

بخوابید و به شما داده می‌شود

چگونه خواسته‌های‌تان را
متجلی کنید

ایستر و جری هیکس
(آموزه‌های ابراهام)

مینا اعظامی

انتشارات صورتگر

۱۳۸۸

هیکس، ایستر و جری (ابراهام) "spirit" Hicks, Esther & Jerry (Abraham)

بخواهید و به شما داده می‌شود: چگونه خواسته‌های‌تان را متجلی کنید/ ایستر و جری

هیکس (آموزه‌های ابراهام)؛ مینا اعظامی.

تهران: صورتگر، ۱۳۸۷.

۳۴۲ ص.

شابک: 978-600:5152-03-6

عنوان اصلی: Ask and it is given (learning to manifest your desires), c2004

روح‌نگاری. اعظامی، مینا، ۱۳۳۵ - مترجم

۱۳۸۷ ۱۳۰۱/۱۲ ۱۳۰۱ BF ۱۳۳/۹۳

۱۵۶۳۵۹۳

کتابخانه ملی ایران



انتشارات صورتگر: سعادت‌آباد، میدان کاج، سرو غربی، پلاک ۸۰، مرکز خرید

پایدار تلفن: ۲۲۰۹۶۹۴۹

بخواهید و به شما داده می‌شود

(چگونه خواسته‌های‌تان را متجلی کنید)

نویسنده: ایستر و جری هیکس (آموزه‌های ابراهام)

مترجم: مینا اعظامی

ویراستار: علی ابوطالبی

حروف‌نگاری: دریاچه کتاب

لیتوگرافی: آوان

چاپ: فرشیه

شمارگان: ۱۰۰۰

نوبت چاپ: اول، ۱۳۸۸، تهران

قیمت: ۶۵۰۰ تومان

حق چاپ و نشر مخصوص انتشارات صورتگر است.

ISBN: 978-600-5152-03-6

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۱۵۲-۰۳-۶

بخواهید و به شما داده می‌شود

این کتاب جذاب، به قلم ایستر و جری هیکس، که آموزه‌های موجودی غیرمادی، ابراهام را ارائه می‌دهد، به شما کمک می‌کند که یاد بگیرید خواسته‌های‌تان را متجلی کنید و به زندگی شورانگیز و شکوفایی دست یابید که شایسته آن هستید.

با مطالعه این کتاب، درمی‌یابید که چگونه روابط، مشکلات تندرستی، امور مالی، نگرانی‌های شغلی، و بسیار فراتر از این‌ها، زیر نفوذ قوانین عالم هستی قرار دارند که همانا بر واقعیت زمانی مکانی‌تان تسلط دارد - و همچنین فرایندهای قدرتمندی که به شما امکان می‌دهند با جریان مثبت زندگی جاری شوید.

این حق طبیعی شماست که زندگی‌تان سرشار از نیکویی باشد - و این کتاب به شما نشان می‌دهد که چگونه به شیوه‌های گوناگون آن را میسر کنید!

فهرست

- پیشگفتار (به قلم وین دبلیو. دایر) ۱۳
- مقدمه مترجم ۱۷
- مقدمه (به قلم جری هیکس) ۲۱
- معرفی ابراهام (به قلم ایستر هیکس) ۲۵

بخش یک: مطالبی که می‌دانیم ممکن است فراموش کرده باشید، و به خاطر سپردن

- آن‌ها برای تان حائز اهمیت است ۳۷
- فصل ۱: قدرت برخورداری از احساس خوب در لحظه اکنون ۳۹
- فقط حرف‌هایی را می‌شنوید که آماده شنیدن آن‌ها باشید ۴۱
- فصل ۲: ما با شما عهد می‌بندیم که به یادتان بیاوریم کیستید ۴۳
- گفتید، «من در شادی و سرور زندگی خواهم کرد!» ۴۴
- ما می‌دانیم شما چه کسی هستید ۴۵
- چیزی وجود ندارد که نتوانید باشید، نتوانید انجام دهید یا نتوانید داشته باشید ۴۶
- فصل ۳: شما واقعیت خود را رقم می‌زنید ۴۷
- اساس زندگی تان آزادی مطلق است ۴۷
- هیچ کس نمی‌تواند رویدادهای زندگی شما را رقم بزند ۴۸
- شما موجوداتی ابدی در قالبی مادی هستید ۴۹
- بهبودی مطلق، اساس جهان شماست ۴۹
- فصل ۴: چگونه می‌توانم از این مرتبه به آنجا دست یابم؟ ۵۱
- بهبودی پشت در، به انتظار ایستاده است ۵۲
- شما گستره مادی منشأ بهبودی هستید ۵۲
- ارزش تکاملی اولویتهای شخصی ۵۳
- علم رقم زدن عامدانه ۵۳
- فصل ۵: رکن ساده درک کردن موجب هماهنگی همه چیز می‌شود ۵۵
- روشی منسجم، نتایج منسجم عایدتان می‌کند ۵۵
- شما موجودی ارتعاشی در محیطی ارتعاشی هستید ۵۶
- احساسات شما مفسران ارتعاشی هستند ۵۷

