

مخاطبه راز

- * قانون جذب مانند غول علاءالدین، خواسته‌های ما را برآورده می‌سازد.
- * فرایند خلاق به شما کمک می‌کند به آنچه می‌خواهید دست پیدا کنید. این کار در سه قدم ساده صورت می‌گیرد: درخواست کردن، باور داشتن، و دریافت کردن.
- * خواسته خود را با کائنات در میان گذاشتن، فرصت مناسبی در اختیار شما قرار می‌دهد تا از خواسته خود اطلاع بیشتری به دست آورید.
- * باور داشتن مستلزم اقدام کردن، حرف زدن، و اندیشیدن به گونه‌ای است که انگار پیشاپیش آنچه را می‌خواستید دریافت کرده‌اید.
- * دریافت کردن مستلزم این است که احساس کنید آنچه را می‌خواستید دریافت کرده‌اید.
- * برای کم کردن وزن به «وزن کم کردن» فکر نکنید. به جای آن به وزن مورد علاقه‌تان فکر کنید. وزن دلخواهتان را احساس کنید تا به آن برسید.
- * کائنات برای برآورده ساختن نیاز شما به وقت نیاز ندارد.
- * با چیز کوچکی مانند یک فنجان قهوه شروع کنید. بخواهید که چیز کوچکی را جذب خود کنید. بعد به سراغ چیزهای بسیار بزرگ‌تر بروید.
- * با اندیشیدن به روزی که می‌خواهید داشته باشید، این روز را برای خود خلق کنید.

فراوندهای قدرتمند

دکتر جو ویتال

خیلی‌ها در موقعیتی که دارند، احساس زندانی و گرفتار بودن می‌کنند. شما در حال حاضر در هر وضعیتی که باشید، این واقعیت جاری شماست، و واقعیت جاری وقتی از راز استفاده کنید تغییر می‌کند.

واقعیت جاری یا زندگی جاری شما نتیجه اندیشه‌هایی است که در سر دارید. وقتی اندیشه‌های خود را تغییر دهید، واقعیت‌های زندگی‌تان هم تغییر می‌کند.

«اینکه انسان بتواند خودش را تغییر دهد و بر سر نوشت خود مسلط گردد، نتیجه‌گیری هر ذهنی است که به قدرت فکر درست اعتقاد دارد.»

— کریستین لارسون (۱۹۵۴-۱۸۶۶)

لیزا نیکولز

اگر می‌خواهید موقعیت خود را تغییر بدهید، ابتدا باید در

اندیشه‌تان تجدید نظر کنید. هر بار در نامه‌های دریافتی خود دنبال قبوض پرداختی بگردید، بدانید که آن را پیدا می‌کنید. هر روزی که نگران قبوض پرداختی خود باشید، دستاورد بزرگی پیدا نمی‌کنید. وقتی به بدهکاری فکر کنید، بدهکاری نصیبتان می‌شود. قبض پرداختی باید به دستتان برسد تا فکر نکنید مشاعرتان را از دست داده‌اید. هر روز که از خود پرسید «قبض پرداختی‌ام رسیده است؟» بدانید که آن را دریافت خواهید کرد. قبض پرداختی وجود دارد؟ بله، وجود دارد. چرا؟ برای اینکه انتظارش را داشتید. به خود لطفی بکنید. انتظار داشته باشید کسی برای شما چکی بفرستد.

انتظار داشتن نیروی جذب‌کننده قدرتمندی است، زیرا همه چیز را به سوی شما سوق می‌دهد. همان‌طور که باب پراکتور می‌گوید، «آرزو کنید آنچه را می‌خواهید به دست آورید تا نصیب شما شود.» به این توجه نکنید که چه چیزی را نمی‌خواهید؛ به این توجه کنید که چه می‌خواهید. حالا چه انتظاری دارید؟

جیمز ری

اغلب اشخاص به حال و روز فعلی خود نگاه می‌کنند و می‌گویند: «من این هستم.» شما این نیستید؛ شما این بودید. برای مثال فرض کنیم در حساب بانکی خود پولی ندارید، یا رابطه‌ای را که دوست دارید ندارید، و یا سلامتی و آمادگی جسمانی‌تان در حد مطلوب نیست. این‌ها همه ناشی از کسی است که در گذشته بوده‌اید. این‌ها نتیجه افکار گذشته

شماست. بنابراین ما همیشه تحت تأثیر اندیشه‌های گذشته خود زندگی می‌کنیم. هر طور که حالا درباره خود فکر کنید، در آینده به همان تبدیل خواهید شد.

«آنچه ما هستیم نتیجه اندیشه‌های گذشته ما است.»

