به اندازه‌ی دیگران باهوش نیستید یا به اندازه‌ی بعضی افراد جذابیت ندارید یا به اندازه‌ی دیگران با استعداد نیستید، حق با شماست، زیرا این‌ها تصاویر زندگی شما می‌شوند. وقتی زندگی‌تان را با عشق پر می‌کنید، متوجه می‌شوید که احساس گناه، رنجش

زندگی شما را ۱۲۷

و احساسات منفی شما را تنها می گذارند. بعد بزرگ ترین حکایت زندگی خود را می گوئید و نیروی عشق به شما تصاویری از یک زندگی شگفت انگیز می دهد.

«عشق بزرگ ترین قدرت روی زمین است که همه چیز را فتح می کند»

پیس پیلگیریم (۱۹۰۸-۱۹۸۱)

فعال صلح

نکات قدرت

- زندگی همه چیز را به شما عرضه می کند تا آنچه را که دوست دارید انتخاب کنید.
- اگر کسی چیزی دارد که شما نیز آن را می خواهید، طوری به هیجان بیايید که انگار آن را در اختیار دارید و اگر به آن احساس عشق بکنید همان را نصیب خود می کنید.
- وقتی چیزهایی را که می بینید می خواهید، شما در میان فرکانس آنها هستید.
- اگر کاتالوگ زندگی شامل چیزهایی است که نمی خواهید، با دادن احساس بد به آنها، آنها را نصیب خود نمی کنید.
- از آنچه نمی خواهید فاصله بگیرید و به آنها احساس ندهید. به جای آن وقتی چیزی را دوست دارید به آن جواب آری بدهید.
- قانون جذب به احساسات شما واکنش نشان می دهد. آنچه را که به آن بدهید همان به حساب می آید. قانون جذب همان قانون شماسست.
- انتقاد و داوری کنید تا اینها به سوی خود شما بازگردند. عشق و سپاسگزاری بدهید تا عشق و سپاسگزاری تحویل بگیرید.
- وقتی اشخاص فقدان چیزی را می بینند، این به سادگی همان نبود عشق است.

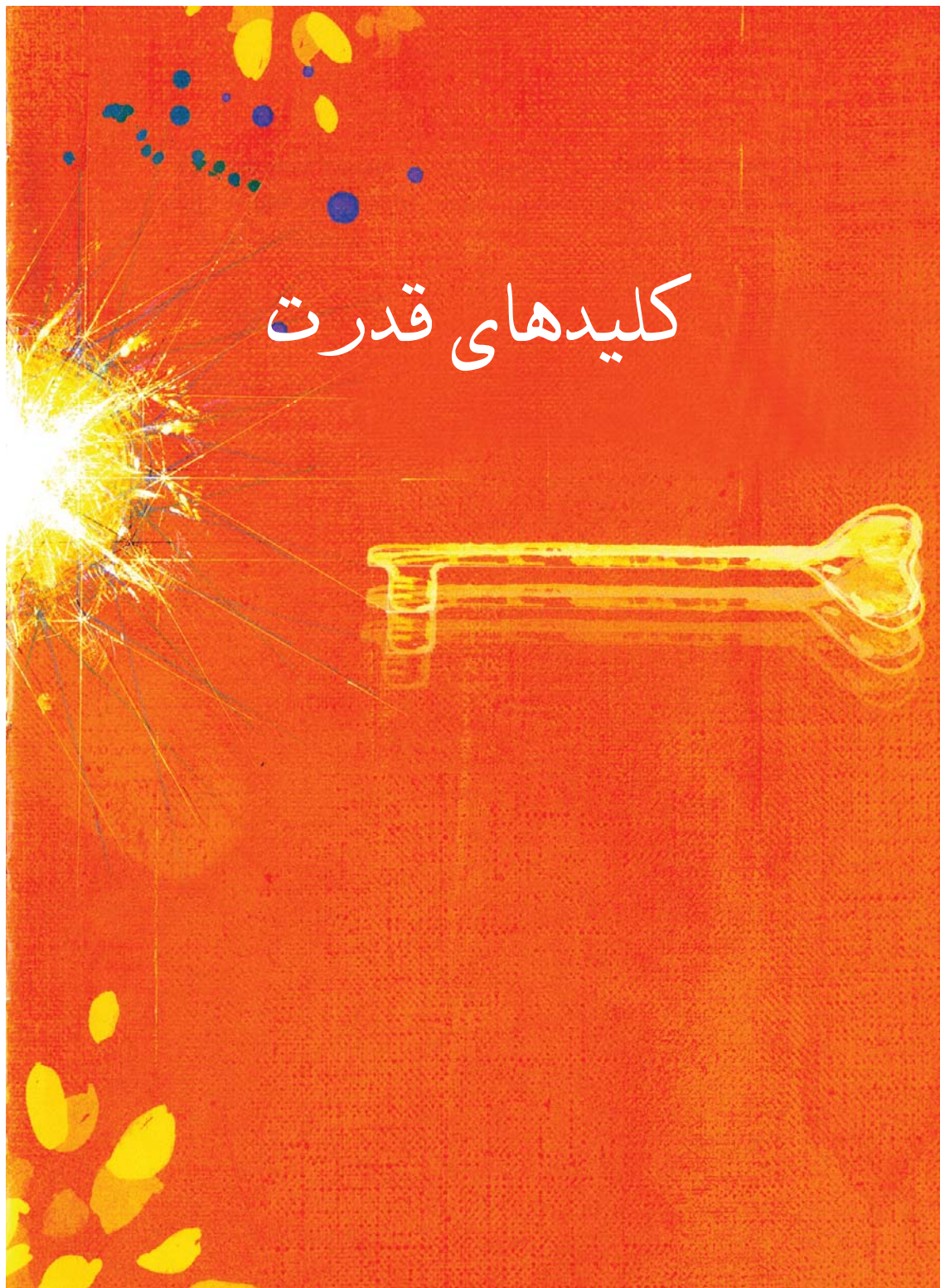
- شما به اندازه‌ی کافی خوب هستید. اگر کاری کرده‌اید که درست نیست، پذیرفتن شما برای قانون جذب حکم مطلق دارد.

- باورهای شما، درست یا نادرست، دنیای شما را شکل می‌دهند.

- تصور شما حقیقتی است از آنچه در دنیا می‌بینید حقیقی‌تر است، زیرا دنیایی که می‌بینید از آنچه تصور می‌کنید و باور دارید نشئت می‌گیرد.

- هر داستانی که نقل کنید، خوب یا بد، حکایت زندگی شما خواهد بود. از این رو، حکایت زندگی شگفت‌انگیز خود را بازگو کنید تا قانون جذب کاری کند که آن را دریافت کنید.

کلیدهای قدرت



کلیدهای قدرت ۱۳۱

«ارزشمندترین دارایی و بزرگ‌ترین قدرت‌های شما غیر مرئی
و ناملموس‌اند، کسی نمی‌تواند آن‌ها را از شما بگیرد. شما و تنها
شما می‌توانید آن‌ها را بدهید. شما در ازای آنچه می‌دهید فراوانی
نعمت را به دست می‌آورید.»

کلمنت استون (۱۹۰۲-۲۰۰۲)

نویسنده و تاجر

کلیدهای قدرت، قدرتمندترین راه برای استفاده از نیروی عشق و رسیدن به



آن زندگی‌ای است که برای شما در نظر گرفته شده است. هر کلید قدرت بی‌حد و اندازه درون شما را آزاد می‌کند.

کلید عشق

برای این که از عشق به منزله‌ی یک قدرت بزرگ در زندگی استفاده کنید باید طوری عشق بورزید که تاکنون سابقه نداشته است. عاشق زندگی بشوید. هر اندازه در زندگی عشق ورزیده‌اید آن احساس را دو برابر کنید، آن احساس را ده برابر کنید، آن احساس را صد برابر، هزار برابر و یک میلیون برابر کنید، زیرا این سطح عشقی است که می‌توانید احساس کنید. در احساس کردن عشق محدودیتی در کار نیست، سقفی در کار نیست. همه‌چیز در درون شماست. شما از عشق ساخته شده‌اید. این جوهر و طبیعت شما، زندگی و عالم هستی است. می‌توانید به مراتب بیش از حدی که قبلاً عشق ورزیده‌اید عشق بورزید. بیش از حدی که تصور کرده‌اید عشق بورزید.

وقتی عاشق زندگی می‌شوید، محدودیت‌ها ناپدید می‌شوند. محدودیت‌های پول، سلامتی، خوشبختی و محدودیت شادی و نشاط در روابط خود را از میان برمی‌دارید. وقتی عاشق زندگی می‌شوید، مقاومتی ندارید و آنچه را دوست می‌دارید کمابیش بلافاصله در زندگی‌تان حضور پیدا می‌کند. حضور شما وقتی به اتاقی قدم بگذارید احساس می‌شود، فرصت‌ها به زندگی‌تان ریخته می‌شوند

کلیدهای قدرت ۱۳۳

و کم‌ترین تماس شما با این فرصت‌ها، منفی‌ها را حل می‌کند. بیش‌تر از حدی که فکر می‌کنید می‌توانید احساس کنید. شما سرشار از انرژی هستید، سرشار از هیجان هستید و عطشی فراوان به زندگی دارید. می‌توانید احساس کنید به اندازه یک پر سبک شده‌اید، انگار در هوا جاری هستید، آنچه را که دوست دارید به پاهایتان ریخته خواهد شد.

«حتی بعد از گذشت این‌همه وقت خورشید هرگز به زمین
نمی‌گوید [تو مدیون من هستی]. ببینید این چگونه عشقی است که
همه‌ی آسمان را روشن می‌کند.»

حافظ (۱۳۹۰ - ۱۳۱۵)

شاعر صوفی

چگونه عاشق زندگی می‌شوید؟ به همان شکل که عاشق کسی می‌شوید. از همه چیزش تعریف و ستایش می‌کنید. شما فقط با دیدن عشق، با شنیدن فقط عشق، با صحبت کردن، تنها، درباره‌ی عشق و با تمام وجود احساس کردن عشق، عاشق می‌شوید. عاشق زندگی هم به همین شکل می‌شوید.
هرکاری نکنید، به هر جایی که می‌روید دنبال چیزهایی بگردید که آن‌ها را دوست دارید. می‌توانید دنبال تکنولوژی و اختراعاتی بگردید که دوستشان دارید،

دنبال ساختمانی بگردید که دوستش دارید، اتومبیلها و جاده‌هایی که دوستشان دارید، رستوران‌هایی که دوستشان دارید. دنبال خصوصیتی در دیگران بگردید که دوستشان دارید، دنبال موجوداتی در طبیعت بگردید که دوستشان دارید - پرندگان، درختان، گل‌ها، عطرها و رنگ‌ها، آنچه را که دوست دارید ببینید، آنچه را که دوست دارید بشنوید، درباره‌ی آنچه دوست دارید حرف بزنید.

«وقتی بدانید نیرویی در اختیار دارید که در هیچ کاری شکست

نخورده است، می‌توانید با اطمینان به جلو بروید و بدانید که

درباره‌ی شما هم سنگ تمام را می‌گذارد.»

رابرت کولیر (۱۹۵۰-۱۸۸۵)

نویسنده

به آنچه دوستش دارید فکر کنید. درباره‌ی آنچه دوست دارید حرف بزنید، کاری را که دوست دارید انجام بدهید، زیرا وقتی همه‌ی این کارها را بکنید، در احساس عشق به سر می‌برید.

درباره‌ی آنچه در مورد خانه، خانواده، همسر و فرزندان‌تان دوست دارید حرف بزنید. درباره‌ی آنچه در خصوص دوستان‌تان دوست دارید حرف بزنید. به آن‌ها بگویید چه خصوصیتی را در آن‌ها دوست دارید. درباره‌ی چیزهایی که

لمس می‌کنید، می‌بویید، می‌چشید و دوست دارید حرف بزنید.
به قانون جذب بگویید که چه چیزهایی را دوست دارید. به این فکر کنید که هر روز چه قدر عشق می‌توانید بدهید. وقتی در خیابان راه می‌روید به آن خصوصیتی که در دیگران دوست دارید توجه کنید. وقتی در فروشگاه‌ها نگاه می‌کنید، دنبال آنچه دوست دارید بگردید. بگویید: «از این لباس خوشم می‌آید»، «از این کفش‌ها خوشم می‌آید»، «از رنگ چشمان او خوشم می‌آید»، «از تبسم او خوشم می‌آید»، «عاشق آن بو هستم»، «از این فروشگاه لذت می‌برم»، «بوی تابستان را دوست دارم»، «عاشق درختان پاییز هستم»، «شیفته‌ی گل‌های پاییز هستم»، «چه قدر این رنگ را دوست دارم»، «این خیابان را خیلی دوست دارم» و «عاشق این شهر هستم».

فهرستی از همه‌ی چیزهایی که دوست دارید تهیه کنید. اصرار می‌کنم که در شروع، هر ماه، این کار را بکنید و بعد هر سه ماه یک بار این کار را انجام بدهید. به مکان‌هایی که دوست دارید، شهرها، کشورها و مردمانی که دوستشان دارید، رنگ‌هایی که دوست دارید، خدماتی که مورد توجه شما هستند، حیوانات، گل‌ها، گیاهان و درختانی که دوست دارید. فهرستی از آنچه دوست دارید تهیه کنید. خانه، لباس، مبلمان، کتاب، مجله، روزنامه، اتومبیل، وسایل برقی و همه‌ی غذاهایی که دوست دارید.

«وقتی کسی وارد قلمرو عشق می‌شود، دنیا برایش سرشار از

زیبایی می‌شود، فرصتی می‌شود برای عشق.»

کیر گگارد (۱۸۵۵-۱۸۱۳) فیلسوف

کار شما باید این باشد که هر روز تا حدی که می‌توانید عشق بورزید و دوست بدارید. اگر بتوانید آنچه را که امروز می‌بینید دوست بدارید و تحسین کنید و از آنچه دوست ندارید فاصله بگیرید، فرادهای زندگی‌تان با شادکامی ناباورانه‌ای روبه‌رو خواهد شد.

«عشق شاه کلیدی است که دروازه‌های خوشبختی را می‌گشاید»

الیور وندل هلمز (۱۸۹۴-۱۸۰۹)

رییس دانشکده پزشکی هاروارد

عشق؛ یعنی هشیاری

باید هشیار و گوش به‌زنگ باشید، تا عشق آنچه را که در پیرامون شماست احساس کنید. در غیر این صورت، چیزهایی را از دست می‌دهید. باید هشیار باشید تا آنچه را دوست دارید ببینید. باید هشیار باشید تا آنچه را که می‌خواهید بشنوید. باید هشیار باشید که عطر گل‌ها را استشاق کنید. باید هشیار باشید

کلیدهای قدرت ۱۳۷

تا غذاهایی را که می‌خورید دوست داشته باشید و طعم آن‌ها را احساس کنید. اگر در حالی که در خیابان راه می‌روید در افکارتان غرق باشید. همه چیز را از دست می‌دهید و این اتفاقی است که برای بسیاری از مردم می‌افتد، آن‌ها با گوش دادن به افکارشان خود را هیپنوتیسم می‌کنند، در یک جلسه فرو می‌روند و از آنچه در پیرامونشان می‌گذرد بی‌خبر باقی می‌مانند.

آیا تاکنون اتفاق افتاده است در حالی که در خیابان قدم می‌زنید یکی از دوستان خوبتان اسم شما را فریاد بزند و شما در حیرت شوید که چگونه او را ندیده‌اید؟ آیا تاکنون شده است که دوستی را در خیابان ببینید، چند بار اسمش را صدا بزنید و بعد ناگهان او جوابتان بدهد و از دیدن شما شگفت‌زده شود؟ وقتی او را صدا زدید بیدارش کردید، زیرا او آگاه نبود که در خیابان راه می‌رود، در وضعیت جلسه به سر می‌برد؛ به افکار خودش گوش می‌داد. آیا اتفاق افتاده است که سوار اتومبیل باشید و بعد ناگهان متوجه شوید که به مقصد رسیده‌اید؟ شما با گوش دادن به افکارتان خود را هیپنوتیسم کرده بودید، در جلسه گم شده بودید.

خبر خوش این است که هر چه عشق بیش‌تری بدهید، هشیارتر می‌شوید عشق تولید هشیاری کامل می‌کند. وقتی به عمد تلاش کنید تا هر چه بیش‌تر آنچه را در اطرافتان می‌گذرد ببینید، هشیارتر و گوش به زنگ‌تر می‌شوید.

چگونه ذهن خود را روی عشق متمرکز کنیم

«وضوح ذهن، وضوح اشتیاق هم هست. به همین دلیل است که یک

ذهن شفاف و عالی آنچه را عشق است با اشتیاق می بیند.»

پاسکال (۱۶۶۲-۱۶۲۳)

ریاضی دان و فیلسوف

راه رسیدن به هشیاری این است که از مغزتان بپرسید «چه چیزی را می توانم بینم و آن را عاشقانه دوست بدارم؟» «چند چیز است که می توانم آن ها را بینم و دوستشان داشته باشم؟» «دیگر چه چیزی وجود دارد که دوستش بدارم؟» «چه چیزی را می توانم بینم که مرا به هیجان آورد؟» «چه چیزی را می توانم بینم مشتاقانه آن را دوست بدارم؟» «آیا چیزهای بیش تری وجود دارد که بتوانم بینم و آن ها را دوست داشته باشم؟» «چه می توانم بشنوم که به آن عشق بورزم؟» وقتی از ذهنتان سؤال می کنید، ذهنتان نمی تواند به این پرسش ها جواب ندهد. بلافاصله اندیشه های دیگر را متوقف می کند تا به سؤالات شما جواب بدهد.

مهم این است که به طور منظم از ذهنتان سؤال کنید. هر چه سؤالات بیش تری بتوانید بپرسید، بیش تر می توانید بر ذهنتان مسلط شوید. ذهنتان با شما کار می کند و کاری را که شما می خواهید انجام می دهد.

اگر ذهنتان را مهار نکنید، ممکن است مانند یک قطار باری بدون راننده در

کلیدهای قدرت ۱۳۹

دل کوهستان به حرکت درآید. شما راننده ذهن خود هستید. از این رو، سررشته امور آن را، به دست بگیرید و به مقصدی که می‌خواهید هدایتش کنید. اگر به ذهنتان نگوید که چه باید بکند خودرأی می‌شود و هر کاری را که بخواهد انجام می‌دهد.

«ذهن برای کسانی که آن را مهار نکنند در نقش یک دشمن

ظاهر می‌شود.»

بهاگواد گیتا (قرن پنجم قبل از میلاد)

یک متن باستانی هندی

ذهن شما ابزار قدرتمند و شگفت‌انگیزی است که می‌توانید از آن استفاده کنید؛ باید آن را مهار کنید، به جای این‌که بگذارید به دور از مراقبت شما، حواستان را پرت کند باید از آن بخواهید شما را در عشق دادن کمک کند. آموزش دادن به ذهن برای آن‌که روی عشق متمرکز شود به زمان چندانی احتیاج ندارد.

کلید سپاسگزاری



«بدون حق‌شناسی و سپاسگزاری نمی‌توانید اعمال قدرت کنید،

زیرا این سپاسگزاری است که شما را با قدرت مرتبط می‌کند.»

والیس واتلز (۱۸۶۰-۱۹۱۱)

نویسنده

من هزاران انسان را در بدترین وضعیت ممکن می‌شناسم که با سپاسگزاری، زندگی‌شان را، متحول کرده‌اند. شاهد درمان بیمارانی بوده‌ام که به هیچ‌وجه امید به زنده ماندنشان متصور نبود. روابط از هم پاشیده‌ای را سراغ دارم که از طریق سپاسگزاری تبدیل به روابطی عالی شده‌اند. ازدواج مشوشی را می‌شناسم

کلیدهای قدرت ۱۴۱

که نجات یافت، خانواده‌های از هم پاشیده‌ای را می‌شناسم که از نو با هم متحد شدند. چه بسیار والدینی که روابط خود را با فرزندان‌شان متحول کردند، چه بسیار آموزگاران که دانش‌آموزان خود را متحول ساختند. کسانی را دیدم که در فقر کامل به سر می‌بردند و از طریق شکر و سپاسگزاری به ثروت رسیدند، کسانی که تجارت ورشکسته خود را متحول کردند و کسانی که در تمام مدت عمرشان با پول در تلاش و تقلا بودند و با سپاسگزاری در زندگی‌شان فراوانی نعمت را به وجود آوردند. کسی را می‌شناسم که در خیابان زندگی می‌کرد و در عرض یک هفته صاحب شغل و خانه شد. کسانی که از اضطراب و دیگر بیماری‌های روانی در رنج بودند و از طریق قدرشناسی و سپاسگزاری به سلامتی روانی کامل رسیدند.

همه‌ی ناجیان و صالحان دنیا از سپاسگزاری بهره برده‌اند، زیرا می‌دانستند که سپاسگزاری یکی از زیباترین شیوه‌های ابراز عشق است. آن‌ها می‌دانستند وقتی شکرگزاری و سپاسگزاری کنند دقیقاً مطابق قانون جذب یا عشق زندگی می‌کنند. هر بار که احساس سپاسگزاری بکنید عشق می‌دهید و آنچه را که بدهید دریافت می‌کنید. هر گاه از کسی تشکر می‌کنید، به خاطر اتومبیل کسی احساس خوبی پیدا می‌کنید، از رفتن به تعطیلات و دیدن غروب آفتاب، از گرفتن یک هدیه یا یک اتفاق جالب احساس سپاسگزاری می‌کنید. به آن‌ها عشق می‌دهید و در نتیجه، شادی و نشاط بیش‌تر به دست می‌آورید. سلامتی بیش‌تر، تجربه‌های

شگفت‌انگیزتر، روابط بهتر و فرصت‌های مناسب عالی‌تر... .

همین حالا امتحان کنید. به کسی فکر کنید که از او سپاسگزار هستید شما بهتر از هر کس دیگری می‌توانید کسی را که دوست دارید انتخاب کنید، روی او متمرکز شوید و به این فکر کنید که چه خصوصیتی را درباره‌ی او دوست دارید، بعد در ذهن خود یا با صدای بلند آنچه را در مورد او دوست دارید به زبان آورید. همه‌ی دلایل دوست داشتن آن خصوصیات را با او در میان بگذارید. می‌توانید به زمانی یا صحنه‌ای اشاره کنید «آیا به یاد داری زمانی را که...» وقتی این کار را می‌کنید احساس کنید که سپاسگزاری، دل و جسم شما را، انباشته کند. عشقی که شما بدین گونه می‌دهید باید به شما بازگردد و این اتفاق هم می‌افتد. عشق دادن از طریق سپاسگزاری موضوعی به همین سادگی است.

آلبرت انیشتین یکی از بزرگ‌ترین دانشمندانی بوده است که تاکنون تاریخ به یاد دارد. کشفیات او برداشت ما را از جهان هستی متحول کرد. وقتی از او درباره‌ی پیشرفت فوق‌العاده‌اش پرسیدند، انیشتین فقط از دیگران تشکر کرد. یکی از تابناک‌ترین چهره‌های بشری از دیگران به خاطر چیزهایی که دیگران به او داده بودند تشکر کرد. انیشتین روزی یکصد بار از دیگران تشکر می‌کرد و معنایش این است که او روزی یکصد بار به دیگران عشق می‌داد. آیا جای تعجبی وجود دارد که زندگی، این همه اسرار خود را، برای او فاش کرد؟

کلیدهای قدرت ۱۴۳

«روزی یکصد بار به خود یادآور می‌شوم که اسباب زندگی درونی و بیرونی من را کار دیگران تأمین می‌کند، کسانی که زنده‌اند یا دیگر در قید حیات نیستند. به همین دلیل من باید به همان شکل که از حاصل کار آنها بهره برده‌ام و می‌برم از حاصل کار خود به آنها بهره رسانم.»

