

# قانون توانگری

کاترین پاندر

ترجمه  
گیتی خوشدل

چاپ چهارم

نشر مهر  
تهران، ۱۳۷۳



این اثر ترجمه‌ای است از:

*The Dynamic Laws of Prosperity*

by Catherine Ponder

Reward Books

Prentice - Hall, Inc.

Englewood Cliffs, NJ. USA. 1962

کتاب قانون توانگری برای نخستین بار در سال

۱۹۶۲ انتشار یافت. این ترجمه از روی چاپ

چهاردهم (مارس ۱۹۷۹) صورت گرفته است.

چاپ اول: ۱۳۷۰ / چاپ دوم: ۱۳۷۲ / چاپ سوم: ۱۳۷۳

چاپ چهارم: ۱۳۷۳

تیراژ: ۵۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی: لیتوگرافی بهار

چاپ: چاپخانه آسمان

این اثر با همکاری نشر البرز منتشر گردیده است

حق چاپ محفوظ است

## فهرست

۱	مقدمه
۹	فصل اول: حقیقت تکان دهنده
۲۸	فصل دوم: قانون اصلی توانگری
۴۳	فصل سوم: قانون خلاء
۶۰	فصل چهارم: قانون خلاقیت
۸۱	فصل پنجم: قانون تخیل
۱۰۳	فصل ششم: قانون فرمان
۱۲۶	فصل هفتم: قانون افزایش
۱۴۴	فصل هشتم: گرایش توانگرانه
۱۶۹	فصل نهم: کار، راهی قدرتمند
۱۹۲	فصل دهم: استقلال مالی
۲۱۹	فصل یازدهم: قانون محبت و خیرخواهی
۲۴۲	فصل دوازدهم: قانون دعا
۲۶۳	فصل سیزدهم: قانون اعتماد به نفس

- فصل چهاردهم: قدرتهای خارق العاده ای که ..... ۲۷۷
- فصل پانزدهم: قدرتهای ویژه ای که ..... ۲۹۳
- فصل شانزدهم: قانون پشتکار و مداومت ..... ۳۰۲
- فصل هفدهم: با قروض چه باید کرد؟ ..... ۳۰۷
- فصل هجدهم: تندرستی و اندیشه توانگرانه ..... ۳۱۷
- خاتمه: وقتی طلا از آسمان ..... ۳۴۴

## مقدمه

### از آسمان برایتان طلا می بارد!

این کتاب حاصل سالهای کسادی اخیر و سالها زندگی بی برکت است. هیچ کس کسادی و زندگی بی برکت را دوست ندارد. البته نباید هم دوستشان داشت.

پانزده سال بود که جویای چنین کتابی بودم. در طول آن سالها که در قفسه کتابخانه ها و کتابفروشیها جستجویش می کردم، دیدم کتابهای بسیار درباره موفقیت یافت می شود؛ اما هیچ کدام از قوانین ساده و منجمی که کامیابی را تضمین کند سخن نمی گفت.

وقتی بیوه شدم و پسر بچه‌ی روی دستم ماند که می بایست او را می پروراندم و وسایل تحصیل اش را فراهم می کردم و آینده اش را سر و سامان می دادم، شروع کردم به جستجوی کتابی نظیر این کتاب. چون نه آموزشی دیده بودم که بتوانم کار پیدا کنم و نه منبع درآمدی داشتم، حاضر بودم جانم را بدهم تا راه و رسم مقتدرانه اندیشیدن را بیاموزم.

تا مدتی دچار افردگی و بیماری و تنهایی و تنگدستی و احساس

شکست کامل بودم. گویی تمام جهان بر ضد من جبهه گرفته بود. به هر چه دست می زدم خراب از کار درمی آمد. اما آب و نان دروغ نبود. می بایست خرج پیرم را درمی آوردم و استطاعت شکست خوردن نداشتم. پس به خاطر او هم که شده — و همچنین به خاطر خودم — می بایست موفق می شدم.

عاقبت، در خراب ترین حال جسمی و روحی و مالی ام، درباره قدرت اندیشه و کاربرد آن برای موفقیت یا شکست آموختم. دریافتم که شکست اساساً ثمره اندیشیدن به شکست است. پی بردم که استفاده درست از ذهنم می تواند کلیدی برای زندگی سرشار از سلامت و سعادت و ثروت و موفقیت باشد.

به محض پی بردن به این راز شگفت کامیابی، جزر و مد دگرگون شد!

## تولّد اندیشه توانگر

در سالهای اخیر، چه بسیار درباره اندیشه مثبت شنیده اید. به علت این سالهای کساد و بی برکت، عبارات «مقتدرانه اندیشیدن» یا «اندیشه مقتدر» زاینده شده است. منظور از «اندیشه توانگر» اندیشه‌یی است که فزونی و نشوونما و کامیابی و دولت و شوکت و ثمرات نیکو به بار آورد.

میزان آرامش و تندرستی و برکت زندگیتان، میزان توانگری شما را نشان می دهد. اگر چه «اندیشه توانگر» از دیدگاه افراد مختلف متفاوت

است؛ با این حال، این قدرت را به شما می دهد که به آرزوهای خود — خواه سلامت و خواه رفاه مالی افزون تر و خواه زندگی شخصی شادمانه تر و خواه سفر و خواه تحصیلات و خواه زندگی معنوی ژرف تر — جامعه عمل بپوشانید.

این کتاب به سادگی نشان می دهد که چگونه «اندیشه توانگر» به افرادی بیشمار — از همه سطوح زندگی — کمک کرده است. وانگهی، نشان می دهد که اندیشه توانگر چگونه می تواند شما را نیز یاری کند. همچنان که با این کتاب پیش می روید، خود به خود، قدرت «اندیشه توانگر» شما نیز افزایش می یابد. آنگاه تقریباً به آسانی ثمرات شکوهمند آن را درو می کنید.

سالها پیش، بازرگانی که حتی شاید از قدرت «اندیشه توانگر» بی خبر بود، همواره اندیشه مقتدرانه را به کار می گرفت. هرگاه مردم از او، از وضع بازار می پرسیدند، بی درنگ پاسخ می گفت: «وضع بازار بی نظیر است. زیرا از آسمان طلا می بارد!» به راستی نیز در مورد او چنین بود. با هر کس که روبرو می شد، معامله بی صورت می گرفت. چندی نگذشت که هر جا نامش برده می شد، همه می گفتند: «اوبه هر چه دست بزند طلا می شود.»

در نخستین سالی که به جرگه روحانیون و خادمان کلیسا پیوسته بودم، یکی از شدیدترین کسادیهای بازار پس از جنگ جهانی دوم، به سراغ این کشور آمده بود. اعضای جماعت من شروع کردند به تقاضای سخنرانیهایی درباره راههای دوام و بقا در این دوران دشوار. آنگاه بود که این قوانین پویای توانگری شکل گرفتند و بر روی کاغذ آمدند. این

اندیشه‌ها و آرمانها با سرعتی حیرت‌انگیز برای همه‌گونه افراد، مؤثر و سودمند واقع شد. آنچه در این جا می‌خوانید تجربهٔ بعضی از کسانی است که در سخنرانیهایم شرکت می‌کردند.

مثلاً هنوز یک هفته از نخستین سخنرانی نگذشته بود که دو منشی اضافه حقوق گرفتند و یکی از آنها نیز اضافه حقوق همراه با ارتقاء مقام و عنوان جدید شغلی گرفت. سهامداری گزارش داد که آنقدر کاروبارش بهتر شده که حتی تصورش را نیز نمی‌کزد؛ حال آنکه وضع همهٔ همکارانش مانند سابق بی‌رونق بود. یکی از مشتریهایش که مدتها سروکله‌اش پیدا نشده بود، ناگهان از راه رسید و چکی دویست هزار دلاری کف دستش گذاشت تا هرطور که خودش می‌خواهد سرمایه‌گذاری کند! پس از یک ماه که آگاهانه «اندیشهٔ توانگر» را به کار گرفته بود، درآمدش به چهار برابر معمول رسید.

وکیلی که عده‌یی از موکلانش در امور صنعتی بودند و در اعتصاب به سر می‌بردند یا بیکار شده بودند، گزارش داد که ناگهان درآمدش به دو هزار دلار در ماه افزایش یافت. این رقم در آن هنگام به نظرش افزایشی بزرگ بود. هر چند بعداً که الگوی دقیق «اندیشهٔ توانگر» را در خود مستقر کرد، این رقم به نظرش طبیعی و عادی بود.

مباشریکی از کارخانجات فولادسازی که کسادی بازار کاروبارش را از رونق انداخته بود گزارش داد که به شیوه‌یی کاملاً نامنتظر، سفارشی به مبلغ چهار هزار و پانصد دلار دریافت کرد.

خانمی که فروشندهٔ فروشگاه بزرگی بود که بیش از ۱۰۰ کارمند و فروشنده داشت، گفت که همهٔ همکارانش به اوضاع و شرایط دشوار



می‌اندیشیدند و درباره آن سخن می‌گفتند. اما این خانم که آگاهانه «توانگرانه اندیشیدن» را در پیش گرفته بود، از میان صد کارمند، تنها فروشنده فروشگاه بود که چون بیش از سهمیه فروش خود جنس فروخته بود، در پایان ماه چک کمیسیون دریافت کرد. دیگران که از اوضاع سخت سخن گفته بودند دچار وضعیت دشوار شدند.

صاحب یک شرکت الکتریکی که هفتصد و پنجاه دلار به شرکتش مقروض بودند، همین که بدهکارانش را ثروتمند و توانگر دید، در کمال آرامش بدهیهایش را دریافت کرد.

جواهرفروشی نیز که برای وصول بدهی اش به هر راهی — از جمله نامه‌های تهدیدآمیز — متوسل شده و سودی نجسته بود، همین که درباره خودش و بدهکارش توانگرانه اندیشید، در کمال حیرت دید که بدهکار بی‌درنگ قرضش را پرداخت.

خانواده‌یی که آرزو داشت از شر قرض خلاص شود، ناگهان مبلغ قابل توجهی را به ارث برد.

یک کارمند دولت، اضافه‌حقوقی را دریافت کرد که سالها به تعویق افتاده بود. یک کارمند شرکت تلفن نیز اضافه‌حقوقی را دریافت کرد که ماهها پیش به او وعده داده شده بود. یک مهندس ساختمان، قراردادی تازه برای کار ساختمانی پانزده میلیون و نیم دلاری بست. حتی زن و شوهری به عنوان هدیه، سفری به خارج از کشور که شامل همه هزینه‌ها بود دریافت کردند.

همه اینها نمونه‌هایی اندک از اندیشه توانگرانه است. اما آنچه پیش می‌آمد بیش از پادشاهای مالی بود.

هر هفته که دربارهٔ اندیشهٔ توانگرانه سخنرانی می‌کردم، می‌دیدم که حالت چهرهٔ حاضران عوض می‌شود و در سیمایشان «شکوفایی تازه» بی‌به چشم می‌خورد. در قیافهٔ آنها، صلح و صفای باطن و توازن و وقار و آرامش درون و خوشبختی و ایمنی و ثباتی جلوه‌گر بود که در گذشته خبری از آنها نبود. احساس شکست و افسردگی و دلسردی از قیافهٔ آنها رخت بر بسته و درخشش کامیابی و اعتماد به نفس و شادمانی درون، بر جای نشسته بود. از وجودشان عطری پروزی برمی‌خاست؛ و نگرستن به پروزی، احساسی شگفت می‌آفرید.

بسیاری از حاضران، سلامت ذهن و جسم خود را بازیافتند. بازگانی که بیشتر عمرش به او گفته بودند که بیماری جدی قلبی دارد و باید همیشه تحت مراقبت‌های پزشکی باشد، همین که در همهٔ جنبه‌های زندگی اندیشهٔ توانگرانه را به کار بست، تن و ذهنش در آرامشی ژرف فرو رفت. تنش و فشار هشیار و نیمه‌هشیار، اندک‌اندک از وجودش رخت بر بست. چندی نگذشت که پزشک معالجش به او گفت که ناراحتی قلبی اش کاملاً ناپدید شده است. اکنون که چند سال نیز گذشته، از همیشه سالمتر و شاداب‌تر است.

چند نفر که ناراحتی اعصاب داشتند، سلامت و سکون و توازن و آرامش ذهن خود را بازیافتند. خانم خانه‌داری که سالها از مطب این پزشک به مطب آن یکی می‌رفت و هیچ کدام از پزشکان نیز نتوانسته بودند درمانش کنند — نه نقصانی ارگانیک در او بیابند — به محض اینکه آگاهانه اندیشهٔ توانگرانه را آغاز کرد، توانست با محبت بیشتری به

دیگران بنگرد و علاقه بیشتری به همسرش نشان بدهد. این گرایش او، این احساس را به شوهرش بخشید که مورد تأیید و قدردانی اوست؛ احساسی که سالها طعم آن را در زندگی زناشویی خود نچشیده بود. این احساس بر اعتماد به نفس همسرافزود، و موجب موفقیت تازه‌یی در کارش شد. این موفقیت، خوشبختی و رضایتی به کانون خانواده‌شان آورد که سالهای سال، از آن خبری نبود، تندرستی زن چنان تأثیری بر او داشت که گویی سالها جوان‌تر شده بود. از آنجا که شادمانی به همه سطوح زندگی نفوذ کرده بود، دیگر از درد و رنج نیز اثری نبود.

خانمی بازرگان که تنها و غمزه و اغلب در فکر خودکشی بود، چنان به قوانین توانگری علاقه‌مند شد که زندگی متعادل و شادمان شد و دیگر به خودکشی فکر نکرد.

دو نفر از کسانی که در سخنرانیهام شرکت می‌کردند، خانمی خانه‌دار و همچنین مردی بازرگان که هر دو مخفیانه و دور از چشم همسرشان مشروب می‌نوشیدند و این اعتیاد بزرگترین مشکل زندگی‌شان شده بود، به یاری اندیشه توانگر، امیدی تازه پیدا کردند و دریافتند که مشکل آنها می‌تواند راه حلی بیابد. چون به پیروزی چشم دوختند، توانستند دشمنان و کشمکشهای درون را براندازند. از این رو، اعتیادشان نیز از بین رفت.

به محض بیدار کردن اندیشه توانگر، چند زندگی زناشویی در معرض طلاق نجات یافت. همسریکی از افرادی که متارکه کرده بودند رجوع کرد. خانمی دیگر نیز که بیست سال بیوه مانده بود، به محض آغاز اندیشه توانگرانه، شوهر سابقش به سوی او بازگشت.

بازرگانی که علاقه چندانی نسبت به کارش نداشت، به محض به کارگرفتن اندیشه توانگرانه، دیدگاه‌هایی تازه یافت. سخت به کارش دل باخت، و از سر تا پای خودش و زندگیش یکسر عوض شد.

به راستی که حق با آن مرد بازرگان بود که می‌گفت از آسمان طلا می‌بارد. و این طلا برای شما و من و همه است. متخصصان اقتصاد چه نیک از این امر آگاهند، زیرا ندا درمی‌دهند که وارد «دهه طلایی» شده‌ایم. دانشمندان نیز نیک از این امر آگاهند، زیرا ندا درمی‌دهند که این عالم جز جوهری تابناک یا اثیر نیست، و قابلیت دسترسی انسان به این جوهر نامحدود است. روانشناسان و استادان ماوراءالطبیعه نیز نیک می‌دانند که از آسمان طلا می‌بارد، زیرا ندا درمی‌دهند که آدمی از طریق اندیشه‌ها و عواطف و کلام و اعمالش، از جوهر غنی و بیکرانی که درون و پیرامون اوست، جهان خویش را می‌آفریند.

پس بیایید با این یقین که همه‌جا از آسمان طلا می‌بارد به پیش برویم. به هنگام آغاز مطالعه این کتاب، این گرایش ذهنی را داشته باشید که: از آسمان برای من طلا می‌بارد. از طریق اندیشه توانگر، آگاهانه طلایی را که از آسمان می‌بارد، با تمام وجودم جذب می‌کنم. هم اکنون ثمرات طلایی اندیشه توانگرم را تجربه می‌کنم. اکنون به سرعت به سراغ صفحات بعد بروید تا هرچه زودتر اسرار هیجان‌انگیزی را که در انتظار شماست بیاموزید.

کاترین پاندر

## فصل اول

# حقیقت تکان دهنده در باره توانگری

حقیقت تکان دهنده درباره توانگری این است که توانگر بودن کاملاً درست است، نه نادرست.

راسل اچ. کانول<sup>۱</sup> در سخنرانیهای مشهورش: «کرورها الماس» تأکید می‌کند:

مجبورید ثروتمند باشید، زیرا حق ندارید فقیر باشید. زندگی کردن و ثروتمند نبودن حتماً بداقبالی است و بدبختی مضاعف آنکه به همان اندازه که می‌توانید فقیر باشید می‌توانید ثروتمند گردید. این وظیفه‌ی بی‌چون و چرای ماست که از راههای شرافتمندانه ثروتمند شویم. و البته راه شرافتمندانه تنها راهی است که به سرعت ما را به سوی ثروت می‌کشاند.

1) Russell H. Conwell

توجه کنید که واژه «ثروتمند» به معنای برخورداری از وفور نعمت، و همچنین زندگی غنی تر و رضایت بخش تر است. همانا میزان آرامش و تندرستی و شادمانی و فراوانی شما، میزان توانگری شما را نشان می دهد. برای رسیدن به این هدف، راههای شرافتمندانه‌یی وجود دارد که انجامشان آسان تر از آن است که اکنون بتوانید تصورش را نیز بکنید. این هم یکی دیگر از حقایق تکان دهنده درباره توانگری است.

چند دهه پیش، بازرگانی پیش بینی کرد که رهبران آینده ناگزیر باید بیشتر توجه خود را معطوف کمک به پیروان خود کنند تا بتوانند مسائل اقتصادی و مشکلات شخصی زمان حال خویش را حل کنند، و کستر متوجه گذشته مرده یا آینده به دنیا نیامده باشند. بدون شک از این راه، از گذشته مرده و آینده به دنیا نیامده تان نیز مراقبت خواهد شد.

### باید آرزومند توانگری باشید

شاید بزرگترین ضربه‌یی که در آغاز سخنرانی درباره توانگری بر من وارد آمد، این دریافت بود که بسیاری از کسانی که به سخنرانیهام می آمدند هنوز اندر خم یافتن راه حلی برای آن تعارض قدیمی بودند که آیا باید آرزومند توانگری باشید یا نه؟ البته که توانگری می خواستند. هر انسان متعادل و بهنجاری آن را می خواهد. منتها در خفا مردد بودند که آیا از دیدگاه معنوی نیز باید طالب آن باشند یا نه؟ بازرگانان و بیشتر

کاسبکارانی که در سخنرانیهاییم شرکت می‌کردند، از این که جویای توانگری بودند احساس گناه می‌کردند؛ اگرچه هر روز در جستجوی توانگری سخت می‌کوشیدند. معلوم بود که هنوز این سؤال در ذهنشان مطرح است که فقر فضیلتی معنوی است یا نقصانی مشترک و معمول؟ تعارض اندیشه‌شان در امورشان جلوه گرمی شد، و هر اندازه نیز سخت می‌کوشیدند، تلاشهایی را که در راه کامیابی به انجام می‌رساندند خنثی می‌کرد.

پس از چندی بر من آشکار شد که باید در این باره عقایدی جسورانه و تکان دهنده ابراز کنم تا باورهای محدودکننده‌یی که موجب شده بود این اشخاص به زندگی بخورونمیرقناعت کنند خنثی شود. در نتیجه، چند سخنرانی را به توضیح دربارهٔ رابطهٔ الهی میان انسان و میزان توانگری او اختصاص دادم. پس از ضربه‌های آغازین، این مردمان نیکوچه آسودگی خاطر و شادمانی ژرفی یافتند که دیگر لازم نیست برای طلب توانگری، احساس گناه کنند. تازه آنگاه بود که توانستند ثمرات وصف شده را در مدت زمانی کوتاه تجربه کنند.

از آن زمان تاکنون، در سخنرانیهایی که در سراسر کشور کرده‌ام، و همچنین در مشاوره‌ها و مکاتبه‌های خصوصی بسیار دربارهٔ این موضوع، و در مصاحبه‌های رادیو و تلویزیون و روزنامه‌ها دریافته‌ام که این اعتقاد همچنان به قوت خود باقی است. مردمانی نازنین را می‌بینم که ظاهراً سردرگم این مسأله‌اند که آیا باید توانگری را موهبتی معنوی پنداشت یا نه؟ اما وقتی به آنها نشان داده می‌شود که توانگری حتماً موهبتی معنوی است چه آسایش خاطر می‌یابند.

پس دیگر بار به تأکید می‌گویم که توانگر بودن کاملاً درست است، نه نادرست. بدیهی است اگر فقیر باشید نمی‌توانید احساس شادمانی و خوشبختی کنید. وانگهی، لازم نیست فقیر باشید. فقر گناه است. فقر جهانی زائیده کوریودن انسان در برابر نعمات بیکران خدا برای آدمی است. فقر تجربه‌ی ناپاک و آزارنده و خوارکننده است. در واقع، فقر نوعی مرض است و در موارد شدید، نشانهٔ جنون.

فقر سبب می‌شود که زندانها از دزدان و جنایتکاران پُر شود. فقر انسانها را به سوی اعتیاد و فساد و فحشاء و خودکشی سوق می‌دهد. از کودکان پاک و با استعداد و باهوش، مجرم و بزه‌کاری می‌سازد. باعث می‌شود مردم به کارهایی دست بزنند که اگر فقیر نبودند به فکرشان هم خطور نمی‌کرد. کمونیسم که یکی از نهضت‌های خفقان‌آور امروز است، از فقر ناشی می‌شود. بیشتر دولتهایی که به کمونیسم رو آورده‌اند معمولاً به دلایل اقتصادی چنین کرده‌اند، و این نظام را راه‌حلی برای امنیت مالی پنداشته‌اند. عواقب معصیت‌بار فقر بی‌انتها است. به این دلیل، در مقام یک کشیش، وظیفهٔ خود دانسته‌ام که تا آنجا که در توان دارم به یاری مردم بشتابم و به آنها بیاموزم که چگونه گناه فقر را از زندگی خود ریشه کن کنند.

پزشکی را می‌شناسم که می‌گوید اگر مشکلات مالی نبود مطب او همیشه خالی می‌ماند. زیرا بیشتر مردم به علت نگرانی و فشار و تنش مالی بیمار می‌شوند. او می‌گوید بیشتر بیمارستانهای روانی پُر از بیمارانی است که سالها زیر فشار مالی بوده‌اند و این تنش، ذهن و جسم آنها را از کار انداخته است. چنین برآورد کرده‌اند که نُه‌دهم بیماریهای انسان،



ناشی از فشار و محنت و نکبت زاییده از فقر است.

بیاید این اندیشه را که فقر از فضایل است یکسر کنار بگذاریم. فقر گناهی معمول و مشترک است. اگر با تنگنا و تنگدستی زیسته‌اید، در تباهی به سر برده‌اید. این نیز یکی دیگر از حقایق تکان دهنده درباره توانگری است. اما لازم نیست به زندگی در تباهی مالی ادامه بدهید. زیرا این مسأله راه حل دارد.

کتاب مقدس سرشار از وعده‌هایی غنی و شکوهمند درباره توانگری است. این حق انسان است که توانگر و دولتمند و صاحب همه نعمتها باشد. زیرا انسان فرزند خداست و توانگری، میراث الهی اوست. آفریدگارتان شما را توانگر می‌خواهد! این نیز یکی دیگر از حقایق تکان دهنده درباره توانگری است.

وانگهی، اگر توانگر نباشید، نه به درد خودتان می‌خورید، نه به درد دیگری. انسانی که نخواهد توانگر باشد، نابهنجار است. زیرا زندگی بدون توانگری نابهنجار می‌شود. بدون غذای درست و لباس راحت و کاشانه‌ی گرم و نرم و رضایت از شغل دلخواه، یا بدون آسایش و بازآفرینی، چگونه می‌توان در عرصه مادی، به تمامی و شادمانه زیست؟ اگر زندگی انسان در عرصه ذهنی عاری از فعالیت خلاق باشد؛ بدون کتاب یا بدون فرصت برای کامجویی از دانش و فرهنگ، بدون لذت از موسیقی و هنر، بدون پول یا مجالی برای سفر و سایر فعالیت‌های فرهنگی مشابه، زندگی ذهنی او نیز ناقص می‌ماند.

اگر آدمی در عرصه معنوی، فرصتی برای تفکر و مراقبه<sup>۲</sup> و مکاشفه و

دعا و مطالعات معنوی نداشته باشد، در این عرصه به کمال نمی رسد. حال آنکه توانگری در هر سه عرصه مادی و ذهنی و معنوی برای کمال انسان ضرورت دارد.

هیچ عذر و بهانه‌یی را برای کنار آمدن با تنگدستی یا پذیرفتن آن به صورت وضعیتی دائمی قبول نکنید. صرفاً به این دلیل که می‌توانید کارهای نیک بسیار به انجام برسانید، نخواهید توانگر شوید. دلیل اصلی اینکه می‌خواهید توانگر باشید این است که باید توانگر باشید. از آنجا که پسر پادشاه یا فرزند خدا هستید، توانگری حق مسلم شما و میراث الهی شماست.

دلیلی ندارد که توانگری را از زندگی معنوی خود جدا بدانید. لازم نیست در دو عالم زندگی کنید. شش روز هفته را بنویسید و روز هفتم به خدا فرصت بدهید تا نشانتان دهد که چه می‌تواند بکند. هر روز هفته و هر لحظه، خدا را به چشم پدری دولتمند و پرمحبت بنگرید که وضع شما را می‌فهمد و احساس‌هایتان را درک می‌کند و نسبت به همه امور شما علاقه‌مند است و مراقب جزء‌جزء زندگی شماست. درباره همه کارهایتان — خواه امور مالی و خواه سایر امور — هدایت او را جویا شوید و فرمان الهی او را بطلبید. آنگاه از بهبود دلپذیر همه جنبه‌های زندگیتان به شگفت خواهید آمد. وعده الهی این است: «همه چیز از آنی شماست.»

روانکاوای اخیراً به من گفت که دریافته است که علت عمده شکستهای مردم، تعارض درونی آنها درباره این مسأله است که آیا موفقیت از نظر الهی، مقدر است یا ملعون؟ مثلاً بسیاری از بیمارانش

مدعی هستند که شکست از نظر معنوی، بیش از موفقیت، مقبول و مورد تأیید است. آنگاه برای اثبات عقیده خود، این گفته عیسی مسیح را نقل قول می‌کنند که: «محال است که خدا و ممونا را خدمت کنید.» آنگاه روانکاو باید ساعتها این مسأله را برای بیمارانش توضیح بدهد که چشم دوختن به پیروزی و کامیابی، خدمت به ممونا نیست. و آنها نباید از خدا به عنوان عذر و بهانه‌ی بی برای شکستشان سود جویند.

«درفرهنگ لغت، واژه ممونا، ثروت و دولت و جیفه دنیا و مال پرستی و رجحان جهان مادی بر همه چیز توصیف شده است.»  
 خادمان ممونا کسانی هستند که خدا را از امور مالی خود بیرون می‌نهند و تنها به پول می‌اندیشند و به گردآوری مال و منال می‌پردازند. هرگاه دریابید که این خواست خداست که توانگر باشید، و بعنوان خالق این عالم غنی، سرچشمه توانگری شماست، آنگاه مال پرست نمی‌شوید و از توانگری برای خود بُت نمی‌سازید. شما صرفاً از منشاء همه مواهب و برکات خود، میراث غنی و بیکران خویش را می‌طلبید. آنجا که خدا به موسی گفت: «خدای خود را به یاد آور زیرا اوست که به توقوت می‌دهد تا توانگری پیدا نمایی.» گرایش درست معنوی نسبت به توانگری را خاطر نشان می‌ساخت. واژه ثروت یا تمول و دارایی، به معنای زندگی شکوهمند است. و این همان چیزی است که متفکر توانگر باید برای حصول آن بکوشد و آن را حق معنوی خود بداند.

چه بسا شما نیز جمله‌ی را به خاطر آورید که من نیز در زمان کودکیم بسیار می‌شنیدم: «فقیرم اما مسیحی خوبی هستم.» اگرچه خود به خانواده‌ی تعلق دارم که چندین کشیش تحویل جامعه داده است،

هرگاه آن جمله را می شنیدم موبر اندامم راست می شد که: «چرا مسیحیان یا گروهی دیگر از آدمیان باید فقیر باشند؟ خدا که فقیر نیست، و او پدر مهربان همه ماست.» مفهوم دیگر آن جمله این بود که اغنیاء محکومند که به جهنم بروند. از سویی نمی توانستم بفهمم چرا ثروتمندان صرفاً به دلیل تمول خود باید به جهنم بروند. این گونه استدلال و استنتاج به نظرم غیرمنطقی و بی ربط می آمد.

وقتی کشیش شدم، برای این که خیال خودم از این بابت آسوده شود، به بررسی دقیق کتاب مقدس نشستم و رابطه اش را با فقر و تعالیمی که درباره توانگری می داد مطالعه کردم. از این کشف دلپذیر که کتاب مقدس بزرگترین کتابی است که تا کنون درباره توانگری نوشته شده است، به وجدی شگفت درآمدم!

کتاب مقدس به روشنی نشان می دهد که با درپیش گرفتن یک زندگی بخور و نمیر، نه موجب رضای خدا می شوید، نه موجب رضای خودتان. کتاب مقدس از سرآغاز، توصیف عالمی غنی است که برای آدمی آفریده شده است. پایان آن نیز وصف نمادین فردوس به غنی ترین واژه هاست. بیشتر شخصیت های بزرگ کتاب مقدس، یا اعیان زاده بودند، یا توانگر شدند، یا هرگاه که نیازی پیش می آمد به ثروت های بیکران دسترسی داشتند. در «عهد عتیق» افرادی چون ابراهیم و یعقوب و یوسف و موسی و داود و سلیمان و اشعیا و ارمیا و نحمیا و الیاس را می توان نام برد و در «عهد جدید»، اشخاصی چون عیسی و پولس را.

زندگی و تعالیم عیسی نشان می دهد که او به قوانین توانگری وقوف کامل داشت. از همان بدو تولد، مجوسان (حکیمان) به او هدایایی نفیس

پیشکش کردند. اگرچه گفته شده عیسی مسیح فقیر بود و حتی جایی برای خفتن نداشت، در شهر ناصره صاحب خانه و کاشانه بود و در فلسطین نیز در همه خانه‌ها — از فقیر گرفته تا غنی — به روی او باز بود. نخستین معجزه‌اش تبدیل آب به شراب ناب، و هدیه آن به مرد صاحب خانه در جشن ازدواجی بود. بی تردید او برای سیرکردن هزاران نفر در صحرا، قانون توانگری را به کار بسته بود. در باب بیست و پنجم انجیل متی حکایت مردی گفته می‌شود که عازم سفر بود و اموالش را میان غلامان نیک متدین و غلام شریر بیکاره خود تقسیم کرده بود، به راستی که درسی نیکو برای توانگری است.

هنگامی که عیسی گفت: «خوشا به حال مسکینان در روح زیرا ملکوت آسمان از آن‌ها ایشان است.» (متی: ۵: ۴) مرادش کسانی نبود که در تنگدستی به سر می‌برند. «مسکینان در روح» در اینجا یعنی حلیمان و آنان که افتاده دل و پذیرنده اند و از غرور و خویش پستی و خودبزرگ بینی مبرا هستند. در باب دهم انجیل مرقس می‌خوانیم که شخصی دوان دوان آمده کنار عیسی زانوزد و سؤال کرد: چه کنم تا وارث حیات جاودانی شوم؟ عیسی با محبت به او نگرست و گفت: «تو را فقط یک چیز ناقص است. برو و آنچه داری بفروش و به فقرا بده و مرا پیروی کن. اما او از این سخن ترشرو و محزون گشته و روانه گردید زیرا اموال بسیار داشت. آنگاه عیسی گرداگرد خود نگریسته، به شاگردان خود گفت چه دشوار است که توانگران داخل ملکوت خدا شوند. چون شاگردانش از سخنان او در حیرت افتادند، عیسی دیگر بار به ایشان گفت: ای فرزندان چه دشوار است دخول آنان که به مال و اموال توکل

دارند در ملکوت خدا. سهل تراست که شتر به سوراخ سوزن درآید از این که شخص دولتمند به ملکوت خدا داخل شود.»

اما چرا عیسی<sup>۱</sup> از آن مرد خواست که اموالش را بفروشد و به فقرا بدهد؟ زیرا دید به جای اینکه اموالش در تملک او باشند، خودش در تملک اموالش است. زیرا اموالش عنان او را در دست داشتند، به جای اینکه خودش عنان اموالش را در دست داشته باشد. به همین دلیل از روی رحم و شفقت گفت: «چه دشوار است دخول آنان که به مال و اموال توکل دارند در ملکوت خدا!» زیرا باید صاحب اموال بود. اما نباید گذاشت که اموال صاحب آدمی شوند. نباید به آنها توکل کرد.

توجه او به امور مالی، او را بر سر راه مأمور مالیاتی قرار داد که یکی از حواریون و خزانه دار و مأمور پرداخت مالیات او به دولت روم شد. حتی می‌گویند پیراهن بی‌درز او چنان گرانبها بود که سربازان رومی، پس از تصیب او، تکه‌های پیراهنش را به تاراج می‌بردند. در باب بیست و هفتم انجیل متی می‌خوانیم دولتمندی اهل رومه به نام یوسف که او نیز از شاگردان عیسی بود نزد پیلاتس رفته و جسد عیسی را خواست. آنگاه جسد او را در کتان پاک پیچیده در قبری نو که برای خود از سنگ تراشیده بود گذارد و سنگی بزرگ بر آن گذاشت. حتی پس از رستاخیز نیز عیسی نسبت به توانگری پیروانش سخت علاقه مند بود و به مردان ماهیگیر که نتوانسته بودند حتی یک ماهی صید کنند آموخت چگونه با کامیابی ماهی بگیرند.<sup>۳</sup>

(۳) رجوع کنید به باب پنجم انجیل لوقا. — م.

شاید پیرسید پس چرا این همه درباره فداکاری و ایثار و زنج و تعب، بعنوان مراحل لازم و ضروری زندگی معنوی، سخن به میان آمده است؟ تاریخ نشان می دهد که تعالیم ملهم و در عین حال عملی کتاب مقدس، تنها در سده های نخست پس از تصلیب مسیح رعایت می شد. اما چندی نگذشت که دین، دنیوی شد و دچار تفرقه و جدایی از تعالیم اصلی عیسی. بعداً نظامهای ملوک الطوائفی در قرون وسطی، ثروت را به افرادی محدود اختصاص دادند. در این دوران، برای این که بتوانند مردم را در فقر نگاه دارند، تعلیم «فقر و ریاضت» بعنوان تنها راه رستگاری به خورد عوام داده شد. از این رو، تنگدستی و محرومیت را از «فضایل مسیحیت» قلمداد کردند. میلیونها ساده دل نیز پنداشتند: «فقر نشانه زهد و تقوی است.» اعتقادی که برای برحذرنگاه داشتن مردم از انقلاب بسیار سودمند بود. برخی از این عقاید کهنه ملوک الطوائفی درباره اینکه فقر از فضایل معنوی است همچنان به قوت خود باقی است. اما این عقاید، کاذب و ساخته بشر است؛ نه حقیقت غنی خدا برای شما و من.

به این ترتیب، از این لحظه به بعد، برای توانگر بودن، به هیچ عذرو بهانه بی نیاز ندارید. توانگری آرزوی الهی است که باید به گونه بی الهی تجلی یابد. می توانید جسورانه سپاس بگزارید که توانگری میراث الهی شماست. خواست پدر برای شما نیکویی نامحدود و موهبتهای بیکران است؛ نه یک زندگی بخور و نمیر.

اکنون برای پایدار ساختن این گرایش توانگرانه در ذهن خود، که خدا بعنوان آفریننده این عالم غنی، منشاء برکت آدمی است و از این رو، اراده خدا برای شما ثروت این عالم است، پیشنهاد می کنم کلامی را که خدا

به موسی گفت به خود بگویید: «خدای خود را به یاد می آورم زیرا او است که به من قوت می دهد تا توانگری پیدا نمایم.»

شاید فکر کنید: «آیا این نوع طرز تفکر عملی است؟ آیا چنین گرایشی موجب می شود که کفش به پای بچه برود و غذا بر سفره بیاید و اجاره خانه پرداخت شود؟» البته که چنین است.

اخیراً با زنی صحبت می کردم که گویی همه چیز بر ضد او بود. به محض اینکه فلج شد، شوهر الکی قمار بازبیکارش او را ترک کرد و چند بچه را نیز روی دستش گذاشت و رفت. اگرچه مقفی بالای سر داشت، اما خانه در رهن بود. و هر چند ورقه دادگاه در دستش بود که شوهرش باید خرجی ماهانه‌ی برای بچه‌ها پردازد، اما این پول اندک که کفاف مخارج آنها را نمی داد. با همه اینها، هرگاه به دیدار این زن می رفتم که ماهها بستری بود و اخیراً کارش به صندلی چرخ دار نیز کشیده بود، همواره با ذوق و شوق از راههای تازه برکت و روزی که به روی او گشوده بود سخن می گفت.

در یکی از دیدارها گفت آنقدر قوطی کنسرو غذاهای مختلف هدیه گرفته است که تا چند ماه دوام خواهد داشت. در دیدار دیگری گفت که خویشاوندی از یکی از ایالات برای بچه هایش مقدار زیادی لباس فرستاده است. مخارج درمانی اش را نیز دوستی پرداخته که مقیم خارج از کشور است. به راستی که همه نیازهای مالی اش برآورده شده بود. حتی برایش مقداری رنگ رسیده بود، و یکی از همسایه‌ها سرگرم رنگ کردن دیوارهای بیرونی خانه اش بود.

وقتی راز توانگری اش را پرسیدم و گفتم تو که نه درآمد ثابتی داری و



نه پس اندازی، چگونه توانستی همهٔ قبضها و صورت‌حسابها را به موقع بپردازی، حال آنکه نمی‌توانی راه بروی و درصندلی چرخ‌دار نشسته‌ای؟ گفت که دعایی منشاء قدرت و رزق و روزی او بوده است. هرگاه نیازی مالی نزدیک می‌شد، او بارها این دعا را در دل تکرار می‌کرد و آرام به آن می‌اندیشید. این دعا مزموَرِ چهل و ششم است که می‌گوید:

«باز ایستید و بدانید که من خدا هستم!»

روزی که موعد پرداخت قسط خانه بود می‌بایست ۴۰ دلار پردازد، حال آنکه یک سنت هم نداشت. پس به آرامی به این عبارت اندیشید که: «باز بایست و بدان که من خدا هستم. باز بایست و بدان که من خداوند، در این وضعیت سرگرم کارم.» نزدیک ظهر بود که دید لبریز از آرامش، ابدأ دل‌نگران این وضع نیست. ساعتی بعد که مراقبهٔ یک ساعته‌اش را به پایان رساند، خویشاوندی برای غذا دادن به او به خانه‌اش آمد. در حال صرف ناهار بود که همسایه‌ی داخل اتاق شد و در حالی که پولی را به دستش می‌داد گفت: «کلاس روزیکشنبه ما تمام مدت به یاد تو بود. دیدیم در خزانه بیش از مخارج لازم پول داریم. تصمیم گرفتیم این برکت را با تو تقسیم کنیم.» پولی که به زن داده شد ۴۰ دلار بود.

چون این زن خدا را منشاء رزق و روزی خود می‌دانست توانست این حقیقت را به اثبات برساند که این منشاء حتی در شدیدترین وضعیت — بیماری وخیم و مشکلات زناشویی و ناامنی مالی — هیچگاه موجب شکست و سرافکنندگی انسان نمی‌شود. البته آرزوی بزرگش این بود که بتواند در کمال استقلال مالی، روی پای خود بایستد و از هدایای

خویشاوندان و همسایگان و دوستان بی نیاز باشد. از آنجا که این زن در توانگرانه اندیشیدن استقرار یافته است، بی تردید به خواسته خود خواهد رسید. اکنون پس از سالها شروع به راه رفتن کرده است. حتماً چندی نخواهد گذشت که سرکار نیز خواهد رفت. از همه مهمتر این که لحظه به لحظه، این حقیقت را به اثبات می رساند که شرایط زندگی هر اندازه نیز دشوار باشد، روزی غنی خدا می تواند از راههایی پیشینی نشده به سراغ انسان بیاید.

هنگامی که مزمورخوان در مزمور بیست و سوم گفت: «خداوند شبان من است. محتاج به هیچ چیز نخواهم بود.» خدا را منشاء رزق و روزی خود دانسته بود. تکرار این آیه یکی از بهترین دعاها برای توانگری است. خانمی خانه دار برای پرداخت دو صورت حساب که می بایست تا پایان هفته می پرداخت به صد دلار نیاز داشت. اوایل هفته، هرگاه این ترس به دلش راه می یافت که چگونه باید آن دو صورت حساب را پردازد، بی درنگ در دل خود تکرار می کرد: «خداوند شبان من است. محتاج به هیچ چیز نخواهم بود.» جمعه صبح که می بایست صورت حسابها را پردازد، در میان نامه های رسیده چکی به مبلغ ۱۱۰ دلار یافت. چک از طرف شرکتی بود که چند سال پیش شوهرش برای آنها کار کرده بود. نامه بی نیز همراهش بود که می گفت در حساب همسرش این مبلغ را «یافته اند» و چون می خواهند این حساب را ببندند این چک را برای آنها می فرستند.

یک هفته به آخر ماه مانده بود و مردی کارمند که خانواده‌ی پرجمعیت داشت کفگیرش به ته دیگ خورده بود. خواربار موجود در خانه نیز ته کشیده بود. جمعه همسرش به او گوشزد کرد که دیگر چیزی در بساط ندارند و فردا صبح که شنبه است روز خرید آنهاست. هر دو بر آن شدند که برای طلب روزی به خدا چشم بدوزند و از او هدایت بخواهند. پس بی وقفه تکرار می‌کردند: «کفایت ما از خداست.»<sup>۴</sup> شنبه صبح از اداره مالیات بر درآمد نامه‌ی همراه با چکی به مبلغ ۶۰ دلار برایشان رسید. این مبلغ برای مخارج تا اول ماه آنها کفایت می‌کرد.

زنی فروشنده که مخارج فراوان داشت و میزان فروشش پایین آمده بود تصمیم گرفت که برای افزایش برکت به خدا چشم بدوزد و این دعای ربانی را تکرار کند که: «نان کفاف ما را امروزه ما بده.» (متی: ۶: ۱۱). به محض تکرار این آیه، ناگاه همه چیز دگرگون شد. میزان فروشش چنان بالا رفت که علاوه بر حقوق ماهانه‌اش چکهای درصد فروش، دیگر بار به سوی او سرازیر شدند. همسایه‌ها برای نشان دادن محبت و احترام خود، خوراکیهای دلخواهش را پختند و در ظروفی زیبا به او پیشکش کردند. دوستی چند دست لباس نوبه او هدیه کرد. بعضی از مشتریهایش برای قدردانی از خدماتش هدایایی گرانقدر تقدیمش کردند.

(۴) رساله دوم پولس رمول به قرنتیان، ۳: ۵.

چندین بار برای شام به خانه‌ی دوستانش دعوت شد و با خاطره‌ی دلپذیر به منزل بازگشت. نان کفاف هر روزش چنان تأمین می‌شد که در دلش شکمی به جا نماند که برکت تازه‌اش ثمره‌ی رضایت‌بخش تکرار این آیه بوده است.

اگر خدا را منشاء همه‌ی برکتها و ثروت‌های خود بدانید و برای یکایک جزئیات امور مالی خود چشم امیدتان را به او بدوزید، همه‌ی جنبه‌های زندگیتان ثبات می‌یابد. آنگاه زمانی می‌رسد که شاهد اضطرارها و فوریت‌های مالی نخواهید شد و به مائده‌های بی‌درنگ آسمانی نیاز نخواهید داشت. شگفت اینکه هرچه بیشتر خدا را سرچشمه‌ی روزی خود بدانید، اوضاع مالی‌تان بهتر می‌شود و همواره جوهری که نیازهایتان را برمی‌آورد در دسترس شما خواهد بود. هرگاه بی‌وقفه خدا را منشاء مدام برکات خود بدانید، مزبور اول در مورد شما نیز مصداق خواهد یافت: «رغبت او در شریعت خداوند است. و روز و شب در شریعت او تفکر می‌کند. پس مثل درختی نشانده نزد نهرهای آب خواهد بود. که میوه‌ی خود را در موسمش می‌دهد. و برگش پژمرده نمی‌گردد. و هرآنچه می‌کند نیک انجام خواهد بود.»

اما مادامی که به آن فهم و دانش نرسیده‌ایم که بتوانیم جوهر کائنات را به سیمای نهرناگسسته دولت متجلی سازیم، باید برای نیازهای مالی خود به منشاء همه‌ی ثروت‌ها: «پدرغنی آسمانی» خویش چشم بدوزیم.

شاید فکر کنید: «اگر توانگری من در اصل از جانب خدا می‌آید، و اگر او منشاء روزی من است، پس فایدهٔ اندیشهٔ توانگرانه چیست و به چه درد می‌خورد؟ اصلاً میان اندیشهٔ توانگرانه و برکاتم چه رابطه‌ی وجود دارد؟»

برکت غنی خدا از روز ازل پیرامون شما و همچنین به صورت استعدادهای و تواناییهای بالقوه و آرمانها و اندیشه‌هایی در انتظار تجلی، درون شما بوده است و خواهد بود. منتها باید با این جوهر و خزانهٔ غنی تماس حاصل کرد. ذهنتان حلقهٔ اتصال شماست. گرایشها و مفاهیم ذهنی و باورها و اعتقادات و نگرشهای شما به مثابهٔ حلقهٔ اتصال شما برای دسترسی به جوهر و خزانهٔ غنی خداست. خدا تنها کاری را می‌تواند برایتان بکند که بتواند آن را از طریق آرمانها و اندیشه‌ها و واکنشهای خودتان بیان و عیان کند.

از هم اکنون تماس با جوهر غنی جهان پیرامون و جوهر غنی عالم درونتان را آغاز کنید و ندا در دهید: از همین لحظه هدایا و عطایای خدا را در درون و پیرامونم برمی‌انگیزانم و از هر جهت و هر دست، برکت کامرانی و شادمانی و کامیابی راستین به سوی من می‌آید. با تکرار این عبارت، همهٔ ثروتها و دولتهای این عالم غنی را به سوی خود می‌کشانید و از طریق خویش متجلی می‌سازید.

یکی دیگر از حقایق تکان‌دهنده دربارهٔ توانگری این است که اندیشه‌هایی که پیش از این در سرتان می‌گذشت امروز شما را آفرید؛ اندیشه‌هایی که امروز در سرتان می‌گذرد نیز فردای شما را می‌آفریند. هر چه بیشتر این حقیقت را دریابید، پی می‌برید که اگر بعنوان پایگاه

اتحاد خود با کامیابی، از روی تعمّدی سنجیده، اندیشه توانگرانه را به کار گیرید، اشخاص و اماکن و اوضاع و حوادث نمی توانند آن توانگری و کامیابی را که مشیت الهی شماست از شما بگیرند یا آن را بازدارند. در واقع خواهید دید اشخاص و امور و رویدادهایی که سابقاً بر ضدّ شما بودند، یا به خدمتان درمی آیند یا از زندگی تان بیرون می روند و جای خود را به اشخاص و رویدادهایی تازه می دهند تا راه کامیابی شما هموارتر شود. و این ناشی از قدرت اندیشه توانگرانه است.

برخی از صاحب نظران معتقدند که یک اندیشه توانگر قدرتمندتر از هزار اندیشه سست و شکست پرور است، و دو اندیشه توانگر قدرتمندتر از ده هزار اندیشه سست و شکست پرور! پس به گرایشهای کامیابی بخش خود بچسبید و دست از سر آنها برندارید، زیرا کامیابی شیفته اندیشه توانگرانه است. گویی پدرمهربان ما نیز گرایش توانگرانه را می پسندد. یقیناً دیگران هم آن را می ستایند و به سویش جذب می شوند و در راهش آستین خدمت بالا می زنند.

همواره به خاطر آورید که خدا منشاء همه برکتهاست. آنگاه با او و جوهر غنی و آرمانهای غنی او که منتظر شناخت و تأیید شما هستند تماس معنوی حاصل کنید و بگویید: «من فرزند دولتمند پدری مهربانم. اکنون همه موهبتها و عطایای گرانقدر او را می پذیرم. کامیابی شادمانه ام مشیت خداست؛ این کامرانی به سیمای آرمانهای شکوهمند و ثمرات نیکو هم اکنون پدیدار می شود!»

همواره این حقایق تکان دهنده را درباره توانگری به خاطر آورید که توانگر بودن کاملاً درست است. خدا این عالم غنی را برای شما آفریده

است و می خواهد که از آن کام بجوید. توانگری می تواند از طریق کاربرد هوشیارانه و مدام اندیشه توانگرانه بی درنگ به سراغتان بیاید و آرمانهای غنی و اعمال شکوهمند و ثمراتی دولتمند را عیان سازد. پس سرشار از شهامت به پدر صمیمی و پرمهر و محبت و دولتمند خود که مشتاق بهبود وضع شماست رو کنید و از او هدایت بطلبید. این گفته موسی را نیز به یاد آورید که: «خدای خود را به یاد آور زیرا اوست که به توقوت می دهد تا توانگری پیدا نمایی.» (تثیه، ۸: ۱۸): اکنون شادمانه و مشتاقانه به سوی قوانین پویای توانگری بشتابید. این قوانین معنوی و ذهنی زندگیتان را دگرگون می سازند. هنگامی که سلیمان گفت: «فقر و اهانت برای کسی است که تأدیب را ترک نماید.» (امثال، ۱۳: ۱۸) نیازه اکتشاف و شناخت این قوانین را دریافته بود. از هم اکنون می توانید با استفاده از آرمانهای ساده اما قدرتمندی که در این کتاب می خوانید، خود را از شر تنگدستی و شکست و تنگنا برهانید و خویشتن را در راه شاهوار کامیابی بیابید. در طول راه با تجربه هایی دلپذیر و ثمراتی نیکو مواجه خواهید شد که ناشی از قدرت اندیشه توانگرانه است و یکی دیگر از حقایق شگفت و تکان دهنده درباره توانگری!

## فصل دوم

### قانون اصلی توانگری

من قانون اصلی توانگری را به دشواری آموختم. آنچه در اینجا می‌خوانید تجربه‌ی سال‌هایی است که در اکتشاف این قوانین گذشت. پانزده سال پیش زندگی‌م رنگ و بویی نداشت. بیوه‌زنی بودم که پسری کوچک روی دستش مانده بود و برای هیچ شغل و حرفه‌ی آموزش ندیده بودم و در نتیجه کاری نداشتیم و خانواده‌ام نیز در آن دوران توانایی کمک مالی به مرا نداشت. اگر آن هنگام مرا دیده بودید حتماً می‌گفتید: «حالا اندیشه‌اش توانگر باشد یا نباشد، این بدبخت درمانده چه باید بکند؟»

اتفاقاً در همین دوران نکبت بار بود که درباره‌ی نیروی اندیشه بعنوان ابزاری برای موفقیت یا شکست آموختم. بسیار زود برایم آشکار شد که شکست‌های پیشین من ناشی از اندیشه‌های شکست‌زایم بود. نیز آموختم که همین نیروی اندیشه اگر به مسیر درست هدایت شود می‌تواند کلید زندگی سالم و شاید موفق باشد.

روزی که کلام سلیمان را خواندم: «زیرا چنانکه در دل خود فکر می‌کند خود او همچنان است.» (امثال سلیمان، ۲۳: ۷) یا این گفته



ایوب که: «امری را جزم خواهی نمود و برایت برقرار خواهد شد. و روشنایی بر راه‌هایت خواهد تابد.» (کتاب ایوب، ۲۲: ۲۸)، چه احساس شگفت و ادراک ژرفی در من پدید آمد. از جیمز آلن<sup>۱</sup> فیلسوف نامدار آموختم:

«آدمی با اندیشه‌هایش کلید اوضاع و شرایط را می‌چرخاند؛ و همه عوامل تحول و تجدید حیات برای اینکه آنچه را اراده می‌کند از خویشتن بسازد پیشاپیش درون خود اوست.»

آنگاه هیجان زده دریافتم که ثروت و سلامت و سعادت بالقوه‌ام به راستی درون خودم قرار دارد و منتظر است که به فعل درآید و به صورت اندیشه‌ها و احساسها و خواستها و فرمانهایی سالم و غنی و شاد عیان و بیان شود و جهانم را روشن گرداند.

به محض آگاهی از این راز ساده اما مقتدر، و به کاربردن آن، برایم در مدرسه بازرگانی راهی گشوده شد. آنگاه منشی وکیل جوانی به نام جو تالی<sup>۲</sup> شدم که بعداً شهردار شهر ما و نامزد نمایندگی کنگره و سرانجام رئیس شرکت بین‌المللی کیوانیس<sup>۳</sup> شد. به هنگام اوج کار با این وکیل دریافتم که باید کشیش شوم و به خدمت کلیسا درآیم تا بتوانم به دیگران نیز کمک کنم که کلیدهای معنوی و ذهنی تندرستی و شادمانی و توانگری و زندگی پرمعنا را بیابند و شیوه کاربرد آن را بیاموزند.

اکنون که به گذشته می‌اندیشم درمی‌یابم که خواه آگاه و خواه ناآگاه، در هر گام از راهم همواره قانون تشعشع و جاذبه را که قانون اصلی

1) James Allen

2) Joe Tally

3) Kiwanis International

توانگری است به کار گرفته‌ام و میان آنچه از جهان ستانده‌ام و آنچه به جهان بخشیده‌ام تعادل برقرار کرده‌ام. اخیراً در دیداری با دوستان قدیمی که سالهای متمادی آنها را ندیده بودم، در کمال حیرت از من پرسیدند: «کاترین چه پیش آمده که با آن موجود جدی و نامطمئن و اندوهگینی که روزگاری می‌شناختیم این همه تفاوت کرده‌ای؟ اکنون موجودی شاد و تابناک و حتی پیروز و ظفرمندی. بیا و رازت را با ما در میان بگذار و بگو از چه راه به آن رسیدی؟»

آنگاه با آنها از قانون اصلی زندگی سخن گفتم که در این فصل و فصلهای بعد این کتاب آمده است. از آنجا که خود این قانون را به کار بسته‌ام، درباره‌اش سرشار از شور و شوقم و معتقدم که برای شما نیز می‌تواند کارهایی بسیار بزرگتر از آنچه برای من کرد بکند! بیشماری از افرادی که در سخنرانیهای توانگری من شرکت جسته‌اند این قانون را به کار بسته و با کامیابی حیرت‌انگیزی روبرو شده‌اند.