— بودا

جریان قدرتمند حقیقت‌شناسی

دکتر جو ویتال

در همین لحظه چه می‌توانید بکنید که زندگی‌تان را متحول سازید؟ اولین کاری که باید بکنید، تهیه فهرستی از چیزهایی است که باید به خاطرشان سپاسگزار باشید. این کار انرژی شما را جابه‌جا می‌کند و اندیشه‌تان را تغییر می‌دهد. ممکن است تا به حال به آنچه ندارید فکر کرده باشید. ممکن است به گرفتاری‌ها و مسائل خود فکر کرده باشید. اما وقتی این تعریف را انجام می‌دهید، در مسیر دیگری به حرکت درمی‌آید. حقیقت‌شناس همه چیزهایی می‌شوید که به شما ارزانی شده است.

«اگر اینکه قدرشناسی و سپاسگزاری شما را با قدرت خلاق عالم هستی هماهنگ می‌کند برایتان نکته جدیدی است، بدانید که همین حقیقت است.»

— ویلیس واتلز (۱۸۶۰-۱۹۱۱)

مارسی شیموف

حقیقت‌شناسی چیزی است که بر مواهب زندگی شما می‌افزاید.

دکتر جان گری

روان‌شناس، نویسنده، و سخنران بین‌المللی

هر مردی وقتی زنش قدرشناس کارهای جزئی او باشد، می‌خواهد به زنش خدمت بیشتری بکند. همه چیز به قدردانی و قدرشناسی مربوط می‌شود.

دکتر جان دمارتینی

آنچه را درباره‌اش فکر کنیم و به خاطرش سپاسگزار باشیم، به زندگی خود راه می‌دهیم.

جیمز ری

قدرشناسی برای من اقدام قدرتمندی بوده است. هر روز صبح که از خواب بیدار می‌شوم خدا را شکر می‌کنم. همه‌روزه وقتی پاهایم را روی زمین می‌گذارم از لفظ «متشکرم» استفاده می‌کنم. بعد کارهایی را که باید صبح اول وقت انجام بدهم، انجام می‌دهم - کارهایی از قبیل مسواک زدن دندان‌ها. وقتی مسواک را روی دندان‌ها و لثه‌هایم احساس می‌کنم، معنای سپاسگزاری و حقیقت‌شناسی را تجربه می‌نمایم.

روزی را که از جیمز ری فیلمبرداری می‌کردیم هرگز از یاد نمی‌برم. از آن روز به بعد سعی کردم من هم به تاسی از جیمز ری کار او را بکنم. صبح‌ها هرگز رختخواب را ترک نمی‌کنم مگر با احساس تشکر و سپاسگزاری. بعد وقتی از تختم پایین می‌آیم و پایم زمین را لمس می‌کند، لفظ «متشکرم» را به زبان می‌آورم. با هر قدمی که به سمت دستشویی برمی‌دارم، به گفتن «متشکرم» و شکر کردن ادامه می‌دهم. وقتی دوش می‌گیرم باز هم خدا را شکر می‌کنم. تا زمانی که کارهای روزانه‌ام شروع می‌شود، صدها بار «متشکرم» گفته‌ام.

با این کار روز قدرتمندی را شروع می‌کنم. این‌گونه، طول موج خودم را تنظیم می‌کنم و کیفیت روزی را که می‌خواهم در پیش داشته باشم مشخص می‌سازم. من اجازه نمی‌دهم از خواب بیدار شوم و بگذارم روز هرطور که می‌خواهد مرا تحت سلطه قرار دهد. شما خلق‌کننده زندگی خود هستید، از این رو عاملدانه آن‌طور که می‌خواهید زندگی خود را شکل بدهید.

در تمام تاریخ معلمان بزرگ سپاسگزاری و حقیقت‌شناسی را آموزش داده‌اند. در کتاب علم ثروت‌مند شدن، اثر ویلیس واتلز در سال ۱۹۱۰، که زندگی مرا متحول ساخت، سپاسگزاری طولانی‌ترین فصل را به خود اختصاص داده است. هر معلمی که در فیلم راز به زندگی او اشاره کرده‌ایم، از سپاسگزاری و حقیقت‌شناسی به عنوان بخشی از زندگی خود یاد می‌کند. اغلب آن‌ها روزشان را با حقیقت‌شناسی آغاز می‌کنند.

جو شوگرمن، که مردی جالب و کارفرمایی موفق است، فیلم راز را دید و با من تماس گرفت. گفت بخش حقشناسی فیلم بیش از سایر بخش‌ها او را تحت تأثیر قرار داده است. گفت حقشناسی و سپاسگزار بودن علت اصلی همه دستاوردها و موفقیت‌های زندگی او بوده است. جو با همه موفقیت‌هایی که نصیب خود کرده، همچنان همه‌روزه برای کوچک‌ترین کارها و اتفاقات زندگی‌اش ابراز حقشناسی می‌کند. وقتی نقطه‌ای برای پارک کردن اتومبیلش پیدا می‌کند، خدا را شکر می‌کند. جو از قدرت سپاسگزاری مطلع است. سپاسگزاری بخشی از زندگی اوست.