آلبرت انیشتین (۱۸۷۹-۱۹۵۵)

فیزیکدان - برنده‌ی جایزه‌ی نوبل

سپاسگزاری، عامل فزاینده

وقتی به خاطر نعمت‌هایی که دارید سپاسگزاری می‌کنید، بدون توجه به این که چقدر اندک دارید، از آنها بیشتر به دست می‌آورید. اگر به خاطر پولی که دارید، هر اندازه اندک، مهم نیست، سپاسگزاری کنید پول بیشتری به دستتان می‌رسد. اگر به خاطر رابطه‌ای سپاسگزار هستید، حتی اگر این رابطه کامل و صددرصد بی‌عیب و نقص نباشد، رابطه‌تان بهتر می‌شود. اگر به خاطر شغلی که دارید سپاسگزاری کنید، حتی اگر شغل رؤیایی شما نباشد، فرصت‌های کاری بهتری به دست می‌آورید، زیرا سپاسگزاری دارای یک ضریب افزایش بزرگ در زندگی شماست.

«اگر تنها نیایش شما در همه‌ی زندگی‌تان عبارت «متشکر»

باشد، به همین اندازه کفایت می‌کند.»

میستر اکهارت (۱۳۲۸-۱۲۶۰) ن

ویسنده و روحانی مسیحی

سپاسگزاری از کلمه‌ی ساده‌ی متشکر شروع می‌شود، اما باید با تمام وجود سپاسگزار باشید. هر چه بیشتر متشکر را تکرار کنید، بیشتر آن را احساس می‌کنید و عشق بیشتری دریافت خواهید کرد. به سه طریق می‌توانید از قدرت سپاسگزاری در زندگی استفاده کنید و هر کدام از آن‌ها در دادن عشق خلاصه می‌شود:

- ۱- به خاطر آنچه در زندگی به دست آورده‌اید سپاسگزار باشید (گذشته)
- ۲- به خاطر آنچه در زندگی به دست می‌آورید سپاسگزار باشید (حال)
- ۳- به خاطر آنچه در زندگی‌تان می‌خواهید سپاسگزار باشید، انگار که آنها را به دست آورده‌اید. (آینده).

اگر به خاطر آنچه دریافت کرده‌اید و می‌کنید سپاسگزار نباشید، عشق نمی‌دهید و توانایی آن را ندارید که چیزی را در زندگی خود تغییر بدهید. وقتی به خاطر آنچه دریافت کرده‌اید تشکر می‌کنید، دریافتی‌تان بیشتر می‌شود. - شکر نعمت، نعمت افزون کند- همزمان سپاسگزاری، آنچه را که می‌خواهید به شما می‌دهد. برای آنچه در زندگی می‌خواهید سپاسگزار باشید، انگار که آن

را دریافت کرده‌اید و قانون جذب می‌گوید که باید دریافت کنید.
آیا می‌توانید تصورش را بکنید چیزی به سادگی سپاسگزار بودن، آنچه را دوست دارید، چند برابر می‌کند و زندگی‌تان را متحول می‌کند؟
مردی که از همسرش طلاق گرفته بود، تنها و افسرده بود و شغلی داشت که علاقه‌ای به آن نداشت، اما او تصمیم گرفت همه روزه مهر و عشق و سپاسگزاری بدهد تا زندگی‌اش را تغییر دهد. او به همه، رفتاری مثبت را، عرضه می‌کرد. وقتی با دوستان و افراد خانواده‌اش تماس می‌گرفت همه‌ی آن‌ها را با روحیه‌ی مثبت و شاد خود متحول می‌کرد. او از آنچه داشت سپاسگزار بود، حتی از این که در خانه‌اش آب لوله‌کشی داشت خدا را شکر می‌کرد. ۱۲۰ روز این‌گونه گذشت تا این که آنچه در شغلش نامساعد بود تغییر کرد. او حالا شغلش را عاشقانه دوست دارد. او حالا به لطف شغلش به نقاطی می‌رود که همیشه آرزو داشت برود. او با اعضای خانواده‌اش بهترین روابط را دارد و این در زندگی او سابقه نداشته است. او هر اتفاقی بیفتد روزهایی خوش را پشت سر می‌گذارد. در ضمن، دوباره ازدواج کرده است.

«سپاسگزاری برای نعماتی که دریافت کرده‌اید، بهترین ضامن ادامه‌ی دریافت

نعمت است» پیامبر اسلام

سپاسگزاری پلی به سوی عشق است



«اگر ساکت و به اندازه کافی آماده باشیم، از هر نومییدی

بهره‌ای می‌گیریم»

هنری دیوید تورئو (۱۸۶۲-۱۸۱۷)

نویسنده تعالی‌گرا

سپاسگزاری، مادرم را، از عمق اندوه به شادی رساند. پدر و مادرم در اولین نگاه عاشق یکدیگر شدند. آن‌ها یکی از زیباترین روابط زناشویی را

کلیدهای قدرت ۱۴۷

تجربه کردند. وقتی پدرم مرد، مادرم گرفتار اندوهی بزرگ شد. نبود پدرم را نمی‌توانست تحمل کند، اما در اوج رنج و تألم مادرم به این موضوع توجه کرد که در زندگی چه دارد که از آن سپاسگزاری کند. سوای سپاسگزاری به خاطر سال‌های خوشی که با پدرم گذرانده بود، او دنبال چیزهایی گشت تا در آینده از آن، سپاسگزار باشد. اولین چیزی که برای سپاسگزاری یافت این بود که می‌تواند سفر کند. مادرم همیشه سفر را دوست داشت، اما تا وقتی پدرم در قید حیات بود نمی‌توانست این کار را بکند، زیرا پدرم علاقه‌ای به سفر نداشت. مادرم رؤیایش را تحقق بخشید. او به سفر رفت و کارهایی کرد که همیشه دلش می‌خواست انجام دهد. سپاسگزاری پلی بود که مادرم را از دنیای غم و اندوه بیرون برد و به دنیای خوشحالی‌ها رساند.

وقتی سپاسگزار هستید نمی‌توانید احساسات منفی داشته باشید. اگر با مشکلی روبه‌رو هستید، دنبال چیزی بگردید که از آن سپاسگزار باشید.

«سپاسگزاری یک واکنش، یک پادزهر و یک ماده ضدعفونی‌کننده

است.»

جان هنری گاوت (۱۸۶۴-۱۹۲۳)

روحانی و نویسنده

وقتی اتفاق خوشایندی برای شما می‌افتد، شکرگزاری کنید. مهم نیست که این اتفاق خوشایند چقدر کوچک و جزئی باشد، کافی است بگویید متشکرم. اگر از رادیو ترانه‌ی جالبی پخش کردند بگویید متشکرم. اگر در اتوبوس جایی برای نشستن پیدا کردید تشکر کنید.

به خاطر حس‌هایی که دارید تشکر کنید. چشمانتان که به وسیله‌ی آن‌ها می‌بیند، گوش‌هایتان که به وسیله‌ی آن‌ها می‌شنوید، دهانتان که به وسیله‌ی آن می‌چشید، بینی‌تان که به وسیله‌ی آن می‌توانید استشمام کنید و پوستتان که به شما امکان لمس کردن می‌دهد. به خاطر ساق‌های پایتان که به شما امکان راه رفتن می‌دهند تشکر کنید. به خاطر دست‌هایتان که با آن هر کاری را می‌توانید بکنید تشکر کنید، به خاطر صدایتان که به شما امکان برقراری ارتباط با دیگران را می‌دهد تشکر کنید. به خاطر دستگاه شگفت‌انگیز ایمنی بدنتان تشکر کنید. به خاطر همه‌ی اندام‌هایی که بدن شما را حفظ می‌کنند تشکر کنید. به خاطر ذهن شگفت‌انگیز خود سپاسگزاری کنید، ذهنی که هیچ کامپیوتری به پای آن نمی‌رسد. بدن شما بزرگ‌ترین لایه‌اتوار در این سیاره خاکی است. از این رو، به خاطر این عظمتی که در اختیار دارید، تشکر کنید. به خاطر خانه، خانواده، دوستان، کارتان و حیوانات دست‌آموزی که در خانه دارید، تشکر کنید. به خاطر خورشید، آبی که می‌نوشید، غذایی که می‌خورید و هوایی که تنفس می‌کنید، تشکر کنید. بدون این‌ها امکان زنده ماندن ندارید.

کلیدهای قدرت ۱۴۹

به خاطر درختان، حیوانات، دریاها، پرندگان، گل‌ها، گیاهان، آسمان، باران، ستارگان، ماه و سیاره‌ی زیبایی که در آن زندگی می‌کنید، تشکر کنید.
به خاطر نظام حمل و نقلی که همه روزه از آن استفاده می‌کنید، شرکت‌هایی که به شما خدمت‌رسانی می‌کنند تا زندگی راحتی داشته باشید، تشکر کنید.

«در زندگی عادی به ندرت متوجه می‌شویم که به مراتب بیش از آنچه می‌بخشیم می‌گیریم، با سپاسگزاری است که زندگی غنی و سرشار می‌شود.»

دیتریچ بان هوفر (۱۹۴۵-۱۹۰۶)

روحانی

برای این که از قدرت سپاسگزاری استفاده کنید آن را تمرین کنید، هر چه بیشتر سپاسگزاری را احساس کنید بیشتر عشق می‌دهید و هر چه عشق بیشتر بدهید عشق بیشتری دریافت می‌کنید.

آیا از این که سالم هستید سپاسگزاری می‌کنید؟ یا فقط وقتی بیمار می‌شوید متوجه سلامتی خود می‌شوید؟

آیا وقتی شب خواب خوشی می‌کنید سپاس‌گزاری می‌کنید؟ یا نه، فقط وقتی دچار کمبود خواب می‌شوید به یاد آن می‌افتید؟

آیا وقتی که همه‌ی کارها رو به راه است، از دیگران سپاسگزار هستید یا وقتی مشکلاتی پیش می‌آید درباره‌ی روابطتان صحبت می‌کنید؟
آیا وقتی از یک وسیله‌ی برقی استفاده می‌کنید به خاطر نیروی برق سپاسگزار هستید؟ یا وقتی برق می‌رود به یاد برق می‌افتید؟
آیا از این‌که در قید حیات هستید سپاسگزار هستید؟
هر لحظه در زندگی فرصتی مناسب برای سپاسگزاری است. می‌توانید با سپاسگزاری آنچه را که دارید چند برابر کنید.
وقتی رانندگی می‌کنم یا قدم می‌زنم از این فرصت برای تشکر کردن از آنچه در زندگی‌ام وجود دارد استفاده می‌کنم، حتی وقتی از آشپزخانه تا اتاق خواب می‌روم شکرگزاری می‌کنم. با تمام وجودم می‌گویم به خاطر جانی که در بدنم است، متشکرم.
سپاسگزار باشید. حق‌شناسی چیزی از شما کم نمی‌کند، اما از همه ثروت دنیا مهم‌تر است. سپاس‌گزاری زندگی شما را سرشار از نعمت می‌کند.

کلید بازی

راه رسیدن به احساس بهتر در زندگی این است که در خیال خود بازی بسازید و بازی کنید. بازی تفریح است. از این رو، وقتی بازی می‌کنید احساس خوبی پیدا می‌کنید.

جایی در زندگی خود دست از بازی کشیدیم و نخواستیم مانند دوران کودکی تفریح داشته باشیم و چون به دوران بلوغ رسیدیم زندگی را بیش از اندازه جدی گرفتیم. وقتی بازی می‌کنید و خوش می‌گذرانید؛ واقعاً احساس خوبی پیدا می‌کنید. زندگی قرار است که پر از شادی و تفریح باشد، با قانون جذب بازی کنید، با خیال و تصور خود بازی بسازید. قانون جذب تفاوت میان کار جدی و تفریح را از هم تمیز نمی‌دهد. آنچه را که تصور می‌کنید صورت خارجی پیدا می‌کند.

چگونه بازی کنیم

«قانون عشق را، به بهترین شکل، از طریق بچه‌ها می‌توان آموخت.»

مهاتما گاندی (۱۹۴۸-۱۸۶۹)

رهبر سیاسی هند

چگونه بازی کنید؟ همان کاری را که در دوران کودکی می‌کردید، انجام دهید. از نیروی تصور و تخیل خود برای بازی کردن استفاده کنید.

فرض کنید شما دوچرخه‌سوار هستید و می‌خواهید به بهترین دوچرخه‌سوار دنیا تبدیل شوید و در مسابقات دور فرانسه به مقام قهرمانی برسید، تمرین خوبی دارید، اما در جریان یک معاینه پزشکی، دکترها تشخیص می‌دهند که بیمار هستید و شانس زنده ماندنتان ۴۰ درصد است. در حالی که دارو مصرف می‌کنید تصور می‌کنید در مسابقات دوچرخه‌سواری دور فرانسه شرکت کرده‌اید و این مسابقه زندگی شماست، تصور کنید گروه پزشکی، تیم تمرین‌دهنده‌ی شما هستند. همه‌روزه تصور کنید که در حال مسابقه دادن هستید و حائتان بهتر و باز هم بهتر می‌شود. شما با تیم پزشکی خود برنده‌ی می‌شوید و بر بیماری خود غلبه می‌کنید. یک سال پس از به دست آوردن دوباره‌ی سلامتی، برنده‌ی مسابقه دوچرخه‌سواری دور فرانسه می‌شوید و بعد هفت سال پشت‌سر هم برنده این مسابقات می‌شوید. این همان کاری است که لانس آرمسترانگ کرد.

فرض کنید می‌خواهید بهترین بدن‌سازی دنیا را داشته باشید و در ضمن، می‌خواهید در آمریکا بازیگر موفقی شوید. در یک دهکده کوچک در اروپا زندگی می‌کنید. خانواده‌تان فقیر و کم‌بضاعت است و با این حال به رؤیاهایتان فکر می‌کنید. تصویر یک قهرمان زیبایی اندام را می‌کشید و تصور می‌کنید در اروپا برنده‌ی جایزه اول بدنسازی شده‌اید. هفت بار برنده‌ی این مسابقه می‌شوید و بعد زمان آن می‌رسد که بازیگر مشهوری شوید. به آمریکا می‌روید، اما کسی تصور نمی‌کند که استعداد بازیگری داشته باشید. به شما با دلایل مختلف

کلیدهای قدرت ۱۵۳

می‌گویند که نمی‌توانید بازیگر سینما شوید، اما شما تصور کرده‌اید که بازیگر بزرگی می‌شوید. می‌دانید که این اتفاق می‌افتد. این همان کاری است که آرنولد شوارتزنگر کرد. او ستاره هالیوود شد.

تصور کنید می‌خواهید مخترعی بزرگ شوید، دچار توهمات مختلف می‌شوید نمی‌توانید دانشگاه را تمام کنید به علت اختلال اعصاب، کارت‌تان را ترک می‌کنید. برای رهایی از توهم دنیای خیالی خود را خرج می‌کنید با الهام برگرفته از آینده‌ای تابناک تصورات خود را مشغول اختراعات جدید می‌کنید. در ذهن خود اختراع می‌کنید. در ذهن خود لابراتواری می‌سازید. این همان کاری است که نیکولاتسلا کرد و در ردیف یکی از بزرگ‌ترین مخترعان قرار گرفت.

«منطق، شما را از نقطه (الف)، به نقطه (ب) می‌رساند، اما تصور

و تحمل، شما را به همه چیز می‌رساند.»

آلبرت انیشتین (۱۸۷۹-۱۹۵۵) فیزیکدان-

برنده‌ی جایزه‌ی نوبل

هر چه را که می‌خواهید از قدرت تخیل خود استفاده کنید، بازی خلق کنید و بازی کنید.

اگر چاق یا لاغر هستید، اگر در بهترین موقعیت وزنی خود به سر می‌بردید چه

احساسی می‌کردید؟ احساسی متفاوت از احساس هم‌اکنونتان می‌داشتید. همه چیز درباره‌ی شما تغییر می‌کرد، طور دیگری راه می‌رفتید، طور دیگری حرف می‌زدید و کارهای متفاوتی انجام می‌دادید. حالا هم این‌گونه راه بروید، حالا هم این‌گونه حرف بزنید. طوری رفتار کنید که انگار به خواسته‌ی خود رسیده‌اید.

«برای کسی که ایمان دارد همه چیز امکان‌پذیر است.» عیسی مسیح در آینده شاهد کشفیات و اختراعات جدیدی که نشئت گرفته از قدرت تحمل هستند، خواهیم بود.

اگر درباره‌ی موضوعی در گذشته یا آینده صحبت می‌کنید، آن را در این لحظه تصور و احساس کنید پس روی فرکانس آن قرار دارید. این همان چیزی است که قانون جذب آن را دریافت می‌کند. وقتی رؤیایتان را تصور می‌کنید، قانون جذب همین حالا آن را دریافت می‌کند. توجه داشته باشید قانون جذب به زمان احتیاج ندارد. تنها این لحظه، اکنون وجود دارد.

اگر آنچه را می‌خواهید دریافت کنید، با تأخیر دریافت کردید. علتش زمانی است که برای قرار گرفتن در فرکانس آن احساس، به آن، احتیاج داشته‌اید.

کلیدهای قدرت ۱۵۵

«آنچه نیاز دارید و آرزو می‌کنید، پیشاپیش از آن شماست.
با تصور و احساس کردن این‌که آرزویتان برآورده شده است،
بخواهید که آرزویتان صورت خارجی پیدا کند.»
نوئل گودارد (۱۹۷۲-۱۹۰۵) نویسنده

وقتی از اتفاقی که افتاده است به هیجان می‌آید و احساسی شگفت‌انگیز پیدا
می‌کنید آن انرژی را ضبط کنید و رؤیایتان را تصور کنید. این‌گونه به آنچه
می‌خواهید دست پیدا می‌کنید. این همان بازی کردن و تفریح داشتن است. این
لذت خلق کردن زندگی شماست.

نکات قدرت

کلید عشق

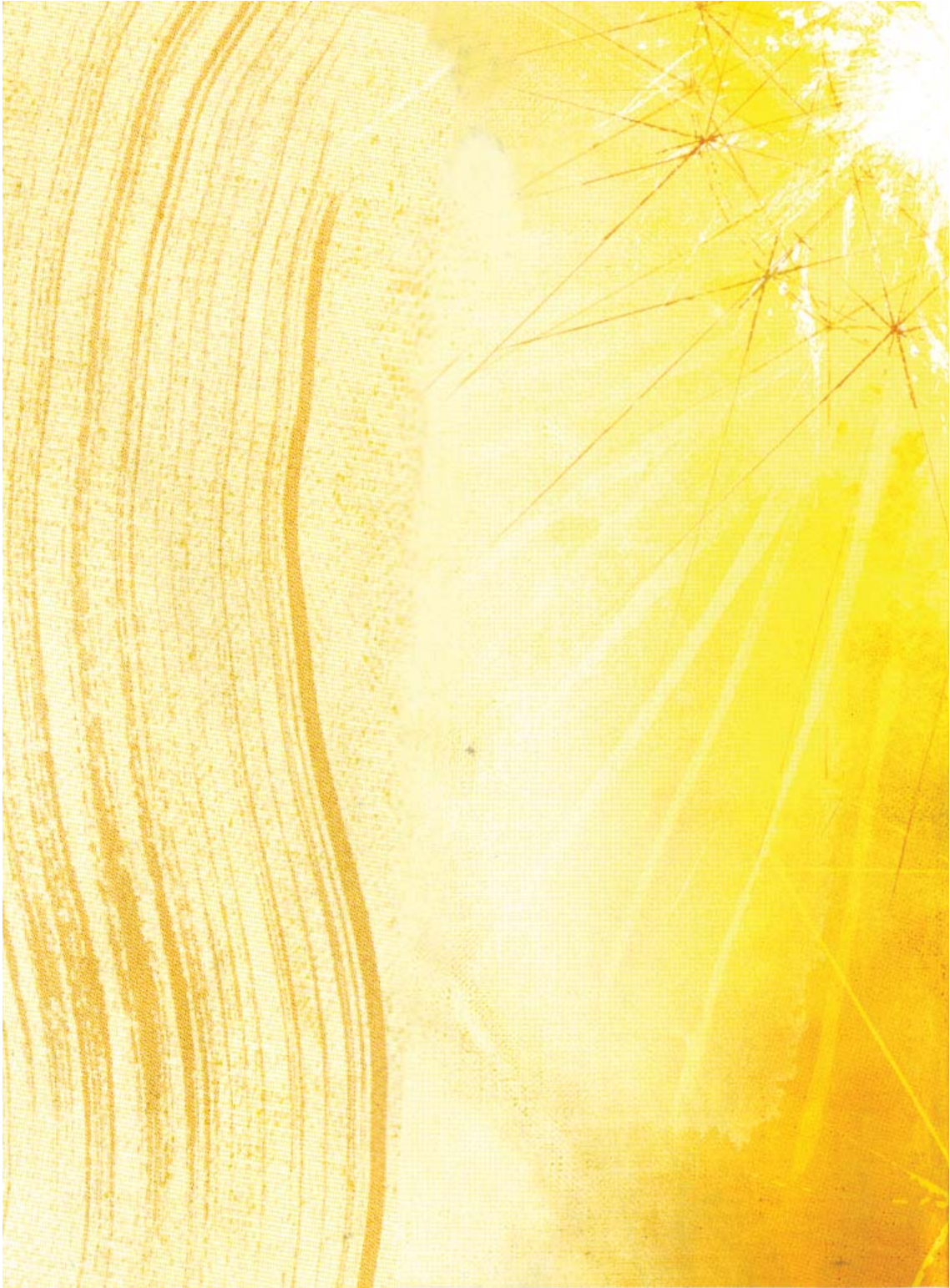
- برای استفاده از قدرت عشق در زندگی باید به شکلی که در گذشته عشق نورزیده‌اید عشق بورزید. عاشق زندگی شوید.
- فقط عشق را ببینید، فقط عشق را بشنوید، فقط با زبان عشق صحبت کنید و با تمام وجود خود عشق را احساس کنید.
- محدودیت و سقفی برای آنچه می‌توانید انجام دهید، در کار نیست. شما از عشق ساخته شده‌اید.
- همه روزه آنچه را عاشقانه دوست دارید با قانون جذب در میان بگذارید.
- برای این که احساسات را تغییر دهید، برای این که احساسات را بهتر کنید، فهرستی از آنچه دوست دارید و تحسین می‌کنید، تهیه کنید.
- کار شما باید این باشد که تا جایی که می‌توانید همه روزه عشق بورزید.
- سعی کنید آنچه را که در پیرامون خود می‌بینید، دوست بدارید.