به راستی که قوانین حاکم بر توانگری همان اندازه قابل اعتماد و اطمینان است که قوانین ریاضی و موسیقی و فیزیک و سایر علوم. هنگامی که کتاب مقدس از کاشتن و درو کردن یا دادن و گرفتن سخن می‌گوید همانا به قانون اصلی توانگری اشاره می‌کند. دانشمندان این قانون را قانون عمل و عکس‌العمل می‌خوانند. بعضی نیز آن را عرضه و تقاضا خوانده‌اند. امرسون؟ آن را قانون جبران و تلافی می‌خواند که طبق این قانون، هر جنس هم‌جنس خود را جذب می‌کند (کنند هم جنس با

هم جنس پرواز) و آن را قانونی قانونها می خواند.

با امرسون موافقم که زمان آن فرارسیده است که بر قانون جبران و تلافی بعنوان قانون اصلی زندگی تکیه کنیم. دوست دارم این قانون اصلی توانگری را قانون تشعشع و جاذبه بخوانم؛ آنچه را به صورت اندیشه و احساس و تصاویر ذهنی و کلام از خود بیرون می فرستید، همان را به سوی زندگی و امورتان می کشانید. اما در ازاء هیچ نمی توانید چیزی بستانید.

دلیل آنکه در این عالم فراوانی هنوز فقر هست این است که بسیاری از مردم این قانون اصلی زندگی را نمی فهمند و این حقیقت را در نمی یابند که برای قدرت جذب نخست باید بدهند و ببخشند و بدانند آنچه از آنها بیرون می تراود همان را به سوی خود جذب می کنند. بیشتر مردم هنوز باید بیاموزند که در ازاء هیچ نمی توانند چیزی بستانند. پیش از گرفتن باید بدهید. به عبارت دیگر، پیش از درو کردن باید بکارید. آنها که نمی بخشند، در زمین توانگری تخم نمی پاشند. از این رو نمی توانند با برکت بیکران خدا تماس حاصل کنند. در نتیجه، برای سرازیر شدن ثروتها و نعمتها و برکتهای غنی و جوهر بیکران کائنات راه نمی گشایند.

اخیراً که به دیدن افرادی از محله فقرنشین رفته بودم این حقیقت بر من آشکار شد. بسیار زود دریافتم که آنها تنها «دست بگیر» داشتند. ابداً نمی خواستند از طریق بخشایش یا کاشتن، قانون اصلی توانگری را برانگیزانند. در عوض می کوشیدند در ازاء هیچ چیزی بستانند؛ بی خبر از آنکه این امر محال است. در همان فقر دائمی خود به سر می بردند.

شاید فکر کنید: «از چنین افراد بدبخت و تنگدستی چه توقعی می‌توان داشت؟ آخر آنها که آه ندارند تا با ناله سودا کنند، چه در دست دارند تا به کسی بدهند؟» انسان همواره می‌تواند چیزی محسوس یا نامحسوس را ببخشد تا موجب تماس او با خزانه بیکران خدا شود. بیوه‌زنی که خانه‌یی پر از بچه روی دستش مانده بود به مشاوره تلفن کرد. نه پولی داشت و نه غذایی که بتواند شکم بچه‌هایش را سیر کند. موقع ناهار بود و بچه‌هایش از روز پیش چیزی نخورده بودند و عقلش نمی‌رسید که چه باید بکند و گیج و درمانده شده بود. مشاوره بود که به این تلفن پاسخ می‌داد به خوبی وضع زن را درک می‌کرد. خودش در موقعیتی مشابه دریافته بود که اندیشه توانگری می‌تواند راه «مائده‌های آسمانی» را بگشاید. پس در کمال شفقت و مهربانی، قدرت جادویی هر شکل از بخشیدن را برای زن توضیح داد و او را تشویق کرد که هرگونه که می‌تواند این جوهر را به گردش درآورد و خودش حرکت را آغاز کند تا این جوهر به شکل مناسب در زندگی متجلی شود.

البته هنگامی که مشاور این حقیقت را برای زن توضیح داد که برای ستاندن نخست باید بدهد، اولین واکنش او همان بود که نخستین واکنش من و شما به هنگامی بود که نخستین بار می‌شنیدیم که برای گرفتن نخست باید داد. «متأسفانه چیزی ندارم که بدهم.» مشاور به آرامی گفت: «البته که همه‌ما چیزی برای بخشیدن و ایثار داریم. حتی اگر نتوانیم بی‌درنگ به آن پی ببریم، همواره چیزی برای دادن وجود دارد.» آنگاه زن پریشان را تشویق کرد که به پیرامون خود بنگرد و هدایت بطلبد که در این لحظه چه چیزی را می‌تواند ببخشد و

هدیه بدهد.

مشاور بیوه زن را مطمئن کرد که همراه او دعا خواهد کرد تا به یمن هدایت الهی بتواند چیزی بدهد تا آنگاه بتواند چیزی نیز بستاند. مشاور به زن گفت پس از آنکه با دادن چیزی، این جوهر الهی را به جریان انداخت باید با چیدن میز ناهار و تهیه فهرست خواربار مورد نیازش، خود را برای دریافت غذای کودکان و پولی که برای خرید خواربار لازم داشت آماده کند؛ و ایمان داشته باشد که این پول بزودی متجلی خواهد شد.

بیوه زن سرشار از ایمان، آرام به دعا نشست و هدایت طلبید که چه می تواند بدهد. ناگهان گل‌های باغچه اش را به خاطر آورد. برخاست و آنها را چید و شادمانه برای همسایه‌ی بیمار برد. همسایه از دریافت گلها بسیار خوشحال شد. آنگاه میز ناهارش را با بهترین ظروف چینی و کارد و چنگال نقره و گرانترین دستمال سفره‌هایی که در خانه داشت چید. این کار در کود کانش شادی و هیجان و انتظار غذایی خوب آفرید. در حال نوشتن فهرست خواربار مورد نیازش بود که شخصی که از مدتها پیش ۳۰ دلار به او مقروض بود از در وارد شد و قرض خود را پرداخت. حال آنکه بیوه زن این ۳۰ دلار را فراموش کرده بود.

اگر بخواهم تنها یک پیام را به گوش جهانیان برسانم می‌گویم: نمی‌توانید در ازاء هیچ چیزی بستانید. اما به یمن بخششها و ایثارهای خود می‌توانید صاحب عالیترین موهبتها باشید.

از زمانی که درباره توانگری می‌نویسم چه بسیار نامه‌ها از کسانی دریافت کرده‌ام که هنوز به اهمیت این قانون پی نبرده‌اند و همچنان

می‌کوشند که در ازاء هیچ چیزی بستانند. از خانمی سه نامه دریافت کردم که پیاپی می‌گفت برای پرداخت قرضهای قدیمی اش بی درنگ به سی هزار دلار احتیاج دارد. اما تا لحظه‌یی که این قانون اصلی توانگری را به کار نبسته بود نتوانست پول مورد نیازش را به دست آورد.

هنگامی که امرسون نوشت: «از دل‌های بزرگ پیوسته نیرویی نهان برمی‌خیزد که بی وقفه رویدادهایی عظیم را به سوی خود می‌کشاند.» شاید منظورش توضیح همین قانون داد و ستد یا تشعشع و جاذبه بود. اما «دل‌های بزرگ» کدام دل است؟ همان دلی که جرأت اندیشیدن به اندیشه‌های بزرگ را دارد و به جای شکست و مشکلات و تنگنا، در انتظار کامیابی و توانگری است. در اندیشیدن به شکست و مشکلات و تنگنا کدام فضیلت ارزشمند و تحسین‌انگیز را می‌بینید؟ تجربه شکست و مشکلات و تنگنا بسیار آسان است. اما هر چه بیشتر به آنها فکر کنید بیشتر به آنها می‌چسبید.

چه بسیار این گلایه را می‌شنویم که: «چرا همهٔ بلاها باید سر من بیاید؟ چرا من فقط می‌بازم و هرگز برنده نمی‌شوم؟ چه دنیای بی‌مروتی!» گلایه معمولاً چنین آغاز می‌شود و به گفتگویی لبریز از تجربه‌های ناخوشایند زندگی و انتقاد از کار و همکاران و افراد خانواده و دولت و رهبران جهان و جنگ و جنایت و بیماری و اوضاع و شرایط سخت و دشواری و دشواری و دشواری می‌انجامد.

همهٔ ما خواه آگاه و خواه ناآگاه همواره قانون تشعشع و جاذبه را به کار می‌بریم. اما اگر می‌خواهید در زندگی‌تان شاهد توانگری و کامیابی بیشتر باشید باید آگاهانه و جسورانه و سنجیده، عنان اندیشه‌ها و

احساسهای خود را به دست بگیرید و دیگر بار آنها را به سوی توانگری و کامیابی هدایت کنید. این با شماست که دل و جرأت به خرج بدهید و اندیشیدن به چیزهایی را آغاز کنید که نهایت آرزوی شماست. این وظیفه شماست که خود را از تجربه ناخوشایند این لحظه برهانید و بیرون بکشانید. به محض اینکه اندیشه خود را درباره آنها عوض کنید، اوضاع و شرایط نیز عوض می شوند.

دوستی که مسؤول روابط عمومی شرکتی است اخیراً قانون تشعشع و جاذبه را به کار بست و از ثمرات موفقیت آمیز آن بهره مند شد. مدت‌ها منتظر پولی بود که می بایست از یکی دیگر از ایالات به او می رسید. به هر دری که زده بود موفق به دریافت آن نشده بود. سرانجام بر آن شد که با تشعشع شدید و مشخص و آگاهانه و جورانه ذهنی، آن مبلغ را بطلبد و یقین داشته باشد که در وقت مقرر همان مقدار یا مبلغی بیشتر به دستش می رسد.

آرام نشست و به گونه‌ی درباره آن مبلغ اندیشید که گویی پیشاپیش در دست اوست. به همه راههایی فکر کرد که به وسیله آن پول می توانست خدمت بیشتری برای روابط عمومی آن شرکت ارائه دهد. مدتی طولانی به آن مبلغ و همه کسانی که در آن کارذی نفع بودند و به همه جزئیات مسأله اندیشید. همچنین بارها تکرار کرد: «دل‌سرد نیستم. با پشتکار به پیش می روم و مصمم هستم از راه شگفتی که خدا برآیم می خواهد به کامیابی برسیم.» هنگامی که آرامش وجودش را فراگرفت مسأله را رها کرد و از ذهن بیرون راند. چند هفته بعد در یک گردهمایی که تعدادی از مشتریان نیز حضور

داشتند، به هنگام شنا در استخر مثل تصادفاً با مردی روبرو شد که ماهها کوشیده بود او را پیدا کند و مسؤول پرداخت این مبلغ بود. همانجا در استخر دربارهٔ دریافت این پول مذاکره کردند و قرارداهای لازم را گذاشتند. وقتی در منتهای شادمانی تجربه اش را برایم تعریف می کرد گفت: «جای تردید نبود که قانون توانگری تشعشع و جاذبه این ثمرهٔ نیکورا به بار آورد.»

در گفتگو با صدها نفر از مردم دریافته ام که آنچه را به راستی در ژرفای وجود خویش به آن می اندیشیم، ناخودآگاه به سوی خود جذب می کنیم؛ نه آنچه را در برابر دیگران بر زبان می آوریم. ضرب المثلی قدیمی می گوید: «آنچه هستیم جایگاهمان را تعیین می کند: اندیشه های دائمی ما نیز آنچه را هستیم می نمایاند.»

سیاری از مردم بدون آنکه نخست عادت به تشعشع معادل ذهنی موضوعی را در خود پیورانند، سخت می کوشند که از راههایی سطحی موهبتهای بزرگتری را به زندگی خود فراخوانند. آنگاه وقتی تلاشهایشان به شکست و نومیدی می انجامد، به تلخی دلسرد می شوند. یک بار به هنگام گفتگو با خانمی که میل داشت عروسی کند، به او پیشنهاد کردم که قانون تشعشع و جاذبه را برانگیزاند. پس از توضیح که برای جاذبه نخست باید تشعشع آن را از خود ساطع کند گفتم بارها این عبارت را تکرار کند که: «عشق الهی هم اکنون از طریق من همه آنچه را برای شادمانی و خوشبختی و تکمیل و کمال زندگی لازم است عیان می گرداند.»

چندی نگذشته بود که از دوستان مشترکمان شنیدم که او سخت



سرگرم جذب فرشته ازدواج بود، اما آنچه از خود ساطع می‌کرد تلفن یا دعوت از مردانی بود که می‌شناخت. شکوه کنان نزد آمد که شیوه دعای پیشنهادیم موثر واقع نشده بود. به نرمی به یادش آوردم که او «شیوه دعای پیشنهادی» را از خود ساطع نکرده بود؛ آنچه از او بیرون تراویده بود «شیوه جن و ترس» بود که پیشنهاد نشده بود. این شیوه از آن روبه طرز معکوس کار کرده بود که او فرایند را وارونه کرده بود.

اخیراً بیوه زنی میانسال دل و جرأت به خرج داد و شیوه تشمع و جاذبه را برای همین منظور به کار برد. آرام در استخری شناور بود و در دلش تکرار می‌کرد: «عشق الهی هم اکنون از طریق من متجلی می‌گردد و همه آنچه را برای شادمانی و خوشبختی و تکمیل و کمال زندگیم لازم است به سوی من می‌کشاند.» ناگهان از آن سوی استخر مردی از او پرسید که آب سرد است یا گرم. او نیز پاسخ داد که آب ملایم و عالی است. چندی نگذشت که مرد در آب بود و اندکی بعد بعنوان همسر در زندگیش.

آگاهی از اینکه می‌توان همه چیز را نخست در ذهن به انجام رساند، و پی بردن به اینکه ذهنتان قدرت الهی شماست که می‌توانید در جهت خیر آن را به کار ببرید، شگفت‌انگیز است. دلیل اینکه می‌توان همه چیز را نخست در ذهن به انجام رساند این است که ذهن حلقه اتصال میان عالم محسوس و عالم نامحسوس است.

در این روزگار شگفت، با شماست که سلطه معنوی خود را بر همه عناصر اعلام کنید و همه موهبت‌های نیکو را بطلبید و دل و

جرأت به خرج بدهید و جهانتان را به صورت دلخواهتان دگرگون یا رام کنید! البته، همه قدرتها برای آفرینش نیکی — و تنها نیکویی — به شما داده شده است. مشکلات زمانی به سراغ انسان می آیند که از این قدرت در راه معکوس استفاده کند.

این آگاهی که اگر در اندیشه ها و احساسها و انتظاراتان توجه خود را به طور پیوسته و آگاهانه به هر چیز معطوف کنید تجربه های زندگیتان را می آفریند، چه احساس رهایی و آسایشی می بخشد. با این وقوف، زندگی آسان تر و ساده تر و رضایت بخش تر می شود. احساس می کنید مشاجره و التماس و استدلال و استغاثه و درخواست لازم نیست. در عوض، آرام توجه خود را به اندیشه های معطوف می کنید و ذهناً آنچه را می خواهید در زندگی تجربه کنید، برمی گزینید و می پذیرید و متشعشع می سازید. این کار حتی پیش از آنکه ثمرات غنی سرازیر شوند به شما احساس پیروزی و سرافرازی می بخشد.

برای جذب موهبت دلخواهتان باید تشعشع شما سنجیده و از روی تعمد باشد؛ اگر نه در اندیشه هایی محدود فرو می روید و نتایجی محدود می آفرینید. شاید زندگی بسیاری از افراد را به یاد آورید که موفق می نمایند و ظاهراً لیاقت این موفقیت را ندارند؛ آنگاه به فکر می افتید که شاید این قانون آنقدرها نیز دقیق نیست. اما به خاطر داشته باشید که اگر کامیابی آنها بر پایه استوار اندیشه و احساس درست بنا نشده باشد، سلامت و ثروت و سعادتشان به وقتش از هم فرو سی باشد. اما به جای این اندیشه

که آیا قانون تشعشع و جاذبه در زندگی دیگران درست کار می‌کند یا نادرست، آرام در راه خود گام بردارید تا قوانین اندیشه‌توانگر را در زندگی خویشتن به اثبات برسانید.

سهامداری که همکارانش مدام گوش به زنگ گزارشهای بازار بودند و از کسادی اوضاع نق می‌زدند و می‌نالیدند، آهسته به اتاقی دیگر خزید و آرام استراحت کرد. در آرامش ژرف، این اندیشه را متشعشع ساخت که: «هم اکنون همه چیز و همه کس مرا توانگر می‌سازد.» ناگهان زنگ تلفن به صدا درآمد. در مدتی بسیار کوتاه، از پشت تلفن وارد چندین معامله سودبخش شد. گوشی تلفن را که گذاشت، دیگر بار زنگ زد و وارد چندین معامله دیگر شد.

کار یک تعمیرگر ساعت کساد بود. صبح که داشت سوار اتوبوس می‌شد قانون توانگری تشعشع و جاذبه را به خاطر آورد و در دلش تکرار کرد: «هم اکنون همه چیز و همه کس مرا توانگر می‌سازد.» در چند روز آینده چندین مشتری جدید برای تعمیر ساعت و جواهر به مغازه اش آمدند و ناگهان آنقدر برایش کار آوردند که تا چند هفته فرصت سرخاراندن نداشت.

همه ما چون مغناطیس هستیم! و در مقام مغناطیس لازم نیست کامیابی و توانگری را به زور به سوی خود بکشانید. می‌توانید به جای پرسه زدن در پیریشانی و فشار و انتقاد و اضطراب و افسردگی و عدم بخشایش و حس تملک که همه گونه بدبختی و مشکل و شکست را به خود جذب می‌کند، آن جایگاه ذهنی وجدآمیز و امید و انتظار توانگرانه را در خود بیافرینید که همه موهبتهای نیکوی عالم را شتابان به سوی شما

می‌کشاند.

از آنجا که می‌توانید صاحب معادله‌های محسوس و نامحسوس همه چیزهایی باشید که جسورانه برمی‌گزینید یا ذهناً به تشعشع آن می‌پردازید، پس هیچ چیز را جدا یا بیرون از خود نپندارید. از این اندیشه دست بکشید که مردم و اوضاع و شرایط قادرند شما را بیازارند یا آسیب برسانند. این دریافت را آغاز کنید که هیچ چیز نمی‌تواند میان شما و موهبتی که جسورانه در ذهن خود برمی‌گزینید و از طریق اندیشه‌ها و احساسها و کلام و انتظارهایتان بازمی‌تابانید بایستد.

ذهناً برگزینید و بازتابانید. قلباً برگزینید و بازتابانید. پیوسته و ناگسته برگزینید و بازتابانید.

خانمی اخیراً برایم تعریف کرد که از وقتی که آگاهانه اندیشه توانگر را در خود بیدار کرده است همه افراد خانواده اش برکت‌هایی شگفت به دست آورده‌اند: همسرش چندین بار اضافه حقوق گرفته است. برادرش رئیس شرکتی شده است که در آن کار می‌کند. دو خواهرش با حقوق ماهیانه‌ی کم نظیر بازنشسته شده‌اند. خواهری دیگر در اداره اش صاحب مقامی شده است که تاکنون زنی صاحب آن مقام نشده بود. برادری دیگر مدیرعامل شرکتش شده است. خمیرمایه‌ی اندک، قرص نانی چنین کامل برای این خانواده به ارمغان آورده است.

همه ما از جوهری محصور یا قدرت و نیرویی الهی سرشاریم که مشتاقانه می‌خواهد از این حصار برهد و برای ما، از طریق ما، و پیرامون ما کار کند. روانشناسان می‌گویند که انسان عادی تنها از ده درصد قدرت ذهن خویش استفاده می‌کند. صاحب نظران علم پزشکی می‌گویند که

انسان عادی تنها از ۲۵ درصد توانایی جسمی خود سود می‌جوید. روانشناسان می‌گویند که بازده یک ساعت کار متمرکز ذهن بیش از ۲۴ ساعت کار جسم است. بعضی از روانشناسان حتی معتقدند که حاصل کاریک ساعت اندیشه متمرکز بیش از یک ماه کار جسمانی است.

بی‌تردید درون و پیرامون هریک از ما قدرتی عظیم نهفته است. این جوهر و انرژی محبوس درون را می‌توان از طریق اندیشه‌ها و احساسها و تصاویر ذهنی سنجیده و آگاهانه برای کامیابی و توانگری و دریافت همه موهبتها رها و آزاد کرد و به استغناء و زندگی دلخواه خویش دست یافت. هنگامی که اندیشه‌ها و احساسها و تصاویر ذهنی شما غنی باشد، به سوی فضای غنی و لطیف این عالم پرواز می‌کند و در اثر قدرتمند ملکوت با جوهر غنی کائنات تماس می‌یابد. این جوهر جهانی غنی که از هوش و قدرت و خرد الهی سرشار است، آنگاه میان مردم و امور و اوضاع و شرایط و عالی‌ترین مجالها به حرکت درمی‌آید تا آنچه را با تشعشعات غنی و دولت‌مندی که از وجود شما ساطع شده است مطابقت دارد جذب کند؛ در این لحظه است که ثمرات نیکو پدیدار می‌شوند. به راستی که این عالم غنی است و با همه سردوستی دارد. آرزوی کائنات این است که همه ابناء بشر توانگر و سالم و شادمان باشند و امور جهان و جهانیان بر طبق نظم الهی به پیش رود.

در این مرحله لازم نیست به چند و چون نظریه تشعشع و جاذبه بپردازید. تنها آن را بپذیرید و بعنوان راز توانگری خود به کارش بسزید. همه قوانین توانگری که در سراسر این کتاب آمده‌اند راههای گوناگون بیدار کردن همین قانون تشعشع و جاذبه‌اند. به هنگام کاربرد آنها

درمی یابید که به فرآیندی وجدآمیز و هیجان‌انگیز و سحرآسا و پاداش‌دهنده سرگردید!

اکنون از شما دعوت می‌کنم که به اوج بلندپروازی خود صعود کنید؛ با شادمانی در میان صفحات این کتاب به پرواز درآید؛ و این حقایق را مدام به خود یادآوری کنید که:

«من مغناطیسی مقاومت‌ناپذیرم که دارای قدرت جذب همهٔ آرزوهای الهی و خواسته‌های درستم به سوی من است. برطبق اندیشه‌ها و احساسها و تصاویر ذهنی که پیوسته به آن سرگردم و از من برون می‌تراود موهبت‌های دلخواهم را به سوی خود می‌کشانم. من کانون کائنات خویشم! سرشار از قدرت آفرینش می‌توانم همهٔ آنچه را می‌خواهم بیافرینم. آنچه را متشعشع می‌سازم به سوی خود جذب می‌کنم. آنچه را ذهناً برمی‌گزینم و می‌پذیرم به سوی خویش فرامی‌خوانم. در ذهن خود گزینش و پذیرش بالاترین و بهترین موهبت‌های زندگی را آغاز می‌کنم. اکنون تندرستی و کامیابی و شادمانی را انتخاب می‌کنم و می‌پذیرم. اکنون برکتی بیکران را برای خویشتن و همهٔ مردمان برمی‌گزینم. این کائنات عالمی غنی و دوستانه است و من در کمال شهامت، همهٔ ثروتها و نعمتها و میهمان‌نوازی آن را می‌پذیرم و از این همه کامروایی شادمانم!»

## فصل سوم

### قانون خلاء

حتماً این را شنیده‌اید که طبیعت خلاء را دوست ندارد. قانون خلاء یکی از قدرتمندترین قوانین توانگری است. هرچند عمل کردن به آن ایمانی جسورانه و دلاورانه و ماجراجویانه می‌خواهد تا بتوان ثمرات کامل آن را درو کرد. هنگامی که انسانی صادقانه در راه توانگری می‌کوشد و تنها توانگرانه می‌اندیشد اما هنوز شکست می‌خورد، معمولاً به این دلیل است که از قانون خلاء استفاده نکرده است.

قانون خلاء در اصل چنین است: اگر در زندگیتان طالب موهبتی عظیم هستید بی‌درنگ خلاء بیافرینید تا بتوانید موهبت دلخواهتان را دریافت کنید! به عبارت دیگر: خود را از شر آنچه نمی‌خواهید خلاص کنید تا برای آنچه می‌خواهید جا باز کنید. اگر در گنجۀ لباس شما لباسهایی هست که دیگر مناسب خود نمی‌یابید؛ اگر در خانه یا محل کارتان لوازمی دارید که دیگر از آنها استفاده نمی‌کنید؛ اگر میان دوستان و آشنایان افرادی را می‌یابید که دیگر معاشرت با آنها را برای خود مناسب نمی‌یابید؛ همه چیزها و روابط مرئی و نامرئی غیرلازم را از

زندگیتان بیرون برانید و ایمان داشته باشید که همه آنچه را به راستی می‌خواهید و آرزومندید به دست خواهید آورد. معمولاً تا خودتان را از شر آنچه نمی‌خواهید خلاص نکنید نمی‌توانید دریابید که به راستی چه چیز را می‌خواهید.

در تجربه‌های زندگی درمی‌یابید هرگاه نتوانسته‌اید به موهبت دلخواهتان برسید به این دلیل بوده است که می‌بایست چیزی را رها می‌کردید تا برای خواسته خود جا باز کنید. جوهرهای نونمی‌توانند در جایگاه آشفته بنشینند.

اگر در زندگیتان طالب موهبت‌هایی عظیم‌تر هستید به پیرامونتان بنگرید و ببینید چه چیزهایی را می‌توانید رها کنید تا برای موهبت‌های عظیم‌تر جا بکشایند. چگونه خودتان را از شر چیزهایی که نمی‌خواهید خلاص می‌کنید؟ طبیعت به خلاء نفرت می‌ورزد. اگر آنچه را نمی‌خواهید از زندگیتان بیرون برانید، خود به خود برای آنچه می‌خواهید جا باز می‌کنید. با رها کردن چیزهای کوچکتر، برای ورود موهبت‌های عظیم‌تر راه می‌گشایید.

اخیراً زن و شوهری به هنگام اسباب‌کشی به خانه جدیدشان قانون خلاء را به کار بستند. از خانه قدیم خود تنها اثاث و لوازمی را برداشتند که به راستی دوست می‌داشتند یا برای روح و فضای خانه تازه‌شان مناسب می‌یافتند. بی‌باکانه مقدار زیادی از اثاث و اشیاء کهنه را به دیگران بخشیدند و در خانه نوتعمداً جاهایی را خالی گذاشتند و مجتم کردند که در این فضاهای خالی تنها اثاثی قرار می‌گیرد که به راستی دوست می‌دارند. مدتی گذشت و چیزی پیش نیامد. اما آنها با پشتکار به



تجسم خود ادامه دادند و اشیاء و اثاثی نو و بسیار زیبا و متناسب را در آن فضاهاى خالی مجسم کردند.

یک روز به شوهرش که در شرکتی بزرگ کار می‌کرد گفتند چون از کار او بسیار راضی هستند می‌خواهند علاوه بر پاداش مالی این امتیاز را نیز به او بدهند که بتواند تا مبلغ معینی هر چه می‌خواهد برای خود بخرد؛ یکی از کالاهایی که می‌شد با این امتیاز خرید اثاث و مبلمان منزل بود. مردی بازرگان که به ایالتی دیگر منتقل شده بود و در نتیجه ماهها در تلاش فروش خانه اش بود، دربارهٔ قانون خلاء شنید و دریافت برای فروش خانه اش کوچکترین حرکتی در جهت قانون خلاء نکرده است. پس آرام در اتاق مطالعه اش نشست و ذهناً مجسم کرد که همهٔ اتاقها خالی هستند؛ گویی پیشاپیش خانه به فروش رسیده است. چند روز نگذشته بود که خریداری از راه رسید و خانه را پسندید و چکی چندین هزار دلاری برای کل مبلغ خانه نقداً به دستش داد و همانجا با او تسویه حساب کرد.

هرگاه شهامت ایجاد خلاء را داشته باشید، جوهر کائنات برای پرکردن جای خالی می‌شتابد. این قانون شامل عرصه‌های معنوی و ذهنی و جسمی زندگی می‌شود.

مردی بازرگان سخت بیمار شد و هفته‌ها زیر نظر پزشک بود. پزشکش که طبیبی ماهر بود همهٔ راههای پزشکی را آزموده و نتیجه‌ی نگرفته بود. مرد همچنان تحلیل می‌رفت و روزبه روز ناتوان‌تر می‌شد. گویی جسمش آکنده از سمی بود که به این آسانی از بین نمی‌رفت. سرانجام شبی که از تبی شدید و سرفه‌هایی مدام خیس عرق بود، قانون

خلاء را به خاطر آورد و دریافت که حتماً باید چیزی را رها کند. از آنجا که از اثر ژرف ذهن و هیجانات و عواطف بر جسم آگاه بود، اندیشید شاید باید از گرایشی ذهنی یا احساسی هیجان‌آمیز دست بردارد تا این درد و تب و ناتوانی ریشه کن شود.

ناگهان در آرامشی ژرف فرو رفت و از خیرد الهی خواست تا بر او آشکار کند که چه حسی را باید از دست بدهد. ناگهان مردی را به یاد آورد که نسبت به او کینه‌ی شدید به دل گرفته بود. پشت سر او بدگویی کرده و حتی در صدد انتقامجویی از او برآمده بود. آنگاه رویدادهایی را که سبب این کدورت و میل به انتقامجویی شده بود از نظر گذراند و به این نتیجه رسید که چه بسا روح آن مرد از این ماجرا بویی نبرده باشد و اصلاً نداند که احساسات او از آن رویداد جریحه دار شده است. در هر حال دلیلی برای کینه به دل گرفتن وجود نداشت.

همچنان که از تب می‌سوخت بارها در دل خود تکرار کرد: من کاملاً تو را می‌بخشم. تو را رها می‌کنم و می‌گذارم به راه خود بروی. تا جایی که به من مربوط است، آنچه بین ما پیش آمد برای ابد تمام شده است. نمی‌خواهم که تو اندک آسیبی ببینی. من آزادم و تو نیز آزادی و همه چیز عالی است.

چندی نگذشته بود که سرشار از احساس آرامش و رهایی، پس از چند شب بی‌خوابی، به خوابی ژرف فرو رفت. صبح فردا تبش قطع شده بود. پزشکش گفت که سم بدنش به طرزی معجزه‌آسا یک شبه از جسمش خارج شده است. سرانجام حالش روبه بهبود گذاشت. این مرد از طریق عفو و بخشایش توانست خلاء مورد نیاز را برای سلامت و زندگی

تازه‌اش ایجاد کند.

بیشتر مردم از واژه «عفو و بخشایش» می‌هراسند و می‌پندارند که باید به کاری ناخوشایند یا نمایشی برجسته دست بزنند. عفو و بخشایش یعنی رها کردن آرمانها و اندیشه‌ها و باورها و احساسها و اوضاع و شرایط کهنه. به منظور جابازکردن برای چیزی بهتر. بزرگترین فایده «عفو و بخشایش» این است که خلاء می‌آفریند و برای موهبتی تازه جا می‌گشاید.

در گفتگو با صدها نفر از مردم درباره مشکلاتشان و از خواندن هزاران نامه درباره این مسأله دریافته‌ام هرگاه مشکلی حل نمی‌شود، نشانه آشکار نیاز به عفو و بخشایش کسی یا چیزی است. این را نیز دریافته‌ام که اگر یک نفر از کسانی که در این مسأله دخالت دارند حرکت «عفو و بخشایش» را آغاز کند، همه به شیوه‌ی مثبت پاسخ خواهند داد و راه حل نیز پیدا خواهد شد.

مثلاً کار زنی ثروتمند در مورد بعضی از مایملک همسر مرحومش به دعوی قانونی کشید. زن از این بابت احساس شرمساری می‌کرد زیرا مدعی علیه یکی از دوستان قدیمی خانوادگی بود. از شدت پریشانی شبی به گروه دعایی پوست و از بلایی که به سرش آمده بود با حاضران در جلسه سخن گفت. اما دید که اعضاء گروه نه تنها از مشکل او ناراحت نشدند؛ نه تنها هیچ گونه اظهار همدردی نکردند؛ بلکه گفتند که به جای تعقیب قانونی باید آن مرد را ببخشد و عفو کند. مات و مبهوت گفت: «او را ببخشم؟ من آمده‌ام که برایم دعا کنید تا در دادگاه برنده بشوم. او به وحشتناک‌ترین کارها دست زده است. چگونه او را ببخشم؟» اما اعضاء گروه دعا تغییر عقیده ندادند و روی حرف خود ایستادند. پس زن

نومیدانه آنجا را ترک کرد. اما هفته بعد، دیگر بار بازگشت و آنها به او اطمینان دادند که مسأله‌ی نیست که با عفو و بخشایش حل نشود. از آن پس، کوشید که به طور جدی قدرت عفو و بخشایش را مدنظر قرار دهد. روزی در حال رانندگی بود و به این دوست قدیم خانوادگی می‌اندیشید که ناگهان به صدای بلند گفت: «خدایا من انسانم و نمی‌توانم او را ببخشم. اما اگر توفادری او را ببخشی، او را از طریق من ببخش!» ناگاه احساس آرامشی ژرف او را فراگرفت و سپاس گزارد و این مسأله را از ذهنش بیرون راند.

چند روز بعد، وقتی این مرد به شهر آمد، به دیدار وکیل زن رفت و پرسید اگر امکان دارد می‌خواهد به طور خصوصی آن زن را ببیند. وکیل با دودلی پاسخ داد: «تصور نمی‌کنم فایده‌ی داشته باشد. چون ایشان امور حقوقی مربوط به این قضیه را به دست من سپرده‌اند و شما باید مسأله‌تان را با من حل و فصل کنید.» مدعی علیه پاسخ داد: «اما من که نمی‌خواهم با ایشان در مورد امور حقوقی صحبت کنم. می‌خواهم ایشان را ببینم چون روزگاری دوستان قدیمی خانوادگی بودیم و من همیشه همسر ایشان را می‌ستودم. فقط می‌خواهم مثل قدیم و ندیم ایشان را ببینم تا اندکی در باره گذشته‌ها حرف بزنیم.» به این ترتیب، دیداری دوستانه صورت گرفت و در آن میان از مسأله دادگاه نیز سخن به میان آمد و همه چیز به طرزی دوستانه، اما خارج از دادگاه و با در نظر گرفتن رضایت طرفین حل و فصل شد. به این ترتیب، رها کردن اندیشه‌ها و عقاید و گرایشهای تثبیت شده، برای تجربه‌هایی دلپذیرتر جا باز کرد.

در اینجا یکی از فنون «عفو و بخشایش» را به شما می‌آموزم که می‌تواند برای هر موهبتی که هم‌اکنون در زندگیتان نیاز دارید خلاء بیافریند: هر روز نیم ساعت آرام بنشینید و همه کسانی را که با آنها هماهنگ نیستید یا نسبت به آنها احساسی ناخوشایند دارید ذهناً ببخشید. اگر کسی را به بیعدالتی متهم کرده‌اید، اگر با کسی به تندی سخن گفته‌اید، اگر از کسی انتقاد یا پشت سرش بدگویی کرده‌اید، اگر کارتان با کسی به دعوی قانونی کشیده است، ذهناً از آنها عفو و بخشایش بطلبید. ذهن نیمه‌هشیار آنها پیام شما را خواهد گرفت و پاسخ مثبت خواهد داد. اگر به خودتان نیز این اتهام را وارد کرده‌اید که شکست خورده‌اید یا خطا کرده‌اید خودتان را نیز ببخشید. عفو و بخشایش می‌تواند خلاء بیافریند و راه توانگری و کامیابی شما را بگشاید. برای بخشیدن دیگران، در ذهن خود تکرار کنید:

«عشق بخشاینده خدا ما را آزاد کرده است. عشق الهی اکنون ثمراتی نیکو و کامل می‌آفریند و دیگر بار میان ما صلح و صفا برقرار می‌شود. من تو را به دیده محبت می‌نگرم و از شکوه و جلال کامیابی و توانگری و موهبت‌های توبه وجد می‌آیم.»

برای کامیابی و توانگری خودتان ذهناً تکرار کنید:

«من تنها در پناه عفو و بخشایش و لطف و مرحمت خدا

هستم.»

روزی با خانمی صحبت می‌کردم که در زندگی زناشویی اش دچار مشکلات فراوان بود. همسرش به علت بی‌ثباتی و اعتیاد به الکل،

نزدیک بود کاربی نظیرش را از دست بدهد. وقتی به او گفتم باید این افکار و عقاید را درباره شوهرش از دست بدهد و با عفو و بخشایش او، برای موهبتی عظیم تر خلاء بیافریند؛ با لحنی حق به جانب گفتم: «من دلیلی برای عفو و بخشایش نمی بینم. من که عاشقانه شوهرم را دوست دارم!»

گفتم کاملاً آشکار است که باید خلاء بیافرینی؛ کاملاً آشکار است که در وضعیتی قرار داری که می خواهی از آن رها و آزاد شوی؛ چه بسا لازم نباشد که شوهرت را عفو کنی؛ اما به علت بسیاری از گرایشهای منفی نیمه هشیار که در عواطف و هیجانات ما انباشته شده و از حضورشان آگاه نیستیم، برای همه ما لازم است که هر روز عفو و بخشایش را به کار گیریم.

سرانجام با اکره پذیرفت که روزی نیم ساعت بنشینند و عفو و بخشایش را تمرین کند. بعداً در کمال حیرت برایم تعریف کرد که در این هنگام نام اشخاصی را که مدتها به خاطر نیاورده بود به یاد می آورد و تجربه ها و خاطره های تلخ و ناخوشایند گذشته به حافظه اش هجوم می آورد. در این مدت، درباره همه آن اشخاص و همچنین درباره رفتار اخیر شوهرش کلام رهایی و آزادی و عفو و بخشایش را بر زبان می آورد. وقتی احساس رهایی از بسیاری از عواطف و هیجانها و گرایشهای کهنه خصومت آمیز دفن شده را آغاز کرد، شوهرش میل به نوشیدن الکل را از دست داد. دیگر بار با جدیت هرچه تمامتر به کارش چسبید. و چنان اقبال عظیمی به آنها رو آورد که توانست کار بیرون از منزل را کنار بگذارد — که آرزوی دیرینه اش بود — تا بتواند در خانه ای زیبا رفاه

شوهرش را فراهم آورد.

آیا در این اندیشه‌اید که چگونه و از چه راه یکی از مشکلاتان باید حل شود؟ اگر در چنین وضعی قرار گرفته‌اید، رها کنید؛ آزاد کنید؛ خلاص کنید؛ باید از چیزی دست بکشید یا دست از سر کسی بردارید. در مورد وضعیت یا اشخاصی که با آنها رفتاری دارید، مدام در دل خود تکرار کنید: «من رها و آزاد می‌کنم. از همه چیز دست برمی‌دارم تا همه چیز را به دست خدا بسپارم.» از رها کردن نهراسید. با رها کردن هیچ چیز را از دست نمی‌دهید. در معنویت، رهایی و خلاصی هست؛ اما فقدان و از دست دادن نیست. رها کنید تا موهبت‌های خودتان و دیگران، آزادانه‌تر حرکت کند و به سویتان آید. رهایی، بر قدرت جاذبه موهبت‌ها می‌افزاید.

اما هشداری که باید در مورد رها کردن چیزهای ملموس به شما بدهم. یک بار که سراغ گنجه لباسم رفتم احساس کردم چه خوب است اگر همه لباسهایم را به خواهرم ببخشم. لباسهایم بسیار عالی بودند اما دیگر از آنها خسته شده بودم، و چون مدتی بود که لباس تازه‌یی در زندگیم پدیدار نشده بود، فکر کردم باید اینها را ببخشم تا برای لباسهای تازه جا باز کنم.

پس از این که لباسها را برای خواهرم پست کردم، با شادمانی منتظر لباسهای تازه‌یی شدم که یقین داشتم پدیدار خواهند شد. اما چند هفته‌یی گذشت و لباسی پدیدار نشد. سرانجام دریافتم که هنوز ذهناً به آن لباسها چسبیده بودم و هر روز فکر می‌کردم: «اگر هنوز آن لباس را داشتم امروز می‌پوشیدم.»

پس اکنون نوبت رها کردنِ راستین بود: رها کردن چیزهایی که فکر می‌کردم رها کرده‌ام! در ذهنم سراغ یک‌کایک لباسها رفتم و به یک‌کایک آنها گفتم: «آزادانه تو را رها کردم. کاملاً تو را رها می‌کنم و می‌گذارم بروی. تا آنجا که به من مربوط است، مأموریت تو در گنجۀ لباسهایم تمام شده و دیگر به تو نیاز ندارم.» به راستی که چه زود لباسهای تازه و زیبا در گنجهام پدیدار شدند!

گویی «جریان مغناطیس» به کار افتاد. دوستی که کوچکترین اطلاعی از گنجۀ خالی من نداشت، به سویم آمد و آهسته در گوشم گفت: «پولی دارم که می‌خواهم آن را با تو قسمت کنم. هر بار که فکر یا دعا کردم که با این پول چه باید بکنم تنها چهرۀ توبه ذهنم آمد. حالا این پول را به تومی دهم. حتی اگر به آن نیاز نداری، می‌توانی برای خودت مقداری لباس نوبخری. البته می‌دانم یک عالم لباس داری و یکی از دیگری زیباتر. اما چه کنم که این فکر دست از سرم برنداشت و تنها خواهم این است که هدیه‌ام را بپذیری.»

هدیه‌ او جوهر کائونات را به جریان انداخت تا از هر سوبه سویم جاری و سرازیر شود. مقالاتی نوشته بودم که پذیرفته نشده بودند و چند هفته پیش دیگر بار آنها را ویرایش کرده و مجدداً فرستاده بودم. این بار پذیرفته شدند و پول قابل ملاحظه‌یی نیز برای آنها به من پرداخت شد. چند نفر به هنگام خرید، لباسهای زیبایی دیده و فکر کرده بودند: «این چقدر به کاترین می‌آید و برای او مناسب است!» آنگاه این لباسها را بعنوان هدیه برایم خریده بودند. جالب اینجاست که همه لباسها همانی بودند که ذهنماً مجسم کرده بودم که گنجۀ خالی‌ام را پر خواهند کرد. یکی از



دوستانم که مدتها بود نامه نگاری ام با او قطع شده بود و در ایالتی دیگر به سر می برد و ابداً نمی توانست از گنجۀ خالی من باخیر شده باشد برایم بسته های بزرگ لباس فرستاد و بعداً نامه یی از او رسید که: «وقتی به خرید لباس رفتم ناگهان به دلم افتاد که برای هر دو نفر مان خرید کنم و این فکر آنقدر نیرومند بود که نتوانستم در برابر آن مقاومت ورزم. امیدوارم دقیقاً مطابق سلیقه ات باشند.»

از این تجربه چه درسها آموختم. تا لحظه یی که به راستی لباسهایی را که برای خواهرم فرستاده بودم رها نکرده بودم هیچ یک از اینها پیش نیامده بود. هدیه یی که آزادانه و رها عطا نشود اصلاً هدیه نیست. اگر نمی توانید به رایگان و بی چشمداشت ببخشید، زحمتش را نیز به خود ندهید. اما اگر خواستید ببخشاید یا هدیه بدهید، حتماً از سر لطف و بزرگواری آنچه را داده اید ذهناً رها و فراموش کنید. اگر نه به کاری نیکو دست نزده اید و خلاء نیافریده اید.

راه دیگر بیدار کردن قانون خلاء، استفاده از جوهر مرئی و محسوسی است که هم اکنون در اختیار دارید، بدون این که به آن بچسبید یا احتکارش کنید. به این ترتیب برای جریان شتابناک توانگری تازه به سوی خویشان راه می گشایید. البته برای حصول ثمرات نیکو باید با گرایش ذهنی معینی به آن پردازید.

هرگاه چنین می نماید که توانگری کافی ندارید و نمی توانید از پس نیازهایتان برآید یا قادر نیستید به موهبتهایی بزرگتر دست یابید، عنان وضعیت را در اختیار بگیرید؛ یعنی اندیشه ها و احساسات خود را کنترل کنید. به جای احساس عجز و درماندگی و دلسوزی به حال خود، به هر

اندیشه‌یی که بوی فقر و تنگدستی می دهد بگویید: آرام باش، آرام و خاموش!

کیف پول، دسته چک، دفترچه حساب پس انداز، کیف دستی یا صندوقچه‌ای را که حافظ امور مالی شماست به دست بگیرید و به آن بگویید: «حتی هم اکنون از وفور بیکران و غنی خدا لبریزی. خدا همین الآن همه نیازهایم را برمی آورد.» آنگاه وقت آن است که بی باکانه و جسورانه هر اندازه که در اختیار دارید خرج کنید یا هر چقدر از آن جوهر مورد نیاز شماست بردارید و استفاده کنید. اگر قبضها و صورتحسابهایی هست که باید پردازید، صبر نکنید تا اول «پول کافی» به دست آورید؛ با ایمان به پیش بروید و آنچه را می توانید پردازید. این یعنی شکستن جوهری که در دست دارید، تا به پیش برود و چندین برابر بازگردد.

در این مرحله، ایجاد و حفظ گرایشی توانگرانه به گونه‌یی که گویی فراوانی مورد نیازتان پیشاپیش کاملاً عیان شده است حائز اهمیت است. اکنون وقت گفتگو از تنگدستی و دریغ و مضایقه و صرفه جویی نیست. در عوض، موقع آن است که در صورت لزوم تا آخرین سکه‌یی که در جیب دارید خرج کنید. اگر در این مرحله خست به خرج دهید یا از فقر و فقدان سخن گوئید، بهایی مضاعف خواهید پرداخت. ذهناً با نظر مساعد جویای توانگری باشید و برای جوهری که خود پیشاپیش برون می فرستید سپاس بگذارید. آنگاه جسورانه با خیرخواهی و آرایه‌یی غنی آن را برون فرستید و شادمانه تکرار کنید: «این وفور خداست و من آن را با خیرد و شادمانی برون می فرستم.» هرگاه به ظاهر مخالف امور

بی توجه باشید و با نظر مساعد به وضعیت بنگرید همواره برکتان از راه می‌رسد!

شاید کسی که بیشترین چیزها را دربارهٔ این مرحله از قانون خلاء به من آموخت خانم خانه دار آرام و بی ادعایی است که همواره با نظر مساعد به اوضاع می‌نگرد و جسورانه با آرایه‌یی غنی آنچه را در جیب دارد خرج می‌کند و همواره نیز برکتش به وفور از راه می‌رسد.

چند سال پیش بر آن شد که کلیسایی را که من نیز در آن خدمت می‌کردم بیاراید و زیبا کند. آهسته نزد من آمد و دگرگونیهای متفاوتی را که در نظر داشت ایجاد کند با من در میان گذاشت و سرا خاطر جمع کرد که «وجوهی خصوصی» برای انجام این کار دریافت کرده است. ماهها بعد فهمیدم که منظورش از «وجوه خصوصی» پول خوار بار خودش بوده که سخاوتمندانه برای خرید کالاهای زیبا به کلیسا اختصاص داده بود.

او به این شیوه آنچه را داشت با آرایه‌یی غنی برون فرستاد. چون به «نگرش مساعد» خود ادامه داد، همهٔ نیازهای خصوصی و محرمانه اش نیز برآورده شد. راههایی تازه و نامنتظر برای وفور برکت و نعمت بر او و همسرش گشوده شد؛ به گونه‌یی که برای نخستین بار در زندگیش خدمتکاری استخدام کرد؛ اتومبیلی نو هدیه گرفت و با درآمد ماهیانهٔ مکفی به استخدام کلیسا درآمد.

اما این کالاهای زیبا چه‌ها که نکرد! ناگهان هدایای نفیس برای تزئین کلیسا باریدن گرفت و تماماً به این دلیل که این زن خانه دار جرأت کرده بود که بسیار آرام «با نظر مساعد بنگرد» و جسورانه و بی باکانه و با آرایه‌یی غنی، جوهری را که در دست داشت — حتی اگر آن جوهر پول

خواربار خودش بود — به مصرف برساند. حتی اکنون وقتی به ایمان آن زن به قانون خلاء فکر می‌کنم، تحت تأثیر قرار می‌گیرم. البته ثمرات نیکوی اعمالش را نیز تجربه می‌کند و همواره می‌گوید هیچ نیاز مالی نداشته است که برآورده نشده باشد. زیرا می‌داند چگونه باید قانون خلاء را آغاز و ایجاد کند.

راه دیگر برای «نگرش مساعد» این است که ظاهر امر هر اندازه نیز مخالف نماید، قدم خیر پیش بگذارید. بهترین لباس‌هایتان را بپوشید؛ خود را به زیباترین وجه بیارایید. با استفاده از هر آنچه دارید، به غنی‌ترین شکل ممکن زندگی کنید. به یاد داریم یک بار برای شرکت در کنفرانسی به لباس نو احتیاج داشتم، اما برای خرید آن پولی در دست نداشتم. وقتی برای حلّ این مسأله دعا کردم، این احساس در من پدید آمد که باید شروع کنم به پوشیدن بهترین لباس‌هایم تا اندک‌اندک بتوانم احساس دولتمندی کنم. تقریباً به مدت یک هفته هر روز بهترین پیراهن‌هایم را به تن کردم. تا این که روزی برای قدردانی از خدمتی که مدتها پیش برای کسی به انجام رسانده بودم، پولی بعنوان هدیه برایم فرستاده شد. البته بی‌درنگ لباس‌های نو دلخواهم را خریدم.

پس از رها کردن؛ پس از ایجاد خلاء برای توانگری تازه؛ بگذارید برود، یعنی به راستی دست از سرش بردارید و تمام توانایی خود را صرف احساس دولتمندی کنید؛ در درون و بیرون‌تان فضایی غنی بیافرینید؛ به جوهری که هم اکنون در اختیار دارید ظاهری ثروتمند و شکوهمند ببخشید. هیچ‌گاه از فقر و تنگدستی ظاهری خود یا این که خلاء ایجاد کرده‌اید با احدی سخن نگویند. می‌گوییم فقر و تنگدستی ظاهری زیرا فقر

و تنگدستی واقعی نیست. چه بسیارند افرادی که به علت سخن گفتن از فقر و تنگدستی همچنان در مشکلات مالی برجا مانده‌اند. هرگز خودتان را فقیر یا محتاج ندانید. هیچ‌گاه در باره دورانهای سخت یا این که مجبور به صرفه جویی و قناعت هستید صحبت نکنید. به جای این که خود را نیازمند بدانید، دولتمند بشمارید. اکنون وقت آن است که بهترین ظروف چینی و نقره‌تان را استفاده کنید و حتی اگر به صرف ساده‌ترین خوراک سرگرمید، در نور شمع غذا بخورید.

وقتی خلاء ایجاد کردید و اجازه دادید آنچه را نمی‌خواهید برود؛ وقتی برای برآوردن نیازهایتان از موجودی ملموس خود به بهترین وجه استفاده کردید؛ وقتی با وجود ظاهر مخالف امور، به غنی‌ترین شکل ممکن زندگی کردید؛ راههای تازه برکت و نعمت بر شما گشوده خواهد شد. داراییهایی کشف‌نشده را در دست خود خواهید دید که قبلاً به حضورشان پی نبرده بودید. دیگر مردمان بی آن که خود بدانند بر رزق و روزی شما خواهند افزود.

نیرومندی شما در آرامش و اطمینان نهفته است. هرگاه به توانگری بیشتر نیاز داشتید، جرأت کنید و با «نگرش مساعد» برکت بطلبید و جوهر موجود را به بهترین وجه ممکن بشکنید و برون بفرستید. هرگاه گرفتار نیاز مالی هستید، همواره برای چگونگی ایجاد خلاء — خواه از راه عملی و خواه از راه معنوی — هدایت الهی بطلبید تا بتوانید توانگری تازه را به سوی خود جذب کنید. دچار بیم و هراس نشوید؛ زندگی مجالی آفریده است تا به اثبات برسانید که قوانین نامرئی توانگری می‌توانند ثمرات مرئی رضایت‌بخش بیافرینند. این تشرّف شما به آیین قدرتمند

تفکر توانگرانه است.

اگر بتوانید از همان آغاز پرورش تفکر توانگر، راه ایجاد خلاء برای موهبت تازه را بیاموزید، به هنگام گرفتاریهای مالی دچار وحشت و اضطراب نمی شوید، بلکه می دانید که پیروزمندانه نیازهایتان را برخواهید آورد و در درازمدت بسیار دولت‌مند خواهید شد زیرا آموخته‌اید چگونه برای برآوردن نیازهای مرئی، قوانین نامرئی توانگری را به کار گیرید.

وقتی با استفاده از آنچه دارید خلاء می آفرینید، بیشتر اوقات درمی یابید که به اندازه کافی در دست دارید؛ متوجه می شوید که پیش از این بسیاری از چیزها تلف می شدند و به هدر می رفتند. هنگامی که بی باکانه جوهر موجود را به مصرف می رسانید، آنچه نخست نا کافی می نمود تکافو می کند. و اگر بی باکانه به استفاده از آن ادامه بدهید و یقین داشته باشید که همه نیازها برآورده می شوند، حتی در تمام مدتی که بی درنگ جوهری پدیدار نشود کارتان را راه می اندازد.

همه ما می خواهیم که وضع مالی بهتری داشته باشیم. وانگهی، ثروت حق طبیعی ماست. راه به دست آوردنش نیز این است که: هرگز از بی پولی و تنگدستی سخن نگوئید. در عوض، به وفور غنی جهانی و کیهانی بیندیشید که همه جا هست و همه جا یافت می شود. آنگاه بیاموزید که رها کنید؛ دست بکشید؛ هدیه بدهید؛ به این ترتیب برای چیزهایی که دعا کرده‌اید یا آرزومندشان هستید جا باز کنید. هنگامی که اندیشه‌ها و آرمانها و گرایشها و اشیاء و مایملک کهنه را به دور می ریزید یا از فضای زندگی خود دور می کنید، و به جای آن اندیشه‌ها و

آرمانهای تازه توانگری و توفیق و پیشرفتهای نورانی نشانید، شرایط شما روزبه روز بهتر می شود. همواره خواستار چیزی بهتر هستید. این لازمه پیشرفت است. همان گونه که لباس بچه ها برایشان کوچک می شود، شما نیز هنگامی که افقهای زندگیتان را می گسترانید، می بینید که آرمانهای پیشین برایتان کوچک شده اند.

برای همگامی با این رشد همواره باید کهنه ها را دور ریخت. هنگامی که به کهنه ها می چسبید، جلو پیشرفتتان را می گیرید و آن را بند می آورید.

دل و جرأت به خرج بدهید و هم اکنون خلاء بیافرینید تا بتوانید آن توانگری و توفیق کاملی را که آرزومند تجربه اش هستید و مشیت الهی شماست، به زندگیتان فرا خوانید.

## فصل چهارم

### قانون خلاقیت

اکنون که خلاء ایجاد کرده‌اید آماده‌اید که از طریق قانون خلاقیت، آن خلاء را با موهبت‌های غنی نوپر کنید. در واقع قانون خلاقیت با سه گام اصلی زیر همراه است: ۱) داشتن طرح و برنامه و نوشتن آرزوهای مربوط به آنها؛ ۲) تجسم ذهنی که طرحها و برنامه‌ها به سرانجام دلخواه رسیده‌اند؛ ۳) تکرار مدام عبارات تأکیدی مربوط به انجام کامل و عالی آنها.