از جمع آنچه در زندگی آموخته‌ام و آنچه از راز برداشته و تجربه کرده‌ام، چیزی به اندازه احساس حقشناسی روی من تأثیر نداشته است. اگر قرار باشد از راز تنها یک نکته بیاموزید، باید این باشد که از حقشناسی آن قدر استفاده کنید تا بخشی از زندگی شما شود.

دکتر جو ویتال

به محض اینکه احساسی متفاوت با آنچه تاکنون داشته‌اید پیدا می‌کنید، چیزهای خوب بیشتری را به زندگی خود جذب می‌کنید؛ چیزهای بیشتری که بتوانید به خاطرشان سپاسگزار باشید. می‌توانید به اطراف خود نگاه کنید و بگویید: «خب، اتومبیل مورد علاقه‌ام را ندارم، خانه‌ام را که می‌خواهم ندارم، همسری را که می‌خواهم ندارم، از سلامتی دلخواهم محروم هستم.» بدانید این‌ها چیزهایی هستند که نمی‌خواهید داشته باشید. به جای آن روی آنچه دارید و به خاطرش سپاسگزارید

تأکید کنید. از جمله خوشحال باشید چشمانی دارید که می‌توانند این عبارات را بخوانند. خوشحال باشید لباس‌هایی دارید که بر تن کنید. بله، ممکن است دلشان بخواهد چیز دیگری داشته باشید، و می‌توانید خیلی زود صاحب آن‌ها هم بشوید. کافی است به خاطر آنچه دارید خدا را شکرگزار باشید.

«خیلی‌ها به رغم موفقیت‌هایی که در سایر شئون زندگی خود به دست می‌آورند، صرفاً به این دلیل که حقشناس نیستند در فقر زندگی می‌کنند.»

— ویس واتلز

غیرممکن است به خاطر آنچه دارید شکرگزار نباشید و بتوانید چیزهای بیشتری را نصیب خود کنید. چرا؟ به این دلیل که احساسات و افکاری که از خود ساطع می‌کنید، احساسات منفی هستند و نشان از حق‌ناشناسی شما دارند. این احساسات خواه حسادت، رنجش، و نارضایتی باشند و خواه احساس «به قدر کافی ندارم»، نمی‌توانند آنچه را شما می‌خواهید در اختیارتان بگذارند. فقط چیزهایی را که نمی‌خواهید به شما می‌دهند. این احساسات منفی مانع آن می‌شوند که چیزهای خوب نصیب شما شود. اگر خواهان اتومبیل جدیدی باشید اما برای اتومبیلی که در حال حاضر دارید حقشناس نباشید، احساسی منفی از خود به کائنات می‌فرستید.

به خاطر آنچه دارید سپاسگزار باشید. وقتی به آنچه در زندگی دارید و از داشتن آن‌ها سپاسگزارید فکر می‌کنید، به چیزهای بیشتری دست پیدا می‌کنید تا از آن‌ها هم سپاسگزار باشید. باید شروع کنید تا قانون جذب سپاسگزاری شما را بگیرد و بیشتر به شما بدهد.

«سپاسگزار بودن روزانه مجرای است که از طریق آن ثروت به سوی شما روان می‌شود»

— ویلیس واتلز

لی براور

متخصص و مشاور کسب ثروت، نویسنده، و معلم فکر می‌کنم برای همه گاه اتفاق می‌افتد که بگویند «اوضاع بر وفق مراد نیست» یا «وضع بدی دارم». خود من وقتی در خانواده‌ام با مشکلی روبه‌رو می‌شدم، رنگی از زمین برمی‌داشتم و در جیب می‌گذاشتم. بعد هر وقت دستم را در جیب فرو می‌کردم و آن رنگ را لمس می‌نمودم، خداوند را به خاطر آنچه داشتم شکر می‌کردم. هم‌روزه وقتی لباسم را از کمد درمی‌آوردم، رنگ را در جیب می‌گذاشتم و به آنچه داشتم و از داشتنش خوشحال بودم فکر می‌کردم. شب چه می‌کردم؟ رنگ را از جیب درمی‌آوردم تا صبح روز بعد دوباره در جیب بگذارم.

