

The Secret

السِّر

DAILY TEACHINGS

Rhonda Byrne

"ليكن المظهر كالجواهر
وليكن الظاهر كالباطن"

اللوح الزمردى حوالي عام 3000 ق م



أهدي هذا الكتاب إليك..
ندعو الله أن يساعدك السر
على تحقيق الحب و البهجة في كل حياتك
هذا هي أمنيته
لك و للعالم كله

المحتويات

3	المقدمة
6	السر ينكشف
25	تبسيط السر
37	كيف نستخدم السر؟
55	العمليات الفعالة
72	سر المال
94	سر العلاقات
93	سر الصحة
105	سر العالم
115	السر لاكتشاف نفسك
129	سر الحياة

المقرمة

منذ عام تحطمت حياتي من حولي، فقد رحمت أعمل إلى حد الإنهاك، وتوفي أبي فجأة، واضطربت علاقاتي بزملاء العمل والأعزاء علي. في ذلك الحين، لم أكن أعرف أن أعظم هبة سأحصل عليها كانت ستولد من رحم أكبر محنة في حياتي.

وبدت لي لمحة من سر عظيم "سر الحياة". أتت تلك اللمحة من كتاب عمره مائة عام، أعطتني إياه ابنتي هايلى. ورحمت أتتبع مسار السر عبر التاريخ. لم أكن أصدق أن كل هؤلاء الأشخاص كانوا مطلعين عليه. كانوا عظماء التاريخ : أفلاطون، شكسبير، نيوتن، هوجو، بتهوفن، لينكولن، ايمرسون، اديسون، اينشتاين.

وتساءلت مندهشة، لماذا لايعلم جميع الناس بهذا؟ وانتابتنى رغبة ملحة في أن أشارك العالم كله السر، وشرعت أبحث عن أشخاص أحياء في يومنا هذا، ممن يعلمون السر.

وأخذوا يبرزون واحد تلو الآخر، وتحولت إلى مغناطيس، فما إن بدأت أبحث حتى راح معلم بعد آخر من المعلمين الأحياء العظماء ينجذبون نحو طريقي.

حينما كنت أكتشف أحد المعلمين، كان يدلني على معلم آخر في سلسلة متصلة، وحين كنت أحميد عن المسار الصحيح، كان يظهر شيء آخر يستحوذ على انتباهي، ومن خلال اذا التشعب عرفت المزيد من المعلمين العظماء، واذا حدث بالمصادفة أنني ضغطت الوصلة الخطأ في عملية البحث على شبكة النت، أجدها قادتني إلى معلومة شديدة الأهمية. وفي غضون أسابيع قليلة، كنت قد تتبعت مسار السر عبر القرون الماضية، واكتشفت من يمارسونه كذلك في عالمنا المعاصر.

سيطرت على عقلى فكرة أن انقل السر للعالم في فيلم، وعلى مدى الشهرين التاليين كان فريق إنتاج الأفلام والأعمال التليفزيونية الخاص

بي قد تعلم السر. كان أمرا حتميا أن يعلم به كل عضو من الفريق لأنه بدون اطلاعه هذا ستكون محاولتنا مستحيلة.

لم يؤكد أي معلم ممن اخترناهم أنه سيظهر معنا في الفيلم، ولكننا كنا نعلم السر، وهكذا وبإيمان تام، سافرت من أستراليا إلى الولايات المتحدة حيث توجد الغالبية العظمى من المعلمين، وبعدها بسبعة أسابيع، كان فريق السر قد سجل مع خمسة وخمسين من أعظم المعلمين على نطاق الولايات المتحدة، مما تجاوز 120 ساعة من المادة الفلمية، ومع كل خطوة، ومع كل نفس استخدمنا السر لكي نصنع فيلم السر، وقد جذبنا إلينا كل شيء وكل شخص بعدها بثمانية شهور انطلق السر للعرض على شاشات السينما.

وبينما كان السر يكتسح العالم، بدأت قصص المعجزات تتدفق إلينا، كتب أشخاص عن شفائهم من ألم مزمن، من الإكتئاب، أو امراض عضوية، أو مشوا على أقدامهم لأول مرة بعد حادثة، بل ومنهم من تعافوا ناهضين من فراش الموت، تلقينا آلاف القصص حول استخدام السر في جلب مبالغ ضخمة من المال والشيكات غير المنتظرة بالبريد، وسيارتهم، ووظائفهم، وترقياتهم، مع التحول الذي جرى للعديد من المشروعات التجارية بعد أيام من تطبيق السر. وكانت هناك حكايات تبعث الطمأنينة في القلوب عن علاقات أسرية كانت على وشك الانهيار وحرمان الأطفال من آبائهم، ولكنها استعادت انسجامها وتوازنها بعد اطلاع أطرافها على السر.

وبعض من أكثر القصص التي تلقيتها عمقا، أتت من أطفال يستخدمون السر ليجذبوا اليهم ما يشدوون، بما في ذلك التقديرات المدرسية العالية والأصدقاء. ألهم السر بعض الأطباء ليتشاركوا المعرفة مع مرضاهم، وحدث الحدو نفسه جامعات ومدارس مع طلابهم، ونواد صحية مع عملائها، ودور العبادة والمراكز الروحية مع المترددين عليها. وعقدت حفلات خاصة "بالسر" في منازل بأنحاء العالم، كما أن الأشخاص تشاركوا معرفتهم مع من يحبونهم ومع أفراد أسرهم. وتم استخدام السر لجذب جميع الأشياء من كل لون - بدءاً من الريشة

ووصولاً إلى عشرة ملايين من الدولارات. جرى هذا كله في غضون شهور قليلة من عرض الفيلم.

ومقصدي من وراء صنع السر، كان وما زال أن أمنح البهجة لملايين الأشخاص حول العالم. ويعايش فريق السر تحقّق ذلك المقصد على أرض الواقع يومياً، لأننا نتلقى آلاف مؤلفة من الرسائل من أشخاص من جميع أنحاء العالم ومن جميع الأعمار، وجميع الأعراق، وجميع الجنسيات، معربين عن امتنانهم للبهجة التي منحهم أياها السر. لا يوجد أي شيء لا يمكنك القيام به بصرف النظر عن تكون أو أين أنت، فبوسع السر أن يمنحك ما تشاء أياً كان.

لقد شارك أربعة وعشرون معلماً مدهشاً في هذا الكتاب، وقد تم تسجيل كلماتهم فيلماً في كل أنحاء الولايات المتحدة، في أوقات مختلفة، مع ذلك فإنهم يتحدثون كصوت واحد. يحتوي الكتاب على كلمات معلمي السر، كما أنه يحتوي على قصص خارقة للسر في حيز التطبيق. لقد طرحت جميع المسارات والإشارات السهلة والطرق المختصرة التي تعلمتها بحيث أساعدك على أن تعيش الحياة التي تحلم بها.

ستلاحظ عبر الكتاب إنني أركز على كلمة أنت، وسبب هذا إنني أردت منك، أيها القارئ، أن تشعر إنني وضعت هذا الكتاب من أجلك. وأن تعلم إنني أتحدث اليك شخصياً عندما أقول أنت، ومقصدي هو أن تشعر بالحميمية مع تلك الصفحات، لأن السر قد أعد من أجلك أنت. عندما تبحر عبر صفحاته وتتعلم السر، ستعرف كيف يمكنك أن تحظى بأي شيء تريد وأن تقوم بأي شيء تريد. ستعرف من أنت حقاً، ستعرف الروعة الحقيقية التي بانتظارك.

السر ينكتم

بوب بروكتور (فيلسوف، مؤلف ومدرب شخصي)



تأتت حكمة بوب بروكتور من سلسلة من المعلمين العظام، بدأت هذه السلسلة من أندرو كارنيجي الذي نقلها إلى نابليون هيل و الذي نقلها إلى إيرل نايتنجل. عمل بوب في مجال إمكانيات العقل على مدى أكثر من 40 عاما. و يسافر حول العالم ليعلم الناس "السر" و يساعد الشركات و الاشخاص على صنع حياة زاخرة بالوفرة و الثراء عبر قانون الجذب. و هو مؤلف كتاب (You Were Born Rich) الذي حقق أفضل المبيعات عالميا. www.bobproctor.com



"يمكنك السر أي شيء تريد : السعادة، الصحة والثروة."

د. جو فيتال (متخصص في علم ما وراء الطبيعة والتسويق ومؤلف)



كان مشردا قبل 20 سنة، و هو الان يعد واحدا من افضل متخصصي التسويق في العالم. و قد كتب عددا من الكتب تتعلق بمبادئ النجاح و الوفرة، بما فيها (Life's Missing Instruction Manual,Hypnotic) و (Writing,The Attractor Factor) و كلها حققت أفضل المبيعات و يعد معالجا بالتنويم المغناطيسي معتمدا، و ممارسا للميتافيزيقا، و له مكانة في الوسط الديني، و معالج بالتشفي كونج. www.mrfire.com



"يمكنك أن تمتلك، تفعل، وتكون أي شيء تريده."

جون اساراف (رجل أعمال وخبير استثمار)



صبي شوارع سابق، لكن جون اساراف هو الآن مؤلف يحقق أفضل المبيعات عالميا، و محاضر و استشاري أعمال تجارية، و يقوم بمساعدة رجال الأعمال على تحقيق ثروة أضخم حجما و على أن يعيشوا حياة مترفة. كرس جون الخمسة و العشرين عاما السابقة في إجراء أبحاث حول العقل الإنساني، و فيزياء الكم، و استراتيجيات إدارة الأعمال، لأنها جميعا ترتبط بتحقيق النجاح في العمل و الحياة، و قد طبق ما تعلمه، فأسس أربع شركات تقدر رؤوس أموالها بالملايين من لاشيء تقريبا. و هو الآن يشارك أفكاره في ربح المال و تأسيس المشاريع التجارية مع رجال الأعمال و مالكي المشاريع الصغيرة على مستوى العالم. www.johnassaraf.com



يمكنك أن تحظى بما تختار مهما كان. ولا يهمني مدى ضامته.

ما نوع المنزل الذي تريد أن تعيش فيه؟ هل تريد أن تكون مليونيرا؟ ما نوع العمل الذي تريد أن تمارسه؟ هل تريد المزيد من النجاح؟ ما الذي تريده حقا؟



د. جون ديمارتيني (فيلسوف ومعالج للأمراض وبتقويم العمود الفقري يدويا، ومتخصص في التطور الشخصي)

معالج للأمراض وبتقويم العمود الفقري يدويا، حاصل على بكالوريوس في العلوم. في بداية مرحلة التعلم، أخبره الاخصائيون بأنه يعاني خلا في مهارات التعلم. لكن جون ديمارتيني الان طبيب و فيلسوف و مؤلف و محاضر دولي. و لسنوات عديدة كان لديه عيادة علاج بتقويم العمود الفقري يدويا ناجحة. و أختير ذات مرة كمعالج العام. يعمل ديمارتيني حاليا كمستشار للأخصائيين الصحيين، و يتحدث و يكتب حول موضوعات العلاج و الفلسفة. و قد ساعدت طرائقه في التحول الشخصي آلاف الاشخاص في العثور على قدر أعظم من النظام و السعادة في حياتهم. www.drdemartini.com



"هذا هو سر الحياة الأعظم."

د. دينيس ويتلي (عالم نفس و مدرب في مجال الأمكانيات العقلية)



واحد من أكثر المؤلفين الامريكيين احتراماً و يعمل كذلك محاضرا و مستشارا حول تحقيق أعلى أداء انساني. تم تعيينه لتدريب رواد الفضاء بوكالة ناسا، ثم طبق البرنامج نفسه فيما بعد على الأبطال الرياضيين الأولمبيين. و ألبومه المسموع **the psychology of winning** من البرامج التي تحقق افضل المبيعات طوال سنوات عديدة و موضوعه السيطرة على الذات. www.waitley.com



" فيما مضى، أراد القادة والزعماء الذين عرفه السر الاحتفاظ بالقوة وعدم مقاسمتها مع الآخرين، وحرصوا على إخفاء السر عن الناس. كان الناس يذهبون للعمل، يؤدون وظائفهم ثم يعودون للمنزل. كانوا يدهون في دوائر مفرغة دون طاقة، لأن السر كان قاصرا على قلة قليلة. "

عبر التاريخ كان هناك الكثيرون ممن تاقوا لمعرفة السر وسعوا اليه. وكان هناك الكثيرون ممن وجدوا سبيلا إلى نشر هذا المعرفة إلى العالم.

مايكل بيرنارد بيكهيث (عالم روحاني ومؤسس مركز أجابي العالمي الروحاني)



في عام 1986 قام د. بيكهيث، وهو رجل تقدمي غير منازح لدين أو عرق أو حزب معين، يسعى إلى الإصلاح، قام بتأسيس مركز (أجابي) الروحاني العالمي والذي يبلغ عدد أعضائه 10.000 عضو محلي، وله مئات الآلاف من الفروع الصديقة في جميع أنحاء العالم، وهو يخدم في مجالس عالمية مع كواكب من المستنيرين الروحيين مثل فحامة الدالايلاما. يقوم بيكهيث بتعليم التأمل و الدعاء بشكل علمي، وينظم اعتكافات تأملية في مؤتمرات و منتديات...



[www. agapelive. com](http://www.agapelive.com)

"لقد شاهدت الكثير من المعجزات تحدث في حياة الناس. معجزات مالية، معجزات الشفاء البدني والعقلي، ومعالجة العلاقات الإنسانية."

جاك كانفيلد (مؤلف، معلم، مدرب في الشؤون الحياتية ومتحدث تحفيزي)




مؤلف كتاب (مبادئ النجاح) و قد شارك في تأليف سلسلة الكتب التي حققت أفضل المبيعات وفقا لجريدة نيهيورك تايمز و هي بعنوان (شهوة الدجاج للروح)، و التي صدر منها حاليا أكثر من 100 مليون نسخة. و هو خبير أمريكا الرائد في صنع النجاحات الفائقة لرجال الأعمال، و قادة الشركات و المدراء و رجال المبيعات المحترفين و الموظفين و المتعلمين.. و قد ساعد مئات الآلاف من الافراد على تحقيق أحلامهم. [www. jackcanfield. com](http://www.jackcanfield.com)



"كل هذا حدث بسبب معرفة كيفية تطبيق السر"

★ ما هو السر؟؟؟

بوب بروكتور 

لعلك على الأرجح تجلس هناك متسانلا: ما هو السر؟ وسوف أخبرك كيف توصلت إلى فهمه. أننا جميعا نعمل بطاقة لا نهائية واحدة، ونقود أنفسنا وفقا للقوانين أنفسنا. إن القوانين الطبيعية للكون على قدر كبير من الدقة بالدرجة التي تجعلنا لا نجد أية مشقة في بناء سفن الفضاء، وتمكنا من إرسال البشر إلى القمر، وضبط توقيت الهبوط بدقة. حيث كنت، بالهند، استراليا، لندن، نيهيورك، يجب أن تعلم أننا جميعا نعمل وفقا لطاقة واحدة وقانون واحد، وهو قانون الجذب !

السِرُّ هُوَ قَانُونُ الْجَذْبِ 👍

كل شيء يحدث في حياتك، فأنت من قمت بجذبه إلى حياتك، وقد انجذب اليك عن طريق الصور التي احتفظت بها في عقلك، أي ما تفكر فيه. فأيا كان الشيء الذي يدور بعقلك فإنك تجذبه اليك.



"كل فكرة من أفكارك هي شيء حقيقي. إنما قوة." "

(1891-1834) Prentice Mulford

إن أعظم المعلمين الذين عاشوا في التاريخ أخبرونا بأن قانون الجذب هو الأكثر قوة و فاعلية.

فالشعراء من أمثال شكسبير قد جسدوه في شعرهم. والموسيقيون من أمثال بتهوفن عبروا عنه في موسيقاهم. والرسامون من أمثال دافنشي قد صوروه في رسومهم. والمفكرون العظام بمن فيهم سقراط، افلاطون، والف والدو ايمرسون، فيتاغورث، فرانسيس بيكون، اسحاق نيوتن، يوهان فولفجانج فون جوته، فيكتور هوجو، تقاسموه معنا في كتاباتهم وتعاليمهم. وقد خلدت اسماؤهم وعاشت ذكراهم عبر القرون.

إن العقائد والأديان والحضارات المختلفة مثل الحضارة البابلية والمصرية القديمة، كلها قد جسدت لنا قانون الجذب في كتاباتها وقصصها. وقد تم تسجيل القانون عبر الأجيال بكافة أشكاله، حيث يمكن أن نجده في الكتابات القديمة عبر جميع القرون. وقد تم تسجيل القانون على الحجارة في سنة 3000 ق. م وبالرغم من هذا كله، فالبعض تاق إلى هذه المعرفة وسعى إليها، ووصل إليها بالفعل، وكانت دائما متاحة لأي شخص يمكنه اكتشافها.


لقد بدأ القانون مع بدء الزمان. لقد كان موجودا، وسوف يظل موجودا.

إنه القانون الذي يحدد النظام الكامل في الكون. كما يحدد كل لحظة من حياتك، وفي كل شيء تشعر به أو تعيشه في حياتك، وبصرف النظر عن كون، أين تكون، فقانون الجذب يشكل تجربة

حياتك برمتها، وهذا القانون له قوة وفاعلية، ويؤدي ذلك من خلال أفكارك، فأنت من تملك دفع قانون الجذب للعمل، وذلك يتم من خلال أفكارك.



في عام 1912 ، وصف تشارلز هانيل قانون الجذب على أنه القانون الأعظم الذي لا يخطئ ويعتمد عليه نظام الأشياء.

بواب بروكتور 

دائما ما عرف الحكماء ذلك، وتستطيع أن تدرك ذلك بالنظر إلى البابليين القدماء، فقد كانوا يعرفون هذا دائما، انهم مجموعة صغيرة متميزة من البشر.

قام العلماء والمؤرخون بتسجيل ودراسة حضارة البابليين القدماء برخائها، كما عرف البابليون أيضا بابداعهم في صنع واحدة من عجائب الدنيا السبع، وهي الحدائق المعلقة. فمن خلال استيعابهم لقوانين الكون وتطبيقها صاروا أحد أثرى الشعوب في التاريخ.

بواب بروكتور 

لماذا، في اعتقادك، تجني نسبة 1% من البشر حوالي 96% من إجمالي المال المجهود في العالم؟ هل تظننا مصادفة؟ إن الأمر مصمم على ذلك النحو. فهم يفهمون أمرا ما. إنهم يفهمون السر، وأنت الآن سوف تتعرف على السر.

إن الأشخاص الذين جذبوا الثروة إلى حياتهم استخدموا السر، سواء بقصد منهم أم بدون قصد، فهم يفكرون في الثراء والرخاء، ولا يسمحون لأية أفكار مناقضة لهذا أن تضرب بجذورها في عقولهم. إن الأفكار المسيطرة على عقولهم تدور حول الثروة. انهم لا يعرفون أي شي سوى الثراء، ولاشي عداه يوجد في عقولهم. وسواء كانوا واعين بهذا أم لا، فإن افكارهم المهيمنة حول الثروة هي ما تجلب لهم الثروة، إنه قانون الجذب في حيز التطبيق.

إليك هذا المثال النموذجي على تجسد السر وقانون الجذب: لعلك سمعت عن أشخاص كونوا ثروة ضخمة وفقدوها كلها. وفي غضون فترة وجيزة كسبوا ثروة ضخمة من جديد. ما حدث مع هؤلاء، سواء علموا بذلك أم لا. هو أن أفكارهم المهيمنة تركزت حول الثروة، وهكذا قد كسبوا في المرة الأولى، ثم سمحوا لأفكار الخوف من فقدان الثروة أن تدخل عقولهم، إلى أن صارت أفكار الخوف من فقدان الثروة تلك هي أفكارهم المهيمنة. لقد رجحوا كفة أفكار فقدان الثروة، وبذلك فقدوا كل شيء، ولكنهم عندما فقدوا كل شيء، اختفى ما بداخلهم من خوف من فقدان الثروة، بذلك هيمنت أفكار الثروة على عقولهم مرة أخرى، وعادت اليهم الثروة. يستجيب القانون لأفكارك بصرف النظر عن ماهيتها وطبيعتها.

☆ الشبيه يجذب اليه شبيهه.

جون أساراف 

إن أبسط طريقة بالنسبة لي لاستيعاب قانون الجذب هي أن أعتبر نفسي مغناطيسا، وأنا أعلم أن المغناطيس يجذب اليه مغناطيسا. وأنت أقوى مغناطيس في الكون، فبداخلك قوة مغناطيسية أشد بأسا وفاعلية من أي شيء في هذا العالم، وهذه القوة المغناطيسية التي لا يسبر غورها تنبعث من أفكارك.

بوب دويل  (مؤلف ومتخصص في قانون الجذب)

هو مبتكر و موزع برنامج **Wealth Beyond Reason**، و هو برنامج دراسي متكامل متعدد الوسائط حول قانون الجذب و تطبيقه العلمي. ركز بوب على علم قانون الجذب لكي يساعدكم على تفعيل القانون في حياتكم بصورة هادفة، و لجذب الثروة و النجاح و العلاقات الرائعة. www.wealthbeyondreason.com



بصورة أساسية، ينص قانون الجذب على أن الشبيه يجذب اليه شبيهه، ولكننا نتحدث عن أحد مستويات التفكير لتحقيق الجذب.

ينص قانون الجذب على أن الشبيه يجذب اليه شبيهه، وهكذا حينما تفكر في فكرة ما، فإنك كذلك تجذب الأفكار الشبيهة إليك، واليك المزيد من الأمثلة حول قانون الجذب التي قد تكون عشتها في حياتك: هل سبق لك أن فكرت في شيء لست راضيا عنه، وكلما فكرت بشأنه ساء الحال؟ ذلك لأنك عندما تفكر في فكرة واحدة بشكل دائم فإن قانون الجذب على الفور يجلب المزيد من الأفكار البغيضة الشبيهة اليك، بحيث يبدو أن الوضع يزداد سوءا وكلما منحت الأمر مزيدا من التفكير زاد انزعاجك وضيقك.

ولعلك جربت جذب الأفكار الشبيهة حينما استمعت إلى إحدى الأغنيات، ووجدت أنك لا تستطيع إخراج تلك الأغنية من رأسك، وتظل الأغنية تطن برأسك مرة تلو المرة. فعندما استمعت إلى هذه الأغنية فأنت تكون قد أعطيت انتباهك كاملا وتركيزك التام لفكرة الأغنية. وعندما فعلت ذلك، فقد كنت تجذب بقوة وفعالية المزيد من الأفكار الشبيهة حول تلك الأغنية، وهكذا ينطلق قانون الجذب للعمل ويرسل المزيد من الأفكار حول هذه الأغنية مرارا وتكرارا.

جون اسارفا 

تتمثل مهمتنا كبشر في التشبث بالأفكار التي تدور حول ما ننشده ونبنتغيه، وأن نجعلها في غاية الوضوح بعقولنا، ومن هنا نبدأ في تفعيل أحد أعظم القوانين في الكون، ألا وهو قانون الجذب. إنك تصبح ما تفكر فيه أغلب الوقت، لكنك كذلك تجذب ما تفكر فيه أغلب الوقت. وما حياتك الآن إلا انعكاس لأفكارك الماضية. ويتضمن ذلك كل الأمور الرائعة، وكل تلك الأشياء التي ترى أنها ليست طيبة، وبما أنك تجذب اليك ما تفكر فيه غالبا، فإن اليسير أن تعرف ما هي أفكارك المهيمنة حول كل موضوع في حياتك، لأن هذا ما عايشته، على الأقل الآن، ولكن بما أنك تتعلم السر، فبهذه المعرفة، يمكنك أن تغير كل شيء.

يوبا بروكتور



إذا رأيت ما تطمح اليه بعين خيالك، فلسوف تمسك به بين يديك.
إذا استطعت أن تفكر بشأن ما تريده في عقلك، وتجعل منه فكرتك
المهيمنة، سوف تحققه كواقع في حياتك.

مايك دولاي (مؤلف ومحاضر دولي)



لا يعمل **مايك** في التدريس أو التحدث حول مهنته، بل يعمل
كـ"مغامر حياة" و قد شق طريقه بنجاح في عالم المؤسسات و
الشركات الصغيرة، و بعد أن عاش في أنحاء مختلفة من العالم أثناء
عمله بشركة (براييس وونرهاوس)، و أسهم في تأسيس شركة **Totally
Unique Thoughts (TUT)** عام 1989 للبيع بالتجزئة و الجملة، و
قد نمت شركته إلى سلسلة اقليمية من المتاجر و انضمت إلى كل
متجر ضخم في امريكا و وصلت إلى المستهلكين في كل من اليابان و
السعودية و سويسرا.. قام بتحويل شركة (TUT) إلى ناد مغامرين
فلسفي و ملهم على شبكة المعلومات و يزيد عدد أعضائه حاليا عن
أكثر من 60 الف عضو من أكثر من 169 دولة. و هو مؤلف عدد من
الكتب بما في ذلك ثلاث أجزاء من **Notes from the universe** و
البرنامج الصوتي المعروف عالميا **The Art of Infinite possibilities**،
of living Your Dreams .www.tut.com



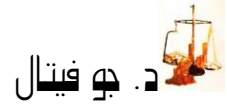
ويمكن إيجاز ذلك المبدأ في ثلاث كلمات بسيطة : الأفكار
تصبح وقائع!

من خلال هذا القانون الأشد فاعلية، تتحول أفكارك إلى وقائع
ملموسة، قل هذا لنفسك ودعه يتسرب ويتغلغل في وعيك وإدراكك!
أفكارك تتحول إلى وقائع ملموسة.

جون أساراف



مالا يستوعبه معظم الناس هو أن لكل فكرة ترددا، ونحن
تستطيع أن نقيس أي فكرة، وإذا كنت تفكر بتلك الفكرة المرة
تله الأخرى مرارا وتكرارا، وإذا كنت تتخيل في عقلك امتلاكك
لتلك السيارة الجديدة الرائعة، وامتلاكك للمال الذي تحتاج اليه،
وتأسس تلك الشركة، والعثور على شريك الحياة... وإذا كنت
تتخيل كيف ستبدو تلك الأشياء، فأنت تبث ذلك التردد بوهتيرة
ثابتة ومستمرة.



د. جو فينال

تقوم الأفكار بإرسال تلك الإشارة المغناطيسية التي تأتي اليك
بمثل ما ترسله.



"الفكرة الههيئة أو التوجه العقلي هو المغناطيس، والقانون هو أن الشبيه
يجذب شبيهه، وبالتالي فإن التوجه العقلي سوف يجذب حتها تلك الظروف التي
تتوافق مع طبيعته." Charles Haanel (1949-1866)

لأفكار قوة مغناطيسية، كما أن لها تردد، وعندما تفكر، يتم ارسال
تلك الأفكار وتجذب اليها مغناطيسيا كل الآراء الشبيهة على نفس
التردد. كل شي يتم ارساله خارجا يعود إلى المصدر، والمصدر هو
أنت.

فكر في الأمر على النحو التالي: إننا نفهم أن برج البث الخاص
بالمحطات التلفزيونية يقوم بالبث عبر تردد معين، وهو ما يتحول إلى
صور على جهاز تليفزيونك. الغالبية العظمى منا لا يدرون فعليا كيف
يعمل الأمر، ولكننا نعلم أن كل قناة لها تردد، وحين نضبط الجهاز على
ذلك التردد نرى الصور على التلفاز. ونختار التردد بانتقاء القناة،
وبعدها نتلقى بث الصور على تلك القناة. وإذا شئنا أن نرى صوراً
مختلفة على جهازنا، فأنا نغير القناة ونضبط تردداً جديداً.

ما أنت الا محطة بث بشرية، ولكنك كإنسان أكثر قوة وفاعلية من
أي برج تلفازي تم صنعه على وجه الأرض. بل إنك أشد أبراج البث
فاعلية في الكون كله، فإن بثك يشكل حياتك كما يشكل العالم المحيط
بك. والتردد الذي تقوم ببثه يتجاوز حدود المدن، والبلاد، والعالم نفسه.
يستمر في التذبذب والتردد عبر الكون بأسره، وأنت تبث ذلك التردد
بأفكارك.

إن الصور التي تتلقاها من بث أفكارك لا تظهر على شاشة تلفاز في
غرفة معيشتك، بل هي صور حياتك، إنك تصنع أفكارك بالتردد،
وتجذب من خلال هذا التردد الأشياء الشبيهة، ومن ثم تعود إليك

باعتبارها صور حياتك. اذ إردت تغيير أي شي في حياتك، فلتغير القناة ولتغير التردد عن طريق تغييرك لأفكارك.



"إن ذبذبات القهة العقلية هي الأفضل من نوعها على الإطلاق، وبالتالي فهي
الأشد قهة." Charles Haanel



تخيل نفسك تعيش في ثراء وسهف تجذب الثراء. إن هذا الأمر
يؤتي ثماره في كل حين، ومع كل شخص.

وعندما تفكر في نفسك بأنك تعيش في ثراء، فإنك تحدد ملامح
حياتك، بصورة قوية ومقصودة، عبر قانون الجذب. الأمر بهذه الدرجة
من السهولة. ولكن السؤال الذي يسطع كالشمس هو " لماذا لا يعيش
جميع الناس الحياة التي يحلمون بها؟"

☆ فلنجدب الخير بدلاً من الشر!



إليك المشكلة : أغلب الناس يفكرون فيما لا يريدونه، ويتساءلون
لماذا يعترض طريقهم المرة تله الأخرى !!
السبب الوحيد في عدم حصول الناس على ما يبتغون هو أنهم يفكرون
فيما لا يبتغون أكثر مما يفكرون فيما يبتغون. أنصت إلى أفكارك
وأنصت للكلمات التي تتفوه بها. القانون مطلق ولا مجال للخطأ فيه.
أسوأ وباء اجتاح البشر عبر القرون هو وباء " ما لا نريد ". يحفظ
الناس حياة واستمرار هذا الوباء حين يغلب على افكارهم وأقوالهم
وأفعالهم وتركيزهم " ما لا يريدون ". ولكن هذا هو الجيل الذي سيغير
وجه التاريخ، لأننا نتلقى المعرفة التي من شأنها أن تخلصنا من هذا
الوباء، الأمر يبدأ بك، ويمكنك أن تصير رائدا لهذه الحركة الفكرية
الجديدة عن طريق التفكير والتحدث بشأن ما تنشده وتبتيغه.



إن قانون الجذب لا يعبا بما اذا كنت تعتبر أحد الأشياء جيدا أه
سيئا، أه ما اذا كنت تريده أه لا تريده. إنه يستجيب لإفكارك.

وهكذا فإذا كنت تنظر نحو جبل الديون المتراكمة عليك، ويساورك شعور رهيب حياله، فإن تلك هي الإشارة التي ترسلها للعالم. "يراهدني شعور سيء، حقا بسبب كل هذه الديون المتراكمة". إنك تفعل شيئا أكثر من توكيد هذا الأمر لنفسك، تشعر بالأمر في كل مستهل من كيانك، وهذا هو ما سوف تنال المزيد منه.

قانون الجذب هو قانون طبيعي. إنه غير موجه لشخص بعينه، ولا يفرق بين الأمور الجيدة والأمور السيئة. إنه يستقبل أفكارك ويعكسها اليك كخبرات حياة. ببساطة يمنحك قانون الجذب ما تفكر فيه مهما يكن.

ليزا نيكولس (مؤلفة ورائدة في مجال تطوير الشخصية)



تعد ليزا نيكولس مناصرة قوية للتطوير الشخصي، كما أنها المؤسسة و المديرية التنفيذية لبرنامجي "تحفيز الناس" و "تحفيز المراهقين" motivating the teen spirit و motivating the mass، و قد شاركت ليزا في تأليف كتاب (Chicken Soup for African American Soul) وهو سلسلة الكتب الأفضل مبيعا في العالم.



www.lisa-nichols.com

يتسم قانون الجذب بأن طيع حقا. وحين تفكر بشأن الأمور التي تبتغيها، وتركز عليها بكل انتباهك، سوف يمنحك قانون الجذب عندئذ ما تبتغيه بالضبط في كل مرة. أما عندما تركز على الأمور التي لا تبتغيها " لا أريد أن اصل متأخرا، لا أريد أن اصل متأخرا"، فإن قانون الجذب لا يلحظ أنك لا تريد ذلك، فهو يجسد الأشياء التي تفكر فيها، وعلى هذا فسوف تظهر أماك مرارا وتكرارا، فقانون الجذب لا يتحيز لما ترغب فيه أو ما لا ترغب فيه. حين تركز على شيء ما وبصرف النظر عما يحدث لك، فإنك حقا تستدعيه إلى الوجود.

حين تركز أفكارك على شيء تريده، وتحفظ بذلك التركيز، فإنك في تلك اللحظة تستدعي ما تريده بالقوة الأعظم في الكون. إن قانون الجذب لا يعمل مع كلمات النفس مثل لا أو لم أو ليس، أو أي أداة أخرى من أدوات النفي، وحين تنطق بالكلمات النافية، فهذا ما يستقبله قانون الجذب :

- " لا أرغب في سكب أي شيء على هذا الزي "
- ⊕ أرغب في سكب أي شيء على هذا الزي وأريد أن أسكب المزيد.
- " لا اريد تسريحة شعر قبيحة "
- ⊕ اريد تسريحة شعر قبيحة
- " لا اريد أن أتأخر "
- ⊕ اريد أن اتأخر
- " لا أريد أنت يكون هذا الشخص وقحا معي "
- ⊕ أريد أنت يكون هذا الشخص وقحا معي وأشخاص آخرون وقدون معي
- " لا استطيع التعامل مع كل هذا العمل "
- ⊕ اريد قدرا من العمل أكبر مما يهكني التعامل معه
- " لا اريد أن أصاب بالأنفلونزا "
- ⊕ اريد أن اصاب بالأنفلونزا
- " لا اريد الدخول في مشاحنة "
- ⊕ اريد الدخول في مشاحنات
- " لا تتحدث إلي بهذه الطريقة "
- ⊕ أريد منك التحدث إلى بهذه الطريقة وأريد من الأشخاص الآخرين أن يتحدثوا إلي بهذه الطريقة.
- لا يمنحك قانون الجذب إلا ما تفكر بشأنه، هذا أمر أكيد.



بواب بروكتور

إن قانون الجذب في حالة عمل دائما ه أبدا. سواء صدقت هذا ام لا، أه فهمته أه لا.

إن قانون الجذب هو قانون العمل. إنك تشكل حياتك من خلال أفكارك وقانون الجذب وكل شخص آخر يقوم بالشيء نفسه، فهو لا يعمل فقط عندما تعرفه. فقد كان يعمل على الدوام في حياتك وحياة كل شخص آخر على مدى التاريخ. وعندما تصير واعيا بهذا القانون العظيم، تصير عندئذ واعيا بمدى قوتك التي لا تصدق، وتكون قادرا على أن تفكر في حياتك التي ترغب في صنعها وعيشها واقعا وحقيقة.



ليزا نيكولس

القانون يعمل بمقدار ما تفكر. في أي وقت تتدفق أفكارك، يكون قانون الجذب في حالة عمل. عندما تفكر في الماضي، يعمل قانون الجذب. عندما تفكر في الحاضر أو المستقبل، يعمل قانون الجذب. إنها عملية دائمة ومستمرة لا يمكنك أن تضغط زرا لإيقافها أو إيقافها. إنها في حالة عمل أبدية وتدهم ما دامت الأفكار.

وسواء أدركنا هذا أم لا، فإننا نفكر معظم الوقت. إذا ما كنت تتحدث أو تنصت إلى حديث أحدهم، فإنك تفكر، إذا كنت تقرأ الجريدة أو تشاهد التلفاز فإنك تفكر. عندما تستعيد ذكريات من الماضي، فإنك تفكر. عندما تتأمل المستقبل فإنك تفكر. عندما تقود السيارة، فإنك تفكر، عندما تتأهب للخروج في الصباح، فأنت تفكر. وبالنسبة للكثيرين منا، الوقت الوحيد الذي لا نفكر خلاله هو عند النوم، مع ذلك، فإن قوة الجذب تظل في حال عمل على آخر أفكار مرت بنا قبل أن تستغرق في النوم. لتكن آخر أفكارك قبل النوم أفكار طيبة.

مايكل بيرنارد بيكويث



عملية التفكير في حال حدوث دائم، ففي كل لحظة تراود شخصا ما فكرة، أو تتمخض فكرة عن شيء ما، سوف يتبدى شيء ما عن تلك الأفكار.

وما تفكر به الآن هو ما يشكل حياتك المستقبلية. إنك تصوغ حياتك بأفكارك، لأنك على الدوام تفكر، فأنت على الدوام تشكل وتصنع، وما تفكر فيه غالبا أو تركز عليه غالبا هو ما سوف يكون حياتك. ومثل جميع قوانين الطبيعة، فثمة كمال تام في هذا القانون. إنك تشكل حياتك وكما تبذر تحصد، إن أفكارك هي البذور، والثمار التي تجنيها ستأتي تبعا لتلك البذور التي تزرعها. فإن كنت شكاء، فسوف يجلب قانون الجذب إلى حياتك المزيد من المواقف التي تجعلك تشكو. وإذا كنت تستمع إلى شكوى الآخرين وترتكز على ذلك وتبدي التعاطف والإتفاق معهم، ففي تلك اللحظة أنت تجذب اليك المزيد من المواقف التي تجعلك تشكو.

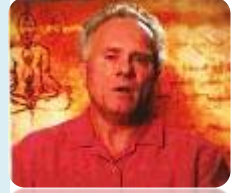
فبكل بساطة، يعكس لك القانون ويرد عليك ما تركز عليه افكارك تماما.