نخستین بخش قانون خلاقیت بسیار مهم است زیرا بدون داشتن طرح و برنامه، دو بخش بعدی بی معنا می شود.

نخستین گام قانون خلاقیت: بهره‌مندی از آرزویی نیرومند، و توانایی کاری سازنده برای انجام آن آرزو است. تازگی فروشنده‌یی به من گفته است هرگاه خریداری به سراغش می‌آید که سخت آرزومند خرید کالاهایی معین است، بسیار آسانتر کالاهای مورد علاقه مشتری را به او می‌فروشد. حتی اگر خودش احساس کند کالاهای دیگری بیشتر به درد خریدار می‌خورد هرگز در عوض کردن رأی مشتری نمی‌کوشد زیرا می‌داند



آرزوی نیرویی مجاب کننده است. وانگهی، آرزوی نیرومند نمایانگر ایمان به آن کالا است و معمولاً رضایت کامل به بار می آورد.

آرزوی راستین هرگز سست یا سرد و بی رنگ نیست. شدید و نیرومند است. به شیوه‌ی درست پرورانده و بیان می شود و نظفه کامیابی را در خود دارد. هرچه آرزوی تان نیرومندتر باشد، اقتدار شما برای حصول آن موهبت افزون تر می شود.

به هنگام مشاوره درباره مشکلات گوناگون افراد دریافته ام اگر آرزویی درست باشد، هر مانعی را که در برابر انجام آن بایستد از سر راه برمی دارد. آرزوی درست، نخستین گام برای حل مشکلات و رسیدن به جاذبه توانگری است.

اقا چگونه می توان مشکلات را از سر راه برداشت و شاهد توانگری و کامیابی را در آغوش کشید؟ با این شیوه که تمام توجه خود را به هدفی بزرگ معطوف کنید. هدف بزرگ همواره با آرزوهای کوچکتر همراه است که چون به دست آید، آرزوهای کوچکتر نیز خود به خود برآورده می شوند. روانشناسان بر این عقیده اند که وقتی صاحب آرزوها و هدفهایی بزرگ هستیم، بر افراد و رویدادها اثر می گذاریم. گویی همه چیز و همه کس ناخودآگاه با آرزوها و هدفهای بزرگ ما همنا می شوند و ما را یاری می کنند تا به آنها برسیم.

شگفت اینجاست که از میان افراد بیشماری که می پندارند می خواهند موفق باشند، تنها انگشت شماری به راستی صاحب آرزوهای نیرومند هستند مابقی، از اینکه در جریان رویدادها و آرزوهای کوچک شناور باشند خرسندند. اگر بعضی از افراد به جایی رسیده اند، بدانید که

آرزویی شدید برای بالاترین و بهترین موهبت‌های زندگی در دل داشته‌اند. یکی از عباراتی که همواره تکرار آن را به مردم توصیه کرده‌ام این است:

«من آرزومند بالاترین و بهترین موهبت‌های زندگی هستم، و هم اکنون بالاترین و بهترین موهبت‌های زندگی را به سوی خود می‌کشانم.»

قانون خلاقیت این است که به جای اینکه آرزوهای دیرین خود را با این بهانه که رؤیاهایی محال هستند خفه و سرکوب کنید، به طرز سازنده به آنها بنگرید، یعنی ببینید که آرزوهای راستین شما چیستند و آنگاه آنها را بنویسید.

از آرزوهایتان فهرستی تهیه کنید. به طور منظم به سراغ آنها بروید و در صورت لزوم آنها را عوض یا جابجا کنید. وقتی آرزوهایتان را یادداشت می‌کنید، جایگاه ذهنی آنها نیز منظم می‌شود. زیرا تنها زمانی ذهن آدمی ثمراتی معین به بار می‌آورد که به طرز روشن به آن گفته شود که چه باید بکند.

بسیاری از مردم از راه‌های بیرونی برای توانگری می‌کوشند، اما به هدف نمی‌رسند زیرا می‌ترسند تکلیف خودشان را با اندیشه‌هایشان روشن کنند و به آرزوهایی قطعی و معین برسند. می‌خواهند زندگی بهتر و پول بیشتر داشته باشند، اما به روشنی نمی‌دانند چگونه می‌خواهند بهتر زندگی کنند و به چه مقدار پول بیشتر نیاز دارند. بسیاری از مردم از قطعی بودن می‌هراسند. فکر می‌کنند مبادا برای خدا تکلیف تعیین کرده

باشند. اما همان طور که دکتر امیلی کدی<sup>۱</sup> می‌گوید: «هرگاه آرزویی درست و نیرومند به سراغتان می‌آید، دست خداست که در ذهنتان را می‌کوبد و می‌خواهد موهبتی عظیم‌تر به شما عطا کند.» اگر آن آرزوهای درست ژرف را سرکوب کنید و نگذارید از راهی سازنده بیان و عیان شوند، معمولاً به بیراهه می‌روند و به طرز مخرب یا به صورت گرایشهای عصبی و فشارها و هراسها، اعتیادها و بیماریهای روانی و عدم تعادل‌های جنسی یا سایر اعمال منفی بروز می‌کنند.

سالها قبل برای نخستین بار اقتدار نوشتن آرزوها و برنامه‌ها توسط رئیس پیشینم جوتالی به من ثابت شد. روزی درست پس از شکست در رقابتی انتخاباتی، بجای دلسوزی به حال خود نشست و بی‌درنگ سرگرم طرح برنامه‌ی تازه شد. آرزوهایش را برای شرکت حقوقی بزرگتر و گسترش فعالیت‌های آن و استخدام پنج یا شش وکیل جدید و اضافه درآمد سالیانه دلخواه برای شرکت در آن سال و پنج سال بعد نوشت.

آن روزها — از بس که این شیوه ساده می‌نمود — نمی‌دانستم که یکی از قدرتمندترین راه‌های رسیدن به کامیابی است. با این حال دیدم طرحی که رئیس‌م نوشته بود عملی شد و به اجرا درآمد. بتدریج پنج وکیل جدید استخدام شدند که هر کدام در یکی از رشته‌های حقوق تخصص داشتند. شرکت به یکی از طبقات عمارتی تازه‌ساز که به ساختمان بانکی اختصاص داشت منتقل شد.

پس از اینکه تالی برنامه‌اش را طرح‌ریزی کرد و دلاورانه به رشته

تحریر درآورد و به سوی آن گام برداشت، انصافاً این ضرب‌المثل که «هیچ چیز به اندازه کامیابی کامیاب نمی‌شود.» درباره او صدق کرد.

سهامداری را نیز می‌شناسم که ثابت کرد که توانگری حاصل برنامه‌ریزی است. چند سال پیش، رئیس شرکتی بزرگ درگذشت. در آن هنگام این شرکت دچار مشکلات مالی بود. معاون شرکت که از نظر مدیریت امور مالی شخصیتی برجسته به شمار می‌رفت، مدیریت امور مالی شرکت را به عهده گرفت. بی‌درنگ مشکلات مالی شرکت برطرف شد و امروزه موجودی این شرکت در بازار کشور رقیب ندارد. هیچ شرکتی نمی‌تواند با میزان فروش آن رقابت کند. می‌دانید راز این توانگری چیست؟ گویی معاون سالها وقت خود را صرف تهیه برنامه‌ی کرده بود که برای رشد و گسترش و توانگری این شرکت خردمندان می‌انگاشت. روزی که رئیس شرکت شد، برنامه را از کشوی میز تحریرش بیرون آورد و آغاز به اجرای آن کرد. امروز دیگر شرکتش سازمانی متوسط الحال نیست. یکی از بزرگترین و ثروتمندترین شرکت‌های این مرز و بوم است.

توانگری حاصل اندیشه و عمل آگاهانه است. زندگی توانگرانه گاه کامیاب و گاه ناکامیاب نیست. مانند پل یا ساختمان، حاصل برنامه‌ریزی دقیق است. بدون طرح‌های آگاهانه و توانگرانه نمی‌توان شاهد ثمراتی استوار و پایدار شد.

بی‌تردید قانون خلاقیت یکی از قوانینی بود که در دل شاگردانی که به کلاس‌های توانگریم می‌آمدند «طنین» انداخت. بسیاری از شاگردانم که در کار کسب بودند و با این قانون همنوا شدند ثمراتی نیکو و حیرت‌انگیز به بار آوردند. آنها که مدتها برای توانگری کوشیده بودند و به

نتیجه دلخواه نرسیده بودند دریافتند که باید آرزوهایی قطعی و معین داشته باشند و از طلب خواسته‌های راستین خود نهراسند. وعده کتاب مقدس این است:

«سؤال کنید که به شما داده خواهد شد. بطلبید که خواهید یافت. بگویید که برای شما باز کرده خواهد شد.» (انجیل متی، ۷:۷).

شاید فکر کنید که در این لحظه آرزویی قطعی و معین ندارید و نمی‌دانید که به راستی خواهان چه چیز هستید. در این صورت، از همه چیزهایی که نمی‌خواهید در زندگی داشته باشید فهرستی تهیه کنید. از همه چیزهایی که می‌خواهید از زندگیتان بیرون برود و ریشه کن شود فهرستی تهیه کنید و به آنها بگویید:

همه شما محومی شوید!

همه شما به نابودی می‌گراید!

مردی را می‌شناسم که در کار الکترونیک بود. شریکش ماهها پیش در گذشته بود و سهم او در دست وارثانی مانده بود که حاضر به هیچ‌گونه همکاری نبودند. نه سهم او را می‌خریدند و نه سهم خود را می‌فروختند. در این تنگنا بود که به اندیشه توانگرانه رو آورد. آرزوی اصلی او این بود که یا سهام دیگر را بخرد یا سهام خود را بفروشد. تنها می‌خواست این بلا تکلیفی حل شود تا بتواند از ابهام و آشفتگی درآمد و با دلخوشی به کارش ادامه بدهد. یک ماه پس از نوشتن این که این بلا تکلیفی تلخ حل

می شود، از وکیلی نامه‌یی دریافت کرد که وارثان سهم خود را می فروشند. وبی درنگ سهم خود را فروختند.

گروهی که سرگرم کسب و کار بودند و به هنگام رکود اقتصادی اخیر در کلاسهای توانگری شرکت می کردند، نخست آرزوهای شش ماه، و سپس آرزوهایی را که می خواستند در آغاز هر ماه از این شش ماه برآورده شود نوشتند. هر هفته، در روزی معین به سراغ این فهرست می رفتند و آرزوهایی را که برآورده شده یا جاذبه خود را از دست داده بودند خط می زدند یا آرزوها و فهرست را می گسترند یا حتی به کل عوض می کردند. هر هفته، شاگردان فهرست آرزوهایشان را به کلاس می آوردند. در آغاز هر جلسه، هر فرد (بی آنکه دیگری چیزی درباره آرزوهای او بداند) فهرست تاشده آرزوهایش را به دست می گرفت و همه به صدای بلند می گفتیم:

«من فرزند دولتمند پدری مهربانم. هرآنچه از آن پدر است، از آن من است تا آن را با دیگران قسمت کنم و از آن کام بجویم. خیرد الهی اکنون نشانم می دهد که چگونه سلامت و ثروت و شادمانی و عطایای الهی خود را بطلبم. خیرد الهی هم اکنون راههای تبرکهای بی درنگم را گشوده است. ایمان دارم همه آنچه حق الهی من است، هم اکنون به سیمای بهمین بیکران فراوانی به سویم می آید. تبرکهای غنی من مانع از موهبتهای دیگران نیست، زیرا جوهر غنی خدا نامحدود است و همه جا گسترده است تا همگان از آن سود جویند. تأخیری معناست! آنچه با والا ترین نیکی جانی منافات دارد هم اکنون از هستی ام می گریزد و من نیز

آن را نمی‌خواهم. آن آرزوهای درست الهی که موهبت‌های خدا هستند، هم اکنون به غنی‌ترین سیما، و از راه‌هایی شگفت برآورده می‌شوند.»

همچنین به شاگردان تعلیم داده می‌شد که حداقل روزی ۱۵ دقیقه را به مراقبه و دعای شفاهی بگذرانند. (در فصل ششم کتاب در باره این موضوع گفتگو خواهیم کرد.) در انتهای ۱۵ دقیقه نیز باید مدتی را به طلب برکت و توفیق برای فهرست آرزوهای خود، و تجدید و تعویض و گسترش آنها اختصاص بدهند. از آنها خواسته می‌شد که آرزوهایی بسیار قطعی و معین را انتخاب کنند؛ مثلاً می‌خواهند به طور روزانه یا هفتگی یا ماهانه چقدر پول درآورند؛ و همه اینها را در فهرست خود بنویسند. ضمناً از آنها خواسته می‌شد به اینکه چگونه این آرزوها برآورده می‌شوند و این موهبت‌های غنی در اختیارشان قرار می‌گیرند فکر نکنند. به جای این‌گونه حیرتها، تمام نیروی خود را صرف به کار بستن قوانین خلاقیت و توانگری کنند.

نتایجی که به دست می‌آوردند بی‌همتا بود. نامه‌هایی از سراسر دنیا دریافت کرده‌ام که نمایانگر خرسندی ژرف آنها از به کار بستن این قوانین است. هنگامی که اعضاء این گروه بر فهرست آرزوهای خود کار می‌کردند و آنها را می‌گسترند یا تغییر می‌دادند، این گفته گوته<sup>۲</sup> را نیز تکرار می‌کردیم که:

«آنچه را می‌توانی یا می‌اندیشی که می‌توانی، آغاز کن! در

2) Goethe

جسارت، نبوغ و قدرت و سحر و جادو نهفته است.»

اغلب اوقات این عبارت را نیز تکرار می‌کردیم که:

«هرآنچه را بتوانیم تصور کنیم، به یاری خدا می‌توانیم به

دست آوریم.»

این حقیقت را نیز به یاد می‌آوردیم که موانع از سر راه انسانی که می‌داند به کجا می‌رود می‌گریزد و دور می‌شود. گویی همه دنیا حامی انسانی است که می‌کوشد برخیزد.

اندیشیدن به آرزوهای خویشتن، بیان سازنده آنها از طریق نوشتن، تعیین زمان دلخواه برای برآورده شدن آنها، و دعا برای این که لطف خدا شامل حال آن آرزوها شود، دارای اقتداری اعجاب آور است. چه بسا ساده لوحانه بنماید، اما معمولاً حقیقت‌های بزرگ و اسرار قدرتمند ساده‌اند. آنقدر ساده که انسان عادی با کوشش برای یافتن راهی دشوارتر، آن را نادیده می‌انگارد.

زنی بازرگان از راهی دیگر قانون خلاقیت را بیدار کرد. در آغاز سال، به جای تصمیم‌گیری برای ماههای آینده، نامه‌یی به خدا نوشت و همه آرزوهایی را که برای سال نو در دل داشت صادقانه با خدا در میان گذاشت. آنگاه در پاکت را بست و آن را در کتاب مقدس نهاد. نزدیک پایان سال، آن نامه را نشانم داد. آرزوهای معین و قطعی بسیاری در آن نوشته شده بود. دیدیم که همه آرزوهای بزرگش برآورده شده بودند. او بیوه زنی آرزومند ازدواجی سرشار از سعادت بود. نزدیک آخر سال، خودم در مراسمی خصوصی آنها را به عقد یکدیگر درآوردم. اندکی پس از نوشتن نامه‌اش به خدا، از طریق دوستان با همسرش آشنا شده بود. در



نامه اش خانهدیی بهتر نیز خواسته بود. همسرش این خانه را به او هدیه داد! آرزوی دیگرش به دست آوردن شغلی بهتر بود، که در نیمه سال، شغلی دلپذیرتر و پُردرآمدتر یافت.

اما باید این هشدار را به شما بدهم که وقتی آرزوهایتان را می نویسد، با خودتان صادق باشید. مانند این زن، احساسها و آرزوهای ژرف خودتان را بیان کنید، نه آنچه را دیگری برایتان می خواهد یا آنچه فکر می کنید باید بخواهید. اگر خواهان ثمراتی به راستی شادی آور هستید، با خودتان و آفریدگارتان صادق باشید.

زن بازرگان دیگری را می شناسم که در آغاز سال نو، نامه یی مشابه به خدا نوشت. اما به جای نوشتن آرزوهای بزرگش، آرزوهایی سطحی و کوچک و معمولی را بیان کرد که برآورده شدن آنها چندان اهمیتی نیز برایش نداشت. از آرزوهای بزرگی که به دلش چنگ می انداخت یادی هم نکرد. البته هیچ رویدادی نیز پیش نیامد.

علت این بود که راز دلش را به خدا نگفته بود و آرزوهای ژرفش را در دل خود قفل کرده بود. پس راه را به روی موهبتهای غنی خدا بسته بود. خواست و مشیت پدرمهربان این است که در همه زمینه ها صاحب عالی تر از عالی باشید. «زیرا ملکوت خدا در دست توست.» اما اگر یاری خدا را می طلبی تا این ملکوت را تجربه کنی، کمترین کاری که از دستت برمی آید این است که با او و با خودت صادق باشی. اگر نه، راه را بر هرگونه توفیقی می بندی.

شاید بپرسید: «حتی اگر آرزوهایی والا در دل من نیست، آیا باز باید صادق باشم و صادقانه آنها را بنویسم؟» پاسخ من این است که: حتماً! زیرا با صداقت خود، به جای سرکوبی آنها، آنها را بیرون می ریزید و با آنها روبرو می شوید. آنگاه، پدرمهربان می تواند آرزوهایی نیکو و والا را به جای آنها بنشانند.

به هنگام مشاوره با کسانی که طالب کمک معنوی هستند نیز این اصل را مؤثر یافته ام. اغلب اوقات دیده ام که آنها مشکل اصلی خود را شرم آور یا ضربه بی هولناک می پندارند. از مشکلات کوچکتر خود سخن می گویند، اما سر مسئله اصلی نمی روند و آنچه را مایه رنج و عذاب آنهاست در دل مخفی نگاه می دارند. اما آنگاه که راز خود را با من در میان می نهند و به سراغ مشکل راستین می روند، پاسخ مشکلات از راه می رسد و راه حل الهی متجلی می شود.

دوستی دارم که رئیس مدرسه مانکنی است و آنقدر فن نوشتن آرزوها و گسترش یا تعویض روزانه آنها را سودمند یافته است که آن را روی نوار ضبط کرده و بعنوان درس، در کلاسهای مانکنی اش تدریس می کند. حاصل این بوده که شاگردانش همواره بهترین مشاغل خود را در رادیو و تلویزیون و مجلات یافته اند. او از شاگردانش می خواهد که هر روز از کار و محیط کار و دستمزد و ساعات کار دلخواهشان در هفته، فهرستی دقیق تهیه کنند.

یکی دیگر از راههای ساده اما مؤثر برای بیدار کردن قانون خلاقیت این است که روز خود را با نوشتن فهرست کارها آغاز کنیم و با نوشتن

خواستها و آرزوهایمان پایان دهیم. خودم هر روز صبح چند دقیقه می‌نشینم و در حالی که فنجان قهوه به دست دارم، به روزی که در انتظارم است و کارهای بزرگ و کوچکی که می‌خواهم خودم و دیگران به انجام برسانیم می‌اندیشم. به همه رویدادهای دلخواهم فکر می‌کنم، که چند دقیقه بیشتر طول نمی‌کشد، و می‌دانم که این زمان نه تنها تلف شده نیست بلکه به بهترین وجه صرف شده است؛ زیرا آنگاه تمام روزم را در اختیار کامل خویش می‌یابم. معمولاً در پایان هر یادداشت، از توفیق الهی و فیض ربانی تشکر می‌کنم. این مسأله که چگونه خواسته‌هایم به نرمی و لطف، و بدون اینکه خودم کاری کرده باشم به انجام می‌رسند حیرت‌انگیز است. تنها کاری که من می‌کنم تهیه فهرست و شکرگزاری از توفیق الهی است.

در پایان روز چند دقیقه می‌نشینم و نامه‌ی تشکرآمیز برای خدا می‌نویسم و از همه موهبتها و تبرکها و کامیابیهای آن روز، به شادی یاد می‌کنم و سپاس می‌گذارم. معمولاً به روز بعد نیز می‌اندیشم و فهرستی از توفیق کامل آن روز نیز تهیه می‌کنم. گویی از این راه ذهنم می‌آرامد و شب به خوابی ژرف فرو می‌روم. تهیه فهرست صبح و شب را بسیار نوربخش و وجدانگیز یافته‌ام. و آنقدر به اهمیت آن آگاهم که چون آیینی روزانه به انجامش می‌رسانم. روزهایی که به آیین روزانه می‌چسبم همه چیز به نرمی پیش می‌رود.

اگر فنّ تهیه فهرست از کارها و آرزوها، در نظرتان بی‌اهمیت جلوه می‌کند، بگذارید به شما بگویم که بسیاری از افراد موفق این شیوه را به کار می‌گیرند، اما راز موفقیت خود را فاش نمی‌کنند.

دو مهندس مشهور به طور محرمانه نشانم داده اند که دفترچه کوچکی را همواره در جیب بغل دارند و هرگاه کاروبار روزانه شان آشفته می شود به آن مراجعه می کنند. در چنین مواقعی بی درنگ خواسته‌هایشان را در دفترچه یادداشت می کنند. می نویسند که می خواهند چه رویدادهایی پیش آید و امور به چه منوال بگذرد. هیچ کس به این فکر نمی افتد که آنها به چه کاری سرگرمند. از این رو، در میان مردم آنچه را می خواهند می نویسند و بی درنگ بر اوضاع مسلط می شوند و عنان مشکلات را در دست می گیرند.

اخیراً مادری که در یکی از کلاسهایم شرکت می کند از پسر جوانش که رئیس شرکتی بازرگانی است درباره کلاسی پرسید که همراه با شریکش در آن شرکت می کرد. پسرش گفت که در این کلاس برای حل مسائل و مشکلات مدیریت، یک فن روانشناختی به آنها می آموزند که باید آرام بنشینند و مشکل خود را و بهترین راه حلّی را که برای آن می یابند بنویسند، آنگاه همه یادداشتهایشان را پاره کنند و بیاسایند و یقین بدارند که همین راه حل یا راه حلی بهتر به انجام خواهد رسید؛ زیرا توانسته اند در ذهن خود راه حلی برای آن بیابند و این راه حل را به روی کاغذ بیاورند! وقتی پسر شنید که مادرش ماهها پیش این شیوه را در کلاس آموخته است و به انجام می رساند به شگفت آمد.

پزشکی که تازه چند هفته بود نوشتن درآمد هفتگی دلخواهش را آغاز کرده بود، مشاهده کرد که درآمدش به طرز قابل توجهی افزایش یافته است. قبلاً در ذهن خود به درآمد ماهانه دلخواهش اندیشیده بود، اما ارقام به نظرش بزرگتر از آن آمده بودند که بتواند ذهناً آنها را بپذیرد. اما وقتی

ارقام را به سطح هفتگی رساند، ذهنش آسان‌تر توانست افزایش هفتگی را بپذیرد. از این رو، بی‌درنگ متجلی شد.

این کلام کتاب مقدس به دلم می‌نشیند: «زنهار که رحمت و راستی ترا ترک نکنند. آنها را بر گردن خود ببند. و بر لوح دل خود مرقوم دار. آنگاه نعمت و رضامندی بی‌نیکو، در نظر خدا و انسان خواهی یافت.» (کتاب امثال سلیمان نبی، ۳: ۳ و ۴). زمانی که می‌کوشید از نظر خدا و انسان، لطف و تفاهم بستانید، بدانید که این فن نوشتن بسیار قدرتمند است.

اگر در مورد مسائل مالی تفاهم می‌طلبید، مخفیانه برای فرشته‌کسانی که در این کار دست دارند نامه بنویسید. آنگاه این نامه‌ها را لای کتاب مقدس خود بگذارید. عارفان می‌گفتند که هر کس «فرشته» یا «ضمیر برتر»ی دارد. هرگاه نتوانیم از راههای معمول به آن فرشته برسیم، باید مخفیانه برایش نامه بنویسیم. عارفان از این نیز پافراتر می‌گذاشتند و می‌گفتند که تماس با هفت سنخ از آدمیان دشوار است. آسان‌تر است که برای تماس با آنها، به جای بحث و گفتگو و استدلال از راههای معمول، به فرشته‌شان نامه بنویسید. چون این هفت سنخ از آدمیان را به تفصیل در کتابم از دولت عشق<sup>۳</sup> شرح داده‌ام، در اینجا از توضیح مجدد آن خودداری می‌کنم.

شاید فکر کنید: «شیوه نامه نوشتن به فرشته یقیناً از نظر عرفانی نیکوست، اما از نظر عملی تا چه اندازه سودمند است؟» باید این را

(۳) این کتاب توسط همین مترجم ترجمه شده است.

دریابید که با هر کس که مشکلی دارید، به این معناست که نتوانسته‌اید از راههای معمول به او برسید. پس اگر بکوشید که مخفیانه از طریق ضمیر برتریا «فرشته» اش به او برسید چه اشکالی دارد؟

مرد بازرگانی در پایان دادن به معامله‌ی دچار مشکل بود. همه اشخاص ذی نفع موافق بودند بجز مردی که همواره دودل و درباره همه چیز نامطمئن بود و مسائل را پا در هوا نگاه می‌داشت. مرد بازرگان از فرط نومی‌دی بر آن شد که شیوه نامه نوشتن به فرشته را بیازماید. گویا مرد مردد، شخصی ترسو و بیم زده و همواره دل‌نگران چیزی بود. از این رو، مرد بازرگان مخفیانه به فرشته جان براون (فرض می‌کنیم که نام آن مرد جان براون بود) نوشت: «ای فرشته جان براون، برایت برکت می‌طلبم و تو را سپاس می‌گزارم که این معامله را به بهترین صورت پایان می‌بخشی و سروسامان می‌دهی و برای همه اشخاص ذی نفع خرسندی و شادمانی و توانگری به بار می‌آوری.» مرد بازرگان این عبارت را پانزده بار نوشت، زیرا قدما معتقد بودند که رقم پانزده اوضاع و شرایط سخت را درهم می‌شکنند و موانع را از سر راه برمی‌دارد. چند روز نگذشته بود که مرد بازرگان از راه دور به من تلفن کرد تا برایم تعریف کند که یکی دو روز بیشتر از نامه‌نگاری با فرشته مرد دودل نگذشته بود که به دفترش تلفن کرد و گفت: «فردا صبح به دفترم بیا و اسناد را امضاء کن. این مسأله به اندازه کافی به تعویق افتاده است. واقعاً می‌خواهم هر چه زودتر فیصله یابد.» از این رو، معامله بی‌درنگ انجام پذیرفت.

یکی دیگر از فنونی که به ویژه برای پرداخت قبضها و صورتحسابها سودمند است، این است که به جای اینکه در دل نسبت به آنها احساس نفرت و انزجار کنید روی پاکتشان بنویسید: «سپاس می‌گرام که بی درنگ به طور کامل پرداخت می‌شوی. از راههای غنی جوهر الهی، بی درنگ به طور کامل می‌پردازمت.» همچنین نیکوست هنگامی که توده‌یی از قبضها و صورتحسابها در برابرتان جمع شده‌اند فهرستی از نامها و مبالغی را که باید بپردازید تهیه کنید و در برابر هریک از آنها عبارت بالا را بنویسید.

روزی مردی بازرگان پوشه‌یی پُر از قبضها و صورتحسابهایی را که می‌بایست بپردازد روبرویم گذاشت و پرسید: «چگونه می‌توانم با اندیشه توانگرانه اینها را پردازم؟ بعضی از آنها می‌بایست چند ماه پیش پرداخت می‌شد.» آنگاه به مدت یک ساعت یا شاید هم بیشتر نشستیم و فهرستی از نامها و مبالغی که می‌بایست پرداخت می‌شد تهیه کردیم. نخست نام اشخاصی را نوشتیم که مدت بیشتری در انتظار مانده بودند یا جنبه‌یی اضطراری داشتند. آنگاه در برابر هر نام عبارت بالا را دربارهٔ پرداخت کامل و بی درنگ آن مبلغ نوشتیم. چون از دیدگاه بشری، پرداخت این همه صورتحساب محال بود؛ فهرست دیگری تهیه کردیم و نام اشخاصی را که حتماً می‌بایست ظرف هفته آینده پولشان را می‌پرداختیم همراه با این عبارت نوشتیم که: سپاس می‌گرام که بی درنگ و به طور کامل می‌پردازمت. آنگاه روی این فهرست تاریخ هفته بعد را

گذاشتیم.

هفته‌یی یک بار این مرد باززرگان با پوشه قبضه‌ها و صورتحسابهایش نزد من می‌آمد و می‌دید که قرضهایش گام به گام پرداخت می‌شوند. تقریباً دو ماه طول کشید تا همه حسابهایش را به‌طور کامل تسویه کرد. اما پس از آن موافقت کرد که در آغاز هر ماه این شیوه را به‌کاربرد تا حسابهایش را در موعد مقرر پردازد. گویی این شیوه به او کمک می‌کرد تا بتواند تفکرش را درباره امور مالی کنترل کند. با تسلط بر ذهن می‌توان تعهدات مالی را به موقع پرداخت.

اشعیاء نبی به ما هشدار می‌دهد: «وای بر آنانی که احکام غیر عادلانه را جاری می‌سازند و کاتبانی که ظلم را مرقوم می‌دارند.» (صحیفه اشعیاء نبی، ۱۰: ۱). این هشدار حتماً درباره امور مالی صدق می‌کند. مردی را می‌شناسم که در کسب و کارش دچار مشکلاتی بود. این مشکلات در آغاز چندان جدی نبودند و می‌شد با عوض کردن گرایشها به آسانی آنها را برطرف کرد. اما مرد پیریشان و دل‌نگران که نمی‌فهمید با این کار چه بلایی سر خود می‌آورد، شروع کرد به نامه‌نگاری با دوستانش و شرح مصیبت و توضیح جزئیات مشکلاتش. وقتی مسأله را در ذهن خودش و دیگران بزرگ کرد، در واقعیت نیز چندین برابر شد. وقتی تصمیم گرفت اندیشه توانگرانه را به کار گیرد، چندین ماه طول کشید تا به این وضع سر و سامان ببخشد. لازم دید درباره مشکلاتش با دیگران صحبت نکنند و در نوشته‌هایش از هیچ چیز منفی سخن نگوید. وقتی فرایند را معکوس کرد، یعنی در گوشه خلوت خود نشست و درباره این نوشت که می‌خواهد کسب و کارش چگونه باشد،



پس از ماهها مشکلاتش شروع کردند به محوشدن.

وقتی اوضاع و شرایط برخلاف میل شماست، هر روز به گوشه خلوت خود بروید و بنویسید که می خواهید اوضاع و شرایط چگونه باشند. این کار نه تنها به ذهنتان کمک می کند که پیشرفتهای دلخواهتان را بپذیرد، بلکه به سطح اثر می رود و با ذهن نیمه هشیار همه کسانی که در آن کار دخالت دارند همنا می شود و همکاری و یاری آنها را برایتان به ارمغان می آورد. شاید شیوه بی عارفانه بنماید، اما اگر بتواند عملاً سودمند باشد و ثمراتی نیکو به بار آورد، چرا عارفی متجدد نباشید؟

بسیار نیکوست که با نوشتن عباراتی درباره گذشته یا آینده، بر آنها مسلط شوید. به هنگام مشاوره دریافته ام که بسیاری از مردم همچنان در گذشته و پشیمانی از خطاهای پیشین زندگی می کنند. پس نگرستن، آدمی را از پیشروی باز می دارد و نمی گذارد که اکنون یا در آینده پیشرفتهایی عظیم بیافریند. همچنین دریافته ام که بسیاری از مردم از آینده می هراسند. در هر دو حال (گذشته و آینده) بنویسید که می خواهید یا می خواهید اوضاع و شرایط زندگیتان چگونه باشد.

وقتی درباره رویدادهای گذشته می نویسید که می خواهید اوضاع و شرایط به گونه بی دیگر می بود، انگار «زهر» آن وقایع ناخوشایند از خاطرهتان زوده می شود. آنگاه اگر بخواهید می توانید با کسانی که در آن رویداد برخلاف میل شما رفتار کرده اند، دیگر بار رابطه بی درست و سرشار از تفاهم برقرار کنید.

همچنین اگر احساس می کنید احتمال وقوع رویدادی در آینده تهدیدتان می کند، بی درنگ از آنچه می خواهید پیش بیاید فهرستی تهیه

کنید و از این طریق با اندیشه خود، عنان آینده را به دست بگیرید. مثلاً اگر کنفرانسی درباره کسب و کارتان انتظار شما را می‌کشد، نام اشخاصی را که در آن شرکت خواهند داشت بنویسید و در برابر هریک از نامها عباراتی روشن و دقیق و قطعی درباره هماهنگی و تفاهم و ثمرات نیکو و نتایجی عالی و کاملاً رضایت‌بخش را یادداشت کنید. از آنجا که در حیطه ذهن، زمان مفهومی ندارد ذهنتان می‌تواند خود را به تجربه‌یی آتی فرا افکند و پیشاپیش هماهنگی کامل و ثمرات درست را فراهم آورد. آنگاه همه چیز آسان و سریع و نرم و هموار پیش خواهد رفت. ذهن، خادم شگفت و حیرت‌انگیز آدمی است؛ البته اگر انسان این حقیقت را دریابد و ذهن خود را آموزش دهد که چگونه برایش کار کند.

یکی از موفق‌ترین و جوان‌ترین مدیرانی که در عمرم دیده‌ام به من گفت وقتی سالیهای نوجوانی اش را می‌گذرانند، طرحی دوازده‌ساله برای پیشرفت و موفقیت خود نوشت. حیرت‌انگیز اینجاست که این طرح موبه‌موبه اجرا درآمد. او که هنوز به مرز سی سالگی نرسیده است، به ثمن یادداشتهای دقیق روزانه اش، از شخصیتهای متمول و سرشناس است و پیش‌بینی می‌شود که در ده سال آینده میلیونر بشود.

قانون خلاقیت بسیار قدرتمند است و می‌تواند در همه جنبه‌های زندگی‌تان کامیابی و شادمانی و توانگری بیافریند. همه ما آرزوهایی داریم که می‌خواهیم متجلی شوند و به سرانجامی نیکو و دلپذیر برسند. پس چرا مانند بسیاری دیگر از مردمان، آرام و بی‌سروصدا این شیوه توانگری را در پیش نگیرید؟ هم اکنون از خود بپرسید که بزرگترین

آرزویی که صادقانه تشنه‌اش هستید چیست؟ در تعیین آرزوهایتان بسیار دقیق و قاطع باشید. آرزوهایی قطعی و روشن و واضح و معین را انتخاب کنید: آرزوهایی صمیمانه و صادقانه که لحظه‌یی نتوانید از فکرشان غافل شوید.

آنگاه آرزوهای عمده و برجسته خود را بنویسید. هرگز به احدی نگویند که سرگرم چه کاری هستید. تنها به گوشه‌یی آرام بروید و در خلوت خود برای آرزوهایتان توفیق کامل الهی بطلبید و تکرار کنید:

«از توفیق کامل و بی‌درنگ الهی برای همه این آرزوها سپاسگزارم. این آرزوها یا موهبت‌هایی عالی‌تر، در زمانی درخشان و بی‌همتا، به سیمای عظیم‌ترین ثروت و جلال بیکران خدا به سویم می‌آید.»

آنگاه هر روز به فهرست آرزوهایتان بنگرید و هر تغییر تازه‌یی را که لازم می‌بینید، در آن ایجاد کنید.

دست کم روزی پانزده دقیقه را صرف این فهرست کنید. به این روش ساده بچسبید و برای بهمنی از ثمرات نیکو و شادی بخش آماده شوید. افزون‌تر از آنچه بتوانید تصورش را بکنید به سوی شما می‌آید، زیرا کائنات مهربان خدا می‌خواهد که توانگر و متبرک باشید.

می‌خواهم دیگر بار وعده‌گوته را به یادتان آورم که: «آنچه را می‌توانی یا می‌اندیشی که می‌توانی، آغاز کن! در جسارت، نبوغ و قدرت و سحر و جادو نهفته است.» چرا هم اکنون آن را به اثبات نرسانید؟ یکی از شاگردانم که به خوبی اندیشه‌توانگر را آموخته است

همواره به من می‌گویید: «احساس می‌کنم هرگاه نخستین گام را به سوی خواسته‌هایم برمی‌دارم، آنگاه آرزوهایم به سوی من حرکت می‌کنند.» شیوه‌های خلاقیتی که در اینجا ارائه داده‌ام ساده می‌نمایند، اما بی‌تردید به شما کمک می‌کنند. پس بی‌درنگ «نخستین گام را به سوی موهبت دلخواهتان آغاز کنید.» اگر در نیمه راه، موهبت دلخواهتان را یافتید به شگفت نیابید که قانون خلاقیت بسیار قدرتمند است.

## فصل پنجم

### قانون تخیل

وقتی فهرستان را تهیه کردید و هر روز آن را گسترش و تغییر دادید، گامی تازه بردارید. از قدرت تخیل ذهنتان که نیرویی جادویی است سود جوید.

در روزگاری زندگی می‌کنیم که دانشمندان علوم ذهنی می‌گویند انسان می‌تواند آنچه را در تخیل خود تصور می‌کند بیافریند. تصاویر ذهنی، اوضاع و شرایط و تجربه‌های زندگی و امور آدمی را می‌سازد. به عبارت دیگر، اگر در زندگیتان شاهد شکست و تنگنا هستید، نخست آن را در ذهنتان مجسم کرده بودید. از این رو، برای از میان برداشتن این موانع و مشکلات باید نخست در ذهنتان آنها را نابود کنید و همه چیز را به صورت دلخواه ببینید.

دکتر امیل کوئه<sup>۱</sup> فرانسوی برای نخستین بار اعلام کرد که قدرت تخیل بسیار نیرومندتر از قدرت اراده است؛ و اگر تخیل اراده با یکدیگر

1) Emile Coue

در کشمکش و تضاد باشند، همواره تخیل پیروزمی شود.

نخستین بار که در ایجاد تصویری ذهنی می‌کوشیم، اراده آن را نمی‌پذیرد. اما وقتی تصویر ذهنی به اندازه کافی تکرار شد، هر اندازه هم که برای استدلال قدرت اراده نامحتمل بنماید، تخیل چاره‌ی جز پذیرش و تجلی آن ندارد. با مطالعه قوانین گوناگون توانگری، از اعتقادات محدودکننده و جاهلانه و خرافی قرن‌ها اندیشه فقیرانه‌ی رهایی می‌یابیم.

چون آرزومند موهبت‌هایی عظیم تر هستید، باید تصاویر ذهنی آنها را در اندیشه خود ایجاد کنید. شاید استدلال بگوید این محال است، کوچکترین اهمیتی ندهید. شاید قدرت اراده‌تان بگوید این رؤیا بزرگتر از آن است که به وقوع پیوندد. اگر دلاورانه به تخیل خود بچسبید، آرزویتان را متجلی خواهد کرد. با ادامه این تمرین، همکاری قدرت اراده را نیز به دست خواهید آورد. امید و انتظار هرآنچه را به ذهن‌تان بیاموزید، برایتان خواهد آفرید و جلوه‌گر خواهد ساخت.

تاریخ بارها قدرت تخیل را به اثبات رسانده است. شاید اطلاعاتی در باره جنگ پلوپونز<sup>۲</sup> یونان باستان که ۲۷ سال به درازا کشید به خاطر آورید. مورخین می‌گویند که طرفین جنگ فاقد هدف و استراتژی بودند. برنامه خاصی برای فتح و پیروزی نداشتند. از این رو، شناور در زمانی نامحدود، نه کاملاً می‌باختند، نه کاملاً می‌بردند. فقط به پیکار ادامه می‌دادند.

سرانجام یک اسپارتی بصیر و توانا، دلاوری که گویی می‌دانست

چگونه فتح و ظفر را مجسم کند، بر صحنه ظاهر شد و عملیات را به دست گرفت و جناح خود را به پیروزی رساند. مورخین می‌گویند که او ظرف یک ساعت به جنگ پایان داد. اما چگونه این کار از او برآمد؟ از راه نبرد و خونریزی؟ ابداً! کاری کرد که دشمن فکر کند کشتیها و خدمه‌اش در تنگهٔ داردانل است. چهار روز در آنجا صبورانه انتظار کشید. دشمن سکوتش را ضعف و ناتوانی او در پیکار پنداشت. روز پنجم که دشمن بیشتر خدمه‌اش را به دنبال غذا فرستاده بود، ناگهان آدمیرال لیساندر<sup>۳</sup> بر صحنه آمد و بدون هیچ ضربه، ۱۸۰ کشتی دشمن را به تصرف درآورد.

بیشتر اوقات، ما نیز مانند آن یونانیان باستان، نه برنامه‌ی داریم و نه تصویری از پیروزی. از این رو، به زندگی ادامه می‌دهیم؛ بی آنکه هیچ گاه کاملاً ببریم یا ببازیم؛ تنها می‌جنگیم. سان‌تسه<sup>۴</sup>، ۵۰۰ سال پیش از میلاد نوشت: «در همهٔ جنگها، برای پیوستن به پیکار می‌توان شیوهٔ مستقیم را به کار گرفت، اما برای پیروزی، راههای غیرمستقیم لازم است.»

وقتی برای تجسم موهبتهایتان، نیروی قدرتمند تخیل را به کار می‌برید، از شیوهٔ غیرمستقیمی سود می‌جوید که پیروزی بر مشکلات زندگی را تضمین می‌کند. به جای جنگیدن با فقر و شکست و مشکلات مالی، که اغلب بر مشکلاتتان می‌افزاید، شیوهٔ غیرمستقیم را به کار گیرید. یعنی آرام و بی سروصدا بنشینید و آگاهانه و از روی تعمد، با پشتکار و مداومت، موهبت دلخواهتان را در تخیل مجسم کنید.

3) Admiral Lysander

4) Sun Tze

در «عهد عتیق» در «سفر پیدایش»<sup>۵</sup>، داستان یوسف را می‌خوانیم که گواهی برای اثبات قدرت تخیل در حصول کامیابی و توانگری است. از او می‌آموزیم که با تخیل خود چه بکنیم و چه نکنیم. در هفده سالگی، هر خوابی که می‌دید، در بیداری بر آن حیطة مسلط می‌گشت. در رؤیایی دید که بافه‌های گندمهای برادرانش به بافه‌های او تعظیم می‌کنند. در رؤیایی دیگر، خورشید و ماه و ستارگان، یوسف را حرمت می‌گزارند. این رؤیاها نماد تسلطی بود که یوسف می‌بایست بعدها بعنوان حاکم مصر به دست می‌آورد.

یوسف رؤیای تسلط را دیده؛ شما نیز باید این رؤیا را ببینید. یوسف زمانی رؤیای تسلط را دید که کوچکترین اثری از آن دیده نمی‌شد. شما نیز باید در همین زمان آن را ببینید. کامیابی نخست در ذهن زاییده می‌شود. اما یوسف خطا کرد و از رؤیاهایش با برادران حسدش سخن گفت، که از ادعای تسلط او به خشم و حسد گرفتار آمدند و بر سر راه مصر، او را به بیست پارهٔ نقره به تاجران اسماعیلی فروختند. شما باید برخلاف یوسف رفتار کنید. یعنی نباید از رؤیاها و تصاویر ذهنی خود برای موهبت‌هایی عظیم‌تر، با دیگران سخن گوئید. دیگران تنها تاجی که به سر شما می‌زنند این است که با شک و تردید و بی‌اعتقادی خویش، تصاویر زیبایی را که برای عظمت ساخته‌اید پاره‌پاره می‌کنند.

(۵) این داستان مفصلاً در باب سی و هفتم «سفر پیدایش» در «عهد عتیق» آمده است. — (۵).



چون یوسف به جمع اسرای مصر پیوست، گویی به تصویر تصاویر عالی تر از عالی ادامه داد. زیرا به اثبات رساند که نیروی خیال یعنی پروری، همچنین ثابت کرد که قربانی می تواند قادر شود. وقتی به مصر رسید، پیش از آنکه اوضاع بر وفق مرادش بچرخد، می بایست تجربه هایی نااعادانه را تاب می آورد. پس از سالها زندان و تحمل رنج و تعبهای بسیار به حکومت مصر رسید. مقامی چنان قدرتمند که پس از فرعون، دومین فرمانده مصر بود.

گاه ثمرات نیروی تخیل بی درنگ است. اما اگر (مانند یوسف) برآورده شدن آرزویان به طول انجامید، مطمئن باشید که ثمراتی عظیم تر از آنچه فکر می کنید به سراغتان خواهد آمد.

اخیراً مردی بازرگان دیگر بار مرا متوجه این حقیقت کرد. او با استفاده از قانون تخیل، در مدتی کوتاهتر از ده سال، از یک راننده کامیون به مردی متمول و بازنشسته بدل شد. این مرد در سال ۱۹۴۰ راننده کامیون بود و با همسر و فرزندانش در خانه یی اجاره یی زندگی می کرد و یک اتومبیل نیز نداشت. درآمدش هفته یی ۲۵ دلار بود و دخلش به خرجش نمی رسید. آنگاه درباره قدرت تخیل شنید و بر آن شد که از صحت و سقم آن سر در بیاورد.

پس تجسم سطح زندگی دلخواهش را آغاز کرد. دریافت که آرزومند کسب و کاری آبرومندانه تر و استقلال مالی و خانه یی بزرگ و راحت است. می خواست صاحب دو اتومبیل باشد تا همسرش نیز بتواند احساس آسودگی کند و هر وقت که می خواهد به خرید برود. مدام

تجسم زندگی سطح بالا و دلخواهش پرداخت. یک سال نگذشته بود که در شرکتی که کار می‌کرد، از رانندگی کامیون به شغل مدیر فروش ارتقاء مقام یافت!

اما هنوز صاحب خانه و دو اتومبیل و کسب و کار مستقل و درآمد مکفی نشده بود. شب کریسمس به خانواده اش گفت: «فکر می‌کنم سال دیگر این موقع، در خانه خودمان باشیم و با ماشین خودمان عید دیدنی برویم.» اما سال بعد، هنوز در خانه‌ی اجاره‌ی بودند و از خودشان ماشینی نداشتند. فرزندانش پیشگویی سال قبل او را به یادش آوردند. اما او جواب داد: «ناامید نشوید. شاید از نظر زمانی اندکی اشتباه کرده باشم. اما صاحب آن موهبتها خواهیم شد، خیلی هم زود.»

کریسمس سال بعد، در خانه خودشان بودند؛ با دو اتومبیل در گاراژ. او می‌گوید از زمانی که با هفته‌ی ۲۵ دلار بعنوان راننده کامیون کار می‌کرد دو سال طول کشید تا بتواند اندیشه اش را محاب کند که سطح جدید و توانگرانه زندگی ممکن است و باید آن تصاویر غنی ذهنی را بپذیرد. اما پس از اینکه ذهنش محاب شد که می‌تواند توانگر شود، گویی پوسته‌ی شکست. آنگاه کامیابی چنان شتابان سرازیر شد که به دشواری می‌توانست با آن همگام بماند.

در آن لحظه‌ها بود که خانه و دو اتومبیل ناگهان پدیدار شدند. این مرد می‌گوید از زمان تجسم زندگی سطح بالا تا رسیدن کامل به هدف، شش سال برایش به طول انجامید. اما شش سال پس از آغاز تجسم توانگری، حقا در کسب و کار بیمه صاحب توانگری بود. پس از ده سال آنقدر ممول شد که خود را بازنشسته کرد!

این مرد در ستایش قدرت تخیل می‌گوید:

«در مدت ده سال، از یک راننده کامیون تهیدست به صاحب خوش اقبال شرکت بیمه‌ی بزرگ بدل شدم. اما آن نخستین خوش اقبالیم بود. اکنون که از بازنشتگی خسته شده‌ام می‌خواهم در ده سال آینده، دیگر بار با استفاده از شیوه تخیل، دومین خوش اقبالیم را بیازمایم!»

روزگاری چارلز فیلمور<sup>۶</sup> در مدح قدرت تخیل نوشت: «تخیل این توانایی را به آدمی می‌دهد تا خود را از زمان و مکان برون افکند و وراء هرگونه محدودیت قرار دهد.»

یکی از پسرهای آقای فیلمور که هم معمار بود و هم از مقامات رسمی مدرسه مسیحی یونیتی<sup>۷</sup>، قدرت تخیل و برنامه‌ریزی را به اثبات رساند. ریکت فیلمور<sup>۸</sup> در سال ۱۹۲۶ نقشه رشد دهکده یونیتی را کشید. در این طرح همه ساختمانها و پیاده‌روها و فواره‌ها و حتی گلبنهایی که می‌بایست مدرسه یونیتی را زیباتر می‌ساخت کشید. سرانجام در سال ۱۹۲۹، دو ساختمان برج یونیتی و یونیتی آرام به پایان رسید. به علت اوضاع و شرایط اقتصادی دهه رکود، به مدت یازده سال ساختمانی بنا نشد. اما ریکت فیلمور همچنان به رؤیا و تجسم خود ادامه داد و در خیالش به گسترش ساختمانها و حتی گلبن باغهای پیرامون آنها می‌پرداخت.

6) Charles Fillmore

7) Unity School of Christianity

8) Ricket Fillmore

به یاد دارم در یکی از سخنرانیهایی که برای کشیوها ایراد می‌کرد شنیدم که در طول آن سالهای بی‌عمارت، در دفترش که در ساختمان برج یونیتی قرار داشت می‌نشست و از پنجرهٔ اتاقش به زمینهای یونیتی نظر می‌افکند و عمارتهای بناشدهٔ کامل آتی را ساخته شده در جای خود می‌دید. به گونه‌ی آنها را تصور می‌کرد که گویی پیشاپیش آنجا حضور دارند. آنها را با همهٔ جزئیات دلخواهش مجسم می‌کرد. پس از سالها تجسم وفادارانه‌اش که در سال ۱۹۴۰ آغاز شد، چند ساختمان زیبایی دیگر نیز بنا گردید. اکنون هر کس که به دیدار این دهکده می‌آید، از شاهکاری که قدرت تخیل آفرید به شگفت می‌آید.

به راستی که انجام هیچ چیز برای تخیل نامیتر نیست. شاید فکر کنید: «من هنوز چنان قدرت تخیل آرموده‌یی ندارم که بتوانم ثمرات نیکوی تابناکی بیافرینم. آیا راه ساده‌تری برای آموزش ذهن وجود ندارد؟»

— البته که وجود دارد!

مهندسی در نخستین کلاس توانگریم برای آموزش تخیل به منظور حصول ثمرات غنی، با ایجاد «چرخ اقبال» شیوه‌ی عملی طرح و تدبیر کرد. «چرخ اقبال»<sup>۹</sup> به ذهن کمک می‌کند تا خود را فراسوی زمان و مکان فرا افکند و از این راه، از فراز محدودیتهای حاضر بگذرد و ثمراتی شادی انگیز به بار بیاورد. وقتی این مهندس برای آموزش قدرت تخیل، استفاده از «چرخ اقبال» را آغاز کرد، صاحب شرکت ساختمانی بزرگ

چندین میلیون دلاری شد که همچنان با موفقیت کار می‌کند. این «چرخ اقبال» ابتکاری او به افرادی بیشمار کمک‌هایی معجزه‌آسا کرده است. مثلاً بعضی از دوستان همکارم که کیش هستند به من گفته‌اند که پس از اندک مدتی استفاده از «چرخ اقبال» به بزرگترین آرزویشان که سفری به اروپا بود رسیده‌اند. خانم کیش دیگری به من گفت که در ارتباط با مرخصی و تعطیلات دلخواه چرخ اقبالی ساخت. این «چرخ اقبال» سبب شد که در نیمه زمستانی سرد با مادر بیمارش به ایالت گرمسیری فلوریدا سفر کنند که پزشکان برای مادرش لازم تشخیص داده بودند. دوستی «به رایگان» خانه زیبایش را در اختیار آنها گذاشته بود. از این رو، نیازی نبود در آن موقع سال که هتلها گرانتر از هر وقت دیگر بود، در هتل اقامت کنند. علاوه بر استفاده از نور شفا بخش خورشید، در آنجا با همسایه‌ها و دوستانی تازه آشنا شدند که هر ظهر و شب، در کمال میهمان‌نوازی آنها را برای ناهار و شام به خانه خود دعوت می‌کردند. آخرین هدیه‌یی که این خانم کیش گرفت پالتو پوستی از دوستی تازه آشنا بود. از این رو، با پالتویی گرم به زمستانی سرد بازگشت.

«چرخ اقبال» شیوه‌یی بسیار ساده اما مؤثر است. مهندسی که شاگردم بود «چرخ اقبال» را به این طریق ساخت:

روی مقوایی بزرگ، دایره‌یی بزرگ کشید. در کانون دایره، تصویر نمادی ربانی و آسمانی را گذاشت تا نمایانگر قدرتی متعال باشد. آنگاه زیر این تصویر نوشت:

«خرد لایتناهی مسوول زندگی من است. اکنون آزاد و پذیرا و

مطیع‌م و از هدایت الهی و تعلیم غنی اوبی درنگ اطاعت می‌کنم.» (این مهمترین بخش چرخ اقبال و در مرکز دایره بود.)

او محیط دایره را با چهار خط که به کانون دایره وصل می‌شد، به چهار بخش مساوی تقسیم کرد. آنگاه برای هریک از آن چهار بخش نامی روی برچسب نوشت و سر جای خود چسباند: «کار، خانواده، امور معنوی، امور اجتماعی و تفریحات.» آنگاه در هر بخش، عالی‌ترین تصویر ایدئال مربوط به آن بخش را چسباند.

مثلاً در بخش کار، عکسهای مربوط به «عالی‌ترین سازمان مهندسی» را که آرزو داشت در آنجا کار کند و هنوز پاسخ مثبت و قطعی برای آغاز کار را به او نداده بودند چسباند. زیر این تصویر نوشت:

«اکنون در پناه خیرد الهی، در پرتو عشق الهی، و به یمن هدایت و قدرت الهی به سوی کار درستی که در انتظار من است کشیده می‌شوم تا با ارائه خدمتی عالی، درآمدی عالی داشته باشم. هم اکنون طرح الهی زندگی‌م به سیمای تجربه‌هایی ملموس متجلی می‌شود تا برایم سلامت و سعادت کامل و موفقیت و ثروت بیکران آورد.»

در بخش خانواده «چرخ اقبال» تصویر خانه فعلی اش را چسباند و از آنجا که به علت انتقال می‌بایست آن خانه را می‌فروخت، زیر آن نوشت:

«خیرد الهی، خریدار درست را به سوی این خانه هدایت می‌کند تا هر دو ما از این مبادله منصفانه و منظم برکت یابیم.»

همچنین تصویر ایدئال خانه تازه را نیز در آن بخش چسباند و زیر آن

نوشت:

«خرد الهی از نیاز ما باخبر است، می داند خانه درست ما کجاست و چگونه باید در زمان درست بر ما متجلی شود.»

برای کمک به همسرش که می بایست در این انتقال و اسباب کشی و انطباق با محیط جدید که پیش می آمد شرکت می جست، تصویر او را نیز در این بخش چسباند و زیر آن نوشت:

«اکنون همسرم در پناه خرد و عشق الهی است؛ و به یمن هدایت و قدرت الهی، سلامت و سعادت کامل و ثروت و موفقیت بیکران هم اکنون در همه جنبه های زندگیش متجلی می شود.»