- فصل ۶: قانون جاذبه، قدرتمندترین قانون عالم هستی ۵۹
- به چه توجه می‌کنید؟ ۶۰
- چگونه بدانم چه چیزی را جذب می‌کنم؟ ۶۰
- هرچه را که درباره‌اش فکر کنید، چه آن را بخواید چه نخواهید، به دست می‌آورید ۶۱
- تفاوت‌های ارتعاشی‌تان تا چه اندازه اهمیت دارند؟ ۶۲
- شما فراخواننده انرژی ارتعاشی هستید ۶۲
- وقتی خواسته‌ها و باورهای‌تان دارای همانندی ارتعاشی باشند ۶۳
- منشأ حیات از وجود شما بهره‌مند می‌شود ۶۴
- هنر گشودن در به روی بهزیستی طبیعی‌تان را بازیابید ۶۴
- فصل ۷: شما در سر منزل راهبری افکار ایستاده‌اید ۶۷
- اگر بتوانید چیزی را بخواید، کائنات می‌تواند آن را تحقق بخشد ۶۸
- جریان بهزیستی عمل می‌کند، چه آن را درک کنید چه نکنید ۶۸
- بدون درخواست کردن، پاسخی دریافت نخواهید کرد ۶۹
- آب‌بندها را بگشایید و بگذارید بهزیستی‌تان جاری شود ۷۰
- برای رسیدن به آنجا، اینجا در موقعیت درست قرار دارید ۷۱
- فصل ۸: شما فرستنده و گیرنده ارتعاش هستید ۷۳
- شما شخصیتی ابدی هستید که در اکنون متمرکزید ۷۴
- باورهای قدرتمندتان، زمانی افکاری خوشایند بوده‌اند ۷۴
- هرچه بیشتر فکری را به‌روانید، آن فکر قدرتمندتر می‌شود ۷۵
- وقتی به موضوعی توجه نشان می‌دهید، آن را به داخل شدن دعوت می‌کنید ۷۵
- فصل ۹: ارزش ناپیدای نهان واکنش‌های احساسی ۷۷
- احساسات، نشانه‌های میزان جذب‌تان هستند ۷۸
- احساسات، نشانه‌های پیوندتان با منشأ بهزیستی هستند ۷۸
- با استفاده از احساسات‌تان، مسیر بازگشت‌تان به بهزیستی را احساس کنید ۷۹
- فصل ۱۰: سه مرحله به سوی هرچه که می‌خواهید باشید، انجام دهید، یا داشته باشید ۸۱
- هر موردی دو بعد دارد: خواستن و نخواستن ۸۳
- توجهتان باید به بودن آن معطوف باشد نه به نبود آن ۸۳
- اکنون رمز ایجاد هر خواسته‌تان را حفظ کنید ۸۵
- فصل ۱۱: با تمرین کردن، به رقم‌زننده‌ای مسرور و آگاه تبدیل خواهید شد ۸۷
- هدف نه مهار کردن افکار، که هدایت افکار است ۸۸
- وقتی افکار تمرینی‌تان به افکاری غالب تبدیل می‌شوند ۸۹
- چگونه به شکلی مؤثر و سودمند، رقم‌زننده‌ای آگاه و عامد شوید ۸۹
- آیا برای هدایت افکار‌تان تصمیم گرفته‌اید؟ ۹۱
- آیا می‌توانید خود را در جایگاه موجودی ارتعاشی بپذیرید؟ ۹۲