وبهذه المعرفة القوية، يمكنك أن تغير كل الظروف والأحداث في حياتك بكاملها، من خلال تغيير طريقتك في التفكير.



بيل هاريس (معلم ومؤسس معهد بحث Centerpointe)

محاضر محترف و معلم، و مالك مشاريع تجارية. بعد دراسته للابحاث القديمة و الحديثة حول طبيعة العقل و تقنيات التحول و التغيير، ابتكر بيل "HOLOSYN" و هي تقنية جديدة تساعد على التأمل العميق، و شركته (Centerpointe Research Institut) أتاحت لآلاف الأشخاص في العالم أن يحظوا بحياة سعيدة خالية من الضغوط.



www.centerpointe.com

كان لدي طالب اسمه (روبرت)، وكان يتلقى دوره دراسية أعطيها على النت، وهذا بعض مما أرسله لي البريد الإلكتروني. كان (روبرت) ضعيف الجسد وكان وجهه وأداءه أقرب لوجه وأداء النساء. وكان يركز على كل الحقائق البانسة في حياته خلال رسائله الي. في عمله كان زملاءه يتحذرون ضده ويضطهدونه، وكان ضغطا مستمرا نظرا للطريقة البغيضة التي كانوا يعاملونه بها. وحين كان يسير في الشارع، كان هدفا لسخرية وعداء بعض المستأسدين ممن يريدون الأساءة اليه بطريقة ما. أراد أن يكون ممثلا هزليا و ملقيا للنكات، وعندما قام بأداء هذا، قام الكثيرون بمقاطعته والإستخفاف به نظرا لسلكه الأنثوي. حياته برمتها كانت كتلة من البؤس والتعاسة، وتمحورت كلها لمهاجمته نظرا لأختلافه عن بقية الرجال.

بدأت أعلم أنه يركز على ما لا يريده، و وجهت انتباهه إلى رسائله التي بعثها لي وقلت: "أقرأها ثانية، لاحظ كل تلك الأشياء التي لا تريدها والتد أخبرتني بها. يمكنك أن أرى أنك تفكر كثيرا في هذه الأشياء، وعندما تركز على شيء ما بشكل كبير من الشغف، يجعله هذا يحدث بهتيرة أسرع!"

ثم بدأ يستوعب هذا و يركز على ما يريده في صميم فؤاده، وبدأ يحاول ذلك بإخلاص. وما حدث في غضون الأسابيع الستة أو الثمانية التالية، هو معجزة مطلقة، فجميع زملائه بالمكتب الذين كانوا يضايقونه أما نقلوا إلى قسم آخر، أو تركوا العمل بالشركة، أو بدأوا يتركونه في حاله تماما. وبدأ يحب عمله، وعندما كان يسير في الشارع لم يكن أحد يسخر منه أو يضايقه. ببساطة، لم

يكن يشعر بجهود أحد، وعندما قام بأداء عرضه العزلي بدأ يتلقى الأستحسان والتصفيق، ولم يقاطعه أحد أو يتهم عليه. تغيرت حياته بكاملها، لأنه تحول من التركيز على ما لا يبتغيه، و ما يخشاه وما يهود تجنبه، إلى التركيز على ما يبتغي و ينشد.

تغيرت حياة (روبرت) لأنه غير أفكاره. لقد أرسل ترددا مختلفا. و لا بد أن يرسل الكون صورا للتردد الجديد، ومهما كان هذا الموقف مستحيلا. صارت أفكار (روبرت) الجديدة هي تردده الجديد، بالتالي تغيرت صور حياته بالكامل.

إن حياتك بين يديك. بصرف النظر عن مكانك، بصرف النظر عما حدث في حياتك. يمكنك أن تبدأ، أن تختار أفكارك بهوعي، ويمكنك أن تغير حياتك. ليس هنالك موقف مينيوس منه. كل ما يحدث في حياتك يمكن تغييره !

☆ قوّة عقلك

مايكل بيرنارد بيكويث



إنك تجذب اليك الأفكار المهمة التي تحتفظ بها في إدراكك، سواء كانت تلك الأفكار واعية أم غير واعية. وتلك هي المعضلة.

سواء كنت واعيا بأفكارك في الماضي أم لا، الآن أنت صرت واعيا بها. بمعرفتك "للسر" الآن، سوف تستيقظ من سباتك العميق وسوف تصبح مدركا، سوف تصبح مدركا للمعرفة، مدركا للقانون، مدركا للقوة التي تمتلكها من خلال أفكارك.

د. جون ديهارتيني



إذا أمعنت التركيز فيما يتعلق بالسر، و في قوة عقلنا وقوة عزمنا في حياتنا اليومية، سوف تجد أنه يحيط بنا، وكل ما علينا فعله هو أن نفتح أعيننا ونتطلع إليه.

ليزا نيكولس



تستطيع أن ترى قانون الجذب في كل مكان، الصحة، الثروة، الديون، البهجة، السيارة التي تقودها، الهوس الذي تعيش فيه، ولقد جذبت ذلك كله اليك، مثل المغناطيس. إن ما تفكر فيه هو ما تجلبه إلى نفسك، و ما حياتك بكاملها الا تجسد للأفكار التي تدور برأسك.

هذا الكون يقوم على الاشتمال وليس الاستبعاد. لا شيء مستبعد من قانون الجذب، حياتك مرآة لأفكارك المهيمنة التي تفكر فيها. وكل الكائنات الحية على هذا الكوكب تعمل عبر قانون الجذب. ولكن الإختلاف بالنسبة للبشر هو أن لديهم عقلا يستطيعون التمييز به. بوسعهم أن يستخدموا إرادتهم الحرة لإختيار أفكارهم. لديهم القوة لأن يفكروا بقصد ويصنعوا حياتهم بكاملها بعقولهم.

 د. فريد الن وولف (عالق فيزياء كمية، ومحاضر، ومؤلف حاصل على العديد من الجوائز)

عالق فيزياء، و كاتب، و محاضر، حصل على الدكتوراه في الفيزياء النظرية. و قد درس د. وولف في جامعات عبر العالم كله، و عمله في فيزياء الكم و الوعي معروف جيدا من خلال كتاباته. و قد ألف 12 كتابا...



www.fredalanwolf.com

إنني لا أتحدث اليك من وجهة نظر التفكير التفاهلي أو التخيلات المجنونة، بل إنني أتحدث اليك من مستوى عميق وجوهري للفهم. لقد بدأت الفيزياء الكمية بالفعل الإشارة إلى هذا الأكتشاف، وهي تقول: إن عقلك يشكل أفكارك وترجم إليك صور تفكيرك بوصفها تجربة خاصة بحياتك.

إذا فكرت في تشبيه أن يكون المرء أكثر أبراج البث فعالية في الكون، فسوف ترى الترابط التام مع كلمات د. وولف، يشكل عقلك أفكارك وتعود اليك الصور المبتوثة بوصفها تجربة حياتك. إنك تصنع حياتك بأفكارك، ليس هذا فحسب، لكن أفكارك تضيف إضافة ذات شأن في عملية صنع العالم. إذا اعتقدت أنك بلا شأن وليس لديك أية سلطة في هذا العالم، فلتفكر من جديد. فعقلك بالفعل يشكل العالم المحيط بك.

لقد حملت لنا الإنجازات والمكتشفات المدهشة للفيزياء الكمية على مدى الثمانين عاما الماضية فهما أعظم قدرا للقوة التي لا يُسبَرُ غورها للعقل الإنساني وقدرته على الإبداع ويتوافق ما كشفته الفيزياء الكمية مع كلمات أعظم العقول في العلم، بمن فيهم كارنيجي، ايمرسون، شكسبير، باكون، كرشنامهراتي، بهذا.

بوب بروكتور



إذا كنت لا تفهم القانون، فذلك لا يعني أن عليك أن ترفضه، فلعلك لا تفهم الكهرباء، ومع ذلك تستمتع بمنافعها. إنني لا أعرف طريقة عملها لكنني أفهم التالي : يمكنك طهي عشاء لشخص من خلال الفرن الكهربائي، كما يمكنك طهي هذا الشخص نفسه بهاسطة الكهرباء أيضا.

مايكل بيرنارد بيكويث



في أحيان كثيرة عندما يبدأ الناس في فهم هذا السر العظيم، فإنهم يصابون بالخوف من جميع الأفكار السلبية التي تخطر لهم. وعليهم أن يدركوا أنه قد ثبت علميا أن الفكرة الإيجابية أقوى مئات المرات من الفكرة السلبية. وهذا يقضي على درجة من القلق لديهم.

يتطلب جلب شيء سلبي إلى حياتك الكثير من الأفكار السلبية والتفكير السلبي المستديم ومع ذلك، إذا أصرت على التفكير بشكل سلبي على مدار فترة من الزمن، فلسوف تتجلى في حياتك تلك الأفكار السلبية، وإذا كنت تخشى من أن تساروك أفكار سلبية، فسوف تجذب اليك المزيد من القلق من الأفكار السلبية، وتضاعفها في الحين ذاته. اتخذ الآن قرارا بالتفكير في الأفكار الطيبة وحدها. وفي الوقت نفسه، أعلن لتكون أن جميع أفكارك الطيبة ذات فاعلية، وأن أي أفكار سلبية ضعيفة.

ليزا نيكولس



نحمد الله على أن هناك تأخرا زمنيا، ذلك أن جميع أفكارك لا تتحول إلى حقيقة في الته والحال، وإلا كنا سنقع في أزمة إن حدث هذا، لكن عامل تأخر الوقت يعمل لصالحنا. إنه يسمح لك بأن تعيد التقييم، وأن تفكر بشأن ما تريد، وأن تتخذ خيارا جديدا.

كل قدراتك على صنع حياتك متاحة في هذه اللحظة لك، لأن الحاضر هو الوقت الذي تفكر فيه. إذا كانت قد ساورتك بعض الأفكار التي لن تكون مفيدة عندما تتجسد، فيمكنك إذن الآن تغيير أفكارك. يمكنك أن تمحو أفكارك السابقة عن طريق استبدال الأفكار الطيبة بها.

عامل الوقت في صالحك، لأنك تستطيع أن تفكر أفكارا جديدة وترسل ترددا جديد الآن.



د. جو فيتال

يجب أن تكون واعيا بأفكارك وأن تتخيرها بعناية، ويجب أن تستمتع بهذا، لأن حياتك هي التحفة الفنية التي شكلتها بيدك. وأنت الفنان الذي يبدي حياتك الخاصة، وسوف تشكل وتبدي حياتك على خير مثال.

إحدى وسائل التحكم بعقلك أن تتعلم كيف تهدئ عقلك. كل معلم من المشاركين في هذا الكتاب وبلا استثناء، يمارس التأمل بوتيرة يومية. لم أدرك مدى فاعلية التأمل قبل أن أكتشف السر، إن التأمل يحمل السكون لعقلك، ويساعدك على التحكم بأفكارك، وينعش ويجدد جسمك، والنبأ الرائع هو أنك لست مضطرا لتخصيص عدة ساعات من أجل التأمل، فقط من ثلاث إلى عشر دقائق كل يوم كبدائية، يمكنها أن تكون ذات فاعلية بصورة لا تصدق من أجل كسب السيطرة على أفكارك.

ولكي تصبح واعيا بأفكارك، يمكنك كذلك أن تردد العبارة الإيجابية التالية: "إنني سيد أفكاري"، قلها كثيرا، وتأمل فيها، وعندما تتمسك بتلك النية، فسوف تحققها عن طريق قانون الجاذبية.


إنك الآن تتلقى المعرفة التي سوف تتيح لك صنع الصورة المثالية لنفسك. إن إمكانية وجود هذه النسخة المعدلة منك قائمة في التردد الذي يجسد أجمل وأفضل صورة لك. قرر ماذا تريد أن تكون، وما تريد أن تمتلك، ما تريد فعله، بث التردد، وسوف تتحول رؤيتك إلى حياتك.

السرفى نقاؤ موجزة



- 👍 سر الحياة الأعظم هو قانون الجذب.
- 👍 ينص قانون الجذب على أن الشبيه يجذب شبيهه، وهكذا حين تفكر في فكرة ما، فإنك كذلك تجذب الأفكار الشبيهة اليك.
- 👍 للأفكار قوة مغناطيسية، كما أن لها ترددا، وعندما تفكر يتم إرسال تلك الأفكار إلى الكون، وتجذب اليها مغناطيسيا كل الأشياء الشبيهة التي على نفس التردد، كل شي يرسل للخارج يعود إلى مصدره : "الك".
- 👍 إنك مثل برج للبه ولكن برج بشري، تبث ترددا بأفكارك. إذا أردت أن تغير أي شي في حياتك، فلتغير التردد بتغيير أفكارك.
- 👍 أفكارك الحالية تشكل حياتك المستقبلية. ما تركز عليه غالبا أو تفكر فيه سوف يظهر في حياتك.
- 👍 أفكارك تصير حقائق واقعة.

تبسيط السر

مايكل بيرنارد بيكويث 

إننا نعيش في كون تحكمه قوانين، بالضبط مثل قانون الجاذبية الأرضية. إذا سقطت من أعلى مبنى، فلا يهم إن كنت شخصا صالحا أو شخصا طالعا، فما من شيء سيمنعك من الارتطام بالأرض. إن قانون الجذب هو قانون طبيعي. إنه غير موجه لشخص معين، وهو حيادي تماما مثل قانون الجاذبية الأرضية. إنه دقيق كما أنه صارم.

د. جو فيتال 

كل الأشياء التي تحيط بك الآن في حياتك، بما في ذلك الأمور التي تشتكي منها، أنت المسؤؤل عن اجتذابها، وأنا أعلم أنه للهولة الأولي، سيبدو لك هذا شيئا تكره سماعه، و سوف تقول على الفور: "إنني لم أجتذب حادث السيارة. لم أجتذب هذا العميل الذي قضيت معه وقتا عصيبا، وبالطبع لم أجتذب الديون". وأنا هنا لأقول لك بكل وضوح و ثقة: "بلح لقد جذبت كل هذه الأشياء اليك. هذا واحد من أصعب المفاهيم التي يمكن استيعابها، ولكن بمجرد أن تتقبله سوف تكون قادرا على تغيير حياتك".

حين يسمع الناس هذا الجزء من السر لأول مرة، فإنهم غالبا ما يستدعون من التاريخ أحداث راح ضحيتها الكثير من الأرواح، ويجدون ذلك غير قابل للإستيعاب، فكيف يقوم عدد كبير للغاية من الأشخاص بجذب أي حدث مهما كان، وفقا لقانون الجذب، لابد أنهم كانوا على التردد نفسه الخاص بالحدث. ولا يعني هذا بالضرورة أنهم فكروا في ذلك الحدث بالتحديد. لكن تردد أفكارهم توافق مع تردد الحدث. إذا اعتقد الناس أنهم يمكن أن يكونوا في المكان غير المناسب في الوقت غير المناسب، وأنه ليس لهم اي سلطة على الظروف الخارجية، فإن تلك الأفكار الخاصة بالخوف والإحباط والعجز إذا ما استدامت و طغت على تفكيرهم، فإنها من الممكن أن تجذبهم بالفعل إلى المكان الغير مناسب في الوقت غير المناسب.

أنت تملك الإختيار الآن، هل تريد أن تعتقد أن الحظ هو الذي يؤدي إلى الأحداث السيئة التي يمكنها أن تحدث لك في أي وقت؟ هل تريد أن تعتقد أنك قد توجد في المكان غير المناسب في التوقيت غير المناسب؟ وأنه لاحيلة ولا سلطة لك على الظروف؟

أم انك تريد أن تؤمن وأن تكون متأكدا من أن تجربة حياتك بين يديك أنت، ولا شيء غير كل خير، سيأتي إلى حياتك لأنك هكذا تفكر! إنك تمتلك حق الاختيار، وأيا كان ما اخترت أن تفكر فيه فسوف يكون هو تجربة حياتك.

لا شيء يمكنه أن يصبح جزءا من تجربتك ما لم تستدعه عبر أفكارك المستديمة والملحة.



بوب دويل

الغالبية العظمى منا يجتذبون الأشياء تلقائيا، ولكننا فقط نظن أن الأمر ليس بأيدينا. إن افكارنا ومشاعرنا تعمل بصورة تلقائية، وهكذا فإن كل شيء يأتي إلينا تلقائيا.

ما من أحد يعتمد جذب ما هو غير مرغوب فيه. بدون الإطلاع على السر، من السهل أن ترى كيف تحدث بعض الأشياء غير المرغوبة في حياتك أو في حياة الآخرين. إنها تعزى بكل بساطة إلى انعدام إدراك القوة الأبداعية الكبرى لأفكارنا.



د. جو فيتال

الآن إذا كانت هذه المرة الأهلح التي تسمع فيها هذا، فقد تجد نفسك تقول: "رباه، هل علي أن أرصد ه أراقب أفكاري؟ إن هذا يتطلب الكثير من الجهد". قد يبده الأمر كذلك في البداية، ولكن ها هنا يبدأ المرح و المتعة.

ويكمن المرح في أن هناك الكثير من الطرق المختصرة "للسر" ويمكنك أن تختار الطرق المختصرة التي تؤدي إلى أفضل النتائج بالنسبة لك. استمر في القراءة، وسوف ترى كيف يمكنك تحقيق ذلك.

مارسي شيموفا (مؤلفة ومحاضرة دولية ورائدة في مجال التطور الشخصي) 

ماجستير إدارة أعمال، مؤلفة مشاركة في السلسلة باهرة النجاح (شهوة دجاج لحياة المرأة) و (شهوة دجاج لحياة الأمهات)، و هي مدربة على التحول، تتحدث بشغف و حماس حول التنمية الشخصية و السعادة الشخصية. و عملها موجه خصوصا نحو تعزيز حياة النساء. كما أنها مؤسس مشارك و رئيس للمجموعات الشرقية Eastern Group و هي شركة تقدم برامج التقدير الذاتي و البرامج الروحية للنساء.



www.marcishimoff.com

من المستحيل أن نرصد كل فكرة تمر بنا. يخبرنا الباحثون أنه يخطر ببالنا حوالي 60 ألف فكرة كل يوم. هل يمكنك أن تتخيل مدى الأرهاق الذي سينتابك لكي تسيطر على هذا؟ واحسن الحظ هناك طريقة سهلة لمعرفة افكارنا وهي مشاعرنا. فمشاعرنا تسمح لنا بمعرفة ما نفكر فيه.

إن مشاعرك تخبرك على وجه السرعة بما تفكر فيه. فكر في الأوقات التي تفيض فيها مشاعرك فجأة، ربما عندما تسمع بعض الأنباء السيئة. وذلك الشعور الغريب الذي ينتاب معدتك أو ضفيرتك العصبية بشكل فوري. وبهذا تعرف أن مشاعرك بمثابة إشارة فورية لتعرفك ما تفكر فيه.

يجب أن تصبح مدركا لطبيعة مشاعرك، وتعي ما تشعر به، لأن هذا الطريق الأسرع لكي تعرف ما تفكر فيه.

ليزا نيكولس 

لديك نوعان من المشاعر : المشاعر الجيدة والمشاعر السيئة. وأنت تعرف الفرق بينهما لأن الأهل تجعل شعورك طيبا والأخرى تجعل شعورك سيئا. إن الإحباط والنقمة هي تلك المشاعر التي تحرمك من الشعور بالسيطرة على زمام الأمور. تلك هي المشاعر السيئة.

لا أحد يستطيع أن يخبرك ما إذا كانت مشاعرك جيدة ام سيئة، لأنك الوحيد الذي يعلم بطبيعة مشاعرك في أي وقت. و إذا لم تكن واثقا من طبيعة مشاعرك، فسل نفسك ما طبيعة شعوري؟ يمكنك أن تتوقف وتطرح هذا السؤال مرات كثيرة خلال اليوم. وبينما تفعل ذلك، تصير أكثر إدراكا لطبيعة شعورك.

الأمر الأكثر أهمية بالنسبة لك هو أن تعلم أنه من المستحيل أن تكون مشاعرك سيئة في الوقت نفسه الذي تراودك فيه أفكار طيبة، فذلك ضد القوانين الطبيعية، لأن أفكارك هي التي تولد مشاعرك، فإذا انتابك شعور سيء، فهذا لأنك تفكر بأفكار تجعلك تشعر شعورا سيئا.

تحدد أفكارك التردد الخاص بك، وتنبئك مشاعرك في الحال بطبيعة التردد الذي تكون عليه. عندما تصبح مشاعرك سيئة، فإنك تكون على تردد يجذب المزيد من الأمور السيئة. و عندها لا مفر أن يستجيب قانون الجاذبية بأن يبيث لك في المقابل المزيد من صور الأمور السيئة والأمور التي ستجعلك تشعر شعورا سيئا.

وإذا انتابك شعور سيء دون أن تبذل أي مجهود لتغيير أفكارك وتحسن ما تشعر به، فكأنك بالفعل تقول، إنني أرد المزيد من الظروف التي تحمل لي هذا الشعور السيء، أريدها بشدة.

ليزا نيكولس 

الوجه المقابل لهذا هو أن تحظى بعواطف جيدة و مشاعر جيدة، إنك تدركها عندما تخامرك، لأنها تجعلك تشعر بشعور طيب: المتعة، البهجة، الامتنان، الحب. تخيل إذا كان بهسنا أن نشعر بهذا كل يوم. عندما ترحب بالمشاعر الطيبة، فإنك تجذب إليك المزيد من المشاعر الطيبة والأمور التي تجعلك تشعر بشعور طيب.

يوبا دويل 

الأمر في غاية البساطة. "ما الذي أقوم بجذبه في هذه اللحظة؟ حسنا بم تشعر؟ أشعر بشعور طيب"، حسن جدا...واصل القيام بذلك!

من المستحيل أن ينتابك شعور طيب وفي الوقت نفسه تكون لديك أفكار سلبية. إذا كنت تشعر بشعور طيب، فلأنك تحظى بأفكار طيبة، وهكذا يمكنك أن تحظى بأي شيء في حياتك، ليس هناك حدود لما قد تحظى به، ولكن هناك شرط واحد، عليك أن تشعر بشعور طيب، وحين تفكر في الأمر، اليس هذا هو كل ما أردته دائما؟ إن هذا القانون مثالي.

مارسي شيهوف

إذا كنت تشعر بشعور طيب، فأنت بذلك تصنع مستقبلاً يتوافق مع رغباتك. وإذا كنت تشعر بشعور سيئ، فأنت تصنع مستقبلاً يتعارض مع رغباتك. إن قانون الجذب يعمل في كل ثانية من يومك. كل شيء تفكر فيه وتشعر به يصنع مستقبلك. إذا كنت قلقاً أو خائفاً، فأنت تجلب عندئذ المزيد من ذلك إلى حياتك طوال اليوم.

عندما ينتابك شعور طيب، فلا بد أنك تفكر أفكاراً طيبة، وهكذا تكون على المسار الصحيح وتطلق تردداً قوياً يجذب إليك المزيد من الأمور التي ستحمل لك شعوراً طيباً. تشبث بتلك اللحظات التي تنتابك فيها المشاعر الطيبة، واستغلها، كن مدركاً لحقيقة أنك كلما زدت من مشاعرك الطيبة، زاد اجتذابك للكثير من الأمور الطيبة. لنمض خطوة أخرى إلى الأمام. ماذا لو كانت مشاعرك هي بالفعل إشارات تواصل منبعثة من الكون لتجعلك تعلم ما تفكر به؟

جاك كانفيلد

إن مشاعرنا بمثابة آلة تزودنا بالتغذية الراجعة التي تخبرنا ما إذا كنا على المسار الصحيح أم لا. تذكر أن أفكارك هي السبب الأول لكل شيء. لذا فحين تسيطر عليك فكرة دائمة ومتكررة فإنها تنبعث على الفور نحو الكون. تعتمد تلك الفكرة إلى ربط نفسها مغناطيسياً إلى تردد شبيه، وفي غضون ثوانٍ، ترسل قراءة ذلك التردد رجوعاً إليك من خلال مشاعرك. بعبارة أخرى، مشاعرك هي المردود الذي يرسله لك الكون استجابة لأفكارك ليخبرك بالتردد الذي تكون عليه في الوقت الحاضر. إن مشاعرك هي آلية المردود الخاص بالتردد الذي أنت عليه. عندما تنتابك مشاعر طيبة، فإنها بمثابة رد الكون عليك برسالة مفادها "أنت تفكر أفكاراً طيبة". وعلى العكس، عندما تنتابك مشاعر سيئة فإنك تستقبل الرد برسالة مفادها: "إنك تفكر أفكاراً سيئة".

وهكذا عندما تشعر بشعور سيء، فإن ذلك يكون رسالة من الكون تقول في الحقيقة : "حذار ! غير التفكير الآن، تم تسجيل تردد سلبي، غير التردد، عد عدا تنازليا للتوكيد، تحذير!"

في المرة التالية التي ينتابك فيها شعور سيء أو تشعر فيها بأي عواطف سلبية، أنصت إلى الإشارة التي تستقبلها من الكون، ففي تلك اللحظة التي تشعر فيها بمثل تلك المشاعر السلبية، أنت تعوق كل ما هو صالح لك عن المجيء إليك، لأنك على تردد سلبي، غير أفكارك وفكر في شيء جيد، وعندما تبدأ الأفكار الطيبة في الوصول إليك، سوف تعرف أنها جاءت لأنك تحولت إلى موجة تردد جديدة، والكون قد أكدها بالمشاعر الأفضل.



إنك تحصل بالتمام والكمال على مثل ما تشعر به، لكنك لا تحصل على القدر الكثير من مثل ما تفكر فيه. ولذلك ينزع الناس إلى التقافز والخروج عن مسارهم إذا ما انتهت أقدامهم عند قيامهم من الفراش، ويمضي يومهم بكامله على هذا المنوال وهم لا يعرفون بالمرّة أن تحولا بسيطا لعواطفهم من شأنه أن يبدل من يومهم برمته وحياتهم كاملة. إذا انتهيت فهور استيقاظك من النوم صباحا أن تقضي يوما طيبا وكنت تتطلى بتلك المشاعر السعيدة بالتحديد، وما دمت لم تسمح لأي شيء أن يغير من مزاجك، فإنك سوف تواصل ، من خلال قانون الجذب ، جذب المزيد من المواقف والأشخاص الذين يدعمون ذلك الشعور السعيد.

عاشنا جميعا مثل تلك الأيام أو الأوقات عندما يمضي شيء بعد آخر على غير ما يرام بالمرّة، إن رد الفعل المتسلسل هذا يبدأ من فكرة واحدة، سواء كنت واعيا بذلك أم لا، إن فكرة سيئة واحدة جذبت المزيد من الأفكار السيئة، وانتظم التردد، وفي نهاية الأمر حدث أمر سيء حقا. وعندئذ وعندما تستجيب لشيء واحد سيء وقع، فإنك تجذب المزيد من الأمور السيئة التي تمضي على غير ما يرام. ردود الأفعال تجذب فقط المزيد من مثيلاتها، وسوف تواصل سلسلة ردود الأفعال في الحدوث حتى

تنأى بنفسك عن ذلك التردد، من خلال عزمك على تغيير أفكارك بشكل واع.

يمكنك أن تحول أفكارك نحو ما تريده، وأن تستقبل توكيدات عبر مشاعرك بأنك قد غيرت ترددك، وسوف يحكم قانون الجذب قبضته على ذلك التردد الجديد، وسوف يرسله من جديد إليك بصفته الشكل الجديد لحياتك.

الآن يمكنك استغلال مشاعرك والإستفادة منها في إضفاء الطاقة والحيوية على جميع أمور حياتك.

يمكنك أن تعمد إلى استخدام مشاعرك في الإنتقال إلى تردد أكثر فاعلية من خلال إخفاء بعض المشاعر على ما ترغب في تحقيقه.

مايكل بيرنارد بيكويث



يمكنك أن تشعر من الآن بأنك معافى الصحة، يمكنك أن تبدأ الشعور بالبراءة والوفرة. وما سوف يحدث هو أن الكون سوف يستجيب لطبيعة أغنيتك، وسوف يستجيب الكون لطبيعة الشعور الداخلي ويتجلى لك كما تتوقعه، لأن ذلك هو ما تشعر به.

وعلى هذا، فما الذي تشعر به الآن؟ خذ بضع دقائق لتفكر فيما تشعر به. وإذا لم تكن تحس بشعور طيب بالقدر الذي توده، ركز على الإحساس بمشاعرك الداخلية وأن تحسنها عامداً، عندما تركز بشدة على مشاعرك، بنية أن تحسن منها يمكنك أن ترفعها نحو مستوى أسمى، وإحدى الطرق لتحقيق ذلك هي أن تغلق عينيك (وأن تستبعد كل ما يشوشك)، وتركز على مشاعرك الداخلية، وتبتسم لمدة دقيقة واحدة.


ليزا نيكولس



إن أفكارك ومشاعرك تصنع حياتك. سوف يكون الأمر دائماً على هذا النحو. هذا أمر لا شك فيه !

تماماً مثل قانون الجاذبية الأرضية، فإن قانون الجذب لا يخطئ أبداً. إنك لا ترى غزلانا تطير في الهواء، لأن قانون الجاذبية الأرضية قد أخطأ ونسي أن يطبق الجاذبية الأرضية على الغزلان ذلك اليوم. وعلى


نفس المنوال، فليس هناك استثناءات لقانون الجذب، فإذا حدث لك شيء ما، لا بد أن تكون قد جذبتَه بفكر مستديم. إن قانون الجذب يتسم بالدقة.

مايكل بيرنارد بيكويث 

من الصعب علينا تقبل هذا، ولكن عندما نبدأ في تفهم واستيعاب ذلك، فإن النتائج ستكون بالغة الروعة. فما يعنيه هذا هو أنه ايا كان ما فعلته أي فكرة في حياتك، فإنه يمكن تغييره من خلال حدوث تحول في وعيك وإدراكك. إنك تمتلك القدرة على تغيير أي شيء، ذلك لأنه لا أحد سواك يختار لك أفكارك أو يحس بدلا منك بمشاعرك.



"إنك تصنع عالمك الخاص بينما تمضي في حياتك."
Winston_Churchill

د. جو فيتال 

من المهم حقا أن نتناوب المشاعر الطيبة، ذلك لأنها هي ما ينبعث كالإشارة إلى الكون فيبدأ في جذب المزيد من المشاعر والأشياء الطيبة اليك. وهكذا فكلما زاد مقدار ما تحسه من مشاعر طيبة اجتذبت اليك المزيد من الأمور التي تساعدك على أن تشعر بشعور طيب، وستكون أكثر قدرة على أن تسمو بهودك المعنوية لأعلى وأعلى.

بواب بروكتور 

هل تعلم أنه عندما نتناوب مشاعر الإحباط، فإنك تستطيع أن تبدلها في لحظة؟ أستمع إلى مقطوعة موسيقية جميلة، أو أبدأ بالفناء، سوف يغير هذا مزاجك. أو تذكر شيئا جميلا. فكر في طفل رضيع أو في شخص تحبه جدا صادقا، وركز عليه بعض الوقت. احتفظ بتلك الفكرة في عقلك واجعل كل ما عداها خارجا. وأضمن لك أنك سوف تبدأ في الإحساس بشعور طيب. ضع قائمة ببعض الأشياء التي تغير مزاجك لتستعين بها عند الحاجة. قد تكون تلك الأشياء ذكريات جميلة أو أحداثا مستقبلية أو لحظات مرحة، أو قد تتجسد في الطبيعة أو في إنسان تحبه، أو حتى موسيقاك المفضلة، إذن عندما تجد نفسك غاضبا أو محبطا أو لا تشعر بارتياح، استعن بقائمة الأشياء التي تغير مزاجك، وركز على إحدى بنودها،

وسوف تقوم أشياء مختلفة بتبديل مزاجك في أوقات مختلفة، وهكذا إذا لم يأت أحدها بنتيجة، انتقل إلى شيء آخر، لا يقتضي الأمر أكثر من دقيقة أو اثنتين من تغير بؤرة تركيزك لكي تحول نفسك وتحول ترددك.

☆ الحب: هو العاطفة الأسنى

جيمس آرثر رايلي (فيلسوف، محاضر، مؤلف، ومؤسس كل من برنامج بروسبيريتي



وهيومان بوتينشال)

باعتباره دارسا لمبدأ الثروة الحقيقية و الرخاء على مدى عمره كله، أسس جيمس برنامج **The Science of Success and Harmonic Wealth** و الذي يعلم الناس كيف يتوصلون إلى نتائج باهرة و لانهاية على كل المستويات (المالية، العاطفية، الفكرية و الجسدية و الروحية). إن أنظمتها الخاصة بالأداء الشخصي و برامجها التدريبية للشركات و مساعداتها التدريبية منتشرة، و يتم استخدامها في جميع أنحاء العالم، و يقوم بإلقاء خطب منتظمة حول موضوعات الثروة و النجاح و الامكانيات البشرية. كما ان جيمس خبير في العديد من التقاليد الرومانية الشرقية.



www.jamesray.com

ينطبق مبدأ الشعور الطيب على حيواناتك الأليفة. على سبيل المثال، إن الحيوانات مخلوقات مدهشة، لأنها تضع المرء في حالة عاطفية رائعة، عندما تشعر بالحب تجاه حيواناتك الأليفة، ستجلب تلك الحالة الرائعة من الحب الخير إلى حياتك. يالها من هبة ونعمة.



"إن مزيج الفكر و الحب هما التركيبة التي تُكهن القهة التي لا تقاوم لقانون

الجدب. " Charles Haanel

ما من قوة أعظم شأنًا في الكون كله من قوة الحب، إن الشعور بالحب أعلى تردد يمكنك أن تبثه. إذا أمكنك أن تغلف كل فكرة من أفكارك بالحب، إذا أمكنك أن تحب كل شيء وكل شخص، فسوف تتحول حياتك بشكل جذري.

في حقيقة الأمر، أشار بعض من عظماء مفكري الماضي إلى قانون الجذب على أنه قانون الحب، وإذا أمعنت في الأمر، ستفهم السبب، فإذا خطرت لك أفكار غير طيبة حول شخص ما، فسوف تتجسد فيك الأفكار

غير الطيبة. لا يمكنك أن تؤذي شخصا آخر بأفكارك، بل إنك فقط ستؤذي نفسك. إذا سيطرت عليك أفكار الحب، فخمن من سيتلقى المنافع، انه أنت ! وهكذا فإذا كانت الحالة المهيمنة عليك هي الحب. فإن قانون الجذب أو قانون الحب يستجيب بأقصى وأعظم قوة لأنك تقف على أعلى تردد ممكن. وكلما زاد مقدار ما تشعر به وما تبثه من حب، زاد مقدار ما تمتلكه من قوة وطاقة.



"إن قانون الجذب هو المبدأ الذي يعطي الفكرة قوتها الديناميكية لكي تتناسب مع موضوعها، وبالتالي تتغلب على كل تجربة إنسانية عصبية، وهذا القانون هو مسمى آخر للحب. هذا مبدأ أساسي وأزلي متضمن في كل الكائنات والأشياء وفي كل نظام فلسفي، وكل دين وكل علم. ليس هناك مهرب من قانون الحب. إن المشاعر هي التي تضيء الحياة على الفكر. إن المشاعر هي الرغبة، والرغبة هي الحب والفكر المشبع بالحب لا يقهر أبدا. "

Charles Haanel

مارسي شيهوف

عندما تبدأ فهم أفكارك ومشاعرك والسيطرة حقا عليها، حينئذ سترى كيف تصنع واقعك الخاص، وهناك تكمن حريتك، وهناك تجد كل قوتك.

تطلعنا **مارسي شيهوف** على اقتباس رائع للعظيم **اينشتاين** : "أهم سؤال يمكن لأي إنسان أن يطرحه على نفسه هو : هل هذا عالم ودود؟ " وبمعرفة قانون الجذب، فإن الإجابة التي لا مراء فيها هي "نعم، العالم ودود". لماذا؟ لأنك حين تجيب بهذه الطريقة، سوف تعيش ذلك وفقا لقانون الجاذبية. صاغ **اينشتاين** هذا السؤال القوي الفعال لأنه كان مطلعاً على السر، وكان يعلم أنه بطرحه لهذا السؤال، فإنه سيدفعنا للتفكير في اتخاذ خيار. لقد منحنا فرصة عظيمة، فقط بطرحه للسؤال. وللمضي إلى ما هو أبعد بمقصد **اينشتاين**، يمكنك أن تصيغ توكيدا وتجاهر به قائلا، هذا كون بديع. الكون يحتوي على كل الأمور الطيبة، كل ما يحدث بالكون يكون في صالحه. كل ما في الكون يدعمني فيما أفعله، أجد كل ما أتمناه في الكون، وكن متأكدا من أن هذا الكون ودود حقا !

جاك كانفيلد



منذ أن تعلمت السر وبدأت في تطبيقه على حياتي، أصبحت حياتي حقا سحرية. أعتقد أن نوعية الحياة التي يحلم بها كل شخص هي التي أحيانا أنا يوميا، فأنا أعيش في قصر ثمنه أربعة ملايين دولار ونصف، ولدي زوجه أعشقها، أقضي إجازاتي في أروع بقاع العالم. تسلقت جبالا، رحلت مستكشفا، وسافرت في رحلات سفاري، وكل هذا قد حدث، واستمر في الحدوث، بسبب معرفتي بكيفية تطبيق السر.

بواب بروكتور



يمكن أن تكون الحياة تجربة استثنائية، ويجب أن تكون كذلك، ولسوف تكون كذلك، عندما تبدأ في استخدام "السر".