در این زمینه تجربه‌های بسیار جالبی دارم. جوانی از اهالی کشور آفریقای جنوبی دید که این کار را می‌کنم. ماجرا را برایش توضیح دادم، و او از آن به بعد رنگ را سپاسگزاری نام داد. دو هفته بعد از او در آفریقای جنوبی ای میلی دریافت کردم. برایم نوشته بود: «فرزندم در اثر بیماری نادری در حال مرگ است. او به نوعی از بیماری

هیانتیت گرفتار شده است. ممکن است برایم سه رنگ سپاسگزاری بفرستید؟» آن‌ها رنگ‌های معمولی بودند که من در خیابان پیدایشان می‌کردم. از این رو به او جواب دادم: «بله، حتماً». خواستم رنگ‌ها کمی متفاوت و خاص باشند، از این رو کنار نهری رفتم تا رنگ‌های مورد نظرم را پیدا کنم. رنگ‌ها را برای او فرستادم.

چهار پنج ماه بعد ای میلی دیگری از او دریافت کردم. نوشته بود: «حال پسر من بهتر شده است. در واقع خوب شده است. اما بگذارید مطلبی را به شما بگویم. ما در اینجا تاکنون بیش از هزار رنگ سپاسگزاری را از قرار هر عدد ۱۰ دلار به مردم فروخته‌ایم. می‌خواهیم این پول را در اختیار یک مؤسسه خیریه قرار بدهیم.» با این حساب می‌بینید که حقشناس و سپاسگزار بودن تا چه اندازه اهمیت دارد.

آلبرت اینشتین، دانشمند بزرگ، برداشت ما از زمان، فضا، و نیروی جاذبه را متحول ساخت. با توجه به دوران سختی که در کودکی پشت سر گذاشته بود، بعید به نظر می‌رسید بتواند به این همه موفقیت دست پیدا کند. اینشتین از بخش قابل ملاحظه‌ای از راز اطلاع داشت. او روزی صدها بار لفظ «متشکرم» را به زبان جاری می‌کرد. سپاسگزار همه دانشمندان بزرگی بود که قبل از او زندگی کرده و راه را برای موفقیت‌های او هموار نموده بودند.

یکی از قدرتمندترین موارد استفاده از سپاسگزاری را می‌توانید در فرایند خلاق برای رسیدن به هدف‌هایتان در نظر بگیرید. همان‌طور که باب

پراکتور در قدم اول فرایند خلاق توضیح داد، خواسته‌تان را مکتوب کنید. هر جمله را با عبارت «خوشحال و سپاسگزارم که...» آغاز کنید و بعد بقیه خواسته‌تان را بنویسید.

وقتی طوری تشکر می‌کنید که انگار به خواسته خود دست یافته‌اید، علامت قدرتمندی به عالم هستی می‌دهید. این علامت می‌گوید که شما پیشاپیش به خواسته خود رسیده‌اید، زیرا به خاطر داشتنش سپاسگزارید. هر روز صبح که از خواب بیدار می‌شوید شکرگزاری کنید. فرض را بر این بگذارید که روز بزرگی را پشت سر گذاشته‌اید.

از لحظه‌ای که راز را کشف کردم و بر آن شدم که آن را به رؤیت مردم جهان برسانم، هم‌روزه به خاطر فیلم راز خداوند را شکر کردم. سپاسگزار شدم که این فیلم می‌تواند به همه مردم جهان شادی و نشاط بدهد. نمی‌دانستم که چگونه قرار است این آگاهی را روی پرده سینما بیاورم، اما اعتماد کردم که این را متوجه خواهم شد. مترصد و متمرکز باقی ماندم تا به نتیجه برسم. پیشاپیش احساس تشکر و سپاسگزاری داشتم. این‌گونه، دروازه‌ها به رویم گشوده شد تا سیل جادویی مرا در بر بگیرد. تا به امروز احساس سپاسگزاری در من و نهی‌کنندگان فیلم راز باقی مانده است. تبدیل به بخشی از زندگی ما شده است.

فرایند قدرتمند تصویرسازی

تصویرسازی فرایندی است که همه معلمان بزرگ در اعصار و قرون مختلف، و نیز همه معلمان بزرگی که در حال حاضر در قید حیاتند به آن

اشاره کرده‌اند. چارلز هانل در کتاب نظام شاه کلید که در سال ۱۹۱۲ به رشته تحریر درآورد، به بیست و چهار تمرین هفتگی برای مسلط شدن بر تصویرسازی اشاره می‌کند.

علت قدرت فراوان تصویرسازی این است که وقتی آنچه را می‌خواهید در ذهن تصویر می‌کنید، احساس و اندیشه داشتن آن را در خود ایجاد می‌نمایید. این تصویرسازی احساسات قدرتمندی در شما ایجاد می‌کند. وقتی تصویرسازی می‌کنید، ارتعاش قدرتمندی به کائنات می‌فرستید. قانون جذب این علامت قدرتمند را در اختیار می‌گیرد و آن تصاویر را به شما باز می‌گرداند، آن هم درست به همان شکلی که در ذهن خود تصویرسازی کردید.