برای اینکه بتوانند در نهایت ایمان به سوی تجربه های تازه پیش بروند، در چرخ اقبال خود تصویر دری را چسباند و زیر آن نوشت:

«چون دری بسته شود، دری بزرگتر و بهتر می گشاید.»

در بخش امور اجتماعی و تفریحات چرخ اقبال، تصویر ساحل زیبای اقیانوس را چسباند و زیر آن نوشت:

«برای تعطیلاتی بی همتا که به یمن مشیت و اراده الهی، با همه تمهیدات و طرح کامل الهی به ما عطا می شود تا از هر نظر برایمان رضایت و شادمانی کامل بیاورد سپاس می گزاریم.»

اما برای ثروت و توانگری کلی خود، در این بخش نوشت:

«اکنون خرد لایتناهی هدایت می کند تا در امور مالییم نظم الهی برقرار شود و پابرجا بماند.»

در آخرین بخش چرخ اقبالش که مربوط به امور معنوی بود، تصویر کلیسایی را چسباند و زیر آن نوشت:

«از دل لبریز از ایمانم سپاس گزارم و می دانم که به یمن

هدایت الهی، در محیط جدیدم به سوی کلیسای درست رهنمون می‌شوم.» کنار این کلمات نیز تصویر کتاب مقدس را چسباند.

آنگاه این چرخ اقبال را با همه تصاویر و کلماتش در نقطه‌یی گذاشت که بتواند هر روز در گوشه خلوت خود به سراغش برود و بارها به آن چشم بدوزد. این کلمات ساده و تصاویر رنگارنگ به قدرت تخیل او کمک می‌کردند تا با نیرویی هرچه بیشتر به یاری ذهنش بشتابد و برای او کار کند. چند هفته نگذشت که به او اطلاع دادند که انتقالش بزرگترین ترفیع و ارتقاء مقامی است که تا کنون گرفته است! برای نخستین بار در طول کار مهندسی اش، برای هرگونه تصمیم‌گیری و اقدام اختیار تام داشت و تنها می‌بایست به مدیرعامل شرکت گزارش می‌داد.

چون به مشاهده منظم و مدام چرخ اقبال خود ادامه داد، چنان یقین یافت که در موعد مقرر خانه فعلی اش به فروش می‌رود که بی‌درنگ همراه همسرش به ایالت دور رفت و فوراً محل سکونت دلخواهش را نیز یافت. آنگاه زمانی را تعیین کردند که به ایالت پیشین خود بازگردند و خانه‌شان را بفروشند و اثاث‌شان را به ایالت دیگر انتقال دهند. ایمانشان چنان قدرتی یافت که حتی بلیط هواپیمای بازگشتشان را با تعیین تاریخ پرواز خریدند.

وقتی در کمال اطمینان تاریخها را تعیین و دقیقاً برنامه‌ریزی کردند، هرچه را پیش‌بینی کرده بودند در موعد مقرر پیش آمد. خانه‌شان به موقع فروش رفت و اثاث‌شان به وقت دلخواه به خانه جدید انتقال یافت. پس از استقرار در محل سکونت جدید، برای تعطیلات به ناحیه‌یی گرمسیری کنار ساحل اقیانوس رفتند که به زیبایی همان تصویری بود که در چرخ



اقبال خود چسبانده بود.

البته همان گونه که در چرخ اقبال خود خواسته بود، به سوی کلیسای دلخواهشان نیز هدایت شدند. این مهندس از این طریق بر قدرت تخیل خویش افزود و به ذهن خود کمک کرد؛ و طبق آنچه به علت شغل مهندسی خود پیشاپیش می دانست، به اثبات رساند که برای کسب نتیجه باید نخست نقشه کشید و طراحی کرد و آنگاه به تجسم آن پرداخت تا متجلی شود.

پیش از آنکه بگویید شاید همین یک نفر توانست از این راه قدرت تخیل خود را چنان به کار وادارد که همه آرزوهایش را برآورد، بگذارید به شما بگویم که یکی از قدرتمندترین شخصیت‌های تاریخی نیز برای پیروزی در جنگ‌های بسیار، از همین شیوه استفاده می کرد. ناپلئون همواره نقشه‌ی بزرگ با پرچم‌های رنگارنگی که نشانه فتح کشورهای مورد نظرش بود برابر خود می نهاد و ماه‌ها پیش از فتح آنها، آنها را فتح شده می دید. حتی از فن نوشتن آرزوها و نقشه‌ها نیز سود می جست؛ تا همه چیز در ذهنش روشن و سازمان یافته باشد و با همان دقت از حیطة نامرئی در حیطة مرئی متجلی شود. مورخین می گویند در یکی از موارد، دو ماه پیش از وقوع جنگ، و از فاصله ششصد یا هفتصد فرسنگ، همه جزئیات و طول رژه‌ها و نقطه رویارویی دو سپاه و حمله و حرکت‌های دشمن و حتی اشتباهاتی را که انتظار داشت دشمن به انجام برساند، در فرمان خود نوشت. اما ناپلئون در جنگ واترلو شکست خورد، زیرا از فنی بسیار قدرتمند که اگر به طور سازنده و مثبت استفاده شود ثمرات دلخواه را به بار می آورد، به شیوه بی مخرب و منفی استفاده کرد.

در نتیجه اگر خواهان چیزی هستید که بسیار دور از دسترس می‌نماید، حتماً یک «چرخ اقبال» برای خود بسازید! علت قدرتمند بودن «چرخ اقبال» این است که جریان ذهن شما را از «نمی‌توانم آن را به دست بیاورم» به «می‌توانم آن را به دست بیاورم»؛ از ناامیدی به امید؛ از دلسردی به دلگرمی؛ و از شکست به موفقیت بازمی‌گرداند. اگر نمی‌خواهید برای همه جنبه‌های زندگیتان «چرخ اقبال» بسازید؛ برای آرزوی اصلی زندگیتان، برای مهمترین چیزی که آرزومند تجربه‌اش هستید «چرخ اقبال» بسازید. یکی از دوستانم چرخ اقبالی می‌سازد که آن را «فرز و چابک» می‌خواند، زیرا آن را برای کاربرد یک ماهه تهیه می‌کند. روی آن تصاویری را می‌چسباند و کلماتی را می‌نویسد که می‌خواهد در همان مدت کوتاه متجلی شود. او معتقد است که با انتظار ثمرات فوری، گریب ذهنش نیز تندتر کار می‌کند و سریع‌تر او را به خواسته‌اش می‌رساند. حال آنکه اگر برای آرزوهای دوربرد و درازمدت «چرخ اقبال» بسازد، گویی قوه تخیلش آنقدر برانگیخته نمی‌شود که بی‌درنگ سرگرم فعالیت شود.

اگر آنقدر آزادی ندارید که بتوانید چرخ اقبالی بزرگ بسازید، دفتری تهیه کنید. معلمی را می‌شناسم که دفتری به اندازه دیگر دفترهایی که هر روز به دست می‌گرفت تهیه کرد. از مجلات عکسهای مناسب دلخواهش را می‌برد و در ارتباط با موضوع آرزوهایی که می‌خواست برآورده شوند به دفتر می‌چسباند و زیر آنها نیز عبارات تأکیدی مورد نظرش را می‌نوشت و همین که در روز مجالی می‌یافت به گشت و گذار در دفتر آرزوهایش می‌پرداخت. این دفتر قوه تخیل او را نیرومند و سرخوش و منتظر و فعال و

امیدوار نگاه می‌داشت. هیچ کس از اطرافیانش نمی‌دانست که او به چه کاری سرگرم است؛ و او از این راه نمی‌گذاشت که دلسرد و افسرده یا مردد شود.

خانمی که همواره با استفاده از قدرت تخیل خود به ثمراتی حیرت‌انگیز دست می‌یابد به من گفت مدت‌ها طول می‌کشد تا ذهنش بتواند ثمرات دلخواهش را با جزئیات مجسم کند. اما به محض اینکه صحنه کامل و دلخواهش را تصویر کند، با خیال راحت آن مسأله را از ذهنش بیرون می‌کند زیرا یقین دارد چندی نمی‌گذرد که خود به خود عملی می‌شود. او کوشش و وقتی را که هر روز صرف تجسم آرزوهایش می‌کند ارزشمند می‌داند. زیرا بتدریج قوه تخیلش صحنه دلخواه را با جزئیات مجسم می‌کند. پس از تجسم دقیق، دیگر لازم نیست خودش چندان کاری بکند. اغلب اوقات دیگران آن را برایش به انجام می‌رسانند. زیرا او کاری را که می‌بایست می‌کرد ذهناً انجام داده است.

هر روز بیشتر به قدرت سحرآسای تخیل پی می‌برم. هر چه بیشتر آن را بپرورانید، گویی تمام دنیا به شیوه‌ی دوستانه‌تری به سوی شما می‌شتابد، با دانه‌آرزوهایتان را برآورد.

یک بار پس از یکی از سخنرانی‌هایم درباره تخیل، زنی که خود را بسیار محقق و منصف می‌پنداشت با خشم روبه من کرد و گفت: «من به ایجاد تصاویر ذهنی اعتقاد ندارم. این ناشی از قدرت ذهن است.» کوشیدم برایش توضیح بدهم که چه بخواهد و چه نخواهد، مدام در حال ایجاد تصاویر ذهنی است، زیرا ذهن از طریق تصاویر ذهنی می‌اندیشد؛

و ایجاد تصاویر ذهنی کار طبیعی ذهن است. اما زن با خشمی تمام از در بیرون رفت. بعداً از این و آن شنیدم که تا خرخره در مشکلات مالی فرو رفته است. سرانجام با مشاور کلیسایی صحبت کرده بود و مشاور به او گفته بود: «تا تصاویر ذهنی ات را عوض نکنی، همواره مشکلات مالی خواهی داشت. زیرا مدام به مشکلات مالی می اندیشی و از مشکلات مالی سخن می گویی و تنگدستی را تصویر می کنی. ذهنت نیز آنچه را خودت تصویر می کنی ایجاد می کند. تصاویرت را عوض کن و به وفور برکت و نعمت بیندیش و از وفور برکت و نعمت سخن بگو و وفور برکت و نعمت را تصویر کن تا ثمراتش را به دست آوری.» این بار زن از روی ناچاری، تصویر ثمرات توانگرانه را آغاز کرد و چندی نگذشت که آنها را تجربه نیز کرد. گرایشهایش چنان دگرگون شد که به موجودی زیبا و هماهنگ و توانگو و آرام و محبوب بدل شد. حال آنکه قبلاً از بس درباره وضع اسفناک مالی اش می نالید همه را فراری می داد.

من با آن خانم موافقم که ایجاد تصاویر ذهنی ناشی از قدرت ذهن است. و آنچه اهمیت دارد شیوه استفاده از این قدرت است. اگر با استفاده از قدرت ذهن بخواهیم صاحب موهبتی شویم که حقاً از آن دیگری است، باید بدانیم که به استقبال مشکلات رفته ایم. نباید این تصویر را به ذهنمان راه بدهیم که برکت و نعمت کسی از دست او گرفته شود و به سوی ما آید. آنچه متعلق به دیگری است، حق الهی ما نیست. اگر حق ما بود، از همان اول به ما داده می شد. و چون حق الهی ما نیست، حتی اگر به دست ما افتد نیز بر ایمان رضایت و خیر و خوشی نخواهد آورد.

هرگز به برکتهای دیگری چشم ندوزید، زیرا حتی اگر آن را به دست آورید احساس خرسندی نخواهید کرد. آنچه متعلق به دیگری است هرگز نمی‌تواند به طور کامل پاسخگوی نیازهای شما باشد. هرگاه می‌بینید دیگری صاحب چیزی است که شما نیز خواهانش هستید، میل به تمنک آن نداشته باشید و نکوشید ذهناً آن را از آن خود مجسم کنید و به سوی خود فراخوانید. تنها دریابید جاذبه‌یی که در آن موهبت می‌بینید نشانه این است که موهبتی مشابه آن برای شما در راه است. برای کمک به تجلی آن به خود بگویید: «من نیز با منشاء آن موهبت در تماسم. هم اکنون معادل الهی آن موهبت در راه است و به سویم می‌آید و با سپاس آن را می‌پذیرم. اکنون برکتهای الهی من: عطایایی مشابه آن موهبت برایم متجلی می‌شود. من از هدایای رضایت‌بخش و مناسبی که می‌ستانم خرسند و سپاسگزارم.» به راستی که کاربرد غیر خودخواهانه قدرت تخیل، کوچکترین خطری ندارد. تنها هنگامی که بکوشید حق دیگری را برابید یا به هدایای الهی شخصی دیگر چشم بدوزید دچار مشکلات می‌شوید.

همچنین نباید آنچه را نمی‌خواهید خودتان تجربه کنید. برای دیگری مجسم نمایید. زیرا تصاویری که از ذهنتان برون می‌فرستید قهراً به سوی خودتان بازمی‌گردد. همواره برای خودتان و دیگران سلامت و ثروت و سعادت و شادمانی را مجسم کنید.

مادری پریشان از بدرفتاری پسرش، شروع کرد به این که هر روز آراه بنشیند و او را به شیوه دلخواهش مجسم کند. او را در استخری از نور و

عشق مجسمه می‌کرد: به سیمای کودکی آرام و مؤدب و مطمئن و هماهنگ و شاد. کوشید از راه کلام و رفتار او را به این شیوه رفتار برنینگیزد. پسرش نیز بتدریج همان صفات را از خود بروز می‌داد و آرام و مؤدب و مطمئن و هماهنگ و شاد شد. بعد از چند ماه گویی او دیگر کودک پیشین نبود.

در گفتگو با بانوانی که چشم همسرشان به دنبال سایر زن‌هاست دریافته‌ام که بی‌ردخور «علاقه به دیگر زنها» از زمانی آغاز شده است که زن شوهرش را «چشم‌چران» تصور کرده است. زنی که همسرش در آغاز زندگی زناشویی شان «چشم‌چرانی» را شروع کرده بود، با احساس تأسف به حال خود نزد آمد و گفت با این که هنوز چیزی نگذشته، این سومین باری است که شوهرش چشم‌چرانی می‌کند. پس از سوالات بسیار دریافتم که خودش این ماجرای درونی را آغاز کرده و مدام از خود پرسیده بود اگر در آغاز ازدواج این امر پیش آید چه خواهد کرد؟ البته پیش هم آمده بود، زیرا خودش تجسم آن را آغاز کرده بود. درباره آنچه برای خود یا برای کسانی که نسبت به تصاویر ذهنی شما پلنیرا هستند مجسم می‌کنید، بسیار محتاط و دقیق باشید زیرا حتماً به وقوع می‌پیوندد.

باید همواره به دیگران امتیاز تصاویر ذهنی نیکو را عطا کنید. معمولاً ثمرات زندگی فاصله میان تصاویر ذهنی سازنده و تصاویر ذهنی مخرب است که برای خودتان و دیگران به آن سرگردید. شاید نویسنده‌یی که نوشت: «دو مرد از پشت میله‌های زندان به بیرون نگرستند؛ یکی گل ولای را دید و دیگری ستارگان را.» به توصیف قدرت تصاویر ذهنی پرداخته بود. دراصل، آنچه می‌بینیم به آنچه جوایش هستیم بستگی دارد.

پیشنهاد می‌کنم. هر روز صبح به محض بیدار شدن یا شب قبل از خواب، برای پرورش قدرت تخیل خود تمرین کنید. وقتی برنامه‌ها یا یادداشتهایتان را می‌نویسید، ذهناً آنها را به شکل دقیق و قطعی دلخواهتان مجسم کنید. مثلاً اگر از قبضها و صورتحسابهایی که باید پردازید فهرست تهیه می‌کنید، پس از نوشتن یادداشت، آرام بنشینید و چکهایی را مجسم کنید که پیشاپیش به نام آن اشخاص نوشته‌اید و آنها را توی پاکت می‌گذارید که برایشان پست کنید یا به دستشان بدهید. اگر به مبلغ معینی نیاز دارید، مجسم کنید به تاریخ همان روز چکی به مبلغ موردنیازتان به نام شما نوشته می‌شود. وقتی رقم دقیق و تاریخ چک را مجسم می‌کنید، تصویری می‌سازید که با قدردانی مورد پذیرش ذهن نیمه‌هشیار قرار می‌گیرد و به ایجاد ثمرات نیکو سرگرم می‌شود.

در واقع، همواره به استفاده از قدرت تخیل خود سرگرمید. اما شاید برای تصویر تنگدستی و ناکامی و همه چیزهایی که نمی‌خواهید در زندگی داشته باشید، از آن استفاده می‌کردید. هرگاه در گوشه خلوت خود آرام می‌نشینید، کیف پول و دفترچه چک خود را به دست بگیرید و چشمانتان را ببندید و مجسم کنید که کیف پولتان از اسکناسهایی با ارقام درشت باد کرده است. دفترچه حساب پس اندازتان را با ارقام بسیار بزرگ ببینید. از تخیل خود سود بجوید. قدرت خیال، خیال، خیال... در خیال خویش، همه نیکوییها و موهبتهایی را که خواهان تجربه‌شان هستید ببینید.

مردی بازرگان را می‌شناسم که روزگاری تنگدست شده بود. او که دیگر تاب تحمل این محرومیت را نداشت، وقتی درباره قدرت تخیل

شنید، چند «اسکناس غیر واقعی» با ارقام درشت خرید و توی کیف پولش گذاشت. او می‌گوید چندی نگذشت که ذهنش تصویر اسکناسهایی با ارقام درشت را پذیرفت و به جای این که کیف پولش را خالی ببیند، پُر پول دید. از آن پس نیز هرگز خودش را نیازمند نیافت.

یکی از دوستانم که آرزومند سفری به دور دنیا بود دربارهٔ قدرت تخیل شنید. بی‌درنگ پیراهنی خرید که طرح پارچه‌اش نقشهٔ جهان بود. اغلب اوقات این پیراهن را به تن می‌کرد و به سفر دور دنیا می‌اندیشید. چندی نگذشت که دوستی پولی به او هدیه داد و گفت که آن را برای «خرج سفر»ش کنار بگذارد. وقتی پس اندازش بیشتر شد با یک سازمان مسافرتی صحبت کرد و تصمیم گرفت که اول به اروپا سفر کند. هنوز شش هفته از خریدن پیراهنش با طرح نقشهٔ جهان نگذشته بود، که راهی سفر اروپا شد. البته هنوز هم این پیراهن را می‌پوشد، زیرا می‌خواهد به سایر کشورهای جهان نیز سفر کند!

شیوهٔ پوشش و سیما و رفتار و کنش و واکنش دلخواهتان را مجسم کنید. دیگران را نیز موفق و زیبا مجسم کنید تا توانگر و کامیاب شوند. من اغلب در ذهنم مردم را درمان می‌کنم؛ به این شیوه که آنها را در زیباترین ظاهر و فاخرترین لباس می‌بینم: بسیار سالم و شادمان. این شیوه برای مردانی که می‌خواهند همسرشان شیک پوش‌تر و جذاب‌تر شود نیز بینهایت سودمند است. به جای تمرکز بر لباسی که در این لحظه به تن دارد، همسرتان را به سیمایی مجسم کنید که می‌خواهید به آن قیافه درآید. اگر بدانید ذهن نیمه‌هشیارش چه سریع پاسخ مثبت می‌دهد، به شگفت می‌آید!



هرچه بیشتر از قدرت تخیل خود استفاده کنید، با شادمانی بیشتری برایتان کار خواهد کرد. خواه آگاه باشید و خواه نه، همواره از قدرت تخیل خود استفاده می‌کنید. پس چرا آگاهانه از آن سود نجویید و سلامت و ثروت دلخواهتان را که حق الهی شما هم هست به دست نیاورید؟

بگذارید دیگر بار به شما یادآوری کنم که هرگز در مورد تصاویر ذهنی خود مصالحه نکنید. آرزویی را تصویر کنید که صادقانه می‌خواهید، نه آنچه را فکر می‌کنید شاید بتوانید به دست آورید. به اراده و استدلالتان که می‌کوشد شما را از تصاویرتان دور نگاه دارد، کوچکترین توجهی نکنید. چندی نمی‌گذرد که تخیل فعال شما عنان اراده را به دست می‌گیرد و آن را سر جای خود می‌نشاند. اما نخست باید با ایجاد آن تصاویر ذهنی که آرزوی ژرف و صمیمانه شماست، به تخیل خود خوراک برسانید و آن را پیرو رانید. اگر به سازش تن در دهید و با تصاویر ذهنی نیم‌بند و متوسط‌الحالی نه خوب و نه بد بسازید، ثمراتی مشابه همان تصاویر را به دست می‌آورید. و چون آن ثمرات رضایت‌بخش نخواهند بود، ناگزیر خواهید شد که از سر نو شروع کنید. پس از هم اکنون آنچه به راستی می‌خواهید مجسم کنید تا مجبوره دوباره کاری نشوید.

به راستی که تصاویر، اوضاع و شرایط آدمی را می‌سازند. و این شما هستید که این تصاویر را می‌سازید. اگر این حقیقت را دریابید، متوجه می‌شوید که برای به دست آوردن موهبت‌هایتان لازم نیست وارد زور و پیکار بشوید. عوض همه اینها، آرام گوشه‌ی بنشینید و آنچه را می‌خواهید، با

همه جزئیات دلخواهتان مجسم کنید و درباره آن تصاویر ذهنی بگویید: «ای پدر آسمانی، این موهبت یا موهبتی برتر را از خزانه بیکرانت به من عطا فرما! نیکی نامحدودت هم اکنون انجام خواهد پذیرفت!»

این راست است که آدمی همان می شود که در خیال خود تصویر می کند؛ و خیال مدام انسان برای آفرینش و بازآفرینش هر چیز کافی است! اما تنها به کلام من اکتفا نکنید. به من و خیل بیشماری که در حال اکتشاف قدرت تخیل هستند پیوندید. به راستی که این قدرت یکی از شادی انگیزترین قدرتهاست.

## فصل ششم

### قانون فرمان

شکسپیر نوشته است: «امور آدمیان را جزر و مدی است که از میان سیل، آنها را به سوی اقبال می‌کشاند.» این موهبت سیل آسا را که از راه نوشتن آرزوها و تصاویر ذهنی بنا کرده‌اید، از طریق قانون فرمان رها می‌کنید و به منصفه ظهور می‌رسانید.

قانون فرمان کلید شما برای توانگری و تسلط است. واژه فرمان یعنی «اختیار یا کنترل داشتن». از طریق گرایش اختیاری می‌توانید کنترل موهبتی را که می‌خواهید در زندگی تجربه کنید به دست بگیرید. نگرش بسیاری از مردم نسبت به زندگی همچون نگاه زیردست به بالای دست است؛ گویی زندگی کوهی بلند است که بالای سر وجود ناچیز آنها ایستاده است. قانون فرمان به شما کمک می‌کند تا بر قلّه این کوه بایستید و با احساس اختیار و اقتدار و تسلط به جهانتان بنگرید تا ثمراتی مشابه را نیز به وجود آورید.

راز قانون فرمان این است: اغلب بیان مثبت آنچه می‌خواهید در زندگی تجربه کنید، تنها کاری است که باید برای از این روبه

آن رو کردن رویدادهای زندگی انجام بدهید تا ببینید که همهٔ موهبتهای نیکو چه تند و چه آسان به سویتان می آیند. هنگامی که دل و جرات به خرج می دهید و اختیار وضعیت را به دست می گیریم و والاترین خواستهایمان را فرمان می دهیم، شگفتا که چه سریع درها برای تجلی آنها می گشایند. اما قانون فرمان چیزی تازه نیست. در «سفر پیدایش» می خوانیم که بیهو برای آفرینش زمین گفت: بشود... و شد.

واقعاً استفاده از قانون فرمان آسان است. پس از این که فهرست آرزوهایتان را تهیه و ذهناً مجسم کردید که همهٔ آنها به طور کامل به انجام رسیده اند، وقت آن است که آن جوهر را به صورت کلام درآوردید و فرمان دهید تا اثر را به عمل بدل کند. کتاب مقدس وعده داده است که هر چه را حکم کنی همان را به دست می آوری. «امری را جزم خواهی نمود و برایت برقرار خواهد شد. و روشنایی بر راههایت خواهد تابید.» (عهد عتیق، سفر ایوب، ۲۲: ۲۸)

اکنون نیز قانون فرمان را به کار می برید زیرا مدام حکم می کنید — اگر چه اغلب به شیوه‌ی نادرست حکم می کنید — که آنچه را نمی خواهید ایجاد می کند.

اخیراً مردی برایم گفت که دست راستش دچار ناراحتی شد. پزشکان گفتند که از نظر ارگانیک دستش ایرادی ندارد. او که از نفوذ کلام آگاه بود، دریافت که مدام می گوید: «حاضر دست راستم را بدهم تا...» تصمیم گرفت دیگر این عبارت را بر زبان نیاورد. دستش نیز خوب شد. اشعیا نبی ما را هشدار داد: «وای بر آنانی که احکام غیرعاده

را جاری می سازند.» (عهد عتیق، کتاب اشعیاء نبی، ۱۰: ۱). گاه احکام ما دنباله واژه هایی است که از سربیی فکری بر زبان می آوریم. یک بار خانمی به علت ناراحتی کف و ساق پا برای مشاوره نزد آمده بود. پزشکش به او گفته بود هر کاری که از دستش برمی آمده برای او انجام داده است. پس از جلسه نیایش، ناراحتی اش تسکین یافت اما گویی از شفای کامل خبری نبود، در یکی از جلسات مشاوره و نیایش به او گفتم: «از پدر آسمانی بپرس که کدام حقیقت درباره این وضعیت باید بر تو آشکار شود؟ بپرس چه باید بکنی تا کاملاً شفا یابی!» او نیز پرسید و پس از اندکی آرامش و سکوت پاسخ داد:

جوابم را گرفتم! اخیراً وارد معامله ای شدم که برایم سودی نداشت. من هم از روی حماقت مدام می گفتم: «ایکاش می توانستم از نظر مالی روی پای خودم بایستم.» وقتی تکرار این جمله را آغاز کردم می توانستم از نظر جسمی روی پای خودم بایستم. اما چندی نگذشت که ناراحتی پایم شروع شد که حاصل کلام کاهلانۀ خودم بود.

پس تصمیم گرفتم این عبارت را عوض کند و بگوید: «از نظر مالی کاملاً مستقلم و روی پای خودم می ایستم.» چندی نگذشت که هم از نظر جسمی روی پاهای خودش ایستاد و هم از نظر مالی!

زنی را می شناسم که یک گوشش کاملاً ناشنوا است. هرگاه نیز که نخواهد چیزی را بشنود می گوید: «من که یک گوشم دراست و یک گوشم دروازه.»

به دانش پژوهان ذهن همواره اهمیت و نفوذ کلام را آموخته‌اند. خردمندان مصر و هند و ایران و چین و تبت همواره به شاگردان خود آموخته‌اند که تنها زمانی لب به سخن بگشایند که بتوانند کلامی سازنده بر زبان آورند. به علت آگاهی از خطر کلام کاهلانه، برای سنجش این امر که بر زبان آوردن کلامی خردمندانه است یا نه، معیاری به این شکل تعیین کردند: «آیا در این کلام حقیقت هست؟ آیا در این کلام محبت هست؟ و آیا بیان آن ضرورت دارد؟» حتی اگر حقیقت دارد، اما محبت ندارد، پس بیان آن ضرورتی هم ندارد!

در مشاوره با صدها نفر از مردم که به علت مشکلات مالی نردم می‌آیند، دریافته‌ام که ۹۹ درصد از آنها تا زمانی که به‌طور کامل از قانون فرمان استفاده نکنند، بر مشکلات خویش فائق نمی‌آیند. اما به محض اینکه بیان روزانه و آگاهانه و سنجیده موهبت دلخواهشان را آغاز می‌کنند، فرمانهایشان به کار می‌افتد و آرزوهایشان را برمی‌آورد.

این روزها مدام درباره «عبارات تأکیدی» می‌شنویم که خود، نوعی فرمان است. بسیاری به اثبات رسانده‌اند که تمرین روزانه «عبارات تأکیدی» خواه به صدای بلند و خواه خاموش در دل، آسان‌ترین راه بیدارکردن قانون فرمان برای آفرینش نیکوییهاست. به راستی که استفاده از «عبارت تأکیدی» برای ایجاد ثمرات غنی آنقدر ساده است که بسیاری از مردم نمی‌توانند به آن اعتماد کنند و دنبال راهی پیچیده‌تر می‌گردند.

وقتی با بیان «عبارات تأکیدی» موهبت دلخواهتان را به تأکید

می طلبید، و در باره آنچه نمی خواهید گفتگو نمی کنید، فرایندی تازه را در ذهنتان به کار می دارید تا به تأکید در فضاهای اثیری نامرئی گسترش یابد و در سطح مری، موهبت دلخواهتان را متجلی کند. هر چه بیشتر موهبت دلخواهتان را به تأکید بر زبان بیاورید، با شتابی هر چه تمامتر شاهد ثمره مری آن می شوید.

هرگز نفوذ کلام را دست کم نگیرید. کلامتان جهانتان را می سازد، همان گونه که در ازل کلام یهوه جهان را آفرید. اما اگر جهانی را که پیشاپیش با کلام ناهماهنگی و تنگدستی و تنگناها ساخته اید دوست نمی دارید، می توانید با عوض کردن کلامتان به فرمانها و احکامی جدید، جهانی تازه و سرشار از موهبتهای نامحدود و توانگری برای خود بسازید. شاگردان کلاسهای توانگریم قانون فرمان را آسان ترین و سریع ترین راه برای ایجاد ثمرات نیکو و غنی می دانند. آنها «عبارات تأکیدی» خود را برمی گزینند و بارها (دست کم روزی پانزده دقیقه، یعنی سه بار در روز و هر بار پنج دقیقه) تکرارشان می کنند. اگر در موقعیتی نبودند که بتوانند گوشه خلوتی بیابند تا عبارات تأکیدی خود را به صدای بلند تکرار کنند، کاغذ و مدادی برمی دارند و آنها را بارها می نویسند. یکی از عبارات تأکیدی که همواره تکرار آن را به شاگردانم توصیه می کنم این است:

«من والاترین و عالی ترین ویژگیهای همه مردم را دوست دارم. هم اکنون والاترین و عالی ترین افراد (مشتریها و مراجعان و بیماران...) را به سوی خود می کشانم.»

فروشنده‌یی دریافت که با تکرار این عبارت تأکیدی تنها اشخاصی را به فروشگاه‌اش جذب می‌کند که به راستی قصد خرید دارند و حتماً کالایی می‌خرند. تکرار روزانه این عبارت تأکیدی که نوعی فرمان نیز بود، به او کمک کرد تا چند موقعیت را که از دست رفته می‌پنداشت دیگر بار به دست آورد. یعنی آن اشخاص بازگشتند و آن کالاها را خریدند.

خانم فروشنده‌یی پس از چند هفته تکرار این عبارت تأکیدی به صورت روزی پانزده دقیقه، مدیر فروش کل فروشگاه شد. او توانسته بود در مدتی کوتاه چهل و چهار هزار دلار جنس بفروشد. حال آنکه سه فروشنده دیگر (که مرد هم بودند) جمعاً توانسته بودند در همان مدت سی هزار دلار جنس بفروشند. همچنین اجناسی که این زن می‌فروخت در مقایسه با کالاهای سایر قسمت‌ها، کالاهایی ارزان بود که در نتیجه می‌بایست به تعدادی بسیار افزون‌تر به فروش می‌رسید تا بتواند با فروش دیگر بخشها برابری کند.

یکی دیگر از عبارات تأکیدی که شاگردان کلاسهای توانگریم آن را بسیار قدرتمند یافته‌اند این است: «هم اکنون همه چیز و همه کس سبب توانگریم می‌شود و من نیز هم اکنون موجب توانگری همه چیز و همه کس می‌شوم.» با تکرار مداوم عبارت تأکیدی بالا، یک کارمند دولت به میراثی پی برد که انتظارش را نمی‌کشید و سالها از آن بی‌خبر مانده بود. یکی دیگر از شاگردانم که پیوسته این عبارت تأکیدی



را تکرار می‌کرد دریافت که یکی از یازده نفری است که کشتزاری را به ارث برده است. به علت تعداد وارثان انتظار می‌رفت مبلغی که به او می‌رسد اندک باشد. اما چون شاگردم مدام تکرار می‌کرد: «هم اکنون همه چیز و همه کس سبب توانگریم می‌شود و من نیز هم اکنون موجب توانگری همه چیز و همه کس می‌شوم.» چکهای این میراث را به صورت ماهانه و مبالغی قابل توجه دریافت کرد. در ماههای زمستان که انتظار می‌رفت کار و بار آن کشتزار کم رونق باشد، او چکهایی با مبالغی هنگفت دریافت کرد!

صدها عبارت تأکیدی هست که می‌توانید با استفاده از آنها به موهبت دلخواهتان فرمان تجلی بدهید. نباید در استفاده از آنها تردید کنید. مثلاً اگر درآمدهای کافی نیست یا کیف پولتان خالی می‌نماید، آن را میان دو دست خود بگیرید و در گوشه خلوت خود، چندین بار به صدای بلند بگویید: «من برایت برکت می‌طلبم و هم اکنون تو را برای ثروتهای خدا که در تو و از طریق تو متجلی می‌شوند متبرک می‌کنم.» وقتی با لذت غذا می‌خورید، برای خوراک و سفره خود برکت بطلبید و از آنها قدردانی کنید. وقتی لباس می‌پوشید، با سپاس و شادمانی جامه خود را به تن کنید.

در یکی از سخنرانیهای اخیرم عبارت تأکیدی زیر را برای کاربردهای معین توصیه کردم. وقتی از اشخاصی که در کار کسب بودند نامه پشت نامه دریافت می‌کردم تا عیناً آن کلمات را برایشان بنویسم به شگفت آمدن. عیناً آن کلمات عبارت است از:

برای عالی‌ترین جامعه‌ها و کامل‌ترین گنجۀ لباسی که هر کس که دارای اندیشۀ توانگر است باید صاحب آن باشد: «سپاس می‌گزارم که زیباترین و مناسب‌ترین جوهر غنی خدا را به تن دارم.»

برای خانۀ عالی و زیبا و راحت، خواه یک اتاق باشد و خواه یک آپارتمان و خواه یک منزل: «سپاس می‌گزارم که در زیباترین و مناسب‌ترین جوهر غنی خدا خانه دارم.»

و برای عالی‌ترین و کامل‌ترین وسیلۀ نقلیه که حق مسلم صاحب اندیشۀ توانگر است: «سپاس می‌گزارم که در زیباترین و مناسب‌ترین جوهر غنی خدا به هر کجا که بخواهم می‌روم.»

خانمها به این عبارت فرمان، توجه ویژه نشان دادند: «برای سلامت و جوانی و زیبایی روزافزونم سپاس می‌گزارم.»

شاید مرا در تأکید بر استفاده از عبارت تأکیدی افراطی بدانند. چون می‌توان در هر گوشه از خانه‌ام عبارتی تأکیدی یافت که با چسب به اشیاء منزل چسبانده‌ام. بچه‌های همسایه‌ها آنقدر مجذوب عبارات تأکیدی من شده‌اند که گاه و بی‌گاه به خانه‌ام می‌آیند تا ببینند کدامیک از آنها را عوض کرده‌ام. آنگاه از روی آنها می‌نویسند تا عبارات تأکیدی خانۀ خودشان را هم عوض کنند. عبارت تأکیدی مربوط به جامه‌ها را به گنجۀ لباسم چسبانده‌ام. عبارت تأکیدی مربوط به تندرستی و جوانی و زیبایی را به آینۀ چسبانده‌ام. عبارت تأکیدی که به ظرف نان چسبانده‌ام چنین است: «از وفور نعمت خدا که پیوسته در زندگیم متجلی می‌شود به وجد می‌آیم. از برکت بیکران خدا که

اینجا و اکنون، بیش از اندازه مورد نیازم جلوه گرمی شود سپاسگزارم.» برای پیشگیری از تلفنهای غیر لازم که نوعی اتلاف وقت است، نزدیک تلفنم این عبارت فرمان را گذاشته ام که: «اکنون نظم الهی برقرار شده و حفظ می شود. والا ترین هماهنگی در اینجا حاکم است.»

آغاز روز با تکرار آن عبارات تأکیدی که به شما کمک می کنند تا همه روز خود را در کف اختیار بگیرید، بسیار نیکوست. من این عبارت را پیشنهاد می کنم: «با حمد و ثنا، ثروتهای بیکران خدا را پیشاپیش خود می فرستم تا در این روز هدایت و حمایت و پشتیبانی و توانگرم کند. هر آنچه نیازمندم هم اکنون مهیا می شود. موهبت غنی و دلخواهم امروز مریی و متجلی می گردد!»

از آنجا که هر روز کلام کامیابی و توانگری را بر زبان می آورید که نوعی فرمان برای تجلی آنهاست، تکرار این عبارت تأکیدی را نیز توصیه می کنم: «کلام من سرشار از قدرت ثروت بخش توانگری است.»

سایر عبارات تأکیدی ویژه فرمان که در کلاسهای توانگرم محبوبیت بسیار داشته اند عبارتند از: برای افزایش درآمد: «سپاس می گزارم که میزان پول و درآمد هم اکنون به قدرت عمل مستقیم خدا، به شیوهی شگرف و قابل ملاحظه افزایش می یابد.» برای پرداخت قبضها و صورتحسابها و قرضها و تعهدات مالی: «سپاس می گزارم که همه تعهدات مالیم از راههای شگفت خدا، بی درنگ به طور کامل پرداخت می شود.» برای کامروایی افزون تر در همه زمینه ها: «سپاس که هر روز از هر جهت دولتمندتر و

غنی ترمی شوم.»

یکی از عبارات تأکیدی که بیشتر مورد توجه بازرگانان قرار گرفت و به تجربه دریافتند که در خانه و کسب و کارشان هماهنگی افزون تر می آفریند، این آیه عهد عتیق بود: «سلامتی در باره های من باشد. و رفاهیت در قصرهای من.» (کتاب مزامیر، مزمور صد و بیست و دوم).

یک کارمند راه آهن برایم تعریف کرد چگونه تکرار عبارات تأکیدی ویژه فرمان، در کارش به او کمک کرد. از او خواسته شده بود موتور قطاری را تعمیر کند که هیچ کس از عهده انجام آن برنیامده بود. وقتی شنید که هیچ تعمیرکاری از پس تعمیر آن برنیامده است بیمناک شد. اما قانون فرمان را به یاد آورد. پیش از آغاز کارش با موتور قطار، به گوشه یی خلوت رفت. از توی کیف پولش عبارت تأکیدی اش را بیرون آورد و شروع کرده تکرار آن: «من فرزند خدا هستم، و از آنجا که خدا همه جا حضور دارد، پس هم اکنون با حکمت و خرد او یگانه ام. حکمت و خرد او مرا به راههای درست، و به آرامش و کامیابی راستین هدایت می کند.»

وقتی آرام نشسته بود و به این کلمات می اندیشید تا در آرامش و سکوت، ذهنش را از یقین و اعتماد سرشار کند؛ یکی دیگر از کارکنان راه آهن که از جلوت تعمیرگاه می گذشت نزد او آمد و پرسید که چه می کند. او پاسخ داد سرگرم «نقشه» یی ست که قصد دارد برای تعمیر موتور از آن استفاده کند. چندی نگذشت که سر کارش بازگشت و بی درنگ مشکل موتور قطار را برطرف کرد. هنوز چیزی نگذشته بود که کارمند بازگشت و نسخه یی از آن «نقشه» را که با چنین موفقیتی کار کرده بود، از او خواست!

یکی از کارمندان پست می‌بایست امتحان کارآیی می‌داد. برآن شد که به جای ترس از آزمون، اختیار این تجربه را به دست گیرد. پس بارها تکرار کرد: «خرد الهی همه آنچه را باید بدانم اکنون بر من آشکار می‌کند.» نتیجه آزمون این شد که او دارای حداکثر کارآیی است، و قبول شدن در آزمون نیز برایش تجربه‌ی آسان بود.

اخیراً مردی در نیویورک که یکی از مقاله‌هایم را درباره قانون فرمان خوانده بود و چند عبارت تأکیدی پیشنهادیم را تکرار کرده بود برایم نوشت:

وقتی مقاله‌تان را درباره قانون فرمان و تکرار عبارات تأکیدی خواندم، کسب و کارم در وضعیتی بود که کوچکترین امیدی به آن نداشتم. همان موقع فهمیدم که باید دفتری را که به رایگان در اختیارم بود و اجاره‌بهایی برایش نمی‌پرداختم تخلیه کنم. درپناه فیض، دفتری جدید و راحت با اجاره‌بهایی معقول و مناسب یافتم. اما کسب و کارم رونق نداشت. آشکار بود که باید با ایمان کامل به خدا به پیش بروم و وارد کار تولید رادیو بشوم که برنامه‌اش را در سرداشتم، اگرچه نمی‌دانستم پولش را از کجا تأمین کنم. علاوه بر مخارج شخصی مقداری بدهیهای شغلی هم داشتم که می‌بایست می‌پرداختم.

صبح که سر کار می‌رفتم، در مترو، مقاله و عبارات تأکیدی

پیشنهادی تان را خواندم و استفاده از آنها را آغاز کردم. وقتی به دفتر رسیدم آنها را با حروف درشت روی کاغذی نوشتم و مدام تکرارشان کردم.

فردای آن روز به آشنایی تلفن کردم که در کار کسب بود (و سال گذشته از من خواسته بود که سری به او بزنم و من آن را جدی نگرفته بودم). وقتی به او تلفن کردم از من خواست که فوراً به دیدارش بروم. با هم ناهار خوردیم و نقشه ام را جلوی او گذاشتم و گفتم که برای این کار به چقدر پول نیاز دارم. او بی درنگ با همه پیشنهادهایم موافقت کرد، بجز پذیرفتن منفعت بزرگی که پیشنهاد کرده بودم به او بدهم؛ سرانجام تأکید کرد که می خواهد این وامی بدون بهره باشد.

هفته بعد چک در دستم بود و سهام شرکت خودم را سوت زنان امضاء می کردم و آن را به تکرار عبارات تأکیدی شما مديونم!

حتی یک نفر را هم نمی شناسم که هر روز به طور منظم عبارات تأکیدی را — هرچند برای مدتی کوتاه — تکرار کرده باشد و نتایج رضایت بخش نگرفته باشد. تا کنون شاگردی نیز ندیده ام که تکرار عبارات تأکیدی و قانون فرمان را کنار گذاشته باشد و موفق شده باشد. چه بسیار شاگردانی دیده ام که به طور نظری قوانین کامیابی را از حفظ هستند، اما عملاً موفقیتی در زندگیشان مشاهده نمی شود. به هنگام گفتگو با آنها بی ردخور دریافته ام که قانون فرمان را به کار نمی برند. بسیاری از آنها می پندارند که پانزده دقیقه تکرار روزانه عبارات تأکیدی

برای توانگری و کامیابی «دون شأن آنهاست» حال آنکه گفتگو دربارهٔ اوضاع دشوار و تنگدستی و مشکلات مالی در همهٔ ساعات روز، یا زندگی در قرض و فشار مالی ابدأ «دون شأن آنها نیست».

البته انتخاب نهایی با خودتان است. می‌توانید شاهراه توانگری را در پیش گیرید یا کوچه‌پس‌کوچه‌های تنگدستی را. ذهنی که سالها در اندیشهٔ فقر و شکست فرو رفته است، برای تبلور اندیشه‌ها و گرایشها و آرزوهای غنی‌تر و توانگرانه، نیازمند به کمک روزانه است. در موارد حاد، برای ایجاد ثمرات نیکو باید از شیوه‌های ویژه سود جست. اگر تکرار عبارات تأکیدی در نظرتان کاری عجیب جلوه می‌کند اشکالی ندارد. بگذارید عجیب بنماید، اما به آن ادامه بدهید. اگر به راستی می‌خواهید که از فقر، توانگری و از شکست، موفقیت بیافرینید، چارهٔ دیگری ندارید.

گاه در میان تجربه‌های خارق‌العاده لازم است برای ایجاد ثمرات نیکو اندکی بر تلاشتان بیفزایید. ایوب برای کسب تبرک خود لازم دید که تا سحرگاه (تجلی نیکی و روشنایی) با فرشته پنجه درافکند. گاه شما نیز آن را لازم می‌بینید.

عیسی مسیح، و همچنین بسیاری دیگر از شخصیت‌های کتاب مقدس، معمولاً قانون فرمان را به کار می‌گرفتند. در آیهٔ ۱۹ باب بیست و یکم انجیل متی می‌خوانیم: «و در کنارهٔ راه یک درخت انجیر دیده نزد آن آمد و جز برگ بر آن هیچ نیافت. پس آن را گفت از این به بعد میوه تا به ابد بر تو نشود که در ساعت درخت انجیر خشکید.» در باب چهارم انجیل متی، وقتی عیسی مسیح سه بار در بیابان مورد تجربه یا وسوسهٔ ابلیس قرار

گرفت، از طریق بیانی مؤکد (عبارت تأکیدی) از پس این هم‌واردجویی برآمد. او برای برجای خود نشانیدن ابلیس، از عباراتی نیرومند و مقتدر سود جست: «دور شوای شیطان!» این آیه یکی از بهترین عبارات تأکیدی و فرمانهاست که می‌توان به هنگام رویارویی با وضعیتی نگران‌کننده به کار بُرد.

هرگاه قانون فرمان را به کار گرفتید و نتیجه دلخواه را به دست نیاوردید، بدانید که به جای کلامی محکم، از واژه‌هایی نرم و ملایم استفاده کرده‌اید. هنگامی که عیسی مسیح لازاروس (ایلعازر) مرده را زنده کرد، از شیوه‌هایی نرم و ملایم سود نجست. در آیهٔ چهل و سوم باب یازدهم انجیل یوحنا می‌خوانیم: «به آواز بلند ندا کرد ای ایلعازر بیرون بیا.» از این رو استفاده از واژه‌هایی نرم و ملایم برای بیرون راندن وضعیت خشن و شدیدی چون فقر یا شکست، مانند انگلیسی صحبت کردن با یک فرانسوی است که یک کلمه انگلیسی نمی‌فهمد. در نتیجه، ارتباط یا تماسی برقرار نمی‌شود.

دکتر امیلی کدی پزشکی که قبلاً در نیویورک طبابت می‌کرد نوشته است که به هنگام رویارویی با مشکلات جدی همواره با استفاده از جسورانه‌ترین فرمانها به پیکار با آنها برمی‌خاست. و تنها پس از به کارگرفتن قانون فرمان می‌توانست با خیالی آسوده بیاساید.

در یکی از موارد که می‌خواست از شر شخصی که آزارش می‌داد خلاص شود، این فرمان را به صورت عبارت تأکیدی به کار برد: «چنین



شخصی در عالم وجود ندارد. تنها خدا هست و بس!» در مورد دیگری که مچ پایش پیچ خورده و متورم و دردناک شده بود، به اتاقش رفت و در را قفل کرد و در آن گوشه خلوت بارها به تأکید گفت: «تنها خدا حقیقت است؛ و هر چیز دیگر، عاری از حقیقت!» بی درنگ درد و تورم تخفیف یافت؛ و شفایی عاجل نصیب او شد.

همچنین دو سال بود که می‌کوشید به خود ثابت کند که خواه مراجعانش برای قدردانی از خدماتش پولی شایسته به اوپردازند و خواه نه، خدا منشاء توانگری اوست. به هنگام نیایش، بر او فاش شد که هنوز قانون فرمان را به کار نگرفته است، و بیان موکد و مثبت برای توانگری را بر زبان نیاورده است. پس این عبارت تأکیدی را تکرار کرد که: «به سرانجام رسیده است. اینک خدا منشاء توانگری و برکت بیکران من است.»

آگاهی از اقتدار اندیشه توانگر، به تنهایی کاری از پیش نمی‌برد. باید به آن عمل کرد. تکرار روزانه عبارات تأکیدی به صدای بلند، بخشی از این برنامه است.

اخیراً بانویی آبتن برای مشاوره نزد آمد تا عبارتی تأکیدی به او بدهم که در افاق زایمان تکرار کند. البته تصور نمی‌کرد که با مشکلی روبرو شود، اما چون چهل ساله بود و مدتی هم بود که حامله نشده بود می‌خواست احتیاط کند. عبارتی که به او دادم این بود: «خدای درونم قادر است و قدرت او را در زندگی و سلامت و اقتدارم مشاهده می‌کنم. پس کودک سالم و بی نظیرم را به شادمانی و آسانی به

دنیا می آورم.» وقتی زایمان شروع شد، بارها این عبارت را تکرار کرد. بعداً برایم گفت وقتی فهمید که تمام مراحل زایمانش طبیعی و بی درد خواهد گذشت، از رضایتی شگرف سرشار بود. اما همان لحظه پزشک گفت که طرز قرار گرفتن جنین طوری است که زایمان طبیعی ممکن نیست. فعلاً باید چند دقیقه صبر کنند. مادر به جای احساس ترس به تکرار عبارات تأکیدی اش ادامه داد: «خدای درونم قادر است و قدرت او را در زندگی و سلامت و اقتدارم مشاهده می کنم. پس کودک سالم و بی نظیرم را به شادمانی و آسانی به دنیا می آورم.» پس از چند دقیقه، پزشک گفت جنین وضعیتش را تغییر داد. حالا می تواند با زایمان طبیعی به دنیا بیاید. سرانجام کودک به طور طبیعی و تقریباً بدون درد به دنیا آمد.

بیشتر ما به جای اینکه به غولهایی معنوی بدل شویم، آدم کوتوله باقی مانده ایم. آیا دل و جرأت آن را داشته ایم که تجلی موهبت دلخواهمان را فرمان دهیم، همان گونه که او برای آغاز آفرینش و پیدایش فرمان داد؟ خواست خدا برای ما این است که جلال درون و شکوه مندی باطن خود را عیان و شکوفا کنیم.

دکتر لوئیس دانینگتون<sup>۲</sup> می نویسد بیشتر افراد کامل و متوازن و متعادلی که در زندگی دیده است همواره اشخاصی بوده اند که نسبت به زندگی نگرشی محکم و موکد داشته اند. دکتر دانینگتون می گوید هرگاه در کلیسا سخنرانی می کرد، جماعت حاضر به او می گفتند که از تکرار

2) Dr. Lewis L. Dunnington

عبارات تأکیدی پیشنهادی او بیشتر از هر فن دیگری عملاً کمک گرفته اند. دکتر دانینگتون که از شنیدن کامیابی آنها به شوق آمده بود تصمیم گرفت خود نیز آن را بیازماید. جالب توجه اینکه به محض آغاز تکرار عبارات تأکیدی، تعداد شنوندگان سخنرانیهایش از ۴۰۰ نفر به ۲،۰۰۰ نفر رسید. عبارات تأکیدی پیشنهادی او معمولاً درباره ایمان بود.

من کاملاً می‌توانم متوجه علت آن بشوم، زیرا به هنگام کار در دنیای کسب و تجارت و بعداً در شغل تازه‌ام بعنوان یک کشیش دریافته که توده‌های مردم احساس تنهایی می‌کنند. و جویای راهی معنوی هستند که به آنها نشان بدهد چگونه در سلامت کامل و هماهنگی و وفور نعمت زندگی کنند؛ نه جویای نظریه‌هایی شعارگونه که با زندگی عملی جور در نمی‌آید.

اگر بتوانید عبارات تأکیدی خود را همراه با یک نفر دیگر تکرار کنید بسیار سودمندتر و مؤثرتر است؛ به ویژه اگر احساس کنید که عبارات تأکیدی شما بی‌درنگ پاسخ مثبت نمی‌دهند، البته باید مطمئن باشید که آن شخص با شما موافق است و می‌خواهد که به آرزویان برسید و به کاربرد این شیوه نیز اعتقاد دارد. من شخصاً همواره برای حل مسائل گوناگون، از اعضاء کلیسا خواسته‌ام که با من بنشینند و قوانین فرمان را تکرار کنند. من و منشی‌ام نیز اغلب پیش از آغاز کار روزانه، با هم می‌نشینیم و برای ثمرات نیکوی کارهای آن روز، این عبارت تأکیدی را تکرار می‌کنیم: «اینک زمان تکمیل و کمال الهی است. ثمرات

کامل و تمامیت یافته جوهر و برکت الهی هم اکنون متجلی می شود. امروز روز تجلی عشق و حکمت الهی است.» اغلب من و اعضاء کلیسا برای کلیه امور کلیسا، این عبارت تأکیدی را تکرار می کنیم: «ملکوت خدا آماده است و اراده نیکو و متعال خدا هم اکنون در همه زمینه های مربوط به این کلیسا متجلی می شود.» همواره فرمانهای تأکیدی ما نتایج رضایت بخش به ارمغان آورده است.

شاید گوشه خلوتی نداشته باشید و نتوانید عبارات تأکیدی خود را به صدای بلند تکرار کنید. در این صورت، هر روز بارها آنها را بنویسید. بازرگانی موفق که نویسنده و سخنران نیز هست برایم تعریف کرد که سالها پیش وقتی برای نخستین بار درباره قانون فرمان شنید، همین کار را کرد. آنگاه به کاری اشتغال داشت که کوچکترین رضایتی برایش نمی آورد. می خواست به کاری دیگر دست بزند، کاری که درآمدش آنقدر مکفی باشد که بتواند وقت آزاد خود را به نویسندگی و سخنرانی اختصاص بدهد و کاری که در رابطه با آن مدام در سفر باشد. وانگهی، آن زمان تکیده و بیمار بود و صاحب خانواده بی ناهماهنگ و ناخوشایند. در واقع، همه گوشه های زندگی نیاز به دگرگونی داشت. البته متقاعد شده بود که قانون فرمان می تواند همه این اوضاع را تغییر بدهد. اما چون خانواده اش به این «عقیده و نظریه عجیب» روی خوش نشان نمی داد، فهمید که باید در سکوت به تکرار عبارت تأکیدی اش بپردازد.

پس هر شب با مدادهای تراشیده و نوک تیز و یک دسته کاغذ، به

اتاقش پناه می برد و عباراتی را می نوشت که آرزومند تجلی آنها بود. هر شب صدها بار عبارات مربوط به سلامت و ثروت و شادمانی را می نوشت. در پایان یکی از روزها که از مشاجره بی میان او و شریکش سخت برانگیخته بود، صدها بار نوشت: «این وضعیت مرا نمی ترساند؛ زیرا خدا که جان و عشق و خرد من است، محافظ و پشتیبان من است و همه چیز را به راه راست بازمی گرداند. من به مهر و محبت پدر آسمانیم ایمان دارم و می دانم که اراده او برای من سلامت و سعادت و ثروت و شکوفایی معنوی و همه موهبتهای عالی و والاست.»