هذه هي حياتك أنت، هي في انتظارك لاكتشافها، وحتى الآن لعلك كنت تعتقد أن الحياة صعبة وكلها صراع، وهكذا من خلال قانون الجذب، سوف تعيش فعلا حياة صعبة وكلها صراع، فلتبدأ على الفور في الصياح بأهلى بصوت في وجه العالم: "الحياة يسيرة جدا، الحياة جميلة جدا، جميع الأشياء الطيبة تحدث لي".

ثمّة حقيقة دفيئة بداخلك قد انتظرت طويلا لاكتشافك لها، وهذه الحقيقة هي أنك تستحق كل الأشياء الطيبة التي تقدمها الحياة. إنك تعلم هذا علم اليقين، لأنك تشعر بالاستياء عندما تفتقر للأمور والأشياء الطيبة. كل الأشياء الطيبة هي حق فطري لك، إنك تملك زمام السيطرة على نفسك، وقانون الجذب هو أدواتك البديعة لتصنع ما تريده في حياتك، فلترحب بسحر الحياة، بسحرك الخاص!

السرفى نقاؤ موجزة

- قانون الجذب قانون طبيعى. إنه غير موجه لشخص معين، وهو
 حياىى مثل قانون الجاذبية الأرضية.
- لا شىء يمكنه أن يصبح جزءا من تجربتك مالم تستدعه عبر
 أفكارك المستديمة والملحة.
- لتعرف ما تفكر فيه، اسأل نفسك عن شعورك، فالمشاعر أدوات لا
 تقدر بئمن لتنبئنا بطيبة تفكيرنا.
- من المستحيل أن تكون مشاعرك سيئة فى الوقت نفسه الذى
 تراودك فيه أفكار طيبة.
- تحدد أفكارك التردد الخاص بك، وتنبهك مشاعرك فى الحال
 بطبيعة التردد الذى تكون عليه، عندما تصبح مشاعرك سيئة فإنك
 تكون على تردد يجذب المزيد من الأمور السيئة، وعندما تشعر
 بشعور طيب فإنك تجذب بقوة المزيد من الأمور الطيبة اليك.
- الأشياء التى تعدل مزاجك، مثل الذكريات، الطبيعة الخلابة أو
 موسيقاك المفضلة، يمكنها أن تغير مشاعرك وتحول ترددك على
 الفور.
- إن الشعور بالحب هو أعلى تردد يمكنك أن تبثه. وكلما زاد ما
 تشعر به وما تبثه من حب، زاد مقدار ما تمتلكه من قوة وطاقة.

كيف تسخر السر

إنك مبدع، وثمة عملية سهلة للإبتكار والإبداع باستخدام قانون الجذب. لقد أطلعنا أعظم المعلمين والعباقرة على عملية الإبداع بأشكال شتى من خلال أعمالهم البديعة، وقد وضع بعض المعلمين العظام قصصا لإبراز كيفية عمل القوانين التي وضعها الله في الكون. والحكمة التي تنطوي عليها قصصهم قد تم تناقلها عبر القرون وصارت أسطورية. العديد من الأشخاص الذين يعيشون في يومنا هذا، لا يدركون أن جوهر ولب تلك القصص هو حقيقة الحياة نفسها.

جيس آرثر رايلي 

إذا تذكرت حكاية علاء الدين ومصباحه، حينما يلتقط علاء الدين المصباح وينفض الغبار عنه، ويقفز الجني خارجا، فدائما ما يقول الجني شيئا واحدا: "أوامرك مطاعة يا سيدي!" وتحكي القصة أن هناك ثلاث أمنيات، لكنك لم تتبعت أصول القصة فيما مضى، فلم يكن هناك أية حدود على الإطلاق لعدد الأمنيات. فكر في ذلك الأمر.

والآن، لتأخذ هذا المجاز ونطبقه على حياتك. تذكر أن علاء الدين هو الشخص الذي يطلب على الدوام ما يريده، ثم تجد بين يديك الكون سخيا، وهو الجني. وقد منحت المآثرات ذلك الجني أسماء عديدة، إنه الملاك الحارس الخاص بك، أو ذاتك الأعلى. يمكننا أن نطلق عليه أي شيء، ولتختار التسمية التي تعمل لخير ما فيه صالحك، ولكن كل تراث أو عقيدة من تلك قالت إن هناك شيئا ما أضخم منا والجني دائما يقول شيئا واحدا: "أوامرك مطاعة!"

تظهر تلك القصة الرائعة كيف تبدع حياتك بكاملها وكل شيء فيها. لقد أطاع الجني ببساطة كل أمر لك. الجني هو قانون الجذب، وهو دائما حاضر وهو دائما ما ينصت لأي شيء تفكر فيه، أو تتحدث به، أو تقوم به. ويفترض الجني أن كل شيء تفكر فيه تريده، وأن كل شيء تتحدث عنه تريده، وأن كل شيء تتصرف من منطلقه، فإنك تريده، أنت سيد الجني، والجني موجود لخدمتك. لن يراجع الجني أبدا أوامرك أو

يستفسر عنها. إنك تفكر في الأمر، ويشرع الجني على الفور في تكييف الكون، من خلال الناس والظروف والأحداث، لتحقيق رغبتك وأمنيتك.

☆ العملية الإبداعية

إن العملية الإبداعية المستخدمة في "السر" والمستلهمة من كتب الحكمة القديمة، هي مخطط إرشادي سهل بالنسبة لك لتصنع ما تشاء في ثلاث خطوات بسيطة.

□ الخطوة الأولى: الطلب

ليزا نيكولس 

الخطوة الأولى هي أن تطلب، وجه طلبك للكون، ودع الكون يعرف ما تريده، وسوف يستجيب الكون لأفكارك بإذن الله.

يوبا بروكتور 

مالذي تريده حقا؟ اجلس وَاكتبه على ورقة. اكتبه في زمن المضارع. يمكنك أن تبدأ بعبارة مثل "إنني سعيد وممتن للغاية الآن نظرا ... " ومن ثم أوضح كيف تريد أن تكون حياتك، في كل ناحية من نواحيها.

عليك أن تختار ما تريد، ولكن عليك أن تكون واضحا بشأنه. هذه هي مهمتك. وإذا لم تكن واضحا، فإن قانون الجذب عندئذ لا يمكنه أن يجلب لك ما تريد. فسوف ترسل ترددا مختلطا وسوف تجذب فقط نتائج مختلطة، وللمرة الأولى في حياتك. فكر فيما تريده حقا. الآن بعد أن عرفت أنك تستطيع أن تملك، وأن تكون، وأن تعقل أي شيء، بلا حدود فما الذي تريده؟

الطلب هو الخطوة الأولى في العملية الإبداعية، لذا فلتكتسب عادة أن تطلب وتساءل، إذا كان عليك أن تتخذ خيارا ولا تعرف أي الطرق تسلك، فلتسأل وتطلب، ينبغي ألا تتوقف مبهورا أمام أي شيء في حياتك. فقط إسأل!

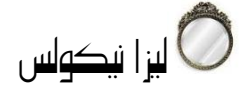


د. جو فينال

هذا شيء ممتع بحق. يبدو الأمر مثل امتلاك الكون في كتالوج خاص بك. إنك تقلب صفحاته و تقول : أرغب في أن أحظى بهذه التجربة، وأحب أن أمتلك ذلك المنتج وأن أكون شخصا مثل ذلك. ودورك هو أن تصوغ طلبك من الخالق، والكون سوف يتولى المهم. الأمر حقا بهذا السهولة.

لست مضطرا لأن تطلب مرارا وتكرارا. اطلب مرة واحدة فقط. إنه تماما مثل اختيار منتج ما من كتالوج. ليس عليك سوي أن تطلب شيئا ما مرة واحدة. فإنك لا تحدد الطلب ثم تشك فيما إذا كان الطلب تم قبوله أم لا فتطلب من جديد، ثم مرة أخرى، ثم من جديد، أن تطلب مرة واحدة، هكذا الأمر نفسه مع العملية الإبداعية. إن الخطوة الأولى هي ببساطة أن تكون واضحا ومتأكدا بشأن ما تريده. وعندما تصبح واضحا بشأنه في عقلك تكون قد طلبت.

□ الخطوة الثانية : آمن



ليزا نيكولس

الخطوة التالية هي أن تؤمن. آمن بأن الأمر سار ملك يديك فعلا. فلتتسم بما أحب أن أسميه الإيمان الذي لا يتزعج. آمن بالغيب. عليك أن تؤمن بأنك قد تلقيت ما تشاء. عليك أن تعرف أن ما تريده هو ملك لك لحظة طلبه، لابد أن تتحلى بإيمان كامل وتام، فأنت إذا اخترت طلبا من كتالوج فسوف تسترخي وأنت عالم بأنك سوف تتلقى ما قمت بطلبه، وتستكمل حياتك.



"أنظر للأشياء التي تريدها على أنها ملك بالفعل، واعلم أنها سوف تأتي إليك عند الحاجة. ودعها تأتي. لا تقلق ولا تغتم بشأنها. ولا تفكر في افتقارك لها. فكر فيما على أنها ملكك، كما لو أنها تنتمي إليك، في ملائمتك بالفعل." (1885-1950) Robert Collier

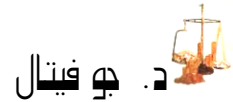
في اللحظة التي تطلب فيها، وتؤمن، وتعلم بأنك تحظى بالفعل في الغيب بما تريد، يتحول الكون كله لتحقيق ما تريد في العالم الواقعي. عليك أن تتصرف، وتحدث، وتتكلم، وتنفكر، كما لو أنك تتلقاه الآن. لماذا؟ لأن الكون مرآة وقانون الجذب يعكس اليك أفكارك المهيمنة. وهكذا أليس من المنطقي والمعقول أن ترى نفسك تتلقى ما تريد؟ إذا اشتملت أفكارك على عدم حصولك على ذلك الشيء بعد، فسوف تستمر في جذب عدم امتلاكك له. عليك أن تؤمن بأنك تمتلكه بالفعل. عليك أن تؤمن بأنك تلقيته، يجب أن تبث ترددك الحسي بتلقيه لتستعيد تلك الصور من جديد إلى حياتك، وحين تقوم بذلك فإن قانون الجذب سوف يقوم بكل فاعلية بتحريك جميع الظروف، والأشخاص والأحداث، من أجل أن تلقى ما تريد.

عندما تحجز لقضاء إجازة، أو تطلب شراء سيارة جديدة فارهة، أو تشتري منزلاً فإنك تعلم بأن تلك الأشياء قد أصبحت ملكك. ولن تذهب لتحجز لك مكاناً لقضاء إجازة أخرى في نفس الفترة الزمنية، أو تبتاع سيارة أخرى أو منزلاً آخر. إذا ربحت ورقة في اليانصيب أو ورثت إرثاً عظيماً، فحتى قبل أن تمتلك المال مادياً. تدرك أنه قد صار ملكك، هذا هو المقصود بشعور الإيمان بأنه ملكك وبأنك قد تلقيته. أحصل على الأشياء التي تريدها بالشعور و الإيمان بأنها ملكك. عندما تقول بذلك، فإن قانون الجذب سيقوم بكل فاعلية بتحريك جميع الظروف، والأشخاص والأحداث، من أجل أن تتلقى ما تريد.

كيف تصل بنفسك إلى نقطة الإيمان؟ ابدأ بالتخيل. كن مثل طفل، وابدأ التخيل، تصرف كما لو أنك تحظى بالشيء فعلاً. وعندما تتخيل، سوف تبدأ في الإيمان والتصديق بأنك قد تلقيته. يستجيب الجني لأفكارك المهيمنة طيلة الوقت، وليس فقط في لحظة طلبك للأمر، ولهذا السبب، بعد أن تطلب عليك أن تستمر في التصديق والمعرفة، تحل بالإيمان، إن إيمانك بأنك تحظى بهذا الشيء، ذلك الإيمان الراسخ، هو القوة الأعظم عندك. عندها تصدق أنك سوف تتلقى ما تريد، استعد وراقب السحر يبدأ.



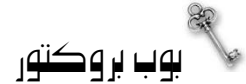
"يمكنك أن تحظى بما تريد ، إذا علمت كيف تصوغ القالب الخاص به في أفكارك. ليس هناك حلم لا يمكن أن يتحقق. إذا تعلمت فقط استخدام القوى الإبداعية التي تعمل من خلالك، إن الطرق التي تجدي نفعاً مع أحدهم سوف تجدي نفعاً مع الجميع، يكمن سر القوة في استخدام ما تحظى به ... بحرية .. وبأقصى حد، وبالتالي أن تفتح قناتك على أقصى اتساع لها أمام المزيد من القوى الإبداعية لتتدفق عبرك." Robert Collier



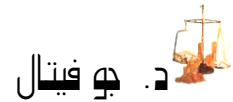
سوف يعمد الكون إلى إعادة ترتيب ذاته ليجعل الأمر ممكن الحدوث بالنسبة لك.



الغالبية العظمى منا لم يسمحوا أبدا لأنفسهم أن يريدوا ما هم حقا راغبون فيه، لأنهم لا يستطيعون أن يدركوا كيف سيتبدّل لهم.



إذا قمت ببحث صغير فحسب، ستجد فيه برهاناً لك أن أي شخص قد توصل ذا مرة إلى شيء ما وأنجزه، ولم يكن يعلم كيف سيكون عليه الأمر، لكنه علم فقط أنه سينجز ويحقق ما انتواه.




لست مضطراً لأن تعرف كيف ستحدث الأمور. لست مضطراً لأن تعرف كيف سيعيد الكون ترتيب ذاته.

ليس مهماً بالنسبة لك أن تعرف كيف سيحقق لك الكون ما تنشده. دعه يقيم بهذا نيابة عنك. عندما تحاول أن تتبين كيف سيتم هذا، فأنتك تبث تردداً يتضمن نقصاً للإيمان، إنك لا تؤمن بأنك قد حزته حقاً. إنك تظن أن عليك القيام بذلك ولا تصدق بأن الكون سوف يقوم به نيابة عنك، لكن الطريقة ليست الدور المنوط بك في العملية الإبداعية.



إنك لا تعرف كيف سيتجلى لك الأمر. سوف تجذب إليك الطريقة.


ليزا نيكولس 

في أغلب الأوقات، حين لا نرى الأشياء التي طلبناها، فإننا نحبط، ويخيب أملنا ونصير متشككين. يأتي الشك مع الشعور بخيبة الأمل. خذ ذلك الشك وقم بتحويله، تعرف على ذلك الشعور، واستبدل به إيماننا لا يتحزم: "أعلم أن ما أشده في طريقه إلي".

□ الخطوة الثالثة : تلق

ليزا نيكولس 

الخطوة الثالثة، وهي الخطوة الأخيرة في العملية الإبداعية، وهي أن تتلقى ما تنشده. ابدأ في التحلي بشعور رائع حيال هذا، واشعر بالإحساس الذي ستحظى به عندما تصل إلى مقصدك. اشعر بذلك من الآن.

مارسي شيهوف 

ومن المهم في هذه السلسلة من الخطوات أن تحس شعورا طيبا، أن تكون سعيدا، لأنه عندما تشعر شعورا طيبا، فإنك تضع نفسك على التردد المناسب لما تنشده.

مايكل بيرنارد بيكويث 

هذا كونه من المشاعر. إذا صدقت شيئا ما ذهنيا وحسب، لكنك لم تتوافق معه بإحساسك، فقد لا يكون لديك بالضرورة الطاقة الكافية لإظهار ما تنشده في حياتك، ينبغي عليك أن تشعر به.

أطلب مرة واحدة. وصدق أنك تلقيت ما طلبته، وكل ما عليك القيام به لكي تتلقى ما تطلبه هو أن تشعر شعورا طيبا. حين تحس شعورا طيبا، تكون على التردد الخاص بالتلقي. تكون على التردد المناسب لكي تحدث لك جميع الأمور الطيبة، وسوف تتلقى ما طلبته. ما كنت لتطلب أي شيء إلا إذا كان سيجعلك تشعر شعورا طيبا عند تلقيه، أليس كذلك؟ وهكذا فلتكن على تردد الشعور الطيب، وسوف تتلقى ما تطلبه. ومن الطرق السريعة لأن تضع نفسك على هذا التردد أن تقول: "إنني أتلقى الآن، إنني أتلقى كل الخير في حياتي، الآن، إنني أتلقى و (أذكر رغبتك الآن)"، واستشعر الأمر، اشعر كما لو أنك تلقيت بالفعل ما أردت.

هناك صديقة عزيزة علي: **مارسي**، وهي واحدة من أفضل من يقومون بهذا وهي تشعر بكل شيء، تشعر بالنحو الذي سيكون عليه الأمر عندما تحظى بما تطلبه، إنها تشعر بكل شيء حتى يصبح واقعا. وهي لا تشغل بالها بالكيفية أو الوقت أو المكان الذي سيتم فيه الأمر، إنها فقط تشعر بالأمر ومن ثم يتبدى لها متحققا. وهكذا فلتتحل الآن بشعور طيب.

بواب بروكتور 

عندما تحول ذلك الخيال إلى حقيقة، سوف تتمكن من بناء خيالات أكبر وأكبر حجما، وتلك يا صديقي هي العملية الإبداعية.

"مهما كان ما تدعو به في صلاتك بصدق وإيمان عميق، فإن الله يستجيب لك." **حكمة قديمة**
 "أيا كانت الأشياء التي ترغب فيها، فحين تصلي، أمن إنها سوف تتحقق، ولسوف تتحقق." **حكمة قديمة**

بواب دويل 

إن قانون الجذب ودراسته وممارسته، كل ذلك يعتمد على اكتشاف ما سيساعدك في توليد مشاعر امتلاك الشيء المنشود الآن، اذهب واختبر قيادة تلك السيارة. اذهب وتسوق من أجل ذلك المنزل، ادخل البيت. قم بما يتطلب الأمر القيام به أيا كان من أجل أن تولدك مشاعر امتلاك ذلك الشيء المنشود الآن، وتذكر تلك المشاعر، وأيا كان ما تستطيع القيام به من أجل إنجاز ذلك سوف يساعدك على جذبها واقعا.

عندما تشعر كما لو أنك تمتلك ما ترغبه الآن، وتكون مشاعرك حقيقية للغاية كما لو أنك امتلكت ما ترغبه بالفعل. فإنك تصدق أنك تلقيت ذلك الشيء المنشود، وسوف تتلقاه.

بواب دويل 

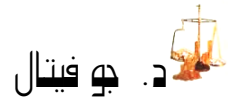
يمكن أن يتم الأمر على هذا النحو، أن تستيقظ وتجد ما ترغبه متجسدا أمامك، أو تروادك فكرة ثابتة حول ما يتوجب عليك فعله لتحقيق ما ترغبه، ولا يجب عليك أن تقول: "حسنا، يمكنني القيام بهذا على هذا النحو، ولكن سأكره ذلك". فإنك لا تكون على المسار الصحيح إذا كانت الحالة هكذا، سوف يكون الفعل والتحرك لابد منهما أحيانا، ولكن إذا ما كنت تقول بذلك حقا بالتوافق مع

ما يحاول الكون أن يجلبه لك، فسوف يحمل لك شعورا بهيجا،
وسوف تشعر بأنك مفعم بالحياة. سوف يتوقف الزمن بالنسبة لك،
ويمكنك القيام بذلك طوال اليوم.

الفضل هو كلمة ترادف "العمل"، لبعض الأشخاص، لكن الفعل
المستلهم لا يبدو وكأنه عمل على الإطلاق، والفارق بين الفعل الملهم
والفضل بشكل عام هو : الفعل المستلهم هو عندما تفعل لكي تتلقى ما
تريد، إذا كنت تعمل لتحاول جعل أمر يحدث، فقد انزلت للوراء، **فالفعل
المستلهم لا يحتاج لبذل جهد.** وهو يحمل شعورا رائعا لأنك تكون على
تردد التلقي.

تخيل الحياة مثل نهر سريع الجريان، عندما تعمل لكي تجعل شيئا ما
يحدث سيبدو الأمر كما لو أنك تسبح ضد التيار، سيبدو الأمر مثل
صراع ومعركة، أما عندما تعمل لكي تتلقى من الكون، سوف تشعر كما
لو أنك تطفو مع تيار مجرى النهر، ستكون أمرا لا يتطلب أي جهد. هذا
هو شعور الفعل المستلهم، أن تطفو مع تيار الكون والحياة.

أحيانا لن تكون مدركا حتى أنك استخدمت الفعل، حتى بعد أن
تتلقى ما تنشده، لأن القيام بالفعل يمنحك إحساسا رائعا، سوف تسترجع
عندئذ ما مضى وترى روعة الطريقة التي حملك بها الكون لما أردته،
وأیضا الطريقة التي جلب بها ما أردته.



د. جو فيتال

**الكون يجب السرعة، لا تتباطأ، لا تفكر مرة ثانية، لا تتشكك
عندما تجد أمامك الفرصة، عندما تهجد الدافعية، عندما يكون
الحافز الفطري بداخلك فلتتحرك. تلك هي مهمتك، وهذا كل ما
عليك القيام به.**

ثق بغرائذك، إنها الإلهام الذي يرسله لك الكون ، إنها وسيلته
للتواصل معك على موجة التلقي، إذا كان لديك شعور فطري أو
غريزي، فاتبعه، وسوف تجد أن الكون يحركك مغناطيسيا لكي تتلقى
ما طلبته وسعيت اليه.

بواب بروكتور



سوف تجذب كل شيء تحتاج اليه، إذا كان المال هو ما تحتاج اليه فسوف تجذبه. إذا كان الناس هم من تحتاج إليهم فلسوف تجذبهم، وإذا كان ما تنشده هو كتاب محدد، فلسوف تجذبه. عليك أن تولي انتباها إلى ما تنجذب إليه، لأنك بينما تحتفظ بصور الأشياء التي تحتاج إليها، سوف تنجذب إليها وسوف تنجذب إليك، ولكنها تنتقل إلى العالم المادي بك ومن خلاله، ويتم هذا وفقا لقانون الجذب.

تذكر أنك مغناطيس، تجذب إليك كل شيء، حين تصبح واضحا بشأن ما تريد، وتلك الأشياء تنجذب إليك بدورها. وكلما تمرنت وتمرست وبدأت ترى قانون الجذب يجلب لك الأشياء، صرت مغناطيسا أكبر حجما لأنك سوف تضيف قوة الإيمان، والتصديق، والمعرفة.

مايكل بيرنارد بيكويث



يمكنك أن تبدأ بلا شيء، ومن لا شيء ومن لا مكان، سوف تجد طريقك.

كل ما تحتاج اليه هو أنت، وقدرتك على التفكير في الأشياء لتجلبها إلى الوجود. كل شيء تم ابتكاره واختراعه عبر تاريخ البشرية بدأ من فكرة واحدة، من تلك الفكرة الوحيدة انفتح الطريق، وتجسد وانتقل من العدم إلى الوجود.

جاك كانفيلد



فكر في سيارة تسير ليلا، الأضواء الأمامية فقط تمتد لمسافة مائة أو مائتي قدم إلى الأمام، ويمكنك أن تقطع بها المسافة من كاليفورنيا إلى نيوهورك سافرا عبر الظلام، لأن كل ما عليك أن تراه هو المائتا قدم التالية، وهكذا تنزع الحياة لأن تتكشف أمامنا. فإذا وثقنا وحسب أن مسافة المائتي قدم التالية سوف تتكشف أمامنا، وأن مسافة المائتي قدم التالية بعد ذلك سوف تتكشف أمامنا بعد ذلك، ستواصل حياتك التكشف والظهور. وسوف تصل في نهاية الأمر إلى مقصدك أيا كان ذلك لأنك تريده.

ثق بالله. ثق وصدق وتحل بالإيمان. لم يكن لدى أدنى فكرة كيف يمكن لي أن أنقل "السر" إلى شاشة السينما، ولكنني تشبثت فقط بنتيجة الرؤية، رأيت النتيجة واضحة في عقلي، شعرت بها بكل قوتي، وكل شيء احتجنا اليه لنصنع "السر" اتى إلينا.



"اتخذ الخطوة الأهل بالإيمان. لست مضطرا لأنك ترى السلالم التالية كلها. فقط اصعد الدرجة الأهل".

(1968 -1929) Martin Luther King

☆ السر وجسدك

دعونا نناقش استخدام العملية الإبداعية بالنسبة لهؤلاء الذين يشعرون بانهم زائدو الوزن ويرغبون في إنقاص وزنهم.

■ الشيء الأول الذي تجب معرفته هو أنك إذا ركزت على إنقاص الوزن سوف تجذب اليك "اضطراارك لفقدان المزيد من الوزن"، وهكذا أخرج فكرة اضطراارك لفقدان الوزن من عقلك، فهذا هو السبب الذي يجعل النظم الغذائية لا تأتي بنفع، ولأنك تركز على فقدان الوزن، فلا بد أن تجذب إليك باستمرار الإضطرار لفقدان الوزن.

■ الشيء الثاني الذي تجب معرفته هو أن حالة البدانة خلقتها أفكارك، ولنوضح المسألة، فإذا كان أحدهم زائد الوزن، فإن ذلك نتج عن الأفكار التي تتعلق بالسمنة، فسواء كان مدركا ذلك أم لا، فلا يمكن أن تراود الشخص أفكار حول النحافة ويكون بدينا، فهذا ينافي قانون الجذب تماما.

سواء عرف أحد الأشخاص أنه مصاب بضعف في إفراز هرمون الغدة الدرقية أو أن تمثيله الغذائي بطيء، أو أن وزنه الزائد أمر وراثي، فإن كل تلك الأمور ما هي إلا أحد أشكال الأفكار التي تتعلق بالسمنة، فإذا طبقت على نفسك إحدى تلك الحالات وصدقت ذلك، فسوف تصبح تجربة حياتك، وسوف تستمر في جذب المزيد من البدانة.

بعد أن وضعت ابنتاي كنت زائدة الوزن، وأعرف أن هذا حدث نتيجة لإستماعي وقراءاتي للرسائل التي تقول إنه من الصعب فقدان الوزن بعد الإنجاب، بل وأكثر صعوبة بعد إنجاب الطفل الثاني، وقد جلب ذلك لنفسي من خلال تلك الأفكار التي تتعلق بالسمنة، وهكذا صارت تجربتي الحياتية. صار جسدي حقا مكدسا باللحم، وكلما لا حظت مدى تكديسي

باللحم، صار جسدي أكثر بدانة، ومع حجم جسمي الضئيل في الأصل، أصبحت أزن 143 رطلا، وكل ذلك لأنني كنت أفكر أفكارا جالبة للسمنة.

أكثر الأفكار شيوعا مما يحتفظ به الناس، حتى أنا أيضا احتفظت بها، هو أن الطعام كان مسئولا عن زيادة وزني، إنه اعتقاد لا يخدمك، وفي عقلي الآن هذا الكلام فارغ تماما، فالطعام ليس مسئولا عن زيادة الوزن، إن فكرتك أن الطعام مسئول عن زيادة الوزن هي التي في الحقيقة تجعل الطعام مسئولا عن زيادة الوزن. تذكر: الأفكار هي السبب الأصلي كل شيء، وبقية الأمور هي آثار لتلك الأفكار، فلتفكر في أفكار رائعة ومثالية ولا بد أن تكون النتائج هي وزن رائع ومثالي.

تخل عن جميع تلك الأفكار المقيدة، الطعام لا يمكنه أن يؤدي إلى زيادة الوزن، إلا اذا فكرت أنه بوسعه ذلك.

إن تعريف الوزن المثالي هو الوزن الذي تشعر بالرضا عنه، لا يعد رأي أي شخص آخر له قيمة، الوزن المثالي هو ما تحمل معه شعورا طيبا.

لعلك على الأرجح تعرف شخصا ما نحيفا ويأكل بشهية حسان، وهو يعلن متفاخرا، يمكنني أن أكل أي شيء يروق لي وعلى الدوام سوف أحظى بالوزن المثالي، وهكذا يقول الجني: "أوامرك مطاعة!"

لكي تجذب وزنك المثالي وجسدك المثالي باستخدام العملية الإبداعية، اتبع الخطوات التالية :

☆ خطوة 1 : أطلب

كن واضحا بشأن الوزن الذي تريد أن تكون عليه. لتكن لديك صورة في عقلك لما سوف تبدو عليه من هيئة عندما تصل إلى ذلك الوزن المثالي. أحضر بعض الصور التي كنت تحظى فيها بالوزن المثالي، إذا كان لديك بعض منها، وانظر إليها كثيرا، وإذا لم يكن لديك أحصل على صورة للجسد الذي تود أن تحظى به وانظر إليها كثيرا.

☆ خطوة 2 : آهن

لا بد أن تؤمن بأنك سوف تتلقى ما تنشده، وأن ذلك الوزن المثالي قد صار ملكك فعليا، عليك أن تتخيل وتنتظر وتتنصرف من منطلق أن ذلك الوزن قد صار ملكك بالفعل. لا بد أن تتخيل نفسك وأنت تستقبل ذلك الوزن المثالي.

أكتب وزنك المثالي وعلقه على مؤشر الميزان الخاص بك، و لا تزن نفسك على الإطلاق. لا تناقض ما طلبته بأفكارك، وكلماتك، وافعالك، لا تشتري ملابس ملائمة لوزنك الحالي. تحل بالإيمان وركز على الملابس التي سوف تبتاعها. إن جذب الوزن المثالي هو تماما مثل تحديد خيار من كتالوج الكون. إنك تتصفح الكتالوج، فتختار الوزن المثالي. أي تحدد طلبك، ومن ثم يتم إرساله إليك.

لتعتقد نيتك أن تتطلع إلى الأشخاص الذين يتحلون بالأجساد ذات الوزن المثالي من وجهة نظرك، وتأمل أجسادهم بإعجاب وأثن عليها في داخلك. ابحث عنهم وعندما تعجب بهم وتحس بتلك المشاعر. فسوف تستدعي ذلك الجسم المثالي إليك. أما إذا رأيت أشخاصا زائدي الوزن، فلا تراقبهم، ولكن حول عقلك على الفور إلى صورتك بجسدك المثالي واشعر بالأمر.

☆ الخطوة 3 : تلق

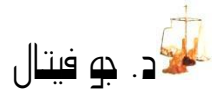
لا بد أن يكون شعورك طيبا، ولا بد أن تشعر بشعور طيب حيال نفسك، هذا أمر مهم، لأنك لا تستطيع أن تجذب وزنك المثالي إذا كنت تحس شعورا سيئا حيال جسدك الآن. إذا كنت تحس شعورا سيئا حيال جسدك، فإن ذلك يكون شعورا قويا وفعال، وسوف تستمر في جذب الشعور السيء حيال جسدك. لن تغير جسدك أبدا إذا كنت بالغ الإنتقاد له ومتصيذا عيوبه، وفي الحقيقة إنك سوف تجذب المزيد من الوزن إليك، فلتمدح كل بوصة مربعة من جسدك. تذكر كل الأشياء الرائعة الخاصة بك، وعندما ترواك أفكار مثالية، وعندما تحظى بشعور طيب

حيال نفسك، فإنك تكون على التردد الخاص بوزنك المثالي، وتجذب اليك الجسم المثالي.



يعرض **والاس واتلس** في واحد من كتبه نصيحة بشأن تناول الطعام. إنه يوصي بأنك حين تأكل، عليك أن تحرص على أن تكون في حالة تركيز تام على تجربة مضغ الطعام. اجعل عقلك حاضرا وعش إحساس تناول الطعام، ولا تدع عقلك ينحرف إلى أشياء أخرى، وكن حاضرا في جسديك، واستمتع بجميع الأحاسيس الخاصة بمضغ الطعام في فمك وابتلاعه. جرب ذلك في المرة التالية التي تتناول فيها طعامك. عندما تكون حاضر الذهن تماما حين تأكل، فإن نكهة الطعام سوف تكون قوية جدا، وعندما تدع عقلك ينحرف، فإن النكهة تختفي. إنني مقتنع أنه إذا كان بوسعنا أن نتناول طعامنا ونحن حاضرو الذهن، ونحن في حالة تركيز تام على التجربة البهيجة للأكل، فإن الطعام يتمثل بداخل أجسادنا على نحو مثالي، ولا بد أن النتيجة في أجسادنا ستكون مثالية. ونهاية القصة بشأن وزني الخاص، إنني الآن احافظ على وزني المثالي وهو 116 رطلا، ويمكنني أن أكل أي شيء أريده. وهكذا، فلتركز على وزنك المثالي.

☆ كم يستلزم هذا من الوقت؟



من بين الأشياء الأخرى التي يتساءل الناس بصددها : "كم يستلزم من الوقت للحصول على السيارة، وشريك الحياة والمال؟" ليس بجزئي أي كتاب قواعد ينص على أن هذا يستلزم 30 دقيقة أو 3 أيام أو 30 يوما. بل الأمر يتعلق بكهوك متوازيا ومتوافقا مع الكون ذاته.



الزمن مجرد وهم. هكذا أخبرنا أينشتاين، وإذا كانت هذه هي المرة الأولى التي تسمع فيها هذا الأمر، لعلك تجده مفهوما عسيرا على الفهم، ذلك لأنك ترى كل شيء يحدث بعد الآخر. ما يخبرنا به علماء

الفيزياء الكمية و اينشتاين، هو أن كل شيء يحدث بالتزامن. إذا استطعت أن تفهم أنه ما من زمن هناك، وأن تتقبل ذلك المفهوم فسوف ترى عندئذ أن كل ما تريده في المستقبل هو موجود بالفعل. إذا كان كل شيء يحدث في الزمن نفسه، فإن النسخة الموازية منك التي تحظى بما تريده موجودة فعليا !

فالأمر لا يقتضي أي وقت من الكون لكي يجلب ما تريد. وأي تأخر في الوقت تمر به يرجع إلى تأخرك في الوصول إلى موضع الإيمان والمعرفة والشعور بأنك بالفعل قد حظيت بذلك. أنت من تضع نفسك على التردد لما تريد. عندما تكون على ذلك التردد، فسوف يظهر ما تريد.



الحجم ليس له أهمية بالنسبة الكون ؛ فعلى المستوى العلمي لا يعد جذب شيء مما تعده ضخم الحجم أكثر صعوبة من جذب شيء مما تعده صغيرا متناهي الدقة. يقوم الكون بكل شيء بلا أدنى جهد. لا يكافح العشب حتى ينمو. يجري ذلك بلا أدنى جهد، إنه فقط هذا التصميم العظيم للخالق.

يتعلق الأمر كله بما يجري في عقلك. يتحدد بما تحدده نحن، كأن نقول : إن هذا أمر كبير، سوف يأخذ بعض الوقت، أو هذا أمر صغير سأمنحه ساعة من وقتي ، تلك هي قواعدنا التي نضعها. ليس قواعد بالنسبة للكون. أنت تزود الكون بالمشاعر الدالة على حصولك على الشيء المرغوب في التو واللحظة، وسوف يسخر الله الكون ليستجيب لتلك المشاعر ، أيا كان نوعها.

ليس هناك زمن بالنسبة للكون، وليس هناك حجم بالنسبة للكون، إن الحصول على مليون دولار هو بنفس سهولة الحصول على دولار واحد، فالأمر يعتمد على نفس العملية، ولكن السبب الوحيد الذي يجعل أحدهما يأتي أسرع من الآخر هو أنك تعتقد أن مبلغ المليون دولار كبير لتحصل عليه بنفس سهولة الحصول على مبلغ صغير مثل دولار واحد.

بواب دويل

يجد بعض الأشخاص سهولة أكبر في طلب الأمور الصغيرة وهكذا، نقول أحيانا أبداً بشيء صغير، مثل فنجان قهوة، لتكن نيتك هي أن تجذب فنجان قهوة اليوم.

بواب بروكتور

داوم على تخيل أنك تتحدث إلى صديق قديم لم تره منذ فترة طويلة. وبطريقة أو بأخرى سوف يشجع شخص ما في التحدث اليك عن ذلك الشخص، وسوف يتصل بك ذلك الشخص أو سوف تتلقى مئة رسالة. البداية بشيء صغير طريقة سهلة لتجربة قانون الجذب ورؤيته بعينيك، دعني اشركك قصة رجل شاب قد قام بذلك، حيث أنه رأى فيلم السر وقرر أن يبدأ بشيء صغير. صنع صورة خيالية لريشة، وحرص على أن يكون شكلها مميزاً، ورسم بأصابع خيالية علامات على هذه الريشة حتى يتأكد بلا أدنى شك أنها ريشته المقصودة إذا رآها، وأنها اتت اليه من خلال استخدامه المقصود لقانون الجذب.

بعد ذلك بيومين، كان على وشك دخول مبنى شاهق الارتفاع في أحد شوارع مدينة نيويورك. قال إنه لم يعرف ما الذي دفعة للنظر أسفل قدميه، ولكنه عندما نظر عند قدميه، وفي مدخل البناية، كانت الريشة هناك، ليس فقط أي ريشة، لكنها الريشة نفسها التي تخيلها تماماً. كانت مطابقة للصورة التي تخيلها في عقله، بكل علاماتها الفريدة، وقد علم من تلك اللحظة، ودون شك بأن هذا كان قانون الجذب يعمل بكل مجده. وأدرك القدرة العجيبة على جذب كل ما يرجو عبر قوة عقله. وبإيمان تام، انتقل الآن إلى استدعاء أشياء أكبر حجماً.