دکتر دنیس ویتلی

من فرایند تصویرسازی را از برنامه آپولو گرفتم و در دهه‌های ۱۹۸۰ و ۱۹۹۰ در برنامه المپیک جای دادم. اسمش را «تمرین حرکتی دیداری» گذاشتم.

وقتی چیزی را تصویرسازی می‌کنید، آن را تحقق می‌بخشید. در اینجا به نکته جالبی در مورد ذهن می‌رسیم: ما از قهرمانان المپیک خواستیم بازی خود را در ذهنشان تصویرسازی کنند. از دستگاه پیچیده بازخورد زیستی برای بررسی تأثیرگذاری تصویرسازی استفاده نمودیم. به این نتیجه رسیدیم که همان عضلاتی که در جریان مسابقات رسمی فعال می‌شوند، در اینجا هم فعال می‌گردند. چگونه ممکن است این اتفاق بیفتد؟

علتش این است که مغز نمی‌تواند تجربه خیالی و تجربه حقیقی را تمیز دهد. هر آنچه در ذهن خود ببینید، بدنتان آن را به همان شکل به نمایش می‌گذارد.

به مخترعان و اختراعات آنها توجه کنید. به برادران رایب و هوایما ببندید. جورج ایستمن و فیلم را در نظر بگیرید. به توماس ادیسون و لامپ روشنایی فکر کنید. الکساندر گراهام بل و تلفن را در نظر بگیرید. همه چیز تنها به این دلیل اختراع شده است که کسی آن را قبلاً در ذهنش تصویر کرده است.

این مردان بزرگ راز را می‌شناختند. این ها کسانی بودند که به آنچه نامرئی بود ایمان داشتند. می‌دانستند نیرویی در آنها وجود دارد که می‌تواند اختراعی مرئی را سبب شود. ایمان و تصور و تخیل آنها موجب متکامل شدن بنی آدم شده است و ما همه‌روزه از حاصل ذهن خلاق آنها بهره‌برداری می‌کنیم.

ممکن است با خود بگویید: «من از ذهن این اشخاص بزرگ بی‌بهره‌ام. آنها می‌توانستند چنین چیزهایی را تصویرسازی کنند، اما من نمی‌توانم.» این طور نیست. وقتی به مطالعه راز ادامه بدهید، متوجه می‌شوید نه تنها چیزی در زمینه ذهن کم ندارید، بلکه بیشتر هم دارید.

مایک دولی

وقتی تصویرسازی می‌کنید، وقتی تصویر را در ذهن خود به نمایش می‌گذارید، همیشه به نتیجه کار فکر کنید.

اجازه بدهید مثالی بزنم. به پشت دست‌هایتان نگاه کنید. همین حالا این کار را بکنید. به واقع به پشت دست‌هایتان نگاه کنید. به رنگ پوستتان، چین و چروک‌ها، رگ‌های خونی، حلقه‌ای که بر انگشت دارید، و به ناخن‌هایتان. همه جزئیات را در نظر بگیرید. درست قبل از اینکه چشمانتان را ببندید، ببینید که دست‌ها و انگشتانتان فرمان اتومبیل جدیدی را که همیشه آن را می‌خواستید گرفته‌اند.

دکتر جو ویتال

این تجربه‌ای کاملاً تصویری است. به قدری واقعی است که احساس نمی‌کنید به اتومبیل جدیدی احتیاج دارید، زیرا احساس شما به گونه‌ای است که انگار پیشاپیش این اتومبیل را به دست آورده‌اید.

عبارات دکتر ویتال به طرز واضح و درخشان مکانی را که هنگام تصویرسازی می‌خواهید به آنجا برسید مشخص کرده است. وقتی چشمانتان را باز می‌کنید و در خود احساس نشاط می‌کنید، تصویرسازی‌تان حقیقی می‌شود. ذهن شما جایگاهی است که همه چیز در آن ساخته می‌شود. در این میدان دارای همه چیز هستید. وقتی این را احساس کنید، از آن مطلع می‌گردید.

جک کانفیلد

احساس است که موجب جذب می‌شود. خیلی‌ها فکر

می‌کنند: «اگر مثبت بیندیشم، اگر آنچه را می‌خواهم تصویرسازی کنم، کافی است.» اما اگر این کار را بکنید و احساس تنعم و سرشاری نداشته باشید، قدرت جذب را خلق نمی‌کنید.