- فصل ۱۲: نقاط عطف احساسی‌تان در درون شماست ۹۳
- ممکن نیست بتوانید شرایطی را که دیگران ایجاد کرده‌اند، در مهار بگیرید ۹۳
- «اما حقیقت راستین، 'حقیقت' چه کسی است؟» ۹۴
- میزان جذب، یعنی تحت تأثیر واقع شدن ۹۵
- حالات روحی، شاخص‌های نقاط عطف احساسی‌تان هستند ۹۶
- نقاط عطف احساسی‌تان می‌توانند تغییر کنند ۹۷
- فصل ۱۳: بگذارید احساسات‌تان راهنمای شما باشند ۹۹
- یاد بگیرید به احساسات‌تان توجه نشان دهید ۱۰۰
- احساس خلأ حاوی پیامی است ۱۰۱
- پیام «تیکوبی‌تان را دنبال کنید» فکری مثبت است؛ نیست؟ ۱۰۱
- شما از این قابلیت برخوردارید که به افکار‌تان جهت دهید ۱۰۱
- اگر ما جای شما بودیم ۱۰۲
- شما نمی‌توانید خواسته‌های طبیعی‌تان را کنار بگذارید ۱۰۳
- فصل ۱۴: پیش از آنکه بیایید، چیزهایی می‌دانستید ۱۰۵
- «اگر تا به این اندازه آگاهی دارم، پس چرا موفق نمی‌شوم؟» ۱۰۷
- «آیا به واقع می‌توانم قانون جاذبه را معتبر بشمرم؟» ۱۰۷
- «اما من نمی‌توانم از سن دیگو به فونیکس برسم!» ۱۰۸
- فصل ۱۵: شما موجودی کامل، اما رو به پیشرفت، در دنیایی کامل، اما رو به پیشرفت، در عالمی کامل، اما رو به پیشرفت هستید ۱۱۱
- هشیارانه در گسترش لذت‌آفرین خود مشارکت کنید ۱۱۳
- فصل ۱۶: شما در عالمی متنوع و باشکوه، در کار رقم زدن همکاری می‌کنید ۱۱۵
- باید به ناخواسته‌ها اجازه ورود بدهید تا خواسته‌ها را دریافت کنید ۱۱۶
- شما برای درست کردن دنیایی فروریخته نیامده‌اید ۱۱۶
- عناصر ناخواسته را در خمیر شیرینی‌تان مخلوط نکنید ۱۱۷
- برای همه افکار و رویدادهای گوناگون جای کافی وجود دارد ۱۱۷
- فرایند گسترش عالم هستی ۱۱۸
- هرگز به مقصد نخواهید رسید، پس از سفر لذت ببرید ۱۱۹
- توازن و تکامل محیط‌تان را احساس کنید ۱۲۰
- چون همه خواسته‌ها اجابت می‌شوند، پس رقابت مطرح نیست ۱۲۰
- فصل ۱۷: کجا هستید و می‌خواهید کجا باشید؟ ۱۲۳
- بزرگ‌ترین ارمغان، شادمانی است ۱۲۴
- شادمانی‌تان به آنچه دیگران انجام می‌دهند، بستگی ندارد ۱۲۵
- هر فکری شما را یا به مقصد نزدیک می‌کند یا از آن دور ۱۲۵
- چرا جواب منفی دادن به آن به معنای فراخواندن است؟ ۱۲۶

- فصل ۱۸: شما می‌توانید به تدریج بسامد ارتعاشی‌تان را تغییر دهید..... ۱۲۷
- به دنبال افکاری باشید که بهترین احساس را در شما ایجاد کند..... ۱۲۸
- فصل ۱۹: فقط شما می‌توانید بدانید که چه احساسی نسبت به خود دارید..... ۱۳۱
- زندگی همیشه در جریان است، بنابراین، شما نمی‌توانید به یک نقطه «بچسبید»..... ۱۳۲
- دیگران نمی‌توانند خواسته‌ها یا احساسات‌تان را درک کنند..... ۱۳۲
- هیچ‌کس نمی‌داند چه چیزی برای شما مناسب است..... ۱۳۳
- فصل ۲۰: اگر سعی کنید مانع آزادی دیگری شوید، آزادی خود را قربانی می‌کنید..... ۱۳۵
- هر «واقعیتی» با تمرکز فردی موجودیت یافته است..... ۱۳۶
- ناخواسته‌ها نمی‌توانند ناخوانده به زندگی‌تان داخل شوند..... ۱۳۷
- آیا به سرعت شما مربوط می‌شد یا به درخت؟..... ۱۳۸
- در پس هر خواسته، خواسته رسیدن به احساس خوب وجود دارد..... ۱۳۹
- در هنگام قدردانی، دست از مقاومت می‌کشید..... ۱۴۰
- برای هم‌تراز بودن با بهزیستی‌تان باید خودخواه باشید..... ۱۴۱
- از آن بهره‌مند نمی‌شوید چون به آن اجازه ورود نمی‌دهید..... ۱۴۲
- احساس خواسته‌ای ناب برای‌تان خوشایند است..... ۱۴۳
- چرا می‌خواهید فراتر از اینجا باشید..... ۱۴۳
- فصل ۲۱: از شصت و هشت ثانیه تا شکوفایی، شما در ثانیه هفدهم قرار دارید..... ۱۴۵
- لازم نیست از افکار خارج از مهارتان بهراسید..... ۱۴۶
- فصل ۲۲: درجات گوناگون مقیاس راهنمای احساسی..... ۱۴۹
- نمونه‌ای از به کارگیری مقیاس راهنمای احساسی برای حرکت به بالا..... ۱۵۱
- چرا دیگران می‌خواهند احساس بهتر، یعنی خشم را تضعیف کنند؟..... ۱۵۲
- چرا کمترین پیشرفت شما این همه ارزشمند است..... ۱۵۳
- فقط خودتان می‌دانید که آیا انتخاب خشم برای‌تان مناسب است یا نه..... ۱۵۳
- «من نهایت تلاشم را به خرج می‌دهم تا از آن بهترین بهره را ببرم»..... ۱۵۴
- «اگر از نظر احساسی بتوانم به آنجا برسم، می‌توانم به هر جایی برسم»..... ۱۵۵
- «اما در مورد کسانی که خواسته‌شان نخواستن است، چه می‌گویید؟»..... ۱۵۶
- آیا خواسته‌تان به مانند مرحله منطقی بعدی است؟..... ۱۵۷
- وقتی سر رشته احساس‌تان در دست شما باشد، همه آن را در اختیار خواهید داشت..... ۱۵۸