ديفيد شيرر (مدرب استثمار، معلم، ومتخصص تكوين ثروات)

يعمل في تجارة الأسهم بنجاح باهر، و كمستثمر، و يقوم بإلقاء خطب كمدرب استثماري يدير ورشات عمل، و منتديات و دورات تدريبية. و تعلم شركته (Trading Edge) الناس كيف يحققون دخلاً غير محدود عن طريق اكتسابهم لعقلية موجهة نحو الثروة. ان تحليل شيرر لأسواق الأسهم الأسترالية و عبر البحار و أسواق المنتجات يتمتع بصيت طيب نظراً لدقته البالغة.



www.tradingedge.com

يندهش الناس كيف أنجح في العثور على مكان لركن سيارتي، لقد صرت ناجحا في هذا منذ أن فهمت السر لأول مرة، إنني أتخيل مساحة خالية تماما في الموضع الذي أريده، وبنسبة 95 % من المرات تكون هناك في انتظاري، وأقود سيارتي إليها مباشرة، وبنسبة 5% من المرات يكون علي أن أنتظر حتى يخرج من يشغل المكان بسيارته فأدخل أنا، أقوم بذلك طوال الوقت.

الآن لعلك تفهم لماذا يجد الشخص الذي يقول - إنني دائما أجد مكانا لإيقاف سيارتي - أماكن شاغرة دائما. أو لماذا يفوز الشخص الذي يقول، إنني محظوظ حقا، أفوز بأشياء طول الوقت بشيء بعد الآخر، طوال الوقت، إن هؤلاء يتوقعون ذلك، ابدأ في توقع الأشياء الرائعة وعندما تفعل، سوف تصنع حياتك مسبقا.

☆ اصنع وقتك مسبقا

تستطيع أن تستخدم قانون الجذب لكي تشكل حياتك بكاملها مقدما، ويمكنك تطبيق ذلك على الشيء التالي الذي ستقوم به اليوم. **برنتيس مالفورد**، وهو معلم يقدم في كتاباته العديد من الأفكار الثاقبة حول قانون الجذب وكيفية استخدامه، ويستعرض مدى أهمية أن تشكل يومك مسبقا.



حينما تقول لنفسك، سوف أقوم بزيارة سعيدة أو رحلة سعيدة، فأنت فعليا ترسل عناصر وهوامل قوي تسبق جسدك إلى المكان المتسهدف لتجعل زيارتك أو رحلتك سعيدة. عندما تكون في مزاج سيء قبل الزيارة أو الرحلة أو رحلة التسوق، فإنك ترسل عملاء خفيين قبلك إلى المكان مما سيجعلك منزعجا نوعا ما. إن أفكارنا، أو بعبارة أخرى، حالتنا العقلية، تعمل دائما على إعداد الأمور الطيبة أو السيئة مقدما.

Prentice Mulford

كتب **برنتيس مالفورد** تلك الكلمات في حقبة السبعينات من القرن التاسع عشر، ياله من رائد! تستطيع أن ترى بكل وضوح مدى أهمية أن تفكر مقدما في كل حدث في كل يوم، ومن المؤكد أنك قد عايشت من قبل عدم التفكير مسبقا في يومك، وأحد تداعيات هذا الأمر هو أنك تكون في حالة من التسرع والعجلة.

إذا كنت تتصرف بتسرع وعجلة، فاعلم أن تلك الأفكار والأفعال معتمدة على الخوف (الخوف من التأخر). وهكذا فإنك، تُعد مسبقاً الأمور السيئة لنفسك، وبينما تواصل الاندفاع، سوف تجذب شيئاً بعد آخر في طريقك، بالإضافة إلى ذلك، فإن قانون الجذب سوف يعمل على إعداد المزيد من الظروف المستقبلية التي ستؤدي إلى دفعك للتسرع والاندفاع. عليك أن تتوقف وتضع نفسك خارج ذلك التردد. خذ دقائق قليلة وحوّل نفسك إذا لم ترغب في استدعاء الأمور السيئة اليك.

الكثير من الناس، وخصوصاً في المجتمعات الغربية، يطاردون الوقت ويشتكون من أنهم لا يجدون الوقت الكافي لأي شيء. حسناً، عندما يقول أحدهم إنه لا يجد الوقت الكافي، فإذن لابد أن يحدث هذا عن طريق قانون الجذب. إذا كنت تحبط نفسك بأفكار حول افتقارك إلى الوقت الكافي، فمن الآن فصاعداً أعلن لنفسك بكل ثقة: "أنا احظى بأكثر ما يكفي من الوقت، وغير حياتك بأكملها.

كما يمكنك أن تحول الانتظار إلى وقت فعال لصنع حياتك المستقبلية. المرة التالية التي تكون فيها في موقف يضطرك للانتظار، اقتنص ذلك الوقت وتخيل امتلاكك لجميع الأشياء التي تريدها. يمكنك القيام بهذا في أي مكان، وفي أي وقت، حول كل موقف في حياتك إلى موقف ايجابي.

لتكن عاداتك اليومية أن تشكل كل حدث في حياتك مسبقاً، من خلال أفكارك. فلتستدع القوى الكونية لتعمل لصالحك في كل شيء تقوم به وكل مكان تذهب إليه، عن طريق التفكير في الشكل الذي تريد أن تكون عليه مسبقاً، وعلى هذا فإنك تساعد في تشكيل حياتك قاصداً عامداً.

السرفى نقاط موجزة



قانون الجذب يطيع كل أوامرنا، تماما مثل جني مصباح علاء الدين.

تساعدك خطوات العملية الإبداعية على صنع ما تريده في ثلاث خطوات بسيطة، اطلب، آمن، وتلق.

لكي تصير واضحا بشأن ما تريده، عيك أن تطلب من الله أن يسخر الكون لخدمتك، فعندما تصبح واضحا فيما ترغبه، فإنك بذلك تكون قد طلبت.

يتطلب الإيمان التصرف والتحدث والتفكير كما لو أنك قد تلقيت بالفعل ما طلبته. عندما تبث التردد الخاص بتلقيك للشيء المنشود، فإن الكون يحرك الناس والأحداث والظروف من أجل أن تتلقى أنت ما تريد.

يتطلب التلقي الشعور على النحو الذي سوف تشعر به بمجرد أن تتحقق رغبتك، الشعور الطيب على التردد الخاص بما تريده.

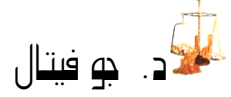
من أجل أن تفقد وزنا، لاتركز على فقدان الوزن، وبدلا من ذلك ركز على وزنك المثالي. اشعر بما سوف تحسه عندما تحظى بوزنك المثالي، وسوف تستدعيه اليك.

لا يستلزم الأمر وقتا بالنسبة للكون لكي يتحقق ما تريده، فالحصول على مليون دولار يعد بنفس سهولة الحصول على دولار واحد.

ابدأ بشيء صغير، مثل فنجان قهوة أو مساحة لركن السيارة، فهي طريقة سهلة لتجرب قانون الجذب في الحياة الواقعية، فلتنوبقوة، اجذب شيئا صغيرا، وعندما تجرب القدرة التي تمتلكها على الجذب، سوف تنتقل إلى الحصول على أشياء أضخم حجما.

اصنع وشكل يومك مسبقا بالتفكير في الطريقة التي تريد بها أن تمضي الأمور، وسوف تشكل حياتك عمدا وقصدا.

العمليات الفعالة



د. جو فيتال

الكثير من الناس يشعرون بأنهم أسرى أو ضحايا لظروفهم الحالية. ولكن مهما كانت ظروفك الحالية، فإنها فقط واقعك الحالي، والواقع الحالي سوف يبدأ في التغير كنتيجة لشروعك في استخدام "السر".

إن واقعك الحالي أو حياتك الحالية ما هي إلا نتيجة للأفكار التي كنت قد فكرت بها، كل ذلك سوف يتغير تغيراً تاماً بمجرد أن تبدأ في تغيير أفكارك ومشاعرك.



"أن يتمكن الإنسان من تغيير ذاته والسيطرة على مجريات حياته، فما ذلك إلا نتاج كل عقل منفتح على قوة الفكر الصحيح."
 (1954-1866) Christian D. Larson



ليزا نيكولاس

حين ترغب في تغيير ظروفك المحيطة، ينبغي عليك أولاً أن تغير من تفكيرك في كل مرة تنظر فيها إلى بريدك متوقفاً أن ترى فاتورة مستحقة الدفع، خمن ماذا سيحدث؟ ستجدها هناك، في كل يوم تخرج مرتعباً من الفاتورة، ولا تتوقع أبداً أي شيء عظيم. تفكر في الديون، تتوقع الديون، وهكذا لا بد أن تظهر الديون بحيث لا تعتقد أنك مجنون، وفي كل يوم تؤكد فكرتك: هل سيكون الدين هناك؟ نعم، هناك ديون. وهكذا تظهر الديون، لأن قانون الجذب دائماً ما يطعم أفكارك، اصنع معرفاً لنفسك: توقع مالا ودخلاً إضافياً!

إن التوقع هو قوة جذب فعالة، لأنه يجذب إليك الأشياء، وكما يقول بوب بروكتور، تربط الرغبة بينك وبين الشيء المرغوب، والتوقع يجذبك إلى حياتك. توقع الأشياء التي تريدها، ولا تتوقع الأشياء التي لا تريدها. فما الذي تتوقعه الآن؟



أغلب الناس ينظرون إلى حالاتهم الجارية ويقولون " هذا ما أنا عليه.. ولكن هذا ليس ما أنت عليه، ذلك ما كنت عليه. لنقل مثلا إنك لا تملك المال الكافي في حسابك المصرفي، أو إنك لا تحظى بالعلاقة التي تتمناها، أو إن صحتك ولياقتك على غير ما يرام. ذلك ليس أنت، لكنه المحصلة المتبقية لأفكارك وأفعالك الماضية، وهكذا، فإننا نعيش بصورة مستمرة في هذه البقايا، إذا صح القول، من الأفكار والأفعال التي اخترنا اتخاذها في الماضي. عندما ننظر إلى وضعيتك الراهنة وترتبط بنفسك بها، فأنت تقضي على نفسك بالأنا تحظى بشيء أكثر من هذه الوضعية الراهنة نفسها مستقبلا.



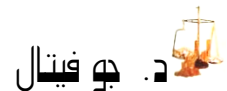
" كل ما نحن فيه هو ثمرة ما فكرنا فيه. "

الفيلسوف بوذا (563 ق.م - 483 ق.م)



أود أن أقدم لك إحدى الطرق أو العمليات التي أخذناها من المعلم نيفيل جهارد ، في محاضرة ألقاها عام 1954 وعنوانها (The Pruning Shears Of Revision) وكان لهذه الطريقة أثر بالغ على حياتي. يوصي نيفيل أن تقوم في نهاية كل يوم، قبل أن تخذ للنوم، بالتفكير في أحداث اليوم. إذا كان هناك أية أحداث أو لحظات لم تمض على النحو المأمول بالنسبة لك، أعد تشغيلها في عقلك بطريقة تشوقك وتحمسك، وبينما تعيد صنع تلك الأحداث في عقلك كما ترغب بالضبط، فإنك تنقي ترددك الخاص بذلك اليوم وتبث إشارة جديدة وترددا جديدا من أجل الغد. لقد صنعت عن قصد صورا جديدة من أجل مستقبلك. لايفوت الأوان أبدا على تغيير الصور.

☆ عملية الامتنان الفعالة



ما الذي يمكنك القيام به الآن لتغيير حياتك؟ إن أول شيء قبل سواه، هو أن تبدأ بوضع قائمة من الأشياء والأمور التي تستحق امتنانك، من شأن هذا أن يحول طاقتك ويبدأ في تحويل تفكيرك، وبينما تكون قبل هذا التمرين قد ركزت فقط على ما لا تحظى به، وعلى ما تشكي منه، ومشكلاتك، فإنه سوف يجعلك تتجه صوب

اتجاه مختلف عندما تبدأ في ممارستها، سوف تبدأ في الشعور بالامتنان من أجل جميع الأشياء التي تحمل لك شعورا طيبا.



"إذا كانت فكرة جديدة بالنسبة لك أن الامتنان يضع عقلك بكامله في حقيقة تناغم مع الطاقات الإبداعية، إذن تأمل الفكرة مليا، وسترى أنها حقيقة." (Wallace Wattles (1911-1860)

مارسي شيهوف

إن الامتنان والحمد لله هو الطريقة المثلى لجلب المزيد من الخير إلى حياتك.

د. جون جراي (عالق نفس، ومؤلف، ومحاضر عالمي)



مؤلف كتاب (الرجال من المريخ، النساء من الزهرة) الذي تصدر المبيعات حيث بيعت منه حوالي 30 مليون نسخة خلال العقد الأخير. و قد ألف 14 كتابا آخر تصدرت قوائم أفضل المبيعات، و يشارك فيها الاف الاشخاص. و تركيزه الأساسي ينصب على مساعدة الرجال و النساء على فهم و احترام و تقدير اختلافاتهم في كل من العلاقات الشخصية و المهنية.



www.marsvenus.com

كل رجل يعلم الوقت الذي تقدره فيه زهجه على الأشياء الصغيرة التي يفعلها، فماذا يكون رده على ذلك؟ يكون رده هو الرغبة في فعل المزيد من الأشياء الطيبة. إن الأمر دائما ما يتعلق بالتقدير، فهو يضع الأمور في نصابها ويجذب الدعم.

د. جون ديمارتيني

أيا كان ما تفكر فيه ونشني عليه فإنه يتزايد.

جيس راوي

كان الامتنان تمرينا فعالا لي. في كل صباح أنفض وأقول الحمد لله ، وفي كل صباح حينما تلمس قدمي أرض الغرفة، أقول الحمد لله ثم أبدأ التفكير في الأشياء التي تستحق الحمد، هذا بينما أغسل أسناني وأقوم بطقوس الصباح. ولا اكتفي فقط بالتفكير بشأنها والقيام ببعض العادات الروتينية، بل إنني أصوغ الحمد وألهج به وأستشعر في نفسي مشاعر الامتنان.

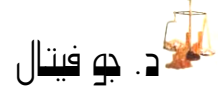
اليوم الذي صورنا فيه مشاركة **جيمس راى** في الفيلم وتمرينه الفعال عن الامتتان، كان واحدا من الأيام التي لا أنساها أبدا، فمنذ ذلك اليوم فصاعدا، انتهجت طريقة **جيمس** في حياتي. في كل صباح، لا أخرج من الفراش حتى أكون قد شعرت بمشاعر الامتتان لهذا اليوم الجديد الرائع وكل شيء يستحق الحمد والثناء في حياتي، ثم حين أنهض من الفراش، وعندما تلمس إحدى قدمي الأرض أقول الحمد لله، وكذلك عندما تلمس القدم الأخرى الأرض. ومع كل خطوة أتخذها في طريقي إلى الحمام، أقول الحمد لله. استمر في ترديد الحمد والإحساس به بينما استحم وأستعد لليوم. وعندما انتهى من تجهيز نفسي للخروج وقضاء روتيني اليومي أكون قد قلت الحمد لله مئات المرات.

عندما أقوم بذلك، فإنني أقوم بفاعلية بإعداد وتشكيل يومي بكل ما سوف ينطوي عليه، انني أضبط التردد الخاص بي من أجل اليوم. وأعلن بتعمد وقصد النحو الذي أطمح ليومي أن يمضي عليه، بدلا من التعثر خارج السرير وترك اليوم يقودني كيف يشاء، ليس هناك طريقة أكثر فاعلية من هذه لتبدأ يومك. إنك تمتلك زمام حياتك، وهكذا فلتبدأ بصنع يومك قاصدا واعيا!

إن الامتتان جزء جوهري من تعاليم جميع القادة الروحانيين العظام والرجال الصالحين على مدار التاريخ. وفي الكتاب الذي غير حياتي *The Science Of Getting Rich* بقلم **والاس واتلس** في 1910، كان الامتتان مخصصا له أطول الفصول، وكل معلم ممن ظهروا في فيلم السر يستخدمون الامتتان كجزء من يومهم، ومعظمهم يبدأون يومهم بأفكار ومشاعر من الامتتان.

جيه شوجرمان، رجل رائع ورجل أعمال ناجح، شاهد فيلم السر واتصل بي وأخبرني أن الجزء المفضل لديه كان هو الخاص بعملية الامتتان. وأن لجوئه إلى الامتتان قد أسهم في جميع ما أنجزه في حياته، ومع كل النجاح الذي جذبته إلى نفسه، يواصل استخدام الامتتان كل يوم، حتى حيال أصغر وأدق الأشياء. عندما يجد مكانا لإيقاف سيارته دائما ما

يقول "الحمد لله" ويستشعرها. يعرف جه قوة الامتنان وكل ما يجلبه اليه، وهكذا فإن الامتنان هو طريقته في الحياة. بكل ذلك الذي قرأته، وكل الذي عايشته في حياتي باستخدام السر، أجد أن قوة الامتنان تسمو فوق كل شيء آخر. إذا كنت ستقوم بشيء واحد فقط عند اطلاعك على السر، فلتستخدم الامتنان حتى يصير طريقتك في الحياة.



ما إن تبدأ في الإحساس بشعور مختلف حيال ما لديك بالفعل، سوف تبدأ في جذب المزيد من الأشياء الطيبة. المزيد من الأشياء التي يمكنك أن تكون ممتنا من أجلها. يمكنك أن تنظر حولك وتقول: "لا أملك السيارة التي أريدها". "لا أملك المنزل الذي أريده". "لا أحظى بشريكة الحياة التي أريدها". "لا أحظى بالصحة التي أطمح إليها". مهلا كفاك! ودعك من هذا. تلك هي الأشياء التي لا تريدها. ركز على ما لديك بالفعل وأنت ممتن من أجله. قد يكون ذلك أن لديك عينيّن لتقرأ هذا. قد يكون الملابس التي لديك. نعم، قد تفضل شيئاً آخر وربما تحصل على شيء آخر جميل قريباً. إذا ما بدأت تشعر بالامتنان لما تملكه بالفعل وتحظى به.



"كثير من الناس الذين ينظمون حياتهم على خير وجه في كل المناحي الأخرى يظل الفقير يطاردهم لأفتقارهم لفضيلة الحمد والامتنان."
Wallace Wattles

من المستحيل جلب المزيد إلى حياتك إذا كنت تشعر بعدم الامتنان حيال ما تحظى به. لماذا؟ لأن ما تبثه من أفكار ومشاعر عند شعورك بالجحود تكون كلها عواطف سلبية. سواء كانت الغيرة، والنقمة، والبطر، أو مشاعر "عدم الاكتفاء"، تلك المشاعر لا يمكن أن تجلب إليك ما تريد، ليس بوسعها إلا أن ترد نحوك المزيد مما لا تريد. تلك المشاعر السلبية تعوق سبيل الخير اليك، إذا كنت تحلم بسيارة جديدة لكنك غير ممتن للسيارة التي تمتلكها بالفعل، فسيكون ذلك هو التردد المهيمن الذي ترسله خارجاً.

كن ممتنا لما لديك الآن، وبينما تشرع في التفكير بشأن كل الأمور في حياتك التي تشعر بالامتنان حيالها، فسوف يصيبك العجب من الأفكار اللانهائية والتي ستعود إليك بالمزيد من الأشياء التي تشعر بالامتنان حيالها. ينبغي عليك أن تضع نقطة البداية، من ثم فإن قانون الجذب سوف يتلقى أفكار الامتنان تلك ويمنحك المزيد مما يشابهها تماما، التزم فقط بتردد الامتنان وسوف تكون ملكك جميع الأشياء الطيبة.



"إن الممارسة اليومية للامتنان هي إحدى القنوات التي ستعبر منها الثروة إليك." Wallace Wattles



لاري براؤور (مدرب ومختص في مجال النمو، ومؤلف ومعلم.)

هو المؤسس و المدير التنفيذي لشركة Empowered Wealth، و هي شركة استشارة دولية تقدم للمشاريع التجارية و المؤسسات و العائلات و الأفراد أنظمة و حلولاً لشحن نظامها الأساسي، و تجارتها و مساهمتها و أصولها المالية. هو مؤلف كتاب The Brower Quadrant.



www.leebrower.com

أعتقد أن كل إنسان مر بأوقات قال فيها : الأمور لا تمضي على ما يرام أو الأمور من سجيء إلى أسوأ... في إحدى المرات، حين كنت أعاني من بعض المشكلات في محيط أسرتي، عثرت على حجر وجلست ممسكا به. أخذت هذا الحجر، ووضعت في جيبي، وقلت كل مرة ألمس هذا الحجر سوف أفكر في شيء أمتن حياله، وهكذا في كل صباح، ألتقط الحجر من فوق منضدة الزينة، و أضعه في جيبي، وأتذكر الأمور التي تجعلني ممتنا، في المساء ماذا أفعل؟ أفرغ جيبي، وأعيد الكرة من جديد.

وقد كان لي بعض التجارب المدهشة والعجيبة مع هذه الفكرة، في أحد المرات، رأني رجل من جنوب افريقيا أمسك بالحجر، سألتني ما هذا؟ فشرح لي الأمر، وبدأ يدعوه حجر الامتنان (هكذا تبدأ الخرافات)، بعد ذلك بأسبوعين وصلتني رسالة منه، من جنوب افريقيا، وكان يقول فيها : "ابني يحضر من مرض نادر، إنه نوع من الالتهاب الكبدي. هلا ارسلت لي ثلاثة من أحجار الامتنان؟، كانت مجرد أحجار عادية مما نجدها في الشارع، فقلت له بالطبع. وكان علي أن اتأكد ان ارسل له حجارة مميزة، وهكذا خرجت إلى مجرى النهر، والتقطت الأحجار المناسبة، وأرسلتها إليه.

بعدها بأربعة أو خمسة شهور وصلني رسالة منه قال فيها، تحسنت حالة ابني إنه يبلي بلاء رائعا . ولكن يجب أن تعرف أمرا ما، لقد بعنا أكثر من ألف حجر بسعر 10 دولار للحجر الواحد كأحجار امتنان، وتبرعنا بكل هذا المال للأعمال الخيرية. شكرا لك. وهكذا فمن المهم للغاية امتلاك "توجه الامتنان".

لقد غير العالم العظيم اينشتاين بشكل ثوري من طريقة نظرنا لكل من الزمن، المكان، والجاذبية، ومن خلفيته الفقيرة وبداياته المتواضعة كنت تظن أنه من المستحيل بالنسبة له أن ينجز كل ذلك الذي أنجزه، كان اينشتاين مطلعاً على قدر كبير من السر، وقد كان يقول، الحمد لله، مئات المرات في كل يوم. لقد قدم الشكر والامتنان كذلك العلماء العظماء الذين سبقوه بإسهاماتهم والتي لولاها ما كان له أن يتعلم وينجز المزيد من عمله، وأن يصير في النهاية واحداً من أعظم العلماء الذين مروا بالتاريخ.

قد تكون أكثر استخدامات الامتنان قوة وفعالية هي تلك المتضمنة العملية الإبداعية التي تستخدمها للحصول بسرعة على ما تريد. وكما نصح بوب بروكتور في الخطوة الأولى للعملية الإبداعية، أطلب، فلتبدأ بكتابة ما تريده، ابدأ كل جملة بالكلمات التالية : **إنني سعيد جداً وممتن الآن لأن.....** (وأكمل بقية الجملة).

عندما يصدر منك الثناء والحمد كما لو أنك قد تلقيت ما تريد، فإنك تبث إشارة قوية للكون، تقول تلك الإشارة بأنك تحظى بالفعل بما تنشده، لأنك تشعر بالامتنان له الآن. كل صباح قبل أن تخرج من الفراش، لتكن عادتك أن تحس بمشاعر الامتنان سلفاً لليوم العظيم الذي تستقبله، كما لو أنه قد انتهى.

من اللحظة التي اكتشفت فيها السر وكونت الرؤية التي سوف أقدم بها هذه المعرفة مع العالم، كنت أشكر الله كل يوم على فكرة إنتاج فيلم السر الذي سوف يبث البهجة في نفوس الناس والعالم كله. لم يكن لدي أي فكرة كيف سنصنع تلك المعرفة على الشاشة ولكننا وثقنا بأننا سنجذب اليها الكيفية والطريقة، بقيت في حالة تركيز وتشبث بالنتيجة النهائية. شعرت بمشاعر عميقة من الامتنان مسبقاً، وحين صار ذلك هو

حالة وجودي، انفتحت كل السبل وتدفق السحر إلى حياتنا. بالنسبة لفريق عمل فيلم السر الرائع، وبالنسبة لي، فإن أصدق وأعمق مشاعر الامتنان تتواصل حتى اليوم. لقد صرنا فريقا يردد ويلهج بالامتنان في كل لحظة، وصارت هذه هي طريقتنا في الحياة.

☆ عملية التخيل الفعالة

التخيل هو عملية لقنها جميع المعلمين الكبار والرجال العظماء عبر القرون، بالإضافة إلى جميع المعلمين الكبار الذين يعيشون في يومنا هذا. في كتاب **تشارلز هانيل** بعنوان **The Master Key System**، المكتوب في 1912 يتم عرض 24 تمرينا أسبوعيا لإتقان التخيل. الأكثر أهمية، أن كتابه كاملا سوف يساعدك على أن تصير سيد أفكارك.

إن سبب قوة وفاعلية التخيل تعود إلى أنك عندما تصنع صورة في عقلك من تخيل نفسك تمتلك ما تريد، فإنك تقوم بتوليد الأفكار والمشاعر الخاصة بامتلاك ما تريده في التو واللحظة. وما التخيل إلا فكرة مركزة بقوة في شكل صور، وتسبب مشاعر متساوية في القوة، عندما تقوم بالتخيل، فإنك تبث ذلك التردد الفاعل خارجا للكون. سوف يمسك قانون الجذب بتلك الإشارة القوية ويعيد تلك الصور من جديد اليك، بالضبط كما رأيتها في عقلك.

د. دينيس وينلي 

لقد أخذت عملية التخيل عن برنامج أبوله، وأدرجته خلال الثمانينات والتسعينات في برنامج الرياضيات الأهلوية، وكان يسمي التدريب الحركي.

عندما تقوم بالتخيل، فإنك تجسد المجرى، وإليك أمرا مثيرا للاهتمام بشأن العقل : لقد أخذنا الأبطال الأهلبيين وجعلناهم يتدربون على أدهامهم وألعابهم في عقولهم فقط، وعندئذ قمنا بتوصيلهم بجهاز معقد خاص بالتغذية الحيوية المرتدة، والشيء المذهل هو أن عضلاتهم راحت تعمل بالترتيب نفسه عندما كانوا يخوضون السباقات في عقولهم كما كانوا يركضون في المضمار. كيف يمكن هذا؟ ذلك لأن العقل لا يمكنه أن يميز ما إذا كان يقوم بذلك حقا أم أنه مجرد تدريب. إذا ذهبت إلى مكان بعقلك فسوف تكون هناك بجسمك.

فكر في المخترعين ومخترعاتهم، الأخوان رايت والطائرة، ايستمان وفيلم التصوير، اديسون والمصباح الكهربائي. جراهام بل والهاتف ، إن السبب الوحيد وراء أي ابتكار أو اكتشاف هو أن شخصا ما رأى صورة في عقله ورأها بكل وضوح وعن طرق التشبث بهذه الصورة في نتيجتها النهائية في عقله، فإن كل قوى الكون حملت ابتكاره إلى العالم وجسده من خلاله.

هؤلاء الرجال عرفوا السر. هؤلاء كانوا رجالا ذوي إيمان مطلق في غير المرئي وعرفوا القوة التي بداخلهم، والقدرة على تغيير العالم وكيفية جعل الابتكار مرئيا إلى حيز الوجود. كان خيالهم وإيمانهم هما السبب لتطور الإنسانية، ونحن نجني ثمار عقولهم المبدعة كل يوم. قد تفكر قائلا، "ليس عقلي مثل عقول هؤلاء المخترعين العظام". أو لعلك تفكر قائلا "إنهم يستطيعون تخيل تلك الأشياء، أما أنا فلا أستطيع"، هذه أبعد نقطة ممكنة عن الحقيقة، وبينما تواصل التعرف على هذا الاكتشاف العظيم لمعرفة السر، سوف تتعلم أنك لست فقط تمتلك عقلا كعقولهم، بل عقلا أفضل بكثير.



مايك دوليس

عندما تقوم بالتخيل، عندما تدهر تلك الصورة في عقلك، أهتم وركز دائما على النتيجة النهائية وحسب. اليك مثال: أنظر إلى ظاهر يديك، الآن. انظر بتمعن إلى ظاهر يديك: لون جلدك، الخطوط الصغيرة، الأوعية الدموية، الخواتم والأظافر. احتفظ بكل تلك الصورة، والآن قبل أن تغلق عينيك، أنظر ليديك، لأصابعك، وهي ممسكة بعجلة قيادة سيارتك الجديدة الفارهة.



د. جو فيتال

إنها تجربة أقرب ما تكون إلى الحقيقة، بل إنها حقيقية للغاية في هذه اللحظة، لدرجة أنك قد تشعر بعدم احتياجك للسيارة لأنك تشعر أنك قد امتلكتها بالفعل.

تلخص كلمات د. فيتال ببراعة الموضوع الذي تريد أن تأخذ نفسك إليه عندما تقوم بالتخيل، عندما تشعر بارتجاج عندما تفتح عينيك في العالم المادي، يصير تخيلك هذا حقيقيا، لكن تلك الحالة تمثل ذلك المستوى من الوعي الحقيقي. إنه المجال الذي يتم فيه ابتكار كل شيء، وما العالم المادي إلا نتيجة للمجال الحقيقي لكل عملية الإبتكار، ولهذا فلن تشعر وكأنك بحاجة لأي مزيد، لأنك توافقت مع المجال الحقيقي للابتكار عبر عملية التخيل. في هذا المجال أنت تمتلك كل شيء، عندما تشعر بذلك، ستدرك الأمر.

باك كانفيلد 

إن الشعور هو الذي يقود إلى الجذب، وليس فقط الصورة أو الفكرة. كثير من الناس يقولون عبارات من قبيل: "إذا ما فكرت أفكارا إيجابية، إذا قمت بتخيل ما أنشده، سيكون هذا كافيا". ولكن إذا قمت بذلك ومازلت لا تمتلك شعور الوفرة والرخاء، أو الحب والسعادة، فلن تكون هناك قوة الجذب.

بوب دوويل 

إنك تضع نفسك في حالة الشعور بجهودك الحقيقي في تلك السيارة، لك الأمر أن تقول: "أتمنى لو أنني حصلت على تلك السيارة ولا أن تقول: في يوم ما سأمتلك تلك السيارة"، لأن تلك العبارات تنطوي على شعور محدد لا يتعلق باللحظة الحاضرة، وإنما يتعلق بالمستقبل، وإذا لزمك ذلك الشعور، فسيظل الأمر دائما مؤجلا للمستقبل.

مايكل بيرنارد بيكويث 

والآن سوف يصبح ذلك الشعور وتلك الرؤية الداخلية مجازا مفتوحا من خلال سوف تعرب قوة الكون عن نفسها.

"أما عن ماهية هذه القوة فهذا ما لا أدركه. كل ما أعرفه أنها موهودة." 

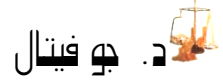
Alexandre Graham Bell

باك كانفيلد 

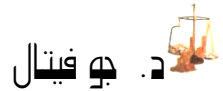
إن مهمتنا لسيت أن نكشف الطريقة، فالطريقة تأتي من الالتزام والإيمان بالأمر نفسه.



"الكيفيات" هي مملكة الكون نفسه، الكون يعلم دوماً أقصر الطرق وأسرعها وأنجحها وأكثرها تناغماً بينك وبين حلمك.



إذا حولت الأمر إلى الكون، سوف تندعش وتنبهر مما يرسله إليك. وهذا هو مكن السحر والعجائب. إن جميع معلمي "السر" مدركون للعناصر التي يستعين بها المرء حين يقوم بالتخيل. فعندما ترى الصورة في عقلك وتشعر بها، فإنك تأخذ نفسك إلى موضع التصديق بأنك تحظى بذلك الشأن الآن، كأنك في ذات الوقت تطبق الثقة والإيمان بالله، ذلك لأنك تركز على النتيجة النهائية وتعيش الشعور بهذا، دون أن تولي أدنى اهتمام بالطريقة أو الكيفية أيا كانت، فالصورة التي تراها في عقلك هي رؤية الشيء باعتباره أمراً مقضياً. ومشاعرك تحس بالصورة باعتبارها أمر منتهياً، إن عقلك وحالتك بكاملها ترى الصورة كما لو أنها قد جرت بالفعل مسبقاً. ذلك هو فن التخيل.



إنك تريد القيام بهذا يهيميا في حقيقة الأمر، لكن يجب ألا يتحول إلى أحد الهاجبات الثقيلة. الأمر المهم حقاً فيما يتعلق بالسر هو أن تشعر شعوراً طيباً. ينبغي أن تشعر بالحماس والإثارة خلال هذه العملية بأسرها. ينبغي أن تكون مبتهجا، وسعيدا، ومتناغماً، باكبر قدر ممكن.

لدى كل شخص القدرة على التخيل. دعني أثبت لك ذلك بصورة مطبخ: لكي يأتي هذا بنتيجة، قبل كل شيء عليك أن تتخلي عن جميع الأفكار الخاصة بمطبخك وتخلي عقلك منها. لا تفكر في مطبخك! نظف عقلك تماماً من صور مطبخك، بخزائنه، بثلاجته، بفرنّه، ببلاطه، بلون جدرانّه....

لقد رأيت صورة لمطبخك في عقلك، أليس كذلك؟ حسناً. لقد قمت بالتخيل لتوك!



"كل شخص يمارس التخيل سواء عرف هذا أم لا. التخيل هو السر العظيم للنجاح." Genevieve Behrend (1881-1960)

إليك نصيحة تتعلق بالتخيل، والتي يقدمها د. ديمارتيني، في منتدياته التي يطلق عليها Breakthrough Experience، يقول جون أنك إذا تخيلت صورة ثابتة في عقلك، يكون من العسير عليه الاحتفاظ بتلك الصورة، وعلى هذا فلتضف الكثير من الحركة على صورتك. لتوضيح هذا، تخيل مطبخك من جديد، وهذه المرة تخيل نفسك تدخل المطبخ وتتجه إلى الثلاجة وتضع يدك على مقبض الباب وتفتح الباب وتنظر للداخل، وتجد زجاجة ماء بارد، فتمد يدك وتتناولها. يمكنك أن تشعر بالبرودة على يدك وأنت ممسك بالزجاجة، الآن لديك الزجاجة في يد، وتستخدم يدك الأخرى لتغلق باب الثلاجة، الآن أنت تتخيل مطبخك بالتفاصيل والحركة، أليس الآن من الأسهل رؤية الصورة والإحتفاظ بها؟



"جميعنا نمتلك من القوة والإمكانات ما هو أعظم شأننا مما ندرك، والتخيل هو إحدى أعظم القدرات." Genevieve Behrend

☆ العمليات الفعالة في حيز التنفيذ

مارسي شيموف

الفرق الوحيد بين الأشخاص الذين يعيشون على هذا النحو، الذين يعيشون في سحر الحياة، وهؤلاء الذين حرّموا من ذلك، هو أن من يعيشون سحر الحياة قد اكتسبوا عادات معينة وطرقاً محددة للجهود، لقد اكتسبوا عادة استخدام قانون الجذب، وتقع لهم أشياء تشبه السحر حيثما حلوا، لأنهم يتذكرون استخدامه، ويستخدمونه طوال الوقت، وليس فقط لمرة واحدة.

إليك قصتين تستعرضان بكل وضوح قانون الجذب الفعال، والنسيج المحبوك الذي لا تشوبه شائبة للكون في حالة العمل.

❖ القصة الأولى عن امرأة اسمها **جينى**، اشترت اسطوانة فلم "السر"، وكانت تشاهده على الأقل مرة يوميا بحيث تستوعب الرسالة تماما حتى النخاع، وقد تأثرت على وجه الخصوص **ببوب بروكتور**، ورأت أنه سيكون من الرائع أن تلتقي به.

ذات صباح جمعت **جينى** بريدها، ولدهشتها البالغة كان ساعي البريد قد أرسل رسالة إلى **بوب بروكتور** على عنوانها هي. وما لم تكن **جينى** تعرفه هو أن **بوب بروكتور** يقيم على مبعدة أربعة مبان منها، ليس هذا فقط، لكن رقم منزل **جينى** كان نفس رقم منزله، وفي الحال أخذت البريد لتوصله إلى العنوان الصحيح، هل لك أن تتخيل فرحتها المطلقة عندما فتح الباب ووجدت **بوب بروكتور** واقفا امامها؟ نادرا ما كان **بوب** يمكث بالمنزل نظرا لسفره في جميع أنحاء العالم للتدريس. لكن نسيج الكون له توقيت دقيق للغاية. وانطلاقا من فكرة **جينى** حول مدى روعة أن تلتقي **بوب**، قام قانون الجذب قام بتحريك الأشخاص، الظروف، والأحداث عبر الكون بحيث يحدث هذا.

❖ القصة الثانية عن صبي في العاشرة من عمره اسمه **كولين**، الذي شاهد فيلم السر وعشقه. قامت اسرة **كولين** بزيارة لمدة أسبوع إلى مدينة **ديزني** الترفيهية. وخلال يومهم الأول تعرضوا للوقوف في طوابير طويلة في الحديقة وهكذا في تلك الليلة، وقبل النوم، فكر قائلا في نفسه، غدا كم أحب أن أركب جميع الألعاب دون أن أضطر للوقوف منتظرا في طوابير على الإطلاق.