آن شب، هنگامی که به بستر می رفت، خاموش در دل خود تکرار می کرد «هیچ چیز منفی نمی تواند وارد زندگیم شود زیرا مسؤلیت این امر با خداست.» صبح زود روز بعد، شریکش به او تلفن کرد و گفت میل دارد سهم او را بخرد. همانجا پای تلفن بر سر قیمت فروش توافق کردند و معامله به طور دوستانه به سرعت پایان یافت. آنگاه این مرد فرصتی به دست آورد تا برای خودش و خانواده اش زندگی تازه و بهتری ایجاد کند. بی درنگ بهبود یافت و احساس قدرت و طراوت کرد. همسرش شغلی مشابه کار پیش از ازدواجشان پیدا کرد. از این طریق، میان آنها حس استقلال و هماهنگی و کامیابی پدید آمد. او نیز از راه نویسندگی و سخنرانی و کسب و کار، هم استقلال مالی بیشتر به دست آورد، هم وجودش برکتی بود برای آنان که می خواستند درباره تندرستی و توانگری و شادمانی بیشتر بدانند. همه اینها زمانی آغاز شد که دل و جرأت به خرج داد و هر شب صدها بار کلماتی بسیار ساده را

نوشت: واژه‌هایی در بارهٔ چیزها و امور دلخواهش، به جای غرو لند در بارهٔ وضع فعلی امور.

اخیراً دوستی برابیم تعریف کرد که پس از یک جراحی سخت، پزشکش به او گفت که بیش از سه ماه از عمرش نمانده است. منتها شوهرش می‌دانست جسم تا چه اندازه زیر نفوذ و نیروی اندیشه است، و گرایشهای مثبت یا منفی آدمی تا چه حد پاسخگواست.

وقتی به خانه بازگشت شوهرش به او گفت: «تشخیص سه ماه مهلت را که شنیدی. می‌توانی آن را بپذیری و بمیری، یا آن را نپذیری و زندگی کنی. اما اگر می‌خواهی زندگی کنی باید دو کار را انجام بدهی: اول اینکه باید دربارهٔ جراحی و تجربه‌هایی که در بیمارستان داشته‌ای کلمه‌ی بر زبان نیاوری. هر چه بوده تمام شده است. پس فراموش کن. دوم اینکه باید به زندگی فکر کنی. عبارات تأکیدی دربارهٔ زندگی را تکرار کن. منتظر زیستن باش و هر روز بگو: «بادا هم اکنون سلامت الهی در من و برای من تجلی یابد.» او نیز تکرار این واژه‌های ساده را آغاز کرد و چنان به آنها خو گرفت که تکرارشان عادت ثانوی او شد. هرگاه دوستان و آشنایان و همسایه‌ها برای احوالپرسی تلفن می‌کردند شوهرش گوشی را برمی‌داشت و می‌گفت: «ما ابداً دربارهٔ جراحی و بیماری و بیمارستان صحبت نمی‌کنیم. هر چه بوده تمام شده است. اکنون وضع سلامت او بینهایت عالی است.» البته این داستان متعلق به ۲۲ سال پیش است. آن زن برابیم تعریف کرد که از آن روز به بعد حتی یک روز هم بیمار نشده است!

شاید حیرت کنید که در کتابی درباره توانگری چرا درباره شفا و سلامت می نویسم. اما مفهوم واژه «توانگری» توانایی در همه زمینه هاست: کامیابی در تمامی هدفها. هرگاه درباره توانگری می نویسم، همانا از آرزوی تمامیت و تعادل برای همه جنبه های زندگی سخن می گویم. به راستی که زندگی عاری از تندرستی یا توانایی برای آفرینش تندرستی، چه کم ارزش است. طب روان‌تنی و روانشناسی و روانپزشکی جملگی بر اقتدار ذهن بر تن اذعان دارند: ذهن می تواند بیماری یا تندرستی بیافریند.

همه دنیا آرزومند و مجذوب قانون فرمان است. اخیراً به هنگام سخنرانی برای گروهی از دانشجویان دانشگاه، انواع گوناگون عبارات تأکیدی چاپ شده ای را که مشاوران معنوی برای حل مشکلات به مراجعان خود می دادند، به آنها نشان دادم. شاید دهها عبارت تأکیدی را برایشان خواندم و گفتم چگونه باید در هر موقعیت از آنها استفاده شود.

در پایان سخنرانیم، عبارات تأکیدی را روی میز سخنرانی چیدم و گفتم بیایند از نزدیک آنها را ببینند و از روی آنها یادداشت بردارند یا اگر می خواهند همانها را بردارند. به شگفت آمدم وقتی ناگهان همگی هجوم آوردند و در چشم به هم زدنی تمام عبارات تأکیدی را برداشتند! یکی از دانشجویان گفت برای امتحانی که همان روز دارد نگران است. گفتم این عبارت تأکیدی را تکرار کند که: «می گذارم خرد الهی از طریق من بیندیشد. من می دانم. من به یاد می آورم. من می فهمم. و بسیار عالی منظورم را بیان می کنم.» دانشجویان که در

پایان سخنرانیم برخاسته بودند تا اتاق را ترک کنند، همگی نشستند و آن عبارت تأکیدی را هم نوشتند.

شاید وقتی پولس رسول به رومیان گفت: «به تازگی ذهن خود صورت خود را تبدیل دهید.» (باب دوازدهم، آیه ۲) منظورش همین قانون فرمان بود. به راستی که عبارت تأکیدی سرشار از اقتدار بازآفرینی و نیروی تعالی است.

بازرگانی برایم تعریف کرد:

شش ماه پیش که برای نخستین بار به سخنرانی شما آمدم قصد خودکشی داشتم. وقتی درباره قانون فرمان صحبت می‌کردید به نظرم محال می‌آمد. وضع مالی و موقعیت ازدواجم آنقدر خراب بود که فکر کردم امتحانش ضرری هم نمی‌تواند داشته باشد. کسی که هیچ ندارد چه چیز را می‌تواند از دست بدهد؟ امروزه یمن معجزه عبارات تأکیدی، بر فراز جهانم! و ادامه داد:

چند هفته پیش به دوستی قدیمی برخوردم که در همان حال و روز شش ماه پیش من بود. گفت: «نمی‌دانم چگونه به این وضع ادامه بدهم. انگار خودکشی تنها راه حل من است. ایکاش من هم مثل تو شاد و خوش بین و موفق و خوشبخت بودم.»

گفتم: چند ماه پیش من هم همین حرفهایی را می‌زدم که تو حالا می‌زنی. اما راه اندیشه و عمل موکدانه را آموختم و دیگر بار در جاده کامیابی گام برمی‌دارم. آنگاه بعضی از عبارات تأکیدی چاپ شده‌ای را که در موفقیت من تأثیری بسزا داشتند به او دادم.



اگرچه گوشه و کنارشان بر اثر کثرت استفاده پاره شده بود، دوستم متشکر و ممنون می نمود. تازگی دوباره او را دیدم. فوراً گفتم: «واقعاً برای آن جمله‌ها متشکرم. آنها وضعم را کاملاً دگرگون کردند. اگرچه نمی توانم بفهمم چطور ممکن است چند کلمه وضع انسان را به طرز بی‌اورنکردنی عوض کند، اما در حال اتفاقی است که افتاده!»

از موهبت‌های غنی خدا هر چه بخواهید می‌توانید به دست آورید، به شرط اینکه بهای آن را با تکرار روزانه عبارات تأکیدی خود بپردازید. آخر برای رسیدن به شاهراه هموار و همایونی کامیابی راهی از این آسان‌تر و فرح‌بخش‌تر هم پیدا می‌شود؟ تکرار عبارات تأکیدی بهترین راه برای عوض کردن شیوه تفکر تان است. به راستی که اگر به تأکید بگویید همان چیزی هستید که می‌خواهید باشید، همان می‌شوید!

پیشنهاد می‌کنم به این سه مرحله توجه کنید: (۱) هر روز فهرست موهبت‌های دلخواهتان را بنویسید. (۲) ذهناً مجسم کنید که به آرزوهایتان رسیده‌اید. (۳) جسورانه و آگاهانه به ثمرات نیکو و نتایج دلخواهتان فرمان تجلی بدهید. اگر هر روز با پشتکار و مداومت این سه مرحله را به انجام برسانید نمی‌توانید جلوبهمن موهبت‌های نیکویی را که به سوی زندگیتان سرازیر می‌شود بگیریید!

## فصل هفتم

### قانون افزایش

زمانش فرا رسیده است که بیاسایید و از آنچه فرا گرفته اید کامروا شوید. زیرا اکنون صاحب «اندیشه توانگر»ی هستید که آماده قانون افزایش است.

کاربرد قانون افزایش آسان و دلپذیر است. نخستین شرط آن ایجاد و حفظ گرایش افزایشی غنی نسبت به همه چیز و همه کس است. به عبارت دیگر، بگذارید اندیشه اصلی شما نسبت به خودتان و دیگران، اندیشه‌هایی غنی و توانگر و سرشار از کامیابی و پیروزی‌هایی نیکو و موهبت‌های دل‌افروز باشد.

وقتی خودتان و دیگران را دولت‌مند و موفق و توانگر ببینید، به راستی که کمک می‌کنید تا چنین شود. به هنگام هرگونه تماس — تلفن، نامه، دیدار — بگذارید اندیشه‌یی که نسبت به شخص مقابل دارید نیکی افزون‌تر باشد. همین که نسبت به او (یا آنها) اندیشه‌یی غنی در سر داشته باشید، چون گامی عظیم عمل می‌کند، تا آنها به همان شکل درآیند و دگرگون شوند. شاید آنها از اندیشه شما نسبت به خودشان آگاه نباشند،

اما ذهن نیمه‌هشیار آنها اثری مثبت اندیشه شما را می‌ستاند و به طرز غنی برکت می‌یابد. معمولاً هم به شیوه‌ی توانگرانه و شادی‌بخش پاسخ می‌دهند!

البته فکر نمی‌کنم که زندان برای کسی که صاحب اندیشه توانگر است مناسب‌ترین جای ممکن باشد. اما مردی که به دلیلی زندانی شده بود و تصمیم گرفته بود که این مدت را به بهترین وجه سرآورد، پس از اینکه مورد اطمینان نگهبانان زندان قرار گرفت، به او اجازه داده شد که گهگاه تلفن بزند و او نیز گاه به من تلفن می‌کرد تا گزارش پیشرفتش را بدهد. یک بار هیجان زده تلفن کرد و گفت که دفتر اصلی زندان نیاز به تهویه مطبوع داشت. او نیز به تجسم و تکرار عبارات تأکیدی و شکرگزاری سرگرم شد که حتماً چنین خواهد شد. زیرا خادمان زندان با او مهربان بودند و او می‌خواست آنها را راحت و شاد ببیند. گفت سرانجام در دفتر زندان تهویه مطبوع گذاشتند و اگر در تمام مدت زندانش هیچ اتفاق جالب دیگر هم پیش نیاید، همین یک تجربه کاملاً کافی است و نشانه اقتدار اندیشه توانگر!

به راستی که وقتی مردم تفکر توانگرانه را برای خودشان و دیگران آغاز می‌کنند، چه سریع امورشان عوض می‌شود و بهبود می‌یابد. بانویی پس از ۱۸ سال زندگی زناشویی، بر آن شد که از قانون افزایش سود جوید. از مردی که پیش از ازدواج برای او کار می‌کرد نامه‌ی دریافت کرد که می‌گفت: به هنگام ازدواج در فشارهای مالی بودم و نتوانستم هدیه مناسبی به تو بدهم. اما اکنون که انسانی موفق‌تر می‌شوم آن را

جبران کنم. پس منتظر هدیه‌یی باش که پس از هیجده سال برای تو و آقادماد پست کرده‌ام!

زنی که در محله‌یی فقیرنشین زندگی می‌کرد در بارهٔ اندیشهٔ توانگر شنید. برآن شد که امتیاز اندیشهٔ افزایش را در اختیار خودش و همسایگانش بگذارد. چند روز بعد، پستی برای او آورد که چکی ۱۲۵ دلاری در آن بود؛ مبلغی که آن موقع برای او بسیار قابل توجه بود. یادداشتی همراه چک بود که می‌گفت در مالیات بر ارث خواهرش که هشت سال پیش درگذشته بود، اشتباهی رخ داده بود که متأسفانه تاکنون متوجه آن نشده بودند.

مردی بازرگان که از قانون افزایش باخبر است مدام در کارش که مدیریت اعتبارات است، برای ستاندن بدهیهای شرکتش از آن سود می‌جوید. چه جای تعجب اگر مدیریت همهٔ ناحیهٔ جنوب کشور به دست شرکت اوست. یکی از مشتریها هزاران دلار به شرکت او مقروض بود و هیچ کدام از کارکنان شرکت نتوانسته بودند آن پول را بستانند. مبلغ آنقدر بزرگ بود که مقامات بالاتر شرکت از ایالتی دیگر مشغول پرس و جو شدند.

مدیر اعتبارات پیش از این که مقامات شرکت با مشتری وارد مذاکره شوند به آنها گفت: «تنها راه ستاندن این پول این است که به هنگام مذاکره نسبت به آن مشتری مهربان و مؤدب و مثبت باشیم. زیرا باید اعتماد به نفس و ایمان به خود را به او بازگردانیم؛ باید به او نشان بدهیم

که معتقدیم که می تواند بسیار زود این مبلغ را بپردازد. باید در مورد او، از اندیشه افزایش سود جوئیم. انتقاد که ما را به جایی نمی رساند.» از این رو، به هنگام گفتگو با آن مشتری، از ایمانی که به او داشتند، و از اینکه معتقد بودند که می تواند بزودی این مبلغ را بپردازد و حتماً نیز می پردازد سخن گفتند و تأکید کردند که یقین دارند او با نیت خیر وارد این معامله شده است. چند روز بعد، مشتری شتابزده وارد دفتر مدیر اعتبارات شد تا نخستین قسط آن مبلغ را بپردازد. آنگاه گفت: «آن روز که وارد دفترم شدید آنقدر حالم خراب بود و اوضاع کاروبارم اسفناک که اگر یک کلمه از من انتقاد می کردید بی درنگ به دفتر وکیل می رفتم و اعلام ورشکستگی می کردم. اما شما آنقدر مهربان و مثبت و نسبت به من و کارم مؤمن و معتقد بودید و ایمان داشتید که وضع اقتص دیم می تواند بی درنگ نجات یابد که به من این شهامت را داد تا خودم نیز همین باور را داشته باشم. اتفاقاً نقطه عطف نیز آغاز شده است!»

همه مردم در خوراک و پوشاک و خانه بهتر و زیبایی و دانش و رفاه و شادی و تفریح و تحمل و رضایت شغلی و اوقات فراغت، جویای افزایش هستند و باید هم باشند زیرا آرزویی الهی است. از این رو، آرزوی موهبت افزون تر نباید مورد سرزنش یا سرکوب قرار گیرد. این آرزویی الهی است که می تواند از طریق قوانین معنوی اندیشه توانگر در سطوحی الهی تجلی یابد.

چه نیکوست اگر به جای قانون منفی کاهش، از قانون مثبت افزایش استفاده شود. اغلب وقتی مردم به انتقاد و ملامت و تحقیر دیگران

می پردازند نمی دانند که طبق قانون کنش ذهن، به دعوت همان ویژگیها رفته اند و همانها را به زندگی خود فرا می خوانند. هرگز وقت خود را — خواه در باره خودتان و خواه دیگران — با اندیشه کاهش تلف نکنید. یقین بدارید آنچه از خود بیرون می فرستید چند برابر به خودتان بازمی گردد و همان گونه تجربه ها را در زندگیتان پدید می آورد.

به هنگام اعتصاب کارخانجات فولاد، پزشکی متخصص ستون فقرات که مطب او نیز نزدیک همان کارخانجات بود و بیشتر بیمارانش نیز متعلق به همان محله بودند جداً تصمیم گرفت حتی یک کلمه در باره اوضاع و شرایط دشوار صحبت نکند و به این گونه سخنان بیمارانش نیز گوش فرا ندهد. از این رو، مدام در باره افزایش و توانگری و کامیابی سخن می گفت. غروب روزی که در جلسه انجمن محلی پزشکان متخصص ستون فقرات شرکت کرده بود و اکثر همکارانش سرگرم شکایت از وضع ناخوشایند کار «به علت اعتصاب کارخانجات فولاد» بودند و او سکوت کرده بود، یکی از همکاران رو به او کرد و از وضع کاروبار او پرسید. پزشک پاسخ داد: «وضع من هیچ گاه به این خوبی نبوده است. زیرا زیر بار گله و شکایت از اوضاع سخت به علت اعتصاب فولاد یا سایر دلایل نمی روم. این را نیز دریافته ام که اقتدار اندیشه توانگر می تواند همه اینها را عوض کند.»

وکیلی نیز که در همین محله کار می کرد، در مدت اعتصاب، قانون افزایش را به کار گرفت. همه همکارانش بکریز در باره کاروبار خرابشان

شکایت می‌کردند. اما او تصمیم گرفت که گرفتار اندیشهٔ محدود آنها نشود.

شب‌ی به هنگام دعا گفت: «خدایا ایمان دارم که توشبان منی و محتاج به هیچ چیز نخواهم بود. درست است که کارکنان آن کارخانجات بیشترین موکلان مرا تشکیل می‌دهند. اما یقین دارم که هزاران موکل توانگر نیز وجود دارد که به کمک حقوقی من نیاز دارند. خدایا به تو توکل می‌کنم تا موکلانی توانگر در اختیارم بگذاری.»

در این هنگام چهار شرکت بزرگ به او مراجعه کردند، و سه شرکت آنقدر به درآمدش افزودند که در تصورش نمی‌گنجید، و از طریق شرکت چهارم با شرکتهایی تازه آشنا شد که منابع درآمد افزون‌تری را در اختیارش گذاشتند. این درآمدها آنقدر زیاد بود که با درآمد کارخانجات فولاد قابل قیاس نبود! از این رو، در دورانی که همهٔ همکارانش می‌نالیدند، او غرق در رفاه و آسایش، تنها از قانون افزایش سخن می‌گفت. دیگران در بارهٔ قانون کاهش سخن می‌گفتند و طبیعتاً همان را می‌ستاندند.

از راههایی بسیار ساده می‌توانید قانون افزایش را بیدار کنید. باید این قانون را به طرزی مثبت و جسورانه برای خودتان و دیگران بر زبان آورید. قانون افزایش باید در سیما و اعمال شما نمایان باشد. حتماً عبارات تأکیدی مربوط به قانون افزایش را هر روز بنویسید و مجسم کنید و ثمرات غنی و نیکوی آن را فرمان دهید. مانند «نَحْمِیا» در عهد عتیق که پس از بازگشت یهودیان از بابل، برای بازسازی دیوارهای اورشلیم، قانون افزایش را به کار گرفت. نَحْمِیا که ساقی پادشاه ایران بود، از پادشاه کالا

و نیروی انسانی موردنیازش را برای بازسازی دیوارهای اورشلیم گرفت و بزودی دریافت که قبایل خصم هنگامی که یهودیان در تبعید بودند، اورشلیم را تصرف کرده‌اند. آنگاه بر تَحْمِیا لازم آمد که خدمه را به دو دسته تقسیم کند. یکی برای بازسازی دیوارهای اورشلیم و دیگری برای پیکار با قبایل خصم. اما هنگامی که تَحْمِیا به تأکید گفت: «خدای آسمانها ما را کامیاب خواهد ساخت.» (کتاب نَحْمِیا، ۲: ۲۰) دیوارها در ۵۲ روز بنا شدند.

اغلب اوقات ما به جای قانون افزایش از قانون کاهش استفاده می‌کنیم و با این کار، توانگریمان را به تعویق می‌اندازیم. مانند فرزندان اورشلیم که ۴۰ روز در مرز ارض موعود ماندند، حال آنکه می‌توانستند «شناور در شیر و عسل» به ارض موعود برسند.

شاید «یوشع» و «کالیب» دو تن از توانگرترین اندیشمندان عهد عتیق باشند. از میان دوازده فرستاده‌یی که موسی برای بازبینی ارض موعود فرستاد، تنها این دو تن ثروت‌های آن زمین را به سیمای خوشه‌های انگور دیدند. مابقی گفتند به درستی که در آن زمین شیر و شهد جاری است، لیکن مردمانی که در زمین ساکنند زور آورند و شهرهایش حصار دارد و بسیار عظیم است. وقتی یوشع و کالیب قوم را پیش موسی خاموش ساختند و گفتند: «فی الفور برویم و آن را در تصرف آریم زیرا که می‌توانیم بر آن غالب شویم.» (سفر اعداد، ۱۳: ۳۰) در واقع، به شیوه‌یی نهان و محرمانه قانون افزایش را برای آن وضعیّت فرا خواندند.

البته اکثریت با این برنامه مخالف بودند و گفتند نمی‌توانیم با این قوم مقابله کنیم زیرا ایشان از ما قوی‌ترند. از این رو، در بیابان ماندند.



سالها بعد که سرانجام به ارض موعود گام نهادند دیدند که قوم زورآور آن گونه که می پنداشتند به بزرگی غولها نیستند و قوم اریحا همانقدر از یهودیان می ترسیدند که یهودیان از آنها.

این قوم که از دیدن آتش خیمه های آنها از سوی رودخانه اردن به هراس افتاده بودند پنداشتند که آنها باید صدها هزار باشند حال آنکه چهل هزار بودند. از این رو، یهودیان دریافتند قومی که از آنها می هراسیدند، خود از یهودیان می ترسند. پس با تردید در پیشروی و طلب موهبتهایشان تنها اقامت خود را در بیابان طولانی تر کرده بودند. سرانجام می بایست با وضعیت رویاروی می شدند و بر آن تسلط می یافتند.

این درباره یکایک ما صدق می کند. اگر با استفاده از قانون کاهش موهبتهای خود را محدود کنید، هرگز از ثمره محدود احساس خرسندی نمی کنید. عاقبت باید قانون افزایش را به کار برید. پس چرا از اول به این کار دست نزنید و به جای ماندن در نیاز و تنگنا و محرومیت، وارد ارض موعود خود که نیکویی عظیم تراست نشوید؟

همواره باید از خود احساس افزایش را برون بفرستید، به گونه ای که همه در تماس با شما این حس استغناء را دریابند. به هنگام نوشتن نامه یا تلفن یا دیدار یا حتی اندیشه درباره دیگران، برای افراد خانواده و دوستان و همکاران و آشنایان و رهبران جهان و هر کس که به ذهنتان می آید، موهبتهایی افزون تر بطلبید. برای آنها چنین ندا در دهید: «با افزایش غنی موهبتهای متعال خدا برایت برکت می طلبم.» کلام جسورانه سرشار از ایمان و یقین و افزایش را رو در روی آنان نیز بر زبان آورید. گاه تنها ادای چند کلمه می تواند برای دیگری شگفتیها بیافریند.

اخيراً افسری بازنشسته به من گفت: «شما نمی دانید چند سال پیش که حالم خراب بود و در مرز خودکشی قرار داشتم چه کمکی به من کردید. کلامتان مثل آبی که روی آتش ریخته شود سیر اندیشه و زندگیم را عوض کرد.» وقتی فکر کردم دیدم تنها چیزی که به او گفته بودم این بود: «شما آنقدرها هم پرنیستید که نتوانید زندگی را از نو شروع کنید. با چشم تازه‌ی بی به زندگی نگاه کنید. در وجود شما چیزی است که برایتان موفقیت می آورد.» تا می توانید به دیگران کلامی سرشار از نیکی افزون تر بگویید. شاید در آن لحظه ندانید به چه کار پرمعنایی دست زده‌اید، اما حاصل امر اهمیت آن را نشان خواهد داد.

وقتی از کسی سخن می‌گویید، تنها درباره موفقیت او صحبت کنید. اگر کسی را می‌شناسید که اشتباهات گذشته‌اش را کنار گذاشته است، گذشته او را نادیده بینگارید و کمکش کنید تا کامیابی این لحظه‌اش شکوفا شود و تنها بر نیکی کنونی او تأکید کنید. با این کار نه تنها بر نیکی افزون‌تر او می‌افزایید، بلکه با وجدانی آسوده به خواب می‌روید.

برای خودتان نیز سرشار از اندیشه افزایش باشید. احساس کنید که روز به روز موفق‌تر می‌شوید و به دیگران نیز کمک می‌کنید تا موفق‌تر شوند. هر عمل و لحن گفتار و هر نگاه شما باید نمایانگر یقین آرام و غنی شما از کامیابی باشد. هرگاه عالم ذهنتان سرشار از استغناء باشد، دیگر لزومی ندارد به توسط کلام، دیگران را از کامیابی خود مطمئن کنید. زیرا کامیابی از وجودتان ساطع می‌شود و همه ناخودآگاه آن را احساس می‌کنند. مشتاقانه می‌خواهند با شما وارد معامله و مجالست

شوند، زیرا احساس استغناء و کامیابی و توانگری که از وجودتان می‌تراود، آنها را به سوی خود جذب می‌کند.

کافی است احساس دولتمندی و کامیابی و استغناء را در خود ایجاد کنید تا مردمانی صاحب اندیشه توانگر که تا کنون ندیده بودید مشتری و مراجع و همکار و دوست شما شوند. مردم به طور ناخودآگاه به جایی می‌روند که سرشار از فضای افزایش باشد. کسب و کارهایی که به سرعت گسترش می‌یابند و برکتهای بیکران به ارمغان می‌آورند از این دسته‌اند. وقتی در ذهنتان به دیگران اندیشه افزایش عطا می‌کنید و در ژرفای آرامش و سکون به این تجسم سرگرم می‌شوید، دیگران به سوی شما کشیده می‌شوند و بی‌درنگ توانگرتان می‌کنند.

دل و جرات به خرج بدهید و از هر راهی که به نظرتان می‌رسد قانون افزایش را خواه در مقیاس وسیع و خواه در مقیاس کوچک بیدار کنید. بانویی اخیراً برایم تعریف کرد چگونه همسرش را با گفتن جمله‌یی که هر روز پس از بازگشت از کار به او می‌گفت، از وضع اسفناک مالی نجات داد. جمله آن زن این بود: «خب عزیزم همه اتفاقهای خوب امروز را برایم تعریف کن.» هر دو آنها به راستی از اتفاقهای خوبی که پیش می‌آمد به شگفت می‌آمدند و سپاس می‌گزاردند: مسیر تفکر آنها از شکست به موفقیت بازگشت. برای ایجاد حس توانگری در خودتان و دیگران، به هر تلاشی که دست بزنید و هر چقدر که وقت صرف کنید می‌ارزد.

هر اندیشه و گفتار و کردارتان باید نمایانگر توانگری باشد؛ نوشته‌یی را که برخلاف توانگری است نخوانید و جدی نگیرید. اگر خط فکری

خود را با سایر خطوط درهم آمیزید، این جریانهای متقاطع تلاشهایتان را برای توانگری خنثی می‌کنند. برای توانگری مدام باید جرأت متفاوت بودن را داشته باشید!

وقتی مردم دربارهٔ اوضاع دشوار صحبت می‌کنند نه باید ناراحت شوید و نه باید در آن شرکت کنید؛ مگر اینکه بخواهید خودتان هم دچار همان تجربه شوید. در برابر ظاهر مخالف امور ندا در دهید: «بازگشت الهی صورت می‌گیرد. موهبتی را که ملخهای تنگدستی خورده‌اند به شیوه‌ی الهی بازگردانده می‌شود. قانون الهی توازن و اعتدال به عالی‌ترین کار خود سرگرم است.» قانون انطباق و تعادل الهی، قانون جهانی و کیهانی است و شما می‌توانید از طریق اندیشه‌های توانگرتان به این عامل توازن کمک کنید. اکنون می‌تواند زمان برکنهای بیکران و توانگری عظیم برای شما باشد زیرا همان‌گونه که آن مرد بازرگان گفت: «از آسمان طلا می‌بارد!»

زن فروشنده‌ی برایم تعریف کرد که گفتگو دربارهٔ اوضاع دشوار چه مصائبی می‌تواند بیاورند. همکاری داشت که مدام از تنگدستی و رکود و کمادی بازار حرف می‌زد. پس چه جای تعجب اگر همیشه کمتر از سهمیه‌اش جنس می‌فروخت. به جای اندیشهٔ توانگرانه، وقت ناهارش را نیز توی شهر با اشخاصی که ذهنشان به اندیشه‌های شکست‌خو گرفته بود می‌چرخید. هر روز وقتی پس از ساعت ناهار سرِ کارش باز می‌گشت می‌گفت: «به همهٔ مغازه‌های شهر سرزدم. کاروبار همه وحشتناک است. جنسهای همه باد کرده و روی دستشان مانده!» خب، نتیجه چه

شد؟ خانمی که این حرفها را می شنید زیر بار این عقاید نرفت زیرا از اقتدار اندیشه توانگر آگاه بود. چون اندیشه توانگر را بیدار می کرد همواره میزان فروشش بالا بود و به طور منظم چکهای کمیسیون را دریافت می کرد. اما زنی که مدام به شکایت از اوضاع دشوار سرگرم بود نتیجه یی ناخوشایند گرفت. یک روز مدیر فروشگاه او را برداشت و سرکار نیمه وقت گذاشت، در حالی که او می خواست تمام وقت کار کند. گرایشهای شما ثمراتی محسوس و قابل لمس پدید می آورد. این خانم نیز آن را به اثبات رساند، منتها در جهت معکوس.

چارلز فیلمور به ما نشان داده است هنگامی که حتی اطرافیانمان قانون کاهش را به کار می گیرند چگونه از قانون افزایش استفاده کنیم:

جوهر معنوی که همه ثروتها از آن می آید هیچگاه تمام نمی شود. همواره با شماست و به ایمان و تمنا و انتظاراتان پاسخ مثبت می دهد. سخنان جاهلانه ما درباره اوضاع دشوار بر آن اثر نمی گذارد، اگر چه بر خودمان اثر می نهد، زیرا قدرت به تجلی در آوردن ما زیر نفوذ اندیشه ها و کلاممان است. سرچشمه بیکران همواره آماده بخشیدن است. کلام زنده ایمانتان را به اثر همه جا حاضر، فرا افکنید تا حتی اگر همه بانکهای دنیا بسته باشند دولتمند

شوید. انرژی عظیم ذهنستان را به سوی «فراوانی» بازگردانید تا علی‌رغم هرچه اطرافیانتان بگویند یا بکنند، توانگری به وفور در اختیارتان باشد.

اخیراً مردی بازرگان به رئیس بانکی که می‌خواست از اوضاع سخت سخن بگوید گفت: «این دنیا پُر از پول و ثروت و انواع و اقسام منابعی است که می‌توان به آنها دست یافت. من برای خودم و شما و تمام مردم دنیا هیچ چیز بجز ثروت و توانگری را نمی‌پذیرم.» رئیس بانک سرش را تکان داد و گفت: «شما خوش‌بین‌ترین آدمی هستید که تاکنون دیده‌ام.» آنگاه به این بازرگان وامی با رقمی قابل ملاحظه داد، که خود گواه آن بود که برای هر کس که توانگرانه بیندیشد و سخن بگوید ثروت و توانگری هست.

با تمرکز اندیشه‌ها و احساسها و روابط و فعالیت‌های توانگری، و نه بر شکست یا تنگدستی، جوهر هستی‌تان را ذخیره و به درستی استفاده کنید. بگذارید اندیشه و گفتارِتان غرق در توانگری باشد. منتظر توانگری باشید. مدام به یاد خود بیاورید که اندیشه‌ها و کلام و آرزوهای پراکنده و کاهلانه، ثمراتی پراکنده و کاهلانه و آکنده از تنگدستی به بار می‌آورد. تصاویر ذهنی توانگری خود را بر ستاره غنی کامیابی متمرکز کنید و همانجا نگاه دارید.

اگر به هنگام تلاش برای توانگری وسوسه دلسردی به سراغتان آمد، به خاطر آورید که طبق اعتقادات عمومی تبار انسانها اندیشیدن، آسان و

بی فایده است. اما ظاهر مخالف امور را نادیده گرفتن و توانگرانه اندیشیدن ارزشمند است، زیرا ثمراتی غنی به ارمغان می آورد. ویراستاری را می شناسم که اغلب به من گفته است: «کاترین، در یادت نگاه دار که اکثریت همواره در اشتباه هستند!»

راه دیگر بیدارکردن قانون افزایش و رهایی از حقارت و تخریب قانون کاهش، این است که بیاموزید هرگز دلسرد نشوید. اگر امور معینی درست سرِ موقعی که شما انتظارش را داشتید یا به گونه‌یی که شما می‌خواستید پیش نیامد، آن را شکست نخوانید. علت اینکه آن را نستانده‌اید این است که چیزی بسیار بهتر در راه است و به وقت درست بیدار خواهد شد. وقتی احساس می‌کنید شکست خورده‌اید، به یادتان بیاورید که علتش این بوده که آرزویتان آنقدر که باید بزرگ نبوده است. بر عظمت دیدگاه و آرزویتان بیفزایید تا شاهد پاسخی شوید که در صورتان نیز نمی‌گنجد. شکست همان موفقیتی است که می‌کوشد در مقیاسی وسیع‌تر به سراغتان بیاید. بیشتر شکستهای ظاهری، پی ریزی راهی به سوی پیروزی است!

به هنگام بیدارکردن قانون افزایش، به خاطر آورید که در عرصه توانگری نیازی به شتاب و زور و فشار، یا کمبود مجال و فرصت نیست. هر روز به شیوه‌یی موفقیت‌آمیز، هر کاری را که از دستتان برمی‌آید به انجام برسانید، اما در کمال آرامش و بدون ذره‌یی شتاب یا دلهره و نگرانی. با حداکثر سرعتی که می‌توانید به پیش بروید، اما عجله نکنید. به محض اینکه شتابی بیش از اندازه را آغاز می‌کنید، دیگر صاحب اندیشه‌یی توانگر نیستید و ترسان و لرزان می‌شوید که خود مقدمه شکست

است.

هرگاه می‌بینید که می‌کوشید به زور به چیزی برسید تعمداً ترمز کنید. توجهتان را به تصویر ذهنی چیزی که در تلاش حصولش هستید معطوف کنید. آنگاه بی‌وقفه سپاس بگذارید که از راه‌های شگفت خدا به خواسته‌تان می‌رسید.

شاید اعتراض کنید که «وقتی میان افرادی زندگی می‌کنم که از قوانین اندیشه‌توانگری بی‌خبرند و مدام می‌کوشند با فشار، مرا به تعجیل وادارند چگونه می‌توانم این امر را رعایت کنم؟» زمانی خودم بعنوان منشی در دنیای کسب کار می‌کردم و معنای حرف شما را می‌فهمم. اما آن موقع این را نیز دریافتم که یک نفر که از اقتدار اندیشه‌توانگر استفاده کند بیشتر از یک لشکر شتابزده و پراکنده که قدرتش را در هول و ولا و عجله از دست می‌دهد، می‌تواند عنان وضعیتی را در اختیار بگیرد.

خانم فروشنده‌یی را می‌شناسم که هرگاه احساس می‌کند باید یک عالم کار را به انجام برساند، دست از کار می‌شوید و اندکی می‌آساید یا برای نوشیدن قهوه‌یی از خانه بیرون می‌رود و توازنش را بازمی‌یابد و معمولاً آنگاه با سرعتی چندبرابر در مدتی بسیار کوتاه‌تر، همان کار را به انجام می‌رساند.

در مواقعی که شتاب و پراکندگی به سراغتان می‌آید ذهن‌اندا دردهید: «خاموش باش و در آرامش!» آنگاه ببینید که فضای پیرامونتان آرام گرفته است و در آرامش و شتابی معقول فرو رفته است.



وقت خود را با کینه و کدورت یا عداوت با کسانی که به طریزی ناجوانمردانه با شما رفتار کرده اند به هدر ندهید. طبیعی است آنان که قادر به پیشرفت نیستند می خواهند شما را در سطح متوسط الحال خودشان نگاه دارند، اما اگر شما به آنچه آنها می کنند یا می گویند توجه نشان ندهید، قادر به انجام این کار نخواهند بود. هیچ کس جز خود شما نمی تواند جلو کامیابی و توانگریتان را بگیرد.

اگر کسی کوشید یا حتی موفق شد که برای مدتی شما را از مرادتان بازدارد، به خاطر آورید که کامیابی راهها و درهائی بیشمار دارد که همواره آماده است آنها را به رویتان بگشاید تا موهبتهای دلخواهتان را به دامتتان بریزد. هرگاه دری بسته شد، بدانید که درها و دروازه های بزرگتر و عالی تر می خواهند به رویتان گشوده شوند. جلو درهای نیمه بسته خودتان را معطل نکنید. بگذارید درهای نیمه بسته، بسته شوند. آماده درهای تازه یی باشید که می خواهند چاک چاک به رویتان باز شوند.

خودتان را از شر حقارت حسد و حسرت به کامیابی دیگران برهانید و مدام به صدای بلند یا خاموش ندا در دهید: «من به توانگری دیگران حسرت نمی خورم. به خدا رو می کنم. هدایت او را می جویم و توانگر می شوم. دیگران نیز به توانگری من حسرت نمی خورند؛ به خدا رو می کنند؛ هدایت او را می جویند و توانگر می شوند. در این کائنات، کامیابی و توانگری بیکران برای همه هست.»

وقتی اندیشه توانگرانه را آغاز کردید، هرگز از آنچه دیگران می گویند یا کارهایی که می کنند تا نتوانید به خواسته تان برسید، دلرد و نومید و ناراحت نمی شوید. در درازمدت، آنها نه به شما، که به خود آزار می رسانند.

وقتی مردم می‌کوشند به صورتی، شما را پایین بیاورند یا تحقیر کنند، به خود بیایند. این نشانه بارز آن است که پیشرفت و موفقیت شما آنقدر چشمگیر بوده است که دیگران آن را دریافته‌اند. در چنین مواقعی، نفسی عمیق بکشید و سپاس بگذارید که کامیابی شما هم اکنون متجلی شده است. انتقاد دیگران یا تلاششان برای پایین نگاه داشتن شما را نوعی تمجید بینگارید. بی تردید در شما چیزی هست که آنها در خفا تحسینش می‌کنند و فقدانش را در خودشان می‌بینند. اگر نه، با چنین شدتی کمبود آن را در خود احساس نمی‌کردند، و به محض اینکه متضادش را در شما می‌دیدند، از احساس نفرت لبریز نمی‌شدند.

همه این شیوه‌ها و گرایشها بخشی از قانون افزایش است. اگر خود را ملزم کنید که به این قانون سحرآسا بچسبید، راهها و روشهای تجلی بیشترش را، به گونه‌یی که مناسب اوضاع و شرایط خاص زندگیتان باشد، بر شما آشکار خواهد کرد.

با تکرار این عبارت، قانون افزایش را در خود بیدار کنید: «اکنون سلامت کامل و ثروت بیکران و سعادت نامحدود را تجربه می‌کنم. این حقیقت دارد زیرا جهان سرشار از مردمانی نازنین و مهربان است که از هر جهت کمکم می‌کنند. اکنون در حضور فرشتگانی بیشمارم و از یک زندگی شاد و جالب و رضایت‌بخش برخوردارم. به دلیل تندرستی و خوشبختی و توانگریم می‌توانم به دیگران کمک کنم تا از یک زندگی شاد و جالب و رضایت‌بخش برخوردار باشند. همه انسانها می‌توانند از موهبت‌های جهانی و کیهانی بهره‌مند شوند.

به محض برزبان آوردن کلام نیکو، موهبتهایتان آفریده می شوند. دل و جرأت به خرج بدهید و از راههای عملی که اینجا می آموزید، قانون افزایش را بیدار کنید. با این کار، اندیشه‌ها و نیایشها و آرزوهایتان برای موهبتهای عظیم‌تر، پیرامون این سیاره می چرخند و حتی به فضایی بس فراتر می روند. آنگاه خودتان نیز جزئی از «مرزی تازه» برای نیکوییهای کیهان می شوید، تا همه موهبتها را نثار این سیاره کنید!

## فصل هشتم

### گرایش توانگرانه نسبت به پول

تازگی دوستی برایم کارتی فرستاد که تصویری فکاهی روی آن بود که می‌گفت: «چه فقیر باشی و چه ثروتمند، پول چیز خوبی است!» حتم دارم بیشتر ما با آن هم عقیده ایم.

چه مطالب شگفتی درباره پول و امکانات بیشتر برای کامروایی از آن نوشته می‌شود. مثلاً پیش‌بینی شده بود که اقتصاد ملی ما می‌تواند سال ۱۹۷۰ پنجاه درصد غنی‌تر شود، که به معنای امکانات توانگری افزون‌تر برای یکایک افراد است.

تحقیقات اخیر نشان داده است که پس از جنگ جهانی دوم، بیش از هر وقت دیگر ثروت ایجاد شده است. نویسنده‌ی تازگی نوشت: «هنوز هم می‌توانید میلیونر شوید.» نویسنده‌ی جسورتر ندا در داد: «امکان میلیونر شدنتان بیش از آن است که فکرش را می‌کنید.»

وقتی زندگینامه و تجربه‌های صاحبان اندیشه‌ی توانگر را می‌خوانید، می‌بینید که آنها نسبت به پول گرایشی دوستانه دارند. حال آنکه گرایش عمومی نسبت به پول طوری است که انگار پول ابرادی دارد و توانگر بودن

کارِ درستی نیست.

چند ماه پیش از من دعوت شده بود که بعنوان سخنران در میهمانی ناهار به باشگاهی بروم. در آنجا به رئیس بیمارستانی برای تهیه تجهیزات بخش جدیدش چکی اهداء شد. او نیز برای تشکر از چک برخاست و گفت: «آنچه مهم است پول نیست، این محبت اعضاء باشگاه و توجه آنها نسبت به تأسیس بخش جدید بیمارستان اوست که برایش اهمیتی بسزا دارد.»

در حیرت فرو رفتم که آیا واقعاً می داند که چه می کند و می فهمد که چه می گوید؟ نخستین واکنشم (و شاید واکنش خاموش بسیاری دیگر از حاضران) این بود که: «اگر پول مهم نیست، پس این مرد در اینجا چه می کند؟ او که رئیسی بسیار بلندپایه و قطعاً گرفتار است، صرفاً آمده که با این زنها ناهار بخورد؟ من که باور نمی کنم اگر پولی در کار نبود و این زنها از او دعوت می کردند که چون به تأسیس بخش جدید بیمارستانش علاقه مندند به آنجا بیاید تا با آنها ناهار بخورد، او می آمد» یقین دارم وقتی این رئیس بچه بود به او آموخته بودند که از پول بدش بیاید، همان گونه که به بسیاری از ما آموخته اند.

اگر با دقت به صحبت اطرافیانتان گوش کنید می بینید که گرایش بیشتر مردم این گونه است. از یک طرف می گویند پول برایشان اهمیتی ندارد و از طرف دیگر می گویند برای پول درآوردن باید از صبح تا شام تلاش کنند و زحمت بکشند. آنها در نمی یابند که این عدم هماهنگی در اندیشه شان، تلاشهایشان را خنثی و بی ثمر می کند. چنین گرایش ناهماهنگی درباره پول، آنها را وامی دارد که برای هدفهایی متضاد

بکوشند. در نتیجه، ثمره اش نیز ناهماهنگ و متضاد خواهد شد. هرگز خاطره نخستین سخنرانیم را بعنوان یک کشیش درباره اهمیت پول برای زندگانی موفق فراموش نمی‌کنم. وقتی گفتم اگر از پول درست استفاده شود عالی و اعجاب‌انگیز است زیرا دارای جوهر الهی است، زنی که در ردیف اول نشسته بود دهانش بازماند و تقریباً از صندلی افتاد. وقتی گفتم: «پول مانده‌ی آسمانی و عطیه‌ی ملکوتی است زیرا تجلی برکت خداست» زن از هوش رفت. دلیل آمدن او به این جلسه، آرزومندی اش برای توانگری افزون‌تر بود. اما وقتی شنید که پول تجسم قانونی توانگری است، بکل از هوش رفت.

پس از سخنرانی، یکی از اعضاء هیئت مدیره کلیسا، مرا به گوشه‌ی کشاند و گفت: «فکر نمی‌کنی وقتی در تجدید از پول می‌گویی که مظهر جوهر الهی است، اندکی اغراق می‌کنی؟» گفتم: «امیدوارم اغراق کرده باشم، زیرا واقعاً آن را لازم می‌دانستم.» آنگاه او گفت: «اما تو باعث شدی که آن زن چنان از هوش برود که شاید دیگر هرگز به هوش نیاید.» گفتم: «اگر من باعث شدم که آن زن از هوش برود حتماً به این دلیل بود که عقیده‌ی کهنه و قدیمی و نادرست درباره پول می‌بایست از ذهن او بیرون می‌رفت، همان‌طور که همه ما به چنین ضربه‌ی نیاز داریم.»

آنگاه خاطر نشان کردم که هدفم از تعلیم اصول معنوی و ذهنی توانگری این بود که به مردم کمک کنم تا به حقیقت نیک خدا پی ببرند و بدانند که توانگری میراث الهی آدمی است؛ زیرا می‌خواهم که انسانها از فقر و شکست و همه گناهان ناشی از تنگنا برهند. اگرچه دریافتم که

گاه آموزش این فرایند یک ضربه است.

در جلسه بعد، آن زن بازگشته و دیگر بار در ردیف اول نشسته بود. تنها تفاوتی که می توانستم در گرایشش تشخیص بدهم این بود که اندکی صندلیش را بالا آورده بود تا بتواند با دقت بیشتری به سخنرانیم گوش کند و شادمانه آماده حقایق تکان دهنده تری درباره توانگری بود!

پس از چند جلسه، همه گرایشهای افراطی و مخالف و موافقش در باره توانگری آرام گرفت. آنگاه روزی نردم آمد و اعتراف کرد که نخستین بار که در سخنرانیم شرکت کرد وضع مالی و سایر امور زندگی اسفناک بود. همسرش ترکش کرده بود و فرزندانش برضد او جبهه گرفته بودند؛ پزشکش به او گفته بود که در معرض حمله عصبی است. با اینکه شغل خوبی داشت، درآمدش کفاف مخارجش را نمی داد. ضمناً نمی توانست با همکارانش کنار بیاید. حتی از جانب کارپیشین اش تحت پیگرد قانونی بود.

اما هفته به هفته، پس از شنیدن عقایدی تازه درباره توانگری و زندگانی موفقیت آمیز، همه گرایشهایش دگرگون شد و توانست با فرزندانش روابطی هماهنگ تر ایجاد کند. دچار حمله عصبی نشد و پیگرد قانونی از جانب شغل قبلی نیز به طرزی دوستانه منتفی شد. آنگاه توانست از شغل فعلی خود لذت ببرد و احساس خرسندی کند. چیزی نگذشت که به انسانی تازه بدل شد و همه اینها زمانی پیش آمد که دل و جرأت به خرج داد و گرایشش را نسبت به پول عوض کرد.

بیشتر مردم نسبت به گنجایش خود درباره پول درآوردن حساس هستند. در بیشتر موارد، اگر شخص بتواند نسبت به پول گرایشی مثبت و

دوستانه داشته باشد، گنجایش پول درآوردنش افزایش می‌یابد. از مایک تاد نقل قول می‌کنند: «من هرگز فقیر نبوده‌ام، فقط ورشکسته‌ام. زیرا فقر یک انگاره و قالب فکری است، حال آنکه ورشکستگی وضعیتی موقت و گذراست.»

بسیاری از مردم به علت آنچه پولس رسول درباره پول به تیموتائوس نوشته است گرفتار آشفتگی شده‌اند و نمی‌دانند گرایش درست معنوی در باره پول چه باید باشد. مثلاً این آیه که: «طمع ریشه همه بدیهاست.» (عهد جدید، رساله اول پولس رسول به تیموتائوس: ۶: ۹). اما اگر کسی همه این رساله را بخواند آنگاه خواهد دانست که چرا پولس آن را گفته است.

پولس در اوایل مسیحیت، تیموتائوس را در شهر آفسس در آسیای صغیر که مرکز آموزش و تجارت بود به کار گمارده بود. این شهر به علت معبدی ویژه ستایش دیانا مورد توجه خاص و عام بود. در واقع، زمانی که پولس رساله اول خود را به تیموتائوس نوشت، آفسس شهرت پرستی و شرک و کفر و خرافات و مادی‌گرایی بود و کوچکترین توجهی به خدا بعنوان تنها منشاء رزق و روزی نداشت.

از این رو، بسیار آسان می‌توان دید چرا پولس در رساله اش به تیموتائوس، او را از نگرش مادی‌گرایانه این افراد نسبت به پول آگاهانیده است. اگرچه پولس در همان رساله به تیموتائوس نوشته است که به این مردم مادی‌گرا چنین بیاموزد: «دولتمندان این جهان را اسرفرما که بلندپروازی نکنند و به دولت ناپایدار امید ندارند؛ بلکه به خدای زنده که همه چیز را دولتمندانه برای تمتع به ما عطا می‌کند. پس نیکوکار بوده و در اعمال



صالحه دولت‌مند و سخی و گشاده‌دست باشند.» (عهد جدید، رسالهٔ اول پولس رسول به تیموتاوس: ۶: ۱۷ و ۱۸). به زبان امروزی می‌توان بسیار ساده گفت که پولس می‌خواست به تیموتاوس یادآوری کند که خدا منشاء روزی آدمی است. همچنین می‌خواست که او این راز بزرگ توانگری را به دولت‌مندی که از پیروانش بودند بیاموزد. به راستی که دولت ما چه نیک از این حقیقت بزرگ آگاه است؛ به همین دلیل روی سکه‌های ما نوشته است: «توکل ما به خداست.» به راستی که این نیایشی ظریف برای توانگری است.

پس بیاید دیگر بار این مسأله را روشن کنیم که پول یا خواستن پول کوچکترین ایرادی ندارد. پول وسیله‌ی الهی برای مبادله و معاوضه خدمات است و هیچ چیز پلیدی در آن نیست. به محض اینکه آرمانهای کاذبی را که سالها پیش از روی جهل به ما آموخته اند رها کنیم، عقایدی از این دست که: پول پلید و کثیف است... بی‌درنگ متوجه می‌شویم که پول چقدر آسان‌تر و رضایت‌بخش‌تر در امور مالی مان به گردش درمی‌آید.

اخیراً خانمی برایم تعریف کرد که به محض اینکه این عقیده را کنار گذاشت که پول چیزی کثیف و پلید است، آنقدر پول به دست آورد که توانست از مصرف آن به راستی لذت ببرد. حال آنکه در گذشته، وقتی اجاره و پول آب و برق و تلفن و غیره را می‌پرداخت، پولش سه روز بیشتر دوام نمی‌آورد. اما حالا آنقدر داشت که بتواند با دیگران قسمت کند و خودش هم به اندازه دلخواه خرج کند. واقعاً هم که یکی از

مخاوتمندترین افرادی است که در عمرم دیده‌ام. خانم دیگری اخیراً  
برایم تعریف کرد: «یکی از چیزهایی که آشکارا آموخته‌ام این است که  
دیگر هرگز نگویم: اینکه فقط پول است! یا: اینکه همه‌اش شد پول!»  
آنگاه گفت چون اکنون از پول قدردانی می‌کند، شغلی تازه و عالی و  
بسیار پردرآمد یافته است. در نتیجه اکنون هم از کار تازه و هم از درآمد  
تازه‌اش لذت می‌برد.

شاید تعجب کنید که چرا برای جذب اوضاع مالی رضایت بخش‌تر،  
ایجاد گرایشی دوستانه و صمیمانه نسبت به پول، تا این حد مهم است؟  
زیرا پول از شعور کیهان یا خرد کائنات، که از همان نیز آفریده شده است  
سرشار است. پس، در برابر گرایشهایی که نسبت به آن دارید واکنش  
نشان می‌دهد. زیرا قانون ذهن چنین است که هر چه را مورد قدردانی قرار  
بدهید به سوی خود جذب می‌کنید، و هر آنچه را مورد قدردانی قرار ندهید  
دفع می‌کنید. پس اگر به طرزی دلپذیر درباره پول باندیشید، آن را چندین  
برابر می‌کنید. حال آنکه اگر به هر شکل، پول خودتان یا دیگری را مورد  
انتقاد و ملامت قرار دهید، آن را متلاشی و دفع می‌کنید.

شاید در ارتباط با حالات خودتان متوجه کارکرد این قانون شده  
باشید. وقتی حالتان خوب است چقدر قدرت خرید پولاتان بالا می‌رود.  
اما اگر موقعی که عجله دارید یا حالتان بد است خرید کنید، انگار همه  
چیز به راه غلط می‌رود و خراب از کار درمی‌آید، از جمله قدرت خرید  
پولاتان.

چون اندیشه‌هایتان جهانتان را می‌سازند، اندیشه‌هایتان درباره پول  
باید سرشار از حق‌شناسی باشد تا پول نیز قدرتتان را بداند و به سویتان

کشیده شود. در گفتگو با صدها نفر از مردم دربارهٔ امور مالی شان دریافته‌ام که هرگاه پول کافی برای تأمین مخارجشان ندارند به این دلیل بوده است که در امور مالی خودشان یا دیگری، پول را مورد سرزنش یا تحقیر قرار داده‌اند.

یک بار مردی وارفته و بدحال که هم وضع سلامتی اش خراب بود و هم بیکار بود و هم به شدت احساس تنهایی و بدبختی می‌کرد، با من به گفتگو نشسته بود. به هنگام صحبت کوشیدم دریابم که کدام گرایش ذهنی او را به چنین وضع رقت‌باری انداخته بود. برایم تعریف کرد که چه زندگی سختی را پشت سر گذاشته و مردم چه ناجوانمردیها در حق او کرده‌اند و چقدر بد آورده است. چون گفتگو ادامه یافت، شروع کرد به انتقاد از «سیاستمداران و اشینگتن که به چه شکل وحشتناکی پول این مملکت را به مصرف می‌رسانند.» در کمال آرامش و ملایمت به او پیشنهاد کردم که اگر می‌خواهد سلامت و توانگری و سعادتش به او بازگردد، بکوشد گرایش‌هایش را کلاً دربارهٔ مردم و بالاخص در مورد سیاستمداران و اشینگتن مورد بررسی مجدد قرار دهد. اگرچه طوری به من چشم دوخت که انگار در سلامت روانم شک کرده بود، سرانجام موافقت کرد که شیوهٔ تفکر توانگرانه را بیازماید.

چند ماه بعد که نزدم بازگشت، از بس که قیافه اش بهتر شده بود نتوانستم او را بشناسم. آنگاه با چهره‌یی بشاش و درخشان دربارهٔ آن روز سرد زمستان حرف زد که دفترم را ترک کرد و از بی پولی مجبور شد که همهٔ راه تا شبانه‌روزی اش را پیاده برود و حتی پول اتوبوس هم نداشت. وقتی به اتاقش رسید دریافت که به علت جذب بی‌درنگ بعضی از

گفته‌هایم همه دردهای جسمانی اش او را ترک گفته بودند. آن شب، پس از چند ماه، برای نخستین بار در آرامش به خواب رفت.