کلید سپاس‌گزاری

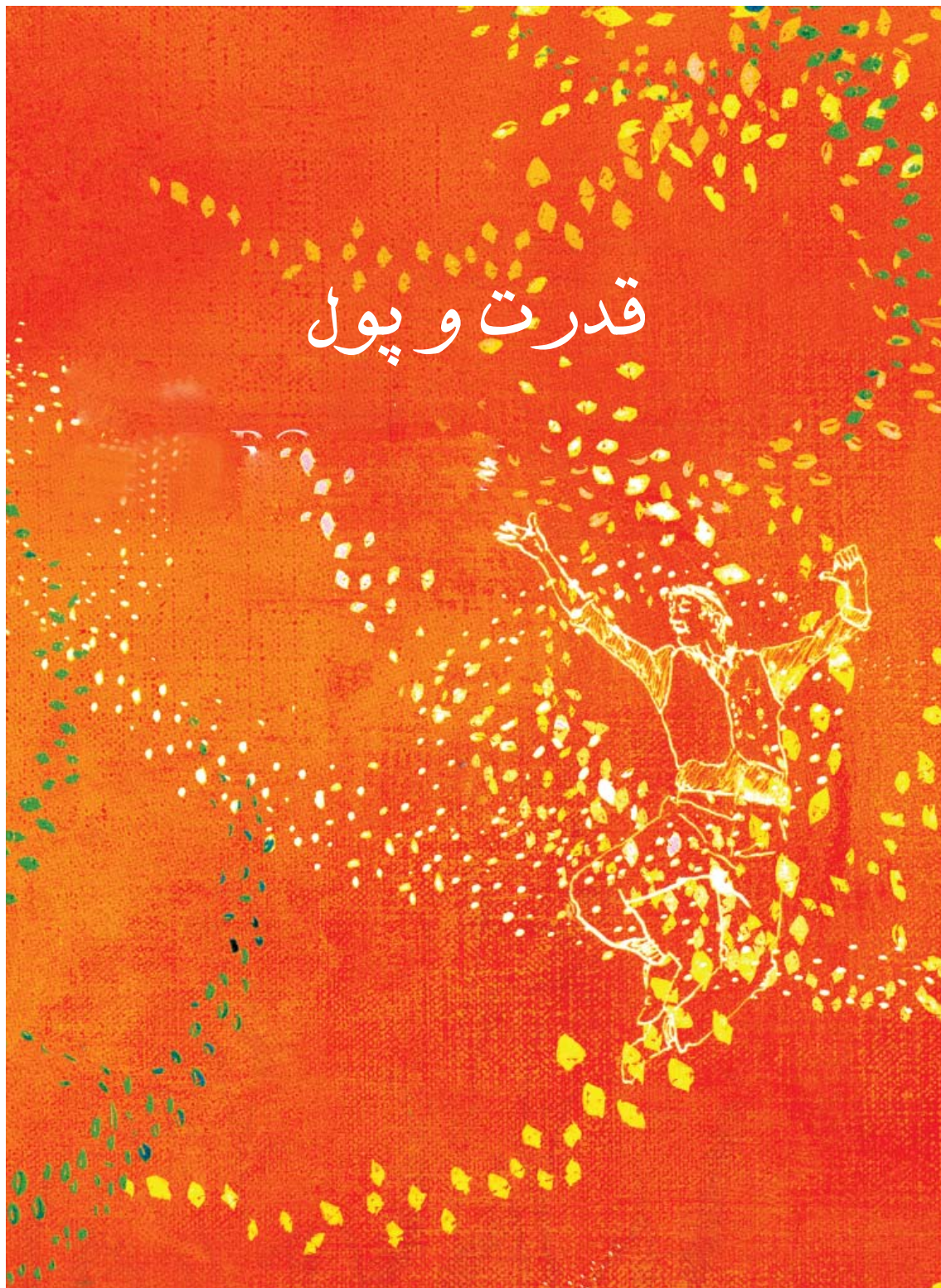
- هر بار احساس سپاس‌گزاری کنید، عشق می‌دهید.
- به خاطر آنچه در زندگی به دست آورده‌اید (گذشته)، سپاس‌گزار باشید.
- به خاطر آنچه در زندگی به دست می‌آورید (حال)، سپاس‌گزار باشید.
- به خاطر آنچه در زندگی می‌خواهید (آینده)، سپاس‌گزار باشید.
- سپاس‌گزاری شما همه چیز زندگی‌تان را چند برابر می‌کند.
- سپاس‌گزاری در حکم پلی است میان جنبه‌های منفی و آنچه نیروی عشق را در اختیار شما قرار می‌دهد.
- برای استفاده از قدرت سپاس‌گزاری، سپاس‌گزاری کنید.
- هر چه بیشتر احساس قدرشناسی داشته باشید، عشق بیشتری می‌دهید و در مقابل عشق بیشتری دریافت می‌کنید.
- هر لحظه فرصتی مناسب برای سپاس‌گزاری و چند برابر کردن چیزهایی است که دوست دارید.

کلید بازی

- وقتی بازی می‌کنید احساس بسیار خوبی به دست می‌آورید و اوضاع و احوال خوبی به زندگی شما راه پیدا می‌کنند.
- زندگی قرار است با شادی و تفریح همراه باشد.
- قانون جذب تفاوت میان کار جدی و تفریح را تشخیص نمی‌دهد. از این رو، آنچه را تصور و بازی می‌کنید، همان ایجاد می‌شود.
- هر چه می‌خواهید از قدرت تصور و تخیل خود استفاده کنید.
- طوری رفتار کنید که انگار آنچه را می‌خواستید به دست آورده‌اید. آنچه را با احساس تصور می‌کنید آن را به قانون جذب می‌دهید و باید آن را دریافت کنید.
- اگر آنچه را می‌خواهید با تأخیر به دستتان می‌رسد. علتش زمانی است که برای رسیدن به آن فرکانس احساسی، به آن احتیاج دارید.
- وقتی از چیزی به هیجان می‌آیید و احساس شگفت‌انگیزی دارید، آن انرژی را به کار بگیرید و رؤیایتان را تصور کنید.



قدرت و پول



«فقر، ناشی از احساس فقیرانه داشتن است.»

رالف والدو امرسون (۱۸۸۲-۱۸۰۳)

نویسنده تعالی‌گرا

درباره‌ی پول چه احساسی دارید؟ اغلب اشخاص می‌گویند که عاشق پول هستند، اما اگر به اندازه‌ی کافی پول نداشته باشند، ابداً احساس خوبی درباره‌ی آن ندارند. اگر کسی همه‌ی پولی را که نیاز دارد در اختیار داشته باشد، به احتمال نزدیک به یقین درباره‌ی پول احساس خوبی دارد. از این رو، اگر به آن اندازه که احتیاج دارد پول نداشته باشد درباره‌ی آن احساس خوبی نخواهد داشت.

اگر به جهان نگاه کنید متوجه می‌شوید که اغلب مردم احساس خوبی درباره‌ی پول ندارند، زیرا بخش اعظم پول و ثروت جهان در اختیار ۱۰ درصد مردم است. تنها تفاوت میان ثروتمندان و سایر مردم این است که ثروتمندان

احساس خوب بیشتری درباره‌ی پول دارند موضوع به همین سادگی است. چرا اکثر مردم درباره‌ی پول احساس خوبی ندارند؟ به این دلیل نیست که هرگز پول نداشته‌اند، زیرا اغلب کسانی که پولدار می‌شوند از صفر شروع می‌کنند. علت این که بیشتر مردم احساس خوبی درباره‌ی پول ندارند این است که درباره‌ی پول باورهای منفی دارند و وقتی کودک بودند این باورهای منفی در ذهن نیمه‌هشیارشان جا خوش کرده است. باورهایی از این دست که «توان خریدش را نداریم»، «پول اهریمنی است»، «ثروتمندان متقلبند»، «خواستن پول چیز خوبی نیست، معنویتی در آن وجود ندارد» و «برای پول فراوان داشتن باید تلاش بیش از اندازه کرد».

وقتی کودک هستید آنچه را که پدر و مادر، آموزگاران یا جامعه به شما می‌گویند می‌پذیرید؛ بنابراین، بدون این که متوجه باشید احساسات منفی درباره‌ی پول پیدا می‌کنید. جالب اینجاست در همان لحظه که به شما می‌گویند داشتن پول چیز خوبی نیست، به شما می‌گویند که باید در زندگی درآمد کسب کنید و امورات خود را بگذرانید و در این میان مهم نیست که کارت‌ان را دوست داشته باشید یا نداشته باشید.

این حرف‌ها هیچ‌کدام درست نیستند. البته کسانی که این حرف‌ها را به شما زده‌اند تقصیری ندارند، زیرا آنچه را که خود آموخته بودند به شما واگذار کرده‌اند. اگر در زندگی‌تان پول کافی ندارید علتش این است که درباره‌ی پول

احساسات بدی داشتید.

«وقتی بدانید کمبودی وجود ندارد همه‌ی دنیا متعلق به شما می‌شود.»

لائوتزو (حدود قرن ششم قبل از میلاد)

بنیان‌گذار تائوئیسم

عشق، قدرتی چسبنده است

من در خانواده‌ی متوسطی بزرگ شدم و با آن‌که پدر و مادرم پول چندانی نمی‌خواستند، سعی داشتند اسباب معیشت خانواده را فراهم کنند؛ بنابراین، من هم مانند اغلب مردم با باورهای منفی درباره‌ی پول بزرگ شدم. می‌دانستم که باید احساسم را درباره‌ی پول تغییر دهم تا اوضاع و احوالم تغییر کند. می‌دانستم باید روحیه‌ام را تغییر دهم تا هم پول به سراغم بیاید و هم با من باقی بماند. می‌دیدم کسانی که پول دارند نه تنها پول را به خود جذب می‌کنند، بلکه کاری می‌کنند که پول نزد آن‌ها باقی بماند. اگر همه‌ی پول‌های جهان را به شما بدهند و شما این پول را به نسبت مساوی میان همه‌ی مردم دنیا تقسیم کنید، در مدتی کوتاه این پول به دست همان چند درصد مردم پولدار می‌رسد، زیرا قانون جذب باید پیرو عشق باشد. از این رو، آن چند درصد معدودی که به پول احساس خوبی دارند پول را به سمت خود جذب می‌کنند. نیروی عشق همه‌ی پول و قدرت جهان را حرکت می‌دهد و این کار را طبق قانون انجام می‌دهد.

«این یک اصل بنیادین و ازلی است؛ درون همه‌ی خیرها، در هر نظامی از فلسفه، در هر دینی و در هر علمی. دور شدن از قانون عشق امکان‌پذیر نیست.»

چارلز هازل (۱۸۶۶-۱۹۴۹)

نویسنده

وقتی اشخاص برنده می‌شوند، می‌بینید که قانون جذب، عمل می‌کند. برنده‌ها با تمام وجود ایمان دارند که برنده خواهند شد. آن‌ها نمی‌گویند «اگر برنده شوم»، به جای آن می‌گویند «وقتی برنده شدم». بعد برای این که با این پول چه کار کنند برنامه می‌ریزند و برنده هم می‌شوند. اما بسیاری از کسانی که برنده می‌شوند در عرض چند سال پولشان را از دست می‌دهند و بیش از زمانی که هنوز برنده نشده بودند بدهکار و مدیون می‌شوند.

علت این است که آن‌ها از قانون جذب برای بردن استفاده کرده‌اند، اما وقتی پولدار شدند نظرشان درباره‌ی پول تغییر نکرد و در نتیجه، همه‌ی آن را از دست دادند. پول پیش آن‌ها بند نشد.

وقتی درباره‌ی پول احساس خوبی نداشته باشید آن را پس می‌زنید. این پول به شما نمی‌چسبد. حتی وقتی پولی بیش از حد تصوراتان دریافت می‌کنید، همه‌ی آن از چنگتان بیرون می‌رود. قبوض پرداختی درشت‌تری را دریافت می‌کنید و

پول به شکلی از دستتان بیرون می‌رود.

اما برای این که پول چسبندگی پیدا کند چه باید کرد؟ عشق. عشق نیروی جذب‌کننده‌ای است که پول را به شما می‌رساند، همین عشق، نیرویی است که به پول چسبندگی می‌دهد. ابداً رابطی به این ندارد که شما آدم خوبی هستید یا نیستید. برای این که پول به دست آورید و این پول نزد شما باقی بماند باید عشق بدهید. همین حالا اگر پول ندارید و بدهی کارت اعتباریتان رو به افزایش است، قدرت چسبندگی دادن، به پول را ندارید و پول از دستتان خارج می‌شود. مهم نیست که در حال حاضر در چه موقعیت مالی‌ای قرار دارید. مهم نیست تجارت شما، کشور شما و دنیا در چه اوضاع مالی‌ای به سر می‌برد. موضوعی به منزله‌ی موقعیت ناامید کننده وجود خارجی ندارد. در دوران کساد هم کسانی بودند که زندگی می‌کردند و از پول و ثروت فراوان بهره داشتند، زیرا آن‌ها قانون جذب را می‌شناختند. آن‌ها آنچه را که می‌خواستند تصور و درخواست کردند. آن‌ها اوضاع و احوال نامساعد را کنار زدند.

«بگذار زندگی خوبی داشته باشیم، زمانه خوبیست ما هستیم که زمانه

را می‌سازیم. هر طور ما باشیم زمانه به همان شکل خواهد بود»

سنا گوستین هیپو (۳۰-۴۳۰)

روحانی

نیروی عشق می‌تواند هر مانعی را پشت سر بگذارد. مسائل جهانی، مانعی برای نیروی عشق، محسوب نمی‌شوند. قانون جذب در هر موقعیت زمانی کار خودش را می‌کند.

چگونه طرز فکرتان را درباره‌ی پول تغییر دهید

وقتی احساساتان درباره‌ی پول تغییر کرد میزان پول موجود در زندگی‌تان تغییر می‌کند. هر چه درباره‌ی پول احساس بهتری داشته باشید، پول بیش‌تری را جذب خود می‌کنید.

اگر پول چندانی نداشته باشید دریافت قبوض پرداختی به شما احساس خوبی نمی‌دهد، اما به محض این‌که نسبت به دریافت یک قبض پرداختی احساس بدی پیدا کنید، مطمئن باشید که قبوض درشت‌تری از راه خواهند رسید. آنچه را بدهید پس می‌گیرید. مهم این است که وقتی قبوضتان را می‌پردازید راهی پیدا کنید که احساس خوبی داشته باشید. هرگز وقتی احساس خوبی ندارید قبوض بانکی را پرداخت نکنید، زیرا قبوضی با ارقام درشت‌تر دریافت خواهید کرد. باید کاری کنید که قبوض پرداختی به شما احساس بهتری بدهند. می‌توانید تصور کنید که این‌ها ابداً قبض نیستند. تصور کنید می‌خواهید وجهی را به یک مؤسسه‌ی خیریه بدهید.

تصور کنید قبوض پرداختی چک‌هایی هستند که آن‌ها را دریافت کرده‌اید

قدرت و پول ۱۶۷

یا از سپاسگزاری استفاده کنید و از شرکتی که آن قبوض را برایتان فرستاده است، تشکر کنید. به این فکر کنید که از خدمات آنها تا چه اندازه بهره‌مند خواهید شد.

«شما براساس کار یا وقتی که صرف کرده‌اید پاداش نمی‌گیرید

بلکه به شما با توجه به عشقی که در سر دارید پاداش می‌دهند»

سن‌کاترین سینا (۱۳۸۰-۱۳۴۷)

فیلسوف و پزشک

وقتی حقوقتان را دریافت می‌کنید شکر گزار آن باشید تا دریافتی‌تان چند برابر شود. اغلب اشخاص حتی وقتی پولی به دستشان می‌رسد خوشحال نمی‌شوند، زیرا نگران ماندگاری آن هستند. آنها با عشق ندادن به هنگام دریافت پول فرصت ارزشمندی را از دست می‌دهند.

از هر فرصتی برای بازی استفاده کنید

با داشتن احساس خوب از هر فرصتی برای چند برابر کردن پولتان استفاده کنید. وقتی برای تهیه چیزی پول می‌دهید احساس عشق بکنید. وقتی پولی به کسی می‌دهید احساس عشق کنید. وقتی به کارکنان شرکتتان پول می‌دهید

احساس عشق کنید. این گونه به خاطر پولی که می‌دهید، به جای این که احساس بدی پیدا کنید، احساس خوبی پیدا می‌کنید.

در این جا به بازی‌ای اشاره می‌کنیم که هرگاه پولی می‌پردازید احساس خوبی پیدا کنید. یک اسکناس یک دلاری را در نظر بگیرید. تصور کنید یک سمت اسکناس مثبت است که نماینده پول زیاد است، پشت اسکناس را جنبه منفی آن در نظر بگیرید که نماینده نبود پول است. هرگاه پولی می‌پردازید، اسکناس را طوری در دست بگیرید که روی مثبت آن به سمت شما باشد. اسکناس‌های داخل کیف پولتان را به گونه‌ای قرار دهید که روی مثبت آن به سمت بالا باشد. این گونه پول‌های پرداختی را پرداخت کنید. این گونه به یاد می‌آورید که هر بار پولی می‌پردازید، روی مثبت آن به سمت شماست.

تصور کنید که در حال حاضر ثروتمند هستید. تصور کنید همه‌ی پولی را که به آن نیاز دارید در اختیار دارید. چه تفاوتی در زندگی شما بروز می‌کند؟ به همه‌ی کارهایی که ممکن است انجام دهید فکر کنید. چه احساسی پیدا می‌کنید؟ احساسی متفاوت در درونتان پدیدار می‌شود و به این دلیل به شیوه‌ای متفاوت گام برمی‌دارید. طوری دیگر قدم برمی‌دارید. طوری دیگر حرف می‌زنید. طوری دیگر بدنتان را نگه می‌دارید و طوری دیگر حرکت می‌کنید. نسبت به همه چیز واکنشی متفاوت نشان می‌دهید. این همان احساسی است که می‌خواهید در خود حفظ کنید.

قدرت و پول ۱۶۹

«احساس کنید آنچه را می‌خواهید به دست آورده‌اید. این‌گونه

خواسته شما تحقق پیدا می‌کند.»

نوئل گودارد (۱۹۷۲-۱۹۰۵)

نویسنده

به پول جواب آری بدهید

به خاطر داشته باشید هرگاه می‌بینید کسی پولی دریافت می‌کند یا به موفقیتی می‌رسد، به هیجان بیایید، زیرا معنایش آن است که در فرکانس مطلوب قرار گرفته‌اید. طوری هیجان‌زده شوید که انگار خود شما پول دریافت کرده‌اید. واکنش شما اهمیتی فوق‌العاده دارد. اگر به خاطر دیگران واکنش وجدآور و شادی نشان دهید به پول بیشتر و موقعیت خود جواب آری داده‌اید. اگر حسادت کنید که چرا شما به این پول و موفقیت نرسیده‌اید، واکنش شما به پول بیشتر جواب منفی می‌دهد.

چند سال قبل دچار کم‌پولی شدم، بدهکاری فراوانی داشتم. از همه‌ی کارت‌های اعتباری‌ام هم تا بخواهید برداشت کرده بودم. شرکت من میلیون‌ها دلار بدهکاری داشت. در حال ساختن فیلمی به نام «راز» بودم. برای تمام کردن فیلم به پول احتیاج داشتم. با قانون جذب آشنایی داشتم و می‌دانستم درباره‌ی پول باید احساس خوبی داشته باشم تا آن را به دست آورم، اما کار ساده‌ای نبود،

زیرا هر روز باید بدهی‌های فراوانی را می‌پرداختم. ابدأ نمی‌دانستم که چگونه می‌توانم این پول را تامین کنم. توانایی پرداخت حقوق کارکنانم را هم نداشتم. این‌گونه بود که دست به اقدامی جالب توجه زدم.

از حساب کارت اعتباری‌ام چند صد دلار برداشت کردم. برای پرداخت قبوض بانکی و خرید غذا به این پول احتیاج داشتم، اما این پول را در دست گرفتم و در یک خیابان شلوغ به راه افتادم و پول را میان مردم در خیابان توزیع کردم.

در حالی که راه می‌رفتم یک اسکناس ۵۰ دلاری را در دست گرفتم. به اشخاصی که به سمت می‌آمدند نگاه می‌کردم، می‌خواستم تصمیم بگیرم که این پول را به چه کسی بدهم. می‌خواستم به همه پول بدهم، اما پول چندانی نداشتم. سرانجام پول را به کسی دادم. اشک چشمانم را پر کرده بود در تمام تعطیلات آخر هفته احساس خوبی داشتم.

روز دوشنبه اتفاقی حیرت‌انگیز افتاد؛ حساب بانکی من ۲۵۰۰۰ دلار دریافت کرد. این پول؛ درواقع، از آسمان رسیده بود و به حساب من واریز شده بود. چندی قبل در یکی از شرکت‌های متعلق به دوستانم سهامی خریده بودم. به کلی آن را فراموش کرده بودم، زیرا قیمت سهام آن تغییری نکرده بود. روز دوشنبه شخصی به من زنگ زد و با توجه به بالا رفتن قیمت سهام خواست که سهام را به او بفروشم. عصر همان‌روز، این ۲۵۰۰۰ دلار در حساب بانکی من قرار داشت.

قدرت و پول ۱۷۱

من پولم را از آن جهت به دیگران ندادم تا برایم پولی به همراه آورد. من پولم را به این دلیل دادم تا درباره‌ی پول احساس عشق کنم. می‌خواستم به عمر احساس بد داشتن پایان دهم.

«مهم نیست چقدر می‌پردازم، مهم این است که با هر پرداخت چقدر عشق می‌دهیم.»

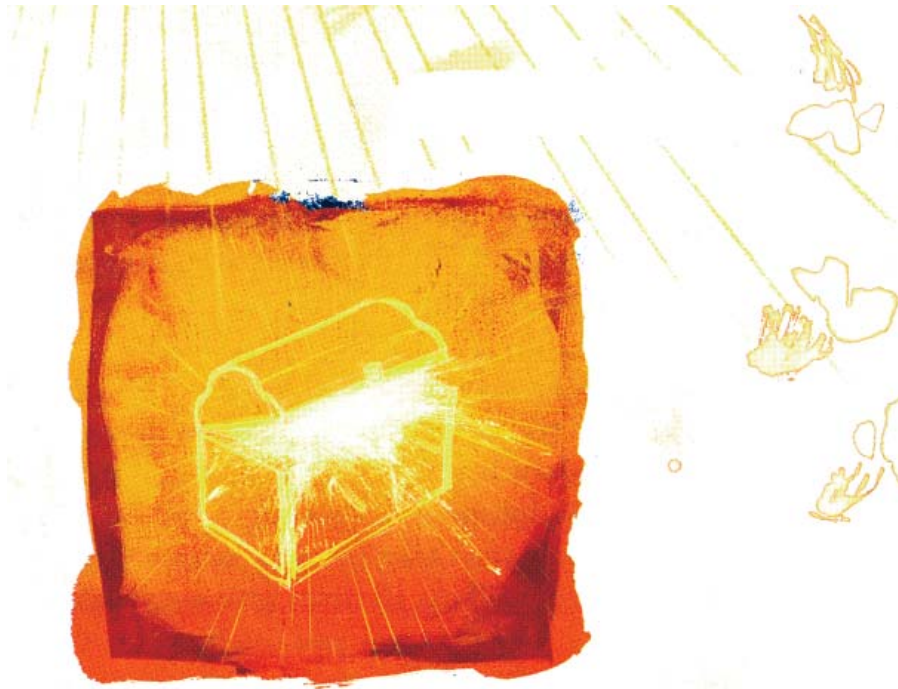
مادر ترزا (۱۹۹۷-۱۹۱۰)

نیکوکار برنده‌ی جایزه‌ی نوبل

اگر با پول در کشمکش هستید، برای این که درباره‌ی پول احساس خوبی پیدا کنید به مردمی که هر روز در خیابان می‌بینید وعده‌ی پول سرشار بدهید. به چهره‌های آن‌ها نگاه کنید و تصور کنید پول فراوانی به آن‌ها می‌پردازید. شادی آن‌ها را در نظر بگیرید و بعد به سراغ نفر بعدی بروید. کار ساده‌ای است که می‌توانید انجام دهید. این اقدام، احساس شما را درباره‌ی پول تغییر می‌دهد و در زندگی به موقعیت جدیدی دست پیدا می‌کنید.

کار و تجارت

«تابغهی بی‌دل به جایی نمی‌رسد، زیرا درک به تنهایی، هوش به



تنهایی و این دو با هم از کسی نابغه نمی سازند. عشق، عشق، عشق،
این روح نبوغ است».

نیکولوس ژوزف فون ژاکین (۱۷۲۷-۱۸۱۷)

دانشمند آلمانی

این نیروی جذاب عشق است که همه‌ی پول‌های دنیا را به حرکت درمی‌آورد
و هر کسی که احساس عشق می‌دهد جذب‌کننده‌ی پول است. برای اثبات خود
نیازی به کسب درآمد ندارید، شما ارزش هر مبلغی را که به دست آورید،
دارید. شما شایسته‌ی پولی هستید که هم‌اکنون بدان نیاز دارید. شما آفریده
شده‌اید تا از آن لذت ببرید. آفریده شده‌اید که کار کنید، زیرا کار شما را به
هیجان می‌آورد. وقتی کاری را که دوست دارید انجام می‌دهید، پول به دنبال

شما می‌آید.

مرد بی‌کاری برای تصدی شغلی که همیشه آن را خواسته بود، تقاضای استخدام کرد. پس از ارسال درخواست‌نامه، شرکت به او در نامه‌ای از حقوق و مزایای درخواستی‌اش اطلاعاتی داد. این مرد برای خود کارت ویزیتی درست کرد و مارک شرکت را روی کارتش حک کرد. بعد به کارت با حالتی سپاسگزارانه نگاه کرد. در ضمن، هر دو سه روز یکبار برای خودش ایمیل می‌فرستاد و قبول شدنش در آن سمت را تبریک می‌گفت.

پس از یک مصاحبه تلفنی اولیه، ده نفر با او مصاحبه‌ی رودررو کردند. دو ساعت بعد از مصاحبه شرکت با او تماس گرفت که به استخدام شرکت درآمده است. حقوقی که به او دادند به مراتب بیش از حقوقی بود که درخواست کرده بود. حتی اگر نمی‌دانید که می‌خواهید با زندگی خود چه کنید، کافیت عشق بدهید و آنچه را می‌خواهید به خود جذب کنید.