في الصباح التالي كان **كولين** وأسرته على أبواب مركز **ابكوت** فيما كانت الحديقة تفتح أبوابها، واقترب منهم عضو من فريق عمل **ديزني** وسألهم ما إذا كانوا يوافقون أن يكونوا الأسرة الأولى في مركز **ابكوت** لهذا اليوم، وبحصولهم على لقب الأسرة الأولى سيتم التعامل معهم كأشخاص مهمين جدا، ويلقون عناية خاصة من عضو فريق العمل هذا،

ويتجاوزون الإنتظار والطوابير من أجل كل لعبة كبيرة في إبهوت،
كان هذا أكثر مما تمناه كهلين.

كانت هناك مئات الأسر تنتظر لتدخل إلى إبهوت ذلك الصباح، غير
أن كهلين لم يكن لديه أدنى شك في سبب اختيار أسرته لتكون الأسرة
الأولى، كان يعلم ذلك لأنه قد استعان بالسر.

تخيل اكتشاف طفل في سن العاشرة تلك القوة الكامنة في داخله!



"لأشياء يمكنه أن يمنع صورتك من أن تتحول لأشياء ملموس عدا
القوة نفسها التي وهبتها الحياة، التي هي أنت." Genevieve Behrend



يتشبث الناس بهذا الأمر لفترة، حيث يقول أحدهم : إنني مشتعل
بالحماس، لقد رأيت هذا البرنامج ولسوف أغير حياتي، ومع ذلك لا
تظهر النتائج، تحت السطح يكون الأمر على وشك أن يتحقق، لكن
الشخص سوف يكتفي بالنظر إلى النتائج السطحية ويقول، هذا
الأمر لا يأتي بنتيجة، أه تعلم ما الذي يحدث؟ تقول الكون : أوامرك
مطاعة، ويختفي هذا الشيء.

عندما تسمح لفكرة من الشك أن تدخل إلى عقلك، فإن قانون
الجدب سرعان ما سيراكم عليك فكرة شك أو ريبة بعد الأخرى،
لذلك، ما إن تراودك فكرة شك أو ريبة، تخل عنها فوراً، وابتعد عنها
تماماً وضع مكانها عبارة، أعرف إنني أتلقى الآن، وأشعر بذلك.



بعد معرفة قانون الجذب، اردت أن أضعه حقا موضع الاستخدام وأن
أرى ماذا سيحدث، في عام 1995 بدأت أصنع شيئاً اسمه لوهة
الأحلام حيث أخذ شيئاً أريد أن أنجزه، مثل سيارة أو ساعة يد أو شريك
الحياة المنتظر، وأضع صورة لما أريده على تلك اللوحة. كل يوم
كنت أجلس في مكتبي وأنظر إلى هذه اللوحة وأبدأ في التخيل،
وكنت بالفعل أعيش حالة إنني أمتلك فعلياً ما أنشده.

كنت أستعد للانتقال إلى مسكن آخر، ووضعت جميع الأثاث و
جميع الصناديق في مخزن، وغيّرت سكني ثلاث مرات مختلفة خلال
فترة خمسة أعوام، ثم انتهت بي المطاف في كاليفورنيا واشترت
هذا المنزل، واستغرقت في تجديدة عاماً كاملاً، ثم أحضرت كل
أشياء من منزلي السابق الذي كان لي قبل خمسة أعوام. وذات

صباح أتد إلى مكتبي إبني كينان، وأخذ أحد الصناديق التي كانت محكمة الإغلاق لمدة 5 أعوام، كان موضوعا على عتبة الباب. سألتني ماذا في الصندوق يا أجي؟ قلت : إنها لוחات الأحلام الخاصة بي وعندئذ سأل : وما هي لוחات الأحلام؟ فقلت : حسنا إنها المكان الذي أضع عليه جميع أهدافي، اقص الصور ثم إضع كل أهدافي عليه كل شيء، أريد إنجازه في حياتي، وبالطبع في عمر الخامسة والنصف لم يفهم، فقلت : عزيزي، دعني أشرح لك، ستكون هذه هي الطريقة الأسهل.

فتحت الصندوق وعلو إحدى اللوحات وجدت صورة منزل كنت اتخذية قبل 5 أعوام، ما كان صدمة بالنسبة لي أننا نعيش في ذلك المنزل الآن، وليس في منزل شبيه له، لقد اشتريت فعليا منزل أحلامي، وقيمت بتجديده، ولم أعلم بذلك حتى. نظرت نحو ذلك المنزل وشرعت أبكي، سألتني كينان : ماذا يبكيك؟ أخيرا فهمت كيف يعمل قانون الجذب، إنني أخيرا أفهم قوة التخيل، إنني أخيرا أفهم كل شيء كنت قد رأيت، كل شيء عملت عليه طوال حياتي، والطريقة التي أسست بها الشركات، لقد أتت بنفع مع منزلي كذلك، واشتريت منزل أحلامنا دون أن الحظ.



"الخيال هو كل شيء.. إنه الرؤية المسبقة لما سوف تجذبه الحياة وتأتي به." Albert Einstein (1889-1955)

يمكنك أن تطلق العنان لخيالك مع لوحة الأحلام. ضع عليها صورة لكل الأشياء التي تريدها، وصورا للهيئة التي تريد لحياتك أن تكون عليها، وتأكد من أن تضعها في مكان تسهل عليك رؤيتها فيه كل يوم، كما فعل جون أساراف، واستشعر مشاعر امتلاك تلك الأشياء، وعندما تتلقى، وتشعر بالامتنان لما تلقيته، يمكنك أن تحذف صورا وتضع صورا جديدة، هذه طريقة رائعة لكي تُعرف الأطفال على قانون الجذب، وأتمنى أن يلهم صنع لوحة الأحلام الآباء والأمهات والمعلمين في أرجاء العالم.

أحد الأشخاص على منتدى موقع السر على شبكة المعلومات وضع صورة لأسطوانة فيلم السر على لوحة أحلامه. كان قد رأى السر، ولكن لم يكن لديه نسخة ملكية، بعد مرور يومين على صنعه لوحة الأحلام الخاصة به، ألهمني فعله أن اكتب إخطارا في منتدى السر بإهداء أسطوانات لأول عشرة أشخاص يكتبون للمنتدى، وكان هو أحد هؤلاء العشرة، تلقي نسخة من اسطوانة السر خلال يومين من وضعها كهدف

على سبورة أحلامه. وسواء كان الأمر يتعلق بتمني الحصول على السر أو امتلاك منزل، فإن بهجة الإبداع والتلقي لا مثيل لها! مثال قوي آخر للتخيل يأتي من تجربة أمي في شراء منزل جديد: قدم أشخاص عديدون إلى جانب أمي عروضهم لشراء المنزل. قررت أمي أن تستخدم السر لتجعل المنزل ملكها هي. جلست وكتبت اسمها والعنوان الجديد للمنزل مرارا وتكرار. واصلت القيام بهذا حتى شعرت وكأنه عنوانها، ثم تخيلت وضع جميع الأثاث في ذلك المنزل الجديد، وفي غضون ساعات من القيام بتلك الأمور. تلقت مكالمة هاتفية تقول أن عرضها قد قبل، كانت في غاية الفرح والحماس، لكن لم يفاجئها الأمر لأنها علمت أن المنزل ملكها هي، يالها من بظلة.

ياك كانفيلد 

قرر الشيء الذي تريد، آمن بأن بوسعك أن تحظى به. آمن بأنك تستحقه، صدق أنه ممكن النسبة لك. ثم أغلق عينيك كل يوم لدقائق معدودة، وتخيل امتلاكك ما تريده بالفعل. عندما تنتهي من ذلك اجعل تركيزك على ما تشعر بالامتنان له بالفعل، استمتع به حقا. ثم امض في يومك ودع الأمر للخالف وثق في أن الأمر سيتحقق لك.

REVISED

By ELMASSAOUD at 0:25 am, Jan 13, 2013

السرفى نقاؓ سوجزة

- 👉 التوقع قوة جذب فعالة؁ توقع الأمور التي تريدها؁ ولا تتوقع ما لا تريد.
- 👉 الامتنان عملية فعالة من أجل تحويل طاقتك وجلب المزيؓ مما تريد في حياتك. كن ممتنا من أجل ما لديك بالفعل. ولسوف تجذب إليك المزيد من الأمور الطيبة.
- 👉 قدم الحمد لله لما سوف يمنحك؁ مما يشحن رغبتك ويرسل إشارة أكثر قوة.
- 👉 التخيل عملية خلق الصور في عقلك ترى فيها نفسك وأنت تستمتع بما تريد. عندما تتخيل. فإنك تولد أفكارا ومشاعر قوية لامتلاك الشيء في التو واللحظة؁ وعندئذ يعود قانون الجذب بذلك الواقع إليك؁ تماما كما رأيت في عقلك.
- 👉 لكي تستخدم قانون الجذب لصالحك؁ اتخذ من ممارسته عادة؁ وليس مجرد شيء يحدث مرة واحدة.
- 👉 عند نهاية كل يوم؁ قبل أن تخلد إلى النوم؁ استرجع أحداث اليوم؁ أية أحداث أو لحظات لم تكن على ما يرام؁ استبدل بها في عقلك ما يروق لك.

سر المال



"أيا كان الشيء الذي يمكن للعقل أن يتصوره، فمن الممكن تحقيقه."
William Clement Stone (1902-2002)

باك كافيلاد

كان السر تحولاً حقيقياً بالنسبة لي، لأنني قد نشأت في كنف أب سلبي للغاية. كان يرى أن الأغنياء هم أشخاص قد خدعوا الجميع وسلبوهم مالهم، ويرى أن أي شخص لديه مال لابد وأنه قد خدع شخصاً ما، وهكذا نشأت وشببت بكثير من المعتقدات حول المال، منها أنك إذا امتلكته فإنه يجعلك شريكاً، والأشياء فقط هم من يملكون المال، وأنه لا ينمو على الأشجار، من تظنني؟ (أحد أقطاب صناعة البترول)، تلك كانت إحدى عباراته المفضلة، وهكذا كبرت معتقداً حقاً أن الحياة شاقة، ولم تتحول دفعة حياتي إلا عندما التقيت دبليو كلمنت ستون.

عندما كنت أعمل مع ستون، قال: أريد منك أن تضع هدفاً يكون من الضمانة بحيث إنك إذا حققته سوف يعصف بعقلك، وسوف تعلم أنك بسبب ما علمته لك فقط سوف تحقق ذلك الهدف. في هذا الوقت كنت أجني حوالي ثمانية آلاف دولار كل عام، وهكذا قلت أريد أن أجني مائة ألف دولار سنوياً، وقتها لم يكن لدى أي فكرة عن كيفية القيام بذلك، لم أر أية وسيلة ولا إمكانية، ولكنني قلت وحسب، سأجاهر بذلك، سأصدق الأمر، وسأتصرف كما لو أنه حقيقة، وأترك الأمر للخالف، وهكذا فعلت.

أحد الأشياء التي علمها لي هو أن أغلق عيني كل يوم وأتصور أهدافي كما لو أنها تحققت، ولقد كتبت فعلاً فاتورة بمائة ألف دولار ألصقتها بالسقف، وهكذا كان أول شيء أفعله في الصباح، هو أن أتطلع إليها وأراها هناك، فتذكرني بأن هذه هي نيتي، ومن ثم أغلق عيني وأتصور نمط الحياة المناسب لهذا الدخل، ومن المثير للإهتمام للغاية أنه ما من شيء ذي شأن قد جرى لمدة 30 يوماً، لما تخطر لي أية أفكار خارقة، ولم يعرض علي أحد المزيد من المال.

بعد نحو أربعة أسابيع من ذلك، وابتدأت فكرة تساوي مئة ألف دولار، قفزت إلى رأسي فجأة، كان لدى كتاب قد الفتته، وقلت: لو إنني أستطيع بيع 400 ألف نسخة من كتابي بربعم دولار فقط للنسخة الواحدة، سيكون مجموعها مئة ألف دولار، والآن الكتاب كان هناك، لكن أبداً لم تخطر لي تلك الفكرة، (أحد الأسرار، هو أنه عندما تكون لديك فكرة ملهمة، عليك أن تثق فيها وتعمل بناءً

عليها). لم أكن أعرف كيف سأبيع 400 ألف نسخة، ثم رأيت صحيفة ناشيونال إنكوايرار في السوبرماركت، لقد رأيتها ملايين المرات، لم أكن الحظا، وفجأة ظهرت أمام ناظري، ففكرت قائلاً: إذا علم القراء بشأن كتابي، فبالطبع سيذهب لشراء مئات الآلاف من الأشخاص.

بعدها بنحو 6 أسابيع، أقيمت محاضرة صغيرة في كلية هانتر في نيويورك على 600 معلم، وبعدها اقتربت من امرأة وقالت " كانت تلك محاضرة رائعة، أريد أن أسجل حواراً صحافياً معك، دعني أعطيك بطاقتي، واتضح أنها كاتبة صحافية حرة تباع أعمالها لصحيفة الناشيونال إنكوايرار، وقلت لنفسني وقلبي يدق بشدة، يا الهي إن الأمر يجدي حقاً، ونشر الحوار في الجريدة وانطلقت مبيعات الكتاب إلى عنان السماء.

النقطة التي أريد توضيحها هي إنني كنت أجدب إلى حياتي جميع تلك الأحداث المختلفة، بما في ذلك هذه المرأة، ولكي نكمل القصة بإيجاز فإنني لم أجن مئة ألف دولار في ذلك العام، بل ربحتنا 92.327 دولاراً، لكن أتظن أن ذلك أحبطنا وجعلنا نقول: لا جدوى من هذا؟ كلا، كنا نقول: هذا مدهش، وهكذا قالت لي زوجتي. إذا أتى هذا بنتيجة مع مئة ألف دولار فماذا عن المليون؟ فقلت لا أدري، أظن أنه سيجدي، فلنجرّب.

وقع لي ناشري شيكا بحصتي في المكسب لأول كتاب في سلسلة، "شهوة الدجاج للروح"، وقد رسم وجهها باسمها صغيراً في توقيعه، لأنه كان أول شيك يكتبه بمليون دولار.

وهكذا، فإنني أعلم أن هذا النجاح من تجربتي الخاصة، لإنني أردت اختبار الأمر، هل هذا السر يجدي نفعا حقاً؟ وضعناه محل الإختبار، وقد أتى بنفع لأقصى حد، والآن أعيش حياتي من هذا المنطلق دوماً.

إن الاطلاع على السر والاستخدام المقصود لقانون الجذب يمكن تطبيقه على كل شؤون حياتك. إنك تستخدم نفس العملية لكل شيء تريد أن تصنعه، وموضوع المال لا يختلف عن سائر الموضوعات الأخرى. لكي تجذب المال، ينبغي عليك أن تركز على الثروة، من المستحيل أن تجذب المال لحياتك عندما تلاحظ أن لا تملك ما يكفي، لأن هذا يعني أنك تحظى بأفكار مضادة أنك لا تمتلك ما يكفي، وعندما تركز على حقيقة أنك لا تمتلك ما يكفي من المال، سوف تصنع المزيد من الظروف التي تؤدي لعدم امتلاكك ما يكفي من المال، لا بد أن تركز على الوفرة، وقوة المال لكي تجلب ذلك إليك.

لابد أن تبت إشارة جديدة لأفكارك، وينبغي أن تكون تلك الأفكار مفادها أنك حاليا لديك أكثر مما يكفي، إنك حقا بحاجة لاستدعاء خيالك وإعماله للتظاهر بأنك بالفعل لديك ما تريده من المال، وهو شيء ممتع للغاية عند القيام به، وإذ تتظاهر بهذا وتتلاعب بفكرة امتلاك الثروة، تلاحظ أنك تشعر بمشاعر حيال المال، وإذ يتحسن شعورك حيال هذا، سوف يبدأ في التدفق إلى حياتك.

ألهمت قصة جاك الرائعة فريق عمل السر، لصنع شيك على بياض متاح ويمكن تحميله مجانا من موقع السر، الشيك الأبيض هذا من أجلك وهو من بنك الكون، اكتب اسمك، والمبلغ الذي تريده والتفاصيل، وضعه في مكان بارز بحيث يمكن رؤيته يوميا. وعندما تنظر إلى الشيك، استشعر امتلاك ذلك المبلغ من المال الآن، تخيل إنفاق ذلك المال، كل الأشياء التي ستشترها والأشياء التي ستقوم بها، استشعر مدى روعة الأمر، واعلم أنه ملكك، لقد تلقينا مئات من القصص لأشخاص جذبوا مبالغ هائلة من المال باستخدام شيك السر، إنها لعبة ممتعة مضمونة النتائج.

★ اجذب الوفرة

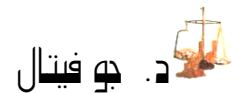
السبب الوحيد الذي يحول بين أي شخص وامتلاكه ما يكفي من المال هو أنه يعيقه عن الوصول إليه بأفكاره. كل ما يتصف بالسلبية من الأفكار أو المشاعر أو الانفعالات يمنع الخير من الوصول إليك، وذلك يتضمن المال، ليس الأمر أن المال حجزه الكون عن الوصول إليك، لأن كل المال الذي تطلبه يوجد الآن في الغيب، إذا لم يكن لديك ما يكفي، فذلك لأنك تمنع تدفق المال إليك، وتقوم بذلك بأفكارك، لابد أن تضبط توازن أفكارك من نقص المال إلى امتلاك ما هو أكثر مما يكفي من المال، اجعل كل أفكارك تدور حول الوفرة وليس الافتقار، وهكذا تعدل كفة الميزان.

عندما تكون بحاجة للمال، فإن ذلك يخلق شعورا قويا بداخلك، وهكذا بالطبع عبر قانون الجذب ستستمر في جذب احتياج المال إليك.

أستطيع أن أتحدث في مسألة المال من واقع خبرتي، لأنه قبيل اكتشافي للسر، أخبرني محاسبي أن شركتي قد تعرضت لخسارة كبرى في ذلك العام. وفي غضون ثلاثة شهور، ستكون في ذمة التاريخ. بعد عشر سنوات من العمل الشاق، كان شركتي على وشك أن تتسرب من بين أصابعي، وبما إنني احتجت إلى مزيد من المال لإنقاذ شركتي، فقد ازدادت الأمور سوءاً، ولم يبد أن هناك مخرجاً أو مهرباً. ثم اكتشفت السر، وتحول كل شيء في حياتي تحولاً تاماً. بما في ذلك حالة شركتي، لإنني غيرت طريقة تفكيري، وبينما استمر المحاسبون في إثارة جلبه حول الأرقام والتركيز على نقصها، أبقيت عقلي في حالة تركيز على الوفرة وعلى أن كل شيء على ما يرام. كنت أعلم بكل خلية من خلاياي أن الله سوف يسخر الكون ليمنحني ما أتمناه، وقد كان، فقد تلقيت ما أتمناه بطرق لم تكن لتخطر ببالي، ساورتني لحظات من الشك، ولكن عندما كان يظهر الشك كنت أنقل أفكاري في الحال للنتيجة النهائية لما أنشده، وقد شكرت الله على ما منحني، وشعرت بفرحة التلقي، وصدقت!

أريد أن اطلعك على سر الوصول إلى "السر"، وهو أن الطريق المختصر لأي شيء تريده في الحياة هو أن تكون سعيداً وأن تشعر بالسعادة الآن، إنها الوسيلة الأسرع لجلب المال وأي شيء آخر إلى حياتك. ركز على أن تبث نحو الكون تلك المشاعر من البهجة والسعادة والتي لن تتضمن فقط وفرة المال، ولكن كل شيء آخر مما تنشده. لا بد أن تبث الإشارة لتعود إليك بما تريد، عندما تبث تلك المشاعر من السعادة، سوف تعود إليك كصور وتجارب في حياتك، إن قانون الجذب يعكس في حياتك أعماق أفكارك ومشاعرك.

☆ ركز على الرضاء



د. جو فيتال

أستطيع أن أتخيل أن كثيراً من الناس يقولون لأنفسهم ما يلي :
كيف يمكنني أن أجدب المزيد من المال إلى حياتي؟ كيف
يمكنني الحصول على المزيد من الأوراق الخضراء؟ كيف يمكنني

الحصول على المزيد من الثروة والرخاء؟ كيف يمكنني أن أجنبي المزيد من المال مع كل الديون التي علي تسديدها ومقدار المال المحدود الذي أكسبه من وظيفتي التي أحبها، كيف يمكنني تحقيق هذا؟؟

يعود هذا بنا إلى أحد الأمور التي تحدثنا عنها على مدار السمر كله، وهي أن مهمتك هي الإعلان عما تود أن تحظى به من الكتلوج الخاص بالكهون، إذا كانت النقود من بين ما تريد، فلتقل كم تحتاج منها، فلتقل مثلاً: أود أن أحظى بـ 25000 دولار كدخل غير متوقع، في غضون الثلاثين يوماً التالية، أو أيا كان ما تتمناه، ويجب أن تؤمن وتصدق بأنك ستحظى بما تتمناه.

إذا كنت قد احتفظت بأفكار فيما مضى مفادها أن السبيل الوحيد للحصول على المال هو من خلال وظيفتك، فلتتخل عنها إذن في الحال! هل تعلم أنك كلما واصلت التفكير في ذلك، فلا بد أن يتجسد في تجربتك الحقيقية؟ مثل تلك الأفكار ليست في صالحك.

إنك الآن تتوصل إلى استيعاب فكرة الرخاء والثراء المتاح لك، وأنه ليس من شأنك أن تتوصل إلى الكيفية التي ستأتي إليك الأموال بواسطتها، إن مهمتك هي أن تطلب، وأن تؤمن بأنك تتلقى ما تطلب، وأن تشعر بالسعادة الآن، واترك أمر التفاصيل لتكون حول الطريقة التي سيأخذها ليحلب هذا اليك.

بواب بروكتور



لدى أغلب الناس هدف التخلص من الديون. من شأن هذا أن يبقيك مديوناً إلى الأبد. أيا كان الذي تفكر فيه، فلسوف تجذبه إليك، قد تقول: ولكني أفكر في التخلص من الديون. لا يهمني إذا ما كنت تفكر في التخلص من الديون أم سدادها، فإذا كنت تفكر بالديون، فأنت تجتذب الديون، فلتؤسس برنامجاً آلياً لتسديد الديون ومن ثم ركز على الرخاء.

عندما تتراكم عليك كومة من الفواتير التي لا تعرف كيف ستسدها، لا يمكن التركيز على تلك الفواتير، لأنك سوف تستمر في اجتذاب المزيد من الفواتير. عليك أن تجد وسيلة ناجحة لكي تركز على الرخاء، رغم أنف الفواتير المحيطة بك، عليك أن تجد وسيلة لتحظى بشعور طيب، بحيث تستطيع أن تجلب الخير إلى نفسك.



يقول لي الناس كثيرا عبارات من قبيل : "أهد أن أضعف دخلي في العام القادم"، ثم تتأمل أفعالهم فتجدهم لا يقومون بالأمر التي من شأنها أن تجعل هذا يحدث، ثم تجد أحدهم يلتفت في حيرة وهو يقول لنفسه : "لا يمكنني تحقيق هذا"، ضمن ماذا يحدث؟ يقول له الكون: "أمرك مطاع".

إذا كانت عبارة "لا يمكنني تحقيق هذا"، قد مرت من شفطيك، فإن قدرتك على تغيير ذلك موجودة الآن. استبدل بتلك العبارة قولك، "يمكنني تحقيق ذلك"، "يمكنني شراء ذلك"، قلها مرارا وتكرارا، كن مثل الببغاء، على مدى 30 يوما التالية، لتكن نيتك أنك سوف تنظر إلى كل شيء يروق لك وتقول، يمكنني تحمل تكلفة هذا، يمكنني شراء ذلك، وإذا رأيت سيارة أحلامك تمر، قل: "يمكنني تحمل تكلفة تلك السيارة". وإذا ترى الملابس التي تحبها، وإذا تفكر في قضاء إجازة رائعة، قل : "يمكنني تحمل تكلفة ذلك"، وعندما تقوم بهذا ستبدأ في تحويل نفسك وستبدأ في تحسين شعورك حيال المال، ستبدأ في إقناع نفسك أنك تستطيع تحمل تكلفة تلك الأشياء، وبينما تقول بهذا، سوف تتغير صور حياتك.



حين تركز على الافتقار والندرة وما لا تملكه، وتثرش كثيرا بشأن هذا مع أسرته، وتناقشه مع أصدقائك، وتخبز أطفالك بأنك لا تملك ما يكفي، كأن تقول لهم : "لا نملك ما يكفي من أجل هذا"، لن تستطيع تحمل ثمنه"، فعندئذ لن تستطيع أبدا تحمل ثمنه، لأنك تبدأ في جذب المزيد مما لا تملكه، إذا رغبت في الوفرة، إذا رغبت في الرخاء، فلتركز إذن على الوفرة، ركز على الرخاء.



"إن المادة الروحية التي تتبع منها كافة الثروات الظاهرة لا تنفذ، إنها إلى جانبك طيلة الوقت وتستجيب إلى إيمانك ومطالبك."

(1984-1854) Charles Filmore

والآن وقد اطلعت على "السر"، حين ترى شخصا ثريا سوف تعرف أن الأفكار المهيمنة على ذلك الشخص هي حول الثروة وليست حول الندرة، وأنه قد جذب اليه الثروة سواء قام بهذا عمدا أو قصدا أو دون عمد أو قصد. هؤلاء الأشخاص قد ركزوا على أفكار الثروة، وجعل الله الظروف والأحداث متاحة لينقل إليهم الثروة.

الثروة التي يمتلكونها، تمتلكها أنت كذلك، والاختلاف الوحيد بينك وبينهم أنهم فكروا في الأفكار التي تجتذب الثروة إليهم. ثروتك بانتظارك في عالم الغيب، لكي تجلبها إلى عالم الظاهر فكر فيها!

ديفيد شيرر




عندما استوعبت السر أول مرة، كل يوم كنت أتلقى حفنة من الفواتير في البريد، أخذت أفكار هقلت لنفسي، كيف يمكنني تحويل هذا إلى العكس، ينص قانون الجذب على أنك ستحصل على ما تركز عليه. لذلك أخذت بيان رصيد أتاني من البنك، ومسحت كل الأرقام الموهجدة به، ووضعت رقما جديدا فيه، ووضعت كمية النقود التي أرغب أن تكون ملكي بالبنك، وأخذت أفكارا قانلا لنفسي، ماذا لو تصورت وحسب حفنة من الشيكات تأتي إلى البريد؟، وفي غضون شهر واحد فقط، بدأت الأمور تتبدل، إنه أمر مدهش، فالיום فقط وصلتني شيكات في البريد. جاءني بضع فواتير، لكنني حصلت على شيكات أكثر من الفواتير.

منذ انطلاق فيلم "السر"، تلقينا المئات والمئات من الرسائل من أشخاص قالوا إنهم منذ مشاهدتهم للفيلم تلقوا شيكات غير متوقعة في البريد، وقد حصل ذلك لأنهم لما منحوا تركيزهم وانتباههم لقصة ديفيد، جلبوا لأنفسهم الشيكات.

ثمة لعبة ابتكرتها ساعدتني على تحويل مشاعري تجاه كومة الفواتير، وهي أن أتظاهر أن تلك الفواتير هي في الحقيقة شيكات، كنت أتقافز من البهجة وأنا أفتحها قائلة: "المزيد من المال من أجلي، الحمد لله، الحمد لله"، كنت أتناول كل فاتورة، متخيلة أنها شيك، ثم أضيف لها بعقلي صفرا لأجعلها أكثر قيمة، أحضر دفتر أوراق وأكتب في أول الصفحة لقد تلقيت، ثم أعد قائمة بجميع المبالغ لتلك الفواتير مع الصفر المضاف، إلى جانب كل مبلغ أكتب "الحمد لله"، وأحس بمشاعر

الامتنان لتلقيها للدرجة التي تترقرق عندها الدموع في عيني، ومن ثم أتناول كل فاتورة، والتي تبدو بمبلغ ضئيل مقارنة بما قد تلقيته، وأدفعها في امتنان.

لا أفتح فواتيري مطلقا حتى أجعل نفسي أحس وكأنها شيكات، إذا فتحت فواتيري قبل أن أقتنع أنها شيكات، فإن معدتي تتقلص حين أفتحها، وأدرك أن هذا الإحساس بتقلص معدتي سيجلب المزيد من الفواتير إلي. أدرك أن على أن أمحو ذلك الشعور، وأستبدل به مشاعر البهجة، بحيث يمكنني جلب المزيد من المال إلى حياتي. وفي مواجهة كومة الفواتير فإن هذه اللعبة كانت نافعة لي، وغيّرت حياتي، هناك الكثير للغاية من الألعاب يمكنك ابتكارها، وسوف تعرف ما يجدي نفعاً بالنسبة لك من خلال طبيعة المشاعر التي بداخلك، عندها تتظاهر وتتخيل، تأتي النتائج أسرع مما تتصور.

 لهرال لانجوير (محللة استراتيجية مالية، ومحاضرة، ومدربة في مجال التنمية الشخصية والشخصية ومدربة شركات)

مؤسسة معهد **Live Out Loud** حيث تقدم المعرفة المالية و الدعم المالي لمساعدة الناس على الوصول لأهدافهم المتعلقة بالمال. و هي تؤمن بأن العقلية هي المفتاح الأساسي لتكوين الثروة، و قد علونت أشخاصا عديدين ليصيروا أصحاب ملايين. تلقي لهرال خطبها على الأفراد والشركات، لتقدم لهم معرفتها و خبرتها.

www.liveoutloud.com



لقد نشأت على مقولة " لا بد أن تكبحي في العمل من أجل المال"، وهكذا استبدلت بها مقولة " المال يأتي بسهولة ويسر"، ولكن هذا في البداية يبدو وكأنه كذبة. أليس كذلك؟ فثمة جزء من عقلك سيقول "أه أيتها الكاذبة. الأمر عسير"، لذلك يجب أن تعلم أنك لن تقتنع تماما بتلك المقولة إلا بعد الوقت والتفكير.

إذا كانت تراودك أفكار من قبيل: "على أن أعمل بشق الأنفس وأكدح لكي أحصل على المال"، فلتتخل عنها في الحال، فعندما تراودك تلك الأفكار فإنك تبث ذلك التردد، وتصبح في صور حياتك الحقيقية. فلتأخذ بنصيحة لهرال لانجوير، واستبدل بتلك الأفكار فكرة " المال يأتي بسهولة ويسر".

ديفيد شيرر



عندما يتعلق الأمر بتكوين الثروة، فالثروة مسألة توجه فكري،
الأمر كله يعتمد على كيفية تفكيرك.

لورال لانجوير



يمكنني القول أن نسبة 80% من التدريب الذي أهديه مع الناس
يتعلق بسلوكهم واهتمامهم بالطريقة التي يفكرون بها، أعرف حين
يقول الناس " أه أنت تستطيعين القيام بهذا، لكنني لا أستطيع "،
لكن بهوس الناس أن يغيروا من علاقتهم الداخلية بالمال وحديثهم
عنه. النبا السار هو أنك في اللحظة التي تقرر فيها أن ما تعلمه
أهم مما تعلمت أن تصدقه، فأنت بهذا تكون قد حولت كل طاقتك
تجاه البحث عن الوفرة.



" النجاح ينبع من الداخل، وليس من الخارج."

(1882-1803) RALPH WALDO EMERSON

عليك أن تحس بشعور طيب حيال المال لكي تجذب المزيد منه إليك،
ومن المفهوم بالطبع أن الناس حين لا يمتلكون مالا كافيا لا يحسون
بشعور طيب حيال المال، لأنهم لا يمتلكون الكفاية، لكن تلك المشاعر
السلبية حيال المال تمنع المزيد من المال من الوصول إليك، عليك أن
توقف هذه الحلقة المفرغة من المشاعر السلبية ويمكنك إيقافها من
خلال شروعهك في الإحساس بمشاعر طيبة حيال المال، وأن تكون ممتنا
لما تمتلكه، ابدأ في ترديد العبارات التالية واشعر بها: " لذي أكثر مما
يكفي"، "هناك وفرة من المال وهي في طريقها إلي"، " إنني مغناطيس
يجذب المال"، " أحب المال والمال يحبني"، " إنني أتلقى المال كل
يوم"، " الحمد لله".

☆ امنح المال لتحصل على المزيد منه

العطاء فعل قوي لجلب المزيد من المال إلى حياتك، لأنك عندما
تعطي فكأنك تقول، " إن لدي الكثير"، لن تفاجأ عندما تعلم أن أكثر
الأشخاص ثراء على الأرض هم أعظم المحسنين على الإطلاق، إنهم
يتبرعون بمبالغ هائلة من المال، وإذ يعطون، فإن الله يجعل الكون، وفقا
لقانون الجذب، يتفتح ويتدفق بمبالغ هائلة من المال عائدا إليهم،

مضاعفة، إذا كنت تفكر هكذا، " ليس لدى ما يكفي من المال لكي أعطي " فقد أدركت الآن لماذا لا تملك ما يكفي من المال، حين تفكر أنك لا تمتلك ما يكفي لكي تعطي، ابدأ بالعطاء، وحين تبدي إيماناً بالعطاء، فلا بد أن قانون الجذب سيعطيك المزيد لكي تعطي.

ثمة فرق كبير بين العطاء و التنازل، فالعطاء من القلب يحمل شعورا طيبا، أما التنازل فلا تحمل شعورا طيبا، لا تخلط بين الاثنين ! فهما متعارضين كل التعارض، فأحدهما يبث إشارة الافتقار، والآخر يبث إشارة الزيادة عن الكفاية، أحدهما يحمل شعورا طيبا لنا، والآخر لا يحمل شعورا طيبا لنا، فالتنازل في نهاية الأمر سوف تؤدي إلى النقمة والحنق. إن العطاء من قلب عامر هو من أبهج الأشياء التي يمكن فعلها، وقانون الجذب سوف يلتقط تلك الإشارة ويغمرك بالمزيد من الأشياء في حياتك، يمكنك أن تشعر بالفرق.




أجد أشخاصا كثيرين للغاية يحققون مبالغ طائلة من المال، لكن علاقاتهم الشخصية تعاني الفشل، وتلك ليست هي الثروة. يمكنك أن تسعى وراء المال وقد تصير ثريا، لكن ذلك لا يضمن أن تحظى بالثروة. لا أقول بأن المال ليس جزءا من الثروة. إنه كذلك بلا شك، لكنه مجرد جزء. وأتقي بأشخاص كثيرين للغاية أثريا، "رهيا" لكنهم إما مريض أو مفلسون طوال الوقت، فتلك أيضا ليست هي الثروة، فالحياة هي الوفرة، في جميع النواحي.

إذا كنت قد نشأت على مبدأ أن تحقيق الثروة يتعارض مع الحياة الروحية، فإنني أنصحك بشدة أن تقرأ سلسلة كتب The Millionaires Of The Bible Series بقلم **كاثرين بوندر**. وفي تلك الكتب المذهلة، سوف تكتشف أن حكماء عديدين لم يكونوا فقط معلمين عظاما للوفرة، لكن أيضا أصحاب ملايين هم أنفسهم، يعيشون نمط حياة سخيا ومرفها أكثر من أصحاب ملايين كثيرين في زماننا هذا.

أنت وريث تلك المملكة، الوفرة هي حقك الفطري، وأنت تمسك بمفتاح المزيد من الوفرة في كل ناحية من نواحي حياتك أكثر مما يمكنك أن تتخيل. إنك تستحق كل شيء طيب تنشده، وسوف يمنحك

الخالق كل شي طيب تريده، ولكن عليك أن تستدعي ما ترغبه إلى حياتك، أنت الآن تعرف السر. أنت تمتلك المفتاح، والمفتاح هو أفكارك ومشاعرك، وأنت تمتلك هذا المفتاح طوال حياتك.

مارسي شيهوف 

يناضل الكثير من الناس في الثقافة الغربية من أجل تحقيق النجاح. يريدون منزلاً عظيماً، يريدون مشروعاتهم التجارية الخاص، يريدون كل تلك الأشياء الخارجية، لكن ما وجدناه في أبحاثنا أن امتلاك تلك الأشياء الخارجية لا يكفل بالضرورة ما نريده حقاً، ألا وهو السعادة.

وهكذا فأنا نسعى وراء تلك الأشياء الخارجية معتقدين أنها سوف تجلب لنا السعادة، لكنها تجلب عكس ذلك، عليك أن تسعى للبهجة الداخلية، والسلام الداخلي، البصيرة الداخلية أولاً، ومن ثم سوف تظهر كل الأشياء الخارجية التي تتمناها.

كل شيء تريده هو مهمة تجري بالداخل، العالم الخارجي هو عالم الآثار والنتائج، إنه فقط نتاج لأفكارك، اضبط أفكارك وترددك على السعادة، فلتبث مشاعر السعادة والبهجة بداخل نفسك، وانقل ذلك إلى الكون بكل ما يسعك من قوة، وسوف تخلق جنة صغيرة على الأرض.

السرفى نقار موجزة



- لكي تجذب المال، ركز على الثروة، من المستحيل أن تجلب المزيد من المال إلى حياتك حين تركز على الافتقار له.
- من المفيد أن تستعين بخيالك وأن تتظاهر بأنك تملك بالفعل المال الذي تريد. مارس ألعاب امتلاك الثروة وسوف تحس شعور طيبا حيال المال، وعندما يتحسن شعورك حياله، سيتدفق المزيد منه إلى حياتك.
- الشعور بالسعادة الآن هو أسرع الطرق لجلب المال إلى حياتك.
- لتعقد النية على أن تتطلع إلى كل شيء يروقك وتقول لنفسك، يمكننى تحمل نفقة هذا، يمكننى شراؤه، سوف تحول تفكيرك ويتحسن شعورك حيال المال.
- امنح المال لكي تحصل على المزيد منه في حياتك، وعندما تكون جوادا بالمال وتحس بشعور طيب حيال تقاسمه، فأنت تقول، " إن لذي الكثير "
- تخيل شيكات تصلك بالبريد.
- اجعل كفة أفكارك ترجح لصالح الثروة. فكر باستمرار في الثروة.