بخش دو: فرایندهایی که به شما کمک می‌کنند تا به آنچه اکنون به خاطر می‌آورید،

- دسترسی یابید..... ۱۶۱
- معرفی بیست و دو فرایند مطمئن که میزان جذب را ارتقا خواهند داد..... ۱۶۳
- آیا چیزی هست که می‌خواهم آن را بهبود بخشم؟..... ۱۶۴
- توصیه‌ای برای به کار بردن این فرایندها..... ۱۶۵
- اجازه دهید درختان را از سر راه‌تان برداریم..... ۱۶۶

- ۱۶۶ بگذارید احساسات راهنمای شما باشند.
- ۱۶۷ اجازه دهید با اصلاح شیوه احساس‌تان آغاز کنیم.
- ۱۶۹ آیا بر حسب «چهره‌ای خندان به روی آن می‌چسبانید؟»
- ۱۶۹ برای تغییر دادن ارتعاش‌تان، بر انرژی تمرکز کنید.
- ۱۷۰ برای اینکه عामدانه رقم بزنید، باید هشیارانه آگاه باشید.
- ۱۷۰ همیشه وقتی در صدد مهار کردن دیگران هستید، شرایط مهار ناشدنی دیگری هم وجود.
- ۱۷۱ عامدانه رقم زدن، یعنی انتخاب افکاری خوش‌الحان.
- ۱۷۲ چگونه می‌توانید فقط افکار حوزه ارتعاشی‌تان را جذب کنید.
- ۱۷۳ هدف این فرایندها، دست کشیدن از مقاومت است.
- ۱۷۴ خودخواسته در نقطه عطف احساسی معمول‌تان تغییر ایجاد کنید.
- ۱۷۴ بیاساید و از همه این فرایندها لذت ببرید.
- ۱۷۵ در این لحظه، شما خالق واقعیت زندگی خود هستید.
- ۱۷۷ فرایند شماره یک: فوران قدرنانی.
- ۱۸۵ فرایند شماره دو: جعبه آفرینش جادویی.
- ۱۹۱ فرایند شماره سه: کارگاه آفرینش.
- ۲۰۳ فرایند شماره چهار: واقعیت نمودین.
- ۲۱۳ فرایند شماره پنج: بازی توانگری.
- ۲۱۹ فرایند شماره شش: مراقبه.
- ۲۲۹ فرایند شماره هفت: ارزیابی رویاها.
- ۲۳۵ فرایند شماره هشت: کتاب جنبه‌های مثبت.
- ۲۴۳ فرایند شماره نه: نمایشنامه‌نویسی.
- ۲۴۷ فرایند شماره ده: زیربشقابی.
- ۲۵۳ فرایند شماره یازده: مقطع تصمیم گرفتن.
- ۲۶۱ فرایند شماره دوازده: دل‌انگیز نبود اگر؟
- ۲۶۵ فرایند شماره سیزده: چه فکری احساس بهتر برمی‌انگیزد.
- ۲۷۳ فرایند شماره چهارده: سروسامان بخشیدن به درهم‌ریختگی‌ها برای سرحال شدن.
- ۲۷۹ فرایند شماره پانزده: کیف پول.
- ۲۸۳ فرایند شماره شانزده: پرداختن به اصل مطلب.
- ۲۹۱ فرایند شماره هفده: تمرکز بر چرخ.
- ۳۰۳ فرایند شماره هجده: یافتن جایگاه احساسی.

- فرایند شماره نوزده: دست کشیدن از مقاومت برای رها شدن از بدهی..... ۳۰۷
- فرایند شماره بیست: کار را به کاردان بسپارید..... ۳۱۵
- فرایند شماره بیست و یک: بهبود تندرستی..... ۳۱۹
- فرایند شماره بیست و دو: بهبود مقیاس احساسی..... ۳۲۹
- کلام آخر..... ۳۳۹
- درباره نویسندگان..... ۳۴۱

پیشگفتار

(به قلم وین دبلیو. دایر)

کتابی که اکنون پیش رو دارید، شامل روش‌هایی بسیار قدرتمند و مؤثر است که در این زمان برای شما در این سیاره وجود دارد. من بسیار و به شدت تحت تأثیر و نفوذ پیام‌های ابراهام که در این کتاب مطرح شده است و همچنین در نوارهای صوتی، که ایستر و جری طی هجده سال گذشته فراهم کرده‌اند، قرار گرفته‌ام. درحقیقت، بسیار مفتخرم که ابراهام از من خواسته است بر این کتاب، که به نظرم نقطه عطف دنیای نشر است، دیباچه‌ای بنگارم. این کتاب در بین همه کتاب‌ها بی‌همتاست - شما بسیار خوش‌اقبال‌اید که از افکار کسانی بهره‌مند می‌شوید که به منشأ بهزیستی متصل‌اند. افزون بر این، کلام این روح به زبانی گفته می‌شود که شما درک می‌کنید و می‌توانید بی‌درنگ به آن جامه عمل بپوشانید. آنچه آنان به شما می‌گویند، کمتر از طرح و برنامه‌ای نیست که براساس آن درک، و تقدیرتان را مقدر کنید.