«موفقیت کلید خوشبختی نیست، خوشبختی کلید موفقیت است.»

آلبرت شوایتزرز (۱۸۷۵-۱۹۶۵)

پزشک نیکوکار برنده‌ی جایزه‌ی نوبل

موفقیت در تجارت هم دقیقاً به همین شکل به دست می‌آید، اگر تجارتی

دارید اما این تجارت به آن خوبی که شما دوست دارید موفق نیست، در این صورت اشکالی در تجارت شما وجود دارد. بدترین روحیه‌ای که به تجارت لطمه می‌زند احساس بد درباره‌ی نبود موفقیت است، حتی اگر تجارت کارش را به درستی انجام داده باشد، اگر با احساس بد با آن روبه‌رو شوید با مشکلات بیشتری در کارتان روبه‌رو می‌شوید.

در تجارت یا شغل دیگری که دارید برای پولی که می‌گیرید ارزش قایل شوید. اگر ارزشی کم‌تر از پولی که دریافت می‌کنید برای کارتان در نظر بگیرید. تجارتتان محکوم به شکست و ناکامی می‌شود.

عشق راه‌هایی نامحدود برای دریافت کردن شما دارد

پول در نهایت ابزاری برای شماس است تا آنچه را در زندگی می‌خواهید تجربه کنید، وقتی به این فکر کنید که با پول چه می‌توانید بکنید، عشق و نشاط بسیار بیشتری را در مقایسه با زمانی که فقط به پول فکر می‌کنید به دست می‌آورید. فرض کنید کاری را که دوست دارید انجام می‌دهید و آنچه را که دوست دارید در اختیار دارید. این‌گونه در مقایسه با زمانی که فقط به پول می‌اندیشید عشق بیشتری را احساس می‌کنید.

نیروی جذاب عشق راه‌هایی نامحدود دارد تا آنچه را که می‌خواهید به دست آورید. فکر نکنید که پول تنها چیزی است که توسط آن می‌توانید

قدرت و پول ۱۷۵

دریافت‌کننده‌ی چیزی باشید. این یک فکر کردن محدود است. شما این‌گونه زندگی‌تان را محدود می‌کنید.

تا زمانی که آنچه را می‌خواهید دریافت نکرده‌اید، نمی‌دانید چگونه آن چیزی را که می‌خواهید دریافت خواهید کرد. ایمان داشته باشید. تصورش را بکنید که چه می‌خواهید. شادی و خوشبختی درون خود را احساس کنید. ذهن ما محدود است، اما خواست عشق نامحدود است. راه‌های مختلف عشق را هرگز درک نمی‌کنید بی‌جهت ذهنتان را محدود نکنید و گمان نکنید که پول تنها هدف شماست. به جای آن ببینید چه می‌خواهید و به کجا می‌خواهید برسید. پول نباید تنها هدف شما باشد. اگر خانه‌ای جدید می‌خواهید ببینید که وقتی در این خانه زندگی کردید چه شادی و خوشبختی را احساس خواهید کرد. اگر خانه‌ای جدید می‌خواهید، اگر خواهان اتومبیلی جدید هستید، اگر می‌خواهید به کالج بروید، به کشور دیگری نقل‌مکان کنید، آموزش موسیقی ببینید، اگر می‌خواهید بازیگر یا ورزشکاری موفق شوید، همه‌ی این‌ها را تصور کنید. همه‌ی این چیزها به شکلی نامحدود می‌توانند نصیب شما شوند.

قوانین عشق

پول، تنها، یک قانون دارد. نمی‌توانید پول را جلوتر از خودتان قرار دهید. اگر این کار را بکنید قانون جذب را مخدوش می‌کنید و بعد باید تاوان آن را

بپردازید. عشق باید نیروی حاکم در زندگی شما باشد. چیزی را نمی‌توان فراتر از عشق قرار داد. پول ابزاری در دست شماست تا آن را خرج کنید. شما پول را با عشق نصیب خود می‌کنید، اما اگر پول را برتر از عشق در زندگی قرار دهید، با دریافت‌های منفی فراوان روبه‌رو می‌شوید.

«اگر عشق می‌خواهید بدانید تنها راه به دست آوردن عشق

عشق ورزیدن است، هر چه عشق بیش‌تری بدهید، عشق

بیش‌تری دریافت می‌کنید.»

چارلز هانل (۱۹۴۹-۱۸۶۶)

نویسنده

شما آفریده شده‌اید تا زندگی کاملی داشته باشید. قرار نیست از کمبود پول رنج ببرید، زیرا رنج بردن شرایط منفی را تحمیل می‌کند. زیبایی زندگی به این است که وقتی عشق را در اولویت قرار می‌دهید، پولی که برای زندگی خوب نیاز دارید به سراغ شما می‌آید.

قدرت و پول ۱۷۷

نکات قدرت

- این نیروی جذاب عشق است که همه‌ی پول‌های جهان را جابه‌جا می‌کند. هر کسی عشق بدهد و احساس خوبی داشته باشد، جذب‌کننده‌ی پول است.
- می‌توانید احساسات را درباره‌ی عشق بیان کنید، زیرا اگر آنچه را احتیاج دارید نداشته باشید، احساس خوبی در برابر پول پیدا نمی‌کنید.
- عشق نیرویی جذاب‌کننده است که باعث فراوانی پول می‌شود. عشق نیرویی است که سبب چسبندگی پول می‌شود.
- وقتی قبوض خود را می‌پردازید. راهی برای رسیدن به احساس خوب پیدا می‌کنید. تصور کنید قبوض پرداختی شما چکی است که دریافت می‌کنید. از شرکتی که برای شما قبض پرداختی فرستاده است، تشکر کنید.
- وقتی پولی به دستتان می‌رسد، حتی اگر پولی ناچیز باشد، سپاسگزار باشید. به خاطر داشته باشید که سپاسگزاری، ضریب افزایش‌دهنده‌ی بسیار بزرگی است.
- وقتی پول چیزی را می‌پردازید احساس عالی داشته باشید.
- وقتی احساس خوبی درباره‌ی موفقیت داشته باشید، موفقیت را به خود می‌چسبانید.

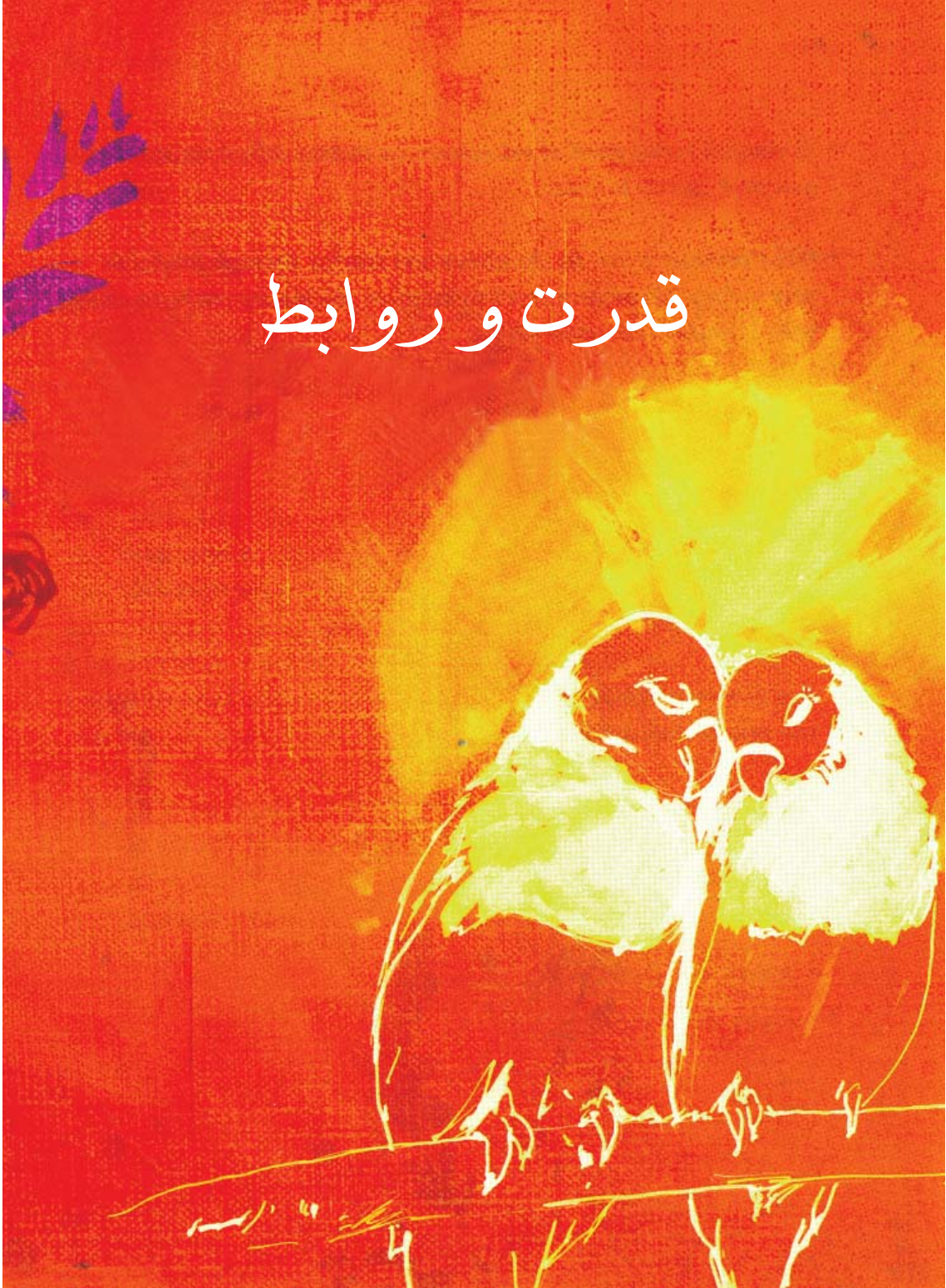
- برای پولی که دریافت می‌کنید، احساس خوبی داشته باشید، این گونه تجارت و کارتان شکوفا می‌شود.

- پول در نهایت ابزاری برای شماست تا آنچه را در زندگی دوست دارید تجربه کنید. بخش جاذبه‌ی عشق با راه‌هایی نامحدود آنچه را که می‌خواهید نصیب شما می‌کند.

- تصور کنید آنچه را که می‌خواهید به دست آورده‌اید و آنچه را که دوست دارید در اختیار دارید. این گونه عشق بیشتری را نصیب خود می‌کنید.

- زیبایی زندگی به این است که وقتی عشق را در الویت قرار می‌دهید تمام پولی که برای تمام طول زندگی به آن نیاز دارید، به سوی شما روانه می‌شود.

قدرت و روابط



«دست نوازش به سمت دیگران دراز کنید،
با دیگران مهربان باشید و به پاداش کارتان
فکر نکنید، زندگی‌تان متحول می‌شود.»

آوک ماندینو (۱۹۹۶-۱۹۲۳)

نویسنده

عشق دادن قانونی است که در همه‌ی زمینه‌های زندگی شما مصداق دارد. عشق دادن قانون حاکم بر روابط است. برای نیروی عشق مهم نیست کسی را می‌شناسید یا نمی‌شناسید، مهم نیست که کسی دوست یا دشمن است، یکی از عزیزان است یا دشمنان، با هر کسی که تماس دارید یا به او عشق می‌دهید یا نمی‌دهید و آنچه را که بدهید، دریافت خواهید کرد. روابط، بزرگ‌ترین کانال برای دادن عشق هستند، می‌توانید با عشقی که به رابط خود می‌دهید همه‌ی زندگی‌تان را متحول کنید.

آنچه را به دیگران می‌دهید به خودتان داده‌اید

همه‌ی روشنفکران سرتاسر تاریخ گفته‌اند که دیگران را دوست بداریم. به شما نگفته‌اند که دیگران را دوست بدارید تا تبدیل به آدم خوبی شوید. به شما رمز و راز زندگی را گفته‌اند. به شما قانون جذب را متذکر شده‌اند. وقتی دیگران را دوست بدارید زندگی شگفت‌انگیزی خواهید داشت. وقتی دیگران را دوست بدارید آن زندگی‌ای را که شایسته آن هستید، به دست می‌آورید.

«تمام قانون، در یک دستور خلاصه می‌شود، همسایه‌ات را به قدر

خودت دوست بدار»

سن پال

روحانی مسیحی

با مهربانی به دیگران عشق بورزید. از آن‌ها حمایت کنید، سپاسگزار باشید، هر احساس خوبی را که دارید به آن‌ها بدهید. اگر به مردم از طریق انتقاد، خشم، ناشکیبایی یا هر احساس بد دیگری چیزی بدهید آنچه نصیب شما خواهد شد منفی‌های زندگی است.

مسئله، طرف دیگر نیست

می‌توانید در رابطه‌ی خود بگویید که تاکنون چه داده‌اید. اگر روابط جاری شما عالی باشد معنایش این است که عشق بیش‌تری می‌دهید، اگر روابط جاری شما بد باشد معنایش این است که داده‌های منفی شما بیش از داده‌های عشق شماست.

بعضی‌ها فکر می‌کنند به خاطر طرف مقابل است که رابطه‌ی شما خوب یا بد است. نمی‌توانید به نیروی عشق بگویید «من فقط در صورتی عشق می‌دهم که طرف دیگر به من عشق بدهد.» تا عشق ندهید نمی‌توانید آن را دریافت کنید.

وقتی به آن چیزهایی که دوست داشتید توجه کردید می‌توانید اوضاع و احوال را تغییر دهید. این‌گونه معجزه‌های اتفاق می‌افتد. انگار طرف دیگر دگرگون شده است، اما این قانون عشق است که بی‌نظیر است، زیرا منفی‌ها را در خود حل می‌کند.

من هزاران رابطه را سراغ دارم که به کمک قدرت عشق پایدار باقی مانده‌اند و در این میان، زنی هست که با دیگران در موقعیتی متفاوت به سر می‌برد. این زن عشقش را به شوهرش از دست داده بود حتی تحمل آن را نداشت که کنار شوهرش قرار بگیرد. شوهرش هرروز شکایت می‌کرد. او همیشه بیمار بود. افسرده و عصبانی بود. او با زن و چهار فرزندش بدزبانی می‌کرد.

وقتی این زن با موضوع قدرت عشق دادن آشنا شد، بلافاصله تصمیم گرفت باوجود همه‌ی مسائل و مشکلاتی که داشت خودش را شادمان‌تر نشان دهد. بلافاصله جو خانه‌ی آن‌ها تغییر کرد و رابطه‌ی این زن با فرزندانش بهتر شد.

بعد او به سراغ آلبوم عکس‌های خانوادگی رفت و به عکس‌های شوهرش در اوایل زندگی زناشویی‌شان نگاه کرد. او چند عکس را انتخاب کرد و آن‌ها را روی میزش گذاشت تا هر روز به آن‌ها نگاه کند. حالا اتفاق شگفت‌انگیزی افتاد؛ توانست عشقی را که در اوایل به شوهرش داشت زنده کند و وقتی عشق به شوهرش بازگشت، احساس عشق در او افزایش فوق‌العاده‌ای یافت. بعد به جایی رسید که شوهرش را بیش از هر زمان دیگری دوست داشت. این‌گونه او به ازدواجی که کیفیتش را آرزو می‌کرد دست یافت.

عشق؛ یعنی آزادی

بسیاری از مردم نمی‌دانند که عشق دادن به دیگران چه معنا و مفهومی دارد. برای کسب علم و اطلاع باید بدانید که عشق چه چیزی هست. تلاش برای تغییر دادن دیگران عشق نیست. این‌که درباره‌ی صلاح کار دیگران تصمیم بگیرید عشق نیست. این‌که فکر کنید حق با شماست و با دیگران نیست عشق نیست. انتقاد کردن، سرزنش کردن، گله و شکایت کردن، غر زدن و عیب گذاشتن روی دیگران، عشق نیست.

«تنفر را با تنفر نمی‌توان از بین برد، تنفر را با عشق می‌توان از

میان برداشت. این یک قانون ازلی است.»

قدرت و روابط ۱۸۵

بودا (۴۸۳-۵۶۳ قبل از میلاد)

بنیان‌گذار بودیسم

در این جا می‌خواهم حکایتی را با شما در میان بگذارم که نشان می‌دهد با رابطه‌ی زناشویی خود تا چه اندازه دقیق باید برخورد کنیم.

مردی که زنش او را تنها گذاشته و فرزندانش را هم با خود برده بود، بسیار ناراحت بود و زنش را سرزنش می‌کرد و حاضر نبود تصمیم او را بپذیرد. او با زنش تماس گرفت و خواست هر طور شده است او را راضی به بازگشت کند. احتمالاً فکر می‌کرد با رفتاری عاشقانه با زنش روبه‌رو می‌شود، اما رفتار او عاشقانه نبود. زنش را به علت به هم ریختن روابط زناشویی‌شان سرزنش می‌کرد. او معتقد بود زنش اشتباه می‌کند و حق با اوست و نمی‌پذیرفت که زنش درباره‌ی زندگی‌اش تصمیم بگیرد و انتخاب کند. از آنجایی که این مرد مرتب مزاحم زنش می‌شد و با او تماس می‌گرفت او را به زندان انداختند.

این مرد سرانجام به این نتیجه رسید وقتی منکر آزادی زن خود است؛ درواقع، به او عشق نمی‌دهد. قانون جذب همان قانون عشق است. اگر این قانون را زیر پا بگذارید برضد خود کار کرده‌اید.

البته عشق دادن به دیگران به این معنا نیست که بگذارید از طرف آن‌ها لگدکوب شوید، زیرا این هم با عشق دادن تفاوت دارد. اگر به کسی اجازه

دهید از شما بهره‌برداری کند، به او کمکی نکرده‌اید و مسلماً به خود شما هم کمکی نمی‌کند.

«هر گاه کسی به من توهین می‌کند سعی می‌کنم روح و روانم را چنان رفعت ببخشم که توهین او به آن نرسد». رنه دکارت، ریاضی‌دان و فیلسوف

راز روابط زناشویی

زندگی همه چیز را به شما می‌دهد تا بتوانید آنچه را که می‌خواهید دوست بدارید. اگر در کسی خصوصیتی را دوست ندارید از آن فاصله بگیرید. فاصله گرفتن از آنچه شما آن را در کسی دوست ندارید به شما امکان انتخاب می‌دهد. لازم نیست با او بحث کنید و ثابت کنید که او اشتباه می‌کند. لازم نیست حق به جانب بودن را ثابت کنید. اگر این کارها را بکنید؛ در واقع، عشق نمی‌دهید.

«روح و روان شما وقتی مهربان باشید جلا پیدا می‌کند و اگر

ظالم باشید نابود می‌شود.»

شاه سولومون،

کتاب مقدس

وقتی در فرکانس عشق قرار دارید، فقط کسانی که در فرکانس معینی قرار داشته باشند می‌توانند به زندگی شما بیایند.

قدرت و روابط ۱۸۷

می‌دانید که بعضی از روزها احساس بسیار خوبی دارید. بعضی از روزها ناراحت هستید و در روزهای دیگری غمگین هستید. می‌توانید در حالات روحی بسیار متفاوتی ظاهر شوید. کسی که با شما در رابطه‌ی زناشویی به سر می‌برد هم می‌تواند در حالات مختلفی به سر ببرد. می‌تواند شاد، ناراحت یا اندوهگین باشد، اما برای این که شادی دیگران نصیب شما شود باید خودتان شاد باشید.

منظور این نیست که شما مسئول شادی و خوشبختی دیگران هستید، اما معنایش این است که باید خودتان خوشحال باشید. بقیه‌ی کارها را قانون جذب انجام می‌دهد.

«خوشبختی بستگی به خودمان دارد.»

ارسطو (۳۲۲-۳۸۴ قبل از میلاد)

فیلسوف و دانشمند یونانی

قانون جذب چسبندگی دارد

قانون جذب چسبندگی دارد یعنی وقتی به شادی دیگران کمک می‌کنید، بخت خوش آن‌ها به شما می‌چسبد. وقتی از کسی به دلیل انجام دادن کاری تعریف می‌کنید محاسن او را به خودتان می‌چسبانید، اما وقتی در مقام انتقاد از دیگران صحبت و

جو منفی تولید می‌کنید، منفی‌های یاد شده را به خودتان متصل می‌کنید. قانون جذب به احساسات شما پاسخ می‌دهد. آنچه را بدهید می‌گیرید. وقتی بر چسبی را به دیگران می‌چسبانید؛ در واقع، آن بر چسب را به خودتان متصل می‌کنید. این خبر بسیار خوبیست، زیرا بدان معناست که آنچه را دوست دارید می‌توانید نصیب خودتان بکنید. دنیا کاتالوگ شماست و وقتی قدرت عشق خود را درک کنید، آنچه را که دوست دارید به دست می‌آورید.

«قدم اول را با نیک‌اندیشی، قدم دوم را با یک کلمه خوب و قدم سوم را با یک کردار درست برداشتم و وارد بهشت شدم.»

برگرفته از کتاب زرتشت

شایعه هم چسبندگی دارد

شایعه‌پراکنی در نگاه نخست بی‌ضرر به نظر می‌رسد، اما می‌تواند در زندگی مردم موقعیت‌های منفی ایجاد کند. شایعه‌پراکنی دادن عشق نیست. شایعه‌پراکنی اقدامی منفی است که اثرش به خود شما برمی‌گردد. کسانی که شایعه‌پراکنی می‌کنند آسیب می‌بینند.

وقتی با یکی از اعضای خانواده یا با یکی از دوستانتان حرف می‌زنید و آن‌ها درباره‌ی کسی که صحبت بدی کرده است به شما اطلاع‌رسانی می‌کنند، رفتارشان شایعه‌پراکنی و اقدامشان منفی است. وقتی شما با آن‌ها حرف می‌زنید

قدرت و روابط ۱۸۹

هم، جو منفی تولید می‌کنید. انسان موجودی احساسی است و وقتی حرفی منفی می‌شنود روی او تاثیر منفی بر جای می‌گذارد. وقتی به هنگام صرف ناهار با یکی از همکارانتان درباره‌ی کسی، حرف‌های منفی می‌زنید، نمی‌توانید احساس خوبی داشته باشید.

اجازه بدهید به صراحت بگوییم باید دقت کنیم که به کار دیگران کاری نداشته باشید، زیرا اوضاع و احوال آن‌ها را به خودتان می‌چسبانید. اگر متوجه شدید شایعه‌پراکنی می‌کنید، متوقف شوید و بگویید «اما بسیار خوشحالم که...» و بعد جمله را با عبارت خوبی تمام کنید.

«اگر کسی رفتاری شیطنانی دارد و بد حرف می‌زند، درد و ماتم انتظارش را می‌کشد، اما اگر رفتار و سخنی ناب داشته باشد، خوشبختی به سراغش می‌آید، چونان سایه که هرگز کسی را تنها نمی‌گذارد.»

بودا (۴۸۳-۵۶۳ قبل از میلاد)

بنیانگذار بودیسم

واکنش شما، انتخاب می‌کند

زندگی همه‌ی اشخاص و همه‌ی موقعیت‌ها را به شما نشان می‌دهد تا بتوانید

انتخاب کنید که چه چیزی را دوست دارید و چه چیزی را دوست ندارید. وقتی به چیزی واکنش نشان می‌دهید با احساسات خود واکنش نشان می‌دهید و با این کار یک انتخاب‌کننده هستید. واکنش شما، خوب یا بد، به شما می‌چسبد و در واقع می‌گویید که از آن بیشتر می‌خواهید؛ بنابراین، مهم است که مراقب روابطتان باشید، زیرا شما چه با احساس خوب واکنش نشان دهید چه با احساس بد، این احساسات را بروز می‌دهید و همین احساسات را دریافت می‌کنید. اگر کسی حرفی زد یا رفتاری کرد و شما از او ناراحت یا عصبانی شدید؛ بیش‌ترین تلاش خود را بکنید تا این واکنش منفی را تغییر دهید. صرف این‌که بدانید واکنش خود را تغییر داده‌اید قدرت احساس منفی را از آن می‌گیرید و می‌توانید بلافاصله آن را متوقف کنید. در این صورت از موضوع منفی فاصله بگیرید و به آنچه دوست دارید فکر کنید.