سر العلاقات

ماري دياموند (استشارية في مجال الفونج شوي: فن التوافق بين الإنسان



ومحيطه ، معلمة ومحدثة.)

تتمتع بشهرة عالمية باعتبارها معلمة في فن الفونج شوي، و الذي مارسته على مدى ما يزيد من 20 سنة مما جعلها اهلا لتقدير النصح إلى عدد من مشاهير هوليوود و مخرجين سينمائيين و منتجين و موسيقيين عظام و مؤلفين مشهورين. و قد ساعدت الكثير من الشخصيات العامة المعروفة لتحقيق نجاح أكبر في كل نواحي حياتهم. www.mariediamond.com



المقصود من السر أننا نحن من نشكل عالمنا، وأن كل أمنية نبتغي تحقيقها سوف تتجلى في حياتنا، وبالتالي، فإن أماننا وأفكارنا ومشاعرنا هي أشياء في غاية الأهمية، لأنها سوف تتجلى وتتجسد.

ذات يوم، زرت منزل مخرج فني، وهو منتج أفلام شهير للغاية، وكان لديه صورة بديعة للإمراة ملتحة بدثار وتشيح بنظرها بعيدا كما لو كانت تقول "إنني لا أراك". قلت له: "أظن أنك ربما تواجه مشكلات في حياتك العاطفية"، فقال: "هل أنت عرافة؟" قلت له: "كلا، ولكن انظر في سبعة أماكن، وضعت صورة تلك المرأة نفسها". قال لكنني أحب ذلك النوع من الرسم، لقد رسمتها بنفسني " قلت: " هذا يزيد الأمر سوءا، لأنك وضعت فيها كل قدرتك الإبداعية وتركيزك".

كان رجلا جذابا تحيط به كل تلك الممثلات لأن هذه طبيعة عمله، ولكنه لم يحظ بأية علاقة عاطفية. سألته: "ماذا تريد؟ قال "أريد أن أتعرف على ثلاث نساء كل أسبوع حتى أختار شريكة حياتي" قلت: "لابأس، ارسم ذلك، ارسم نفسك بصحبة ثلاث نساء، وعلق الصورة في كل ركن من غرفة معيشتك.

بعد ذلك بستة شهور رأيت رأيته وسألته: كيف حال حياتك العاطفية؟ قال رائع، النساء يتصلن بي، يرغبن في التعرف علي، قلت لأن تلك هي أمنيته، قال أشعر شعورا رائعا، أقصد أنني على مدى سنوات لم ألتق بامرأة واحدة، والآن لدي ثلاثة لقاءات تعارف كل أسبوع، إنني أرغب حقا أن أستقر. أريد الزواج حالا، أريد أن أشعر بالحب. قلت هذا في صالحك، ارسم ذلك إذن، ثم رسم زوجان في مشهد رومانسي جميل، وبعدها بعام تزوج، وهو في غاية السعادة.

هذا لأنه أخرج أمنية أخرى من نفسه، تمنى ذلك في داخله لسنوات دون أن يحدث شيء لأن أمنيته لم تتجسد. المستوى الخارجي من نفسه - منزله - كان يخالف رغبته وأمنيته طوال الوقت. وهكذا إذا فهمت هذه المعرفة، عندئذ فقط يمكنك استغلالها.

إن قصة **ماري دياموند** عن عميلها تعد برهانا ممتازا على أن فن (الفونج شوي) يعكس تعاليم "السر". و هي توضح كيف يمكن لأفكارنا أن تخلق بقوة و فاعلية عندما نضعها في المحك العملي، افعل أي فعل تتخذه لابد أن يكون مسبوqa بفكرة، فالأفكار تصنع الكلمات التي نتحدث بها، والمشاعر التي نشعر بها، والأفكار شديدة القوة على وجه الخصوص، لأنها أفكار دفعتنا إلى الفعل.

قد لا ندرك حتى ما هي أفكارنا الداخلية العميقة، لكننا نستطيع أن ندرك ما كنا ن فكر فيه بالنظر إلى الأفعال التي اتخذناها، في قصة المنتج السينمائي، كانت أفكاره الداخلية منعكسة في أفعاله وأجوائه المحيطة. رسم نساء عديدات، جميعهن يشحن ببصرهن بعيدا عنه، أيمكنك أن تعرف ماذا كانت أفكاره الداخلية؟ حتى لو كانت كلماته تقول إنه أراد أن يلتقي بالمزيد من النساء، فأن أفكاره الداخلية لم تعكس ذلك في رسوماته، والاختيار المقصود لتغيير أفعاله، أدى إلى أن يركز فكره كاملا على ما يريد، بهذا التحول البسيط، كان بمقدوره أن يرسم حياته وأن يستدعيها للوجود من خلال قانون الجذب.

عندما ترغب في جذب شيء ما إلى حياتك، تأكد من أن أفعالك لا تناقض رغباتك، أحد أروع الأمثلة على هذا ما يقدمه مايك دولي، أحد المعلمين المشاركين في فيلم السر، في برنامج التعليمي المسجل على شرائط كاسيت، وهو قصة امرأة أرادت أن تجذب إلى حياتها الشريك المثالي، قامت بكل الأمور الصائبة، كان واضحة بشأن ما تريد أن يكون عليه، وأعدت قائمة مفصلة بسماته، وتخيلته في حياتها، وعلى الرغم من القيام بجميع تلك الأشياء، لم يظهر في حياتها. ثم في أحد الأيام عندما وصلت المنزل وكانت توقف سيارتها في منتصف مرآبها، شهقت بشدة، إذ أدركت أن أفعالها مناقضة لما تريد، فهي تضع سيارتها في منتصف المرآب، مما لا يترك مساحة متبقية لسيارة شريك حياتها المثالي،

كانت أفعالها تقول بمنتهى القوة للكون إنها لا تصدق أنها سوف تتلقى ما طلبته، وهكذا قامت على الفور بتنظيف مرآبها وأوقفت سيارتها على أحد الجانبين، تاركة مساحة لسيارة شريك حياتها المثالي في الجانب الآخر، ثم ذهبت إلى غرفة نومها وفتحت دولا بملابسها، والذي كان مزدحما بالملابس عن آخره، ولم تكن به أي مساحة لملابس شريك حياتها المثالي، وهكذا أزاحت بعضا من ملابسها لإفراغ مساحة. كانت دائما تنام في منتصف فراشها، وهكذا بدأت تنام على جهتها، تاركة المساحة المتبقية لشريكها.

حكى هذا المرأة حكاياتها لـ **مايك دولي** على عشاء، جالسا إلى جانبها على المائدة شريك حياتها المثالي، فبعد اتخاذها كل تلك الأفعال القوية والتصرف كما لو أنها نالت بالفعل شريك حياتها المثالي، كل هذا جلب هذا الشريك إلى حياتها، وهما الآن زوجان سعيدان.

ثمة مثال آخر بسيط حول التظاهر، هي قصة أختي **جليندا**، والتي كان مديرة إنتاج فيلم السر. كانت تقيم وتعمل في أستراليا، وأرادت أن تنتقل إلى الولايات المتحدة وأن تعمل معي في مكتبنا بأمريكا، كانت **جليندا** تعرف السر خير معرفة، وهكذا كانت تقوم بجميع الأشياء الصائبة لكي تجلب إليها ما تريد، لكن الشهور كانت تتوالى وهي لا تزال في أستراليا. نظرت **جليندا** إلى أفعالها وأدركت أنها لم تكن تتظاهر وتتصرف كما لو أنها كانت تتلقى ما تنشده، وهكذا بدأت تتخذ أفعالا قوية. رتبت كل شيء في حياتها لرحيلها، ألغت عضويتها في المؤسسات والنادي المختلفة، تبرعت بأشياء لن تحتاج إليها، وأخرجت حقيبة سفرها وحزماتها، وفي غضون أربعة أسابيع كانت **جليندا** في الولايات المتحدة تعمل في مكتبنا هناك.

فكر في ما طلبته، وتأكد من أن أفعالك تعكس ما تتوقع تلقيه، وأنها لا تناقض مع ما طلبته. تصرف كما لو أنك تتلقاه، قم بالضبط بما سوف تقوم به إذا كنت تتلقى ذلك اليوم واتخذ أفعالا في حياتك لتعكس ذلك التوقع القوي، أخل مساحة لتستقبل فيها رغباتك وعندما تفعل، فإنك ترسل إشارة قوية تدل على التوقع.

☆ مهمتك أن تراعي نفسك

ليزا نيكولاس 

داخل العلاقات من المهم أن نفهم أولاً من الذي يتلقه في العلاقة، لا تفكر في شريك حياتك وحسب، عليك أن تفهم ما تحتاج إليه أولاً.


جيس رايلي 

كيف نتوقع أن يستمتع أي شخص آخر بصحبتك إذا لم تكن تستمتع أنت بصحبة نفسك؟ مهمة أخرى، فإن قانون الجذب أو السر يدور حول جلب ذلك إلح حياتك. عليك أن تكون واضحاً حقاً مع نفسك، إليك السؤال الذي أطرحه عليك لتأمله، هل تعامل نفسك على النحو الذي ترغب من الأشخاص الآخرين أن يعاملوك به؟

عندما لا تعامل نفسك على النحو الذي تريد من الآخرين أن يعاملوك به، فإنك لا تستطيع مطلقاً أن تغير الطبيعة التي عليها الأمور. إن أفعالك هي أفكارك القوية، وهكذا فإن لم تعامل نفسك بالحب والاحترام، فإنك تبتث إشارة تقول أنك غير مهم بما يكفي، أو لا تستحق، سوف تستمر تلك الإشارة في الانتشار، وسوف تعيش المزيد من المواقف التي فيها أشخاص لا يعاملونك كما يجب. الأشخاص هم النتيجة وحسب، أما أفكارك فهي السبب، لا بد أن تبدأ في معاملة نفسك بالحب والاحترام، وتبتث تلك الإشارة وتضبط ذلك التردد ومن ثم سوف يحرك قانون الجذب الكون بكامله، وسوف تمتلئ حياتك بالأشخاص الذين يحبونك ويحترمونك.

الكثير من الأشخاص تنازلوا عن حقوقهم من أجل آخرين، معتقدين أنهم حين يتنازلون فإنهم يكونون أشخاصاً صالحين. خطأ! إن التنازل لا يتأتى إلا عن تفكير ينم عن الافتقار المطلق، فهذا السلوك معناه أنك تقول لنفسك: "ليس هناك ما يكفي الجميع وهكذا سأحرم نفسي أنا"، هذه المشاعر ليست جيدة وسوف تقود في نهاية الأمر إلى الحقد والنعمة. هناك وفرة من أجل الجميع، ومسئولية كل شخص هي أن يستدعي رغبته الخاصة. لا يمكن أن تستدعي رغبات شخص آخر نيابة عنه، لأنك لا تستطيع أن تفكر أو أن تشعر بدلاً منه. مهمتك هي أن تراعي

نفسك، وعندما يصبح التحلي بشعور طيب من أولوياتك، فإن ذلك التردد المتميز سوف يشع ويلمس كل شخص قريب منك.

د. جون دراوي 

إنك تصير الحل بالنسبة لنفسك. لا تشر نحوه شخص آخر وتقول: "الآن إنك مدين لي، وعليك أن تعطيني المزيد"، وبدلاً من ذلك أعط المزيد لنفسك، اقتطع وقتاً لكي تعطي لنفسك، أشبع نفسك بشكل تام، ومن هنا يمكنك الاستفراق في العطاء.



"لكي تحصل على الحب.. إملأ نفسك بالحب لأقصى حد حتى تصير مغناطيساً." Charles Haanel

العديد منا تعلموا وضع أنفسهم في آخر القائمة، وكعاقبة لذلك نجذب إلينا مشاعر تنطوي على القصور وعدم الاستحقاق، وتتراكم تلك المشاعر بداخلنا، ونواصل في حياتنا جذب المزيد من المواقف التي تشعرنا بالقصور وعدم الاستحقاق، وعليك أن تغير ذلك التفكير.



بعض الناس ليس لديهم أدنى شك في أن فكرة بذل الكثير من العطاء والحب للنفس سوف تبده باردة للغاية، وجافة وغير رحيمة. ومع هذا، فالأمر قد ينظر إليه من زاوية أخرى، حين نجد أن الاهتمام بالذات هو في الواقع اهتمام بالأخر، وهو الطريقة الوحيدة لبذل العطاء الدائم للآخرين. Prentice Mulford

ما لم تكن تشعر بالإشباع الداخلي التام، فلن يكون لديك شيء لتعطيه لأي شخص، وبالتالي فمن الحتمي أن تهتم بنفسك أولاً، وأن تهتم ببهجتك أولاً، فالناس مسئولون عن بهجتهم الخاصة، فحين تحرص على بهجتك وتقوم بما يحمل لك شعوراً طيباً، ستصبح مصدر بهجة من حولك وتصبح مثلاً مشرقاً لكل طفل ولكل فرد في حياتك، حين تشعر بالبهجة، لن تكون مضطراً للتفكير حتى بشأن العطاء، فسوف يتدفق منك بشكل طبيعي.



دخلت في علاقات عديدة متوقّعة من الطرف الآخر أن يظهر لي جمالي لإنني لم أر جمالي الخاص، عندما كنت يافعة، كان أبطال المفضلون هن المرأة الخارقة والمرأة العجيبة وبطلات أفلام ملانكة تشارلي، وبينما كن رائعات، فلم يكن يشبهنني، وبعد أن وقعت في غرام ليزا، وقعت في غرام بشرتي البنية، وشفتي الممثلةتين، وفخذي المستديرين، وشعري الأسود الموهج، وأصبح باقي العالم قادراً على أن يقع في غرامي هو أيضاً.

السبب الذي يجعل من الضروري أن تحب نفسك هو أنه من المستحيل أن تشعر بشعور طيب إذا لم تكن تحب نفسك، عندما تشعر بشعور سيء حيال نفسك، فإنك تعوق كل الحب وكل الخير الموجود من أجلك.

عندما تشعر بشعور سيء حيال نفسك، يبدو الأمر كما لو أنك تستنفذ طاقة الحياة بداخلك، وهذا لأن كل ما فيه خير لك سواء على صعيد الصحة أو الثروة أو الحب، يكون على تردد البهجة والشعور الطيب وليس على تردد الشعور السيء، إن شعور امتلاك كمية لا نهائية من الطاقة، وهذا الإحساس المدهش بالصحة والعافية كلها أحاسيس تقع على تردد الشعور الطيب، وعندما لا تشعر بالرضا عن نفسك أو تراودك مشاعر سيئة حيالها، فإنك تصبح على تردد يجذب لك المزيد من الأشخاص والمواقف والظروف التي سوف تستمر في دفعك إلى الشعور بشكل سيء إزاء نفسك.

عليك أن تغير تركيزك وتبدأ في التفكير بشأن جميع الأمور الرائعة التي تتسم بها، انظر إلى الجانب الإيجابي منك، وعندما تركز على تلك الأشياء، فإن قانون الجذب سيعرض لك المزيد من الأشياء العظيمة بشأنك، إنك تجذب ما تفكر بشأنه، كل ما عليك القيام هو أن تبدأ بفكرة مطولة عن شيء جيد بشأنك، وسوف يستجيب قانون الجذب بإعطائك المزيد من الأفكار الشبيهة، ابحث عن الأشياء الجيدة بشأنك، اسع وستجد.

بواب بروكتور

ثمة شيء بالغ الروعة فيك، لقد كنت أدرس نفسي لمدة 44 سنة وأشعر أحيانا بالرغبة في تقبيل نفسي، ذلك لأنك سوف تتوصل لحب نفسك، لست أتحدث بشأن الزهو والاختيال، لكني أتحدث عن الاحترام الصحي للذات، وعندما تحب نفسك، سوف تحب الآخرين تلقائيا.

مارسي شيهوف

في العلاقات، اعتدنا أن نشتكى من الأشخاص الآخرين، فمثلا : قد تسمع كثيرا العبارات التالية : زملائي في العمل في منتهى الكسل، زوجي يصيبني بالجنون، أطفالي صعبو المراس للغاية، حيث يكون التركيز دائما على الطرف الآخر، ولكن من أجل أن تهني العلاقات أكلها، فإننا بحاجة للتركيز على ما نُقدِّره عند الشخص الآخر، وليس ما نشتكى منه، عندما نشتكى من تلك الأشياء فإننا لا نحصل إلا على المزيد منها.

حتى لو كنت تعاني وقتا عسيراً حقا في علاقتك بشريك حياتك (بينكما كثير من المشكلات) و لا تتوافقان، وتشعر أنك لم تعد تحبه كالسابق ، فما زال بهوسعك أن تحول تلك العلاقة لصالحك. تناول صفحة من الورق ، وعلق مدي الثلاثين يوما التالية اجلس و اكتب جميع الأشياء التي تقدرها في ذلك الشخص، فكر بشأن جميع الأسباب التي تحبه من أجلها، مثلا حاول تقدير روح الدعابة التي يتسم بها، ومساندته لك وللآخرين، وما سوف تكتشفه أنك حين تركز على التقدير والإعتراف بنقاط قوته، فإن ذلك هو ما سوف تحصل على المزيد منه، ومن ثم سوف تتلاشى المشكلات.

ليزا نيكولس

غالبا ما تعطي الآخرين الفرصة لصنع سعادتك، وفي أوقات عدة يخفقون في صنعها على النحو الذي تنشده. لماذا؟ لأنه يوجد شخص واحد فقط يمكن أن يكون مسهولا عن بهجتك وعن نعيمك، وهو أنت. حتى والداك، أو أطفالك، أو شريكك في الحياة ليس منهم من يملك التحكم بسعادتك. إنهم ببساطة يمتلكون الفرصة ليقاسموك سعادتك، أما سعادتك فتكمن بداخلك.

كل بهجتك تقع على تردد الحب. الذي هو أعلى وأقوى تردد على الإطلاق، أنت لا تستطيع أن تمسك الحب بين يديك. يمكنك فقط أن تشعر به في قلبك، إنه حالة وجود، يمكن ن ترى برهاننا على الحب من خلال الناس، لكن الحب شعور، وأنت الشخص الوحيد الذي يمكنه أن يبيث

ذلك الشعور بالحب. قدرتك على توليد مشاعر الحب غير محدودة، وعندما تحب تكون في حالة انسجام تام وكامل مع الكون، أحب كل شيء تستطيع أن تحبه، أحب كل شخص تستطيع أن تحبه، ركز فقط على الأشياء التي تحبها، اشعر بالحب، وسوف تجد أن الحب والبهجة يعودان اليك مضاعفين، لا بد لقانون الجذب أن يوصل إليك أشياء تحبها وبينما تشع حبا، سوف يبدو وكأن الكون كله يقوم بكل شيء من أجلك، وستجد بالقرب منك كل شيء مبهج ومفرح، كل شخص طيب وصالح، هذا هو الحب في الحقيقة.

السرفى نقار موجزة

عندما تريد أن تجذب شريكا لحياتك، تأكد من أن أفكارك، وكلماتك، وأفعالك، والأجواء المحيطة بك لا تتعارض مع رغباتك.

مهمتك هي أن تعتني بنفسك، ما لم تشبع داخليا وتملاً نفسك بالحب عن آخرك، فلن يكون لديك شيء لتعطيه لأي شخص. عامل نفسك بالحب والإحترام، وسوف تجذب أناسا يُبدون لك حبا واحتراما.

عندما تشعر بشعور سيء حيال نفسك، أنت بذلك تعيق الحب، وبدلاً من ذلك سوف تجذب المزيد من الناس والمواقف التي سوف تواصل نقل الشعور السيء إليك.

ركز على السمات التي تحبها في نفسك، وسوف يظهر لك قانون الجذب المزيد من الأشياء العظيمة فيك.

لكي تجعل علاقتك بشريك حياتك أو بأي شخص تنجح، ركز على ما تقدره بشأن الطرف الآخر، وليس على شكواك، عندما تركز على مواطن القوة، سوف تنال المزيد منها.

سر الصحة

د. جون هاجلين (عالم فيزياء كمية وخبير السياسة العامة)



عالم من علماء فيزياء الكم المشهورين عالميا، و هو معلم و خبير في السياسة العامة. و يفسر كتابه **Manual For A Perfect Gouvernement** كيف يمكن حل المشكلات المجتمعية و البيئة الكبرى و إحلال السلام العالمي عبر التوفيق بين السياسات و قانون الطبيعة. حصل جون هاجلين على جائزة **كيلبي** الرفيعة و التي ينالها العلماء الذين قدموا اسهامات كبرى للمجتمع. كما كان مرشحا عن حزب القانون الطبيعي لمقعد الرئاسة في انتخابات 2000.



www.hagelin.com

إن جسدنا حقا هو نتاج أفكارنا، لقد بدأنا نستوعب بالفعل في مجال العلم الطبي الدرجة التي تحدّد بها طبيعة الأفكار والعواطف فعليا المادة الفيزيائية البنيوية والكفاءة الوظيفية لأجسادنا.

د. جون ديمارتيني 

لقد تعرفنا في فنون الشفاء على تأثير البلاسيبو (العلاج الإرضائي)، والعلاج الإرضائي هو شيء من المفترض أن يكون عديم الأثر أو بلا تأثير على الجسد مثل قرص من سكر. وفي هذا النوع من العلاج، يخبر المريض بأن هذا عقار له فعالية، وما يحدث بالفعل هو أن العلاج الإرضائي أحيانا يكون له نفس التأثير، إن لم يكن تأثيرا أكثر من العقار الطبي المفترض به أن يكون مصمما لإعطاء ذلك التأثير، وقد تبين للعلماء أن العقل البشري هو العامل الأكبر في فنون الشفاء، وأحيانا أكثر من العقار الطبي.

بعد أن تصير واعيا بالقوة الهائلة للسر، ستبدأ في أن ترى بجلاء الحقيقة الكامنة لبعض النطاقات المحددة في الطبيعة الإنسانية، بما في ذلك نطاق الصحة، إن تأثير العلاج الإرضائي ظاهرة في غاية القوة، عندما يعتقد المريض ويؤمن حقا بأن القرص علاج حقيقي، فسوف يتلقى ما يؤمن به، وسوف يتم علاجه.

د. جون ديمارتيني 

إذا كان شخص ما في موقف يكون فيه مريضاً، ولديه بديل للعقار الطبي، وهو أن يجرب استكشاف ما يهجد في عقله ويسبب هذا المرض، أما إذا كان المرض حاداً لدرجة أنه قد يؤدي إلى الوفاة، فمن الضروري أن يلجأ الشخص إلى العقاقير، هذا إلى جانب استكشاف السبب الذهني المؤدي لذلك المرض، لذلك أنا لا أقول أن تتجاهل العقار الطبي وتلغي دوره، إنما كل شكل من العلاج له مكانه وهوقته وفائدته.

العلاج من خلال العقل يمكن له أن يعمل في تناغم مع العقاقير الطبية، وإذا ارتبط الأمر بألم، فإن العقار بوسعه أن يساعد على القضاء على ذلك الألم، مما يسمح للشخص أن يكون قادراً على التركيز بقوة عظيمة على الصحة. التفكير في الصحة التامة هو أمر يمكن لأي شخص القيام به بشكل شخصي وداخلي، بصرف النظر عما يحدث حوله.

ليزا نيكولس 

إن الكون مثال بارع على الوفرة، عندما تفتح للشعور بثناء الكون، سوف تعيش الدهشة، والبهجة، والبركة، وكل الأشياء العظيمة التي يذخرها الخالق لك : الصحة الطيبة، الثروة الطيبة، الطبيعة الطيبة. ولكن حين تنغلق على نفسك بالأفكار السلبية، ستشعر بالضيق والإعاج، وسوف تتناكب الأوجاع والألام، وستشعر كما لو أن كل يوم لا يمر إلا بشق الأنفس.

د. بين جونسون (طبيب، مؤلف و رائد من رواد العلاج بالطاقة) 

طبيب و أخصائي معالجة عظام، تحرب في الاصل على الطب الغربي، لكن د. بين صار مهتماً بالعلاج بالطاقة بعد التغلب على مرض فتاك باستخدام الطرق غير المعتادة، و هو منشغل بصورة أساسية ببرنامج مبادئ الشفاء (Healing Codes) و هو نوع من المعالجة اكتشفه د. أليكس لهيد الذي يدير مع د. بين شركة The Healing Codes Company.



www.healingcodes.com

لدينا ألف تشخيص ومرض مختلف في العالم، إنها الحلقة الضعيفة في سلسلة الحياة، وجميعاً نتاج شيء واحد : الضغوط. فإذا وضعت الكثير من الضغط على السلسلة، وأيضا المزيد منه على النظام، فلسوف تنكسر إحدى الحلقات.

تبدأ كل الضغوط بفكرة واحدة سلبية، فكرة واحدة مضت دون مراجعتها وتفقدتها، ومن ثم تأتي المزيد والمزيد من الأفكار، حتى يتبدى الضغط ويتخذ شكلا. الأثر هو الضغوط، لكن السبب هو التفكير السلبي، وكل ذلك يبدأ بفكرة واحدة صغيرة، وبصرف النظر عما يكون قد ظهر، فبإمكانك تغييره .. بفكرة واحدة صغيرة تتبعها واحدة تلو الأخرى.

د. جون ديمارتيني 


إن بنيتنا الجسدية تخلق المرض لكي تعطينا مردودا، لتسمح لنا أن نعرف أن لدينا منظورا غير متوازن، أو أننا لم نكن نتطلى بالحب والامتنان، وعلى هذا فإن علامات وأعراض الجسد ليست شيئا رهيبا ومخيفا.

يخبرنا د. ديمارتيني بأن الحب و الامتنان سيحلان كل السلبية في حياتنا، بصرف النظر عن الشكل الذي تتخذه، إن الحب والامتنان بمقدورهما شق البحور، وتحريك الجبال، وصنع المعجزات، وبمقدور الحب والامتنان أن يشفيا أي مرض بإذن الله.

هايكل بيرنارد بيكويث 

السؤال الذي يُطرح باستمرار: "عندما يصاب أحدهم بمرض في الجسد أو بنوع من التعب والملل في حياته، فهل يمكن تحويل ذلك للعكس عن طريق قوة التفكير "الصحيح"؟" ه الإجابة هي نعم بكل تأكيد.

☆ الضحك خير دواء

كاثي جودمان ، قصة شخصية 

شخصها حالي كسرطان ثدي، وقد أمنت حقا في قلبي وبإيماني القوي أنني شفيت بالفعل، أقول كل يوم، الحمد لله على شفائي ومرارا وتكرارا أستمر أقول : "الحمد لله على شفائي"، أمنت في قلبي أنني شفيت، رأيت نفسي كما له أن السرطان لم يقرب جسدي مطلقا.

من الأشياء التي قمت بها لمعالجة نفسي : مشاهدة كل الأفلام المرحية، كان ذلك كان كل ما أقوم به ، مجرد الضحك، الضحك والضحك، عملت أسرتي جاهدة على نزع أي ضغوط عن حياتي، لأننا


أدركنا أن الضغوط كانت إحدى أسوأ الأشياء التي يمكن القيام بها أثناء علاج نفسك.

ومن وقت تشخيص حالتي إلى وقت علاجي، كانت فترة ثلاثة شهور تقريبا، وذلك بدون أي علاج إشعاعي أو كيميائي.


هذه القصة الجميلة والملهمة من **كاثي جودمان**، تظهر ثلاث قوى هائلة في حالة عمل، قوة الامتنان في العلاج، قوة الإيمان في التلقي، قوة الضحك والبهجة على شفاء المرض من أجسادنا بإذن الله.

لقد ألهمت **كاثي** أن تجعل الضحك جزءا من علاجها، بعد سماع قصة **نورمان كورنر**، شخصت حالة **نورمان** على أنها مرض خبيث لا شفاء منه، أخبره الأطباء بأن أمامه بضعة شهور ويقتله المرض، قرر **نورمان** أن يعالج نفسه، ولمدة ثلاثة شهور كل ما قام كان مشاهدة الأفلام المرححة والضحك، والضحك ولا شيء غير الضحك، غادر المرض جسده في تلك الشهور الثلاثة، واعتبر الأطباء شفاؤه معجزة.

ومن خلال الضحك تخلص **نورمان** من كل السلبية، وتخلص من المرض. الضحك حقا هو خير دواء.

د.  **لين جونسون**

نولد جميعا ببرنامج أساسي متضمن فينا، يسمّى هذا البرنامج: الشفاء الذاتي، عندما تصاب بجرح، يلتئم من تلقاء نفسه من جديد، وإذا أصبت بعدوى بكتيرية، يصل إليها الجهاز المناعي ويتعامل مع تلك البكتيريا، ويعالج المسألة، وقد خلق الجهاز المناعي ليعالج الجسد نفسه بنفسه.

د.  **بوب بروكتور**

لا يمكن للمرض أن يعيش بداخل جسد يتطلى صاحبه بحالة عاطفية صحية. إن جسدك يهدر ملايين الخلايا في كل ثانية، كما أنه يخلق ملايين الخلايا الجديدة في الوقت نفسه.

د.  **جون هاجلين**

في حقيقة الأمر، هناك أجزاء من جسدنا يتم استبدالها تماما في كل يوم، وهناك أجزاء أخرى تأخذ شهورا معدودة، وهناك أخرى عامين أو نحو ذلك، ولكن في غضون بضعة أعوام يكون لكل منا جسد مادي جديد.

إذا كانت أجسادنا برمتها تتبدل في غضون بضعة أعوام. كما أثبت العلم، فكيف إذن يمكن لذلك الانحلال أو المرض أن يبقى في أجسادنا لأعوام؟ لا يمكن أن يبقى في أجسادنا إلا من خلال التفكير فيه، عن طريق ملاحظة المرض ومراقبته، وبتوجيه الانتباه للمرض.

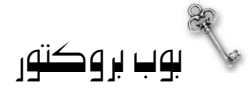
☆ تحل بأفكار الكمال

تحل بأفكار الكمال. لا يمكن لمرض أن يوجد في جسد يحظى بأفكار متناغمة ومنسجمة، فلتعلم أنه لا يوجد إلا الكمال، وعندما تلاحظ الكمال، عليك أن تستدعيه إليك. إن أفكار القصور هي سبب جميع العلل الإنسانية، بما في ذلك الأمراض البدنية، والفقر والبؤس. حين نفكر أفكار سلبية فإننا نبتعد بأنفسنا عن إرثنا الطبيعي. ردد ما يلي بثقة: إنني أفكر أفكارا مثالية، إنني لا أرى شيئا سوى الكمال، أنا تجسد للكمال.

لقد محوت كل فتاة من تصلب في مفاصلي وكل افتقاد للرشاقة خارج جسدي، ركزت على رؤية جسدي في مرونة وروعة جسد طفل، وكل تصلب وألم في مفاصلي قد اختفى، وقد حققت ذلك بين عشية وضحاها.

يمكنك أن ترى تلك المعتقدات التي تخص الكبر والشيخوخة جيمعها راسخة في عقولنا. يؤكد العلم أننا نحظى بجسد جديد كل فترة قصيرة جدا. الشيخوخة نتاج تفكير محدود، وهكذا فلتتخل عن تلك الأفكار من وعيك وأيقن أن جسدك عمره بضعة شعور فقط بصرف النظر عن عدد أعياد الميلاد التي مرت بك، أما عن يوم ميلادك القادم، اسد إلى نفسك معروفا واحتفل به كأول عيد ميلاد لك، لا تغط كعكة عيد ميلادك بستون شمعة إلا إذا كنت تريد أن تجلب الشيخوخة إليك. وللأسف، لدى المجتمع الغربي تركيز على التقدم في السن، وفي الواقع ليس هناك شيء كهذا.

تستطيع أن تحظى بالصحة المثالية من خلال تفكيرك، ومن خلاله أيضا تستطيع أن تحظى بالجسم والوزن المثاليين والشباب الدائم. يمكن أن تحقق كل ذلك عن طريق تفكيرك المستمر والمتواصل في الكمال والمثالية.



إذا كنت تعاني من مرض، وانت تركز عليه، وتحدث عنه إلى الناس، فلسوف تصنع المزيد من الخلايا المريضة، تخيل نفسك تعيش في جسد معافى وصحي بصورة مثالية، ودع الطبيب يهتم بأمراضك.

أحد الأشياء التي يقوم بها الناس غالباً عندما يمرضون هو التحدث بشأن المرض طيلة الوقت، وذلك لأنهم يفكرون بشأنه طيلة الوقت، وهكذا فإنهم يعبرون عن أفكارهم لفظياً. إذا كنت تشعر بتوسعك خفيف، فلا تتحدث بشأنه، إلا إذا كنت تريد المزيد منه، فلتعلم أن فكرتك كانت مسؤولة عما حل بك، ردد هذه العبارة كثيراً بقدر ما تستطيع: "أشعر بإنني في حالة رائعة، أشعر بشعور طيب للغاية"، واستشعر ذلك حقاً، أما إذا كنت لا تحس بأنك على ما يرام وسألك أحد عن حالك، فقط كن ممتناً لأن ذلك الشخص ذكرك بأن تفكر أفكاراً حول الشعور الطيب، لا تتفوه إلا بالكلمات التي تريد لها أن تكون.

لا يمكن التقاط شيء ما إلا إذا كنت تعتقد أنك تستطيع ذلك، واعتقادك أنك تستطيع التقاط أي شيء يستدعي المرض إليك من خلال تفكيرك. كما أنك تستدعي إذا رحت تستمع لأشخاص يتحدثون عن مرضهم، فإنك عندما تستمع تصب كل تفكيرك وتركيزك على المرض، وعندما تمنح كل فكرك لشيء ما، فإنك تطلبه وتسعى إليه، وانت لا تساعدهم بلا شك، إنك تضيف طاقة إلى مرضهم، إذا كنت حقاً تريد مساعدة الشخص المريض غير مسار الحديث نحو أمور طيبة، لو استطعت، أو ابتعد عنه قدر المستطاع، ولا تسر مبتعداً، اجعل كل أفكارك ومشاعرك القوية تتركز حول رؤية ذلك الشخص في صحة وسلامة ولا تفكر في الأمر مرة أخرى.



لنقل إن لديك شخصين مصابين بشيء ما، فإن أحدهما يختار أن يركز على البهجة، يختار أن يعيش بالتفاؤل والأمل، والتركيز على جميع الأسباب التي تجعله مبتهجا ومتفائلاً، والثاني بنفس تشخيص

مرض الشخص الأول، ولكنه يختار أن يركز على المرض، الألم، والإشفاق على نفسه.



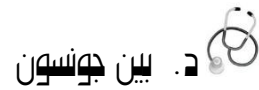
عندما يركز الناس تركيزاً تاماً على ما يسوءهم وعلى أعراضهم، فإنهم سوف يضعفونها ويزيدونها. العلاج لن يحدث ما لم يحولها انتباههم عن حالة مرضهم إلى حالة الصحة والعافية، لأن ذلك هو قانون الجذب.

دعونا نتذكر دائماً قدر ما نستطيع، أن كل فكرة سيئة هي في الواقع شيء سيء يتم وضعه فعلياً في الجسد.



الأفكار الأكثر سعادة تقود إلى حالة كيميائية حيوية أكثر سعادة، وإلى جسد أكثر صحة وسعادة. لقد ثبت أن الأفكار السلبية والضغط تؤدي إلى ضرر حاد للجسد ولوظائف العقل، وذلك لأن أفكارنا وعواطفنا هي المسؤولة عن إعادة ضبط وتنظيم وتشكيل أجسادنا.

بصرف النظر عن مقدار ما أحللته بجسدك بواسطة أفكارك، فإنه يمكنك تغيير ذلك من الداخل والخارج، ابدأ في التحلي بأفكار سعيدة، وابدأ في أن تكون سعيداً. السعادة هي حالة شعورية من الوجود. إن إصبعك على زر الشعور بالسعادة: اضغطه الآن! وأبقه ضاغطاً عليه بشدة، بصرف النظر عما يحدث من حولك.



أبعد الضغط الفسيولوجي عن الجسد، وسوف يؤدي الجسد ما هو مصمم من أجل القيام به، سيعالج نفسه بنفسه.

ليس عليك أن تحارب وتناضل لكي تتخلص من مرض ما. إن مجرد العملية البسيطة المتمثلة في التحلي عن الأفكار السلبية سوف تسمح لحالتك الطبيعية من الصحة أن تنمو بداخلك، وسوف يعالج جسدك نفسه بنفسه.

مايكل بيرنارد بيكويث

لقد شهدت كلِّ تتجدد وتستعيد نشاطها، وشهدت حالات سرطان تشفى تماما. وشهدت بصرا يتحسن ويعود إلى صاحبه بعد فقدانه.

