

ثروت و قانون جذب

یاد بگیرید چگونه ثروت، سلامتی و شادی را
به سوی خود جذب کنید

استر و جری هیکز
آموزشهای آبراهام

شهرکام جولایی

انتشارات جویا

تهران، ۱۳۹۶

این اثر ترجمه‌ای است از:
Money, and the Law of Attraction
 by
 Esther and Jerry Hicks

سرشناسه	هیگز، استر. Hicks, Esther
عنوان و نام پدیدآور	ثروت و قانون جذب: یاد بگیرد چگونه ثروت، سلامتی و شادی را به سوی خود جذب کنید / استر و جری هیگز؛ شهکام جولایی.
مشخصات نشر	تهران، جويا، ۱۳۸۸.
مشخصات ظاهري	۲۳۴ ص.
شابک	۵۰۰۰۰ ریال: ۱-۱۵-۲۸۹۵-۹۶۴-۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی: فیا	
یادداشت	عنوان اصلی: money, and the law of attraction: lerning to attract wealth, health, and happiness. 2008
یادداشت	کتاب حاضر براساس آموزشهای آبراهام تألیف شده است.
موضوع	موفقیت - جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	موفقیت در کسب و کار - جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	سلامتی
شناسه افزوده	هیگز، جری Hicks, Jerry
شناسه افزوده	جولایی، شهکام، ۱۳۵۸ - مترجم.
شناسه افزوده	آبراهام (Spirit) Abraham
رده‌بندی کنگره	۱۳۸۸ م ۸۸۸ / BF۶۳۷
رده‌بندی دیویی	۱۵۸ /
شماره کتابشناسی ملی	۲۲۷۳۸۸۲۸



تهران، تجریش، خیابان دزاشیم، رویوی بانک صادرات، پلاک ۹۰؛

انتشارات جويا تلفن و نمابر: ۲۲۷۳۸۸۲۸؛ همراه: ۰۹۱۲۰۹۹۵۷

نام کتاب: ثروت و قانون جذب
 نویسندگان: استر و جری هیگز
 مترجم: شهکام جولایی
 حروفچینی: شبستری
 چاپ و صحافی: روز
 نوبت چاپ: یازدهم، ۱۴۰۲
 شمارگان: ۲۰۰ جلد
 قیمت: ۱۶۵،۰۰۰ تومان
 شابک: ۱-۱۵-۲۸۹۵-۹۶۴-۹۷۸
 تمام حقوق برای انتشارات جويا محفوظ است.
 Email: info@jooyapub.com
 website: www.jooyapub.com
 www.instagram.com/jooyapub

فهرست

مقدمه‌ای از جری هیکل ۱۳

بخش ۱: فرآیند چرخش دو سویه و کتاب جنبه‌های مثبت

- داستان زندگی شما، و قانون جذب ۲۳
- آیا زندگی گاه و بیگاه بنظر غیر عادلانه می‌رسد؟ ۲۲
- آیا به حد نهایت تلاش کردن کافی است؟ ۲۵
- هر آنچه می‌خواهم، بدست می‌آورم ۲۵
- موفقیت حق طبیعی حیات من است ۲۶
- پول ریشه‌ی تباهی یا شادمانی نیست ۲۸
- من هر تجربه از زندگی را خود به سوی خود جلب می‌کنم ۲۸
- من از یکپارچگی قانون جذب آگاهم ۳۰
- مقصود ما از ارتعاش چیست؟ ۳۱
- آن هنگام که احساس فراوانی و برکت می‌کنم، ۳۳
- زندگی را آگاهانه بگذرانید، ۳۴
- داستانی را بگویند که دل‌تان می‌خواهد اتفاق بیفتد ۳۵
- هر مقوله در اصل دو مقوله است ۳۶
- داستانی که من اکنون می‌گویم چیست؟ ۳۷