«کسی که بر خود مسلط است می‌تواند با خلق لذت بر اندوه پایان دهد.

من نمی‌خواهم دست‌خوش عواطف خود باشم. من می‌خواهم از عواطف

خود استفاده کنم، از آن‌ها لذت ببرم و بر آن‌ها مسلط شوم».

اسکار وایلد (۱۸۵۴-۱۹۰۰)

می‌توانید هر موقعیت منفی در زندگی خود را تغییر دهید، اما این کار با احساس بد عملی نیست. باید به طرزی متفاوت واکنش نشان دهید، زیرا اگر

واکنش منفی نشان دهید احساس بد شما چند برابر می‌شود و منفی‌های زندگی شما را بیشتر می‌کند، اما بدانید که می‌توانید روحیه‌ای مثبت خلق کنید، نیروی عشق همیشه راهی پیدا می‌کند.

عشق یک سپر است

برای این که قدرت منفی‌های دیگران را بگیرید و تحت تأثیر این منفی‌ها قرار نگیرید به یاد میدان مغناطیسی بیفتید که هر کس را احاطه کرده است. میدانی از عشق، شادی، خوشبختی، سپاسگزاری، هیجان و اشتیاق همه را احاطه کرده است. به همین شکل میدانی از خشم، نومیدی، ناراحتی، تنفر، میل به انتقام و هراس هم برای هر احساس منفی وجود دارد.

کسی که در احاطه‌ی میدان مغناطیسی خشم قرار دارد، ابداً احساس خوبی ندارد؛ بنابراین، اگر نزد او بروید، به احتمال زیاد، خشم خود را متوجه شما می‌کنند. قصد آسیب رساندن به شما را ندارند، اما وقتی به دنیا نگاه می‌کنند نمی‌توانند چیز خوبی را ببینند و از آن جایی که فقط خشم را می‌بینند، نسبت به نزدیک‌ترین اشخاص، بی‌خود خشمگین می‌شوند، آیا به نظرتان می‌رسد که موقعیت آشنایی است؟

«آب گل آلود، اگر به حال خود رها شود صاف می‌شود.»
لائوتنزو (حدود قرن ششم قبل از میلاد)

اگر احساس اندوه، نومیدی و ناراحتی می‌کنید، اگر هر احساس منفی دیگری دارید، از طریق این میدان احساسی خود به دنیا نگاه می‌کنید و دنیا برایتان مکانی اندوهگین، نومیدکننده و ناراحت به نظر خواهد رسید. در میدان احساسات بد چیز خوبی دیده نمی‌شود. نه تنها میدان منفی شما، منفی‌های بیش‌تری را به شما جذب می‌کند، بلکه تا زمانی که طرز احساستان را تغییر ندهید نمی‌توانید از شر مشکل نجات پیدا کنید. تغییر دادن طرز احساس کار دشواری نیست، اما تلاش برای تغییر دادن دنیای بیرون مزبوحانه است. هیچ اقدام فیزیکی‌ای نمی‌تواند موقعیت را تغییر دهد. احساسات خود را تغییر دهید تا وضعیت بیرونی تغییر کند.

«قدرت از درون نشئت می‌گیرد، اما تا زمانی که چیزی ندهیم نمی‌توانیم چیزی دریافت کنیم.»

چارلز هانل (۱۸۶۶-۱۹۴۹)

نویسنده

وقتی کسی در احاطه‌ی یک میدان مغناطیسی شاد باشد، شادی او ز آن سمت



اتاقی هم به شما سرایت می‌کند. کسانی که مشهورند و شخصیت‌های جاذب دارند؛ اغلب اوقات، در روحیه‌ی خوبی به سر می‌برند. میدان شادی که آن‌ها را احاطه کرده به قدری جاذب است که همه را به سوی خود می‌کشد.

هر چه عشق بیشتر بدهید و احساس بهتری پیدا کنید، میدان مغناطیسی شما جذابیت بیشتری پیدا می‌کند. این‌گونه می‌توانید همه‌چیز و همه‌کس را به سمت خود جذب کنید.

عشق قدرتی است که همه‌چیز را به هم پیوند می‌دهد.

«وقتی همه‌ی مردم دنیا یکدیگر را دوست بدارند، دیگر
قدرتمندان بر ضعفا زورگویی نمی‌کنند، اکثریت به اقلیت ظلم
و ستم نمی‌کند، غنی به فقیر نمی‌خندد و او را مضحکه نمی‌کند و
زیرک‌ها ساده‌لوح‌ها را فریب نمی‌دهند.»

موزی (حدود ۳۹۱ قبل از میلاد)

فیلسوف چینی

شما هر روز فرصت دارید تا با احساسات خوب به دیگران عشق بدهید. وقتی
شاد باشید، به هر کس که با شما در تماس است عشق می‌دهید. وقتی به کسی
عشق دادید، این عشق به سوی شما بازمی‌گردد.

وقتی به کسی عشق می‌دهید، اگر عشق شما روی او تأثیری بر جای بگذارد که
در نتیجه‌اش او هم به دیگران عشق بدهد، بدون توجه به این که چند نفر تحت
تأثیر قرار گرفته‌اند، بدون توجه به این که تا چه اندازه این سفر به دور دست
برود، همه‌ی این عشق به سوی شما بازمی‌گردد. نه تنها عشقی را که داده‌اید از
شخص اولی پس می‌گیرید، بلکه عشقی را که او به دیگران داده است را هم
نصیب خود می‌کنید.

از سوی دیگر، اگر به صورت منفی بر کسی تأثیر بگذارید، به طوری که
آن شخص هم روی دیگران تأثیر منفی بگذارد، همه‌ی منفی‌های ایجاد شده به

قدرت و روابط ۱۹۵

سویتان بازمی گردد. این منفی‌ها روی پول، شغل، سلامتی و روابط شما نیز تأثیر منفی بر جای می‌گذارند.

«اگر تحت تأثیر هر امر بیرونی، پریشان شوید، پریشانی شما فقط ناشی از آن امر بیرونی نیست بلکه ناشی از ارزیابی شما از آن امر بیرونی است و شما قدرت آن را دارید که این پریشانی و ارزیابی خود را هر آن از میان بردارید.»

مارکوز اورلیوس (۱۸۰-۱۲۱)

امپراطور رم

وقتی اشتیاق دارید و شاد و بانشاط هستید با هر کس که تماس بگیرید این روحيات خود را به او انتقال می‌دهید، حتی اگر با کسی مدت کوتاهی در یک فروشگاه، در اتوبوس یا آسانسور در تماس شوید روحیه‌ی خوبتان را به او می‌دهید. وقتی بتوانید تغییری در اوضاع و احوال او ایجاد کنید، او هم به سهم خود روحيات خوبش را به شما بازمی‌گرداند.

«به خاطر داشته باشید که چیزی به نام مهربانی کوچک و جزیی وجود ندارد. هر اقدام مهربانگیز تأثیری شگرف بر جای می‌گذارد.»

اسکات ادانر (متولد سال ۱۹۵۷)

هنرمند سازندهی فیلم‌های کارتونی

عشق راه‌حل و جواب هر رابطه‌ای است. هرگز نمی‌توانید با چیزهای منفی رابطه‌ای را بهتر کنید. عشق بدهید تا عشق بگیرید. از کلیدهای قدرت در روابط خود استفاده کنید. متوجه آن چیزهایی که دوست دارید بشوید. فهرستی از آنچه دوست دارید تهیه کنید، درباره‌ی آنچه دوست دارید حرف بزنید و از آنچه دوست ندارید روی برگردانید. تصور کنید در روابطی بی‌کم و کاست به سر می‌برید و با تمام وجود و از صمیم قلب آن را احساس کنید. اگر نمی‌توانید از رابطه‌ی خود لذت ببرید، چیزهای دیگر واقع در پیرامونتان را دوست بدارید و سعی کنید آنچه را که در رابطه‌تان بد است متوجه نشوید.

عشق می‌تواند هر کاری را برای شما بکند. تنها کاری که باید بکنید این است که با احساس خوب داشتن عشق بدهید. این‌گونه همه‌ی چیزهای منفی از میان می‌روند. هر گاه در رابطه‌ای با موقعیت‌های منفی روبه‌رو می‌شوید، راه‌حلش همیشه عشق است. متوجه نمی‌شوید چگونه مسائل و مشکلات حل می‌شوند،

قدرت و روابط ۱۹۷

اما اگر احساس خوب داشته باشید و عشق بدهید این اتفاق می‌افتد.
پیام لائو تزو، بودا، مسیح و پیامبر اسلام و همه‌ی بزرگان دیگر، عشق است.

نکات قدرت

- با هر کسی که در تماس می‌شوید یا به او عشق می‌دهید یا نمی‌دهید و با توجه به آنچه می‌دهید، همان را دریافت می‌کنید.
- با مهربانی، تشویق، حمایت، سپاسگزاری یا هر احساس خوب دیگر به دیگران عشق بدهید تا چند برابر آن را در زندگی دریافت کنید.
- بیش از آن که به جنبه‌های منفی رابطه‌ی خود توجه کنید، به جنبه‌های مثبت آن فکر کنید.
- تلاش برای تغییر دادن دیگران و این که فکر کنید صلاح آن‌ها را بهتر از خودشان می‌دانید و فکر کردن به این موضوع که حق با شماست و دیگران اشتباه می‌کنند، با عشق دادن منافات دارد.
- سرزنش کردن، انتقاد کردن، غر زدن، یا تقصیریابی در دیگران دادن عشق نیست.
- باید شاد باشید تا از شادی دیگران استفاده کنید.
- می‌توانید آنچه را که دوست دارید به خودتان بچسبانید. برای این مهم باید به آنچه در دیگران دوست دارید توجه کنید و با تمام وجود به آن خصوصیات جواب مثبت بدهید.
- نمی‌توانید حرف بزنید و به جنبه‌های منفی توجه کنید و همزمان احساس خوبی داشته باشید.

- زندگی همه‌ی موقعیت‌ها و همه‌ی اشخاص را به شما می‌نمایاند تا بتوانید آنچه را که دوست دارید یا دوست ندارید انتخاب کنید. وقتی به چیزی واکنش نشان می‌دهید، با احساسات خود واکنش نشان می‌دهید. شما انتخاب می‌کنید.

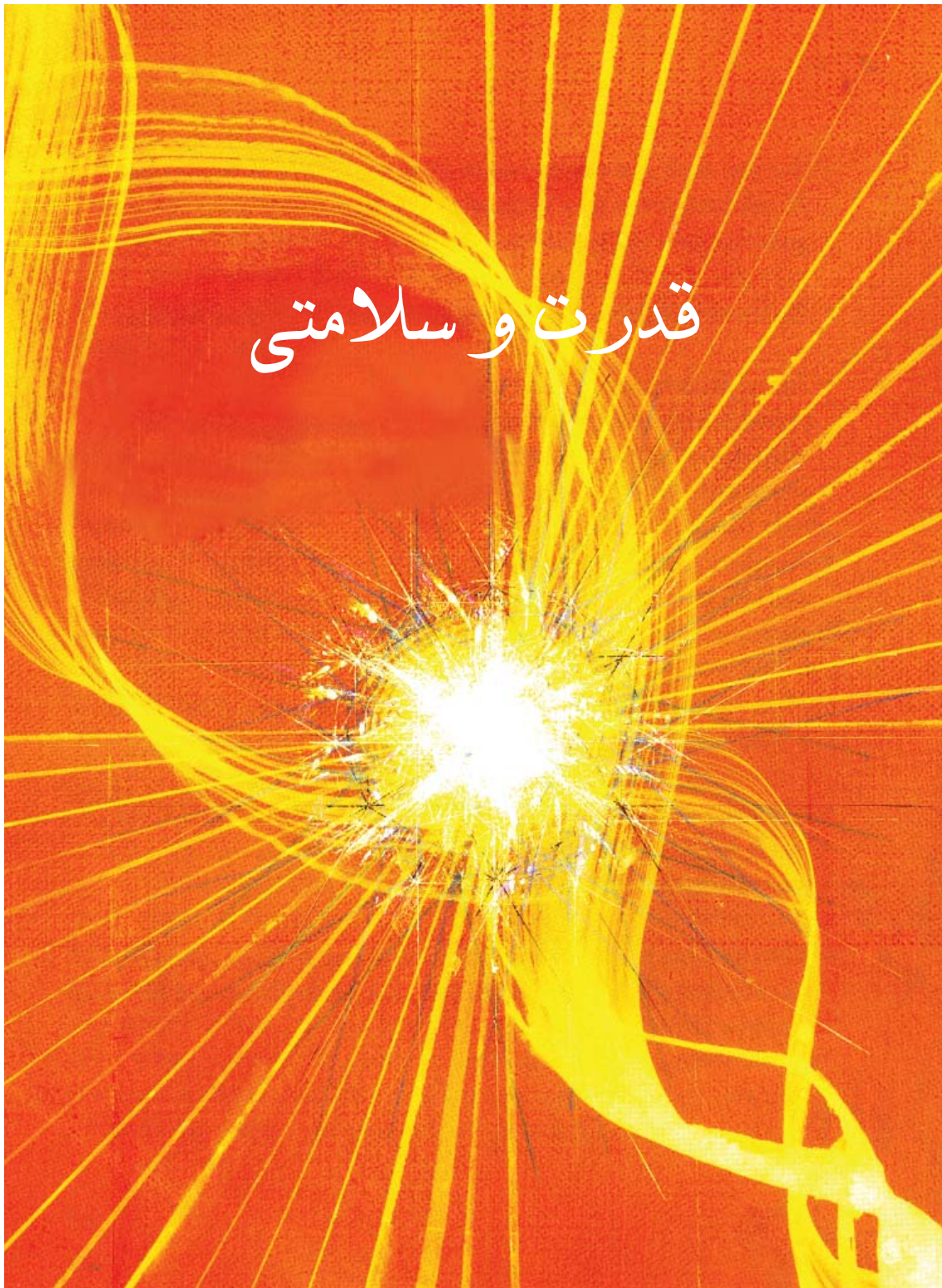
- نمی‌توانید موقعیت بدی را با احساسات بد تغییر دهید. اگر هم‌چنان واکنش منفی نشان دهید احساس بد شما چند برابر می‌شود و بر منفی‌های شما اضافه می‌کند.

- اگر احساس خوبی دارید نیروی میدان مغناطیسی شما سپری ایجاد می‌کند که هیچ احساس منفی‌ای نتواند به آن نفوذ کند.

- تغییر دادن احساس در مقایسه با تلاش برای تغییر دادن موقعیت بیرونی ساده‌تر است. احساسات خود را تغییر دهید تا موقعیت بیرونی تغییر کند.

- هر چه عشق بیشتری بدهید و احساس خوبی پیدا کنید، میدان شما جاذب‌تر می‌شود و هر چه این میدان وسعت بیشتری پیدا کند، بیشتر آنچه را که می‌خواهید به شما جذب می‌کند.

قدرت و سلامتی



قدرت و سلامتی ۲۰۱

«نیروهای طبیعی درون ما التیام بخش راستین بیماری‌ها هستند.»
بقراط (حدود ۴۶۰-۳۷۰ قبل از میلاد)
پدر پزشکی در غرب

در سلامت به سر بردن یعنی چه؟ ممکن است فکر کنید که سالم بودن به معنای بیمار نبودن است، اما سالم بودن چیزی بیش از این است. اگر احساس کنید حالتان بد نیست، حالتان متوسط است یا اشکال چندانی در شما وجود ندارد، بدانید که در سلامتی به سر نمی‌برید.

در سلامت بودن احساسی است مشابه احساسی که بچه‌ها دارند. بچه‌های کم‌سن سرشار از انرژی هستند. بدنشان احساس سبکی و انعطاف‌پذیری دارد. حرکت بدون تلاش انجام می‌دهند. با طراوت هستند، ذهن شفافی دارند شاد هستند، بری از نگرانی و استرس هستند. آن‌ها هر شب راحت می‌خوابند و راحت از خواب بیدار می‌شوند. بدنشان نونوار می‌شود. آن‌ها با طراوت به

استقبال روزهای زندگی خود می‌روند. به بچه‌های کوچک نگاه کنید تا سلامتی واقعی را درک کنید. شما در گذشته این احساس را داشته‌اید و حالا هم باید همین احساس را داشته باشید.

می‌توانید در اغلب مواقع این‌گونه باشید، زیرا از سلامتی نامحدودی برخوردارید. آنچه را که بخواهید از آن شما می‌شود و سلامتی نامحدود هم از این قاعده مستثنی نیست، اما برای رسیدن به این سلامتی باید در را بکشایید.

چه باوری دارید؟

«هر طور که ته قلبتان حس کنید همان هستید.»

شاه‌سولومون (حدود قرن ۱۰ قبل از میلاد)

این عبارت معنی‌داری است، اما معنای واقعی‌اش کدام است؟ آنچه را که در دلتان حس کنید باور شما را تشکیل می‌دهد. این عین حقیقت است. باور به زبان ساده اندیشه‌ای تکراری است که احساس قدرتمندی به آن متصل است. برای مثال، «به راحتی سرما می‌خورم»، «معهده‌ی حساسی دارم»، «برایم وزن کم کردن دشوار است»، «نسبت به آن آلرژی دارم»، «قهوه مرا بیدار نگه می‌دارد». این‌ها همگی باور هستند واقعیت نیستند. باور زمانی شکل می‌گیرد که در ذهن خود تصمیم‌گیری کرده باشید. هر باوری را که بدهید

قدرت و سلامتی ۲۰۳

قانون جذب می‌گوید باید همان را دریافت کنید.

بسیاری از مردم درباره‌ی بیماری بیش‌تر از سلامتی می‌اندیشند و این هرگز تعجب‌آور نیست، زیرا در دنیا بیش‌تر به بیماری توجه دارند تا به سلامتی. با وجود همه‌ی پیشرفت‌هایی که در علم پزشکی به دست آمده بیماری در حال افزایش است، زیرا مردم به طور فزاینده‌ای از بیماری می‌ترسند.

آیا شما درباره‌ی سلامتی‌تان بیش‌تر احساسات خوب دارید یا احساسات بد؟ آیا شما در طول عمر خود به سلامتی بیش از بیماری توجه دارید؟ اگر باور کنید که سلامتی شما با بالا رفتن سنتان کاهش می‌یابد، بدانید که بیماری برای شما امری اجتناب‌ناپذیر خواهد بود.

«آنچه را از آن می‌ترسم به سراغم خواهد آمد و آنچه را از آن

وحشت دارم بر من حاکم خواهد شد.»

کتاب مقدس

تأثیر پلاسیبو (دارونما) قدرت باور را نشان می‌دهد. به گروهی از بیماران داروهای واقعی می‌دهند و گروه دیگری از بیماران پلاسیبو مصرف می‌کنند. پلاسیبو اغلب قرص‌هایی از جنس شکر هستند و قدرت درمان‌کننده ندارند، اما به هیچ‌کدام از این بیماران نمی‌گویند چگونه دارویی مصرف کرده‌اند. تجربه

نشان می‌دهد بسیاری از کسانی که پلاسیبو مصرف می‌کنند هم، حالشان خوب می‌شود، که این نشانه‌ی تأثیر باور است. آنچه را که با ایمان و اطمینان به بدنتان می‌دهید، بدنتان نتیجه‌اش را دریافت می‌کند.

باورهای شما سلول‌ها و اندام شما را اشباع می‌کنند. وقتی احساس خوب داشته باشید، عشق می‌دهید و در مقابل سلامتی دریافت می‌کنید. وقتی احساسات بد داشته باشید، تنش، سبب منقبض شدن عصب‌ها و سلول‌های شما می‌شود. وضعیت شیمیایی بدن شما تغییر می‌کند، رگ‌های خونی شما منقبض می‌شوند، نفستان کم‌عمق می‌شود و در نتیجه، سلامتی اندام‌های شما، به مخاطره می‌افتد.

«احساسات و عواطف شما روی سلول‌های بدن شما تأثیر

می‌گذارند. ذهن و جسم، با هم در ارتباط تنگاتنگ هستند.»

توماس توت‌کو (متولد ۱۹۳۱)

روانشناس ورزشی و نویسنده

دنیای درون بدن شما

دنیایی وسیعی در درون شما وجود دارد. برای درک قدرتی که بر بدن خود دارید باید این دنیا را بشناسید، زیرا همه‌چیز این دنیا تحت امر شماست. همه‌ی سلول‌های بدن شما نقشی که دارند را ایفا کنند. همه‌ی آن‌ها کار

قدرت و سلامتی ۲۰۵

می‌کنند تا به شما حیات و زندگی بدهند. بعضی از سلول‌ها رهبران مناطق و اندام‌های خاصی در بدن شما هستند. این‌ها تمامی سلول‌های موجود در آن منطقه از بدن شما را راهنمایی می‌کنند.

اگر یک مزاحم وارد بدن شما شود، چیزی مانند یک ویروس یا یک عفونت، سلول‌های بدن بلافاصله به مزاحم وارد و حمله‌ور می‌شوند. این سلول‌ها از حافظه‌ای برخوردارند که اگر تشخیص دهند که میکروب مزاحم را قبلاً تجربه کرده‌اند به آن حمله‌ور می‌شوند و آن را از پای درمی‌آورند.

اگر به هر دلیلی یکی از سلول‌های بدن شما رفتارش را تغییر دهد و به سود سلامتی بدن کار نکند، سلول‌های نگهبان اقدام به اصلاح سلول می‌کنند و شکل عوض می‌کنند. داروخانه طبیعی و درونی شما، داروهای اصلاح‌کننده را تأمین می‌کند. بدانید که در درون شما یک داروخانه طبیعی مجهز وجود دارد که می‌تواند به سلامتی شما کمک کند.

همه‌ی سلول‌ها باید روزی ۲۴ ساعت و هفته‌ای هفت روز کار گروهی بکنند. شما حدود ۱۰۰ تریلیون سلول در بدن خود دارید. این سلول‌ها با فعالیت پیوسته‌ی خود به شما زندگی می‌بخشند. این ۱۰۰ تریلیون سلول در خدمت و گوش به فرمان شما هستند.

هر باوری که درباره‌ی بدن خود داشته باشید، سلول‌های شما هم همان باور را پیدا می‌کنند. آن‌ها از اندیشه، احساس و باور شما سؤال می‌کنند.

اگر فکر کنید «همیشه وقتی با هواپیما سفر می‌کنم تحت تأثیر فاصله‌های زمانی قرار می‌گیرم»، سلول‌های شما این اندیشه‌ی شما را به صورت یک فرمان تبدیل می‌کنند. وقتی فکر و احساس کنید که گرفتار اضافه‌وزن هستید، سلول‌های شما اضافه‌وزن داشتن شما را به صورت یک فرمان تبدیل می‌کنند. این‌گونه باید به دستورات شما عمل کنند و بدن شما را به شکل چاق و فربه نگه دارند. وقتی به بدن خود در جایگاه یک بیمار فکر می‌کنید سلول‌های شما بیماری را قبول می‌کنند، زیرا قانون جذب درون شما فعال است.

«به تصویر کامل هر اندام توجه کنید تا سایه‌های بیماری هرگز
شما را لمس نکنند.»

روبرت گولیر (۱۹۵۰-۱۸۸۵)

نویسنده

چه می‌خواهید؟ چه چیزی دوست دارید؟ این همان چیزی است که باید به بدن خود بدهید سلول‌های شما وفادارترین اجزای بدن شما هستند که بدون سؤال و تردید در خدمت شما هستند؛ بنابراین، آنچه احساس می‌کنید، تبدیل به قانون بدن شما می‌شود. اگر می‌خواهید در حد دوران کودکی خود ظاهر شوید، به سلول‌های خود این فرمان را بدهید: «امروز احساس خوبی دارم»، «امروز

قدرت و سلامتی ۲۰۷

انرژی فراوان دارم»، «دید چشم بسیار خوبی دارم»، «می‌توانم وزن ایده‌آل خود را حفظ کنم» و «شب‌ها مثل یک بچه می‌خوابم» شما حکمران یک سرزمین هستید. شما حکمران قانون بدن خود هستید.

قدرت قلب شما

«به عبارتی انسان نمونه‌ای کوچک از عالم هستی است؛ بنابراین هر

آنچه انسان باشد سرنخی از چیستی عالم هستی به ما می‌دهد.»