چون هر روز اندیشه توانگر را به کار گرفت، رویدادهایی اعجاب‌انگیز رخ نمودند. تندرستی اش را بازیافت و چندی نگذشت که در کاری کاملاً تازه و متفاوت وارد شد که مدتها آرزویش را در سر پروراند. در شبانه‌روزی با خانمی آشنا شد که او نیز بیمار و وضع مالی اش خراب بود. برای او از اقتدار اندیشه توانگر سخن گفت و از معجزه‌هایی که خود شاهد آنها بوده. پس از چندی، نگرش زن نسبت به زندگی آنقدر عوض شد که این مرد به او دل باخت و گفت قصد ازدواج با او را دارد. یک روز همسر آینده اش را به دفترم آورد. به راستی که بسیار زیبا و ظریف بود و مانند هر عروسی که قرار است به خانه بخت برود نصف سن و سالش می نمود.

این مرد گفت که تمام عمرش پول و امور مالی و دولت‌مندان را به باد تمسخر گرفته بود. اینک می فهمید که با این کار چه بلایی سر زندگی خودش آورده بود. این مرد سرانجام دریافت که هرگاه برای تأمین مخارجمان لنگ می مانیم، اغلب به علت قدرشناسی از پول خودمان یا دیگری است.

گاه مردم با گفتن این که خودشان توانگر و مورد لطف و عنایت هستند، اما فلانی یا دیگران چیزی توی حسابشان نیست، برای خود مشکلات مالی می آفرینند. این گونه اشخاص معمولاً ساعتها درباره مشکلات دیگران داد سخن می دهند. اگر خودتان را توانگر و دیگران را

تنگدست ببینید، در واقع طبق قانون عمل و عکس العمل، از آن موقعیت دعوت می‌کنید تا به سراغ شما بیاید. قاعده طلایی توانگری این است که هرگز نباید در مورد امور مالی دیگری چیزی بگویید یا ببندیشید که برای خودتان نمی‌خواهید.

شاید این رویداد بخوبی نشان‌دهنده این حقیقت باشد: کارزن و شوهری برای طلاق به دادگاه کشیده بود. زن مدام می‌گفت که همه چیز را می‌گیرد و قاضی به نفع او رأی خواهد داد و شوهرش دست خالی خواهد ماند. شوهرش که مردی مثبت و منصف بود مدام دعا می‌کرد و کار را به «دستهای بالاتر» می‌سپرد و می‌خواست که «قانون الهی» عشق و عدالت و انصاف، خیر و صلاح همگان را در این وضعیت متجلی کند. زن اختیار همه اموال و داراییها را که سخت معتقد بود به او تعلق خواهد گرفت به وکیلش سپرد. از این رو، مدام خودش را توانگر و شوهرش را مفلس و خانه خراب می‌دید.

اما وقتی قاضی در دادگاه حقیقت امر را شنید، چنین رأی داد که سهمی کوچک به زن تعلق بگیرد و مابقی دارایی که شامل خانه و کارخانه و چند ملک دیگر بود نصیب شوهر بشود. این زن نمایانگر این حقیقت بود که اگر خود را توانگر و دیگران را ناتوان بدانید، ناخودآگاه از آن چیز دعوت می‌کنید تا در زندگی خودتان جلوه گر شود.

حتی رشک به پول دیگری نشانه این اعتقاد است که به اندازه همه برکت و نعمت وجود ندارد. به خاطر داشته باشید که به هر چیز که بیشتر توجه کنید همان را به سوی خود جذب می‌کنید. وقتی درباره بخت و اقبال یا ارضیه کلان یا مال و منال و مایملک غنی دیگری می‌شنوید، با

شور و شوق گوش فرادهید. داراییهای دیگران، گواه و فوربیسکران پدر آسمانی و مهربان شماس است که در اختیار همگان است. هر جا نشانی از برکت او را می بینید، باید به وجد درآیید.

پول چنان از هوش و خرد الهی سرشار است که با هر چه در باره اش بگوئید و بیندیشید، همتا می شود و همان گونه به شما پاسخ می گوید. دوستی بارها برایم تعریف کرده است که هرگاه گرایش نسبت به پول سرشار از قدردانی بوده است، حتی در دوران رکود اقتصادی نیز سفره اش همواره پُر و رنگین بوده است.

انگار پسر کوچکش می دانست چگونه با کمترین پول، بیشترین خرید را بکند. در نتیجه هر وقت پول زیادی در بساط نداشتند، پسر کوچکش را به خرید خواربار می فرستاد. واقعاً هم که هیچ کس نمی توانست با آن مبلغ، به اندازه او خرید کند. شاید به این دلیل که پول راغبانه به او خدمت می کرد!

با گرایش مثبت و سرشار از حق شناسی نسبت به پول می توانید به جای اینکه بنده و اسیر پول شوید، پول را خادم خود کنید. این شما هستید که باید بر پول مسلط شوید، نه اینکه خود تحت سلطه آن قرار گیرید. زیرا مشیت الهی این بوده است که انسان بر همه عناصر تسلط و استیلا یابد. آگاهانه عادت قدردانی از پول را در خود بسپورانید و برای این قدردانی هیچ عذرو بهانه‌یی نیاورید.

اگر عذرو بهانه بیاورید و نسبت به پول حق شناس نباشید، بی درنگ حق ناشناسی شما را می فهمد و شما را دفع می کند. هرگز نخستین باری که این جمله را در یکی از سخنرانیهایم به کار بردم فراموش نمی کنم: «از

پول به صورت جوهر غنی خدا قدردانی کنید و برای این قدردانی دنبال هیچ عذر و بهانه‌ی نگردید. اگر برای قدردانی‌تان دنبال عذر و بهانه بگردید، پول از بهانه آوردن احمقانه شما منجر خواهد شد و شما را دفع خواهد کرد.» خانمی که کیفی بزرگ به بغل داشت و در جمع حاضران نشسته بود، ناگهان کیفش باز شد و پولهایش زمین ریخت و کف اتاق را پوشاند و سروصدای فراوان به پا کرد. همه به خنده افتادیم و دیگران نیز در جمع کردن پولها به او کمک کردند. البته در آن جلسه کوشیدیم این رویداد را حادثه‌ی شوخی آمیزینگاریم. اما بعداً که خانم را در خلوت دیدم، چند عبارت تأکیدی غنی به او دادم تا ذهنش را تقویت کند، زیرا چنین می نمود که از وجودش احساس ژرف اعتقاد به محدودیت مالی بیرون می تراوید. گویی پول او نیز گفتگوی ذهنی او را شنیده بود و می خواست از او بگریزد!

چارلز فیلمور می گوید:

«وقتی به پولتان دست می زنید مراقب اندیشه هایتان باشید زیرا پول از طریق ذهنتان به منشاء همه جوهرها و همه ثروتها پیوسته است. وقتی به پولتان می اندیشید که مرئی و محسوس است و مستقیماً به منشایی نامرئی و نامحسوس پیوسته است که بروفق اندیشه هایتان آن را می بخشاید یا بازمی ستاند، بیدار باشید که کلید همه ثروتها یا علت همه تنگدستیها در دست خودتان است.»

شاید داستان آن اسکاتلندی بی احتیاط را شنیده باشید که سکه طلا را به جای یک پنی در ظرف جمع آوری اعانه انداخت. وقتی متوجه اشتباهش شد و خواست آن را پس بگیرد، خادم کلیسا نپذیرفت. اسکاتلندی غرید که: «وای بر تو، که سکه طلایم را در فردوس بازخواهم ستاند.» خادم کلیسا پاسخ داد: «ابدأ! ابدأ! تو سکه یک پنی را بازخواهی ستاند.»

بیاید هرگونه گرایش درهم و آشفته نسبت به پول را رها کنیم، زیرا ثمراتی درهم و آشفته به بار خواهد آورد. جان را کفله چه زیبا در وصف شگفتی و شکوهمندی پول گفت: «پول می تواند برای سیرکردن شکم گرسنگان و مداوای بیماران و شکوفایی اماکن دورافتاده و متروک و زیباترکردن زندگی مورد استفاده قرار گیرد.» سلیمان نبی نیز در باب دهم کتاب امثال عهد عتیق ندا در داد: «اموال دولت‌مندان شهر حصاردار ایشان می باشد. اما بنوایی فقیران هلاکت ایشان است.» به راستی که پول نیکو است، و بر ماست که در این روزگار غنی دولت‌مندتر باشیم.

اخیراً در سرمقاله بی درباره اقتدار پول در ایجاد صلح جهانی، پیشنهاد شده بود که رئیس بانک جهانی را به علت کاری نظیرش برای ایجاد آرامش مالی در چند کشور، نامزد دریافت جایزه نوبل برای صلح کنند. سرمقاله چنین خاتمه می یافت که: «آیا زمان این شناخت فرا نرسیده است که می توان از پول بعنوان عاملی مؤثر برای صلح جهانی استفاده کرد؟»



همان طور که نباید با نظر تحقیر به پول نگاه کنید، نباید از آن بت بسازید و بپرستیدش. پول سرشار از آرزوی زندگی و تحرک و گسترش و فعالیت است. پول دوست ندارد که کسی به آن چنگ بیندازد و به آن بچسبد و احتکارش کند یا جلو گردش آن را بگیرد. به راستی که گردش فعال پول توانگری می آورد؛ و کسادبها و رکودهای اقتصادی ناشی از احتکار لیثمانه و نکبت آور پول است. همان گونه که اقتصاد ملی ما بر گردش فعالانه پول متکی است، توانگری فردی شما نیز بر گردش فعالانه پول اتکاء دارد. مراد این نیست که نباید پول پس انداز کنید، بلکه نباید با مصرف نادرست آن، از ارج و اعتبارش بکاهید.

چند گرایش دیگر نیز درباره پول بسیار مهم است: مثلاً هرگز نگویند، «دست ما کوتاه و خرما بر نخیل.» یا «من که استطاعتش را ندارم.» یا «دستم به دهانم نمی رسد.» چنین جملاتی دانه های فقر و تنگدستی را می کارند و به ناچار همان را به بار می آورند. در عوض آنها، بهتر است بگویند: «خرد و فرزانیگی حکم می کند که در این لحظه، به این امور مالی پردازم.» یا دست کم پاسخ «منفی» خود را به طرز مثبت تر و توانگرانه تر بیان کنید. تا می توانید این عبارت تأکیدی را تکرار کنید که: «من در کمال فرزانیگی و عشق و داوری نیکو، در همه امور مالییم از اقتدار مثبت جوهر غنی خدا کام می جویم و از هر جهت توانگرم.»

بزرگ کردن مشکلات مالی نیز نابخردانه است. اگر به مشکلات مالی تان فخر بفروشید یا مدام درباره آنها لاف بزنید (متأسفانه بعضی از مردم برای ایجاد حس همدردی و جلب توجه، به این کار دست

می زنند)، آنگاه همواره مسأله‌ی مالی خواهید داشت تا درباره‌اش بنالید و داد سخن دهید. مردی بازرگان که از طریق معاملات سهام به استقلال مالی و ثروت رسیده است برایم تعریف کرد که در اوایل کارش، هم سرمایه‌گذاری بزرگی کرد و هم ضرری بزرگ. تنها در یکی از معاملات، بیست هزار دلار ضرر کرد. اما هرگز درباره‌ی این ضررها به هیچ کس حرفی نزد. حتی نزد همسرش نیز کلمه‌ی بر زبان نیاورد. در عوض، طبق معمول به زندگی توانگرانه خود ادامه داد. چندی نیز نگذشت که به بهای درسهای سودمندی که از آن ضررهای کلان آموخته بود توانست با منفعتهایی فراوان و سودهایی غنی، همه آن ضررها را جبران کند. تا به امروز نیز هرگز آشکارا درباره‌ی آن ضررها سخن نگفته است و از استقلال مالی کامل لذت می‌برد. به هنگام مشکلات مالی، تکرار این عبارت تأکیدی مؤثر است: «ایمان دارم که این نیز می‌گذرد.» آنگاه بالاترین کامیابی مالی را برای خود ببینید و از این بینش چشم بردارید. گرایش بسیار مهم دیگر درباره‌ی پول این است که وقتی به کسی یا سازمانی پولی می‌دهید، از این اندیشه که آن شخص یا آن سازمان نیازمند است، یا شما ملزم به پرداخت این پول هستید برحذر باشید. چنین اندیشه‌هایی تنها نیازهای بیشتر و الزامهای افزون‌تر را به سوی شما جذب می‌کند. با این اندیشه ببخشاید که «بر ثروت و توانگری آنها بیفزایید.» فرقی نمی‌کند که این پول را به همسر، فرزندان، کارمندان، باشگاه، کلیسا، خواربارفروش، متصدی بانک، فروشنده لوازم التحریر، فروشنده کبریت یا شمع، دولت، یا چه کسی می‌پردازید. این گرایش هم به بخشاینده و هم به ستاننده احساس استغناء بیشتر می‌بخشد.

اندیشه شما درباره دریافت پول یا هرگونه برکت و نعمت دیگر نیز بسیار مهم است. شیوه توانگرانه این است که موهبت یا سهمتان را به هر شکلی که به سویتان می آید، با لطف بپذیرید و برای پذیرش خود کوچکترین دلیل یا عذر و بهانه نبی نیاورید. اگر بگویید: «آه، شما نمی بایست این کار را می کردید.» اعتراض و مخالفت هم با هدیه و هم با هدیه دهنده است. به پول و رزق و روزی الهی — از هر سویی که می آید، اگر بابت خیر و به رایگان آمده است و مستلزم کوچکترین تعهد یا چشمداشتی نیست — خوشامد بگویید. و این عبارت تأکیدی را نیز مدام تکرار کنید که: «همه درها گشوده اند تا همه ثروتها به سوی من سرازیر شود. همه راهها باز و آزادند تا وفور بیکران هم اکنون آغوشم را پُر کند.» آنگاه شادمانه منتظرش باشید و بگذارید به سویتان بیاید!

خانمی را می شناسم که از صبح تا شام برای توانگری بیشتر دعا می کرد؛ با این حال هدایا و الطافی را که در کمال مهر و محبت به او پیشکش می شد نمی پذیرفت و از این طریق، بسیاری از راههای توانگریش را می بست. اگر هدایایی به شما داده شده که به دردتان نمی خورد و نمی توانید از آنها استفاده کنید، این مسأله را به زبان نیاورید، صرفاً به خاطر اندیشه سخاوتمندانه‌یی که در پس آن نهفته است، هدیه را بپذیرید و آنگاه با خوشحالی آن را به کسی بدهید که می تواند از آن استفاده کند.

تنها زمانی که نباید هدیه‌یی یا لطفی را بپذیرید، زمانی است که

کسی بخواهد از این طریق به شما رشوه بدهد یا دوستی تان را بخرد یا برایتان تعهدی ایجاد کند. به سخاوت راستین، نخی وصل نیست و بستگی و بندگی نمی آورد. سخاوت راستین مبرا از هرگونه رشوه یا نیات قلبی به زبان نیامده یا هرگونه الزام ضمنی است. اگر احساس کردید پس هدیه‌یی، یکی از این نیات نهفته است، آزادید که در برابر سخاوت دروغین «نه» بگویید.

نکته دیگر درباره پول این است که: از دعا کردن برای پول یا اوضاع مالی بهتر نهراسید. یهودیان قدیم همواره برای آنچه به راستی می خواستند به درگاه خدا دعا می کردند و تردید روا نمی داشتند که بگویند دقیقاً چه می خواهند. یهوه را به هفت نام مقدس می خواندند و هر یک از این اسامی نمایانگری یکی از صفات خدا بود. هرگاه می خواستند بر جنبه جوهر تأکید کنند نام «یهوه - جیره» یا «خدای روزی رسان» یا «یگانه قادری را که حضورش علی رغم شرایط مخالف نعمت بخش است» می خواندند. بسیاری از انبیاء و بزرگان کتاب مقدس به هنگام نیاز، برای کسب توانگری دعا می کردند. عیسی مسیح برای سیرکردن پنج هزار نفر، به آسمان نگرست و دعا کرد تا چند قرص نان و ماهی برکت یابد و به پنج هزار نفر برسد. الیاس بی وقفه برای باران دعا می کرد تا خشکسالی سه ساله پایان یابد و یهودیان دیگر بار بتوانند از محصول و خوراک و توانگری بهره مند شوند.

پدرغنی هرگز نمی خواهد که آدمی در این عالم سرشار از فراوانی رنج بکشد. اگر ما فکر کنیم که باید در محنت و تنگدستی زندگی

کنیم، تنها خودمان را گول زده ایم. اگر نیازی مالی دارید، در کمال دل و جرأت برای نیاز مالی ویژه‌تان دعا کنید و از پدرمهربانتان کمک بخواهید تا نیازتان را به طور کامل و در منتهای شکوهمندی برآورد. وعده کتاب مقدس، وعده‌ی کاملاً عریان و آشکار است: سؤال کنید که به شما داده خواهد شد. بطلبید که خواهید یافت. بگویید که برای شما باز کرده خواهد شد. (انجیل متی: ۷: ۷) همچنین در کتاب ایوب می‌خوانیم: پس اگر بشنوند او را عبادت نمایند، ایام خویش را در سعادت به سر خواهند برد، و سالهای خود را در شادمانی. (عهد عتیق، کتاب ایوب، ۳۶: ۱۱) ما در کشورمان روز ویژه «شکرگزاری» داریم و پیش از تناول هر وعده غذا فیض و برکت می‌طلبیم و از این طریق به یاد می‌آوریم که خدا منشاء رزق و روزی ماست.

در باره دعا برای ثروت شاید گفته‌های جرج مولر انگلیسی را خوانده باشید که سالها پیش به یمن ایمانش به دعا، چندین پرورشگاه برای بچه‌های یتیم تأسیس کرد. او را مردی مؤمن خوانده‌اند که خدا به علت ایمانش ثروتی کلان به او عطا کرد. او را شاهزاده دعا نیز خوانده‌اند؛ زیرا عادت داشت برای یکایک نیازهایش مستقیماً به خدا رو کند و به جای گفتگو از نیازهایش با مردم، آنها را با خدا در میان بگذارد.

آقای مولر گفته است که یکی از بزرگترین اشتباههای ما این است که درخواستمان آنقدر که باید و شاید بزرگ نیست؛ وانگهی، تا لحظه برآورده شدن خواسته به دعا ادامه نمی‌دهیم. همچنین اندرز داده است: «از خدا چیزهای بزرگ بخواهید تا چیزهای بزرگ بستانید.» زمانی به دوستی گفت: «بارها وقتی که فقط برایم ده سنت فرستاده است خدا را

شکر کرده‌ام، و همچنین وقتی که برایم شصت هزار دلار فرستاده است.» در پاسخ دعاهايش برای توانگری، تنها به منظور تأسیس پرورشگاههايش مبلغی نزدیک هشت میلیون دلار به او داده شد.

نقل شده است یک بار که از تاریخ پرداخت پول ماشینهای چاپ مدرسه یونیتی که چارلز فیلمور مؤسس آن بود گذشته بود، وقتی مأمور شهربانی برای ضبط دستگاههای چاپ آمد، آقای فیلمور چنان محکم به او گفت: «من پدری دولتمند دارم که به آسانی از عهده پرداخت این پول برمی آید.» که مأمور شهربانی با این تصور که منظور آقای فیلمور پدری زمینی و ثروتمند است بی درنگ گفته بود: «در این صورت مهلت بیشتری به شما می دهیم.»

آنگاه آقای فیلمور به دعا برای توانگری ادامه داد و پول نیز سرازیر شد و آن دستگاهها نیز در مدرسه یونیتی ماندند. در سالهای رکود اقتصادی نیز هدایای محبت آمیز مردم از سراسر دنیا، مدرسه یونیتی را پابرجا نگاه داشت. یک بار که هدایا کفاف مخارج را نداده بود، مؤسسان مدرسه یونیتی جسورانه و آگاهانه برای توانگری و استغناء و ثروتی غنی دست به دعا برداشتند. روزی که کارکنان مدرسه سرگرم حفر چاه آب بودند نفت استخراج کردند! چاه نفت پاسخی قطعی و مناسب و مکفی برای برآوردن همه نیازهای مالی مدرسه در سراسر سالهای رکود اقتصادی بود.

البته اکنون محدوده فعالیت نهضت یونیتی سراسر این گیتی را فرا گرفته و اعتبار مالی آن آنقدر بالا است که مشکل بتوان رقمی برایش تعیین کرد.

یکی از تعالیم مرموز ادیان خفیه دوران باستان، دانش تجلی ثروت بود. به آنان که از امتیاز فراگیری این راز بهره مند شده بودند آموخته بودند که از مبلغ و نوع پول مورد نیازشان تصویر ذهنی ملموس و روشن و معینی داشته باشند. پس از ایجاد تصویر مبلغی معین باید آن را روشن و آشکار به گونه‌یی در ذهنشان نگاه دارند که انگار پیشاپیش مرئی و ملموس و متجلی و کاملاً آماده است. آنگاه می‌بایست به جوهر غنی کائنات فرمان می‌دادند تا آن پول را به آنها عطا کند. همچنین به آنها تعلیم داده می‌شد که به تأکید بگویند: «این مبلغ را به من بده!» و هر روز آنقدر آن را تکرار کنند تا به تجلی درآید. از آنجا که ذهن آدمی بینهایت مقتدر است، شما نیز از این حق و این امتیاز بهره‌مندید که بتوانید ذهناً پول یا دارایی یا هرگونه ثروت دلخواه را بطلبید؛ مادامی که آماده باشید به شیوه ذهنی خود بچسبید و از آن جدا نشوید. بسیاری از مردم موفق، آگاهانه یا ناخودآگاه، این شیوه را به کار گرفته‌اند. یکی از عبارات تأکیدی نیرومند که اگر همراه با تجسم مبلغ مورد نیاز استفاده شود برای تقویت ذهن سودمند است عبارت است از: «همه درها گشوده‌اند و همه راهها باز و آزادند تا همه ثروتها به سوی من سرازیر شود. اکنون مبلغ... نزد من می‌آید.» تأکید بر این نکته که این مبلغ از راههای شگفت الهی متجلی می‌شود نیز خردمندانه است.

در کنار تجسم ذهنی و طلبیدن مبلغ معین و دعاهاى مدام برای توانگری، بر زبان آوردن کلام غنی برای خودتان و اموالتان نیز بسیار پسندیده است. برای خودتان بگویید: «سپاس می‌گزارم که اکنون ثروتمند و سالم و شادمانم و امور مالی ام در نهایت نظم الهی

است. خدا را شکر که هر روز از هر جهت دولتمندتر می شوم: شکوهمند و خردمند!» برای کیف پول و دسته چک و دفترچه حساب پس انداز و سایر وسایل مربوط به امور مالی تان بگویند: «ای پول فراوان، ای ثروت بیکران، هم اکنون در اینجا خودت را به وفور متجلی کن!» از بیان اینکه «مبالغ هنگفتی پول» یا «شگفتیهای مالی غنی و دلپذیر» یا «هدایای نفیس مناسب و گرانقدر» برایتان به تجلی درمی آید، نترسید. اگر می خواهید پول درپاسخ به شما گنگ و مبهم نباشد، شما نیز درباره پول گنگ و مبهم نباشید.

خانمی که مقاله ام درباره توانگری را خوانده بود اخیراً برایم نوشت: «چه عالی که عاقبت یک کشیش هم پیدا شد که نمی ترسد آشکارا بگوید که پول یک موهبت و تبرک است. کشیشی را می شناسم که اغلب می گویند: خدایا آنقدر برکت بده که بتوانیم ببخشاییم و به وفور مصرف کنیم. کریسمس گذشته که چهار کیگ میوه دریافت کردم معنای حرف این کشیش را فهمیدم. زیرا مدام تکرار می کردم: خدایا در کریسمس آنقدر به من برکت بده تا بتوانم ببخشایم و به وفور مصرف کنم! همین طور هم شد. یعنی برای کریسمس آنقدر کیگ میوه داشتم که سه عدد را بخشیدم. اما چه عالی می شد اگر علاوه بر کیگ میوه چیزهای دیگری نیز برای کریسمس دریافت می کردم! این تجربه به من آموخت که درباره خواسته هایم دقیق و معین و قاطع باشم تا بتوانم ثمراتی نیکو و رضایت بخش و دقیق و معین و قطعی به دست آورم.»

اندیشه به صورت روشن و معین، ثمرات روشن و معین به بار می آورد. با به کار بردن جملاتی نظیر این که: «آنقدر دارم که روزگار را



بگذرانم» یا «آنقدر دارم که شب گرسنه سر بر بالین نگذارم» درآمدتان را محدود نکنید. این گونه سخن گفتن، تقلید از تکیه کلام گداهاست. در عوض، کلام پولس را به یاد آورید و بگویید: «خداست که همه چیز را دولت‌مندان برای تمتع به ما عطا می‌کند.» (عهد جدید، رساله اول پولس رسول به تیموتاوس، ۶: ۱۸).

در یکی از دورانهای زندگی که درآمد نا کافی بود، این عبارت را از مجله‌ی بریدم و روی کارت‌ی چسباندم و کارت را روی میز گذاشتم تا هر روز آن را ببینم. آن نوشته این بود: «هم اکنون پول تو افزون‌تر و درآمدت چند برابر می‌شود!» به راستی که وقتی به علت رشته‌ی از رویدادهای قابل ملاحظه، پولم بی‌درنگ افزون‌تر و درآمد چند برابر شد به حیرت درآمدم. چند ماه گذشته بود که ناگهان دریافتم درآمد چند برابر شده است! پول گرایش توانگرانه را می‌ستاید و شکوه‌مندانه به آن پامخ مثبت می‌گوید.

در کنار قدردانی از پول باید جوهر را نیز که پول و همه‌ی اشیاء از آن ساخته می‌شود دریابید و مورد حق‌شناسی قرار دهید. روزهای کسادی یادآور این حقیقت است که در روزهای توانگری، یا آدمی دعاها و تلاشهایی را که موجب کامیابی و ایمنی ظاهریش شده فراموش کرده، یا بخت و اقبالش را بر پایه و اساس محکم مالی بنا نکرده است. اگر در باره‌ی منشاء زندگی و جوهر بیشتر اندیشیده بود، از تنگنای فقر می‌گریخت و به دامن فراوانی می‌افتاد.

دانشمندان می‌گویند جوهر، پایه و اساس و تکیه‌گاه هر شیء مرئی و محسوس است. اگر آنقدر که باید و شاید پول ندارید و گویی توانگری

دلخواهتان را به دست نمی آورید، شاید معادل الهی پول می خواهد به سراغتان بیاید. همچنان که به قدردانی از جوهر ادامه می دهید و می دانید که در هر ذره از فضای پیرامونتان و در اثر حاضر است، هنگامی که درمی یابید جوهر فمیلپذیر است و منتظر و آماده تا از طریق اندیشه ها و کلام خودتان به تجلی درآید، پی می برید که اختیار عالم نامرئی جوهر غنی و برکت بیکران، و همچنین عالم مرئی همه ثروتها در دست شماست.

نخستین بار اینشتین بود که با این گفته خود که جوهر و ماده (که پول و هر شیء مرئی و محسوس دیگر را نیز شامل می شود) قابل تبدیل هستند، جهان علم را تکان داد. او ندا در داد که عالم محسوس و عالم نامحسوس هر دو از یک انرژی، اِیتر (اِیتر)، یا جوهر ساخته شده اند. و همچنین ندا در داد که حیطه های مرئی و نامرئی، نسبی و قابل معاوضه و تبدیل و مبادله اند.

از دیدگاه مالی نیز می توانیم از نظریه نسبیت سود جویم. اگر عالم محسوس و عالم نامحسوس نسبی هستند، چنانچه رونق مالی کاهش یابد چرا باید نگران شوید؟ می توانید با استفاده از نظریه نسبیت، پول یا معادل مالی آن را برای برآوردن نیازهایتان ایجاد کنید! اگر جوهر به صورت پول متجلی نشده است ترس به دلتان راه ندهید. در عوض، ندا در دهید: «جوهر الهی در این وضعیت، تنها حقیقت و یگانه حقیقت است. جوهر الهی هم اکنون و همین جا به شکل غنی و مناسب متجلی می شود.» آنگاه بگذارید جوهر به هر صورتی که خود مناسب می داند، به شکل مرئی و متجلی به سراغتان بیاید.

دانشمندان می‌گویند که جوهر سرشار از زندگی و هوش و توانایی مرئی شدن است. پس وقتی به تأکید می‌گویید که جوهر الهی در این وضعیت به بهترین کار خود سرگرم است، خرد لایتناهی و توانایی آن را آزاد می‌کنید تا شکل مرئی به خود بگیرد. چه بسا موهبت مالی تان به شیوه‌هایی کاملاً پیش‌بینی نشده، شاید از آن‌سردنیا، یا از طریق اشخاصی که تاکنون ندیده‌اید به سراغتان بیاید. اما اگر توجهتان را به آن معطوف کنید و آزادش بگذارید تا راه خردمندانۀ خود را در پیش بگیرد، بی‌تردید خواهد آمد.

اگر راه‌های معمول برکت هنوز گشوده نشده‌اند، با این شناخت که در پس هر برکت مرئی، جوهر الهی نهفته است که می‌تواند از راه‌هایی بیشمار ثروت‌هایش را بر شما متجلی کند، به دعوت از راه‌های نامموم بروید. جوهر، دوستی صمیمی و مشتاق است تا دولت‌مندان به شما برکت ببخشد. توجه سرشار از حق‌شناسی و ایمان‌تان را به آن معطوف کنید، تا اگرچه نامرئی می‌نماید، قدرتش را در توان‌گرساختن شما و محبت و توجهش را نسبت به شما به اثبات برساند.

اکنون که گرایش‌های خود را نسبت به پول و جوهر توان‌گر ساخته‌اید، این کلام امرسون را نیز آویزه گوشه‌اتان کنید: «آدمی متولد شد که دولت‌مند باشد، یا از طریق توانایی‌هایش دولت‌مند شود.»

حالا دیگر منتظر ثمرات غنی باشید! و به هنگام تجلی آن ثمرات غنی شاید بد نباشد یادداشت افسری جوان را که برای مادرش فرستاده بود به یاد آورید: «دیروز چکی است که اعتبار ندارد. فردا چکی که

موعدهش نرسیده. امروز تنها اسکناسی است که در دست داری. پس خردمندانه خرجش کن.» خواه به چشم وقت نگاهش کنیم و خواه پول، هنوز مصداق دارد. مگر نه؟

## فصل نهم

### کار،

## راهی قدرتمند برای توانگری

شاید پرسید اگر کار راهی مقتدر برای توانگری است، پس چرا این فصل زودتر نیامد؟

وقتی به پیرامون خویش نگاه می‌کنیم و می‌بینیم دنیا پر از مردمی است که هر روز برای توانگری بیشتر می‌کوشند، اما بسیاری از آنها ابداً توانگر نمی‌شوند، پاسخ روشن می‌شود. اما چرا توانگر نمی‌شوند؟ زیرا وقتی برای توانگری می‌کوشند، به توانگری و کامیابی نمی‌اندیشند. گرایش‌شان درست نیست. زیرا با صحبت درباره شکست و همنشینی با شکست خوردگان و افرادی که به شکست می‌اندیشند یا با انتقاد از کسانی که پله‌های ترقی را می‌پیمایند، همه کارساعیانه‌یی را که باید برایشان توانگری بیاورد خنثی می‌کنند. آنها در نمی‌یابند که پیش از تجلی ثمرات برونی توانگری باید بر مفاهیم درونی کار شود. از این رو، فصل‌های پیشین برای آماده کردن گرایش‌های شما برای پذیرش موهبت دلخواه و گسترش توانگری و رضایت مدام در فرایند کار لازم بود.

روزگاری یک منشی که زیر بار قرض فرو رفته و از چند کار اخراج شده بود و سخت به استخدامی ثابت نیاز داشت، سرگرم کار برای حصول توانگری بود. تحصیلاتی شایسته داشت؛ علاوه بر دو لیسانس، آموزش مدیریت و بازرگانی نیز دیده بود. در نظر اول، کار با او آسان می نمود. اما پس از آشنایی نزدیک، دیگران درمی یافتند که او نسبت به همه دنیا و مخصوصاً رؤسای پیشینش سرشار از کینه و عداوت است. ضمناً معلوم می شد که دائماً می خواهد حق همدردی دیگران را نسبت به اوضاع مالی خرابش جلب کند.

وقتی به او گفته شد که تنها چاره اش این است که به جای تأکید بر شکست باید بر اندیشه توانگر تأکید ورزد، به خشم آمد. می خواست همه تعصبا و خصومتها و لجاجتها و گرایشهای ملامال از شکست را که فضای پیرامونش را از بدبینی سنگین و مسمومی می انباشت و همه را وادار به فرار می کرد، با خود نگاه دارد. با ذهنی چنین آکنده از عداوت، چه جای تعجب اگر کارش رضایت بخش نبود، اگر کارایی اش همواره اندک بود، یا اگر هیچ یک از کارها و رؤسایش را خوش نداشت.

درست برعکس این خانم، خانم شاعلی دیگری انگار دریافته بود که گرایش توانگر و پیروزمندانه، راه کار رضایت بخش و سازنده را هموار می کند. حتی اگر چه در ظاهر، دلیلی برای احساس پیروزی و مثبت بودن نداشت. سش از پنجاه گذشته بود. بسیاری از زنان هم سن او، خود را پیر می دانند؛ و گویی همین یک دلیل برای تنگدستی و بدبختی شان کافی است. وانگهی، بیوه زن و تنها بود، نه فرزندی داشت و نه خویشاوندی

نزدیک. اما از این بهانه‌ها برای شکست استفاده نمی‌کرد. انصافاً نیز زنی بسیار خوشبخت و موفق بود.

حتی شغلش فروختن مزار در گورستان بود. با این حال، فروش بالایی داشت و نه تنها هرگز از کارش گله و شکایت نمی‌کرد، گویی شور و شوقش را به خریداران کالایش نیز منتقل می‌کرد. باید توجه داشت که بیشتر ما می‌خواهیم تا حد امکان این کالا را دیرتر بخریم. حاصل اشتیاقش نیز این بود که در زندگی از هرگونه آسایشی برخوردار بود: خانه‌یی بزرگ و زیبا و راحت که خودش و دوستان و میهمانانش در آن احساس آرامش و شادمانی می‌کردند؛ و برخورداری از امنیت مالی و املاک اجاره‌یی و انواع سهام و سرمایه‌گذاریها و درآمد ثابت ماهانه ناشی از فروش کالاهایش. در نتیجه، فرصت کافی برای شرکت در امور اجتماعی و کلیسا و فعالیتهای فرهنگی و استفاده از تعطیلات و سفر را نیز داشت. از نظر او، کار امری الهی بود. حتی اگر این کار فروش کالایی باشد که ما می‌خواهیم آخر از همه آن را بخریم.

مفهوم واژه «کار» از نظر هر فرد متفاوت است. در فرهنگ لغات نیم ستونی به آن اختصاص داده شده است. انسان صاحب اندیشه توانگر کار را الهی و متعال یا خلاقیتی نیکو و رضایت بخش می‌داند که با بازی و استراحت و پیرامونی هماهنگ اعتدال یافته است. خلیل جبران<sup>۱</sup> گفته است که کار، تجلی عشق است.

1) Kahlil Gibran

شاید موافق نباشید که کار امری الهی و متعالی یا تجلی باطنی و رضایت بخش استعدادها و تواناییهای شماست. شاید کاری که در این لحظه به آن اشتغال دارید الهی به نظر نیاید. در این صورت، به دلیلی به انجام آن سرگرمید و آن دلیل نیکوست. اما بیایید از معلول به علت بازگردیم. ویلیام جیمس<sup>۲</sup> گفت که ۹۰ درصد از ما تنها از ۱۰ درصد از قدرت ذهنمان استفاده می‌کنیم. روانشناسان معتقدند که هر انسان صاحب انرژی خلاق متمرکزی است که همواره جویای راهی تازه برای بیان و تجلی است.

آرزوی توانگری و بیان نفس به شیوه‌ی سودمند در کار، بخشی از انرژی خلاق است که می‌کوشد در زندگیمان نمایان شود. وقتی این انرژی خلاق راههای خروجی درست را بیابد و گرایشهای درست نیز در ذهن آدمی برقرار شود، انسان احساس خوشبختی و سازگاری می‌کند و کارش را الهی می‌انگارد. اما اگر انرژی خلاق راه خروجی درست را نیابد و گرایشهای درست نیز برقرار نشود، همان انرژی خلاق به تجلی در راههایی متوسط محدود می‌شود. آنگاه آدمی احساس بدبختی و ناسازگاری می‌کند و به جای اینکه کارش را موهبتی الهی ببیند — که در واقع باید چنین باشد — لعن و نفرین می‌انگارد.

بسیاری از مردم وقتی هنوز روی پله‌های اول نردبان ترقی هستند کارشان را ناخوشایند می‌یابند. گرایش و واکنش آنها نسبت به کارشان در این مرحله، تعیین می‌کند که آیا آنها در همان نقطه می‌مانند و به کار



لعنت می فرستند، یا گام به گام از پله های نردبان ترقی بالا می روند. عدم رضایت از این جهت می تواند خوب باشد که اغلب آدمی را وا می دارد که هدفی بالاتر را در نظر بگیرد و برای رسیدن به آن تلاش کند. بیایید مستقیم با این مسأله روبرو شویم. شاید دریابید به این دلیل در این کار قرار گرفته اید تا بعضی از منشاها و گرایشهای ذهنیتان را که در گذشته شما را از پیشرفت بازمی داشت عوض کنید. اگر کارتان را ناموافق می یابید، بدانید به دلیلی در آن موضع قرار گرفته اید. شاید آن کار به گسترش ویژگیهای الهی منتهی شود و آنگاه بر پیشرفتتان بیفزاید و موجب کامیابی بیشتر شما شود. پس از اینکه کشیش شدم دریافتم هر شغل کوچک و بزرگی که در گذشته داشتم آموزشی بوده است تا بتوانم بعدها در مقام سخنران و مشاور و نویسنده و کشیش کار کنم.

شاید وقتی عیسی مسیح گفت: «وبه هر کسی که عطا زیاده شود از وی مطالبه زیادتر گردد و نزد هر که امانت بیشتر نهند از او بازخواست زیادتر خواهند کرد.» (انجیل لوقا، ۱۲: ۴۸) هدفش توجیه همین مسأله بود. پس بی درنگ باید به گرایشها و واکنشهایتان انضباط بدهید تا بتوانید از تجربه های کنونی خود ثمراتی نیکوبه دست آورید و از آنها فرا روید و به عالی ترین درجات بیان نفس و مشاغل رضایت بخش برسید. به عبارت دیگر، وقتی عطش برای موهبتهای عظیم تر و هجوم نارضایی از شیوه فعلی زندگی و فشارهای مالی شما را می آزارد، دقیقاً زمانی است که تواناییها و استعدادهایتان مشتاقانه می کوشند عیان و بیان شوند تا برایتان کامیابی و توانگری افزون تری به ارمغان آورند.

اما چگونه باید گرایشها و واکنش‌هایتان را منظم کنید و به کمال برسانید؟ شاید کلّ نگرش شما مانند آن منشی بداقبال که به همه چیز نفرت می‌ورزید نادرست باشد؛ و با اندیشه به بیعدالتیهای تلخ وجودتان را مسموم کنید. مردمی که هنوز در پله‌های اول نردبان ترقی هستند معمولاً مدعی اند که دیگران آنها را از یسرفرت بازداشته‌اند. اغلب دربارهٔ رویدادهایی حرف می‌زنند که سالها قبل پیش آمده است و همچنان معتقدند که آن رویدادها علت مشکلاتشان بوده است. جیمز آلن<sup>۳</sup> می‌گوید انسان تنها زمانی می‌تواند انسان بودن را آغاز کند که لب از ناله و فغان فرو بندد و آنگاه «عدالت نهفته» بی که زندگیش را منظم می‌کند بجوید. شاید شما نیز پیرامون محوری منفی می‌چرخید زیرا کوشش ذهنی کافی را برای رهاشدن یا فرارفتن از آن به عمل نمی‌آورید.

در چنین مواقعی شما نیز کلام عیسی مسیح را بر زبان آورید: «هر آنچه پدر به من عطا کند اکنون به جانب من آید.» (انجیل یوحنا، ۶: ۳۷) به یاد آورید که هر هستی دارای طرحی الهی است. مشیتی هست که آدمی را سالم‌تر و شادمان‌تر و کامیاب‌تر از پیش می‌کند. چه بسا تجربه‌های کنونی، شما را به طرح الهی برساند و آنگاه در را بگشاید. از این رو، همواره تکرار کنید: «طرح الهی زندگیم هم اکنون گام به گام آشکار می‌شود. هر مرحله‌اش را شادمانه درمی‌یابم و اکنون و آینده آن را می‌پذیرم و می‌گذارم نشانم دهد چگونه از زندگیم بیشترین بهره را ببرم.» دربارهٔ تجربه‌های کنونی خود، آیهٔ ۸

مزمور ۴۰ را تکرار کنید: «در بجا آوردن اراده توای خدای من رغبت می دارم.» و بدانید که اراده خدا برای شما برترین نیکی و عالی ترین موهبت در زمان حال و آینده است.

اگر از وضع کنونی خود ناراضی هستید، برای ایجاد شرایط بهتر چه کرده اید؟ آیا هدفی برای خود تعیین کرده اید؟ آیا حاضرید وقت آزادتان را به گذراندن دوره های شبانه یا شرکت در سخنرانیها یا مطالعه کتابهای ویژه یا اشتغال به فعالیتهایی سازنده که شما را برای موفقیت بیشتر آماده کند اختصاص بدهید؟ بیشتر مردم حاضر نیستند. آیا شما در این مورد یک استثناء هستید؟

بسیاری از مردم به جای این کارها، ترجیح می دهند ساعات آزادشان را به انتقاد از کار و همکاران و رئیس و جهانشان بگذرانند. آنها معتقدند که با تحقیر دیگران، حقارت و شکستها و ناخرسندی خودشان را پنهان می کنند. هرگاه دیدید خودتان نیز به انجام این کار وسوسه شده اید، برای عوض کردن فکرتان به تأکید بگویید: «من تو را سرزنش نمی کنم. قانون الهی عدالت و آزادی برای همه و در همه و از طریق همه سرگرم کار است و من از آن به وجد می آیم. نه احدی، و نه وضعیتی، می تواند موهبت خداداده ام را از من بستاند یا دور نگاه دارد؛ و من از این آگاهی به وجد می آیم.»

خانم منشی بی که رئیس در کار سیاسی است اخیراً برایم از یک بیعدالتی که در محیط کارش پیش آمد صحبت کرد. وظیفه فعالیت انتخاباتی برای رئیس به کارمند دیگری محول

شد که ارشدیت او را نداشت. خانم منشی فکر می‌کرد که فقط خودش سزاوار انجام این کار است. وانگهی، کاری جالب و هیجان‌انگیز بود، حال آنکه وظایفی که به عهده داشت سنگین‌تر و فنی‌تر بود. وقتی برای دست برداشتن از ملامت و انتقاد از بیعدالتی و عوض کردن گرایش‌هایش، به تکرار دعا‌های بالا پرداخت، همه چیز عوض شد. آن کارمند از دفترشان به اداره‌ی دیگر منتقل شد و خودش برای احراز شغلی که حق خود می‌پنداشت ارشدیت یافت!

در موردی دیگر، خانمی که به کاری نیمه‌وقت اشتغال داشت برایم از بیعدالتی‌هایی سخن گفت که در زندگیش مشاهده می‌شد. وضع سلامتش تعریفی نداشت. مادرش یکی از فشارهای زندگیش بود، زیرا مادرش به او اعتماد نداشت و حتی نامه‌هایش را باز می‌کرد. از کارش هم ناراضی بود، اما احساس می‌کرد لیاقت کار بهتری را هم ندارد. وانگهی، مقروض بود. ملکی داشت که نتوانسته بود اجاره بدهد و ملک دیگری که نتوانسته بود بفروشد. دختری ترشیده بود و فکر می‌کرد کمال بی‌انصافی است که نتوانسته بود تاکنون ازدواج کند. اما وقتی شروع به بیان و تکرار عدالت الهی و آزادی و خرمندی برای تمامی جنبه‌های جهان‌ش کرد، در همه زندگیش بهبودی چشمگیر پیش آمد. آنگاه فهمید که خودش از طریق عقایدی محدود، بدترین دشمن خویش بوده است.

وقتی همه نیرویتان را به طرزی سازنده متوجه هدفی خاص کنید، هر آنچه غیر ضروری است فرو می افتد. وقتی اندیشیدن به زندگی دلخواهتان را آغاز کنید، فکرهای کوچک و روابط بیهوده و بدخلقیها و هیجانات مخرب که به بیماری و دلسردی و شکست می انجامد، در زندگی‌تان جایی نخواهد یافت.

تا لحظه‌ای که درون دگرگون نشده باشد، نمی‌توانید شاهد دگرگونیهای برون باشید. زیرا فرایندهای درونی ذهن، همه تجربه‌های برونی زندگی‌مان را کنترل می‌کند. اگر میان شکست و مشکلات مالی یا بیقراری و نارضایی از کارتان گیر کرده‌اید، لازم نیست هیچ‌یک از این اوضاع شما را از وجد اندیشیدن به ثروت و تمهید و تدبیر برای وفور نعمت و تصاویر ذهنی برای کامیابی افزون‌تر بازدارد. اگر برای برآورده شدن آرزوهایتان، گام به گام از خرد لایتناهی هدایت بطلبید، هیچ چیز نمی‌تواند مانع پیشروی ذهنی شما به سوی هدف‌تان شود.

طبق گفته دانشمندان، ما در دریای نیرو و خرد زندگی می‌کنیم و اگر بخواهیم می‌توانیم همواره از مزایای آن بهره‌مند شویم. اما کشتیهایمان تنها در صورتی بازمی‌گردند که آنها را بیرون فرستاده باشید.

بسیاری از مردم از آشفتگی و نارضایی رنج می‌برند زیرا نمی‌دانند که این عالم، عالمی دوستانه و سرشار از هوش و خردی متعالی است و اگر هدایت بطلبند، به طرزی مهرآمیز به آنها پاسخ می‌گوید. درباره کار فعلی و شیوه بهبود آن باید خرد و فرزانه‌گی بطلبید و بگویید: «ای خرد لایتناهی کدام اندیشه یا گرایش یا عمل مثبت و سازنده و خلاق،

گام بعدی برای بهبود کار کنونی ام است؟ گام بعدی برای فراوانی و خرسندی و آزادی که حق الهی من است کدام گام است؟»

ذهن جويا ذهنی سالم است که پاسخ سؤالاتش را می‌یابد و به سلامت و پیشرفت و ثمرات رضایت بخش می‌رسد. کار با آرمانهای گسترده و غنی و تجربه ثمرات زنده و ارزشمند بسیار آسان‌تر از سازش با شکست و کنار آمدن با آرمانهای کوچک و آرزوهای حقیر است.

اخیراً مهندسی برایم تعریف کرد چگونه بزرگ اندیشیدن و بزرگ طلبیدن، به او کمک کرد تا دریابد که کارش به راستی الهی و متعالی و کاملاً رضایت بخش و همچنین پردرآمد است. در گذشته همیشه کارهای کوچک مهندسی به او محول می‌شد، اما با کاربرد اندیشه توانگرانه، سرانجام به رؤیای دیرینه‌اش که کاری بزرگ بود رسید و آمادگی انجامش را نیز داشت. یعنی مدت‌ها بود که از نظر ذهنی و عاطفی خودش را برای آن آماده کرده بود. از این رو، وقتی این کار به سراغش آمد، غافلگیرش نکرد و تعادلش برنیاشت.

شیوه‌یی که این مرد برای رهایی از کاری که دیگر به او رضایت نمی‌بخشید، و همچنین برای کسب این قدرت که بتواند از عهده انجام کاری که آرزوی دیرینه‌اش بود برآید به کار گرفت این بود: دفتری کوچک و نو خرید و شروع کرد به نوشتن و چسباندن بزرگترین و غنی‌ترین و موفقیت‌آمیزترین آرمانها و عبارات در آن. این کار به او کمک کرد تا اندیشه‌اش را بگسترده و در آرامش و توازن استقرار یابد و رو در روی عدم رضایت شغلی، سرشار از الهام بایستد. در چنین آرامشی بود که

بزرگترین شغل زندگی به او رو نمود.

مثلاً روزش را با گشودن دفترچه کوچکش آغاز و بر آرزوهای از این دست مراقبه می‌کرد: «امروز روز خداست، روزی نیکو! می‌دانم همه فعالیت‌های امروز متبرک و عالی است.» وقتی به فعالیت‌های گوناگون آن روز می‌اندیشید به تأکید می‌گفت: «کار درست و بی‌همتای من امروز منتظرم است.» برای تصویرشغل دلخواه آینده اش اغلب به تأکید می‌گفت: «کار درستم را هم اکنون متجلی می‌سازم.» برای احضار آرزوهای تازه به منظور برطرف کردن مشکلات کاری می‌گفت: «اکنون آماده و پذیرای آرزوهای غنی الهی هستم که همین الآن در امور شغلی ام آغاز می‌شوند و پابرجا می‌مانند.» هرگاه دلسرد می‌شد یا تجربه‌ی ناخوشایند پیش می‌آمد به تأکید می‌گفت: «هیچ چیز نمی‌تواند مرا شکست دهد. برای ثمرات عالی بی‌درنگ و درست سپاس می‌گزارم. شادمانم که اکنون در همه راهها و جنبه‌های زندگی‌م کامیابم.» هرگاه که نزدیک بود احساس فشار یا عدم اطمینان رخ نماید به تأکید می‌گفت: «کارم آسان است و بارم سبک و توفیقه‌ایم بیشمار. همه موهبت‌های الهی به من عطا شده تا برای انجام امور بزرگ مجهز باشم و این امور را به آسانی به ثمر برسانم.» برای موفقیت در کنفرانسها و سخنرانی‌های مربوط به کار به تأکید می‌گفت: «یقین دارم که این کنفرانس و همه مسائل مربوط به آن در کمال نظم الهی و شکوه‌مندترین موفقیت به پیش می‌رود، و ثمرات رضایت‌بخش فوراً پدیدار می‌شوند.» در پایان هر روز به جای زانوی غم به بغل گرفتن یا رویدادهای همان روز

را به یاد آوردن، می‌گفت: «اکنون زمان تکمیل رضایت بخش است. این روز را رها می‌کنم تا برود. خرد لایتناهی تنها نیکویی آن را برایم نگاه می‌دارد و مابقی آن ناپدید می‌شود.» برای شی سرشار از آرامش و استراحت و آماده شدن برای فردایی لبریز از کامیابی به تأکید می‌گفت: «همین که سر بر بالین بگذارم به خوابی عمیق فرو می‌روم. برای روز موفقیت آمیزم خدا را شکر می‌کنم. به آسانی می‌آسایم و می‌دانم که خرد لایتناهی ذهن و تنم را شاداب و تروتازه می‌کند و برای فردایی کامیاب‌تر مرا آماده می‌سازد.»

بدانید که کار درست شما مستقیم پیش رویتان قرار دارد. هرگاه همه دانش و انضباط مستلزم کار کنونی خود را بیاموزید، با مجالی یا پیشنهادی تازه روبرو می‌شوید. ضمناً به خاطر بیاورید تا لحظه‌ای که کارتان دردی از کسی دوا می‌کند، کار بالا یا پایین وجود ندارد. پس مادامی که به آن سرگرمید، کارتان را به بهترین نحو انجام دهید. وقتی به آرمانهای گسترده می‌چسبید و هدایت می‌طلبید، این را نیز به یاد آورید که: «این نیز خواهد گذشت.»

باید بکوشید که با وجود عدم رضایت از شغل فعلی خود، به شیوه‌ی هنجار زندگی کنید و از کار کنونی خود نیز بیشترین بهره را ببرید. این به شما کمک می‌کند تا برای حصول موهبت عظیم‌تر، با نظم بیشتری کار کنید. البته هر کس که بخواهد به منتها درجه — مخصوصاً در کارش — صادق باشد، گاه با دلسریدیهای شدیدی نیز مواجه خواهد شد. دل‌سرد شدن که نشانه‌ی رسوایی نیست. رسوایی وقتی است که بگذرید دلسردی بر شما



پیروز شود و رؤیاهای شگفت و خیال‌انگیز کامیابی و پیشرفت را از ذهنتان بر باید.

به هنگام دلسردی، وظیفه‌تان تمرکز بر آرمانهای برتر و کارهای رضایت‌بخش و دلخواهی است که انتظارتان را می‌کشد. پس برای تجربه‌های این لحظه راه حلی الهی بطلبید. جیمز آلن می‌گوید: «شاید وضعتان ناموافق باشد اما اگر آرمان یا هدفی برای خود تعیین کنید و در راه حصول آن بکوشید، این وضع ناموافق نمی‌تواند مدت زیادی دوام آورد.»

هرگاه احساس افسردگی می‌کنید، به یاد آورید که همواره پیش از طلوع موهبت تازه تاریک است. نومی‌دی معمولاً نشانه آن است که جزو مد امور در حال دگرگونی است، و دیگر چیزی تا سحر نمانده است. تا می‌توانید به سفر درونی خود ادامه دهید، تا در برون همه چیز خود به خود پیش رود.

در صورت لزوم، قانون ذهنی معکوس کردن قضیه را به کار گیرید. گفته‌اند که در حیطه ذهن، اندیشیدن به متضاد هر چیز سریع‌تر و آسان‌تر از اندیشه‌ی نیکو و تدریجی نتیجه می‌دهد. عقب‌گردی فوری یا یک تغییر جهت ناگهانی و اساسی در دیدگاه آدمی، ذهن را از همه آرمانهای محدود و افکار آشفته پاک می‌کند. از این رو، پرتاب ذهن به سوی قطب مخالف می‌تواند به سرعت ثمره دلخواه را ایجاد کند.

جرأت کنید که معماری معنوی باشید و بی‌درنگ به بنای تصاویر موهبت‌های عظیم‌تر پردازید. در کمال شهامت، به هنگام انجام امور روزانه، از تصاویر موهبت‌های عظیم‌تر خود به وجد درآیید. دلاورانه

کامیابی غنی و نامحدود خویش را بطلبید و به چشم ببینید. اهمیت ندارد که در این لحظه بر شما یا پیرامونتان چه می‌گذرد. به تأکید بگویند: «ای پدر، این یا موهبتی بهتر! با اارادهٔ نیکو و متعال توانجام پذیرد.»

آنگاه به یاد آورید که با جنگیدن نمی‌توانید وضع ناخوشایند کارتان را بهتر کنید. با ملامت دیگران یا آنها را مسؤول دلخردیها و شکستهای خود پنداشتن نیز اوضاع بهتر نمی‌شود. در برابر شرایط کنونی گزینشی عاری از مقاومت در پیش گیرید و بدانید که پیشاپیش دگرگونی به سوی بهبودی آغاز شده است. هرگاه احساس کردید همه چیز متوقف شده است و حرکتی نمی‌کند، به یاد آورید که کل کائنات مدام در گردش است و ما نیز در حال زیستن و تحرکیم و وجودمان در «اقیانوس حرکت» می‌چرخد، حتی اگر با حواس پنجگانهٔ خود نتوانیم آن را احساس کنیم. هیچ چیز از حرکت باز نمی‌ایستد. علی‌رغم ظاهر امر، همه چیز مدام در حال دگرگونی است. اگر منتظر تغییرات بهتر باشید، حتماً تغییرات بهتر به سراغتان خواهد آمد.