پیش از هر چیزی، اگر هنوز آماده خواندن و به کار بستن این گفته‌های خردمندانه نیستید، به شما توصیه می‌کنم چند هفته‌ای این کتاب را با خود همراه داشته باشید. بگذارید انرژی موجود در آن در مقاومت احتمالی جسم / ذهن‌تان نفوذ کند و اجازه دهید با آن حیطه درونی که بی‌شکل و بی‌حد و مرز است - جایی که اغلب روح شما نامیده می‌شود، اما ابراهام آن را *ارتباط ارتعاشی با سر منشآت* نام می‌نهد - تشدید شود.

اینجا، عالم هستی ارتعاش است. همان‌گونه که زمانی اینشتن مشاهده کرد، «هیچ اتفاقی نمی‌افتد مگر آنکه چیزی حرکت کند» - یعنی، هر چیزی نسبت به بسامد (فرکانس) خاصی ارتعاش نشان می‌دهد. دنیای جامد را به اجزای کوچک‌تر و ریزتر خرد کنید تا ببینید آنچه به نظر جامد می‌رسید، رقصی بیش نیست - رقص ذرات و فضا‌های خالی. به ریزترین ذره این ذرات کوانتومی بروید، تا دریابید از سرچشمه‌ای نشأت می‌گیرد که با چنان سرعتی مرتعش می‌شود که دنیای آغازها و پایان‌ها را به مبارزه می‌طلبد. این انرژی که بلندترین یا سریع‌ترین است، منشأ بهزیستی نامیده می‌شود. شما و هر کس و هر چیزی از این ارتعاش به‌وجود آمده‌اید و آن‌گاه به دنیای اجسام، بدن‌ها، ذهن‌ها، و نفس‌ها انتقال یافته‌اید. به دلیل ترک این منشأ بهزیستی در جسم / ذهن‌مان است که دچار تمام مشکلات، بیماری‌ها، کمبودها، و ترس‌ها شده‌ایم.

در اصل هدف آموزه‌های ابراهام این است که به ما کمک کند در نهایت خضوع، به آن منشأیی برگردیم که همه چیز از آن سرچشمه می‌گیرد، و همه چیز نیز به آنجا باز می‌گردد. این منشأ بهزیستی، نگاه و احساسی به آن دارد که من در کتابم، قدرت مشیت، به آن اشاره کرده‌ام. به‌هرحال، ابراهام می‌تواند این خرد فرزانی را به شما عطا کند به این شرط که بتوانید صدرصد به آن منشأ متصل شوید و هرگز نیز در آن اتصال تردید نکنید - در بند بند کتاب، این مطلب مشهود است. از این روست که آن را نقطه عطف دنیای نشر می‌نامم.

شما در تماس مستقیم و هشیارانه، با چارچوب موجودات صادق و شفاف قرار دارید که فقط دغدغه بهزیستی شما را دارند. همه آنان به خاطرتان می‌آورند که شما از منشأ بهزیستی آمده‌اید و می‌توانید آن انرژی ارتعاشی والاتر را به سوی خود فراخوانید و اجازه دهید بدون وقفه، در هر جنبه زندگی‌تان جاری شود؛ یا می‌توانید در برابر آن مقاومت کنید، در نتیجه با آنچه فراهم‌کننده و خواهان است، قطع رابطه می‌کنید. این پیام بسیار شگفت‌آور و درعین‌حال بسیار سلیس است - که شما از منشأ عشق و بهزیستی آمده‌اید. وقتی با آن انرژی آرامش و عشق هماهنگ شوید، دوباره قدرت منشأتان را به‌دست می‌آورید - یعنی صاحب چنان قدرتی می‌شوید که می‌توانید خواسته‌های‌تان را متجلی کنید، بهزیستی را فراخوانید، و فراوانی را در جایی که پیش‌تر وجود داشت، جذب کنید

و به هدایت الهی در قالب افراد درست و اوضاع و احوال کاملاً مناسب دست یابید. این کاری است که منشأتان انجام می‌دهد و از آنجا که شما نیز از آن منشأ هستی گرفته‌اید، می‌توانید همان را انجام دهید و انجام می‌دهید.

من به شخصه یک روز تمام را با ابراهام گذراندم. با ایستر و جری ناهار خوردم و به صدها نوار ضبط شده ابراهام گوش سپردم، بنابراین، شما می‌توانید آن را دست اول از من بگیرید - شما در شرف آغاز سفر تغییر زندگی هستید که پیشنهادی است از جانب دو تن از اصیل‌ترین و معنوی‌ترین انسان‌های پاک و صدیقی که تا به اکنون دیده‌ام. جری و ایستر هیکس به اندازه‌ای از نقش‌شان در ارائه این آموزه‌ها به شما به وجد آمده‌اند که من از نوشتن این پیشگفتار برای ابراهام.