- ۳۸ فرآیند چرخش دوسویه.....
- ۳۹ من خالق رویدادهای زندگی خود هستم
- ۴۰ افکار منظم افکاری هستند.....
- ۴۱ نگریستن به دنیا از چشم وجود درونی.....
- ۴۲ من می توانم از روی قصد احساس بهتری داشته باشم.....
- ۴۳ آیا بیماریها از عواطف منفی به وجود می آیند؟.....
- ۴۴ انتقال از احساس بد به احساس خوب
- ۴۶ آیا با آرزوهایم در هماهنگی هستم؟.....
- ۴۶ چه چیز می خواهم و چرا؟.....
- ۴۸ اکنون احساس بهتری دارم
- ۴۹ توجه بر ناخواسته ها،
- ۵۰ آیا بر خواسته خود تمرکز دارم.....
- ۵۱ بر روی راه حل تمرکز کنید،
- ۵۲ آنچه می خواهم.....
- ۵۳ هر وقت احساس بدی دارم،
- ۵۵ افکارم با افکار مناسب و ترسناک هماهنگ می شوند
- ۵۷ آفرینش کتاب خصوصیات مثبت
- ۵۹ قانون جذب به افکار قدرت می دهد
- ۶۱ روزم را با افکاری آغاز می کنم که
- ۶۱ وقت خواب، وقت تنظیم و اتصال دوباره ی انرژیهاست
- ۶۳ مثالی از جنبه های مثبت فرآیند هنگام خواب
- ۶۴ مثالی از جنبه های مثبت فرآیند صبح
- ۶۶ می دانم چطور احساسی را می خواهم
- ۶۷ هیچ چیز مهم تر از داشتن احساس خوب نیست
- ۶۹ هرچه بهتر شود جا دارد که باز هم بهتر شود
- ۶۹ دنیای من بطور مثبت و بطور منفی
- ۷۰ دنیای من به آنچه بر آن توجه می کنم واکنش نشان می دهد
- ۷۲ چگونه می شود درد آنها را احساس نکرد؟.....

- آیا همدردی من هیچ ارزشی برای دیگران ندارد... ۷۴
- از آزرده شدن طرف مقابل آزرده نشویم! ۷۶
- گوش دادن به راهنمایی یا دستیابی به احساسی بهتر؟ ۷۹
- چه می شود اگر، ... ۸۰

بخش ۲: جذب پول و تجلی برکت

- جذب پول و تجلی برکت ۸۵
- اعمال از روی کمبود، به جایی نمی رسند ۸۷
- نخست، تعادل ارتعاشی خود را به دست می آورم ۸۸
- نه پول و نه فقر شادمانی نمی آورد ۸۹
- من، همانند آفریننده ای شاد این جا هستم ۹۱
- قدرت خرج کردن ارتعاشی پول ارتعاشی ۹۲
- نیاز داشتن به پول باعث جذب آن نمی شود ۹۲
- اگر آدمهای فقیر احساس فقر نداشته باشند چه می شود؟ ۹۳
- داستان فراوانی مالی چیست؟ ۹۶
- چه می شود اگر پولمان ارزش خود را از دست بدهد؟ ۹۶
- جنگ بر علیه جنگ، جنگ است ۹۸
- بدون داشتن استعداد موفق می شویم؟ ۹۹
- زندگی کردن با فراوانی و برکت جادو نیست ۱۰۰
- آزادی در برابر پول؟ ۱۰۱
- احساس منفی داشتن در برابر پول یا سرطان؟ ۱۰۳
- او تقلایی برای بدست آوردن پول نمی کرد ۱۰۴
- آیا خرج کردن پول برایتان راحت است؟ ۱۰۶
- چگونه نقطه ی جذبم را تغییر دهم ۱۰۹
- آیا پس انداز برای روز مبادا مفید فایده است؟ ۱۱۰
- روایتی جدید درباره ی فراوانی پول و رفاه مالی ۱۱۱
- مثالی از داستان «قدیمی» من درباره ی پول ۱۱۲
- مثالی از داستان «جدید» من درباره ی پول ۱۱۳