دیوید بوهم (۱۹۹۲-۱۹۱۷)

فیزیکدان کوانتومی

درون بدن ما نقشه‌ای از عالم هستی وجود دارد. دل شما خورشید و مرکز دستگاه بدن شماست. اندام‌های شما در حکم سیاره هستند و درست همان‌طور که سیاره‌ها به خورشید وابسته‌اند تا در حالت تعادل باقی بمانند تمام اندام‌های بدن شما بستگی به قلب شما دارند تا در تعادل و هماهنگی باقی بمانند.

دانشمندان به این نتیجه رسیده‌اند که احساس عشق، سپاس‌گزاری و قدرشناسی در دل شما، ایمنی بدن شما را افزایش می‌دهد. بر تولید مواد شیمیایی مورد نیاز شما می‌افزاید، از میزان هورمون استرس می‌کاهد، فشارخون را کم می‌کند، اضطراب، احساس گناه و فرسودگی را کاهش می‌دهد. با توجه به بررسی‌های

انجام شده میدان مغناطیسی قلب ۵۰۰۰ بار قدرتمندتر از میدان مغناطیسی فلزات و تا چندین پایی بدن شما امتداد دارد.

برخی از دانشمندان درباره‌ی تلقی ما از اثرات عشق بر سلامتی ما با استفاده از آزمایشاتی بر روی آب تحقیقاتی انجام داده‌اند، اما آب با سلامتی چه رابطه‌ای دارد؟ ۷۰ درصد بدن، از آب تشکیل شده و ۸۰ درصد درون کاسه‌ی سر انسان نیز از آب تشکیل شده است.

بررسی‌های انجام شده در ژاپن، روسیه، اروپا و آمریکا نشان می‌دهند که وقتی آب در معرض کلمات و احساسات مثبت قرار می‌گیرد، سطح انرژی آب نه تنها بیشتر می‌شود، بلکه ساختار آب تغییر می‌کند و از هماهنگی فراوان برخوردار می‌شود. هر چه احساس مثبت بیشتر باشد آب زیباتر و هماهنگ‌تر می‌شود. وقتی آب در معرض احساسات منفی مانند تنفر قرار می‌گیرد سطح انرژی آن کاهش می‌یابد و در نتیجه، تغییراتی اتفاق می‌افتد که روی ساختار آب نیز تأثیر منفی می‌گذارد.

آیا می‌توانید تأثیر عشق و سپاسگزاری را در بدنتان تصور کنید و این که عشق و سپاسگزاری در ایجاد سلامتی چه نقشی دارد؟ وقتی احساس عشق می‌کنید، عشق شما روی آب ۱۰۰ تریلیون سلول بدن شما اثر می‌گذارد.

چگونه از قدرت عشق برای رسیدن به سلامتی کامل بهره بگیریم؟

«جایی که بیشترین عشق وجود داشته باشد، همیشه معجزه‌های در

کار است»

میلا کاتر (۱۸۷۳-۱۹۴۷)

رمان‌نویس، برنده‌ی جایزه‌ی پلیترز

برای به دست آوردن سلامتی باید عشق بدهید. وقتی بیمار می‌شوید احساس خوبی درباره‌ی سلامتی داشته باشید، زیرا تنها عشق است که سلامتی کامل را ایجاد می‌کند. نمی‌توانید احساس بد درباره‌ی بیماری بدهید و سلامتی دریافت کنید. اگر از یک بیماری می‌ترسید، احساس بد می‌دهید. این گونه هرگز بیماری نمی‌تواند از بین برود. وقتی درباره‌ی آنچه می‌خواهید اندیشه و احساس می‌دهید سلول‌های بدن شما نیروی کامل سلامتی را دریافت می‌کنند. وقتی فکر و احساس منفی بدهید، سلامتی شما کاهش می‌یابد.

سپاسگزاری یک فریب‌دهنده‌ی بزرگ است؛ بنابراین، همه روزه از سلامتی خود تشکر کنید. تمام پول جهان نمی‌تواند سلامتی را بخرد، زیرا این هدیه‌ای از سوی زندگی است، پس بیش از هر چیز سپاسگزار سلامت خود باشید. این بهترین بیمه‌ای است که برای سلامتی خود می‌توانید در نظر می‌گیرید. به جای این‌که اشکالی برای بدن خود پیدا کنید، از آن سپاسگزاری کنید.

هرگاه درباره‌ی بدن خود به چیزی فکر می‌کنید که آن را دوست ندارید، به خاطر داشته باشید که آب بدن شما احساس شما را می‌گیرد. به جای آن با تمام وجود تشکر کنید و آنچه را که دوست ندارید فراموش کنید.

«عشق، عشق را به سمت خود جلب می‌کند.»

سن‌قرزا (۱۵۸۲-۱۵۱۵)

نویسنده و راهب

قبل از این‌که غذا بخورید یا آب بنوشید، ببینید چه چیزی را می‌خواهید بخورید و بنوشید. مراقب باشید که وقتی سر میز غذا می‌نشینید حرف‌هایتان مثبت باشند.

ارج گذاشتن بر غذا تولید عشق و سپاسگزاری برای غذا می‌کند. وقتی برای غذا ارزش قایل می‌شوید، ساختار آب در غذا را تغییر می‌دهید؛ بنابراین، تأثیر آن بر بدن تغییر می‌کند.

وقتی به چشم‌پزشک مراجعه می‌کنید تا دید چشمتان را اندازه بگیرد، وقتی فشارتان را اندازه می‌گیرد، یا بدن‌تان را معاینه می‌کند و نتایج آزمایش خود را می‌گیرید، بهتر است که احساس خوبی داشته باشید. براساس قانون جذب نتیجه‌ی آزمایش باید با فرکانسی که در آن قرار دارید همخوانی داشته باشد. اگر

نتایج خوب می‌خواهید باید در فرکانس مناسب قرار داشته باشید.

«احتمالات و معجزات معنای واحدی دارند»

پرنیتیس مالفورد (۱۸۹۱-۱۸۳۴)

نویسنده

تصور کنید از سلامتی مورد علاقه‌تان برخوردارید. اگر می‌خواهید دید چشمتان را اندازه بگیرید، فرض را بر این بگذارید که از دید عالی‌ای برخوردارید. اگر می‌خواهید شنوایی‌تان را اندازه بگیرید، فرض را بر این بگذارید که قدرت شنوایی عالی‌ای دارید. به وزن مناسب خود بیندیشید. به خاطر آنچه دارید سپاسگزار باشید.

وقتی به زنی جوان با سلامت ظاهری جسمانی گفته شد که از یک بیماری قلبی کمیاب رنج می‌برد، بسیار مشوش شد. ناگهان احساسی از ضعف و بیماری به او دست داد. احساس می‌کرد که آینده‌اش را از دست داده است. می‌ترسید در اثر این بیماری بمیرد و دو فرزند کم‌سنش را تنها بگذارد، اما در این رهگذر تصمیم گرفت هر کاری را که می‌تواند برای رسیدن به سلامتی انجام دهد. او تصمیم گرفت به بیماری قلبی‌اش فکر نکند. هر روز دست راستش را روی قلبش می‌گرفت و تصور می‌کرد که قلبی سالم دارد. هر روز صبح وقتی از خواب

بیدار می‌شد از سلامتی قلب خود سپاسگزاری می‌کرد. بعد تصور می‌کرد که متخصص قلب و عروق به او می‌گوید که درمان شده است. او به مدت چهار ماه این کار را انجام داد و بعد متخصص قلب و عروق به او اعلام کرد که سلامتی خود را به طور کامل بازیافته است.

این زن زندگی خود را مدیون قانون جذب بود و به قلبی سالم رسید. از بیماری نهراسید و از آن متنفر نشوید، زیرا این به کار شما انرژی منفی می‌دهد.

«ذهنتان را تا حدی که می‌توانید از بیماری دور نگه‌دارید. به

جای آن به قدرت و توانمندی فکر کنید.»

پرنتیس مالفورد (۱۸۹۱-۱۸۳۴)

نویسنده

هر لحظه‌ای که برای سلامتی خود عشق بدهید، نیروی عشق حالت‌های منفی را در بدن شما از بین می‌برد. اگر می‌بینید برایتان دشوار است که درباره‌ی سلامتی خود احساس خوبی داشته باشید، کفایت به آنچه از آن خوشتان می‌آید احساس عشق بدهید و این‌گونه می‌توانید به احساس خوب برسید.

تا آن‌جا که می‌توانید به دنیای بیرون خود احساس عشق کنید. فیلم‌های خنده‌دار تماشا کنید و به احساس خوب برسید. از دیدن فیلم‌هایی که شما را

اندوهگین می‌کند یا به شما تنش می‌دهد خودداری ورزید. به موسیقی که به شما حال خوب می‌دهد گوش دهید. از اشخاص بخواهید برایتان لطفه‌هایی تعریف کنند که شما را به خنده بیندازد، شما می‌دانید از چه چیزی خوشتان می‌آید. شما خودتان را بیشتر تر می‌شناسید. می‌دانید چه چیزهایی شما را خوشحال می‌کند. از این رو، به کمک آن‌ها سعی کنید تا حد امکان شاد و خوشحال شوید. فراموش نکنید که باید در ۵۱ درصد مواقع خوشحال باشید تا کفه‌ی ترازو به سود شما کار کند.

زیبایی از عشق نشئت می‌گیرد

«وقتی عشق در شما رشد می‌کند، زیبایی هم در شما رشد می‌کند،

زیرا عشق، زیبایی روح و روان است.»

سن آگوستین هیپو (۴۳۰-۳۵۴)

روحانی مسیحی

همه‌ی زیبایی‌ها ناشی از نیروی عشق است. زیبایی نامحدودی از طریق عشق به روی شما گشوده شده است، اما واقعیت این است که شما و کثیری از مردم بیش از آن‌که از بدنتان تشکر کنید از آن انتقاد می‌کنید. با نگاه کردن به تقصیرهایتان به زیبایی نمی‌رسید. با نگاه کردن به تقصیرهایتان ناخشنودی

بیش‌تری برای خود تدارک می‌بینید.

زیبایی نامحدودی هر لحظه به رویتان فرو ریخته می‌شود. هر چه شادتر باشید، زیباتر خواهید بود. چروک‌ها رهایتان می‌کنند، پوستتان محکم‌تر می‌شود و درخشش پیدا می‌کند. موهای‌تان پرپشت‌تر می‌شود، چشمانتان برق می‌زند و رنگ بهتری پیدا می‌کنند و بیش از هر چیز متوجه می‌شوید که زیبایی از عشق نشئت می‌گیرد. هر جایی که می‌روید مردم به شما جذب می‌شوند.

شما به اندازه‌ی احساساتان پیر هستید

گاه در جاهایی می‌خوانیم که زمانی مردم صدها سال عمر می‌کردند. می‌گویند بعضی‌ها هشتصد سال عمر می‌کردند، بعضی دیگر پانصد یا ششصد سال عمر می‌کردند و طول عمر زیاد عمومیت داشت. با این حساب، چه اتفاقی افتاد؟ مردم باورهایشان را تغییر دادند. به جای این که باور کنند می‌توانند چند صد سال عمر کنند، باورهایشان را به تدریج تغییر دادند و انتظار طول عمر در آن‌ها کاهش یافت.

ما این باورها را به ارث برده‌ایم و طول عمر کم‌تری را انتظار می‌کشیم. از روزی که متولد می‌شویم به این فکر می‌کنیم که چه مدتی می‌توانیم عمر کنیم و براساس فکر محدود خود از همان آغاز سن شخصی را برای خود در نظر می‌گیریم و بدن‌هایمان براساس این باور عمر می‌کنند.

«تاکنون در بیولوژی به نکته‌ای بر نخورده‌ایم که به گریزناپذیری مرگ اشاره داشته باشد. این نشان می‌دهد که مرگ هنوز امر اجتناب‌ناپذیری نیست. بیولوژیست‌ها تنها به زمان احتیاج دارند که بفهمند این چیست که تولید اشکال می‌کند و مرگ را امری ناچار می‌سازد.»

ریچارد فریمن (۱۹۸۸-۱۹۱۸)

فیزیکی‌دان برنده‌ی جایزه‌ی نوبل

اگر می‌توانید سقفی برای طول عمر خود تعیین نکنید. تنها چیزی که لازم است این است که مردم از یک نفر محدودیت طول عمر مورد انتظار را بکشند تا روند طول عمر مورد انتظار برای بشریت تغییر کند.

وقتی باور داشته باشید و احساس کنید که زوال امری ناگزیر است این امر برایتان اتفاق خواهد افتاد. احساس جوانی کنید و سن و سالتان را فراموش کنید. احساس مسن بودن باوری است که شما به بدنتان می‌دهید می‌توانید این فرمان را تغییر دهید.

چگونه باورهای خود را تغییر می‌دهید؟ با دادن عشق. باورهای منفی مانند باور داشتن به محدودیت‌ها، سالخورده بودن، بیمار بودن، این‌ها از عشق نشئت نمی‌گیرند.

«نبود عشق است که همیشه احساس سزدار بودن را صورت

خارجی می‌دهد.»

ژوسیا گیلبرت هلند (۱۸۸۱-۱۸۱۹)

نویسنده

عشق واقعیت است

وقتی کودک بودید انعطاف داشتید، زیرا این همه درباره‌ی زندگی، بد نمی‌اندیشیدید. وقتی بزرگ‌تر شدید به منفی‌های زندگی بیش‌تر توجه کردید و این‌گونه از انعطاف کم‌تری برخوردار شدید.

این زندگی شگفت‌انگیزی نیست. این یک زندگی محدود است.

هر چه بیش‌تر عشق بورزید، عشق شما، منفی‌های بدنتان را ذوب می‌کند. می‌توانید احساس کنید که عشق آنچه را که منفی است در شما از بین می‌برد. احساس سبکی می‌کنید. احساس می‌کنید که آسیب‌ناپذیرید. احساس می‌کنید بر بام دنیا قرار گرفته‌اید.

وقتی عشق بیش‌تری می‌دهید، متوجه می‌شوید اتفاقاتی در زندگی شما بروز می‌کند. غذا طعم بهتری پیدا می‌کند. رنگ‌ها روشن‌تر می‌شوند، صداها شفاف‌تر به نظر می‌رسند. احساس می‌کنید به انعطاف بیش‌تری رسیده‌اید. وقتی عشق می‌دهید و معجزات عشق را در بدن خود احساس می‌کنید، به این نتیجه می‌رسید

که عشق منبع سلامتی شماست.

عشق در پس هر معجزه‌ای وجود دارد

همه‌ی معجزات نیروی عشق هستند. معجزه وقتی شکل می‌گیرد که از منفی‌گرایی فاصله می‌گیرید و فقط روی عشق متمرکز می‌شوید. حتی اگر در تمام مدت عمرتان منفی بوده‌اید باز هم دیر نشده است.

بدین آن مردی است که خودش را این‌گونه توصیف می‌کند. وقتی مرد از همسرش شنید که انتظار سومین فرزندش را می‌کشد، آن مرد به این فکر کرد که تولد فرزند جدید تا چه اندازه زندگی آن‌ها را مختل می‌کند، اما آنچه مرد به آن توجه نداشت این بود که برداشت بدبینانه چه آسیبی به زندگی او می‌زند.

اما در همین زمان زنش مجبور شد که به خاطر زایمان زودرس به بیمارستان منتقل شود. سه متخصص زایمان گفتند که کودک در هفته بیست و سوم شانس برای زنده ماندن ندارد. مرد به زانو درآمد، او هرگز انتظار نداشت که فرزندش زنده به دنیا نیاید.

بعد از سزارین پدر را برای دیدن فرزندش بردند. او کوچک‌ترین نوزادی بود که به عمرش دیده بود. فرزندش ۱۰ اینچ بلندای قامت و ۱۲ اونس وزن داشت. گروه پزشکان سعی کردند به نوزاد تنفس مصنوعی بدهند، اما ضربان قلب او حرکتی نزولی داشت. پدرش فریاد کشید: «خواهش می‌کنم» و در این لحظه

کودک او جانی گرفت و قلبش شروع به کار کرد.

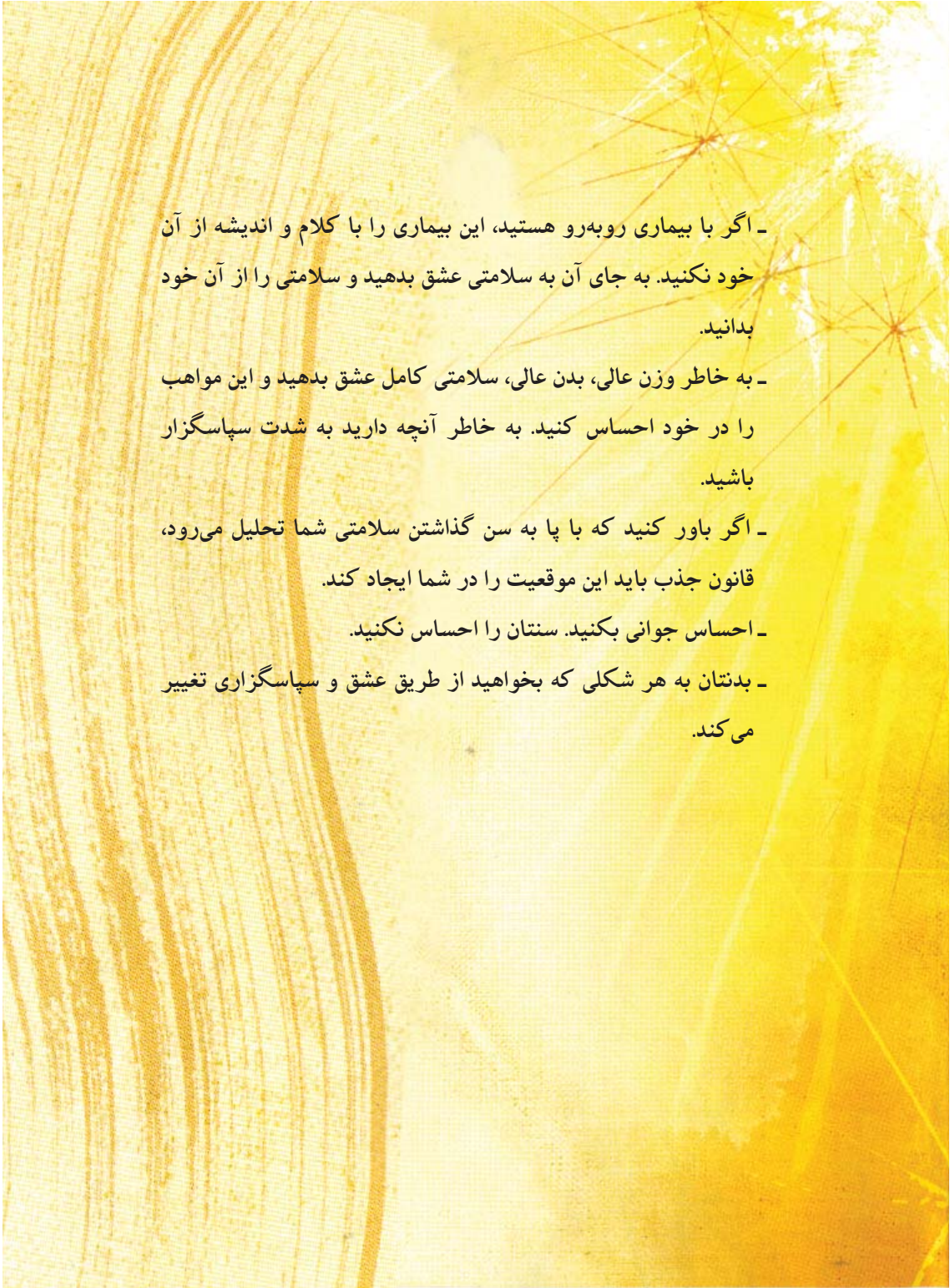
روزها سپری شدند، همه‌ی پزشکان معتقد بودند که این نوزاد جان سالم به در نمی‌برد، اما پدر این کودک که در تمام مدت عمرش بدبین بود شروع کرد به تصور کردن آنچه می‌خواهد. او هر شب وقتی به رختخواب می‌رفت، فرزندش را در حاله‌ای از نور می‌دید. وقتی صبح از خواب بیدار می‌شد خدا را شکر می‌کرد که فرزندش آن شب را زنده مانده است.

هر روز پسرش قوی‌تر می‌شد. این مرد بر بسیاری از موانعی که او را احاطه کرده بود، غلبه کرد. بعد از چهار ماه که پسر این مرد در نخستین مراقبت‌های ویژه به سر برد، توانست به خانه بیاید.
عشق در پس هر معجزه‌ای قرار دارد.

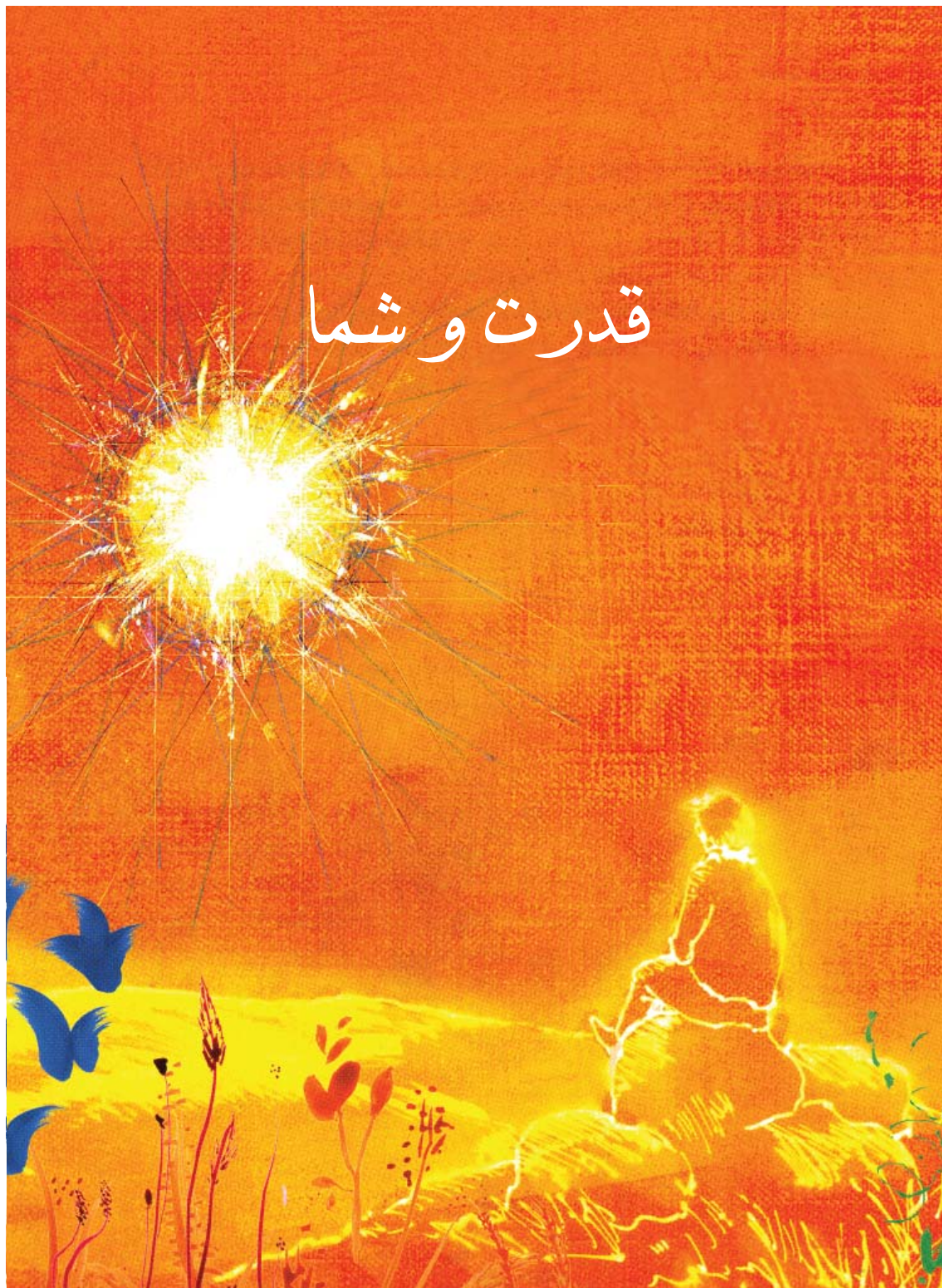


نکات قدرت

- آنچه به طور مداوم با باور و احساس قوی به بدنتان می‌دهید آن را در بدنتان دریافت می‌کنید. هر احساسی که دارید سلول‌ها و اندام‌های شما را در تمام بدنتان اشباع می‌کند.
- شما حکمران یک قلمرو هستید و سلول‌های شما وفادارترین افراد شما هستند که بدون کم‌ترین سؤال و تردید به شما خدمت می‌کنند؛ بنابراین، آنچه را فکر و احساس کنید قانون قلمرو شما می‌شود؛ قانون بدن شما.
- وقتی به خاطر آنچه نمی‌خواهید فکر و احساس منفی می‌دهید، نیروی سلامتی‌بخش در سلول‌های شما کاهش می‌یابد. وقتی به خاطر چیزی احساس عشق می‌کنید - یک روز آفتابی، خانه‌ای جدید، دوست یا ترفیع درجه - بدن شما نیروی سلامتی دریافت می‌کند.
- سپاسگزاری عامل افزایش بزرگی است. از این رو، هر روز به خاطر سلامتی بدنتان شکرگزاری کنید.
- با تمام وجود به خاطر آنچه درباره‌ی بدنتان دوست دارید شکرگزاری کنید. آنچه را دوست ندارید نادیده بگیرید.
- برای افزایش سلامتی خود بیش از ۵۰ درصد مواقع شکرگزار باشید.
- ۵۱ درصد نقطه‌ی شروع سلامتی و غلبه بر بیماری است.