كنت أضع نظارة قراءة على مدى قرابة ثلاثة أعوام قبل أن اكتشف السر. وذات ليلة بينما كنت أتبع بعض خيوط المعرفة حول السر عبر القرون، وجدت نفسي أتناول نظارتي لأرى ما كنت أقرؤه، لكنني جمدت في مكاني، فإدراكي لما قمت به صعقني مثل البرق. قد استمعت إلى رسالة المجتمع التي تقول إن النظر يضعف مع التقدم في العمر، لقد راقبت اشخاصا يبذلون جهدا ضخما حتى يستطيعوا قراءة شيء ما، وقد أوليت فكري إلى أن النظر يضعف مع التقدم في العمر، وقد جلبت ذلك إلي. لم أفعل ذلك عن عمد و قصد، لكنني فعلته، علمت أن ما جلبته للوجود بالأفكار يمكن لي تغييره، وهكذا تخيلت نفسي على الفور أتمتع بنفس حدة البصر التي كنت أتمتع بها في عمر الحادية والعشرين. تخيلت نفسي في مطاعم ذات أضواء خافتة أو على متن طائرات أو أجلس إلى جهاز الكمبيوتر وأقرأ بوضوح وبلا جهد، وقلت مرارا وتكرارا، أستطيع أن أرى بكل وضوح، أستطيع أن أرى بكل وضوح، شعرت بمشاعر الامتنان والحماس لأنني أحظى برؤية واضحة. خلال ثلاثة أيام عاد بصري لحالته، والآن لا أضع نظارة قراءة، أستطيع أن أرى بكل وضوح.

عندما أخبرت د. بين جونسون، أحد المعلمين الذين ظهروا في فيلم السر، بشأن ما فعلته، قال لي: هل تدركين ماذا حدث لعينيك حتى استطعت القيام بذلك في ثلاثة أيام؟ فأجبت: كلا، و الحمد لله إنني لم أعرف، ولم تكن هذه الفكرة في رأسي، لقد علمت فقط أن بوسعي هذا، وذلك ما أمكنني القيام به بسرعة، أحيانا تكون المعرفة الأقل أفضل.

قضى د. جونسون على مرض عضال في جسده هو، وهكذا فقد بدا استعادة بصري أقرب إلى لاشيء بالنسبة له، مقارنة بالقصة الإعجازية الخاصة به. في حقيقة الأمر لقد توقعت أن تعود حدة بصري بين عشية

وضحاها. وهكذا فإن عودتها في غضون ثلاثة أيام لم يكن معجزة في عقلي. تذكر أن الوقت والحجم ليس لهما وجود بالنسبة إلى الكون. إن علاج أي مرض هو بنفس سهولة علاج بثرة. عملية الشفاء واحدة، ولكن يكمن الاختلاف في عقولنا فقط، وهكذا إذا جذبت أي بلاء إلى نفسك، فقلل منه في عقلك إلى أن يصل لحجم بثرة، تخل عن كل الأفكار السلبية، ومن ثم ركز على تمام الصحة والعافية.

☆ ليس هناك شيء لا يمكن علاجه

د. جون ديهارتيني 

لطالما أقول إن أي مرض عضال يمكن علاجه من داخل الإنسان نفسه.

إنني أو من وأعرف أنه لا يوجد شيء لا يمكن علاجه، عند نقطة ما في الزمن، كل مرض زعم أنه غير قابل للعلاج تم الشفاء منه، في عقلي، وفي العالم الذي صنعتة، كلمة: "مستحيل علاجه" لا وجود لها، هناك مكان رحب لك في هذا العالم، فانضم إلي وإلى جميع الموجودين هنا، إنه العالم الذي تقع فيه المعجزات بصورة يومية، إنه عالم يتفق بالوفرة و الرخاء، حيث توجد جميع الأشياء الطيبة الآن بداخلك أنت. هل يبدو لك هذا وكأنه النعيم؟ إنه أقرب ما يكون إليه.

مايكل بيرنارد بيكويث 

تستطيع أن تغير حياتك وتعالج نفسك بنفسك.

هوريس جودمان (مؤلف، و محاضر عالمي) 

عرف بلقب "الرجل المعجزة"، فقد تصدر عناوي الصحف عام 1981 حيث شفي من جروح رهيبه بعد تحطم الطائرة التي كان يستقلها. و قد قيل له عندها انه لن يعود للسير و لا التحدث و لا العيش حياة طبيعية ثانية. لكن اليوم **هوريس** يسافر في جميع أنحاء العالم ليُلهم الاف الناس و يدفعهم للامام بقصته المذهلة.



www.themiracleman.com

تبدأ قصتي في العاشر من مارس عام 1981 وقد غير هذا اليوم حياتي كاملة. كان يهوا لا يمكن لي أن أنساه، تعرضت لحادث تحطم طائرة، و هجرتني في المستشفى مشلولا تماما. كان عمودي الفقري مهشما، وتحطمت الفقرتين العنقيتان الأولى والثانية، وحركة

البلع عندي قد دمرت، لم أستطع أن أكل أو أشرب، تلف حجابي الحاجز، لم أستطع التنفس، كل ما كان يمكنني القيام به هو أن أطرف بعيني، وقال الأطباء إنني سأكون حيا في حالة جمود مثل نبات بقية حياتي. كل ما سيمكنني القيام به هو أن أطرف بعيني. تلك هي الصورة التي رآها لي، ولكن لم يكن يهمني ما كانوا يرونه، الشيء الأساسي كان هو ما أراه وأظنه أنا. تخيلت نفسي أعود شخصا طبيعيا من جديد، أسير خارجا من المستشفى. كان الشيء الوحيد الذي كان علي العمل عليه في المستشفى هو عقلي، وما إن تمتلك زمام عقلك، حتى تستطيع أن تضع كل الأشياء في نصابها الصحيح.

كنت متصلا بجهاز التنفس الصناعي وقالوا إنني لن أتنفس بصورة طبيعية مرة أخرى أبدا، نظرا لتلف حجابي الحاجز، لكن صوتا خافتا ظل يقول لي تنفس بعمق، تنفس بعمق. وأخير لم أعد بحاجة لجهاز التنفس، لم يكن لديهم أي تفسير لذلك، لم أرغب في أن أسمح لأي شيء بالدخول إلى عقلي، مما قد يلهيني عن هدفي أو يأخذني بعيدا عن حلمي.

لقد وضعت هدفا أن أسير خارجا من المستشفى بحلول العام الجديد، وهكذا كان، سرت خارجا من المستشفى على قدمي دون مساعدة، قالوا إن هذا غير ممكن الحدوث، ذلك اليوم لا يمكن لي أن أنساه.

بالنسبة للأشخاص الذين يجلسون في هذه اللحظة ويتألمون، إذا أردت أن أهجز حياتي، وأن أهجز للناس ما يمكنهم القيام به في حياتهم، سوف أخلصها كلها في العبارة التالية " الإنسان ما هو إلا نتاج تفكيره. "

موريس جودمان، معروف بالرجل المعجزة، وقد اختيرت قصته من أجل فيلم "السر" لأنها تستعرض القوة التي لا يمكن سبر غورها، والإمكانية غير المحدودة للعقل الإنساني، أدرك **موريس** القوة التي بداخله. والقدرة على أن يحقق ما يختار التفكير بشأنه، كل شيء ممكن، لقد ألهمت قصة **موريس جودمان** آلاف البشر وشجعتهم على أن يفكروا ويتخيلوا ويشعروا بعودتهم إلى الصحة المثالية، لقد حول المحنة الأعظم في حياته إلى المنحة الأعظم.


منذ إطلاق فيلم السر، غمرنا سيل من قصص المعجزات التي تحقق فيها الشفاء لأشخاص مصابين بأمراض متعددة، بعد مشاهدتهم فيلم السر، كل الأشياء ممكنة عندما نؤمن بها.

أود أن أنهي هذا الموضوع حول الصحة بتلك الكلمات النيرة من د. **بين جونسون**: إننا الآن ندخل عالم طب الطاقة، كل شيء في الكون له تردد، وكل ما عليك القيام به هو تغيير التردد أو خلق تردد مضاد، تلك هي درجة سهولة تغيير أي شيء في العالم، سواء كان ذلك الأمر متعلقاً بالمرض أو العاطفة أو أيا كان، هذا أمر هائل، هذا أضخم شيء توصل إليه البشر على الإطلاق.

السرفى نقاؓ موجزة


- 👉 تأثير العلاج الإرضائي مجرد مثال على قانون الجذب في حالة عمله. عندما يؤمن أحد المرضى حقا بأن القرص علاج له. فإنه يتلقى ما يؤمن به ويشفى.
- 👉 التركيز على الصحة التامة، شيء يمكن لنا جميعا القيام به بداخل أنفسنا بغض النظر عما يدور حولنا.
- 👉 الضحك يوجب البهجة، ويطلق السلبية، ويؤدي إلى حالات شفاء إعجازية.
- 👉 يحتبس المرض في الجسد عن طريق الفكر، من خلال مراقبة المرض. وبالانتباه الممنوح للمرض. إذا كنت تشعر بوعكة طفيفة، فلا تتحدث بشأنها، إلا إذا كنت تريد المزيد منها. إذا رحت تستمع إلى اشخاص يتحدثون بشأن مرضهم، فإنك تضيف طاقة إلى مرضهم، وبدلا من ذلك، غير مسار المحادثة إلى أمور طيبة، وركز أفكارك القوية على تخيل هؤلاء الأشخاص في تمام الصحة.
- 👉 المعتقدات حول التقدم في العمر كلها في عقولنا، فتخل عن تلك الأفكار، ركز على الصحة والشباب الأبدى.
- 👉 لا تستمع للرسائل التي يقدمها لك المجتمع بشأن الأمراض والتقدم في العمر.

سر العالم

ليزا نيكولس 

يميل الناس للنظر إلى الأشياء التي يريدونها، وتجد أحدهم يقول، نعم أود ذلك. أريد ذلك، وبالرغم من هذا، فإنهم ينظرون إلى الأشياء التي لا يريدونها ويمنحونها قدرا أكبر من الطاقة، من خلال تفكيرهم في محاولة القضاء عليها والتخلص منها ومحوها من الوجود، في مجتمعنا صرنا معتادين على محاربة أي شيء : محاربة السرطان، محاربة الفقر، محاربة الحرب، محاربة المخدرات، محاربة الإرهاب، محاربة العنف، نميل لمحاربة أي شيء لا نرغب فيه، مما يخلق في الحقيقة المزيد من الحرب.

هيل دوسكين (معلم ومؤلف كتاب the Sedona method) 

مؤلف كتاب  الذي حقق أفضل المبيعات في قائمة نيهيورك تايمز، و قد كرس هيل دوسكين نفسه لتخليص الناس من المعتقدات المقيدة و القاصرة من أجل مساعدتهم على تحقيق ما يرغبون فيه من صميم أفئدتهم. و طريقة sidona هي تقنية فريدة و فعالة تبدي لك كيفية التخلص من كل ما هو مؤلم و مقيد من مشاعر و معتقدات و توجهات.



www.sedona.com

أي شيء نركز عليه فإننا نخلق، وهكذا فإن كنا غاضبين حقاً، على سبيل المثال، تجاه استمرار حرب، أو مجاعة، أو معاناة، فإننا نضيف غضبنا إلى الأمر، إننا ندفع أنفسنا، وذلك يخلق المقاومة فقط.

"كلما قاومت شيئا زادت سطوته عليك." كارل يونج (1875-1961) 

يوب دويل 

إن السبب في أن ما تقاومه يسيطر عليك، هو أنك عندما تقاوم شيئا ما، فإن الأمر يبده وكأنك تقول : "لا، أنا لا أريد هذا الشيء، لأنه يجعلني أحس بهذا الشعور، هذا الشعور الذي يراودني الآن"، وبهذا أنت تقول بإحساس قوي : "أنا لا أحب هذا الشعور"، ومن ثم ستحس بالمزيد من هذا الشعور.

إن مقاومة أي شيء هي مثل محاولة تغيير الصور الخارجية بعد أن تكون قد بثت، إنه سعي لا جدوى منه، عليك أن تتجه إلى الداخل وتبث إشارة جديدة بأفكارك ومشاعرك لصنع صور جديدة. وعندما تقاوم ما حدث، فإنك تضيف المزيد من الطاقة والمزيد من القدرة على تلك الصورة التي لا تروق لك، وتجلب المزيد منها بمعدل سريع جدا. وبالتالي يتضخم الحدث أو الظروف، لأن ذلك هو قانون الكون.

جاك كانفياد 

الحركة المناهضة للحرب تخلق المزيد من الحرب، الحركة المضادة للمخدرات قد خلقت بالفعل المزيد من المخدرات، لأننا نركز على ما لا نريده: المخدرات.

ليزا نيكولس 

يعتقد الناس أننا إذا أردنا حقا القضاء على شيء ما، فلا بد وأن نركز عليه. ما الجدوى التي قد نحققها في منح المشكلة المحددة كل طاقتنا بدلا من أن نركز على الثقة، والحب، والعيش في رضاء، والتعليم. أه السلام؟

جاك كانفياد 

كانت الأم تريزا شخصية ذكية، لقد قالت : لن أحضر أبدا تظاهرة مناهضة للحرب، ولكن إذا كانت لديكم تظاهرة من أجل السلام، ادعوني! لقد كانت تعلم. كانت تفهم السر، وانظر إلى ما حققته في العالم.

هيل دوسكين 

إذا كنت من مناهضي الحرب، كن داعيا للسلام بدلا من ذلك، إن كنت من مناهضي الجوع، كن داعيا لحصول الناس على ما يزيد عن كفايتهم لتناوله، إذا كنت مناهضا لسياسي بعينه، شجع منافسه، غالبا ما تكون نتائج الانتخابات لصالح الشخص الذي يرفضه الناس حقا، لأنه يحصل على كل الطاقة وكل التركيز.

كل شيء في العلم يبدأ من فكرة واحدة. الأشياء والأحداث الأكبر حجما تصير أكبر، لأن المزيد من الناس يمنحون أفكارهم لها بعد أن تظهر. وتلك الأفكار والعواطف تبقى على هذه الأحداث في وجودنا،

وتجعلها أكبر حجماً. وإذا خلصنا عقولنا منها وركزنا بدلاً من ذلك على الحب، فإنها لن توجد، سوف تتبخر وتنتاشي.



"تذكر، وهذه واحدة من أصعب الجمل على الفهم وأكثرها روعة، لذلك تذكر أنه بصرف النظر عن مقدار الصعوبة، بصرف النظر عن المكان، بصرف النظر عن البلاء، ليس لديك مريض إلا نفسك، ليس لديك شيء لتقول به إلا إقناع نفسك بالحقيقة التي ترغب أن تراها متجسدة." "

Charles Haanel

جاك كانفيلد

لابأس من ملاحظة ما لا تريده، لأن هذا يمنحك شيئاً عكسه تقول عنه : "هذا ما أريده" لكن الحقيقة هي أنك كلما تحدثت بشأن ما لا تريد، أو تحدثت عن مدى سوءه، أو قرأت حول ذلك طيلة الوقت، ومن ثم تقول كم هو بشع و مرهق، فأنت هكذا تصنع المزيد منه.

ليس بوسعك مد يد العون للعالم بتركيزك على الأشياء السلبية، فعندما تركز على الأحداث السلبية للعالم، فإنك لا تضيف إليها وحسب، إنما تجلب المزيد من الأشياء السلبية إلى حياتك في الحين نفسه. عندما تظهر الصورة بشيء لا تريده، فإنه دورك لتغير من تفكيرك وتبث إشارة جديدة ولو كان موقفاً دولياً فلست بعاجز أو معدوم الحيلة، فلديك كل القدرة، ركز على كل شخص مبتهج، ركز على الوفرة في الطعام، امنح أفكارك الفعالة ما تريده، لديك القدرة على منح الكثير للعالم من خلال بث مشاعر الحب والسلام، بعض النظر عما يجري من حولك.


جيمس رابي

في أوقات عديدة للغاية يقول لي الناس : "حسناً يا جيمس"، لابد أن اتزهد بكل المعلومات الضرورية. ولكن لسنا مضطرين لأن نغمزنا المعلومات في فيضها.

عندما اكتشفت السر، اتخذت قراراً بالأشهاد نشره الأخبار أو أقرأ الصحف بعد ذلك، لأن هذا لا يحمل لي شعور طيباً. لايمكن لثوم الخدمات الإخبارية والصحف على أي نحو لإذاعة الأخبار السيئة. ولكن كمجتمع

عالمي، فإننا مسئولون عن ذلك. فنحن نشترى المزيد من الصحف عندما تتصدر العناوين مأساة ضخمة. وترتفع معدلات مشاهدة القنوات الجديدة لتصل للسماء حين تقع كارثة وطنية أو عالمية. وهكذا فإن الخدمات الإخبارية والصحف تقدم لنا المزيد من الأنباء السيئة، لأننا، كمجتمع. نقول إننا نريد ذلك. الإعلام مجرد نتيجة، ونحن السبب، إنه محض قانون الجذب في حيز التطبيق.

الخدمات الإخبارية والصحف سوف تغير ما تقدمه لنا عندما نبث نحن اشارة جديدة ونركز على ما نريد.

مايكل بيرنارد بيكويث 

تعلم أن تصير هادئا، وأن تشيخ انتباهك بعيدا عما لا تريد، وكل الشحنة العاطفية المحيطة به، وتضع انتباهك على ما تتمنى أن تعيشه، فالطاقة تتدفق حيث يوجد الإنتباه.



"فكر بحق، وسوف تكون أفكارك هي غذاء مجاعات العالم."

Horatius Bonar (1808-1889)

هل بدأت ترى القدرة غير العادية التي لديك في هذا العالم، فقط من خلال وجودك؟ وعندما تركز على الأمور الطيبة، فإنك تشعر شعور طيبا، وتجلب المزيد من الأشياء الطيبة إلى العالم، وفي الوقت نفسه، فإنك تجلب المزيد من الأشياء الطيبة إلى حياتك، عندما تحس بشعور طيب فإنك تصلح حياتك، وكذلك تصلح العالم!

القانون صارم في عمله.

د. جون ديمارتيني 

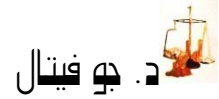
أقول على الدوام إنه حين يصير كل من الصوت والرؤية بداخلك أعمق وأهض وأعلى صوتا من الآراء التي بالخارج، فإنك عندئذ تكون قد سيطرت على حياتك!

ليزا نيكولس 

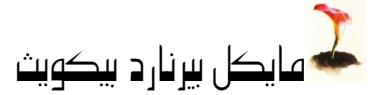
ليست مهمتك هي تغيير العالم، أو تغيير الناس المحيطين بك، إنما مهمتك هي أن تسير مع التيار المتدفق بداخل الكون، وأن تمجده بداخل العالم الذي يوجد.

أنت سيد حياتك، والكون مسخر لإطاعة أوامرك، لا تكن مستسلما للصور التي ظهرت أمامك إذا لم تكن هي ما تنشده. تحمل المسؤولية عنها. استخف بها وتخل عنها. فكر بأفكار جديدة حول ما تريده، استشعرها، وكن ممتنا لتحقيقها.

☆ الكون يتسم بالوفرة



أحد الأسئلة التي تطرح علي طيلة الوقت هو : ماذا لو أن كل الناس استخدموا السر، وتعاملوا جميعا مع الكون بوصفه كتالوجا، ألن تستنفذ موارده؟ ألن يهرع الجميع إليه حتى يفرغ الرصيد؟



الشيء الجميل بشأن تعليم السر، هو أن هناك أكثر مما فيه الكفاية لسد احتياجات الجميع.

ثمة كذبة تعمل عمل القيود بداخل عقل الإنسانية، وتلك الكذبة هي : "ليس هناك ما يكفي من الخير للجميع، هناك نقص وهناك حدود وقيود ولا يوجد ما يكفي للجميع"، وتجعل تلك الكذبة الناس يعيشون في الخوف، والجشع والنقص، تصبح هي الواقع الذي يعيشونه، وهكذا يتناول العلم قرصا يدفع به إلى كابوس.

و الحقيقة هي أن هناك أكثر من الكفاية من الخير، وأكثر مما يكفي من الأفكار الإبداعية، وأكثر مما يكفي من الطاقة، من الحب، أكثر مما يكفي من البهجة. وهذا كله يبدأ في التدفق إلى العقل الذي يدرك طبيعته غير المحدودة.

معنى أن تعتقد بأنه ليس هناك ما فيه الكفاية، هو أن تنظر نحو الصور الخارجية وتظن أن كل شيء ينبع من الخارج. وحين تفعل ذلك، ستصير في أغلب الأوقات لا ترى إلا النقص والقيود والقصور. إنك تعلم الآن أنه لا شيء يأتي إلى الوجود من الخارج، وأن كل شيء يأتي أولا من التفكير والشعور به في الداخل. عقلك هو القوة الإبداعية لكل الأشياء، وهكذا كيف يمكن أن يكون هناك أي نقص أو افتقار؟ إنه أمر مستحيل. إن قدرتك على التفكير غير محدودة، وبالتالي فإن الأشياء التي يمكنك إيجادها عن طريق التفكير غير محدودة كذلك، وهكذا هو الحال

بالنسبة للجميع، فعندما تعلم هذا حقا، فإنك بذلك تفكر بعقل يعلم طبيعته التي لا تحدها قيود ولا حدود.

جيس راى 

كل معلم عظيم ولد على وجه الأرض قد أخبركم أن الأصل في الحياة هو الوفرة وسعة الخير.



"جوهر هذا القانون هو أنك لابد أن تفكر تفكيرا يتسم بالوفرة ويتمحور حولها، أن ترى هذه الوفرة، وتشعر بها، وتؤمن بها، لا تسمح لأي فكرة تخص النقص والافتقار أن تمر إلى عقلك." Robert Collier

جون أسراف 

وهكذا فحين نعتقد أن الموارد تتناقص، نجد موارد جديدة يمكننا تحقيق الأمور ذاتها.

تعد القصة الحقيقية لفريق عمل شركة بيليز أهيل مثلا ملهما لقوة العقل البشري على العثور على الموارد، كان قد تم تدريب مدراء شركة بيليز ناتشورال إنرجي ليمتد على يد الشهير د. توني كوين، المتخصص في التدريب السيكولوجي الإنساني. من خلال تدريب د. كوين على استخدام قوة العقل، صار المدراء على ثقة من أن صورتهم الذهنية لتحويل بيليز إلى شركة إنتاج بترول ناجحة سوف تصبح حقيقية. واتخذوا خطوة شجاعة إلى الأمام قدما للتغيب عن البترول في مرصد إسباني، وخلال عام واحد قصير تحول حلمهم ورؤيتهم إلى حقيقة، وقد اكتشفت الشركة بترولا من أجود الأنواع وبكميات وفيرة في المكان نفسه الذي أخفقت الشركات الأخرى في العثور فيه على أي كمية، صارت شركة بيليز شركة إنتاج بترول، لأن فريق عمل غير عادي آمن أفراده بالقدرة غير المحدودة لعقولهم.

لا شيء محدود، لا الموارد ولا أي شيء آخر. لكن العقل الإنساني فقط يعتقد ذلك. عندما تتفتح عقولنا على القدرة الإبداعية غير المحدودة، سوف نستدعي الوفرة ونرى ونعيش عالما جديدا كليا.

د. جون ديمارتيني



حتى لو قلنا إن لدينا قصورا وافتقارا، فذلك لأننا لا نوسع من
أفاقنا لرؤية كل ما يحيط بنا.

د. جو فيتال



أعلم أنه حينما يبدأ الناس في العيش من صميم أفئدتهم،
ويسعوا صوب ما ينشدون، فأنهم لا يسمعون وراء الأشياء نفسها، وهنا
يكن جمال الأمر. فلنسا جميعا نرغب في امتلاك سيارات بي إم
دبليه، ولا نريد جميعا الإرتباط بالشخص نفسه، ولا نريد جميعا عيش
نفس التجارب والخبرات لا نريد جميعا ارتداء الملابس نفسها، لانريد
جميعا... (إملاء الفراغ)

أنت هنا فوق هذا الكوكب المبارك السعيد، وتحظى بهذه القدرة
الرائعة من أجل أن تصنع حياتك. ما من حدود أمام ما تستطيع أن
تصنعه لنفسك، ذلك لأن قدرتك على التفكير ليس لها حدود، ولكنك
لا تستطيع أن تصنع حياة الأشخاص الآخرين بدلا منهم، ولا يمكنك أن
تفكر بدلا منهم، وإذا ما حاولت أن تفرض آراءك على الآخرين فلن تجذب
إليك إلا القوى المماثلة لهذا، لذا دع الآخرين يصنعون حياتهم التي
ينشدونها.

مايكل بيرنارد بيكويث




هناك ما يكفي للجميع. إذا أمنت بذلك، ورأيت، وتصرفت
انطلاقا منه، فسوف يتجلى أمامك، تلك هي الحقيقة.



"إذا كان ينقصك أي شيء، إذا سقطت فريسة للفقر أو المرض،
فذلك لأنك لا تؤمن أو لا تفهم القدرة التي تحظى بها. ليست المسألة هي
ما منحه لك الخالق، فهو يمنح كل شيء للجميع الناس." Robert Collier

يقدم الخالق كل الأشياء لكل الناس من خلال قانون الجذب. إنك
تمتلك القدرة على اختيار ما تريد أن تعيشه، ألا تريد أن يكون هناك ما
يكفي لك وللجميع؟ اختر ذلك إذن واعلم أن هناك وفرة من كل شيء،
هناك معين لا ينضب، هناك الكثير من الأمور الرائعة. لدى كل منا
القدرة على اللجوء إلى ذلك المدد الخفي غير المحدود من خلال أفكارنا

ومشاعرنا، وجلبه إلى حياتنا فاختر لنفسك إذن لأنك الشخص الوحيد الذي يستطيع هذا.

ليزا نيكولس 

كل شيء تريده، كل البهجة، الحب، الوفرة، السعة، النعمة، مجهود، جاهز لكي تُدكم عليه قبضتك، وعليك أن تصير شديد التوق إليه، وعليك أن تكون واعياً قاصداً، وحين تعقد النية وتحث السعي نحو مقصدك، سوف تجد في الكون كل شيء، تكون قد رغبت فيه، تعرف على الأشياء الجميلة والرائعة من حولك، باركها وأثن عليها. وعلى الجانب الآخر، فإن الأشياء التي لا تمضي حالياً على النحو المنشود بالنسبة لك، لا تنفق طاقتك في الانتقاد والشكوى منها، التزم بكل شيء تريده بحيث تحصل على المزيد منه.

إن كلمات ليزا الحكيمة بأن تبارك وتثني على الأشياء المحيطة بك، تقدر وزنها بميزان الذهب، بارك وأثن على كل شيء في حياتك، فحين تمتن أو تبارك، تكون على التردد الأسمى للحب، فقد استعان رجال الدين بهذه المباركة لتحقيق الصحة، والثروة والسعادة، لقد علموا قدرة المباركة. وللأسف، لا يستعين معظم الناس بكلمة المباركة إلا في مناسبات محدودة، وهكذا لا يستخدمون إحدى أعظم القوى لصالحهم ورخائهم. وتعرف بعض القواميس المباركة على أنها، طلب الخير الالهي ومنح السلامة أو الرخاء، وهكذا فلتبدأ الآن في طلب المباركة في حياتك، بارك كل شخص، وكل شيء وأثن على كل شخص وكل شيء، لأنك حين تثني على شخص ما أو شيء ما فإنك تمنح الحب، وعندما تبث ذلك التردد الهائل، سوف يعود إليك مضاعفاً مائة مرة.

الثناء والمباركة يذهبان بكل السلبية، فإثن وبارك أعدائك، فعندما تلعن أعدائك، تترد اللعنة إليك وتؤذيك، وإذا ما أثنت عليهم وباركته سوف تبدد كل السلبية والخلاف، وسوف يعود إليك الحب الخاص بالثناء والمباركة، وعندما تثني وتبارك، ستشعر بنفسك تتحول إلى تردد جديد ومعه المردود الخاص بالمشاعر الطيبة.

د. دينيس وينلى 

أغلب قادة الماضي فاتهم جزء عظيم من "السر"، وهو دعم ومشاركة الآخرين.

هذا هو أفضل وقت يمكن العيش فيه عبر التاريخ كله. إنه أول وقت اكتسبنا فيه القدرة على المعرفة بمنتصف السهولة والبساطة.

بهذه المعرفة تصير مدركا لحقيقة العالم، وحقيقة نفسك، أعظم ما اكتشفته فيما يخص السر حول موضوع العالم ينبع من تعاليم روبرت كهليلر، و برنتيس ملفورد و تشارلز هانيل، مايكل بيرنارد بيكهيث، فقد وصلنا بذلك الفهم إلى الحرية التامة. أرجو حقا أن تستطيع الوصول إلى موضع تلك الحرية نفسها، إذا استطعت، فعندئذ سوف تستطيع من خلال وجودك وقوة أفكارك، أن تجلب أعظم خير لهذا العالم وللمستقبل الإنسانية كلها.

السرفى نقاؑ موجزة



👍 ما تقاومه سوف تجذبه، لأنك تركز تركيزا قويا عليه بمشاعرك. لكي تغير أي شيء اتجه إلى داخلك وبث إشارة جديدة بأفكارك ومشاعرك.

👍 لا تستطيع مد يد العون للعالم بالتركيز على الأمور السلبية، فعندما تركز على أحداث العالم السلبية، فإنك تضيف إليها، ليس هذا وحسب، لكنك أيضا تجلب المزيد من الأمور السلبية إلى حياتك أنت.

👍 بدلا من التركيز على مشكلات العالم، امنح انتباهك وطاقتك للثقة، الحب، الوفرة، العلم والسلام.

👍 لن تنفذ الأشياء الطيبة أبدا من بين يديك، لأن هناك أكثر من الكفاية للجميع، والحياة من طبيعتها السخاء والوفرة.


👍 لديك القدرة على أن تلجأ إلى المعين الذي لا ينضب عبر أفكارك ومشاعرك وتجلبه إلى تجاربك في الحياة.

👍 بارك واعتز بكل شيء في العالم، وسوف تبدد الطاقة السلبية والخلاف والتشاحن وسوف تتحالف مع التردد الأسمى. الا وهو الحب.

السر للإكتساب نفسى

د. جون هابلين 


عندما ننظر حولنا، وحتى حين ننظر نحو أجسادنا، فما نراه ليس سوى قمة الجبل الجليدي.

بواب بروكتور 

فكر في هذا لمدة دقيقة. انظر إلى يدك، إنها تبدو صلبة، لكنها ليست كذلك، فإذا وضعتها تحت مجهر دقيق سوف ترى كتلة هائلة من طاقة متذبذبة.

جون أساراف 

كل شيء مكون من المادة نفسها، سواء كان ذلك هو يدك، أم المحيط، أم نجم من النجوم.

د. بين جونسون 

كل شيء هو طاقة، ودعني أساعدك على فهم ذلك قليلاً، هناك الكون، مجرتنا، كوكبنا، ثم هناك الأفراد، ثم هناك بداخل هذا الجسد أنظمة وأجهزة وأعضاء، ثم هنا الخلايا، ثم الجزيئات، ثم الذرات، ثم هناك الطاقة. وهكذا هناك الكثير من المستويات يمكن التفكير بشأنها، لكن كل شيء في الكون هو طاقة.

عندما اكتشفت "السر"، أردت أن أعلم ما أدركه كل من العلم والفيزياء فيما يخص هذه المعرفة، وما تبينته كان مدهشاً غاية الدهشة. وأحد أكثر الأشياء إثارة بشأن العيش في هذا الزمن هو أن اكتشافات الفيزياء الكمية والعلم الجديد في تناغم تام مع تعاليم السر، ومع ما قد عرفه جميع المعلمين العظام على مدار التاريخ.

لم أدرس قط العلوم الطبيعية أو الفيزياء خلال المرحلة الدراسية، ومع ذلك، حين قرأت كتباً معقدة عن الفيزياء الكمية قد فهمتها فهماً تاماً لأنني أردت أن أفهمها. ساعدتني دراسة الفيزياء الكمية على أن أحظى بفهم أعمق للسر على مستوى الطاقة. بالنسبة لمعظم الناس، يترسخ معتقدتهم عندما يرون التوافق التام بين معرفة السر ونظريات العلوم الجديدة.

دعنى أشرح كيف تمثل أنت أكثر برج بث فعالية في الكون، بتعبيرات بسيطة، كل الطاقة تتذبذب في شكل تردد، وبوصفك نوعاً من الطاقة، فإنك تتذبذب كذلك كأي شكل تردد. وما يحدد تردّدك في أي وقت هو ما تفكر فيه مهما كان وما تشعر به مهما كان، كل الأشياء التي تريدها مصنوعة من الطاقة، وهي ذات ذبذبة أيضاً.

👉 كل شيء هو طاقة.

وإليك عنصر التعجب. عندما تفكر بشأن ما تريد. وتبث ذلك التردد، فإنك تجعل طاقة ما تريده تتذبذب على ذلك التردد وتجذبه نحوك، وعندما تركز على ما تريد فإنك تغير من ذبذبة الذرات الخاصة بذلك الشيء، وتؤدي إلى أن يتذبذب نحوك، والسبب في أنك أكثر برج بث فعالية في الكون هو لأنك لديك القدرة على تركيز طاقتك عبر أفكارك وتحويل الذبذبات التي تركز عليها، مما يجذبها عندئذ إليك.

عندما تفكر بشأن تلك الأشياء الطيبة التي تريدها وتشعر بها، فإنك تحول نفسك في الحال إلى ذلك التردد، مما يؤدي بطاقة كل تلك الأشياء للتذبذب نحوك، وتظهر في حياتك، يقول قانون الجذب: إن الشبيه يجذب شبيهه، إنك مغناطيس طاقة، فأنت تشحن كل شيء ترغب فيه كهربياً وتشحن نفسك كهربياً نحو كل شيء تريده. ينظم الإنسان طاقته المغناطيسية، لأنه ما من أحد غيره يستطيع أن يفكر أو يحس نيابة عنه، والأفكار والمشاعر هي التي تخلق تردداتنا.

قبل حوالي مائة عام، وبدون المعرفة التي انبثقت من جميع الاكتشافات العلمية التي تمت في المائة عام الأخيرة، كان تشارلز هانيل يعلم كيف يعمل الكون.



"العقل الكهني ليس مجرد ذكاء وحسب، لكنه مادة، وهذه المادة هي القوة الجاذبة التي تضم الألكترونات معاً بقانون الجذب بحيث تكون الذرات، والذرات بدورها تجتمع معاً بالقانون نفسه وتكون الجزيئات، الجزيئات تتخذ أشكالاً ملموسة، وهكذا نجد أن القانون هو القوة المبدعة وراء كل ظاهرة مرئية لنا، ليس فقط بالنسبة للذرات، ولكن بالنسبة للعالم، الكون، وكل شيء يمكن للخيال أن يكون منه أي شيء مفهوماً." Charles Haanel



لا أعبأ بأي مدينة تعيش، فلديك قدرة كافية في جسدك،
وطاقة محتملة، لأنارة المدينة بكاملها قرابة أسبوع.



“لكي تصبح واعيا بهذه القدرة، يجب أن تصبح سلكا كهربيا
تسري به الطاقة. الكون هو سلك كهربائي يحمل الطاقة الكافية لتجسيد
كل موقف في الحياة لكل شخص. حين يلمس العقل الفردي العقل
الكهني، فإنه يتلقى كل قواه.”

Charles Haanel



يعرف معظم الناس أنفسهم بهذا الجسد المحدود، لكنك لست
جسدا محدودا، حتى تحت ميكروسكوب فإنك تظهر كمجال
للطاقة/ وما نعلمه عن الطاقة هو هذا: إنك تمضي إلى أحد علماء
الفيزياء الكمية و تسأله: "م يتكون العالم؟" فيجيب قائلا:
"يتكون من الطاقة"، فتسأله بدورك: "حسنا، فلتصف الطاقة"
وسوف يجيبك: "الطاقة لا تبنى ولا تستحدث، ولطالما كانت
كذلك، كل شيء وجد ذات مرة، يوجد دائما ويظل ينتقل من شكل
إلى شكل".

وهكذا فإذا كنت تعتقد أنك لست سوى هذه "الطة البدنية
الفانية" فأعد التفكير، أنت كائن روعي! إنك مجال طاقة، تعيش
في مجال أوسع من الطاقة.

كيف يمكن لكل هذا أن يجعلك كائنا روحيا؟ بالنسبة لي، فإن
إجابة ذلك السؤال هي أحد أهم أجزاء تعاليم السر وأكثرها مغزى.
عندك طاقة، والطاقة لا تبنى ولا تستحدث، الطاقة تغير شكلها وحسب،
وهذا يصدق عليك، هذا هو جوهرك الحقيقي، طاقتك الخالصة، لطالما
وجدت دائما وسوف توجد إلى الأبد، لا يمكن أبدا ألا توجد.

على مستوى عميق، أنت تعلم ذلك، هل يمكنك تحليل عدم وجودك؟
فعلى الرغم من كل شيء قد رأيتَه وعشته في حياتك، هل يمكن تخيل
عدم وجودك؟ لا يمكنك تخيل ذلك، لأنه مستحيل، إنك طاقة أبدية.

☆ العقل الكوني الواحد

د. جون هاجلين 

الميكانيكا الكمية تؤكد ذلك، وعلم الكون الكمي يؤكد ذلك، وهما يؤكدان أن الكون بزغ في الأساس من الفكر. وكل هذه المادة المحيطة بنا هي فقط فكر مترسب. وبشكل مطلق، فإننا منبع الكون، وعندما نفهم هذه القوة التي نمتلكها من خلال التجارب الحياتية، فإننا نبدأ في ممارسة سلطاتنا ونبدأ في تحقيق المزيد مما نرجوه. أصنع أي شيء، أعلم أن أي شيء من داخل مجال إدراكنا هو في نهاية الأمر مستقر من الوعي الكوني الذي يدير كل ما في حياتنا.