بخش ۳: حفظ سلامتی جسمانی من

- ۱۱۹ افکارم رویدادهای مادی مرا می آفرینند.
- ۱۲۰ گله کردن از گلایه ها، گلایه است.
- ۱۲۰ بدنم احساس خوبی به من می دهد.
- ۱۲۱ کلمات ممکن است چیزی نیاموزند، اما تجربیات می آموزند.
- ۱۲۲ قانون جذب، هر فکر مرا گسترش می دهد.
- ۱۲۳ ۱۵ دقیقه تا سلامتی خود خواسته ی من.
- ۱۲۵ من مقید افکار دیگران نیستم.
- ۱۲۶ زمان کافی در اختیار دارید.
- ۱۲۷ من می توانم به وجود درونی خود اعتماد کنم.
- ۱۲۸ نقش فکر در ایجاد ضایعات تلخ چیست؟
- ۱۲۹ آیا بیماریهای مادرزادی را می توان به طریق ارتعاشی از بین برد؟
- ۱۳۰ بیماریهای مهم می آیند و می روند، چرا؟
- ۱۳۱ من شاهد بوده ام که بدنم بطور طبیعی خودش را شفا می دهد.
- ۱۳۲ با توجه به سلامت، می توانم سلامتی را حفظ کنم؟
- ۱۳۳ چه هنگام باید به طبیب مراجعه کرد؟
- ۱۳۴ رضامندی و سرخوشی در میان آرواره های شیر.
- ۱۳۶ چگونه کسی که درد می کشد توجه خود را به جای دیگر معطوف کند؟
- ۱۳۷ حالت طبیعی بدن شما، داشتن سلامتی کامل است.
- ۱۳۸ آیا افکار نوزاد می تواند موجب جذب بیماری شود؟
- ۱۳۹ بد نیست کمی درباره ی بیماریهای «علاج ناپذیر» صحبت کنیم.
- ۱۴۰ تمرکز بر شادی و خنده برای بازگرداندن سلامتی مفید است؟
- ۱۴۰ آیا نادیده گرفتن بیماری، بیماری را از بین می برد؟
- ۱۴۱ اثر واکنشها بر بیماریها چیست؟
- ۱۴۲ نظر تان درباره ی دکترهای علفی و درمانگرها چیست؟
- ۱۴۳ پزشک به عنوان عاملی برای رسیدن به سلامت.
- ۱۴۴ برای کمک به آنها چه کاری از دستم برمی آید؟

- اگر آنها در کُما باشند چه؟ ۱۴۵
- آیا می شود بیماریهای اجدادم را به ارث برده باشم؟ ۱۴۵
- نقش رسانه های جمعی در شیوع بیماریهای واگیر چیست؟ ۱۴۷
- آیا درد التهاب مفاصل و آلزایمر قابل علاج هستند؟ ۱۴۹
- آیا ورزش و تغذیه ی درست از عوامل سلامتی هستند؟ ۱۵۰
- چرا مردم سالم دایم احساس خستگی می کنند؟ ۱۵۱
- علت اصلی بیماری چیست؟ ۱۵۲
- مثالی از داستان «قدیمی» که..... ۱۵۳
- مثالی از داستان «جدید» که..... ۱۵۴

بخش ۴: دورنمای ذهن، وزن و سلامتی

- می خواهم از بدن سالم خود لذت ببرم ۱۵۹
- می خواهم آرزوهایم و رویدادهای زندگی ام به حال تعادل برسند ۱۶۰
- پس راندن ناخوابسته ها..... ۱۶۰
- توجه به کمبود،..... ۱۶۱
- کاشتن بذر ترس،... ۱۶۲
- توجه به بیماری باعث جلب بیماری می شود..... ۱۶۳
- آیا توجه ما دایم باید بر سلامتی امان معطوف باشد؟ ۱۶۴
- لزومی ندارد واقعیتهای مادی دیگران تجربه های زندگی من شود ۱۶۵
- چگونه می توانم سلامتی خود را حفظ کنم؟ ۱۶۶
- به حال آرمندگی درمی آیم..... ۱۶۶
- آیا عواطف منفی نشانه ی افکار ناسالم است؟ ۱۶۷
- تا چه حد می توانم بر بدن خود تسلط داشته باشم؟ ۱۶۷
- آیا می توانیم آگاهانه باعث رشد ماهیچه ها و استخوانها شویم؟ ۱۶۹
- نظرتان درباره ی این که..... ۱۷۰
- من به طرف آنچه دوست دارم هدایت می شوم ۱۷۲
- اول باید خود را خشنود کنم ۱۷۳
- آیا می توان سن مناسبی برای مردن معین کرد؟! ۱۷۳