باب دویل

احساس کنید که به راحتی در آن اتومبیل نشسته‌اید. نه اینکه آرزو کنید کاش در آن اتومبیل نشسته بودید. نه اینکه بگویید روزی در آن اتومبیل خواهم نشست. این‌گونه، در حال حاضر صاحب چیزی نیستید. همه چیز مربوط به آینده است. اگر در این احساس باقی بمانید، همیشه مربوط به آینده باقی خواهد ماند.

مایکل برنارد بکویت

حالا این احساس و این نگاه درون تبدیل به دری می‌شود که از میان آن قدرت کائنات خودش را ابراز می‌کند.

«اینکه این قدرت چیست، نمی‌دانم. تنها می‌دانم که وجود دارد.»

— الکساندر گراهام بیل (۱۸۴۷-۱۹۲۲)

جک کانفیلد

کار ما سر در آوردن از «چگونه» نیست. چگونه خودش را در تعهد و باور داشتن «چه» متجلی می‌سازد.

مایک دولی

«چگونه» قلمرو کائنات است. کائنات همیشه کوتاه‌ترین، سریع‌ترین، و هماهنگ‌ترین راه میان شما و رؤیایان را می‌داند.

دکتر جو ویتال

اگر به کائنات واگذار کنید، از آنچه به دست می‌آورد شگفتزده می‌شوید. این همان جایی است که معجزه اتفاق می‌افتد.

معلمانی راز، جملگی از عناصری که هنگام تصویرسازی فعال می‌کنید آگاه هستند. وقتی تصویر را در ذهن خود می‌بینید و احساس می‌کنید، به این نتیجه می‌رسید که آن را دارید. این‌گونه به عالم هستی اعتماد می‌کنید، زیرا به نتیجه پایانی فکر می‌کنید و احساس آن را تجربه می‌نمایید. به اینکه چگونه به دست می‌آید کاری ندارید. تصویر ذهنی شما کار را انجام شده می‌بیند. احساسات شما آن را انجام شده می‌بیند. این هنر تصویرسازی است.

دکتر جو ویتال

باید این کار را همه‌روزه انجام بدهید، اما هرگز نباید تبدیل به کار و وظیفه شود. آنچه برای راز مهم است، داشتن حال و احساس خوب است. می‌خواهید تحت تأثیر این فرایند به احساس شادی برسید. می‌خواهید ناحدی که امکان دارد شاد و خوشحال شوید.

همه از توانمندی تصویرسازی برخوردارند. اجازه بدهید این را با تصویری از آشپزخانه پرایتان ثابت کنم. برای لحظه‌ای تصویر آشپزخانه را از ذهنتان بیرون کنید. به آشپزخانه‌تان فکر نکنید. تصویر آن را از ذهنتان پاک کنید.

برای اینکه این کار را بکنید، آشپزخانه را در ذهنتان تصویر کردید، نه؟

«همه چه بدانند و چه ندانند، تصویرسازی می‌کنند.

تصویرسازی بزرگ‌ترین راز موفقیت است.»

— چنیوو پرنده (۱۹۶۰-۱۸۸۱)

دکتر جان دمارتینی در همایش‌های خود مطلبی را در مورد تصویرسازی بیان می‌کند. او می‌گوید اگر تصویر ایستایی در ذهن خود بسازید، حفظ کردن آن دشوار می‌شود. از این رو حرکات متعددی را در تصویر خود دخالت دهید.

برای توضیح بیشتر، بار دیگر آشپزخانه را در نظر بگیرید. این بار خود را ببینید که وارد آشپزخانه می‌شوید، به سمت یخچال می‌روید، دستان را روی دستگیره آن می‌گذارید. در یخچال را باز می‌کنید، به درون آن نگاهی می‌اندازید، و بطری آب خنکی در آن پیدا می‌کنید. حالا دستان را دراز کنید و بطری را بردارید. می‌توانید سردی آن را در دست‌هایتان احساس کنید. بطری آب را در یک دست می‌گیرید و با دست دیگر در یخچال را می‌بندید. حالا که آشپزخانه را با همه جزئیاتش در نظر می‌گیرید، حفظ

کردن تصویر در ذهنتان ساده‌تر می‌شود، نه؟

«همه ما از توانمندی‌ها و امکاناتی به مراتب بیش از آنچه می‌دانیم برخورداریم، و تصویرسازی یکی از بزرگ‌ترین این قدرت‌هاست.»

— چنیوو پرنده

فرایند قدرتمند در عمل

مارسی شیموف

تنها تفاوت میان کسانی که این‌گونه زندگی می‌کنند، یعنی آن‌هایی که در معجزه زندگی روزگار می‌گذرانند، با کسانی که این کار را نمی‌کنند این است که آن‌هایی که در معجزه زندگی به سر می‌برند به روش‌های زیستن عادت کرده‌اند. عادت کرده‌اند از قانون جذب استفاده کنند. این‌ها به هر جا که بروند معجزه را با خود می‌برند، زیرا استفاده کردن از آن را به خاطر می‌آورند. تمام مدت از آن استفاده می‌کنند و آن را حادثه‌ای فقط برای یک بار در نظر نمی‌گیرند.