وهكذا فعلى حسب طريقة استخدامنا لتلك القدرة، إيجابيا أو سلبيا يكون شكل الجسد بالنسبة للصحة، ويكون شكل البيئة التي نصنعها. إذن نحن نستطيع تشكيل وتغيير حياتنا، وليس فقط حياتنا، وإنما يمكننا تغيير شكل الكون كله. وهكذا فما من حدود للقدرة الإنسانية، إنها الدرجة التي نسخر فيها طاقتنا وقدرتنا، وذلك ما يجب أن يحدث من جديد مع المستوي الذي نفكر عنده.

قام بعض المعلمين والعلماء العظام بوصف الكون بالطريقة نفسها التي وصفها د. هاجلين، بقولهم أن ما يحكم الكون وكل ما فيه هو قدرة الخالق. وليس ثمة موضع لا توجد به القدرة الالهية. والطاقة الكونية تستمد قدرتها من الله، وهي تمثل الذكاء، والحكمة والمثالية التامة.

دعني أساعدك على فهم معنى ذلك بالنسبة لك. معناه أن كل احتمال وإمكانية محلها العقل، كل معرفة، كل الإكتشافات، وكل اختراعات المستقبل، توجد في العقل الكوني كاحتمالات، بانتظار العقل الإنساني لسحبها قدما. كل إبداع وابتكار في التاريخ قد تم سحبه من العقل الكوني، سواء كان الشخص عالما بذلك عن وعي وقصد أم لا.

⊕ كيف تستفيد من العقل الكوني؟

تقوم بذلك من خلال وعيك به، وباستخدام خيالك الرائع، انظر حولك بحثا عن الاحتياجات التي تنتظر تلبئها، تخيل لو أن لدينا اختراعا عظيما للقيام بهذا. ابحث عن الاحتياجات، ثم تخيل وفكر في جلب طرق لبثها للوجود. ليس عليك أن تتوصل إلى الاكتشاف أو الاختراق، فذلك

بيد الخالق، كل ما عليك القيام به هو أن تسلط كل تفكيرك على النتيجة النهائية وتخيّل تلبية الاحتياج، وسوف تدعوها للوجود، وعندما تطلب وتشعر وتصدق، فسوف تتلقى ما تنشده. ثمّة معين غير محدود من الأفكار ينتظر لجوءك إليه واستدعاءه، إنك تحتفظ بكل شيء في وعيك.



"الكيان الالهي هو الحقيقة الوحيدة." Charles Filmore

جون أساراف 

إننا جميعا متصلون. نحن فقط لانرى هذا، فلا يهجد "شيء بالخارج"، و"شيء بالداخل"، كل شيء في الكون متصل، إنه مجال طاقة واحد.

وعلى هذا، فأيا تكن الطريقة التي تنظر بها للأمر، تبقى النتيجة هي نفسها، إننا كيان واحد، جميعنا متصلون، جميعنا جزء من مجال طاقة واحد، أو عقل كوني واحد، أو وعي واحد، انه منبع واحد، سمه ما شئت من أسماء، لكننا جميعا هذا الكيان.

إذا فكرت بشأن قانون الجذب الآن، من ناحية كوننا جميعا كيانا واحدا، فسوف ترى كماله المطلق.

سوف تفهم سبب أن أفكارك السلبية بشأن شخص ما سوف تعود وحسب لتؤذيك، ذلك لأن شيء واحد! لا يمكن لك أن تتأذى ما لم تدع الأذى للوجود عن طريق بث تلك الأفكار والمشاعر السلبية، لقد منحت إرادة حرة لكي تختار، ولكن حينما تفكر أفكارا سلبية وتحس بمشاعر سلبية فإنك تفصل نفسك بهذا عن الخير الواحد والكلي، فكر بشأن كل عاطفة سلبية توجد، وسوف تكتشف أن كل واحدة منها تقوم على الخوف، إنها تنبع من أفكار الانفصال ومن رؤية نفسك منفصلا عن الآخر.

والتنافس مثال الانفصال. أولا: حينما يكون لديك أفكار منافسة، فإنها من عقلية تعاني قصورا، فهذا معناه كما لو أنك تقول إن هناك مددا محدودا. كما لو أنك تقول أنه لا يوجد ما يكفي للجميع، وهكذا فيجب ألا نتنافس ونتقاتل للحصول على الأشياء، وعندما تتنافس لا يمكنك أن تفوز مطلقا، حتى ولو اعتقدت أنك قد فزت وفقا لقانون

الجدب، فعندما تنافس، فسوف تجذب العديد من الأشخاص والظروف لتنافسك في كل منحى من مناحي حياتك، وفي النهاية سوف تخسر. إننا جميعا كيان واحد، وهكذا فحينما تنافس، فإنك تنافس نفسك، عليك أن تقصي المنافسة خارج عقلك، وتصير عقلا خلاقا مبتكرا. ركز وحسب على أحلامك وعلى رؤاك، وصد كل منافسة خارج حياتك.

الكون هو المعين الذي لا ينضب من كل شيء، كل شيء ينبع من الكون، ويصل إليك عبر الناس، والظروف، والأحداث، عن طريق قانون الجذب. فكر في قانون الجذب بوصفه قانون الدعم، إنه القانون الذي يتيح لك أن تأخذ من المئونة غير المحدودة. حين تبتث التردد المثالي لما تريد، فإن كل ما هو مثالي ومناسب من أشخاص وظروف وأحداث سوف يجذب إليك.

إن ما يمنحك الأشياء التي ترغبها ليس الأشخاص، وإذا استمسكت بذلك الاعتقاد الخاطئ، سوف تعيش الإفتقار، لأنك تنظر إلى العالم الخارجي وإلى الأشخاص كمصدر للمدد والدعم، غير أن الدعم الحقيقي هو المجال الخفي، الذي لا تراه، والذي يأتي من عند الله سبحانه وتعالى. كلما تلقيت أي شيء، تذكر أنك قد جذبتك إليك عن طريق قانون الجذب، وعن طريق وجودك على التردد المتناغم مع الدعم الكوني، إن الذكاء الكوني يسري في كل شيء: في الناس، الظروف، والأحداث ليمنحك ما ترجوه، لأن ذلك هو القانون.

ليزا نيكولس 

غالباً ما نصاب بالتشوش بالشيء الذي يدعى جسداً أو كياناً المادي، ذلك الجسد يقيد رهنك، وههناك كبيرة لدرجة أن تملأ غرفة، إنك تتحلل بروح لا تموت، أنت قبس من روح الله التي بثها في آدم أبي البشر، وخلقك في أحسن تقويم.

مايكل بيرنارد بيكوث 

وفقاً للأديان والكتب المقدسة، يسعنا أن نقول إننا خلقنا على الصورة التي أرادها الله لنا. ويمكننا أن نقول إننا وسيلة أخرى من

خلالها يدرك الكون ذاته ويمكننا أن نقول إننا المجال غير المحدود للإمكانية مطلقة السراج، وكل هذا سيكون صحيحا.



"99 % من جهودك وكيانك خفي ومقدس"

(1895-1983) Richard Buckminster Fuller

أنت قبس من روح الله، أنت روح تلبست لحما ودما، أنت حياة أبدية تكتشف ذاتها في صورتك، أنت كيان كوني. أنت صاحب قدرة مطلقة، حكمة ليس لها حدود، وذكاء لا نهائي، أنت تجسيد للمثالية والروعة، أنت صانع شخصيتك ومصيرك على هذا الكوكب.

جيس راي



كل تراث ديني يخبرك بأنك خلقت في أحسن تقويم، وأن الله أكرمك وفضلك على سائر مخلوقاته، مما يعني أن لديك تصريحا إلهيا وقدرة سماوية لتصنع عالمك، وتصنع ذاتك. لعلك قد صنعت أشياء، حتى هذه النقطة، تتسم بالرهعة والقيمة بالنسبة إليك، ولعلك لم تفعل. والسؤال الذي أود منك تأمله : "هل النتائج التي توصلت إليها في حياتك هي ما تريده حقا؟ وهل هي ذات قيمة و استحقاق بالنسبة لك؟" إذا لم تكن ذات قيمة بالنسبة لك، إذن ألم ينن الأوان الآن لتغييرها؟ لأنك لديك القدرة على القيام بذلك.



"كل قدرة تأتي من الداخل، و بالتالي فهي تحت السيطرة."

Robert Collier

☆ أنت لست ماضيك

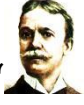
جاك كانفيلد



الكثير من الناس يشعرون وكأنهم ضحايا في الحياة، وسوف يشيرون في الغالب إلى أحداث ماضية، ربما قبل النشأة مع والد قاس أو مع أسرة مفككة. يعتقد أغلب علماء النفس أن نسبة 85 % تقريبا من الأسر مفككة، هكذا يمكنك أن ترى أنك لست وحدك في هذا الأمر.

أبواي كانا مدمنين للكحوليات. أبي كان يهذيبي. انفصلت عنه حين كان عمري في السادسة... أقصد أن تلك تقريبا القصة التي يرددها كل شخص بصيغة أو بأخرى، والسؤال الحقيقي هو: ما الذي سوف تقوم به الآن؟ ما الذي تختاره الآن؟ لأنه إما أن تواصل التركيز

على تلك القصة، وإما أن تستطيع أن تركز على ما تريده، وحين يبدأ الناس التركيز على ما يريدونه، فما لا يريدونه يسقط ويختفي، وما يريدونه هو ما يتوسع ويمتد.

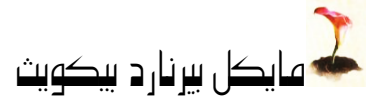


“إن الشخص الذي يوجه عقله تجاه الجانب المظلم من الحياة، والذي يعيش مرارا وتكرارا حالات سوء الطالع والخسران وخيبة الأمل التي تنتمي للماضي، فإنه يدعو ويطلب حالات شبيهة للمستقبل، فعندما لا ترى شيئا سوى سوء الطالع في المستقبل، فإنك تدعو وتبتهل من أجل سوء الطالع هذا فسوف يتحقق بكل تأكيد.” Prentice Mulford

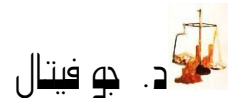
إذا استعدت أحداث حياتك و ركزت على المصاعب التي تنتمي للماضي، فإنك تجلب فقط المزيد من الظروف الصعبة إليك الآن، تخل عن ذلك كله، بصرف النظر عما يكون، افعل ذلك من أجل نفسك! إذا حملت ضغينة أو لوما تجاه شخص ما على شيء حدث فيما مضى، فإنك تؤدي نفسك وحسب، أنت الشخص الوحيد الذي يستطيع أن يصنع الحياة التي تستحقها. إذا ما ركزت قصدا أو عمدا على ما تريد، وعندما تبدأ في بث مشاعر طيبة، فإن قانون الجذب سوف يستجيب، كل ما عليك القيام به هو أن تبدأ، وعندما تفعل فسوف تطلق السحر وتحرره.




ليزا نيكولس أنت مصمم مصيرك، أنت المؤلف، أنت كاتب القصة، القلم بين أصابعك، والمحصلة هي ما تختاره أنت.



مايكل بيرنارد بيكويت الشيء الجميل بخصوص قانون الجذب هو أنك تستطيع أن تبدأ من حيث أنت، وأن تبدأ بالتفكير تفكيرا حقيقيا، ويمكنك أن تبدأ في توليد شعور بداخلك يتسم بالتناغم والسعادة، وسوف يبدأ القانون في الاستجابة لذلك.



د. جو فيتال الآن سوف تبدأ بتبني معتقدات مختلفة، من قبيل "هناك ما يزيد عن الكفاية في الكون"، أو تقول لنفسك بثقة "إنني لا أتقدم في العمر، بل اصير أكثر شبابا"، نستطيع أن نصنع ذلك على النحو الذي نريده، باستخدام قانون الجذب.

مايكل بيرنارد بيكويث 

تستطيع أن تحدر نفسك من النماذج المتوارثة، والقواعد الثقافية، والمعتقدات الاجتماعية. وتثبت لنفسك أن الطاقة والقدرة التي بداخلك هي أعظم قدرا من المقدرة التي بداخل العالم.

د. فريد آلان وولف 

قد تفكر هكذا : "حسنا، هذا لطيف جدا، لكني لا أستطيع القيام بهذا، أه إنها لن تسمح لي بالقيام بذلك!". أه "إنه لن يدعني أقوم بذلك" أه "ليس لدي ما يكفي من المال للقيام بذلك"، أه "لست ثريا بما يكفي للقيام بذلك"، أه "لست، لست، لست.."

كلمة "لست" في حد ذاتها إهداء!

حاول أن تصير منتبها حين تقول "لست"، وفكر بشأن ما تصنعه عندما تقول ذلك. ثمة رؤية قوية شاركنا بها د. وولف، وقد استند إليها جميع المعلمين العظام خاصة بقوة عبارة "إنني"، حيث تقول "إنني"، فإن العبارات التي تتبعها تستدعي الخلق بقوة طاغية، لأنك تعلنها لتكون حقيقة، إنك تصوغها بنبرة يقين، وهكذا فعلى الفور بعد أن تقول "إنني مرهق" أو "إنني مفلس" أو "إنني مريض" أو "إنني متأخر" أو "إنني زائد الوزن" أو "إنني عجوز" فإن الجني يقول، "أوامرك مطاعة".

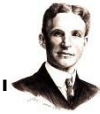
بمعرفتك بهذا، ألن تكون فكرة طيبة أن تبدأ باستخدام العبارة الأكثر فاعلية، وهي "إنني" لصالحك الخاص؟ ماذا لو قلت: "إنني أتلقى كل شيء طيب"، "إنني سعيد". "إنني في سعة ووفرة"، "إنني معافى صحيا"، "إنني محب"، "إنني دائما أصل في مواعيدي المحدد"، "إنني أتمتع بشباب أبدي". "إنني مفعم بالطاقة كل يوم".

يزعم تشارلز هانيل في كتابه The Master Key System أن ثمة عبارة تأكيدية ستعمل على كل شيء يرغبه الإنسان، وأن هذه العبارة سوف توفر كل الظروف المواتية لجلب كل الأشياء، ويضيف، وسبب هذا هو أن هذه العبارة على صلة وثيقة بالحقيقة، وحين تظهر الحقيقة، فإن كل شكل من الخطأ أو الشقاق لابد أن يختفي بالضرورة/ العبارة هي كالتالي : "إنني متكامل، تام، قوي، قادر، محب، منسجم، وسعيد".

إذا كان استقطاب ما تريده من عالم الخيال إلى عالم الواقع يبدو لك عملاً مجهداً، فانظر إلى ما تريده كحقيقة مطلقة، فهذا سوف يحقق ما تريد بسرعة الضوء في الثانية التي تطلبه فيها، إنها لحقيقة في المجال الروحي الكوني، وهذا المجال هو كل ما يوجد. عندما تقتنع بشيء في عقلك، كن واثقاً أنه حقيقي وأنه ما من شك في إمكانية تحقيقه.

ليس هناك حدود أن ما يمكن لهذا القانون القيام به من أجلك. فلتجرؤ على تصديق نموذجك المثالي، فكر فيه كما لو كان حقيقة منجزة بالفعل.

عندما أدخل **هنري فورد** رؤيته حول العربات ذات المحرك في عالمنا، فقد تهكم عليه المحيطون به وظنوا أنه قد جن وهو يسعى وراء رؤية جنونية، كان **هنري فورد** كان يعرف أكثر بكثير من الأشخاص الذين تهكموا عليه، لقد اطلع على السر وعرف قانون الكون.



"سواء اعتقدت أنك تستطيع شيئاً أو اعتقدت أنك لا تستطيع، فستجد أنك محق في الحاليتين." Henry Ford (1863-1947)

أتعتقد أنك تستطيع؟ تستطيع أن تحقق وتقوم بأي شيء تريد بهذه المعرفة، فيما مضى، ربما تكون قد قلت من شأن مدى ذكائك. حسناً، الآن، تعرف أنك العقل الأسمى وأنتك تستطيع أن تسحب أي شيء تريد من ذلك العقل الأسمى. أي اختراع، أي إلهام، أي إجابة، أي شيء. تستطيع القيام بأي شيء تريده، إنك عبقرى فذ.



مايكل بيرنارد بيكويث

هل ثمة أي حدود لهذا؟ كلاً مطلقاً، إننا كائنات غير محدودة، ليس لدينا سقف، إن الإمكانيات والمواهب والقدرات والملكات الموهوبة بداخل كل فرد يوجد على الكوكب هي غير محدودة.

☆ كن واعيا بأفكارك

كل قدراتك تكمن في وعيك بتلك القدرة، ومن خلال التشبث بتلك القدرة في وعيك.

يمكن لعقلك أن يكون أقرب إلى تيار متدفق بلا وجهة محددة، وإذا لم تنتبه له، يمكنه أن يأخذك إلى أفكار من الماضي، ثم يقلك إلى أفكار حول مستقبلك. تلك الأفكار التي تخرج عن نطاق السيطرة تشارك في الصنع هي الأخرى. عندما تكون منتبها ومدركا، فإنك تكون في الحاضر وتعلم ما الذي تفكر فيه. لقد كسبت سيطرة على أفكارك، وهنا تكمن كل قدرتك.

كيف إذا تصير أكثر انتباها و إدراكا؟ إحدى الطرق هي أن تتوقف وتساءل نفسك: ما الذي أفكر فيه الآن؟ ما الذي أشعر به الآن؟ اللحظة التي تسأل فيها، تكون منتبها وواعيا لأنك قد استدعيت عقلك ثانية إلى اللحظة الحاضرة.

متى فكرت في هذا، أعد نفسك من جديد للوعي باللحظة الحاضرة. قم بهذا مئات المرات كل يوم الآن وتذكر ذلك ، كل قدرتك تكمن بوعيك بها، يلخص مايكل بيرنارد بكهيث الوعي بهذا القدرة حين يقول: "تذكر أن تتذكر!" صارت تلك الكلمات هي موضوع أغنية حياته.

لمساعدة نفسي على أن أكون أكثر وعيا، حتى "أتذكر أن أتذكر" فإنني أطلب من الله أن يمدني بإشارة تعيدني إلى الحاضر متى سرح عقلي في الماضي. وهذه الإشارة قد تتمثل في سقوط شيء أو انطلاق جرس إنذار إلى العودة للحاضر. عندما أتلقى تلك الإشارات، أتوقف على الفور وأسأل نفسي : "ما الذي أفكر فيه؟ ما الذي أشعر به؟ هل أنا واعية؟" وبالطبع في اللحظة التي أقوم فيها بذلك، فإنني أكون واعية. في اللحظة نفسها التي تسأل نفسك فيها إذا ما كنت واعيا، تكون كذلك بالفعل، تكون واعيا.

Charles Haanel

"السّر الحقيقي للقدرة هو الوعي بالقدرة."



وعندما تصير واعيا بقدره "السر" وتبدأ باستخدامه، فإن جميع أسئلتك ستجد أجوبتها. وعندما تشرع في اكتساب فهم أعمق لقانون الجذب سيمكنك أن تتخذ من طرح الأسئلة عادة لك، وحينما تفعل ذلك سوف تتلقى الإجابة على كل منها. يمكنك أن تبدأ في استخدام هذا الكتاب لهذا الغرض نفسه. إذا كنت تسعى لجواب حول توجيهه أو شيء مافي حياتك، اطرح سؤالاً، وصدق أنك سوف تتلقاه، ثم افتح هذا الكتاب عشوائياً والمكان نفسه الذي ستفتح عنده الصفحة سيكون مرشداً لك وستجد فيه الأجابة تلتى تنشدها.

والحقيقة هي أن الله قد زدك من خلال الكون بكل الإجابات طوال حياتك، لكنك لن تتمكن من تلقى الإجابات إلا إذا كنت واعيا بها. كن منتبها بكل شيء حولك، لأنك تتلقى الإجابات على أسئلتك في كل لحظة من لحظات اليوم، إن القنوات التي يمكن أن ترد عبره تلك الإجابات غير محدودة. من الممكن أن تتمثل في صورة عنوان الصحيفة اليومية الذي يجذب انتباهك، أو الأستماع بالمصادفة لشخص يتحدث، أو لأغنية في الراديو، اول لافطة على شاحنة تمر، أو تلقى إلهاما مفاجئاً، تذكر أن تتذكر، وكن منتبها.

لقد تبينت من حياتي ومن حياة الآخرين أننا لا نفكر بشكل طيب في أنفسنا ولا نحب أنفسنا حبا تاما وكاملا، وعدم حبنا لأنفسنا من شأنه أن يبعدنا عما نريد، وحين لا نحب أنفسنا، فإننا ندفع الأشياء بعيدا عنا بكل تأكيد.

كل شيء نريده، أيا كان، يدفعه حافز الحب، معايشة مشاعر الحب في امتلاك تلك الأشياء. الشباب، المال، الشريك المثالي، المهنة المثالية، الجسد المثالي، الصحة المثالية، ولكي نجذب الأشياء التي نحب لابد أن نبث الحب ونرسله، وسوف تظهر الأشياء في الحال.

الصعوبة تكمن فيما يلي، فلكي تبث التردد الأسمى للحب، عليك أن تحب نفسك، ويمكن لذلك أن يكون عسيرا على الكثيرين، إذا ركزت على الخارج وعلى ما تراه الآن، فقد تضلل نفسك بهادا، لأن ما تراه وتشعر به حيال نفسك الآن هو نتيجة ما اعتدت التفكير فيه واعتقاده.

إذا لم تحب نفسك، فإن الشخص الذي تراه الآن غالباً يكون ممتلئاً بالهفوات وأوجه القصور التي وجدتها في نفسك.

ولكي تحب نفسك تمام الحب، عليك أن تركز على بعد جديد لشخصيتك، عليك أن تركز على الحاضر بداخلك. خذ دقيقة واجلس ثابتاً، ركز على شعور حضور الحياة بداخلك، وعندما تركز على الحاضر، سوف يبدأ في كشف ذاته أمام عينيك، الحاضر هو الحالة المثالية، هو ذاتك الحقيقية، وعندما تركز على ذلك الحاضر وتشعر به، وتحبه وتمتدحه. سوف تحب نفسك تمام الحب، ربما للمرة الأولى في حياتك.

في أي وقت تنظر فيه إلى نفسك بأعين منتقدة، لتحول تركيزك في الحال إلى الحاضر بداخلك، وبالتالي سوف يكشف نفسه لك، وعندما تفعل هذا، فإن كل الهفوات والعيوب وأوجه القصور التي ظهرت في حياتك سوف تتفكك وتتلاشى، لأن العيوب لا يمكن أن توجد في ضوء هذا الحضور، وسواء كنت تريد استعادة نظرك القوي، أو تشفى من مرض وتستعيد سلامتك البدنية، أو ان تحول الفقر إلى سعة، أو تخلص من أي سلبية، فلتركن على الحاضر ولتحب الحاضر الذي بداخلك، وسوف يتجلى النموذج المثالي التام.



"الحقيقة المطلقة هي أن ضمير الأنا تام وكامل، وأن ضمير الأنا الحقيقي هو روعي ولا يمكنه بالتالي أن يكون أقل من المثالي، ولا يمكنه مطلقاً أن يعتريه نقص أو قصور أو مرض." Charles Haanel

السرفى نقار موجزة

كل شيء هو طاقة، إنك مغناطيس للطاقة، وهكذا فإنك تشحن كهربيا كل شيء ترغبه، وتشحن نفسك كهربيا إلى كل شيء تريده.

أنت كيان روحي، أنت طاقة، والطاقة لا تبنى ولا تستحدث من عدم. بل فقط تغير شكلها، وبالتالي، فإن الجوهر الصافي لك دائما ما كان موجودا ودائما ما سيكون.

يبرز الكون من الفكر، نحن لا نصنع فقط مصيرنا الخاص، ولكن كذلك نصنع الكون.

هناك مؤونة لا حدود لها من الأفكار متاحة لك، كل المعرفة والاكتشافات والابتكارات موجودة في الكون باعتبارها احتمالات تنتظر العقل البشرى لكي يسحبها و يحققها، إنك تمتلك كل شيء في وعيك.

إننا جميعا متصلون، ونحن جميعا كيان واحد.

تخلص من مصاعب الماضي، والمعتقدات الإجتماعية الخاطئة، أنت الوحيد الذي يمكنه أن يصنع الحياة التي تستحقها.

الطريق المختصر لتحقيق رغباتك، أن ترى ما تريد تحقيقه كحقيقة مطلقة.

إن قدرتك تكمن في أفكارك، فابق منتبها، بتعبير آخر، تذكر أن تتذكر!

سر الحياة

نيل دونالد هولش (مؤلف، محاضر دولي، ومعالج روحاني.)



رجل دين و عالم روطني، و هو مؤلف أفضل الكتب مبيعا و هي سلسلة من ثلاث كتب هي **Conversations with God** و التي حطمت كل الأرقام القياسية حسب قائمة أفضل المبيعات لنيويورك تايمز. و قد طبع نيل 22 كتابا بجانب إصدار برامج مسموعة و مرئية، و يسافر حول العالم حاملا رسالته الروحية الجديدة.



www.nealedonaldwalsh.com

ليس هناك ما يجبرك على تحديد مقصدك، ورسالتك في الحياة. ليس هناك من يقول : دانيال دونالد هولش، شاب وسيم يعيش في مستهل القرن الواحد والعشرين، وهو..... وكل ما علي القيام به هو أن أفهم حقا ما أقوم به هنا، ولماذا أنا هنا، وأن أجد طريقي وأتبع ما تُبَيِّتُه لي الظروف، وأن أقوم لكي أحقق ما أريده أنا وليس ما تريده لي الظروف.

و هكذا فإن مقصدك و غايتك في الحياة هو من صنع يدك. رسالتك في الحياة هي الرسالة التي تختارها لنفسك، و سوف تكون حياتك ما تصنعه منها، و لن يبل أحد ملك فيها، لا الآن و لا في أي وقت آخر.

عليك أن تملأ اللوح الخاص بحياتك بما تريده أيا كان، فإذا كنت قد ملأته بأمته من الماضي تخلص منها وامحها تماما. امح كل شيء في ماضيك لا يخدمك، وكن ممتنا لأنه أوصلك لهذا المكان الآن. وإلى بداية جديدة، لديك صفحة جديدة، وتستطيع أن تبدأ من جديد، من هنا تحديدا، ومن هذه اللحظة، أوجد بهجتك وعشها!

جاك كافيلد 

اقتض الأمر مني الكثير من السنوات لأصل إلى هذه النقطة، ذلك لإنني نشأت على فكرة أن هناك شيئا ما يفترض بي القيام به، وإذا لم أكن أقوم به، فإن المجتمع لن يكون راضيا عني. حين فهمت حقا هدفي الأساسي كان هو الشعور بالبهجة والعيش فيها، بدأت عندئذ أقوم بتلك الأمور فقط التي تجلب لي البهجة. ولدي مقولة أعتز بها وهي : إذا لم ينطو الأمر على متعة و بهجة فلا تقم به.



نيل دونالد وولش

البهجة، الحب، الحرية، السعادة، الضحك، ذلك هو كل ما يتطلبه الأمر. وإذا ما شعرت بالبهجة في مجرد الجلوس والتأمل لمدة ساعة فعلم وقم به، إذا ما وجدت البهجة في تناول شطيرة لحم مدخن، فلتقم بذلك!



جاك كانفيلد

عندما إداعب قطتي الأليفة أكون في حالة بهجة، عندما أمشي وسط الطبيعة فإنني أكون في حالة بهجة، وهكذا فإنني أريد باستمرار أن أضع نفسي في تلك الحالة، وحين أفعل، عندئذ يكون كل ما علي أن أفعله هو أن أنتهي الحصول على ما أريد، وبالتالي سوف يتجسد ما أريده ويتحقق، قم بالأشياء التي تحب والتي تجلب لك البهجة، إذا لم تكن تعرف ما يجلب لك البهجة فلتسأل نفسك: أين تكمن بهجتني؟، وعندما تجدها التزم بها، ولسوف يصب قانون الجذب عليك سهواً من كل ما يجلب البهجة، سواء من أشخاص، أو ظروف، أو أحداث أو فرص، في حياتك، كل ذلك لأنك تشع بالبهجة.



جون هاجلين

وهكذا فإن السعادة الداخلية هي فعلاً وقود النجاح.

كن سعيداً الآن، اشعر بطيب الحال الآن، ذلك هو الشيء الوحيد الذي يتعين عليك القيام به، ولو كان ذلك هو الشيء الوحيد الذي استفدته من قراءة هذا الكتاب، فإنك قد تلقيت إذن الجزء الأعظم شأناً من السر.



جون دراوي

أي شيء يحمل لك شعوراً طيباً سوف يأتيك على الدوام المزيد منه.

إنك تقرأ هذا الكتاب الآن، إنك أنت الذي جذبت هذا إلى حياتك، وإنه خيارك أن تتناوله وأن تنتفع به، وأن تشع شعوراً طيباً، وإذا لم يكن يحمل لك شعوراً طيباً فتخل عنه إذن، أوجد شيئاً ما يحمل لك هذا، شيئاً يممس قلبك.


لقد منحت لك معرفة "السر"، وما تفعله انطلاقاً منه شيء يرجع لك جملة وتفصيلاً، فأيا كان ما تختار لنفسك فهو صواب، سواء اخترت أن تستخدمه، أو سواء اخترت ألا تستخدمه، لديك حرية الاختيار.



"اتبع صوت المباركة والنعمة، وسوف تُفتح أبواب الكون أمامك،
حيث لم تكن توجد إلا الجدران." Joseph Campbell (1904-1987)

ليزا نيكولس 

حين تتبع صوت البركة و النعمة وتعيش في مساحة دائمة من
البهجة، فإنك تتقبل ثراء الكون. سوف تكون متحمسا لتقاسم
حياتك مع هؤلاء الذين تحب، وسوف تسري عدوى حماسك وفرحك
وشغفك ومباركتك منك إليهم.

د. جو فيتال 

ذلك ما أقوم به طيلة الوقت تقريبا: استثمار حماستي، وشغفي
وفرحتي، أنا أفعل هذا على مدار يومي.

بوب بروكتور 

استمتع بالحياة، لأن الحياة مذهشة! إنها رحلة عظيمة ورائعة.

ماراي دياموند 

سوف تعيش واقعا مغايرا، و حياة مختلفة، وسوف ينظر الناس
نحوك ويقولون لك: "ما الذي يختلف فيما فعله عما نفعله؟"
حسنا الشيء الوحيد المختلف هو أنك تعمل بمقتضى السر.

هوريس جودمان 

وعندئذ تستطيع أن تفعل، وأن تملك أمورا وأشياء قال الناس
عنها ذات مرة إنها مستحيلة بالنسبة لك.

د. فريد آلان وولف 


إننا نتحرك الآن نحو حقبة جديدة، حقبة لن يكون فيها الأفق
النهائي أمامنا هو الفضاء، وفقا لفيلم Star Trek، ولكن سيكون
هو العقل.

د. جون هاجلين 

إنني أرى مستقبلا من إمكانيات واحتمالات لا تعد ولا تحصى،
وتذكر أننا نستغل ، على أقصى تقدير، 5% من إمكانيات العقل
الإنساني، إن نسبة 100% من الإمكانيات البشرية هي نتاج التعليم
الملائم، وعلى هذا فلتتخيل عالما يستغل فيه الناس جميع

إمكاناتكم العقلية والعاطفية. نستطيع أن نذهب إلى أي مكان، نستطيع أن نفهم بأي شيء، وأن نحقق أي شيء. إن عصرنا هذا على كوكبنا المجيد فهو أكثر الأزمنة إثارة في التاريخ، سوف ترى وتعيش المستحيل يصير ممكنا في كل المجالات الإنسانية وفي كل شأن وموضوع، وعندما نتخلى عن جميع الأفكار الخاصة بالحدود القاهرة، وعندما نعرف أننا بلا حدود، سنعيش العظمة التي بلا حدود للمقدرة الإنسانية، وستجدها متجسدة في كل المجالات، في الرياضة، الصحة، الفن، التكنولوجيا، العلوم وكل مجال آخر في مجالات الإبداع والإبتكار.

☆ اعتر بروعتك وبهائلك

يوبا بروكتور 

تخيل نفسك مع الخير الذي تستحقه. كل الكتب الدينية تبيننا بذلك، وكذلك يخبرنا كل كتاب فلسفي عظيم، وكل قائد عظيم وكل الرجال الصالحين الذين عاشوا على وجه الأرض. عد إلى التاريخ، وادرس حياة الحكماء، لقد تم تقديم العديد منهم لك في هذا الكتاب، لقد أدركها جميعا شيئا واحدا، لقد أدركوا السر، والآن أنت أدركته، وكلما استعنت به، زاد إدراكك له. "السر" بداخلك، وكلما استخدمت المقدرة التي بداخلك، زاد ما يمكن أن تستقيه منها، وسوف تصل إلى نقطة لن تكون بحاجة إلى ممارستها بعد ذلك، لأنك ستكون مثالا لقدرة، ستكون كائنا مثاليا، ستجسد الحكمة، ستكون مثالا للذكاء، الحب، والبهجة.

ليزا نيكولس 

لقد وصلت إلى هذا الموضع في حياتك، ببساطة لأن شيئا ما ظل يقول لك: "إنك تستحق أن تكون سعيدا". لقد ولدت لكي تضيف شيئا ما، لكي تضيف قيمة إلى هذا العالم، لكي تكون ببساطة شيئا ما، أكبر حجما وأفضل شأنا مما كنت عليه بالأمس. كل شيء قد مررت به، كل لحظة عشتها، كانت جميعها لتمينتك، لهذه اللحظة المناسبة. تخيل ما تستطيع القيام به من هذا اليوم فصاعدا، بما تعرفه الآن، لقد توصلت الآن إلى أنك صانع مصيرك. فإذن إلى أي مدى تود إضافة المزيد؟ إلى أي مدى تود أن تصل وتكون؟ كم عدد الأشخاص الذين تود أن تباركهم وتثنى

عليهم، بمجرد وجهدهم في حياتك؟ ما الذي ستفعله في هذه اللحظة؟ كيف ستستغل اللحظة؟ ما من شخص آخر يستطيع أن يحمل مشعلك، أو ينشد نشيدك، أو يكتب قصتك، فإن تحديد ماهيتك، وما تفعله يبدأ في التو واللحظة؟

مايكل بيرنارد بيكويث



عليك أن تؤمن بأنك إنسان عظيم، وبأن ثمة شيئا رائعا فيك، وبصرف النظر عما قد حدث في حياتك، وبصرف النظر عما ترى نفسك فيه من شباب أو تقدم في العمر، ففي اللحظة التي تبدأ فيها بالتفكير بشكل مناسب، فسوف يبدأ ذلك الشيء الذي بداخلك في البزوغ والظهور، تلك المقدرة التي بداخلك والتي هي أعظم من العالم، ستطفئ على حياتك، وسوف تغذيك وسوف تلفك في نسيجها، سوف ترشدك، وتحميك، وتوجهك، وتدعم وجهودك نفسه، "إذا سمحت لها بذلك"، وهذا هو ما أعرفه معرفة اليقين.


تدور الأرض في فلكها الخاص من أجلك أنت، تتحرك المحيطات بين مد وجزر من أجلك أنت، تزقزق الطيور من أجلك أنت، تشرق الشمس وتغرب من أجلك أنت، تظهر النجوم من أجلك أنت، كل شيء جميل تراه، كل شيء رائع تعيشه، كله هناك وموجود، من أجلك أنت، انظر على من حولك قليلا، لاشيء من هذا لوجوده قيمة بدونك أنت، بصرف النظر عما كنت تظنه عن نفسك، فإنك تعلم الآن الحقيقة بشأن من تكون حقا. إنك سيد الكون، انك ولي العهد و وريث عرش المملكة، إنك الحياة في شكلها الأسمى، والآن أنت تعلم "السِر".

لتكن البهجة رفيقتك في الحياة!



"السِر هو الإجابة عن كل ما قد كان على الإطلاق، وكل ما يكون،

وكل ما سيكون ذات يوم". Ralph Waldo Emerson .

السرفى نقار موجزة 

- 👍 عليك أن تملأ حياتك بما تريده أيا كان.
- 👍 الشيء الوحيد الذي تحتاج إلى القيام به هو أن تحظى بشعور طيب.
- 👍 كلما استعنت بالمقدرة التي بداخلك زاد ما تجذبه نحوك من مقدرة.
- 👍 حان الوقت الآن لكي تعتر بروعتك وبهائك.
- 👍 إننا في قلب عهد مجيد، حين نتخلى عن الأفكار القاصرة، فسوف نعيش العظمة الإنسانية الحقة، في كل منحى من مناحي الإبداع والإبتكار.
- 👍 قم بما تحب، وإذا لم تكن تعرف ما يجلب لك البهجة، فلتسأل نفسك، أين تكن بهجتي؟ والتزم بها، وسوف تجذب إليك سيولا من الأشياء المبهجة، لأنك تشع بالبهجة.
- 👍 الآن بعد أن تعلمت السر، فإن كل ما تفعله يعتمد عليك، فأيا كان ما تختاره فهو صواب، القدرة كلها ملكك أنت.



Rhonda BYRNE

The Secret is a best-selling 2006 [self-help](#) book written by [Rhonda Byrne](#), based on the [earlier film](#) of the same name. It is based on the [law of attraction](#) and claims that [positive thinking](#) can create life-changing results such as increased wealth, health, and happiness.

The book has sold over 21 million copies and been translated into 44 languages, but has nevertheless attracted a great deal of controversy, as well as being parodied in several TV programs.

REVISED

By ELMASSAOUD at 0:25 am, Jan 13, 2013