- با این ترتیب تمام مرگها به نوعی پایان دادن شخص به زندگی است؟ ۱۷۴
- آیا روندی بر کاهش وزن پیشنهاد می‌کنید؟ ۱۷۶
- در مورد غذا، ۱۷۷
- باورهای من در مورد غذا چیست؟ ۱۷۹
- نظر دیگران درباره‌ی بدن من اهمیت ندارد ۱۷۹
- مثالی از داستان «قدیمی» ۱۸۰
- مثالی از داستان «جدید» ۱۸۱

بخش ۵: تعیین مسیر زندگی به عنوان راهی سودمند برای خوشی

- نخستین گام من در تعیین مسیر زندگی؟ ۱۸۵
- برای زندگی کردن چه می‌کنید؟ ۱۸۷
- قانون جذب و تعیین مسیر زندگی؟ ۱۹۰
- برکردن خلاء درونی با خدمت به دیگران؟ ۱۹۱
- آیا همه‌ی ما بطور غریزی ۱۹۲
- آیا موفقیت من به دیگران راجع می‌دهد؟ ۱۹۳
- من آزادی، کمال و شادی می‌خواهم ۱۹۴
- مهم‌تر از همه چیز ۱۹۷
- در جستجوی موجبی هستم تا احساس خوشی کنم ۱۹۸
- آیا می‌خواهم، یا آیا ناچارم؟ ۱۹۸
- اگر شادی من باعث کسب درآمد هم بشود ۲۰۰
- کاری را می‌خواهم ۲۰۱
- جنبه‌های مثبت چیست؟ ۲۰۲
- وقت کار من بر اساس ادراک من است ۲۰۶
- آیا باید بیشتر تقلا کنم؟ ۲۰۷
- مثالی از داستان «قدیمی» من ۲۰۹
- مثالی از داستان «جدید» من ۲۰۹
- وقت گفتن داستانی جدید ۲۱۰
- داستان جدید من درباره‌ی ۲۱۱

مقدمه



از

جری هیکنز

به نظر شما چه چیز شما را به سوی این کتاب کشاند؟ فکر می‌کنید به چه دلیل دارید این کلمات را می‌خوانید؟ کدام عناوین توجه شما را جلب کرده؟ آیا پول بوده؟ سلامتی؟ شادی و نشاط؟ یادگیری هنر جذب؟ یا شاید هم خود قانون جذب بوده؟

دلیل مشخص شما برای توجه‌تان به این کتاب هر چه بوده، اطلاعاتی در برابر شما قرار گرفته در جواب به خواسته‌ای که داشته‌اید. این کتاب درباره‌ی چیست؟ این کتاب به ما می‌آموزد که زندگی رسم خوشایندی است و داشتن رفاه و سعادت برای ما امری طبیعی است. به ما می‌آموزد که مهم نیست زندگی فعلی شما در حال حاضر خیلی خوب است، می‌تواند دایم بهتر شود و حق انتخاب و قدرت اصلاح و بهبود تجارب زندگی‌تان در دست خود شماست. این کتاب ابزار فلسفی کارآمدی را - وقتی مورد استفاده مکرر قرار گیرد - به شما ارائه می‌کند که شما را قادر می‌سازد ثروت بیشتر، سلامتی بیشتر و شادی بیشتر را که حق طبیعی شماست تجربه کنید (من اینها را می‌دانم زیرا برای خود من اتفاق افتاده. همچنان که بعد از یک آرزو که برآورده می‌شود به آرزوی دیگری می‌پردازم که به آن نیز می‌رسم و زندگی من بهتر و بهتر می‌شود).