شما را به دقیق خواندن این کلمات و به کار بردن فوری آن‌ها تشویق می‌کنم. آن‌ها صورت اجمالی نظریاتی هستند که از سال‌ها پیش تا به اکنون ارائه کرده‌ام: «وقتی شیوه نگاه کردنتان را تغییر دهید، آنچه به آن نگاه می‌کنید، تغییر می‌کند.» شما در راستای دیدن و تجربه کردن دنیای کامل جدیدی هستید که هم‌اکنون در پیش چشمانتان تغییر می‌کند. این دنیایی است که از منشأ بهزیستی خلق می‌شود، که همانا از شما می‌خواهد به آن متصل شوید. ابراهام، سپاسگزارم که به من اجازه دادی در این کتاب پربار و ارزشمند، چند کلامی جاری کنم.

دوست‌تان دارم - همه شما را

وین

مقدمه مترجم

شاید باوری بس دشوار، یا ناممکن و گاه رعب‌انگیز به نظر برسد؛ چه بسا که اگر منشأ هستی و پیوند با این منشأ و خود واقعی را باور نکنیم، به واقع که می‌تواند چنین باشد. درک این حقیقت که افکار تا چه اندازه می‌توانند در زندگی ایفای نقش کنند و تأثیرگذار باشند، و همچنین احساسات منشعب از افکاری که در سر می‌پرورانیم، سراسر نشانه‌هایی هشداردهنده و مراکز اطلاع رسانی تمام و کمال‌اند؛ امری است بس خطیر و موهبتی است بس بی‌کران.

در دنیای به اصطلاح نو شده کنونی، شماری عظیم، چنان در دستاوردها و تمسک‌جویی‌های بیرونی غرق شده‌اند که رسیدن به هر نیکویی را فقط با توسل به مدد‌های بیرونی ممکن می‌پندارند و از خویشتن خویش یکسر بی‌خبر می‌مانند. آنان با دل سپردن به یاری آنچه نه در ایشان و در مسیر پیوند با منشأ هستی، که در بیرون است و وابسته به هر چه که مادی است، گاه دچار یأس می‌شوند و گاه به توهم خوشی درمی‌غلطند. این موجود مادی خواسته‌های فراوان دارد و هر چه را می‌بیند، می‌خواهد. در این راستا، گاه خود یا دیگران ملامتش می‌کنند و زیاده‌خواه می‌خوانندش، و زمانی نیز مستأصل و خشم فروخورده، دل از دنیا می‌کند و بی‌آنکه به نهانگاهش که همانا ملجأ درونی اوست، پناه برد، دست شسته و دل بریده، به انزوای متظاهرانه روی می‌آورد.

اما، اکنون و در عصر حاضر، درضمن می‌آموزیم که بر میل و خواستن ایرادی وارد نیست؛ که چشم بستن و در رؤیایها غرق شدن و در خیال‌پردازی سیر کردن، نه فقط اشکالی ندارد، که اگر با اصول و قانون (قاعده‌های بیان شده در این کتاب) صورت گیرد،

بسیار سودمند و بی‌گمان نتیجه بخش خواهد بود. با آشنایی بیشتر و بهتر با سامانه درون و آگاهی از خم‌ویچ‌های احساسی و اذعان به وجود ارتعاشاتی که در هر حالت و شرایط، تحت تأثیر آن برمی‌خیزند، دیگر خواستن نه جرم است نه گناه و نه درد. اگر می‌دانستیم از منشأیی می‌آییم که سراسر عشق است و مهر، که بهزیستی است و نیک‌روزی، که نیک‌اندیشی است و خیرخواهی، آن‌گاه باور می‌کردیم که برای هر خواسته‌ای نخست باید آن را در ساحت فکر شکل دهیم و بارها و بارها بر آن تعمق کنیم و حتم داشته باشیم که از آن ماست؛ چه ما از جایی می‌آییم که از وفور و فراوانی سرشار است و چنانچه پیوندمان را با آن حفظ کنیم، هر چیزی را در اختیار خواهیم داشت.

اگر به خاطر داشتیم هرچه که هست، چیزی نیست مگر ارتعاشاتی که با سرعت در حرکت‌اند و به شکل‌های گوناگون نمود می‌یابند، پس تأیید می‌کردیم که ما نیز از آن منشأ آمده‌ایم، از انرژی آن منشأ بهزیستی، و به همان جا باز می‌گردیم، پس مجازیم که به خواسته‌هایمان جامه عمل بپوشانیم.

اگر به آن منشأ هستی که برایمان جز نیکی در نظر ندارد، ایمان داشته، و مطمئن باشیم که کافی است از او درخواست کنیم تا اجابت کند، در آن صورت می‌توانیم آزادانه و آسوده‌خاطر، اندیشه‌پردازی کنیم و با برنامه‌ای حساب‌شده و سنجیده، آینده کوتاه و بلندمان را متصور سازیم و منتظر رخداد بهنگام آن باشیم.