در اینجا به دو حکایت واقعی می‌رسیم که به روشنی قانون قدرتمند جذب را نشان می‌دهند و نقش عالم هستی را می‌نمایانند.

اولین حکایت مربوط به زنی به نام جینی است که دی‌وی‌دی راز را خرید. او روزی یک بار فیلم را تماشا می‌کرد تا پیام‌های آن را به خوبی درک کند.

به خصوص تحت تأثیر گفته‌های باب پراکتور قرار گرفت و به نظرش رسید چه خوب می‌شود با او ملاقاتی داشته باشد.

صبح روزی جینی وقتی برای برداشتن نامه‌هایش در صندوق پست را باز کرد، با کمال تعجب دید که پستی به اشتباه نامه‌ای متعلق به باب پراکتور را در صندوق او انداخته است. آنچه جینی نمی‌دانست این بود که باب پراکتور چند کوچه دورتر از او زندگی می‌کرد. از این جالب‌تر، پلاک خانه جینی با پلاک خانه باب پراکتور یکی بود. جینی بلافاصله نامه را برداشت تا آن را به صاحبش برساند. باور می‌کنید چقدر خوشحال شد که وقتی پشت در خانه باب ایستاده بود، در باز شد و او پشت آن پدیدار شد؟ باب به ندرت در خانه‌اش حضور دارد، زیرا اغلب به نقاط مختلف دنیا سفر می‌کند تا درس بدهد. اما ماتریس عالم هستی زمان مناسب را به خوبی تشخیص می‌دهد.

حکایت دوم مربوط به پسر ده‌ساله‌ای به نام کالین است که فیلم راز را دیده بود و از آن به شدت خوشش آمده بود. خانواده کالین برای سفری یک هفته‌ای به دیزنی‌ورلد رفتند. در روز اول ورود، با صف‌های طولانی کسانی که قصد بازی داشتند روبه‌رو گردیدند. از آن رو کالین آن شب قبل از اینکه به خواب برود با خود گفت: «فردا از بازی‌ها لذت می‌برم و هرگز در صفی منتظر نمی‌مانم.»

صبح روز بعد کالین و خانواده‌اش جلوی درهای ورودی پارک ایستاده بودند که درها گشوده شد. در این زمان یکی از کارمندان آنجا به آنها نزدیک شد و پرسید آیا آنها اولین خانواده‌ای بوده‌اند که آمده‌اند. این‌گونه

به خانواده کالین بلیت‌هایی تعلق گرفت که باعث شد مجبور نباشند برای بازی کردن در هیچ صفی معطل شوند. این چیزی بیشتر از خواسته کالین در شب قبل بود.

«هیچ عاملی نمی‌تواند مانع آن شود که تصویر شما صورت حقیقت پیدا کند، مگر همان قدرتی که این تصویر را ایجاد کرد - خود شما.»

- چنویو پرنده

جیمز ری

اشخاص مدتی به آن توجه می‌کنند. می‌گویند: «هر از اشتیاقم. این برنامه را دیدم و می‌خواهم زندگی‌ام را تغییر بدهم.» با این حال نتیجه‌ای حاصل نمی‌شود. اشخاص در اعماق وجود خود می‌خواهند که این اتفاق بیفتد، اما به نتایج سطحی نگاه می‌کنند و می‌گویند: «این حرف‌ها کاری صورت نمی‌دهد.» و می‌دانید چه می‌شود؟ عالم هستی می‌گوید: «فرمانبردارم، از باب!» و این‌گونه تحولی صورت نمی‌گیرد.

وقتی اجازه می‌دهید تردید و دودلی به ذهنتان رخنه کند، قانون جذب بلافاصله روی تردید سرمایه‌گذاری می‌کند و نتیجه‌ای به دست نمی‌آید. به جای آن بگویید: «می‌دانم که دریافت می‌کنم.» و این را احساس کنید.

جان آسراف

من که با قانون جذب آشنایی داشتم، می‌خواستم هر طور شده

از آن استفاده کنم و بینم چه اتفاقی می افتد. در سال ۱۹۹۵
تخته‌ای به نام «تخته رؤیا» تهیه کردم. از آن زمان عکسی از
آنچه را می‌خواستم به آن دست پیدا کنم روی این تخته
می‌کوبیدم. همه‌روزه در دفترم می‌نشستم و به این تخته نگاه
می‌کردم و آن عکس را در ذهن خودم تصویرسازی می‌کردم.
احساس می‌کردم پیشاپیش آن را به دست آورده‌ام.