- 
- اگر با بیماری روبه‌رو هستید، این بیماری را با کلام و اندیشه از آن خود نکنید. به جای آن به سلامتی عشق بدهید و سلامتی را از آن خود بدانید.
 - به خاطر وزن عالی، بدن عالی، سلامتی کامل عشق بدهید و این مواهب را در خود احساس کنید. به خاطر آنچه دارید به شدت سپاسگزار باشید.
 - اگر باور کنید که با پا به سن گذاشتن سلامتی شما تحلیل می‌رود، قانون جذب باید این موقعیت را در شما ایجاد کند.
 - احساس جوانی بکنید. سنتان را احساس نکنید.
 - بدنتان به هر شکلی که بخواهید از طریق عشق و سپاسگزاری تغییر می‌کند.

قدرت و شما



« قدرت رسیدن به خوشبختی و رسیدن به جنبه‌های مثبت زندگی،
در ما وجود دارد. قدرت در اختیار شماست، و این قدرت نامحدود
است. »

روبرت کولیر (۱۹۵۰-۱۸۸۵)

نویسنده

همه چیز فرکانسی دارد. هر کلمه‌ای فرکانسی دارد. صدا، رنگ، درخت، هر
حیوان، گیاه، ماده معدنی و هر شی فرکانسی دارد. هر نوع غذا و هر نوع مایع
فرکانسی دارد. هر مکان، شهر و کشور فرکانسی دارد. عناصر هوا، آتش، خاک
و آب همه فرکانس‌های خود را دارند. سلامتی، بیماری، پول فراوان، نبود پول،
موفقیت و شکست فرکانس دارند. حادثه، موقعیت و هر وضعیتی فرکانسی
دارد. حتی نام شما فرکانس دارد. اما نام حقیقی فرکانس شما آن احساسی است
که دارید. آنچه را احساس کنید و بخواهید در فرکانس شما قرار می‌گیرد و به



وجود شما راه می‌یابد.

وقتی احساس شادی می‌کنید اوضاع و وقایع شاد به زندگی شما راه پیدا می‌کنند. اگر مضطرب باشید و احساس اضطراب بکنید، اضطراب بیشتری به شما راه پیدا می‌کند. این را وقتی عجله داشتید و دیرتان شده است به خوبی احساس کرده‌اید. عجله کردن یک احساس منفی است و واضح است که، وقتی عجله می‌کنید و می‌ترسید دیر برسید، همه‌ی تأخیرات و موانع پیش روی شما قرار می‌گیرد. این قانون جذب است که در زندگی شما عمل می‌کند.

آیا متوجه هستید قبل از این که کار روزانه‌تان را شروع کنید داشتن احساس خوب تا چه اندازه عالیست؟ اگر احساس خوب نداشته باشید نمی‌توانید در ساعات روز جنبه‌های خوب را نصیب خود کنید. وقتی چیزهای منفی از راه می‌رسند، تغییر دادن آن به تلاش بسیاری نیاز دارد، زیرا وقتی منفی‌ها پیش روی شما قرار می‌گیرند آن‌ها را باور می‌کنید. چه بهتر که احساس خوب داشته باشید. می‌توانید با تغییر دادن احساس خود همه‌ی ابعاد زندگی‌تان را تغییر دهید، اما آیا بهتر نیست کاری کنید که از همان آغاز خوب‌های بیشتری به سراغتان بیایند؟

فیلم زندگی خود را تماشا کنید

زندگی جادو است. آنچه در یک روز از زندگی شما اتفاق می‌افتد جادویی‌تر

قدرت و شما ۲۲۵

از هر فیلم خیالی است که بتوانید تماشا کنید، اما باید حوادث را با تمرکز فراوان تماشا کنید، انگار که دارید یک فیلم سینمایی را تماشا می‌کنید. اگر در حال تماشای فیلم، حواستان پرت شد، اگر تلفن زنگ زد یا به خواب رفتید، آنچه را که اتفاق می‌افتد تماشا نمی‌کنید. تماشای فیلم زندگی هم، به همین شکل است. اگر در خواب راه بروید، اگر هشیار و گوش به زنگ نباشید پیام‌های افرادی را که با شما حرف می‌زنند و شما را راهنمایی می‌کنند درک نمی‌کنید.

زندگی به شما واکنش نشان می‌دهد. زندگی با شما در ارتباط است. حادثه و اتفاقی در کار نیست. هر چیزی فرکانسی دارد و وقتی رویدادی به زندگی‌تان قدم می‌گذارد معنایش این است که با شما در فرکانس مشابهی قرار دارد. هر چه را که می‌بینید - هر علامت، رنگ، شخص، شی - آنچه را که می‌شنوید و هر موقعیتی که با آن مواجه می‌شوید فرکانس خودش را دارد.

«به قدری حقایق برجسته‌اند که به نظر می‌رسد خالق جهان هستی

این دنیا را با الکتریسیته طراحی کرده است»

نیکول تسلا (۱۸۵۶-۱۹۴۳)

مخترع

می‌دانید که وقتی رانندگی می‌کنید و چشمتان به اتومبیل پلیس می‌افتد، بنا به

دلیلی وقتی شما اتومبیل پلیس را دیدید ناگهان هشیارتر می‌شوید و به احتمال زیاد، چیزی در درون شما به شما می‌گوید «هشیارتر باش». دیدن اتومبیل پلیس حتی ممکن است معنای بیش‌تری برای شما داشته باشد، اما باید سؤالی بکنید: «این به من چه می‌گوید؟» تا جوابی دریافت کنید. پلیس نماینده نظم و قانون است؛ بنابراین، اتومبیل پلیس ممکن است به شما بگوید که چیزی در زندگی‌تان براساس نظم و اصول‌اش نیست. ممکن است به شما بگوید از کسی به خاطر چیزی تشکر نکرده‌اید.

وقتی صدای آژیر آمبولانس را می‌شنوی، این صدا به شما چه می‌گوید؟ آیا می‌گوید به خاطر سلامتی‌ات سپاسگزار باش؟ آیا به شما یادآوری می‌کند که عشق بدهید و به خاطر سلامتی‌تان در زندگی‌تان تشکر کنید؟ وقتی می‌بینید یک ماشین آتش‌نشانی به سرعت با چراغ‌های روشن از کنار شما عبور می‌کند و آژیر می‌کشد، این به شما چه می‌گوید؟ آیا می‌گوید جایی در زندگی شما آتش گرفته و لازم است که این آتش را خاموش کنید؟ آیا به شما می‌گوید شعله‌های عشق را در خود روشن کن؟ باید هشیار باشید و معانی اتفاقاتی را که می‌افتد درک کنید.

شما پیوسته پیام و بازخورد آن را دریافت می‌کنید. در تمام مدت زندگی‌تان این پیام‌ها را دریافت کرده‌اید. هرگاه مطلبی می‌شنوم، حتی وقتی این کلمات از سوی غریبه‌هایی باشند که نزدیک من ایستاده‌اند و با هم حرف می‌زنند، اگر

قدرت و شما ۲۲۷

بتوانم کلماتشان را بشنوم، حرف‌هایشان می‌تواند در زندگی من معنایی داشته باشد. کلماتشان برای من پیام می‌فرستد. اگر با تابلویی مواجه شوم که روی آن مطلبی نوشته شده است، این کلمات برای من معنا و مفهوم دارند، زیرا در فرکانس مشابهی قرار دارند. اگر من در فرکانسی متفاوت قرار می‌داشتم متوجه تابلو نمی‌شدم یا متوجه گفتگو نمی‌شدم.

هر چیزی که زندگی مرا احاطه کرده است، با من حرف می‌زند، مرتب به من پیام و بازخورد می‌دهد. اگر متوجه شدم اطرافیان من به اندازه‌ی گذشته‌ها تبسم بر لبان خود ندارند می‌فهمم که فرکانس احساسی من کاهش یافته است. بلافاصله به یاد چیزهایی که دوست دارم می‌افتم تا به شادی بیش‌تری برسیم.

«لازم است همان تغییری باشیم که آرزو داریم آن تغییر را در

جهان ببینیم.»

مهاتما گاندی (۱۸۶۹-۱۹۴۸)

رهبر سیاسی هند

نماد راز شما

شما می‌توانید با دیدن نشانه‌های فیزیکی نیروی عشق، با قانون جذب بازی کنید. به چیزی که دوست دارید فکر کنید و آن را نماد نیروی عشق بدانید. هر

گاه نماد خود را می‌بینید یا آن را می‌شنوید، متوجه می‌شوید که نیروی عشق با شماسست. من نورهای روشن و شفاف را نماد خود می‌دانم، از این رو، اگر آفتاب چشمانم را بزند یا اگر تصویر چیزی را در چشمانم منعکس کند، می‌دانم که این نیروی عشق است که به سراغ من آمده است. وقتی لبریز از عشق و شادی هستم نور همه چیز واقع در پیرامون مرا منعکس می‌کند. خواهرم رنگین کمان را نماد خود می‌داند. او هرگاه لبریز از عشق می‌شود رنگین کمانی را پیدا می‌کند. شما می‌توانید از ستاره‌ها، طلا، نقره یا رنگ‌های مختلف، حیوانات، پرندگان، درختان، گل‌ها، به منزله‌ی نماد خود استفاده کنید. دقت کنید هر چه را انتخاب می‌کنید آن را دوست بدارید و تحسینش کنید.

اگر بخواهید می‌توانید از یک نماد به منزله‌ی عاملی هشداردهنده استفاده کنید که به نمایندگی از طرف عشق با شما سخن می‌گوید. به شما می‌گوید که توجه داشته باشید.

«وقتی به منظومه‌ی خورشیدی نگاه می‌کنم، زمین را در سمت

راست خورشید می‌بینم که مقدار مناسبی از نور و گرمای آن را

جذب می‌کند. این پدیده اتفاق نیست.»

اسحاق نیوتون (۱۷۲۷-۱۶۴۳)

ریاضی‌دان و فیزیکدان

زندگی، جادویی است

من و عشق در یک رابطه‌ی جادویی به سر می‌بریم. می‌خواهم این نکته را با شما در میان بگذارم که چگونه هر روز با این علم و آگاهی زندگی می‌کنم. وقتی صبح از خواب بیدار می‌شوم، از این که من و بستگان و اطرافیانم همگی زنده هستیم، سپاسگزاری می‌کنم. روزی ۱۵ دقیقه صبح‌ها عشق را درک می‌کنم و آن را به جهان می‌فرستم.

روزم را تصور می‌کنم. از این که روز خوبی دارم احساس عشق می‌کنم، به خاطر آنچه در زندگی‌ام به خوبی برگزار می‌شود احساس عشق می‌کنم و نیروی عشق را جلوتر از هر کاری که می‌کنم قرار می‌دهم. من عشق را در هر کاری که می‌کنم در خودم احساس می‌کنم.

وقتی صبح لباس می‌پوشم به خاطر لباس‌هایم سپاسگزاری می‌کنم. از خودم می‌پرسم «بهترین لباسی که امروز می‌توانم بپوشم کدام است؟» چند سال قبل تصمیم گرفتم با قانون جذب در قفسه‌ی لباس‌هایم بازی کنم. به جای این که فکر کنم آیا دامنم با بلوزم به هم می‌خورند تصمیم گرفتم این کار را به عهده‌ی عشق بگذارم. از این رو، تنها کاری که کردم این بود که تصور کنم اگر هر لباسی را که می‌پوشم مناسب باشد چه احساسی پیدا می‌کنم. حالا وقتی لباس‌هایم را می‌پوشم همه با هم جور در می‌آیند.

وقتی در خیابان راه می‌روم و اشخاص از کنارم عبور می‌کنند متوجه آن‌ها

می‌شوم. تا می‌توانم به این مردم عشق می‌دهم. به چهره‌ی هر کدامشان نگاه می‌کنم، عشق را در درونم احساس می‌کنم. تصور می‌کنم که آن‌ها این عشق را دریافت می‌کنند. می‌دانم که نیروی عشق منبع فراوانی پول، روابط رضایت‌بخش و سلامتی فراوان است. از این رو، به دیگران عشق می‌دهم، زیرا می‌دانم با انجام‌دادن این کار، آنچه را آن‌ها نیاز دارند به آن‌ها می‌دهم.

وقتی کسی را می‌بینم که نیاز ویژه‌ای دارد. برای مثال کسی که نمی‌تواند چیزی را که می‌خواهد بخرد، به او اندیشه‌ی فکر کردن به فراوانی پول می‌دهم. اگر کسی ناراحت است برایش خوشحالی را می‌فرستم. اگر در حال خرید از فروشگاه باشم یا در خیابان راه بروم یا در حال رانندگی باشم، هر گاه در میان مردم هستم همه‌ی سعی‌ام را می‌کنم که تا حد امکان به آن‌ها عشق بدهم - این را هم می‌دانم که وقتی کسی را که به چیزی نیاز دارد، می‌بینم، به یاد می‌افتد که به خاطر آنچه در زندگی دارم باید خوشحال و سپاسگزار باشم.

وقتی در هواپیما نشسته‌ام، به همه عشق می‌فرستم، وقتی در رستوران هستم برای اشخاص و غذاها عشق می‌فرستم، در برخورد با سازمان‌ها و شرکت‌ها یا وقتی در فروشگاه‌ها خرید می‌کنم به همه‌ی آن‌ها عشق می‌دهم.

وقتی سوار اتومبیل می‌شوم تا به جایی بروم، تصور می‌کنم خوشحال و شادمان به خانه برمی‌گردم و به خاطر این شادی سپاسگزار هستم. وقتی می‌خواهم رانندگی کنم از خودم می‌پرسم «بهترین مسیری که می‌توانم انتخاب کنم کدامست؟» بعد

قدرت و شما ۲۳۱

می‌پرسم «دیگر چه نیازی دارم؟»، «آیا همه چیز را دارم؟» همیشه جواب‌هایم را دریافت می‌کنم.

«یقیناً، دانش در حکم قفل است و کلید آن سؤال کردن است.»

امام جعفر صادق (ع) (۷۶۵-۷۰۲)

امام شیعیان

هر روز صدها سؤال می‌کنم. می‌پرسم «امروز چه می‌کنم؟»، «در این موقعیت چه باید بکنم؟»، «بهترین تصمیم کدام است؟»، «راه‌حل این مسئله چیست؟»، «کدام گزینه برای من از همه بهتر است؟»، «چگونه می‌توانم احساساتم را بهتر کنم؟»، «امروز در کجا باید عشق بدهم؟» و «چه می‌توانم بینم که به خاطرش سپاسگزار باشم؟»

وقتی سؤالی می‌کنید، سؤالی می‌دهید و باید جوابی دریافت کنید، اما برای شنیدن جوابتان باید گوش به زنگ باشید. ممکن است با خواندن مطلبی جوابتان را پیدا کنید. ممکن است جواب را جایی بشنوید یا در خواب ببینید. گاه ناگهان جواب سؤال برایتان روشن می‌شود، اما بدانید که همیشه جواب را دریافت می‌کنید.

اگر قبلاً کلیدم را در جایی گذاشته باشم می‌پرسم «کلیدهایم کجا هستند؟»



من همیشه جواب را دریافت می‌کنم، اما موضوع به این جا ختم نمی‌شود. وقتی کلیدهایم را پیدا می‌کنم از خود می‌پرسم: «این به من چه می‌گوید؟» به عبارت دیگر چرا کلیدهایم را گم کردم، زیرا برای هر کاری دلیلی وجود دارد. تصادف در کار نیست. گاه جواب می‌گیرم: «از سرعت خود کم کن، عجله داری». گاه جواب این است: «کیف پولت در ساک دستی تو نیست» بعد در اتاق دنبال کلیدهایم می‌گردم و کلید و کیف پولم را پیدا می‌کنم. گاه بلافاصله جواب را دریافت نمی‌کنم، اما وقتی دارم از اتاق بیرون می‌روم تلفن زنگ می‌زند و متوجه می‌شوم که قرار ملاقاتم با کسی لغو شده است.

در ازای آنچه دریافت می‌کنم تا جایی که می‌توانم به دنیا عشق می‌دهم. من



قدرت و شما ۲۳۳

سپاسگزار همه چیز هستم. وقتی عشق می‌دهم احساس می‌کنم عشق در من لبریز می‌شود. چنان از عشق و شادی لبریز می‌شوم که نفسم گرفته می‌شود. حتی وقتی سعی می‌کنید به خاطر همه‌ی چیزهایی که دریافت کرده‌اید عشق بدهید نیروی عشق، آن عشق را چند برابر می‌کند. وقتی احساس کردید یکبار چنین حادثه‌ای در زندگی شما بروز کرده است، دیگر هرگز آن شخص قبلی نخواهید بود.

عشق برای شما هر کاری می‌کند

می‌توانید از نیروی عشق کمک بگیرید. می‌توانید از نیروی عشق بخواهید آنچه را کم دارید به شما بدهد. می‌توانید از نیروی عشق به منزله‌ی یک زنگ هشداردهنده استفاده کنید. نیروی عشق کمک و یاور شخصی شما خواهد بود، مدیر امور مالی، مربی سلامتی جسمانی و مشاور روابط شما خواهد بود، اما این کارها را در صورتی برای شما می‌کند که از طریق عشق با او متحد شوید و از او سپاسگزاری کنید.

«وقتی ایمانتان تقویت شود متوجه می‌شوید که دیگر نیازی به

مهار کردن خود ندارید. موقعیت‌ها آن‌طور که باید جاری و

ساری می‌شوند، شما هم با آن‌ها جاری می‌شوید.»

وین گات پین (۱۹۸۷-۱۹۱۵)

نویسنده و عکاس

نیروها را با بزرگ‌ترین نیروی موجود در جهان متحد کنید تا هر کاری را که می‌خواهید نیروی عشق برای شما انجام دهد، تصور کنید این کار انجام شده است. احساس کنید با سپاسگزاری و عشق مطلق این کار را کرده‌اید، این‌گونه آن را دریافت می‌کنید.

از تصور خود استفاده کنید و به همه‌ی کارهایی فکر کنید که نیروی عشق می‌تواند برای شما انجام دهد. نیروی عشق، فراست زندگی و عالم هستی است. اگر بتوانید فراستی را تصور کنید که می‌تواند یک گل یا یک سلول را در بدن آدمی خلق کند، متوجه می‌شوید هیچ سؤالی نیست که بکنید و بی‌جواب بماند. عشق برای شما هر کاری را می‌کند، اما باید با آن متحد شوید و از طریق عشق قدرت آن را در زندگی‌تان احساس کنید.

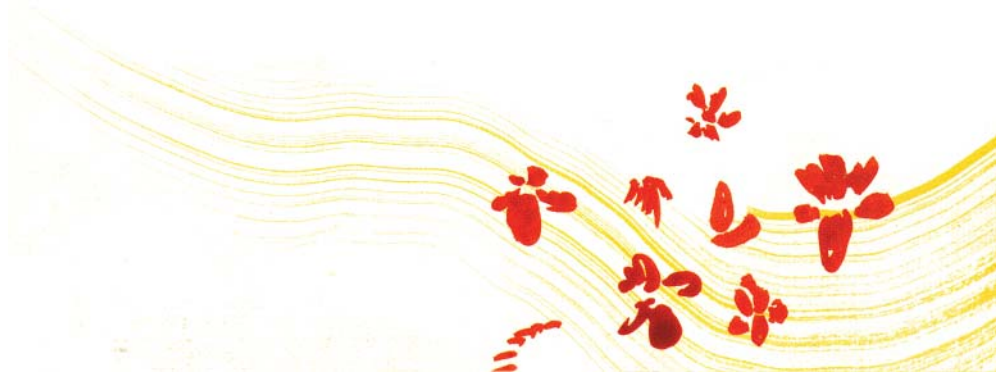
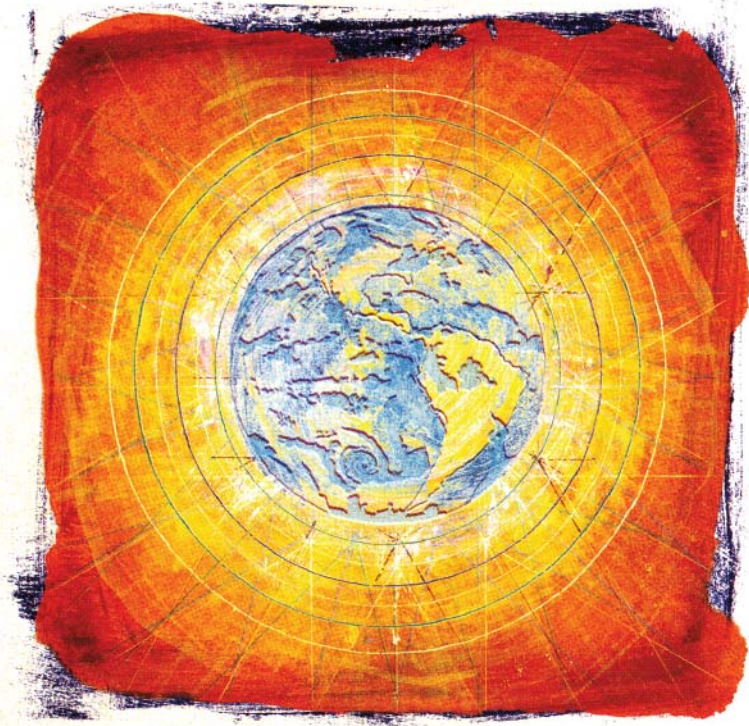
به زندگی معنا دهید

شما به هر چیز در زندگی معنا می‌دهید. هیچ موقعیتی پیشاپیش برچسب خوب یا بد را بر خود ندارد. همه چیز خنثی است. رنگین‌کمان و رعد و برق به خودی خود خوب یا بد نیستند. به جای همه چیز یک رنگین‌کمان و یک رعد و برق هست. مهم این است که شما درباره‌ی آن‌ها چه احساسی دارید. احساس شماست که از آن بد یا خوب می‌سازد.

«هیچ امری خوب یا بد نیست، این فکر شماست که از آن خوب یا بد می‌سازد.»

ویلیام شکسپیر (۱۶۱۶-۱۵۶۴)
نمایشنامه‌نویس انگلیسی

اگر کسی به شخص دیگری آسیب برساند، قانون جذب واکنش نشان می‌دهد. ممکن است از پلیس یا قوانین یا از هر طریق دیگری آنچه را که شما داده‌اید به شما پس بدهد، اما در یک مورد از قانون جذب مطمئن هستیم. ما آنچه را بدهیم پس می‌گیریم. اگر می‌شنوید کسی از شخص دیگری آسیب دیده است برای کسی که آسیب‌دیده دلسوزی کنید، اما درباره‌ی کسی داوری نکنید. اگر درباره‌ی کسی داوری کنید و او را بد ارزیابی کنید، عشق نمی‌دهید و اگر فکر کنید شخص دیگری بد است؛ در واقع، به خودتان برچسب بد بودن زده‌اید. آنچه را بدهید دریافت می‌کنید. وقتی درباره‌ی کسی احساس بدی بدهید، بدون توجه به کاری که کرده است آن احساس بد به سمت شما بازمی‌گردد. با همان نیرویی که آن را فرستاده‌اید با همان نیرو به سراغ شما می‌آید و در نتیجه، در زندگی شما شرایط منفی ایجاد می‌کنند. عذر و بهانه‌ای برای نیروی عشق وجود ندارد.