زندگی سرشار از خوبی است. ابتدای سال نو هستیم و من این مقدمه را در حالی می نویسم که پشت میز اتاق ناهارخوری خانه‌ی جدیدمان در کالیفرنیا نشسته‌ام. من و استرا از هنگامی که در سال ۱۹۸۰ با هم ازدواج کردیم تصمیم داشتیم از این باغ بهشت واقع در این منطقه‌ی زیبا، گاه و بیگاه دیدن کنیم و اکنون عملاً بخشی از سال را در این منطقه زندگی می‌کنیم.

چرا نباید دست به ستایش همه‌ی اینها بزنیم؟ دوست صمیمی داشتیم که به ما کمک کرد تا ملکی را پیدا کنیم. (به او گفتیم دنبال ملکی نزدیک دلمار هستیم که بتوانیم اتوبوس سیاحتی سیزده متری خود را در آن جا پارک کنیم.) بعد از خرید ملک سرو کله‌ی مهندس معمار و فضا سازی، طراحان، نجارها، برقکارها، لوله کشها و سازندگان سقف رسید که از همه‌ی آنها ممنونیم. بعد نوبت نازک کارها رسید. گچ کار، نقاش و آهنگر. سپس نصب کنندگان در و حصار و شیشه بر و آخر سر هم فنی کارهایی مانند نصب کنندگان سامانه‌های برقی و الکترونیکی، مثل تنظیم کننده‌های شدت نور یا گرما و سرما و سامانه‌های رایانه‌ای و صوتی و سامانه‌های آشپزخانه از قبیل ماکروفر و ماشین لباسشویی‌هایی که از راه دور تنظیم می‌شوند. بعد نوبت مبل و میز و صندلیهایی رسید که باید چیدمان آنها را مکرر عوض می‌کردیم تا به چش دلخواه برسیم. تا یادم نرفته از کسانی که زمین را کردند و با قالبهای بتونی حدود باغچه‌ها را مشخص کردند و کسانی که خاک حاصلخیز آوردند و درختان بزرگ را جابه‌جا کردند و در باغچه‌های ما کاشتند... و هزاران نفر دیگر که دستی در اکتشاف و اختراع وسایل کوچک و بزرگ داشتند... به هر حال از همه‌ی اینها تشکر و قدر دانی می‌کنیم.

همه‌ی اینها مثل قله‌ی کوه یخ بود که ما از قسمت آشکار آن تشکر کردیم و بخش عمده‌ای از آن زیر آب پنهان ماند. بعد رستوران دلخواهمان را کشف کردیم و همسایه‌های خونگرم و باروحیه که ورود ما را به گرمی پذیرا شدند آن هم با شور و حالی که تا آن زمان ندیده بودیم.

هنوز چیزهای دیگری هم مانده است؛ مناظر نفس‌گیری که در نزدیکی ملک ما بر فراز دره‌ها قابل رویت است و بعد از آنها سواحل بی‌نظیر اقیانوس آرام و امواج زیبای کف‌آلود. همه‌ی اینها زیباست و زندگی شما زندگی برآستی زیباست.

(من و استر به تازگی از پیاده‌روی کوتاهی در ساحل اقیانوس بازگشته‌ایم و خیال داریم هنگام غروب بر روی کتاب جدید آبراهام — «ثروت و قانون جذب: یاد بگیرید چگونه ثروت، سلامت، شادی را به سوی خود جذب کنید» کار کنیم.) ۴۰ سال قبل بود و من در دانشکده‌های سراسر کشور برنامه‌هایی را اجرا می‌کردم که بطور «تصادفی» کتابی را در یک هتل در شهری کوچک واقع در ایالت مونتانا دیدم. آن کتاب «اندیشیدن و پولدار شوید» نوشته‌ی ناپلئون هیل بود و نظر مراد براباره‌ی پول چنان تغییر داد که استفاده از اصول آن منجر به موفقیت‌هایی چنان بزرگ شد که تا آن زمان تجربه نکرده بودم.