داشتم آماده اسباب‌کشی می‌شدم. مادر مدت پنج سال سه بار
اسباب‌کشی کرده بودیم، تا اینکه سر از کالیفرنیا درآوردم و
این خانه را خریدم و همه اسباب و اثاثم را به این خانه انتقال
دادم. صبح روزی پسر، کینان، به دفتر من آمد. یکی از
جعبه‌هایی که پنج سال بود درش باز نشده بود کنار در دفترم
قرار داشت. پسر پرسید: «در این جعبه چیست، پدر؟» به او
گفتم این‌ها «تخته‌های رؤیا» هستند. پرسید «تخته رؤیا» یعنی
چه. در جوابش توضیح دادم که خواسته‌ها و هدف‌هایم را
روی این تخته‌ها درج می‌کنم. پسر که پنج سال و نیمه بود،
مسلماً از حرف من چیزی دستگیرش نشد. به او گفتم:
«عزیزم، بگذار طرز کار را نشانت بدهم.»

در کارتن را باز کردم. روی یکی از تخته‌ها عکس خانه‌ای بود
که پنج سال قبل آرزوی داشتنش را کرده بودم. عجیب بود که
ما در همان خانه زندگی می‌کردیم. نگاهی به خانه انداختم و
گریه‌ام گرفت. کینان پرسید: «چرا گریه می‌کنی، پدر؟»

جواب دادم: «بالاخره دانستم که قانون جذب چگونه کار
می‌کند. بالاخره معنای تصویرسازی را یاد گرفتم. سرانجام
معنای آنچه را خوانده‌ام درک می‌کنم. من بدون اینکه بدانم،
خانه رؤیاهای خودم را خریدم.»

«تصویرسازی در حکم همه چیز است. بیش‌نمایش
جذب‌های آینده است.»

— آلبرت اینشتین (۱۸۷۹-۱۹۵۵)

مثال جالب دیگری درباره تصویرسازی، مربوط به تجربه مادر من از
خرید خانه‌ای جدید بود. به‌جز مادرم، چند نفر دیگر خواهان خرید آن
خانه بودند. مادرم تصمیم گرفت از راز استفاده کند و خریدار این خانه
شود. او نشست و نام خودش و نشانی جدید خانه را بارها و بارها نوشت.
آن قدر نوشت که احساس کرد این نشانی حقیقی اوست. چند ساعت بعد از
این کار به او زنگ زدند و گفتند پیشنهادش پذیرفته شده است. مادرم بسیار
خوشحال شد، اما تعجبی نکرد، زیرا می‌دانست این خانه از آن اوست. چه
قهرمانی.

جک کانفیلد

تصمیم بگیرید که چه می‌خواهید. باور کنید که می‌توانید آنچه
را می‌خواهید، به دست آورید. باور کنید که شایسته آن هستید.
باور کنید که به دست آوردنش برای شما امکان‌پذیر است. بعد
همه‌روزه دقایقی چشمان خود را ببندید. تصور کنید آنچه را

می خواهید به دست آورده‌اید. توجه کنید که برای آنچه به دست آورده‌اید سپاسگزاری کنید. از آن لذت ببرید. بعد به روزتان بازگردید و کارها را به کائنات واگذار کنید. مطمئن باشید که کائنات می‌تواند خواسته شما را برآورده سازد.

خلاصه راز

- انتظار، نیروی جذب قدرتمندی است. هرآنچه می‌خواهید، انتظار دریافتش را بکشید. هرآنچه نمی‌خواهید، انتظارش را نکشید.
- حق‌شناسی و سپاسگزاری فرایند قدرتمندی است که انرژی شما را جابه‌جا می‌کند تا آنچه را می‌خواهید به دست آورید. به خاطر همه چیزهایی که دارید سپاسگزار باشید.
- پیشاپیش به خاطر آنچه می‌خواهید داشته باشید تشکر کنید. این کار سبب می‌شود به آنچه می‌خواهید دست پیدا کنید.
- تصویرسازی فرایند خلق تصاویر در ذهن است. در ذهن خود آنچه را می‌خواهید، تصویرسازی کنید. وقتی تصویرسازی می‌کنید، اندیشه و احساس قدرتمندی را تجربه می‌کنید. احساس می‌کنید آنچه را می‌خواهید هم‌اکنون دارید.
- برای استفاده از قانون جذب به سود خود، به آن به عنوان چیزی که وجود دارد عادت کنید.
- در پایان هر روز قبل از اینکه به خواب بروید، حوادث روز خود را مرور کنید. هر حادثه‌ای که مطابق میل شما نبود، آن را به شکلی که می‌خواهید باشد در ذهن خود تصویر کنید.