قدرت و شما ۲۳۷

«زندگی‌ای که به زندگی‌های دیگر عشق می‌رساند، غنی و سرشار از عشق است و پیوسته زیبایی خود را افزایش می‌دهد و در شرایط قدرتمندی به سر می‌برد.»

رالف والدو تراین (۱۸۶۶-۱۹۵۸)

نویسنده

عشق برای دنیا معنای قدرت می‌دهد

نیروی عشق مخالفی ندارد. قدرت دیگری در زندگی جز عشق وجود ندارد. نیروی منفی وجود ندارد. در دوران باستان منفی‌بینی و منفی بودن رفتاری شیطانی محسوب می‌شد. وسوسه شدن از جانب شیطان بدین معناست که روحیه منفی را در خود راه دهید. منفی بودن نیرویی ندارد. تنها یک نیرو وجود دارد و آن نیرو عشق است.

تمام چیزهای منفی که در دنیا می‌بینید همیشه نشانه‌ی نبود عشق هستند؛ خواه این منفی‌بینی در شخص باشد یا در مکان، حادثه و شرایط باشد همیشه از نبود عشق نشئت گرفته است. نیروی اندوه وجود ندارد، اندوه نشانه‌ی نبود شادی است. همه‌ی سعادت‌ها و تساوی‌ها از عشق نشئت می‌گیرند نیروی شکست وجود ندارد، شکست، ناشی از موفق نبودن است و همه‌ی موفقیت‌ها از عشق نشئت می‌گیرند. نیروی بیماری وجود خارجی ندارد. بیماری ناشی از سالم نبودن است. نیروی فقر

وجود ندارد، فقر نبود فراوانی است و همه فراوانی‌ها از عشق حاصل می‌شوند. وقتی اشخاص به نقطه‌ای می‌رسند که در مقایسه با منفی‌ها، عشق بیش‌تری می‌دهند، منفی بودن به سرعت تمام می‌شود. هر گاه عشق می‌دهید دنیایی را به سمت مثبت بودن راهنمایی می‌کنید. عشق نیروی مثبت زندگی است. اکنون بیش از هر زمانی نوبت عشق و مثبت دادن است.

«وقتی دلت به درستی سامان یافته باشد زندگی شخصی‌ات پرثمر می‌شود. وقتی زندگی شخصی‌ات پرثمر باشد خانه‌ات نظم پیدا می‌کند. وقتی خانه‌ات نظم پیدا کرد زندگی ملی‌تان نظم می‌یابد؛ وقتی زندگی ملی‌تان نظم پیدا کند، دنیا در آرامش قرار می‌گیرد.»

کنفوسیوس (۴۷۹-۵۵۱ قبل از میلاد)

فیلسوف چینی

شما در دنیا از قدرت فراوان برخوردارید، زیرا عشق فراوانی دارید که می‌توانید آن را به دیگران بدهید.

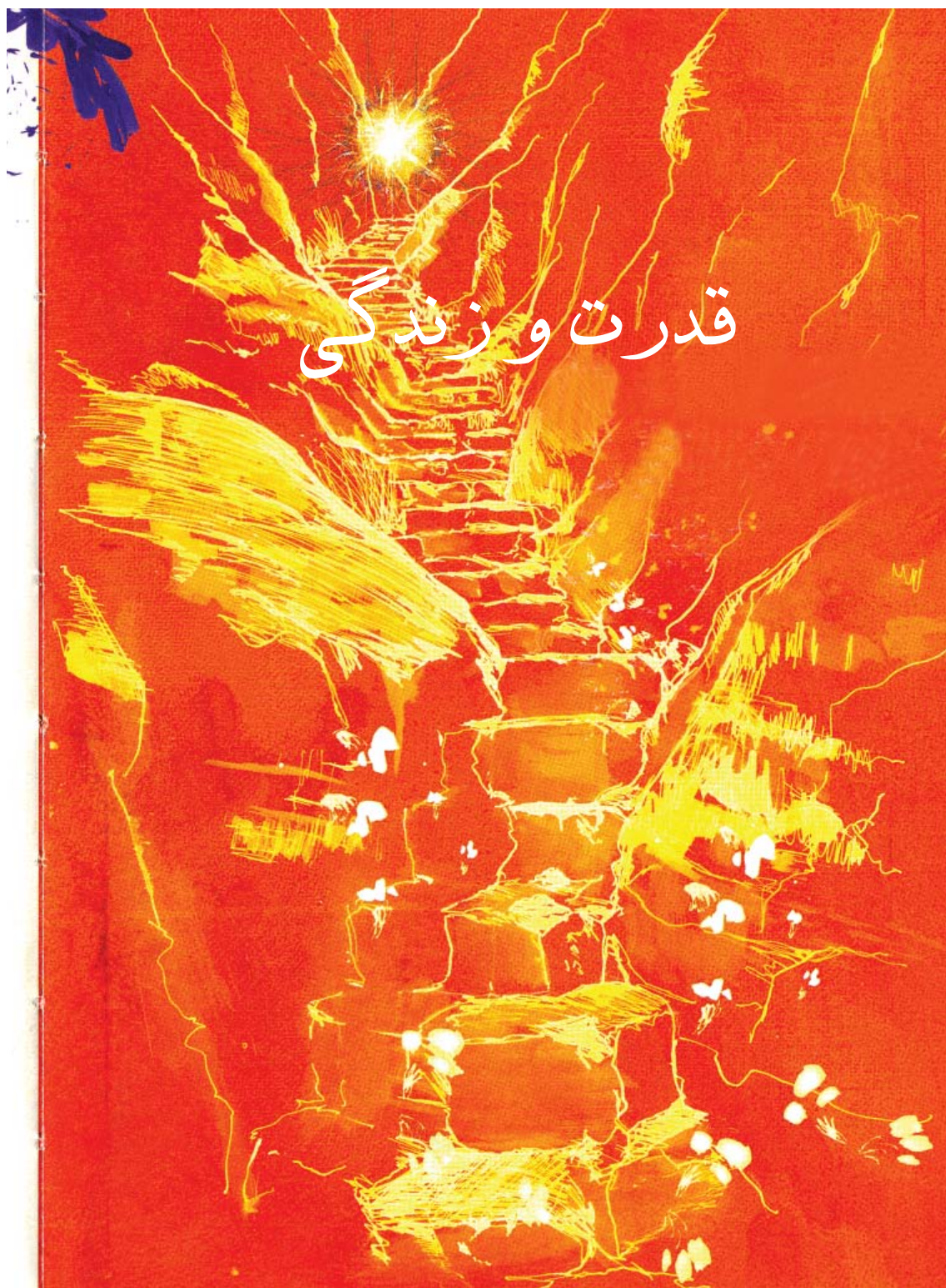
قدرت و شما ۲۳۹

نکات قدرت

- هر چیز فرکانسی دارد. - و تمام چیزهایی که احساس می‌کنید برای زندگی شما نعمتی به ارمغان آورده‌اند از فرکانس مشابهی برخوردار بوده‌اند.
- زندگی به شما واکنش نشان می‌دهد. هر علامت، رنگ، شخص، شی و آنچه را می‌شنوید در فرکانس شما قرار دارند.
- وقتی شادمان هستید و همچنان شادمان باقی می‌مانید، فقط اشخاص و موقعیت‌های شاد می‌توانند به خانه‌ی شما راه یابند.
- تصادفی در زندگی وجود ندارد. همه چیز از هماهنگی برخوردار است، زیرا همه چیز برای خود فرکانسی دارد.
- به چیزی که دوست دارید فکر کنید. آن را نماد نیروی عشق بدانید. هر گاه نماد خود را می‌بینید یا آن را می‌شنوید، می‌فهمید که نیروی عشق با شماست.
- نیروی عشق را در هر کاری که می‌کنید پیش روی خود قرار دهید. تصور کنید همه چیز در زندگی شما به خوبی برگزار می‌شود.
- هر روز سؤال کنید. وقتی سؤال می‌کنید باید جوابی را دریافت کنید.
- از نیروی عشق استفاده کنید تا در هر امری در زندگی به شما کمک کند.

- اگر ذهنتان با جزییات اشغال شده است، این جزییات حواس شما را پرت می کنند. زندگی تان را ساده کنید. به چیزهای جزیی بهای زیادی ندهید.

- نیروی عشق ضد و مخالف ندارد. جز عشق نیرویی در جهان وجود ندارد. هر جنبه‌ی منفی که در جهان می بینید همیشه ناشی از نبود عشق است.



قدرت و زندگی



انسان نمی‌تواند تصور کند که وجود خارجی ندارد. می‌توانیم تصور کنیم که بدنمان جان ندارد، اما نمی‌توانیم تصور کنیم که وجود نداریم. چرا فکر می‌کنید این‌گونه است؟ نمی‌توانید تصور کنید که وجود ندارید. هر چه را بتوانید تصور کنید می‌توانید آن را خلق کنید. شما همیشه وجود داشته‌اید و همیشه هم وجود خواهید داشت، زیرا شما بخشی از آفرینش هستید.

«هرگز زمانی وجود نداشته است که من و شما و سلاطین در این‌جا وجود خارجی نداشته باشیم و هیچ زمانی هم نخواهد بود که وجودمان خاتمه یابد هر انسانی مدتی در هیئت کودکی، مدتی در جوانی، مدتی در کهنسالی خواهد بود و هم‌چنین پس از مرگ بدنی دیگر می‌یابد بنابراین هیچ انسان عاقلی فریب این تغییرات [جسمانی] را نمی‌خورد.»

گیتا (قرن پنجم قبل از میلاد مسیح)

متن باستانی هند



تنها دلیلی که نمی‌توانید وقتی کسی بدنش را ترک کرد او را ببینید این است که نمی‌توانید فرکانس عشق را ببینید. شما فرکانس ماورا بنفش را هم نمی‌توانید ببینید. فرکانس عشق بالاترین فرکانس در آفرینش است. بزرگ‌ترین تجهیزات علمی دنیا نمی‌توانند فرکانس عشق را ببینند و آن را تعریف کنند. اما به خاطر داشته باشید که می‌توانید عشق را احساس کنید؛ بنابراین، اگر نتوانید دیگر کسی را ببینید، می‌توانید او را در فرکانس عشق احساس کنید. شما همیشه در زندگی از طریق نیروی عشق با همه چیز در ارتباطید.

بهشت درون شماست

«تمام اصول بهشت و زمین در درون شما است.»

موری‌هیا وشیبا (۱۹۶۹-۱۸۸۳)

بنیانگذار ورزش رزمی ایکیدو

در نوشته‌های قدیمی آمده است که بهشت در درون شماست. آن‌ها درباره‌ی فرکانس وجود شما حرف می‌زنند. وقتی بدن انسانی خود را ترک می‌کند، خود به خود در بالاترین فرکانس عشق خود قرار می‌گیرید، زیرا این فرکانس حالت وجودی شماست. در دوران باستان این بالاترین فرکانس وجود، بهشت نامیده می‌شد.

اما شما باید بهشت را در زندگی دنیایی خود نیز پیدا کنید، نه فقط وقتی بدنتان می‌میرد. باید در حالی که در این دنیا هستید بهشت را پیدا کنید.

برای عشق به زندگی

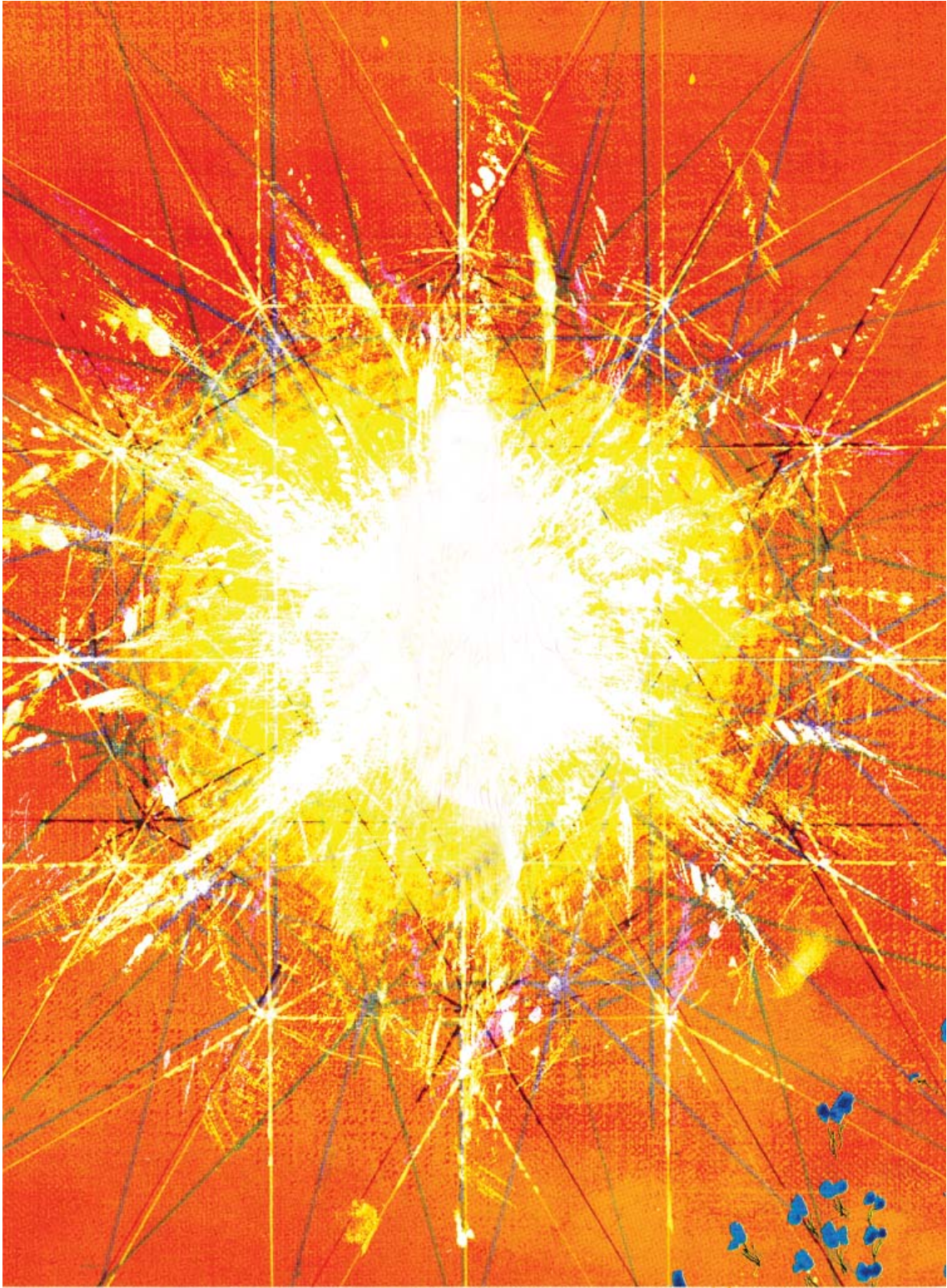
«مسئله این نیست که زندگی را ادامه بدهید یا ندهید، مسئله این

است که چگونه از زندگی خود لذت ببرید.»

روبرت ترمان (متولد ۱۹۴۱)

نویسنده

شما یک انسان جاودانه هستید. شما فرصت کاملی دارید تا همه چیز را تجربه کنید. کمبود وقت و زمان وجود ندارد. شما ماجراهای عدیده‌ای در پیش رو دارید، تجربه‌های بسیاری باید بکنید. نه تنها ماجراهای موجود در این سیاره‌ی خاکی را باید تجربه کنید، بلکه وقتی بر زمین تسلط یافتید سفر به دنیاهاى دیگر را آغاز می‌کنید. کهکشان‌ها و زندگی‌هایی وجود دارند که حتی نمی‌توانید آن‌ها را تصور کنید، اما همه‌ی آن‌ها را تجربه خواهید کرد. آیا با این حساب متوجه هستید که شما بیش از حدی که تصور می‌کنید هستید؟ آیا فکر نمی‌کنید بیش از حدی که تصور می‌کنید ارزشمندید؟ آیا به دلیل ماجراهایی که در پیش دارید به هیجان نیامده‌اید؟ آیا نمی‌خواهید بر قله‌ی کوهی بایستید و به زندگی‌ای که پایانی بر آن متصور نیست آری بگویید.



هدف زندگی شما

«تنها می‌توانید سپاسگزار و شاد باشید.»

بودا (۴۸۳-۵۶۳ قبل از میلاد)

هدف زندگی شادی و نشاط است. به نظر شما بزرگ‌ترین شادی زندگی در چیست؟ بخشیدن. اگر کسی شش سال پیش به من می‌گفت که بزرگ‌ترین شادی زندگی دادن است، می‌گفتم «تو می‌توانی این حرف را بزنی اما من حتی نمی‌توانم معیشت خود را تأمین کنم و چیزی برای بخشش ندارم.»

بزرگ‌ترین لذت زندگی دادن است، زیرا تا زمانی که ندهید و از خود مایه نگذارید همیشه برای بقای خود تقلا خواهید کرد. زندگی پر از مسائلی است که یکی پس از دیگری از راه می‌رسند. هر وقت فکر کنید همه‌چیز عالیست مشکلی پیش رویتان بروز می‌کند. عشق، شادی، موفقیت، هیجان، سپاسگزاری و اشتیاق شما مهم‌ترین موضوعات زندگی شما هستند. همه‌ی ثروت‌های جهان به اندازه عشق درون شما ارزش ندارند.

بهترین‌های خود را عرضه کنید. عشق بدهید، زیرا عشق مغناطیسی است که می‌تواند شما را به همه‌ی خواسته‌هایتان برساند.

«روزی وقتی انسان‌ها بر بادهای امواج، جذرومد و جاذبه مسلط

شوند، نیروی عشق را برای خدا نگه می‌دارند و سپس برای

دومین بار در تاریخ، بشر آتش را کشف خواهد کرد.»

پیر تیل هارد دوچاردین -

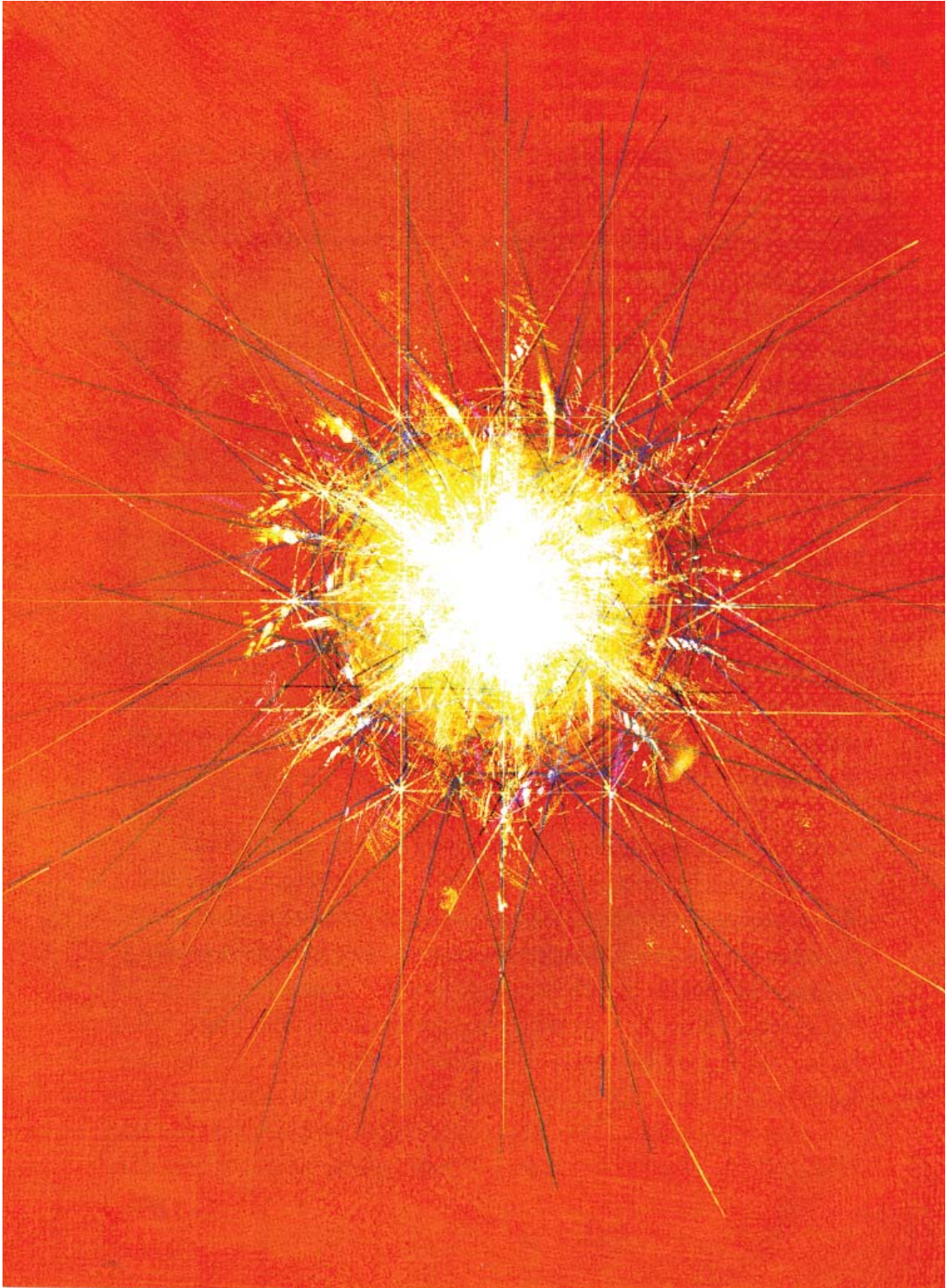
فیلسوف

شما با عشق خود، به این دنیا آمده‌اید و این تنها چیزی است که می‌توانید آن را با خود ببرید تا زمانی که این‌جا هستید، هر بار جنبه‌ای مثبت را انتخاب کنید. هر بار، خوب بودن را انتخاب می‌کنید عشق می‌دهید و این‌گونه دنیا را روشن می‌کنید. آنچه را که می‌توانید خیال کنید، آنچه را می‌توانید دوست داشته باشید، چرا که این‌ها هر جا بروید شما را دنبال خواهند کرد. شما بزرگ‌ترین نیروی عالم هستی را در خود دارید و همراه آن زندگی شگفت‌انگیزی انتظارتان را می‌کشد. قدرت درون شماست.



۲۵۰ قدرت

آغاز



نکات قدرت

- شما بخشی از آفرینش هستید.
- شما و هر کسی که شما می‌شناسید و هر کسی که تاکنون زندگی کرده است، برای همیشه از بین نمی‌رود.
- برای یافتن بهشت در روی زمین، زندگی شما باید در حد فرکانس حالت وجودی شما باشد.
- بیشترین شادی دنیا در دادن است، زیرا تا زمانی که از خود مایه نگذارید همیشه برای رسیدن به بقا تلاش خواهید کرد.
- عشق، شادی، چیزهای مثبت، هیجان، سپاسگزاری و اشتیاق، موضوعات جاوید زندگی شما هستند. تمام ثروت‌های جهان به اندازه‌ی عشقی که در درون شماست ارزش ندارد.
- عشق بدهید، زیرا عشق مغناطیس همه‌ی ثروت‌های زندگی است.
- تا زمانی که در این دنیا به سر می‌برید، هر زمان که چیزهای مثبت را انتخاب کنید، هر بار حال خوش را انتخاب می‌کنید، عشق می‌دهید و این‌گونه دنیا را روشن می‌کنید.



باشد که «قدرت» برایتان عشق و شادی را به ارمغان آورد تا در همه‌ی عمر
از آن بهره بگیرید.
این آرزوی من برای شما و برای دنیاست.





۲۵۶ قدرت

power