وقتی می‌دانید تغییرات در حال وقوعند اما هنوز متجلی نشده‌اند، نگذارید واهمه و هراس گمراهتان کند که آرمانهای شما ناشی از بلندپروازی مفرط است و خیالپردازی حیرت‌انگیزی که پیش نمی‌آید و اگر رخ دهد نیز نمی‌تواند بیاید. هرگاه ترس یا تردید برخاست، بی‌درنگ قدم خیرپیش بگذارید و دست به کاری بزنید که در شما احساس موفقیت پدید آورد و ظاهرتان را نیز به سیمایی موفق بدل کنید تا هم خودتان مجاب شوید و نیز دیگران ببینند که پیروزی و کامیابی از هم‌اکنون از آن شماست. کسی که بر ترس و تردید فائق آید، بر شکست

نیز غلبه می‌کند. این احساس را به دیگران القاء کنید که موفق هستید، خواه این موفقیت در این لحظه به نظرتان آشکار بیاید و خواه نه. از اندیشه‌ها و آرزوهای دیگران برای موفقیت خود کمک بگیرید، زیرا همراه با اندیشه‌ها و آرزوهای خودتان می‌تواند به صورت نیرویی مضاعف، تجلی کامیابی شما را تسریع کند.

تا می‌توانید خودتان را در فضای ثروت و وفور نعمت قرار دهید و وقتتان را در کنار اشخاص موفق بگذرانید. هنگامی که می‌کوشید خود را مجاب کنید که کامیابی و توانگری عظیم‌تری می‌تواند از آن شما باشد — که البته نیز چنین است — اما در این لحظه نشانه‌یی از آن نمی‌بینید، موقع آن است که به بانکهای شهرتان گام بگذارید و اشخاص موفق را که پولی فراوان در دست دارند ببینید. اکنون وقت آن است که به دیدن محیطهای زیبا و خیال‌انگیز و ساختمانهای نو و باشکوه و مغازه‌های دلپذیر و دوست‌داشتنی بروید. به محله‌های ثروتمند شهرتان بروید یا به ییلاقهایی بسیار زیبا و شکوهمند، آنجا که ثروتهای خدا و انسان مشاهده می‌شود.

با افراد مبتکر و خلاق که استعدادی غنی و درخشان دارند — مانند هنرمندان و روشنفکران — همنشینی کنید؛ البته اگر مجالست با آنها در شما احساسی غنی و دلنشین پدید می‌آورد. چنانچه شرکت در اپراها و کنسرتها به شما احساس غنی بودن می‌بخشد حتماً به آن گونه مجامع بروید. شاید گوش دادن به صفحه یا نوار موسیقی یا سخنرانی‌هایی دربارهٔ موضوعات فرهنگی برایتان الهام‌بخش باشد. برای من مطالعهٔ زندگینامهٔ اشخاص موفق و مشهور بسیار سودمند بوده است. وقتی می‌خوانیم که

افراد نامدار بر چه توان آزمایشهایی غالب شده‌اند، دوران کسادی خود را در مقایسه با آنها کوچک می‌یابیم و این احساس در ما پدید می‌آید که بی‌تردید پیروز و کامیاب خواهیم شد.

در یکی از دوره‌های دشوار زندگی‌م دریاftم که با شرکت در کلاسهای هنری و آموزش نقاشی بی‌درنگ دلسردیم به امید برای آینده بدل شد. زنی را می‌شناسم که برای غلبه بر حزن و اندوهش هر روز در باغچه گل سرخش کار می‌کرد.

اگر فضای باز بیرون در شما احساس استغناء پدید می‌آورد، به دامن طبیعت پناه ببرید و روزی چند ساعت را در نور آفتاب و استنشاق هوای تازه و لذت از آرامش کوهها و درختها بگذرانید. گاه ورزش می‌تواند باتری ذهن را شارژ کند. شرکت فعالانه در بازیهایی چون گلف و تنیس و شنا و ماهیگیری و اسب سواری و کوهنوردی به ذهن تسکین می‌دهد و رخوت آن را از بین می‌برد. گاه یک پیاده‌روی طولانی در حومه شهر همین استعلا و طراوت را به انسان می‌بخشد. اخیراً مردی بازرگان برایم تعریف کرد که مدتها شیوه غلبه‌اش بر دلسردی همین پیاده‌روی در حومه شهر بوده است. تماشای زیبایی عتیقه‌جات و پرداختن به تزیینات داخلی خانه و پختن و آماده کردن غذاهای بیگانه یا آفریدن لباسهای ویژه نیز می‌تواند بر احساس دولتمندی شما بیفزاید. در یکی از دشوارترین دوره‌های زندگی‌م، همکاری با یک طراح مُد را برای آفریدن لباسهای تازه‌ام بسیار شادمانی بخش یافتم. این کار توجهم را به خود جلب می‌کرد و سبب می‌شد به نارضایی از کارم فکر نکنم. در نتیجه، ناخودآگاهم به راحتی سرگرم کار می‌شد و سرانجام نیز شغل دلخواهم را یافتم.

شاید مطالعه آثار کلاسیک یا کتابهای مقدس یا مراقبه و مکاشفه بتواند آرمانها و اندیشه‌هایی تازه را در شما برانگیزاند. من مطالعه روزنامه‌های یکشنبه را دوست دارم چون پر از تصاویر لباسها و دیدنیها و کتابها و موسیقیها و فعالیتهای هنری تازه است و آگاهی از این همه زیبایی و فعالیت فرهنگی مرا به وجد می‌آورد و به من احساس متعالی آزادی و زیبایی و استغناء می‌بخشد.

هرگز مجذوب کردن ذهن و تن و امورتان در آرمانهای غنی و نشست و برخاستهای دولتمند و فضاهاى شکوهمند یا در هر فعالیت درونی و بیرونی که وجودتان را از احساس شوکت و ثروت سرشار می‌کند - به ویژه زمانهایی که به نظر می‌رسد تجلی کامیابی کند شده است - اتلاف وقت نیست. تعمداً از وقت آزادتان بهترین استفاده را بکنید. شاید فعالیتهای روزانه‌تان به گونه‌یی باشد که توسط آنها نتوانید خودتان را در احساس استغناء غرق کنید. اما در ساعات بیکاری حتماً می‌توانید در مسیرهایی تازه به خودتان تعالی بخشید. اگرچه باید وقتی را نیز به مطالعات اضافی و خودسازی اختصاص دهید تا بتوانید به رضایت شغلی افزون‌تری دست یابید.

سالها پیش که زندگی محدودی داشتم تنها راهی که برای احساس آزادی و حفظ تصویر کامیابی ام داشتم این بود که در پایان هر روز، از در خانه ام بیرون بروم و قدری در تنهایی و سکوت جلو ساختمان قدم بزنم. حتی همین کار ساده به من قدرت می‌داد تا به رؤیاهایم و تصاویر نیکو و زیبایم که در انتظارم بودند بچسبم. اگر رؤیاهایی بلند و آرزوهایی بزرگ و برتر را در سر پیروانید درمی‌یابید که این عالم عالمی غنی و سرشار از

تبرکهای بی بیشمار است که می‌تواند همه‌اش را بر سرتان بباراند. به جای بگریستن به نیمه‌ خالی لیوان، هر روز به یاد آورید که نیمی از لیوانتان پُر است.

اینکه هدف‌تان رضایت شغلی بیشتر از کار کنونی یا ارتقاء مقام یا آغاز حرفه‌ی کاملاً تازه یا استقلال مالی و بی‌نیازی از کار اداری یا هر چیز دیگر باشد تفاوتی نمی‌کند زیرا به همه آنها می‌توانید برسید. لازم نیست احساس کنید که وضعیت کنونی، شما را به «تله» انداخته است. همواره می‌توان راه حلی پیدا کرد. خواه بخواهید در همین کار بمانید و خواه بخواهید کاری دیگر را از سر بگیرید، تکرار این عبارت سودمند است: «خرد لایتناهی اکنون در من و زندگی و امورم سرگرم کار است و اراده می‌کند تا عالی‌ترین و والاترین خیر و صلاح را به انجام برساند و خرد لایتناهی شکست نمی‌خورد!»

اگر به این نتیجه رسیده‌اید که کار کنونی شما رضایت‌بخش نیست و نمی‌تواند رضایت‌بخش شود، برای عوض کردن وضع کنونی خود تکرار کنید: «اکنون راه‌های تازه زندگی و شیوه‌های جدید کار به من نشان داده می‌شود. من محدود و مقید به راهها و شیوه‌های گذشته‌ام نیستم. کار عالی و بی‌نظیرم را از راهی عالی و بی‌نظیر تجربه می‌کنم. کاری که بی‌درنگ به من رضایت کامل و درآمدی بی‌همتا می‌بخشد.»

هر اندیشه یا عملی را که برای عوض کردن وضع به نظرتان می‌رسد دنبال کنید. از اندیشیدن یا سخن گفتن درباره نارضایتی کنونی بازایستید. فراموش کنید. بگذارید برود.

آنگاه در کار فعلی خود نظم و هماهنگی و زیبایی ایجاد کنید. اگر از کارتان ناراضی هستید، دست به هر کاری بزنید تا آن را دلپذیر و منظم کنید. کوشایان را تمیز و پرونده‌هایتان را مرتب و میز کارتان را منظم کنید. یک گلدان گل یا مجسمه یا یک شیء بسیار زیبا را روی میزتان بگذارید تا دیگران فوراً متوجه آن شوند و سلیقه‌تان را بستانند؛ یا هرگاه دلتان گرفت با نگرستن به آن شادمان شوید. از همکارانتان تعریف و تمجید کنید. قدردانی صمیمانه و کلام سرشار از مهربانی و همچنین دعاهای خاموش خود را نثار همکارانتان کنید. از همه اینها گذشته، به یاد آورید که شما بخشی از ذهن وضعیتی هستید که در آن قرار دارید. وقتی مزیت والا ترین اندیشه‌ها و اعمال خود را به وضعیتی می‌بخشید، به ایجاد نظم و هماهنگی و خرسندی برای همه کمک می‌کنید. وقتی از موقعیت فعلی خود بهترین ثمره را گرفتید، می‌توانید مطمئن شوید که موهبتی عظیم تر به رویتان آغوش خواهد گشود. همچنین این آیه کتاب مقدس را به یاد آورید که: «هر چه دستت به جهت عمل نمودن بیابد همان را با توانایی خود به عمل آور.» (عهد عتیق، کتاب جامعه، ۹: ۱۰).

به عبارت دیگر، به قول یکی از دوستانم: «حالا که در جهنمی، ازش نتیجه بگیر! با فهم و شعوری بیش از گذشته، با آن مواجه شو، تا ثمرات نیکوی این تجربه دوام یابد.»

دل و جرأت به خرج بدهید تا از همه کسانی که تا خرخره در اندیشه فقر فرو رفته‌اند متفاوت باشید: مثل آنها فکر نکنید، مثل آنها عمل نکنید، مثل آنها واکنش نشان ندهید؛ مگر اینکه بخواهید مثل آنها پایین نردبان باقی بمانید. آن بالا بالاها، در منتها الیه رفعت هر کار و هر حرفه،

برای همه کسانی که شهامت آزاد کردن خود را از اندیشه‌های معمول پرخاشگر و ستیزه‌جو و حسدها و حقارتها و انتقادهای که میان بسیاری از مردم مرسوم است دارند، به اندازه کافی جا هست. هرگاه وسوسه شدید که به جمع صاحبان اندیشه‌های منفی پیوندید، به تأکید بگویید: «در وجودم نشانه‌یی از انتقاد نیست. نه من از کسی انتقاد می‌کنم، نه کسی از من. قانون متعال نیکی هم اکنون مسئول زندگی من است و هماهنگی الهی در والاترین اوج خود، حاکم زندگی و جهان من است.» این دریافت، شما را از اندیشه‌های منفی دیگران حمایت می‌کند. مهم نیست دیگران چه می‌کنند، شما برای آنها برکت و حمایت و سعادت بطلید و گرایشهای سازنده و ارزشمندتان را نثارشان کنید.

شاید فکر کنید: «اما این کار چه ارزشی دارد؟» پس گوش کنید! بزرگترین دانشی که می‌توانید درباره خودتان یا هموعتان به دست آورید این است که حتی اگر فقط یک نفر، در هر وضعیتی، سازنده بیندیشد و سازنده عمل کند، نمی‌تواند ثمرات نیکو به بار نیاورد. یکایک ابناء بشر تشنه گرایشها و اعمال و واکنشهای سازنده‌اند و بی‌درنگ به آنها پاسخ مثبت می‌دهند.

من به چشم خودم در مورد دو تن از وکلای یک شرکت بزرگ حقوقی شاهد این امر بودم. این شرکت معتبر به فعالیتهای مثمر اشتها داشت: شوکتی توانگر با کارکنانی توانگر! یکی از وکلا مردی خوشبخت و خوش‌بین و شاد بود و با هر کس که از راه می‌رسید در کمال خوشرویی رفتار می‌کرد و هر فرصتی را برای تحسین و تمجید اشخاص مغتنه



می شمرد و تا می توانست مهربانی و ادب و تواضع نشان می داد. انگار از انتقاد و سرزنش و ملامت و گله و شکایت بویی نبرده بود. اما وکیل دیگر که شرایط تحصیلی و شغلی بهتری نیز داشت و حقوق ماهانه اش هم چندصد دلار بیشتر بود مدام نق می زد و زیر لب غرغر می کرد و از هیچ چیز راضی نمی شد. زود از کوره در می رفت. هر چیز کوچکی ناراحتش می کرد. مردم ناراحتش می کردند. کار غیرمنتظره ناراحتش می کرد. اصلاً چیزی پیدا نمی شد که ناراحتش نکند. یک سال نگذشت که او دیگر کارمند این شرکت نبود. اما وکیل دیگر ارتقاء مقام یافت و به جای او حقوق ماهیانه او را گرفت. چندی نگذشت که این وکیل صاحب اختیار کل شرکت شد. در تاریخ این شرکت سابقه نداشت که کسی بتواند به آن سرعت پیشرفت کند و ترفیع بگیرد و چنان مسؤولیت و درآمدی را به دست آورد.

گفته اند که کار بالاترین شکل بازی است. این مسأله که کار فعالیتی دلپذیر است یا زحمتی سخت، به گرایشهای شما درباره خودتان و دیگران و جهان بستگی دارد. مطمئن باشید که کار امری الهی است و کار راستین و پاداش راستین شما همانقدر جوایای شماست که شما جوایای آن! کار راستین آدمی کاری است که به عالی ترین وجه آن را انجام می دهد و ژرف ترین رضایت را از آن می ستاند.

وضع زندگیتان هر چه هست، از هم اکنون با نگرشی تازه به آن بنگرید. همان گونه که چارلز فیلمور در نود و سه سالگی می گفت، شما نیز ندا در دهید: «با شور و شوقی کامل و اشتیاقی شدید و ایمانی

نیرومند، برون می‌جهم تا آنچه را باید به دست من کرده شود به انجام برسانم.»

با به کار بستن دستورات زیر، هر چه زودتر به خیل بیشمار کسانی بپیوندید که از کار خود لذت می‌برند یا از بیان نفس خویش رضایتی ژرف به دست می‌آورند:

۱) هر چه زودتر از زندگی دلخواهتان تصویر ذهنی بسازید.

۲) پس از ایجاد تصویر ذهنی، ذهناً با آن همراه باشید و در آن زندگی کنید.

۳) از خرد لایتناهی بخواهید تا به شما نشان دهد که برای رسیدن به تصویر دلخواهتان، در کدام جهت باید گام بردارید. به شما نشان داده خواهد شد که بعنوان گام بعدی باید به کلاس شبانه بروید یا در کار و شیوه زندگی‌تان دگرگونیهای اساسی ایجاد کنید یا درباره کار کنونی و توانایی خود، نگرشی سازنده‌تر داشته باشید. وقتی گام بعدی به شما نشان داده شد، با جسارت و ایمان آن را دنبال کنید و بدانید که شما را به رضایتی غنی تر می‌رساند.

۴) این را فراموش نکنید که می‌توانید کار هماهنگ و موافق را به دست آورید و به دست نیز می‌آورید. امرسون گفته است که هر چیز بهایی دارد و اگر آن بها پرداخت شود، به جای آن چیز، چیزی دیگر به دست می‌آید. پس مصرانه در پرداختن بهای درونی و بیرونی آرزوهایتان بکوشید تا بتوانید در زندگی صاحب خواسته‌های راستین خود باشید.

۵) هم‌اکنون به هر چه دست می‌زنید بهترین کاری را که از شما برمی‌آید ارائه بدهید، حتی اگر ذهناً از آن فرارفته باشید. وانگهی، با غرقه ساختن ذهنتان در آنچه دوست می‌دارید روحیه خود را حفظ کنید.

به‌راستی که چون از این راهها به سفرهای درون پرداختید، نمی‌توانید در برون از جایتان تکان نخورید!

## فصل دهم

### استقلال مالی

یکی از آرزوهای همه کسانی که دارای اندیشه‌ی توانگر هستند این است که بتوانند روی پای خود بایستند و از نظر مالی مستقل باشند. فقر یکی از ترسهای نوع بشر است، و بسیاری از مردم با وجود توانگری بی نظیر عصر ما با تنگدستی دست به گریبانند.

به محض اینکه قدرت اندیشه‌ی توانگر را دریابید، بی می برید که امکان استقلال مالی آنقدرها هم دور نیست و تنها به دیگران تعلق ندارد و می تواند از آن شما نیز باشد!

عبارت «استقلال مالی» لزوماً برای همه معنایی یکسان ندارد. اساساً معنای استقلال مالی، آزادی مالی است. شاید استقلال مالی برای شخصی صرفاً شغلی قابل اتکاء با درآمدی مناسب باشد که از طریق آن بتواند از عهده تعهدات مالی اش برآید و امور روزانه اش نیز بگذرد. اما شاید شخصی دیگر در مقیاس یک میلیونر ببیندش. به هنگام پیشرفت مالی، مفاهیم و اندیشه‌هایی که درباره استقلال مالی دارید نیز می‌گسترند و طبیعتاً آرزومند آزادی مالی عظیم‌تر و افزون‌تری می شوید.

از این رو، این آرزو که انسان بتواند روی پای خود بایستد و از نظر مالی مستقل باشد آرزویی الهی است که در فطرت عاطفی و عقلانی آدمی به ودیعه نهاده شده است تا موجب پیشرفت او در زندگی شود. آرزوی استقلال مالی، خواه برای یک درآمد هفتگی مناسب و خواه به اندازه یک میلیونر، آرزویی الهی است که نباید سرکوب شود، بلکه باید به صورتی سازنده عیان و بیان گردد. زیرا تنها در این صورت آدمی می‌تواند خرسندی و توفیقی را که خواست خداست تجربه کند.

شاید باید یکی از بزرگترین رازهای حصول استقلال مالی را از شهرداری یکی از شهرهای ایالت نیوانگلند آموخت. چند سال پیش در یکی از برنامه‌های خبری، داستان ثمرات قابل ملاحظه نخستین سال خدمت او را بعنوان شهردار تعریف کردند. وقتی عهده‌دار این مقام شده همه می‌گفتند: «این شهری در حال مرگ است و هیچ کس نمی‌تواند آن را نجات بدهد.» و برای اثبات مدعای خود دلایلی نیز داشتند. محله‌های کثیف، مرکز شهر را پر کرده بود. جمعیت شهر در حال رشد و ازدیاد نبود و کسب و کار شهر نیز رونق نداشت. توانگری برای این شهر داستانی باورنکردنی می‌نمود. در هر حال، در مدت یک سال، شهردار جدید همکارانش را مجاب کرد که برنامه‌ی جسورانه‌ی تمیزکردن شهر را در پیش گیرند. پروژه‌ی تمیزکردن شهر آغاز شد تا ناحیه‌های کثیف شهر پاک و برای آپارتمان‌سازی و مراکز خرید و ساختمانهای اداری و تجاری آماده شود.

اما چگونه این مرد توانست یک‌تنه، و با چنین سرعتی، این همه پیشرفت و توانگری به وجود آورد؟ خودش می‌گفت همگی اعضاء انجمن

شهرش کسانی بودند که جرأت «بزرگ اندیشیدن» را داشتند، که سبب می شد کار روی غلتک بیفتد. همچنین می گفت که هرشب برای طلب هدایت دعا می کرد. گرایش اصلی او این بود: «امور را آن گونه که هستند نمی پذیرم. اگر همیشه آن طور بوده اند نشانه آن نیست که نمی توانند عوض بشوند!»

از این رو نارضایی از وضع مالی کنونی، نخستین گام به سوی حصول استقلال مالی است. اگر نمی توانید امور را به همان صورتی که هستند بپذیرید، خیلی هم عالی است! این قدرت را دارید که از طریق اندیشه و عمل توانگر، این وضع را به چیزی بسیار بهتر و رضایت بخش تبدیل سازید. این نارضایی می تواند کلید استقلال مالی شما باشد، البته اگر جرأت کنید و آن را به کار ببرید.

خودم شاهد بودم که «نارضایی الهی» سبب شد که یکی از آشنایانم جسورانه کار نامطبوعش را وانهد و صاحب کسب و کار مستقل خودش شود که برای او به معنای استقلال مالی بود. این مرد در زمان جنگ دوم جهانی در یک جواهرفروشی استخدام شده بود اما همیشه تودش می خواست که صاحب مغازه خودش شود. سرانجام کارش دچار بی نظمی و ناهماهنگی شد. پس از سالها خدمت و قادارانه مجبور شد ناگهان کارش را ترک کند. البته رؤسای او معتقد بودند هرگز نمی تواند در جای دیگری کار به این خوبی پیدا کند. او نیز مدام به یاد خود می آورد که اصلاً نمی خواهد در استخدام دیگری باشد، او می خواست خودش رئیس خودش باشد.

وقتی این مرد کارش را ترک کرد پس اندازی اندک داشت.

مسئولیت خانواده و مخارج معمول نیز به عهده اش بود. با این حال، به محض اینکه از فکر کردن دربارهٔ اوضاع خراب مالی دست برداشت، احساس آسودگی و خرسندی و آزادی کرد. فوراً این خبر همه جا پیچید. دوستی که در شهر دیگری مغازهٔ جواهرفروشی داشت به او پیشنهاد کرد که موقتاً نزد او کار کند تا بعداً دربارهٔ پیدا کردن کار دائمی تصمیم بگیرد. او هم برای اینکه درآمدی داشته باشد و در آن ضمن به برنامه‌های آینده اش بیندیشد، این کار را پذیرفت.

چندی نگذشت که دوست دیگری هم به او اطلاع داد که از کارمند بودن خسته شده است و می‌خواهد مغازهٔ جواهرفروشی باز کند و ترجیح می‌دهد که یک شریک داشته باشد. این مرد دارای سرمایه نسبتاً خوبی بود. پس با هم کار تازه را آغاز کردند.

هیچ کدام از آنها به تنهایی نمی‌توانست این کار را شروع کند، اما با هم می‌توانستند از سرمایه و سابقه و تجربهٔ یکدیگر استفاده کنند. اما آشنای من که از کارش ناراضی بود نخست می‌بایست کارش را ترک می‌کرد، و بعداً دری به روی او گشوده می‌شد.

بعد از این تصمیم‌گیری که در زندگی کمتر از بهترین را نپذیریم — یعنی راز دیگر استقلال مالی — شاید قانون تمرکز و حراست از اندیشه و مراقبت از عواطف باشد. شاید افرادی را دیده باشید که برای مدتی توانگر می‌شوند اما ناگهان بنیادشان بر باد می‌رود و چنان اوضاع مالی‌شان خراب می‌شود که نمی‌توانند سر بلند کنند. اگر با دقت به یکایک این موارد بنگرید می‌بینید عواطف و گرایشها و شیوهٔ زندگی آن اشخاص به ناگاه پراکنده شده است. از این رو، توانایی قابل توجهی را

که قبلاً برای توانگری داشتند از دست داده اند.

مادامی که زندگی شخصی و خانوادگی مردان موفقیت آمیز باشد کارشان نیز روبه راه است و توانگر می شوند. اما به محض بروز مشکلات زناشویی کارشان هم کساد می شود و از سکه می افتند. اخیراً با مردی هوشمند صحبت می کردم که چندین بار ثروتی کلان به دست آورده بود و هر بار که مشکل خانوادگی برایش پیش آمده بود همه را از دست داده بود. علت اصلی این بود که عواطف او دچار پراکندگی شده بود.

همه ما دارای عواطف و احساسات می باشیم، و احساسات ژرفمان می تواند موجب شکوفایی اقتصادی یا ورشکستگی مالی ما شود، عواطف آدمی قدرتی خداداد است که باید مراقب آنها بود تا به راه درست برود. عواطف انسان همان حراستی را می خواهد که معدن طلا؛ زیرا به راستی غنی ترین معدن طلایی است که می توانید در زندگی به دست آورید. اندیشه پراکنده و عواطف پراکنده و اعمال پراکنده موجب پراکندگی اقتدار ذهنتان می شود که به نوبه خود، انرژی جسمانی شما را که برای توانگری نیاز دارید تحلیل می برد. انرژی مغز شما را نیز می گیرد و آنگاه نمی توانید به اعمال سودمند دست بزنید یا برنامه هایی مفید طراحی کنید. انگیزه های عاطفی شما را نیز می مکد و آنگاه نمی توانید برنامه هایتان را به کار وادارید.

حراست از اندیشه و سوانق عاطفی و ذخیره انرژی، برای استقلال مالی ضروری است. به عبارت دیگر، برای توانگری پایدار باید شهامت متفاوت بودن را — دست کم برای مدتی — داشته باشید! لحظه بی که انسان باید از خودش دل و جرأت نشان بدهد لحظه بی است که در معرض



خطری شدید است. آدمی برای پیروزی چشمگیر باید آماده و مشتاق خطر فراوان باشد. این بدان معناست که باید دار و ندار خودش را در معرض آزمایش قرار دهد.

البته این به معنای زندگی منزوی یا گوشه گیری از دنیا نیست. کاملاً بعکس، به معنای یک زندگی شادمانه و رضایت بخش و سرشار از نشست و برخاستهای موافق و هماهنگ و عاری از هرگونه فعالیت غیرلازم است. وقتی تصمیم می‌گیرید که از نظر مالی مستقل شوید بی درنگ ذهنتان را به روی این که «مردم چه فکر می‌کنند» می‌بندید و شهادت تمرکز بر هدف‌تان را می‌یابید. وقتی به سوی توانگری پیش می‌روید، دیگر اهمیت نمی‌دهید که همکاران پیشین شما چه فکر می‌کنند زیرا بی‌تردید هرچه بگذرد - همراه با گسترش نگرشتان - آشنایان و روابطی تازه و رضایت بخش تر و هماهنگ تر خواهید آفرید.

بیشتر مردمان موفق، بزرگ می‌اندیشند و خودشان و همکارانشان را محدود نمی‌کنند. اگر می‌خواهید از بسیاری از اندیشه‌ها و باورهای حقیر رها باشید، بزرگ‌اندیشیدن را آغاز کنید. حواستان را متوجه استقلال مالی کنید تا کسانی که کوچک می‌اندیشند از سرِ راهتان کنار بروند. در این راه دوستانی پایدار خواهید یافت که به شیوه‌ی دلپذیر به یاریتان می‌شتابند تا از نردبان ترقی بالا بروید.

روزگاری زن آرام کوچکی را دیدم که اکنون رئیس یک پروژه بزرگ مسکن و آپارتمان سازی و یک مرکز خرید عظیم در حومه شهر است. بیست سال پیش، مکانی را که اکنون این خانه‌ها و آپارتمانها و

مغازه‌ها اشغال کرده‌اند چمنزاری بزرگ بود که نزدیک یک مایل از نزدیکترین شاهراه و پنج مایل از نزدیکترین شهر فاصله داشت.

اما این زن کوچک اندام درباره ملکش خوابی دیده بود. البته بیست سال پیش، این خواب بسیار احمقانه می‌نمود. اما او ذهناً به رؤیایش چسبید و مدام روزی را می‌دید که زمینش به یکی از زیباترین مراکز خرید این کشور بدل شده است. جسورانه اما خاموش و بی سروصدا، چشم از رؤیای خویش برنداشت؛ اگرچه امری محال می‌نمود. البته اگر این رؤیا به حقیقت می‌پیوست، خود به خود از نظر مالی مستقل می‌شد.

چند سال بعد، پایگاهی نظامی که در آن نزدیکی بود گسترش یافت. به علت رفت و آمد بسیار میان پایگاه نظامی تا نزدیکترین شهر، شاهراهی دارای چهار انشعاب وسیع در آنجا ساخته شد. یکی از چهار انشعاب با زمین این زن هم مرز بود.

تقریباً بی‌درنگ همه صاحبان معاملات املاک شروع کردند به پیشنهادات ارقامی غیرقابل تصور برای خرید زمین این زن. از دیدگاه کسانی که عملی فکر می‌کنند، بهترین موقعیت برای فروش این زمین بایر و بی مصرف بود. او نیز برعکس صاحبان معاملات ملکی، نه پول خرید زمین را داشت، نه پول آباد کردن آن را. اما هنوز نمی‌خواست از رؤیایش دست بردارد؛ پس در کمال شهامت به رؤیای توانگری و استقلال مالی چشم دوخت.

سالها از پی هم گذشتند و شهر نزدیک بزرگتر و وسیع‌تر شد. یک روز زن، مقاطعه کاری را دید که در زمین پهلویی سرگرم کار بود. شخصی آنها را به هم معرفی کرد و ضمن گفتگو، درباره زمین و

امکانات پیشرفت آن نیز صحبت کردند. در این هنگام زن از رؤیایش سخن گفت. از اینکه آرزو داشت آن زمین را به یک مرکز بزرگ و زیبای خرید تبدیل کند تا همه شهروندان و کارکنان آن پایگاه نظامی بتوانند به آسانی از آنجا خرید کنند. مقاطعه کار به شدت تحت تأثیر قرار گرفت و به زن گفت بدون اینکه لازم باشد ذره‌یی از زمین محبوبش را بفروشد می‌تواند به رؤیایش جامه عمل بپوشاند.

مقاطععه کار به زن پیشنهاد کرد که زمین از او باشد و همه خدمات ساختمانی از جمله تجهیزات و طرح و نظارت و پرسنل و اجرا و کاراز خودش. ضمناً گفت دوستی میلیونر دارد که می‌تواند با آنها شریک شود و پول نقد لازم را بدهد تا بعداً که ساختمان کامل و آماده بازدهی مالی شد، سایر تصمیمات لازم را بگیرند.

طولی نکشید که با همکاری دوشریک، شرکتش را راه انداخت. نخست برای جبران کمبود مسکنی که در آن ناحیه پیش آمده بود آپارتمان‌سازی را شروع کردند. بعد، خانه‌هایی برای فروش و اجاره ساختند. آنگاه به پروژه اصلی پرداختند که ایجاد مرکز خریدی وسیع و بسیار زیبا و استثنایی بود. از این رو، علفزار پرت افتاده این خانم، پاسخگوی نیازهای افراد بسیاری شد که در این ناحیه می‌زیستند. مرکز خرید او نیز یکی از زیباترین مراکز خرید جنوب آمریکا است. و تماماً به این دلیل که او هرچند خاموش و آرام اما جسورانه، از تصویر شکوهمند کامیابی و توانگری و استقلال مالی آنقدر چشم برداشت تا کسانی دارای ذهنیت خودش سر راهش قرار گرفتند و او را در رسیدن به آرزویش یاری کردند.

رؤیاهایتان را از گوشه و کنار ذهنتان بیرون بیاورید. آنها را پاک کنید و برق بیندازید و صیقل دهید. نگذارید همانجا بمانند و خاک بخورند. دل و جرأت داشته باشید که آنها را بیرون بیاورید و گردگیری کنید. شهامت اندیشیدن به استقلال مالی را داشته باشید؛ هر چند در این لحظه امری محال بنماید. آیا عنصر کهنه و قدیمی ترس می‌کشد در گوشه‌های شما زمزمه سردهد که رؤیاهایتان به حقیقت نمی‌پیوندد یا می‌گوید: تو کجا و ثروت و توانگری کجا؟ در این صورت، وعده غنی کتاب مقدس را به خاطر آورید که: ترسان مباشید ای گله کوچک زیرا خواست پدر شما است که ملکوت را به شما عطا فرماید.» (عهد جدید، انجیل لوقا، ۱۲: ۳۲). این آیه را نیز به یاد آورید که: «و خداوند می‌گوید این طور مرا امتحان نمایید که آیا روزهای آسمانها را برای شما نخواهم گشاد و چنان برکتی بر شما نخواهم ریخت که گنجایش آن نخواهد بود.» (عهد عتیق، کتاب ملاکی نبی، ۳: ۱۰) یا این کلام عیسی مسیح را که: «اگر بتوانی ایمان آوری مؤمن را همه چیز ممکن است.» (انجیل مرقس، ۹: ۲۳). یا این کلام او را که: «نزد خدا همه چیز ممکن است.» (انجیل متی: ۱۹: ۲۶).

شاید به این دلیل تاکنون موفق نشده‌اید که احساس می‌کنید باید به تنهایی کارها را به انجام برسانید. از این رو، شکست را آسان‌تر از موفقیت می‌یابید. اخیراً وقتی از مهندسی راز موفقیت او را پرسیدم، گفت:

تا زمانی که شریک نداشتم موفق نبودم. تا اینکه یک روز تصمیم گرفتم با خدا شریک شوم. هدایت او در امور مالی ام هر روز بر توانگریم می افزاید. روزم را با طلب هدایت روشن و مشخص در باره یکایک پروژه ها و طرحهای مهندسی ام آغاز می کنم و به پایان می رسانم. درباره شیوه برآوردن آرزوها و خواسته هایم نیز هدایت روشن و مشخص می طلبم. هدایت نیز همواره از راه می رسد.

اخیراً رئیس یکی از بزرگترین شرکتهای این کشور از من پرسید: «راستی چطور می توانی از پس این همه انتظارات و توقعات و خواسته ها برآیی؟» وقتی به او گفتم: «بسیار ساده است. خدا مونس و همدم و شریک من است و همه مشکلات و فشارها و تصمیمات دشوار را به او می سپرم.» با تعجب از من پرسید: «آیا واقعاً ممکن است؟ یعنی به راستی می توان امور مالی بزرگ را به دست خدا سپرد؟» جواب دادم: «ببین! اگر تو نتوانی به خدا که عالم مطلق و قادر مطلق است و اداره تمامی این کائنات غنی به عهده اوست اعتماد کنی، پس به چه کس می توانی اعتماد داشته باشی؟»

به راستی که خدا آنجا که به عقل بشر نمی رسد دری می گشاید. این حقیقت را دریابید و محکم به آن بچسبید. اگر آدمی مفهوم شکست را پشت سر می گذاشت، چه چیزها می دید: کاروبارهایی که نجات یافته اند، بخت و اقبال و مال و منالی که بنا شده اند، اکتشافاتی که به

انجام رسیده‌اند، اختراعاتی که تکمیل شده‌اند، و مردگانی که به زندگانی بازگشته‌اند. خدا را شکر کنید که نعمات و موهبت‌هایش به علت بینش محدود ما متوقف یا کوچک نمی‌شود. در نگاه‌بانی از شهامت و ایماناتان پایدار و استوار باشید. مدام به یاد آورید آنجا که به عقل احدی نمی‌رسد، خدا راه می‌گشاید!

به عبارت دیگر، برای رسیدن به آرزو لازم نیست به تنهایی دست به کار شوید. به شما وعده داده شده است: «سؤال کنید که به شما داده خواهد شد. بطلبید که خواهید یافت. بگویید که برای شما باز کرده خواهد شد. زیرا هر که سؤال کند یابد و کسی که بطلبد دریافت کند و هر که بگوید برای او گشاده خواهد شد.» (انجیل متی، ۷:۷) بیشتر مردم این راز توانگری را نادیده می‌انگارند و اجازه می‌دهند ثروت از کنارشان بگذرد، تنها به این علت که از قدرتی برتر مدد نمی‌خواهند تا شیوه کسب موهبتشان را به آنها بیاموزد.

از هم اکنون خودتان را نه تنها توانگرتر، که دارای استقلال مالی مجسم کنید. اما کورتیس هاپکینز<sup>۱)</sup> نوشته است: «هرآنچه را مدام با چشم باطن ببینید، اسرارش را بر شما آشکار و هدایایش را به شما پیشکش خواهد کرد.» به راستی که فرایندی فرح‌انگیز و افسونگر است، هرچند واهی نیست، اگر دارای اندیشه‌ی روشن و معین باشید.

خانم هاپکینز می‌گوید: «کامیابی از آنِ انسانی است که تک‌بین باشد و تنها به یک آرزو چشم بدوزد و هرچه او را از یگانه هدفش

1) Emma Curtis Hopkins

بازمی دارد کنار نهد.» اگر ذهنی دارید که تنها به یک هدف چشم می‌دوزد حتماً توانگر و پیروزمی شوید. آنگاه از هر نظر این فرصت را خواهید داشت تا سایر جنبه‌های هستی خود را بگسترانید؛ و این گسترش اعتباری برای خودتان و بشریت خواهد بود. یکی از صاحبان نفت در تگزاس، از این راه غیرمنتظره به بخت و اقبال رسید که چاههایی را که دیگران حفر کرده بودند و به نفت نرسیده بودند «عمیق‌تر» حفر کرد. در قلمرو اندیشهٔ توانگرانه شما نیز می‌توانید همین کار را بکنید!

به راستی که برای تسلط بر همهٔ جنبه‌های زندگی مجهزید! لازم نیست مصالحه کنید. حتی فکر سازش را دور بیندازید.

«با دست برداشتن از فعالیت‌های غیرلازم، معاشرتهای غیرلازم، روابط غیرلازم، گفتگوهای غیرلازم، مخصوصاً صحبت‌های غیرلازم، با مردمانی صاحب ذهن پریشان و اندیشه‌های پراکنده، درمی‌یابید که استقلال مالی همین گوشه و کنارهاست و بسیار نزدیکتر از آنچه می‌پنداشتید.»

انضباط خویشتن را آغاز کنید. وقت و نیرویتان را به هدر ندهید و تنها با مردمانی صاحب ذهن توانگر که با شما هم‌سلیقه‌اند و دارای علائق مشابه و سازگار، نشست و برخاست کنید. به محض اینکه از چیزهای غیرسازنده یا مسائلی که با رؤیای عظیم توانگری شما ارتباط مستقیم ندارند رو برگردانید؛ به محض اینکه از جلب رضایت دیگران دست بردارید و جرأت کنید به «صدای آواز آهسته و ملایم» پیشرفت در دلتان گوش فرا دهید، می‌توانید یقین بدانید که در راه استقلال مالی قرار گرفته‌اید!

بسیاری از مردم مشتاق استقلال مالی هستند اما هرگز به آن نمی‌رسند زیرا حاضر نیستند حتی برای مدتی کوتاه خودشان و شیوه زندگی‌شان را منضبط کنند. شاید تمرکز از صبح تا شام بر توانگری به چشمتان افراطی بنماید؛ یا شاید تمرکز محض بر توانگری و کنار گذاشتن هر چیز دیگر - همکارانی صاحب ذهنیت منفی یا اشخاصی که مدام به شکست می‌اندیشند یا از ریشه برکندن هر رابطه نامطلوب یا دقت شدید در چگونگی گذراندن وقت و گزینش یاران و آشنایان یا حتی احتیاط کامل در چند و چون گذران وقت آزاد - را زیاده روی بپندارید. وقتی تصمیم به انجام این شیوه می‌گیرید درمی‌یابید که همچون پاره کردن پوسته سخت و ضخیم افکار و احساسات و فعالیت‌های محدود است. اما هرگاه این پوسته سخت و ضخیم را پاره کنید می‌توانید دیگر بار از یک زندگی متعادل‌تر لذت ببرید. اما پس از گذراندن آن دوران «تک‌هدفی» و تمرکز کامل بر کامیابی و توانگری می‌توانید خود را در آسایش و استقلال مالی دلخواه بیابید و احساس کامروایی کنید. آنگاه نسبت به زندگی شور و شوقی افزون‌تر خواهید یافت زیرا خواهید توانست با خیال راحت بی‌سایید و ببینید که به خواسته‌تان رسیده‌اید. اما تا وقت و انرژی خود را ذخیره نکنید نمی‌توانید به آن دست یابید.

اخیراً حقیقت این امر دیگر بار مورد توجهم قرار گرفت. در برنامه خبری شنیدم مردی که هنوز سی سالش نشده است از طریق اندیشه توانگر، رئیس یک شرکت بیمه شده است. او چند سال پیش تصمیم گرفت رئیس شرکت شود و از این رو، همه وقت آزادش را صرف مطالعه کتابهایی درباره کامیابی کرد و تنها با کسانی نشست و



برخاست که چون خودش می‌اندیشیدند. مدت زمانی همسرش احساس می‌کرد که او خودش را از معاشرت و فعالیت‌های اجتماعی که در گذشته مورد علاقه هر دو آنها بود محروم کرده است. اما وقتی برای همسرش توضیح داد که چرا می‌خواهد وقتش را تنها صرف تمرکز بر کامیابی اکنون و آینده‌اش کند، او نیز مشتاق شد که از هر رویداد اجتماعی وقت‌گیر بپرهیزد. پس از چند سال کار و مطالعه شدید، این مرد جوان به مقامی رسیده است که خودش و همسرش دیگر بار می‌توانند به هر معاشرت یا کار دلخواهی دست بزنند. وانگهی، می‌توانند با دوستان تازه‌ی صاحب ذهنیت توانگر نشست و برخاست کنند؛ اشخاصی که با ذهنیت پیشین خود نمی‌توانستند آنها را به سوی خویش بکشاند.

یکی از بهترین راهها برای آغاز پرورش و انتظار استقلال مالی و تجربه‌های خوشایند آن، مقیاس روزه‌روزی هفتگی یا ماهانه است. برای ذهن، آفرینش ثمرات فوری و کوتاه مدت آسان‌تر است. مثلاً روزتان را — حتی پیش از برخاستن از بستر — با طلب فراوانی و توانگری برای همان روز آغاز کنید. بگذارید روزتان با اندیشهٔ توانگر آغاز شود و به پایان برسد. وقتی از خواب بیدار می‌شوید و از نظر عاطفی خودتان را برای آن روز تازه آماده می‌کنید، یا وقتی قهوه یا چای صبحانه‌تان را می‌نوشید، چند بار بنویسید یا به صدای بلند یا خاموش در دلتان به تأکید بگویید: «هر روز از هر جهت، در زندگی و امورم منتظر و فوراً برکت‌م. به ویژه امروز منتظر نعمات فراوانم و برای همهٔ این موهبتها سپاس می‌گزارم.» از این طریق پیشاپیش اندیشهٔ توانگر را می‌فرستید تا برایتان روزی فرح‌انگیز و رضایت‌بخش و ارزشمند را آماده سازد —

روزی سرشار از شگفتیهای شادی بخش و رویدادهای دلپذیر. وقتی هر روز ذهنی را پروراندید که در مقیاس روزانه منتظر استقلال مالی است، خودبه خود ذهنتان گسترش می یابد و استقلال مالی عادت‌ی هفتگی و ماهانه و سالانه می شود. اما باید در اندیشه‌تان سریع‌ترین و رضایت‌بخش‌ترین زمان را آغاز کنید؛ و مقیاس روزانه از همه آسان‌تر است زیرا عملاً به شما نشان می دهد که استقلال مالی مشتاقانه منتظر شماست.

اخیراً بازرگانی برایم تعریف کرد از وقتی توجهش را به استقلال مالی معطوف کرده است و دیگر به امور منفی و بی‌هوده نمی اندیشد درآمدش دو برابر شده و کسب و کارش رونق یافته است. او که رئیس یک شرکت بیمه بود دریافت که انتظار وفور نعمت به صورت روزانه راز بزرگ استقلال مالی است. چند سال پیش این برنامه را آغاز کرده بود که هر روز صبح یک ساعت تمام را به این تمرین اختصاص دهد که بنشیند و ذهناً برنامه ریزی کند که می خواهد آن روز را چگونه بگذراند. حتی ارقام فروش دلخواهش را نیز مجسم می کرد. بعداً که سرپرست گروهی از فروشندگان بیمه شد، هر روز صبح وقتش را صرف تجسم ارقامی می کرد که می خواست فروشندگان برای آن روز بفروشند. از طریق همین فرایند تجسم روزانه وفور نعمت توانست از نردبان ترقی بالا برود و رئیس شرکت بیمه شود.

برای کسب استقلال مالی به صورت درآمدی پیوسته و مدام باید چندین گرایش منفی را کنار گذاشت. بیشتر مردم می توانند شتابزده همه

دلایل عدم موفقیت خود را برشمردند. با این حال وقتی اطراف خود را می‌نگریم و می‌بینیم که مردمان موفق بر چه موانع جدی و محکمی غلبه یافته‌اند به شگفت می‌آییم.

خانمی را می‌شناسم که قربانی فلج اطفال شده است و هر روز با صندلی چرخ‌دار سرِ کارش که منشیگری است می‌رود. ظاهر امر می‌گوید او می‌بایست سالها پیش، یعنی همان وقت که مرض به او حمله کرد و فلج شد و از پا افتاد، از همه چیز دست می‌کشید. اما او مورد توان بخشی قرار گرفت و اکنون خودش اتومبیلش را می‌راند و صاحب شغلی جالب توجه و با ارزش است. چون نمی‌خواست تسلیم بیماری شود توانست از بستری بیماری برخیزد و صاحب استقلال مالی شود. آخرین باری که درباره‌ او شنیدم، به من گفتند که به فکر ازدواج افتاده است!

چند سال پیش در یک روزبھاری، فروشنده‌ی جوان به من گفت که سخت دلوپس آینده‌اش است. از او پرسیدم که به راستی چه می‌خواهد بکند، او نیز شرمگین، به گونه‌ی که انگار هرگز جرأت نکرده بود درباره‌ آن صحبت کند گفت: «میل دارم به دانشگاه بروم تا بتوانم تدریس کنم.» به او گفتم که از طریق اقتدار اندیشه‌توانگر، انجام هر کاری ممکن است. این را نیز اضافه کردم که باید خودش را مستقل ببیند و به شیوه‌ی مثبت در جهت کسب تحصیلات بیشتر بکوشد و اگر واقعاً می‌خواهد معلم بشود نباید در شغل فروشنده‌گی بماند. او نیز پذیرفت که مجسم کند از پاییز دانشجوی دانشگاه است و مدام

به وفور برکت و نعمتی بیندیشد که برای برآوردن همه نیازهایش متجلی می‌شود. در پیروی از پیشنهادم که به گونه‌ی برنامه‌ریزی کند که گوئی از پاییز دانشجوی دانشگاه است، بی‌درنگ در دانشکده دلخواهش نامنویسی کرد. با دقت کاتالوگ دانشگاه را مطالعه کرد و دروس دلخواهش را برگزید و همه اطلاعات مربوط به تاریخچه دانشگاه و دانشکده‌ها و نام دروس رشته دلخواهش را از حفظ کرد.

چون به تجسم رهایی از کاری که نمی‌خواست و اشتغال به آنچه می‌خواست ادامه داد، رویدادی جالب توجه پیش آمد. نیمه تابستان خویشاوندی نزد او آمد و به او گفت مدتی است که او را زیر نظر گرفته و احساس می‌کند که استعداد او بسیار بیشتر از آن است که در شغل کنونی اش کار کند. آنگاه خویشاوند به او پیشنهاد کرد که به او کمک مالی کند تا از همان پاییز به دانشگاه برود. مرد جوان نیز در کمال شادی راز دل و امید و آرزویش را با خویشاوند در میان گذاشت و خویشاوند نیز از دوران‌اندیشی خود خوشحال شد.

اخیراً آن مرد جوان به من گفت که تا چند ماه دیگر فارغ‌التحصیل می‌شود. همه اینها از آن جهت پیش آمد که جرأت کرد در اندیشه اش مستقل شود و موهبتی عظیم را ممکن بداند.

به جای اینکه تحت تأثیر زندگی این لحظه خود قرار بگیری، از هم اکنون مدام به تصاویر زندگی دلخواهتان بیندیشید و بینش استقلال مالی را برای خودتان و عزیزانتان بپذیرید. اما رؤیاهای عظیم استقلال مالی‌تان را برای خود نگاه دارید و بی‌درنگ هر کار کوچک یا بزرگی را

که می‌تواند به تجلی رؤیاهای عظیمتان کمک کند آغاز کنید.

بگذارید فنی ساده و عملی را که از همین امروز می‌تواند کمکتان کند تا توانگرتر شوید به شما بیاموزم. اگر به این تمرین ادامه بدهید حتماً می‌توانید شاهد توانگری افزون‌تر و استقلال مالی شوید! اما این فن: قدما معتقد بودند که در رقم «ده» قدرت جادویی افزایش وجود دارد. از این رو، از هم اکنون هرگاه به پول می‌اندیشید — خواه این پول درآمدتان باشد و خواه پولی که می‌پردازید و خواه مبلغ چک یا موجودی کیف پول یا پس‌انداز یا سهام و سایر سرمایه‌گذاریها — ذهناً مجسم کنید که ده برابر آن مقدار به سوی شما بازمی‌گردد. این فن فرح‌انگیز و سحرآسا برای افزایش پول است.

مثلاً به کیف پولتان نگاه می‌کنید و می‌بینید که ۵ دلار در آن است. به آن نگاه کنید و بگویید: «سپاس می‌گزارم که این پنج دلار نماد جوهر بیکران کائنات است. سپاس می‌گزارم که ده برابر آن: ۵۰ دلار در راه است و بی‌درنگ از راههایی عالی و بی‌نظیر به سوی من می‌آید.» با هر رقمی که مواجه می‌شوید آن را ضربدر ده کنید و منتظر باشید تا از راههایی شگفت‌و‌بی‌همتا به سویتان آید. به این طریق، برخلاف شیوه معمول که فکر می‌کنید به اندازه کافی ندارید، به این مسأله می‌اندیشید که چقدر دارید و چقدر به سویتان می‌آید. با ده برابر کردن پولتان، ذهنتان خودبه‌خود به جای تنگدستی به توانگری می‌اندیشد. چون ذهن به ارقام معین فوراً پاسخ مثبت می‌دهد، گویی زمین و آسمان دست به دست هم داده‌اند تا همه پولها را به مسیر شما بکشانند.

به مبلغ باقی مانده دست‌چک خود نگاه کنید. شاید ۵۰ دلار باشد. به جای اینکه فکر کنید: «برای پرداخت قبضها و صورتحسابها کافی نیست.» اندیشه‌تان را عوض کنید و بگویید: «این تنها نمادی از جوهر غنی کائنات است که تماماً در اختیار من است. سپاس می‌گذارم که ده برابر این مبلغ، یعنی ۵۰۰ دلار در راه است و بی‌درنگ به سوی من می‌آید تا همه نیازهایم را برآورد.» اول ماه که قبضها و صورتحسابها سرزیر می‌شود فکر نکنید: «این ماه پرداخت این قبض ۲۰ دلاری خیلی زیاد است. باید هرطور شده هزینه‌هایمان را پایین بیاوریم.» این اندیشه را جانشین آن کنید: «این ۲۰ دلار تنها نمادی از جوهر غنی کائنات است که اکنون در اختیار من است. سپاس می‌گذارم که ده برابر آن، یعنی ۲۰۰ دلار هم اکنون در راه است و فوراً به سوی من می‌آید تا هر تعهد مالی بی‌درنگ و به‌طور کامل با جوهر غنی کائنات پرداخت شود.»

پس از اینکه ذهناً پولاتان را ده برابر کردید، اگر نیازی دارید یا باید تعهدی مالی را به انجام برسانید، بسیار نیکوست که با آنچه در اختیارتان هست به برطرف کردن آن نیاز بشتابید. با این کار، برای سرزیر شدن مبلغ ده برابر راه می‌گشایید. با هر پولی که بیرون می‌فرستید، برای دریافت ده برابر آن راه می‌گشاید.

هر بار که با معامله‌یی مواجه می‌شوید فوراً آن مبلغ را ضربدر ده کنید و سپاس بگذارید که بی‌درنگ ده برابر آن برای مصارف شخصی خودتان به سویتان بازمی‌گردد. این سریع‌ترین و مطمئن‌ترین و فرح‌انگیزترین راه برای فارغ‌التحصیل شدن و گرفتن دکترا در رشته‌اندیشه‌توانگر است.

خانم فروشنده‌ی وقتی در یکی از سخنرانی‌هایم درباره‌ی این اصل توانگری شنید تصمیم گرفت که بی‌درنگ آن را به کار گیرد. شبی که درباره‌ی این اصل شنید تنها یک دلار نوبی جیبش پول داشت. یک دلار را بیرون آورد و به آن نگاه کرد و فکر کرد: «ده برابر این مبلغ بی‌درنگ به سوی من می‌آید.» پس در پایان سخنرانی، آن یک دلار را در کمال محبت و حق‌شناسی به من هدیه کرد. فردای آن روز هر کالایی را که می‌فروخت ذهنماً ضریب ده می‌کرد. نتیجه‌اش این شد که او در آن روز بیش از همه‌ی فروشندگان دو طبقه‌ی دیگر آن فروشگاه جنس فروخت. آن شب وقتی به خانه رسید در صندوق پستی اش دو چک ۵ دلاری یافت که هدایایی کاملاً غیرمنتظره بودند. پس نه تنها یک دلار به ده دلار بدل شده بود، بلکه به یمن قدرت جادویی رقم ده، میزان فروش او نیز ده برابر شده بود.

هرگاه ده برابر کردن پولتان را آزمودید و در ذهنتان استقرار یافت می‌توانید گامی فراتر بگذارید و آن را ضریب صد کنید. پزشکی برایم تعریف کرد که وقتی در یکی از سخنرانی‌هایم درباره‌ی قدرت جادویی رقم ده شنید فکر کرد: «چرا رقم صد را امتحان نکنم؟ صد که ده برابر ده است و حتماً ده برابر آن قدرت دارد.» پس در پایان سخنرانی، در کمال محبت و قدردانی یک دلار به من هدیه کرد و اندیشید: «می‌بخشایم تا قانون دریافت را بیدار کنم. منتظرم که بی‌درنگ صد برابر آن، یعنی صد دلار را دریافت کنم. سپاس می‌گزارم که این صد دلار

فوراً و از راههایی عالی پدیدار می شود.» بعد از ظهر روز بعد، خانمی وارد مطب او شد و یک چک صد دلاری به دستش داد و گفت: «به شما مقروض نیستم چون تازگی نزد شما نیامده ام. اما بابت کمکهایی که اخیراً به خویشاوندانم کرده اید آنقدر ممنونم که می خواهم این صد دلار را به شما هدیه بدهم. همه خویشاوندانم به یمن درمان مؤثر شما سلامت کامل خود را باز یافته اند.»

کدبانویی پس از شنیدن قدرت جادویی رقم ده دریکی از سخنرانیهام، مانند این پزشک تصمیم گرفت که به جای ده پولش را ضربدر صد کند. دو روز نگذشته بود که از یکی از همکارانش که از مدتها پیش به او مقروض بود یک چک صد دلاری گرفت!