در کتاب حاضر، آموزه‌های آموزگاران معنوی در قالب کلام یک نفر (ابراهام - اما آن‌گونه که خود توضیح می‌دهد در قالب گروه)، و به مدد نویسنده واجد شرایط ایستر، به اتفاق همسرش جری هیکس، با روش‌هایی ساده و ملموس آمده است. هدف ارائه این آموزه‌ها این است که بدانیم ما به جایی تعلق داریم که از آنجا آمده‌ایم و به همان جا نیز می‌رویم. بنابراین، پیوسته باید پیوندمان را با آن به خاطر داشته و مطمئن باشیم که همه خواسته‌هایمان اجابت می‌شوند، اما لازم است با اندیشیدن افکاری مثبت در راستای خواسته‌مان و همانا کنار گذاشتن مقاومت، برای بهره‌مندی از خواسته‌های اجابت شده‌مان، مسیری هموار فراهم آوریم.

در بخش نخست کتاب، کالبد درون و برون آدمی، احساسات برخاسته از درون و تأثیرشان در مجموعه رخدادهای روزانه و در نتیجه تجربه لحظه به لحظه زندگی، و واقعیت‌های این جسم مادی که در حقیقت از دو بخش بیرونی (یعنی کالبد خارجی، یا مادی) و درونی (کالبد داخلی، یا غیرمادی) تشکیل شده است، سخن می‌رود. در بخش دوم، روش‌هایی برای رسیدن به خود واقعی‌مان، یعنی قرار داشتن در ساحت پیوند با آن منشأ بهزیستی، و در نتیجه رسیدن به میل و خواسته‌های‌مان و دستیابی به آنچه به‌واقع متعلق به خودمان است، مطرح می‌شود.

شادی واقعی از آن کسانی باد که جوینده راه راستی‌اند.

مینا اعظامی

مقدمه

(به قلم جری هیکس)

نگارش این مقدمه را زمانی آغاز می‌کنم که خورشید بر پهنه خطه ساحلی ملیبو^۱ آشکار می‌شود. گویی این رنگ نیلی شفاف اقیانوس آرام در این وقت صبح، با عمق لذت و سروری همخوان است که از تصور دستیابی به گنجی ارزشمند که از طریق الهامات این کتاب نصیب‌تان می‌شود، احساس می‌کنم. بخواهید و به شما داده می‌شود، بی‌تردید کتابی است درباره اینکه «خواسته»‌های ما از جانب قادر توانا اجابت می‌شوند. همچنین اساساً درباره این است که چگونه آنچه درخواست می‌کنیم، به ما داده می‌شود و درضمن، نخستین کتابی است که تاکنون با اصطلاحاتی چنین شفاف، روش کاربردی ساده‌ای را برای چگونه درخواست کردن، و آن‌گاه چگونه دریافت کردن آنچه می‌خواهید وجود داشته باشد، یا انجام دهید یا در اختیار داشته باشید، ارائه می‌دهد.

چندین دهه پیش، هنگامی که به دنبال پاسخ‌هایی قابل قبول برای جستجوی بی‌پایانم برای دانستن چیستی «آن» بودم، واژه توصیف‌ناشدنی را یافتم. توصیف‌ناشدنی با نتیجه‌ای که از کلیت آن برداشت کرده بودم، منطبق بود. من به این نتیجه رسیده بودم که هرچه به شناختن غیرمادی‌ها نزدیک‌تر می‌شویم، کمتر می‌توانیم در غالب واژه‌هایی شفاف آن را اظهار کنیم. همین‌طور، هر مرحله دانستن کامل نیز به نوعی

ناگفتنی و توصیف ناشدنی است. به عبارت دیگر، در این هنگامه واقعیت زمانی مکانی مان، غیرمادی‌ها نمی‌توانند با واژه‌های مادی توصیف شوند.

ما در سراسر تاریخ مادی، به ده‌ها و صدها نظریه، مذهب، اعتقاد و باور تکامل یافته‌ایم. با وجود هزاران هزار متفکری که فکر کرده، نتیجه‌گیری کرده و باورهای‌شان را به نسل‌های بعد انتقال داده‌اند، ما هنوز - دست‌کم در کلامی متفق - واژه‌هایی مادی برای توصیف غیرمادی نیافته‌ایم.

تاریخ ثبت‌شده، اسنادی را حفظ کرده است، اما شمار اندکی از این موجودات پرشمار توانسته‌اند هشیارانه با خرد غیرمادی ارتباط برقرار کنند. برخی را ارجمند داشته‌اند و برخی دیگر را مورد لعن قرار داده‌اند. به هر صورت، بیشتر کسانی که از ارتباط با غیرمادی آگاه شده‌اند (شاید از ترس اینکه لعن یا حتی طرد شوند) تصمیم گرفتند درباره وحی‌های‌شان با کسی سخن نگویند.

