

همین حالا تجلی کن

شناخت و شکوفایی قدرت درون،
زیکارهای تجسم و تجلی آرزوها



ایدل احمد

مترجم: نرمین خامنه

انتشارات سبز

سرشناسه : ایدل، احمد. Ahmed, Idil
 عنوان و نام پدیدآور : همین حالا تجلی کن : شناخت و شکوفایی قدرت درون، راهکارهای تجسم و تجلی آرزوها
 نویسنده ایدل احمد؛ مترجم نرمین خامنه.
 مشخصات نشر : تهران : سبزان، ۱۳۹۹.
 مشخصات ظاهری : ۲۳۲ ص.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۱۱۷-۵۵۳-۴
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 یادداشت : عنوان اصلی: Manifest now
 عنوان دیگر : شناخت و شکوفایی قدرت درون، راهکارهای تجسم و تجلی آرزوها.
 موضوع : خودسازی -- معنویت -- جسم و جان
 شناسه رده : خامنه، نرمین، ۱۳۶۶، مترجم
 رده بنده کهره : BF۶۳۷
 رده بندی دیپ : ۲۰۴
 شماره کتابخانه ملی : ۷۳۱۵۴۱۴

انتشارات سبزان

میدان فردوسی - خیابان موسوی رفیعت - ساخه مان ۵۴ - تلفن: ۸۸۳۱۹۵۵۸-۸۸۸۴۷۰۴۴

همین حالا تجلی کن

شناخت و شکوفایی قدرت درون، راهکارهای تجسم و تجلی آرزوها

نویسنده: ایدل احمد

مترجم: نرمین خامنه

ویراستار: بیتا دارابی

ناشر: سبزان

خدمات نشر: واحد فنی سبزان

۸۸۳۴۸۹۹۱ - ۸۸۳۱۹۵۵۷

نوبت چاپ: اول - زمستان ۱۳۹۹

شمارگان: ۸۰۰ نسخه

قیمت: ۴۵،۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۱۷-۵۵۳-۴

فهرست

- ۹ مقدمه مترجم
- ۱۱ مقدمه نویسنده
- ۱۷ ۱ | همین حالا تجلی کن
- ۲۱ ۲ | همه چیز از ذهن شروع می شود
- ۳۱ ۳ | انرژی ذهنت را هدایت کن
- ۳۹ ۴ | از انرژی ذهن، جهت برتری خود استفاده کن
- ۴۷ ۵ | جریان عشق درون
- ۶۳ ۶ | رها کردن، پذیرفتن، مرحله اعتماد
- ۶۷ ۷ | جسم خود را برای دریافت انرژی بیشتر بهینه سازی کن
- ۷۳ ۸ | پنج راه برای بالا بردن ارتعاشات در طول فرایند تجلی
- ۸۳ ۹ | روح: تو فراتر از جهان مادی هستی
- ۹۱ ۱۰ | انرژی نو، خوش آمدی!
- ۹۷ | تکنیک تجلی آرزوها
- ۱۰۵ ۱۲ | رهایش کن
- ۱۲۱ ۱۳ | سوالاتش فکر کن
- ۱۷۹ ۱۴ | آینه آینه کجی کن
- ۲۱۳ ۱۵ | ذهنیت جذب کرده شو
- ۲۲۹ ۱۶ | همه چیز امکان پذیر است

این کتاب هنگامی به دستم رسید که در حال سفر و شناخت هرچه بیشتر درون خود بودم. با خواندن اسم آن، ابتدا تصور کردم پیش رویم کتابی مشابه به کتاب راز اثر رانا پریت جوهر بود که صرفاً با تمرین و تمرکز بر تصویرها و آرزوها، خواهان دستیابی به نتیجه مطلوب است. اما با جلوتر رفتن فصول، متوجه نکاتی بسیار جالب و رمزآلود در این کتاب شدم که در واقع آنها را بارها و بارها در زندگی‌ام بی‌آنکه بدانم، تجربه کرده بودم. در روند کتاب تأکیدها و تکرارهای مکرر نویسنده تا چند فصل آغازین برایم بارها جای سؤال داشت؛ مطلبی واحد بود که هر بار به شیوه‌ای دیگر در روند کتاب بازگو می‌شد. ولی با شروع تغییرات و مشاهده نشانه‌های هرچند کوچک در زندگی روزانه‌ام و مطالعه در برخی از کتب روانشناسی، توانستم پی به علت این تأکیدها و تکرارها ببرم. با هر بار خواندن عبارات، در واقع آنها را به خود دیکته کرده و به‌تدریج به‌طور کاملاً هشیار، امر به فراهم آوردنشان می‌دادم. به‌مرور، اعداد، اتفاقات و کلیات همه معنی پیدا می‌کردند.

ذهن ما همواره در عوالم گذشته و آینده سیر می‌کند، حال آنکه همه چیز در همین لحظه، در زمان حال رخ می‌دهد. همین حالا تجلی کن بیان می‌کند که کارها را به‌جای آنکه به تأخیر انداخته یا صرفاً خیالشان کنید، همین‌ک و از همین امروز

آغازشان کنید. این کتاب می‌آموزد که چگونه افکار منفی و اشتباهات گذشته را ترک کرده و قدم به قدم افکاری نو و سازنده را جاگزینشان کنید، که همه اینها مستلزم پیگیری و تکرار است. این کتاب به خوبی به شما می‌آموزد که نتایج بزرگ از زمانی حاصل می‌شود که تصمیم به کار بر روی خود بگیرید. هنگامی که تصمیم بگیرید در مورد همه چیز با خود صادق باشید، شروع به پذیرش و سپس تغییر خواهید نمود. همواره باید این را به یاد داشته باشیم که ما در هر لحظه از زندگی مان قادر به تغییر ذهنیت و از نو ساختن خود هستیم. همه چیز بستگی به خودمان دارد، هرچیز که به زندگی مان وارد یا خارج می‌شوند را خود تعیین می‌کنیم. همه چیز از ذهن و تلاش آغاز می‌شود. همین حالا تجلی کن شما را به گونه ای راهنمایی می‌کند که بتوانید چیزهایی که مانع دستیابی به آرزوهایتان می‌شود را رها کرده و حقیقت درونی خود را نظاره کنید. همین طور به شما کمک می‌کند که مثبت اندیش شوید. امیدوارم تا هنگام دستیابی به آرزوهایتان باقی بمانید. پیشاپیش برای آنچه می‌خواهید، جلی کنید، حش گرفته و شاکر باشید.