اندیشیدن و پولدار شدن موضوع مورد توجه و علاقه‌ی من نبود، اما اندکی بعد از کشف این کتاب، سعی کردم تا روش‌های به دست آوردن پول را تغییر دهم و پول بیشتری تحصیل کنم، بنابراین توجه من به کتاب هیل پاسخ مستقیمی بود به آنچه «می‌خواستم».

مدتی بعد از خواندن کتاب با مردی ملاقات کردم که به من پیشنهاد کسب و کاری نمود که چنان منطبق بر اصول و آموزش‌های هیل بود که مدت نه سال از عمرم را صرف این کار لذت‌بخش کردم. در این نه سال این کسب و کار به تجارتی بین‌المللی و چند میلیون دلاری مبدل شد و در این مدت کوتاه سرمایه‌ای که برای گذران زندگی داشتم (و همانی بود که آن زمان می‌خواستم) آن چنان زیاد شد که همه‌ی هدف‌های متعدد و جدید مرا جابگو بود.

آنچه از کتاب هیل آموختم، چنان به کار من آمد که شغلم را به عنوان «کتاب درسی» در نظر گرفتم و اصول موفقیت‌های آن را با همکارانم در میان گذاشتم. اما

حالا که به گذشته می‌نگرم، می‌بینم آن آموزشها اگرچه در مورد من و چند تن از همکارانم بسیار خوب عمل کرد، اما در مورد عده‌ای دیگر اصلاً کارایی نداشت. بنابراین سعی کردم به جستجوی پاسخهایی بروم که جوابگوی عده‌ی بیشتری از مردم باشد.

در نتیجه‌ی تجربه‌ی شخصی که من از بیندیشید و پولدار شوید داشتم متقاعد شدم که دستیابی به موفقیت یادگرفتنی است. لازم نیست در خانواده‌ای پولدار، یا خانواده‌ای که راه پولدار شدن را می‌دانند، به دنیا بیاییم. لازم نیست نمرات عالی درسی داشته باشیم یا اشخاص بخصوصی را بشناسیم یا در کشور بخصوصی زندگی کنیم یا از نژاد، رنگ و مذهب بخصوصی باشیم و غیره و غیره... می‌باید چند اصل ساده را بیاموزیم و آنها را مکرر در معرض تجربه قرار دهیم.

اما در هر حال، همه از یک جمله‌ی بخصوص یا کتابی مشخص، نتایج یکسانی به دست نمی‌آورند. به محض آن که برای فهم و درک بیشتر این مطلب احساس نیاز کردم، کتاب راه‌کشی ریچارد باخ به نام توهمات جلو چشمانم قرار گرفت و ذهنم را در مورد پدیده‌هایی که قرار بود تجربه کنم، باز کرد.

کتاب گرانبهای دیگری که بطور تصادفی کشف کردم «ست سخن می‌گوید» نوشته‌ی جین رابرت و رابرت اف. بات بود که از مطالب آن استفاده کردم و سعی کردم زندگی دیگران را بهبود بخشم.

ست دیدگاه خاصی در مورد زندگی داشت، من بخصوص به دو مقوله از نظریات او علاقمند شدم؛ «تو خالق رویدادهای زندگی خود هستی» و نقطه‌ی قدرت شما متمرکز بر زمان حال است». اگرچه به درستی از معنای آنها سر در نمی‌آورم اما می‌دانستم چیزی درون آنها، پاسخ به همه‌ی سؤالات من است. از آن جا که جین دیگر رخت از قالب مادی خود بر بسته بود، به او دسترسی نداشتم تا پاسخ سوالاتم را بگیرم.

بر اثر یک رشته اتفاقات سرنوشت‌ساز، همسرم استر توانست به مطالبی به نام آموزشهای آبراهام دسترسی پیدا کند.