می‌توان موسی، عیسی، محمد، ژاندارک، ژوزف اسمیت... را نام برد، اما شمار کمی از کسانی که برای انگلیسی‌زبانان شناخته شده‌اند... هریک دریافت‌کنندگان بی‌واسطه هوش غیرمادی بوده‌اند؛ بیشتر کسانی که با سرانجام نابهنگام و دشوار مادی مواجه شده‌اند. بنابراین، هرچند هریک از ما به‌طور مستقیم شکلی از هدایت غیرمادی را دریافت می‌کنیم، فقط شمار کمی، افکار غیرمادی‌ای را دریافت می‌دارند که برای ترجمه به کلمات مادی شفافیت لازم را دارند - و از آن شمار اندک، شمار کمتری مایل‌اند تجربه‌شان را برای دیگران فاش کنند.

من این مطالب را در قالب کتابی که شما خواهان مطالعه آن هستید، به این دلیل یادآور می‌شوم که همسرم ایستر، یکی از انسان‌های نادری است که می‌تواند به اراده خود ذهن هشیارش را چنان بیارامد که اجازه دهد پاسخ‌های غیرمادی پرسش‌هایی را که مطرح می‌شوند، دریافت کند. ایستر به نوعی مجموعه افکار (نه کلمات) را دریافت می‌کند و درست به مانند مترجمی اسپانیایی که اندیشه‌ای را به کلمات اسپانیایی می‌شنود و آن را (با کلمات واقعی) به انگلیسی ترجمه می‌کند، ایستر نیز بلافاصله افکار غیرمادی را به نزدیک‌ترین کلمات مشابه (انگلیسی) ترجمه می‌کند.

خواهش می‌کنم توجه داشته باشید از آنجا که همیشه برای توصیف افکار غیرمادی‌ای که ایستر دریافت می‌کند، کلمات مادی کافی وجود ندارند، او گاه آمیخته‌ای از کلمات را به کار می‌برد؛ ضمن آنکه از کلمات تثبیت شده نیز به شیوه‌هایی نو استفاده می‌کند (مثلاً آن‌ها را با حرف بزرگ می‌نویسد، درحالی‌که در موارد عادی این‌گونه نوشته نمی‌شوند) تا از این طریق راه‌های جدید نگاه کردن به زندگی را بیان کند. به عبارت دیگر، عبارت متداول بهزیستی^۱، یعنی مقطع شاد، سلامت، یا موفق بودن. اساس نظریه نامعمول ابراهام که به بهزیستی با حرف بزرگ ترجمه می‌شود، درباره بهزیستی گسترده‌تر جمعی و غیرمادی است که به‌طور طبیعی برای همه ما جاری می‌شود، مگر آنکه کاری انجام دهیم که آن را مختل کنیم.

از آنجا که من و ایستر از سال ۱۹۸۶، هر سال به پنجاه شهر رفته‌ایم تا کارگاه آموزشی برگزار کنیم، و هریک از افراد شرکت‌کننده می‌توانستند پرسش‌هایی را درباره هر موضوعی که می‌خواستند، مطرح کنند یا به بحث بگذارند، برای مطرح کردن هیچ موضوعی ممنوعیت وجود ندارد. هزاران نفر از گروه‌های مختلف نژادی، سطوح مختلف زندگی، حوزه‌های فکری گوناگون... حضور یافتند و همگی می‌خواستند به نوعی زندگی‌شان را بهبود بخشند، و چه به‌طور مستقیم به خودشان چه به‌صورت غیرمستقیم به دیگران کمک کنند. از نظر آنان که بیشتر درخواست کرده‌اند، پاسخ‌ها - از طریق ایستر هیکس از سوی هوش غیرمادی - داده شده است.

درعین حال در پاسخ به درخواست کسانی چون شما که می‌خواهید بیشتر بدانید، نظریه بهزیستی به شکل کتاب تکامل یافته است.

در کانون این آموزه‌ها قدرتمندترین قانون دنیا، یعنی قانون جاذبه وجود دارد. بیش از چندین دهه پیش، ما آموزه‌های ابراهام را در فصلنامه‌مان، علم رقم زدن عاقدانه^۲ منتشر کرده‌ایم که دورنمای مجموعه پرسش‌های مطرح شده شرکت‌کنندگان کارگاه‌های هنر گشودن در^۳ را مشخص کرده است. به این ترتیب، این نظریه با ارائه پرسش‌ها و دورنماهای تازه شما به ما، پیوسته سیر تکامل را می‌پیماید.

1. well-being

2. The Science of Deliberate Creation

3. Art of Allowing Workshops

این کتاب روشی عملی را در واقعیت معنوی به شما معرفی می‌کند. به شما می‌گوید که چگونه سراپا در این حال و هوا باقی بمانید - یعنی چگونه باشید، چگونه انجام دهید یا چگونه آنچه را خشنودتان می‌کند، در اختیار داشته باشید. این کتاب به شما می‌آموزد که چگونه نباشید، چگونه انجام ندهید، یا چگونه چیزی را که خشنودتان نمی‌کند، واگذارید.

مزی