فَنَ به این سادگی می تواند شما را از اندیشه کمبود و تنگدستی برهاند و گرایشتان را کاملاً عوض کند تا به راستی معتقد باشید: «این عالمی غنی و سرشار از وفور نعمت برای من و توست.»

علاوه بر ده برابر یا صد برابر کردن پولتان یا ارقامی که با آنها مواجه می شوید، پیشنهاد می کنم مدام به تصویر زندگی دلخواهتان بیندیشید. روزنامه ها و مجلاتی را بخوانید که سرشار از تصاویر و تبلیغات لباسهای زیبا و چشمگیر و خانه های فاخر و شکوهمند و تفریحات دلنشین و پرتجمل و همه چیزهایی است که آرزومند تجربه اش هستید. بی وقفه تصاویر ذهنی و درونی زندگی دلخواهتان را بسازید و بسازید و بسازید!



کاخ‌های بسیار بلند و عاری از اضطرابهای مالی بنا کنید؛ تصویر سفرهای خیال‌انگیز و سرگرمی‌های دلپذیر و توفیقاتی ارزشمند و دوستان و معاشرانی سازگار و موافق. برای پرورش استعدادها و توانایی‌هایتان، مطالعه کتابهای سودمند در آن رشته را آغاز کنید. به سازمان‌های بیندیشید که مشتاق کمک به آنها هستید. به کارهای نیکی بیندیشید که آرزو می‌کنید پس از به دست آوردن ثروت و دولت، آن خدمات را به انجام برسانید.

برای عزیزانتان نیز تصویر ذهنی استقلال مالی را بنا کنید. به چشم دلتان همه جهان را ثروتمند و دولتمند ببینید. خودتان را و توده‌های مردم را از هر آنچه غنی و توانگر نیست، آزاد و رها کنید. میلیون‌ها تن از مردم در سراسر دنیا اسیر جنگ و جنایت و جرم و بیماری و بی‌خدایی هستند، زیرا از روی جهل می‌پندارند که شوکت و استقلال مالی شان برون از خودشان و منوط به وجود دیگران است. این نادانی و اعتقاد مخرب و نادرست را از ذهن دیگران و خودتان پاک کنید. در کمال جرأت و شهامت به این حقیقت پر جلال ایمان بیاورید که استقلال مالی یکی از حقوق و موهبت‌های خداداد برای همهٔ ابناء بشر است، که شما می‌توانید از طریق گرایشها و کنشها و واکنش‌هایتان به تجلی درآورید.

البته برای انتظار و استقرار استقلال مالی در زندگیتان باید مطالعهٔ موضوعات مربوط به اقتصاد و دارایی و سرمایه‌گذاریها و امور مالی را نیز آغاز کنید. همچنین هر روز باید برای استقلال مالی دست به دعا بردارید. این را نیز دریابید که اسیر چرخ کار روزانه‌تان نیستید، زیرا شما بردهٔ پول یا مال و منال این دنیا نیستید، شما فرزند تابناک خدایی هستید

که صاحب و آفریدگار و فوربرکت و نعمت همه کیهانها و کائنات است. اما برای کسب استقلال مالی و اندیشه توانگر برپایه بی ثبات و استوار، باید ده گامی را که بخت بلند و خوش اقبالی می آورد با شما در میان بگذارم:

۱) با ذهنی آرام و خاموش، غرق در مراقبه و مکاشفه، در ژرفای سکوت باطن، از پدر مهربان آسمانی خود بپرسید که چرا نباید به استقلال مالی دست یابید. (این کار هرگونه عدم اطمینان را از ذهنتان می زداید، زیرا شک و تردید مسبب تأخیر توفیق و کامیابی شماست.)

۲) پس از تصمیم برای رسیدن به استقلال مالی و احساس آرامش که دستیابی به آن حق مسلم شماست، از بالاترین درجه استقلال مالی که آرزومند تجربه اش هستید، برای خود تصویر ذهنی بسازید. ذهناً تصویر درآمد دلخواه و شیوه زندگی مورد علاقه تان را بنا کنید. تا حد امکان همه جزئیات را در تصویر دلخواهتان بگنجانید. هرچه بیشتر به آن بیندیشید، تصویر ذهنتان دقیق تر خواهد شد. به خانه دلخواه و لباسهای مورد علاقه و فعالیت‌های مورد نظرتان و مکانهایی بیندیشید که می خواهید ببینید.

۳) از آنچه خودتان به راستی می خواهید تصویر ذهنی بسازید، نه از آنچه دیگری برای شما می خواهد، یا آنچه احساس می کنید وظیفه تان است که بخواهید؛ اینها آنچه خودتان می خواهید نیستند. تنها از آنچه خودتان به راستی می خواهید تصویر ذهنی

بسازید. بسیاری از مردم دچار زندگی نکبت بار و شکستهای پی در پی هستند زیرا مدام به جلب رضایت دیگران سرگرمند. زندگی شما هدیه و موهبتی الهی است که به شما تقدیم شده است تا خودتان زندگیش کنید، نه اینکه دیگری آن را برای شما زندگی کند. تنها چیزهایی که خودتان صمیمانه و صادقانه می خواهید می تواند شادمانتان کند. بر این اساس، تصاویر ذهنی تان را بنا کنید، نه بر پایه یی دیگر.

۴) درباره طررحای درونی تان به هیچ کس چیزی نگوئید، زیرا دیگران همواره می توانند به شما بگویند که به نظرشان شما چگونه باید زندگی کنید اما هرگز نمی توانند با موفقیت آن را برایتان زندگی کنند. برنامه هایی که برای موفقیت خود در نظر دارید نزد خودتان نگاه دارید. آنها را پراکنده و متلاشی نکنید یا در معرض اندیشه دیگران قرار ندهید. وقتی درباره آنها صحبت می کنید این مجال را به وجود می آورید که دیگران تکه پاره اش کنند.

۵) طبق احساسات نخستین گامها را به سوی استقلال مالی تان بردارید. هر کار کوچک یا بزرگی را که در شما این احساس را به وجود می آورد که پیشاپیش در راه استقلال مالی تان هستید به انجام برسانید. برای خود زمانی تعیین کنید و برنامه هایی شش ماهه و یک ساله و دو ساله را در نظر بگیرید، تا در این مدت به هدفهایتان برسید. تعیین کنید که در چه تاریخی می خواهید به استقلال مالی کامل دست یابید.

۶) اگر اوضاع بی درنگ بروفق مرادتان نچرخید و فوراً نتایج دلخواهتان را به دست نیاوردید، مضطرب و برانگیخته و آزرده نشوید. نخواهید که به زور یا از روی شتابزدگی تصویر ذهنی تان را به اجرا درآورید. ذهن مضطرب و برانگیخته و آزرده که با زور و فشار و شتابزدگی عمل کند ثمراتی خوشونت آمیز به بار می آورد. چنین ذهنی رضایت نمی آورد و تنها ثمره اش دلسردی و تخریب خواهد بود.

۷) به جای توجه به اینکه دیگران چه می گویند یا چه فکر می کنند، آرام و خاموش به تصاویر ذهنی استقلال مالی تان ادامه بدهید و ببینید که از چه راه باید آنها را به تجلی درآورید. مدام به یاد آورید که از طریق اندیشه توانگری با جوهر غنی کائنات سرگرم کارید که نمی تواند شکست بخورد، زیرا قوانین کائنات شکست ناپذیر است. از این رو، چون مدام به آن می اندیشید و به سوی آن پیش می روید، هیچ چیز نمی تواند کامیابی شما را از تجلی بازدارد.

۸) دریابید به محض اینکه آرزوی استقلال مالی در دلتان بیدار می شود، همه رویاهایتان پیشاپیش در عرصه ذهنی به حقیقت پیوسته اند. از این رو، موهبت عظیم شما پیش از تجلی همان قدر از آن شماست که پس از تجلی. پس ندا دردهید: «ای جوهر الهی، از راه عالی و بی همتایت، هم اکنون مرا به خواسته ام برسان! یا بگویند: ای جوهر الهی، از هر راهی که خودت صلاح می دانی اکنون این خواسته را برآورده کن! زیرا

هم اکنون آن به من تعلق دارد و به سرعت از راههایی دلپذیر و رضایت‌بخش پدیدار می‌شود.» هرگز نگویید: «این محال است و پیش نمی‌آید.» بگویید: «این یا چیزی بهتر از این برای من متجلی می‌شود.»

۹) به خاطر آورید که اگر دیگران توانسته‌اند به استقلال مالی دست یابند، پس شما هم می‌توانید. هر کاری که یک نفر کرده است، بسیاری از کسان می‌توانند بکنند. هر کاری که در مقیاسی کوچک انجام یافته است می‌تواند با پشتکار و پی‌گیری و مداومت و رغبت، در مقیاسی وسیع و نامحدود نیز انجام گیرد. همه اینها به خودتان بستگی دارد.

۱۰) به یاد آورید که همه موهبتها پیشاپیش در حیطه جوهر وجود دارد. از طریق امیدی والا و آرزویی بلند، تصاویر ذهنی، و اندیشه و عمل توانگر، ارباب حیطه جوهر می‌شوید. آنگاه می‌توانید هرآنچه را می‌خواهید از آن بیرون بکشید. تاریخ جهان نشان می‌دهد که همه خواستهای ذهنی بشر برآورده شده است. شما نیز اکنون خواسته ذهنی‌تان را با کائنات مطرح کنید. به خواسته ذهنی‌تان بچسبید، که موفقیت از آن شماست!

شاید یک‌شبه پیش نیاید. اما سرانجام پیش می‌آید. اگر در کمال دل و جرأت و مداومت، منتظرش باشید و آن را مجسم کنید و ذهناً آرمان استقلال مالی را برای خودتان و همه مردمان پذیرید، حتماً پیش می‌آید. نخست ممکن است لازم باشد قدری بیشتر تلاش کنید تا بتوانید پذیرید

که کامیابی برای شما نیز ممکن است. اما ثمرات این تلاش ارزش هر اندیشه و بینش و تجسم توانگروهر تصویر ذهنی غنی شما را دارد. مدام ندا در دهید: «هر روز از هر جهت، به یاری خدا، صاحب استقلال مالی افزون تر می شوم!» مطمئن باشید که استقلال مالی نیز از راه خواهد رسید.

## فصل یازدهم

### قانون محبت و خیرخواهی

اخیراً مردی بازرگان به من گفت: «به اعتقاد من بزرگترین قانون توانگری قانون محبت و خیرخواهی است.» آنگاه برایم چند تجربه شفلی اش را تعریف کرد که به علت محبت و نیکخواهی، در میان ناهماهنگی و شکست ظاهری، ناگهان برنده شده بود.

همچنین درباره یکی از مشتریهایش که زنی ثروتمند بود صحبت کرد که وقتی حالش خوش بود می شد رضایت او را به دست آورد، اما به محض اینکه روحیه اش خراب می شد نامه های شماتت آمیزی درباره شکایت از بهره معاملاتش می نوشت.

پادزهر او در برابر این زن: محبت و نیکخواهی بود. هرگاه این مشتری (یا هر مشتری دیگر) چنین عمل می کرد، او به جای تلافی کردن و انتقامجویی و حالت تدافعی، به هنگام بروز ناهماهنگی و انتقاد و برخورد، شیوه ویژه‌ی به این ترتیب تدبیر کرده بود: چند دقیقه آرام می نشست و آگاهانه اندیشه‌هایی مهرا میز را درباره شخص مورد نظر از سر می گذراند. در ذهنش مجسم می کرد که آن شخص غرق در محبت و

امنیت و آرامش و شادمانی و نیکخواهی است.

مرد بزرگان گفت گاه نتیجه کار چنان سریع و شدید بود که نفسش بند می آمد. مثلاً یک ساعت نگذشته بود که آن زن ثروتمند پیکر و افسرده از راه دور به او تلفن می کرد و عذر می خواست. اگر تلفن نمی کرد، نامه اش می رسید که تاریخ و ساعت نوشتن آن نشان می داد که درست یک ساعت پس از اندیشه مهرآمیز او بوده است.

هرگاه ناهماهنگی در معاملات با چند تن ارتباط یابد، در ذهنش به سراغ یکایک آنها می رود و برای همگی خیر و خوشی و برکت می طلبد. آنگاه مجسم می کند که هماهنگی کامل به وضعیت بازگشته است. بسیار سریع همه چیز آرام می گیرد، سوءتفاهمها ناپدید می شود، و معاملاتی موفقیت آمیز صورت می گیرد.

به کاربردن این شیوه در آغاز و پایان هر روز بسیار سودمند است. وقتی به سراسر آن روز می اندیشید، در کمال دل و جرأت همه تلخیهای آن روز را از ذهنتان بیرون برانید. همه کسانی را که در آن روز با آنها در ارتباط بوده اید سرشار از مهر و محبت و تفاهم و هماهنگی مجسم کنید. این را بیازمایید تا از شیوهی که آنها برای جبران گرایشهای پیشین خود در پیش می گیرند به شگفت آید.

جرأت به خرج دهید تا روزتان را با برنامه ریزی ذهنی رویدادهای آن روز آغاز کنید و به چشم دل ببینید که رویدادهایی دلپذیر و هماهنگ و موفقیت آمیز خواهند بود. بسیار زودتر از آنچه بتوانید تصور کنید توانگری و شادمانی و آرامش را تجربه خواهید کرد. معمولاً اگر نخستین ساعات روز را با تجسم رویدادهایی موفقیت آمیز آغاز کنید، شب مجبور به حذف



خاطره‌بی ناخوشایند نخواهید بود.

اگر از همه قوانین توانگری باخبر باشید اما نتوانید با دیگران در کمال هماهنگی زندگی یا کار کنید، هیچ کدام از این قانونها به دردتان نخواهد خورد. آمار نشان می‌دهد که تنها ۱۵ درصد از کامیابی انسان به توانایی فنی او مربوط است و ۸۵ درصد باقی مانده به توانایی کنارآمدن انسان با مردم ارتباط می‌یابد.

محبت و خیرخواهی، بر توانایی کنارآمدن با مردم می‌افزاید؛ و هر اندازه بر آن تأکید کنیم زیاده نگفته‌ایم. شاید فکر کنید علت اخراج بیشتر کارمندان بی‌کفایتی یا دیز حاضرشدن در سر کار یا عدم صداقت است، اما مدیران امورپرستلی متفقاً معتقدند که بیش از دوسوم کسانی که کارشان را از دست می‌دهند به این دلیل است که نمی‌توانند با مردم کنار بیایند. تقریباً ده درصد از اخراجها به علت بی‌کفایتی در کار یا عدم مهارت موردنیاز است. مابقی اخراجها به دلیل مشکلات شخصیتی کارمندان صورت می‌گیرد.

آیا از قدرت محبت و خیرخواهی یا کنارآمدن با مردم به شگفت می‌آیید؟ پس بگذارید به شما بگویم که اگر نتوانید با دیگران کنار بیایید، همه تحصیلات و آموزشها و تواناییها و استعدادها و تلاشهایتان بیهوده است.

کتاب مقدس می‌گوید که «عشق هرگز شکست نمی‌خورد»، و محبت معادل انجام شریعت است. «ای حبیان یکدیگر را محبت نمایم زیرا که محبت از خداست. و هر که محبت می‌نماید از خدا مولود شده است و خدا را می‌شناسد. و کسی که محبت نمی‌کند خدا را نمی‌شناسد زیرا

خدا محبت است. اگر یکدیگر را محبت نماییم خدا در ما ساکن است و محبت او در ما کامل شده است. اگر کسی گوید که خدا را محبت می‌نمایم و از برادر خود نفرت کند دروغگو است زیرا کسی که برادری را که دیده است محبت ننماید چگونه ممکن است خدایی را که ندیده است محبت نماید.» (باب چهارم رساله اول یوحنا ی رسول). در باب بیست و دوم انجیل متی می‌خوانیم که عیسی مسیح در جواب فقیه که از او می‌پرسد: «ای استاد کدام حکم در شریعت بزرگتر است؟» پاسخ می‌گوید: «اینکه خداوند خود را به همه دل و تمامی نفس و تمامی فکر خود محبت نما. این است حکم اول و اعظم. و دوم نیز مثل آن است یعنی همسایه خود را مثل خود محبت نما. تمام کتب انبیاء به همین دو حکم متعلق است.» محبت قانونی است که سلامت و سعادت و شادمانی و هماهنگی و همه گونه کامیابی را برای آدمی به ارمغان می‌آورد. محبت دارای اقتداری بیکران است، زیرا محبت قدرت وحدت بخش کل کائنات است. حتی قانون جاذبه زمین نمایانگر محبت است. محبت نیرویی است که توازن و تعادل و انطباق و هماهنگی می‌آورد و بی وقفه در عالم سرگرم کار است. از این رو، محبت می‌تواند کارهایی را برایتان به انجام برساند که هرگز از طریق قدرت بشری خودتان قادر به انجام آنها نخواهید بود.

جامعه‌شناسان مشهور جهان در دانشگاه هاروارد پژوهشی درباره قدرت محبت به انجام رسانده‌اند. این مرکز بررسی که زیر نظر کارآزموده‌ترین متخصصان و دانشمندان سرگرم کار بوده است، به کشفیات جالب توجهی از این قبیل دست یافته است که محبت را نیز

مانند هر توانایی دیگری می‌توان در انسان پرورش داد! این یافته‌ها نشان می‌دهند که هیچ دلیلی وجود ندارد که نتوان محبت را نیز مانند دیگر نیروهای طبیعی ایجاد کرد.

اما چگونه می‌توان محبت را ایجاد یا تولید کرد؟ با این دریافت که محبت هم شخصی و هم غیرشخصی است. در سطح شخصی می‌توان محبت را به صورت حسّ تمهد و ملایمت و مهربانی و تأیید و تحسین نسبت به افراد خانواده یا حلقهٔ دوستان نزدیک ایجاد کرد و نشان داد.

اما محبت در سطح غیرشخصی یعنی توانایی کنارآمدن با مردم یا نیکخواهی برای دیگران بدون وابستگی شخصی. به این منظور، در دلتان تکرار کنید: «بدون هیچ گونه وابستگی، همهٔ مردم را دوست دارم و همهٔ مردم دوستم دارند.»

پزشکی چینی که اکنون در مالایا زندگی می‌کند علاقه‌مند است که قدرت محبت غیرشخصی را به مردم بیاموزد تا برای درمان همهٔ دردها و بیماریهایشان از آن استفاده کنند. او بیش از ۱۵۰،۰۰۰ نسخه از مطلبی را که در این باره نوشته است در اختیار مردم گذاشته است. او در نوشته‌اش از صاحبان همهٔ نژادها و فرقه‌ها و دینها و آیینها دعوت می‌کند که روزی پنج دقیقه آرام با چشمان بسته بنشینند و هر روز سه ساعته معین به عبارت «عشق الهی» بیندیشند. او معتقد است که در محبت قدرتی هست که هماهنگی و عدالت و آرامش و صلح جهانی می‌آفریند. اگر از دیدگاه تحلیلی به محبت بنگرید می‌بینید که زندگی فرایند داد و ستد محبت است و آنان که در جریان و سیلان محبت زندگی

نمی‌کنند، کمبودش را به صورت مشکلات ذهنی و جسمی و دشواریهای زندگی تجربه می‌کنند. با پرورش آگاهانهٔ محبت می‌توانید به مسیر موهبت‌های نیکوی زندگی بیفتید و به دیگران نیز کمک کنید تا تجربه‌اش کنند.

آیا اعجاب‌انگیز نیست اگر مانند دانشمندان دانشگاه‌ها وارد دریابیم که برای یافتن عشق لازم نیست به بیرون از خویش بنگریم یا منظر آینده‌یی دور باشیم؟ از هم اکنون می‌توانید آگاهانه عشق به خدا و عشق به خود و عشق به نوع بشر را در وجود خودتان بیافرینید. بی‌تردید ثمره‌اش را به صورت تجلیات کامل و بی‌همتای عشق به سوی زندگیتان جلب می‌کنید.

دریافته‌ام بسیاری از مردم بابت نیازشان به عشق و محبت، احساس گناه می‌کنند و می‌پندارند که باید این آرزو را سرکوب کنند. اکنون زمان این دریافت رسیده است که عشق را باید از درون به بیرون فرستاد؛ به سوی خدا، به سوی خودتان و به سوی هموعانتان. پدر آسمانی تنها کاری را می‌تواند برایتان بکند که از طریق وجودتان امکان‌پذیر باشد. اندیشه‌ها و احساسها و امیدها و آرزوهای خودتان عشق و محبت را می‌زاید. وقتی آگاهانه و از روی تعمد، ابراز عشق و محبت کنید هزاران برابر به سویتان بازمی‌گردد.

آگاهانه عنان اندیشه‌ها و احساساتان را به دست بگیرید و آگاهی از محبت غیرشخصی را آغاز کنید و یقین بدانید که سریع‌ترین راه ممکن برای حل مشکلات خودتان و قدرتمندترین شیوه برای کمک به نوع بشر

است، و انجام آن نیز بسیار ساده.

هر روز آگاهانه چند دقیقه را به آفرینش محبت بگذرانید. در این چند دقیقه، به تأکید بگویید: «اکنون به یاری خدا، آگاهانه و شادمانه، عشق الهی را در خودم و جهانم و زندگانی همه انسانها می‌گسترانم.» هر روز بخواهید که عشق الهی در وجودتان زنده شود. ذهناً مجسم کنید که موجودی سالم و توانگر و تابناک و نوری و هماهنگ و متبرک و نامحدود و آزاد و رها هستید. آرام این تصویر ذهنی را دوست بدارید و در دلتان تکرار کنید: «اکنون می‌گذارم که عشق الهی در من بیدار شود.»

زمانی که آگاهانه به آفرینش عشق می‌پردازید: محبت را به سیمای نوری درخشان ببینید که شما را در آغوش می‌گیرد و روشن و تابناک‌تان می‌کند و به شما تعالی می‌بخشد. ببینید که محبت در یکایک یاخته‌های وجودتان نفوذ می‌کند. اگر در زندگیتان نقاطی تاریک هست، ببینید که در پرتو عشق الهی روشن و زنده و تابناک می‌شوند.

به هنگام مراقبه، اندیشه و احساس و تصویر نورانی عشق و محبت را بر وجود خودتان و جهانتان ببارانید. خویشتن دوستی کوچکترین اشکالی ندارد. تا خودتان را دوست نداشته باشید نمی‌توانید دیگران را نیز به راستی دوست داشته باشید یا اقتدار ناشی از عشق را به سوی آنها بفرستید. محبت از خانه شروع می‌شود: از درون خودتان. علم روانپزشکی بر نیاز خویشتن دوستی و تأیید خود تأکید می‌ورزد. وقتی عیسی مسیح گفت: «خداوند خود را به همه دل و تمامی نفس و تمامی فکر خود محبت نما،» (انجیل متی، ۲۲: ۳۵) مرادش محبت به ذات خداگونه

آدمی و فطرت راستین خویشش و همچنین عشق به آفریدگار کائنات بود. در کمال شهامت، آگاهانه خودتان و زندگیتان و امورتان را و هر ذرهٔ نیکی را که در دیگران می بینید دوست بدارید. به ویژه در مدت زمان آفرینش محبت، به اندامهایی که تشنهٔ شفا هستند، در کمال دل و جرأت محبت کنید. در کمال شهامت، اوضاع و شرایط دشوار زندگیتان را دوست بدارید. به وضعیت نامطلوب بیندیشید و ندا در دهید: «بادا عشق الهی هم اکنون در توزنده و متجلی شود.»

وقتی احساس کردید همهٔ وجودتان از تصویر ذهنی دلپذیر یا نور رضایت بخش عشق سرشار شده است می توانید یقین بدارید که در تولید بزرگترین قدرت عالم یا عشق موفق بوده اید و این عشق در همهٔ جنبه های ذهن و زندگی و تن و امورتان خواهد تابید. نور عشق به سیمای نیرو و انرژی بیشتر، آرامش خاطر افزون تر، تسلط و توازن چشمگیرتر، اقتدار و زیبایی تازه، توانگری و هماهنگی و موهبت های نو در همهٔ زمینه های زندگیتان متجلی خواهد شد.

پژوهشگران دانشگاه هاروارد دریافته اند که آدمی می تواند انسانها و اوضاع و شرایط را زیر قدرت سحرآسای عشق و محبت بمباران کند و از این طریق، دگرگونیهای اعجازآمیز بیافریند. همچنین پیشگویی کردند که بزودی تجویز جهانی علاج همهٔ بیماریها «روی نمودن به سوی عشق و محبت» خواهد بود.

اخیراً دوستی برایم تعریف کرد که در تمرینهای مراقبهٔ روزانه اش مجسم کرده است که زیباتر و نورانی و تابناک شده است؛ و در مدت

آفرینش محبت نیز به چهره اش عشق ورزیده است. اکنون بی آنکه کسی بداند که او چنین کرده است، همه به او می‌گویند صورتش شفاف‌تر و روشن‌تر شده است. اخیراً سخنرانی ضمن صحبت گفت که جسماً احساس خستگی می‌کند. ناگهان به یاد آورد که در تمرین مراقبه اش به جسمش عشق بورزد. به محض انجام این کار، بدنش بی‌درنگ پاسخ مثبت داد و احساس سرزندگی و نیرو و طراوت به او بازگشت.

نه تنها مراقبه بر محبت نیکوست، در طول روز نیز به هنگام رویارویی با همه چیز در دلتان بگویید: «بادا عشق الهی در تو تجلی یابد!» به لباسی که به تن می‌کنید، به اتومبیلی که سوارش می‌شوید، به فنجانی که در آن چای می‌نوشید، به قلم و کاغذ و صندلی و میز تحریری که در خانه یا اداره به آن دست می‌زنید، به قبض برق و تلفن یا هر صورت‌حسابی که می‌پردازید، به پول یا درآمدی که دریافت می‌کنید، در همه چیز آگاهانه عشق الهی را زنده کنید. حتی برای جاهای خالی زندگیتان یا موهبت‌هایی که طلبیده‌اید و هنوز پدیدار نشده‌اند، برای همه چیز و همه کس عشق الهی بطلبید.

گویی زمین و زمان به اندیشه محبت آمیز پاسخ مثبت می‌دهد. به هر که سراسر روز می‌بینید — دوست و بیگانه و خویشاوند — آرام و خاموش در دلتان بگویید: «بادا عشق الهی در تو زنده شود.»

اخیراً خانمی منشی برایم تعریف کرد که چون کارها را آسان می‌گیرد، بیشتر کار اداره را که معمولاً وظیفه دو خانم منشی دیگر است روی سر او می‌ریزند. حال آنکه از دو منشی دیگر هم تحسین و تمجید

بیشتری به عمل می‌آید، هم حقوق بیشتری می‌گیرند. بارها کوشیده بود با رئیسش صحبت کند و به او بگوید که این گونه اضافه کار منصفانه نیست، اما انگار گوش او بدهکار نبود. در منتهای نوبت نزد من آمد تا بپرسد که آیا کارش را ترک کند - که معمولاً مطلوب‌ترین و آسان‌ترین کار است - یا اینکه به کارش بچسبد و از طریق دیگری مسأله‌اش را حل کند.

به او پیشنهاد کردم این عبارت تأکیدی را تکرار کند: «بادا هم اکنون عشق الهی در تو متجلی شود.» این را نیز خاطر نشان کردم که لازم نیست برای جلب رضایت دیگران به هیچ گونه سازش یا تلاشی تن دهد، زیرا نشان دادن هر نوع ضعف یا احساس عدم امنیت فقط به نارضایی و بد رفتاری افزون‌تر دامن می‌زند. حال آنکه او باید از وجودش آرامش و اقتدار و توازن و ثبات درونی و استحکام بیشتر درباره کارهایی که خواهد کرد یا نخواهد کرد ساطع کند. زیرا به محض انجام این کار، همکاران نیز در کمال آرامش و توازن و ثبات درونی به او پاسخ خواهند گفت.

یک هفته نگذشته بود که وضع شروع به تغییر کرد. همکارانش به گرایش تازه او با احترام پاسخ گفتند و از تحمیل کارشان به او دست کشیدند و خود به انجام کارهایشان پرداختند. رفتار رئیسش نیز عوض شد و توجه و مهربانی بیشتری نسبت به او نشان داد. بتدریج هماهنگی و نیکخواهی جانشین فشار و کینه و حسد پیشین شد.

الا ویلر ویل کاکس<sup>۱</sup> گفته است که معیار خدا برای سنجش روحها،

1) Ella Wheeler Wilcox



میزان توانایی آنها در خرسندساختن بهترین فرشته اش، یعنی عشق است. به راستی که عشق شکست نمی شناسد.

مردی چند بار تحت پیگرد قانونی قرار گرفته بود و داروندارش را از دست داده بود و مدام می گفت بلایی که سرش آوردند ناعادلانه و غیرقانونی است. تکیه کلامش نیز این بود: «واقعاً که عدالت وجود ندارد.» آنگاه نزد مشاوره معنوی رفت که به او گفت برای اصلاح این وضع از قدرت عشق الهی بهره جوید تا بتواند گرایشها و واکنشهای درست عاطفی را در خود ایجاد کند. پس تکرار این عبارت تأکیدی را به او توصیه کرد: «من در حمایت قانون عشق زندگی می کنم، و عشق همواره پیروز خواهد شد.»

پس از آغاز این گونه تفکر، درباره همه جنبه های آن وضعیت احساس بهبود کرد. خصومت و عداوت و نفرت و انزجار و میل به انتقامجویی را از دست داد. ناگهان موقعیتی پیش آمد که بتواند در حق حریف قانونی اش لطفی بزرگ و راستین بکند. او نیز چنین کرد و پس از انجام لطف، احساس بهبودش افزون تر شد. چون گرایش خودش رو به دگرگونی گذاشت، دریافت که گرایش حریفش نیز عوض شده است. هر دو در مواردی کوتاه آمدند و مسأله شان فوراً به خیر و خوشی فیصله یافت.

زنی در شهری بزرگ رستورانی باز کرد که قنادی هم داشت. پیش از او، کار دو نفر در همان نقطه به ورشکستگی کشیده بود. اما موفقیت او چشمگیر و درخشان بود. وقتی از او پرسیدند چگونه توانست در مکانی که

برای دیگران نکبت آورده بود به اوج کامیابی برسد، پاسخ گفت: «همه مشتریانهایم را دوست داشته‌ام و برایشان برکت طلبیده‌ام. وقتی با مشتریانهایم خداحافظی می‌کنم نه تنها از آنها می‌خواهم که بازگردند، خاموش در دل خود عشق و محبت و دعای خیرم را بدرقه راهشان می‌کنم و خالصانه برایشان توانگری و ثروت و سعادت می‌خواهم. اگر هم توی مغازه‌ام مشتری نباشد، به مردمی که در خیابان می‌گذرند به دیده مهر و محبت نگاه می‌کنم.»

با اندیشه‌های مهرآمیز در باره خویشان و دیگران، یا تکرار عبارت «عشق الهی» می‌توان آگاهانه عشق الهی آفرید. اما قدردانی و حق‌شناسی و مهریانی و تفاهم و ابراز محبت را نیز یکی از اسرار کامیابی می‌دانم. کلام مهرآمیز ثمراتی اعجازآمیز می‌آفریند: حیاتی تازه و سعادت راستین و ظراوتی طرب‌انگیز!

مردی بازرگان با تبی شدید در بیمارستان بستری شده بود و درمانهای پزشکی تب او را پایین نمی‌آورد. این مرد مدت‌ها ناراحتی قلبی داشت و می‌گفتند که بیماریش دیگر بار بازگشته است. دوستی که از قدرت شفابخش عشق و محبت باخبر بود برای عیادتش به بیمارستان رفت. بی‌درنگ دریافت که این مرد به علت رابطه نامطلوب خانوادگی احساس کمبود محبت می‌کند.

دوست دل و جرأت به خرج داد و به بیمار گفت: «خدا دوستت دارد. خدا هدایتت می‌کند. خدا راه را نشانت می‌دهد. هم خدا و هم انسانها به راستی دوستت دارند.» آنگاه دوفری خاموش در دل

خود تکرار کردند که عشق خدا در ذهن و تن و امور این مرد، به عالی ترین کار خود سرگرم است.

ناگهان گرمایی شدید در تن بیمار جریان یافت و آنگاه حرارت ناپدید شد. تب فرو نشست. فردای آن روز پزشکش گفت که قلبش به حال عادی و سلامت خود بازگشته است. اکنون از هر زمان دیگر سالم تر است و مرهم عشق، رابطه خانوادگی را نیز شفا بخشیده است.

پرستاری مسؤول مراقبت از بیماری شده بود که از چند ماه پیش دچار اختلال روانی گردیده بود. چون شوکهای الکتریکی و درمان با دارو اثر نکرد پیشنهاد شد که مدتی را در استراحت و آرامش کامل بگذراند. از این رو، او را تحت نظر پرستاری خصوصی به خانه ساحلی اش منتقل کردند.

این پرستار تکنیک آفرینش عشق و محبت در دیگران را آموخته بود. از این رو، بی درنگ دست به کار شد. هر روز آرام می نشست و بیمارش را به صورت تندرست و آرام و نیرومند و مهربان و دوست داشتی و کامل و تمام عیار و شاد و خوشبخت مجسم می کرد. وقتی همراه بیمارش کنار ساحل می رفت یا به هنگام آب تنی در دریا، مجسم می کرد که در عشق شفابخش خدا شناور شده است. در تمام این مدت، پرستار توجهش را به این اندیشه معطوف می کرد تا بیمارش را در هاله عشق خدا و قدرت شفابخش آن ببیند.

اغلب بیمار از پرستار می پرسید: «فکر می کنی که حالم خوب بشود؟ آیا واقعاً برای بهبود وضع من امیدی هست؟» پرستار نیز که از اقتدار

کلام مهرآمیز باخبر بود همواره پاسخ می داد: «عزیزدلم حالت رو به بهبود است. عشق خدا در ذهن و تن و امورت به عالی ترین کار خود سرگرم است. توبه سرعت در فرایند شفا پیش می روی.» هر روز بارها این عبارت را به بیمار می گفت. شش هفته نگذشته بود که پرستار مرخص شد، زیرا بیمار نسبت به قدرت شفابخش عشق پاسخ مثبت گفته بود.

مراقبه مهرآمیز یا ابراز محبت نسبت به کسانی که با آنها در هماهنگی هستید آسان است. اما اشخاصی که بسیار دشوار یا حتی دشمن می نمایند کسانی هستند که بیش از همه به نور عشق شما نیاز دارند. خصومت آنها خود نشانه تشنگی روح آنها برای محبت شماست. هرگاه محبت کافی نسبت به آنها ابراز دارید، ناهماهنگی ناپدید خواهد شد.

مردی بازرگان برایم تعریف کرد که برای تشمع عشق شیوهی ویژه دارد. چون کارمند دولت است کارش ایجاب می کند که با عموم در تماس باشد و به شکایاتشان رسیدگی کند. در واقع، تنها کار او این است که همه را راضی نگاه دارد! شاید انجام این کار برای همه مشکل بنماید.

اما این مرد آموخته است که محبت شکست نمی شناسد. مردم هر کاری که بکنند، او لبخند می زند. هر چه بگویند، او باز به تواضع و مهربانیش ادامه می دهد. همواره خاموش در دلش می گوید: «اختیار همه چیز در دست عشق الهی است و همه چیز نیکوست.» او می گوید وقتی مردمی که با مشکلاتشان نزد او آمده اند ترکش می کنند «از

پشت به آنها تیر عشق می زند!»

اما تیر عشق از پشت سرفایده‌یی هم دارد؟ این مرد مدعی است که به محض اینکه او عشق الهی را فرامی‌خواند، گرایش و رفتار افرادی که برای شکایت نزد او می‌آیند عوض می‌شود.

یقین دارم که این کارمند دولت باید مرد موفق‌تری باشد زیرا اخیراً مردی بازرگان نزد من آمد و ضمن صحبت گفت: «واقعاً میل دارم راز موفقیت آقای بلاک را بدانم. او همیشه غرق شادی و آرامش است و با این حال همه می‌دانیم که دشوارترین شغل این شهر را به عهده دارد.» وقتی به او گفتم که راز موفقیت او را می‌دانم بسیار خوشحال شد. به او گفتم که این مرد از پشت به مردم تیر عشق می‌زند. در چشمانش برقی جهید که دانستم خودش هم از این به بعد همین کار را خواهد کرد.

زنی در شهر کانزاس توانست با کلام مهرآمیز جانش را نجات بدهد. شبی تاریک در خیابان تریسی گام برمی‌داشت که ناگهان مردی ازدل تاریکی بیرون آمد و هفت تیرش را روی سینه او گذاشت و گفت: «کیف پولت را بده به من وگرنه خالی می‌کنم!» زن برگشت و مستقیم توی صورت مرد نگاه کرد و گفت: «تو نمی‌توانی به من آسیب برسانی. چون تو فرزند خدایی و من دوستت دارم.» مرد دوبار دیگر تهدیدش را تکرار کرد و همین پاسخ را شنید. سرانجام سرش را تکان داد و زیر لب گفت: «این زن دیوانه است!» آنگاه هفت تیرش را انداخت و پا به فرار گذاشت.

البته منظور این نیست که نوی خیابان راه بیفتید و به هر کس که

رسیدید بگویید: «دوستت دارم!» قطعاً بیشتر مردم فکر می‌کنند که نسبت به آنها نظر خاصی دارید و حتماً سوء تفاهم و شرمساری و مشکلاتی ناخوشایند پیش خواهد آمد. مردی را می‌شناسم که همین اشتباه را کرد و به تعدادی از مشتریهایش که خانم بودند گفت: «من شما را دوست دارم.» و هنوز که هنوز است سرگرم توضیح دادن به شوهر آن خانمهاست که واقعاً منظوری نداشته است.

شما باید به صورتی بسیار غیرشخصی و عام نسبت به همه توجه و تأیید و علاقه و قدردانی صمیمانه نشان بدهید. تواضع و مهربانی همواره خوشایند و دلپذیر است و می‌توانید از راه نیکخواهی محبتتان را ابراز کنید.

اخیراً رئیس روابط عمومی یک شرکت بین‌المللی برایم تعریف کرد که کار با صدها کارمند به او نشان داده است که بزرگترین نیاز آنها مهربانی است. او معتقد است که برای برآوردن این نیاز کافی است که با آنها درست رفتار شود.

علاوه بر مراقبه برای محبت و تکرار عبارات تأکیدی دربارهٔ محبت و ابراز محبت، نوشتن عبارات حاوی کلام محبت‌آمیز نیز بسیار سودمند است. خانمی شنیدم که دوستی قدیمی پشت سرش بدگویی می‌کند. انتقاد شدید و ناحق و تلفنها و دیدارهایی با این و آن تا باعث شود که این زن کارش را از دست بدهد. وقتی دربارهٔ این همه فعالیت منفی شنیدم که دامنه‌اش نیز به سرعت گسترش می‌یافت، شروع کردم به تأکید اینکه عشق الهی در این وضعیت سرگرم‌کار است. چندی نگذشت که دوستی که تازگی انتقادهای بیشتری هم شنیده بود به اصرار گفت: «این وضع

باید خاتمه پیدا کند و تو باید کاری بکنی!» تمام بعدازظهر، این زن آرام نشست و بارها نوشت: «عشق الهی هم اکنون در این وضعیت به عالی ترین کار خود سرگرم است.» و این تنها کاری بود که کرد.

چند روز نگذشته بود که از خانمی که پشت سرش بدگویی کرده بود هدیه‌ی دریافت کرد همراه با کارتی سرشار از کلماتی مهرآمیز و تحسین و تمجید فراوان. عشق الهی ورق را برگردانده بود.

تشعشع آگاهانه عشق الهی در امور کوچک روزانه که گاه می‌تواند برانگیزاننده باشد بسیار مؤثر است. چیزهایی بسیار کوچک، رویدادهایی به ظاهر ناچیز، دگرگونی‌هایی که حتی شاید به چشم هم نیایند، می‌توانند روزتان و جهانتان را عوض کنند. هرگاه بر آنها تسلط یابید، بر زندگیتان نیز مسلط خواهید شد.

بر محبت و نیکخواهی عام به اندازه کافی تأکید کرده‌ایم. اما نباید از نظر دور داشت که درون خانواده باید به طور منظم و مستقیم محبت خود را ابراز کرد. روانشناسان می‌گویند که همه نیاز به محبت و قدردانی و تحسین و تمجید و احترام دارند؛ این نیازی اساسی و میان همه انسانها مشترک است. معمولاً مشکلات خانوادگی ناشی از فقدان یا کمبود ابراز و بیان محبت است.

مثلاً اخیراً از زنی که با شوهرش اختلاف داشت پرسیدم: «آخرین باری که توی چشم شوهرت نگاه کردی و به او گفستی که دوستش داری یا فکر می‌کنی که بهترین همسر دنیا است کی بود؟» با تعجب پرسید: «یعنی برای نجات زندگی زناشویی ام باید از این حرفها

بزنم؟» گفتیم: «مگر برای به دام انداختنش از همین حرفها نزده بودی؟» زن باید به شوهرش این احساس را بدهد که موجودی مهم و خواستنی است. بازرگاناتی را دیده‌ام که با زنی جز همسرشان رابطه داشته‌اند. هرگاه از یکی از آنها پرسیده‌ام: «چرا با وجود داشتن زنی به این نازنینی و خانه و کاشانه‌یی به این زیبایی به سراغ زنی دیگر رفته‌ای؟» تقریباً بی‌ردخور این پاسخ را شنیده‌ام که: «این زن به من احساس مهم و خواستنی بودن می‌بخشد، حال آنکه زن خودم این احساس را به من نمی‌دهد.»

یکی دیگر از راههای نشان دادن محبت در زندگی زناشویی رابطه جنسی است. رابطه جنسی یکی از بخشهای حیاتی میثاق مقدس زناشویی است. اگر ژرفای مفهوم آن ادراک شود، یکی از زیباترین تجربه‌های هستی است، و می‌تواند بر عمق رابطه عاشقانه بیفزاید.

کودکان نیز مانند بزرگسالان نیاز به محبت و تحسین و تمجید دارند. اخیراً معلم علوم کلاس هفتم مدرسه‌یی در مورد دانش‌آموزان ۱۲ ساله و ۱۳ ساله کلاسهایش به آزمون جالب توجهی به این ترتیب دست زده است که از ۱۹۰ دختر و پسر خواسته است که بدون اینکه نامشان را بنویسند بزرگترین مشکل زندگی‌شان را مطرح کنند.

پسری دوازده ساله نوشته است:

برادری در سن بلوغ دارم. همه دوستانش هم در سن بلوغ هستند و همگی مرا اذیت می‌کنند. بزرگترین ناراحتی من این است که نسبت به همه کسانی که در سن بلوغ هستند حساسیت



دارم. حالا باید چه کار کنم؟

دانش آموز دیگری نوشته بود:

پدر و مادرم هرچه بخواهم به من می دهند. چیزهایی مثل لباس و پول و هدیه. اما هیچ وقت فرصت ندارند که بنشینند و با من صحبت کنند. دوستانم به من می گویند که خیلی خوشبختم که چنین پدر و مادر سخاوتمندی دارم. اما من ترجیح می دهم که آنها به جای پولشان وقتشان را صرف من کنند.

به هنگام مشاوره با پدران و مادرانی که برای شکایت از «کودکان عاصی» نزد من می آیند بی درنگ درمی یابم که گرایش والدین نسبت به کودک نادرست و عصیانگر است و اگر این گرایش عوض شود، رابطه مطلوب به وجود می آید. اخیراً مرد بازرگان بسیار موفقى نزد من آمده بود تا از رفتار ناسازگار پسر نوجوانش گلگه کند. این مرد دو پسر داشت که یکی از آنها دقیقاً همان شده بود که پدر آرزو داشت: پسری مطیع و سربراه و پرمهر و محبت. اما دیگری نافرمان بود و نمی خواست زیر بار خواسته های پدر برود.

پسر کوچکتر که نافرمانی می کرد طبیعتی بسیار خلاق داشت و به عالم هنر و موسیقی و نویسندگی علاقه مند بود. اما پدر علائق هنری پسرش را به باد ملامت می گرفت و نمی خواست بفهمد که این استعدادها هدایا و عطایای خدا به اوست. وقتی به پدر گفتم که کوچکترین ایرادی در پسرش نمی بینم و او موجودی مستقل است که فطرتی متفاوت از

برادرش دارد، انگار باری را از دوش پدر برداشته باشم. قول داد که او نیز قدر تواناییهای خلاق و هنری پرش را بداند. بعداً همین پدر پرش را تشویق کرد که رشته هنری بخواند. به این ترتیب، آرزوی دیرینه پرش جامه عمل پوشید.

یکی از زیباترین کارهایی که می‌توانید در حق بچه‌ها بکنید — خواه فرزند خودتان و خواه فرزند دیگری — این است که مدام در دلتان برایشان تکرار کنید: «من تو را به دیده محبت می‌نگرم و جلال و کمال الهی تو را تحسین می‌کنم. تو فرزند خدایی و خدا دوستت دارد. هم اکنون عشق الهی در تو و از طریق تو و برای تو متجلی می‌شود.»

کودکان نیز مانند بزرگسالان تشنه قدردانی صمیمانه و تحسین و تشویق هستند. تمجید و تشویق همان اندازه برای کودک ضروری است که ویتامین یا داروی تقویت. کودکی را می‌شناسم که در مدرسه ناسازگاری نشان می‌داد. مادر که از دست پرش ذله شده بود با روانپزشک قرار ملاقاتی گذاشت. تصادفاً مادر را دیدم و او نیز ضمن صحبت درباره پرش با من گفتگو کرد. من حساسیت و خلاقیت پرش را به مادر گوشزد کردم. توضیح دادم متفاوت بودن او که تا این اندازه موجب ناراحتی مادر شده است می‌تواند کلید کامیابی او برای آفرینش آینده‌ی درخشان باشد. توصیه کردم به جای این همه دویدن یا خود را در کار بیرون از منزل غرق کردن، زمانی را به صحبت روزانه با پرش اختصاص دهد تا از آنچه در ذهن او می‌گذرد باخبر شود و گرایشهای درست و

پیشرفت‌هایش را تحسین و تمجید کند.

او نیز بی درنگ شروع به قدردانی صمیمانه و تحسین و تمجید روزانه از پسرش کرد. ناگهان استعداد موسیقی چنان در پسرش شکوفا شد که پس از شش ماه از او خواستند که در شهرشان کنسرتی بدهد. البته قرار ملاقات با روانپزشک نیز لغو شد.

این بدان معنا نیست که برای اصلاح رفتار نادرست یا گرایش‌های منفی یا منضبط کردن کودکان کاری نکنید. باید در شیوهٔ نظمی که در پیش می‌گیرید محکم اما سرشار از مهر و محبت باشید. شیوه‌ی که برای ایجاد نظم و تربیت انتخاب می‌کنید باید به تعالی و کمال بینجامد، نه به عصیان و مقاومت یا رفتارهای منفی افزون‌تر. دریافته‌ام که برای هر کودک باید جداگانه از راه دعا هدایت الهی طلبید. اشتباه متداول میان پدران و مادران این است که به جای دعا برای طلب هدایت الهی، پند و اندرز سایرین را می‌جویند یا ذهنشان را از نظریه‌های گوناگون می‌انبارند.

پرورش عقلی و تحصیلی کودک تنها بخشی از پرورش اوست. پرورش اصلی این است که تواناییهای فطری و استعداد‌های ذاتی و طبیعی او نمایان و شکوفا شود. وظیفهٔ پدر و مادر این است که عشق الهی را که در باطن هر کودک نهفته است پرورانند و عیان کنند. این دانش رامتین است.

راه دیگر ابراز محبت به کودکان این است که به آنها بفهمانیم خدا هرگز شکست یا بدبختی و تنگدستی آنها را نمی‌خواهد. خانواده‌ی را می‌شناسم که فرزندانش دارای اعتماد به نفس شایانی هستند، زیرا

والدینشان مدام به آنها می‌گویند که می‌توانند موفق باشند، و شایستگی خوشبختی را دارند. کودکان پیش از خواب برای دعای دسته‌جمعی دور هم جمع می‌شوند و آنگاه به بستر می‌روند. پدر و مادرشان هم کنار آنها می‌نشینند و دسته‌جمعی عبارات تأکیدی خود را به صدای بلند تکرار می‌کنند. پدر و مادرشان از اکنون به آنها می‌آموزند که ثروت و توانگری حق مسلم حیات آنهاست. هر هدیه‌یی که به دستشان می‌رسد «عطیه توانگری» و هر لباسی «جامه توانگری» آنهاست. چه جای تعجب اگر این کودکان با چنین اقتدار و جاذبه شگفتی همه هدایا و زیباییها و عطایای توانگری را به سوی خود جلب می‌کنند.

اگر در زندگی شخصی خود احساس کمبود محبت می‌کنید یقین بدارید که بامداومت در خدمت و نیکخواهی عام می‌توانید عشق و محبت را به زندگی شخصی خود فراخوانید. اما اگر در زندگی اجتماعی خویش احساس کمبود محبت می‌کنید باید در روابط شخصی و زندگی خانوادگیستان عشق الهی بیشتری نشان بدهید تا تفاهم و سعادت و کامیابی افزون‌تری را در همه جنبه‌های زندگی‌تان تجربه کنید.

از همین جا که هستید شروع کنید — خواه محبت در زندگی شخصی شما درخشان‌تر باشد و خواه در زندگی اجتماعی خود صاحب موفقیت افزون‌تری باشید — وقتی برای هر تجلی کوچک یا بزرگ عشق در زندگی‌تان سپاس بگزارید، بر قدرت فزاینده آن می‌افزاید. چارلز فیلمور درباره قدرت عشق می‌گوید:

برای رهایی از مشکلاتان به قدرت عشق اعتماد کنید. به عشق توکل کنید که از حل هیچ مسأله‌ی عاجز نیست.

هم اکنون به خودتان قول بدهید که آگاهانه عشق الهی را در خویشتن و برای خانواده‌تان و نوع بشر ایجاد کنید. آنگاه می‌بینید که مشکلات شما به راه حل بدل می‌شوند و توانگرتان افزایش می‌یابد. برای این کار، مدام در دلتان بگویید: «عشق الهی پیشاپیش همه چیز را می‌داند و هم اکنون به شیوه‌ی غنی و شکوهمند همه نیازها را برمی‌آورد. ثمرات نیکوی عشق الهی هم اکنون پدیدار می‌شوند.»

## فصل دوازدهم

### قانون دعا

این روزها درباره قدرت دعا، فراوان می شنویم. می گویند دعا نیرومندترین قدرت کائنات است. اغلب می شنوید که: «دعا همه چیز را عوض می کند.» یا «خانواده‌یی که دسته جمعی دعا کند اتحادش پابرجا می ماند.» شاید نامه‌هایی دریافت کنید که روی تمبر آنها نوشته شده باشد: «برای صلح دعا کنید.» یا «عمل معنوی سازنده است. سازمان ملل به دعای شما نیاز دارد.» هر نشریه‌یی را که می‌کشاید مطلبی درباره قدرت دعا در آن می‌خوانید و به هر کجا که می‌روید همه درباره این موضوع گفتگو می‌کنند. درباره قدرت دعا گفته‌اند: «دعا عمیقاً ساده است و به سادگی عمیق!»

اخیراً رئیس یک بنگاه معاملات ملکی بزرگ مدتها با من درباره قدرت دعا صحبت کرد. او می‌گفت: «این دنیا بیش از آنچه بسیاری از مردم فکر می‌کنند معنوی است. مردم اغلب نقاب بر چهره دارند و نمی‌دانند درباره اعتقادشان به دعا یا درباره دعا‌های مستجاب شده شان حرف بزنند یا نه.» آنگاه گفت اخیراً که بیمار شده بود عده‌یی از

همکاران و دوستان اداری به اصطلاح صمیمی، در خلوت به عبادتش به بیمارستان آمدند و از قدرت دعا برای شفا و دعا‌های مستجاب شده خودشان برایش تعریف کردند و حتی چند نفر از آنها پس از بهبودش نیز او را در ساعت ناهار دعوت می‌کردند تا تجربه‌های بیشمارشان را از دعا‌های مستجاب شده با او در میان بگذارند.

می‌گویند دعا تلاش پیوسته آدمی برای شناخت خداست. کاملاً خلاف آنچه بیشتر مردم می‌پندارند، دعا برای انسان امری طبیعی است، نه کاری غریبه و نامأنوس و رازگونه. انسان همواره دعا کرده است و همواره دعا خواهد کرد. آدمی با ادراک بدوی خود، آب و آتش، آفتاب و ستارگان، جانوران و گیاهان و تصاویر و اساطیر را نیایش می‌کرده؛ اما آنچه قطعی و مسلم است این است که انسان بدوی نیایش می‌کرد.

بعدها که عقل آدمی تکامل یافت و توانست خدا را به صورت ایزد یا الهه‌یی دارای صفات و احساسات انسانی تصور کند، تصمیم گرفت به هنگام دعا با پیشکشهای قربانی، استغاثه‌هایش را به درگاه او ببرد. یهودیان باستان که نگرش معنوی نیرومندی نداشتند، می‌پنداشتند خدا به چشم «کرمهای خاکی» به آنها می‌نگرد. متأسفانه هنوز هم کسانی هستند که به علت فهمی محدود از ذات راستین خدا، به درگاه آنچنان خدایی دعا می‌کنند.

آدمیان در همه اعصار به طریقی دست به دعا برداشته‌اند. دست آخر، آدمی برخاسته از نگرش بدوی یا عقلی محض، به سوی فهم راستین معنوی خدا گام برمی‌دارد. اکنون شیوه‌های دعای ما در حال دگرگونی و

گسترش و بهبود است. آدمی سرانجام دریافته که خدا موجودی خصمناک یا شخصیتی دارای دوگانگی خیر و شر نیست. خدا، خدای عشق و محبت است: اصلِ دگرگونی ناپذیرِ نیکی محضی که عالم منظم را احاطه کرده است. نیایش و راز و نیاز با چنین خدایی آسان است!

اگرچه تاکنون از قوانین گوناگون توانگری سخن گفته ایم، به راستی نمی‌توان قدرت دعا را در ایجاد توانگری مدام و رضایت‌بخش نادیده انگاشت. انسانی که هر روز به طور منظم دعا می‌کند می‌تواند یقین بدارد که کامیاب خواهد شد، زیرا خود را با غنی‌ترین و کامیاب‌ترین نیروی کائنات هم‌نوا می‌کند. عیسی مسیح وعده داده است: «و هر آنچه با ایمان به دعا طلب کنید خواهید یافت.» (انجیل متی، ۲۱: ۲۲).

این آیه کتاب مقدس نشان می‌دهد که دعا برای حصول چیزها ایرادی ندارد. بسیاری از مردم قدرت دعا را نیازموده‌اند زیرا می‌پندارند که دعا برای کسب اشیاء خطاست. البته مراد عیسی مسیح این نبود که تنها باید برای حصول چیزها دعا کرد. اما او می‌دانست که اگر نخست برای کسب اشیاء دعا کنید، به قدرت دعا واقف خواهید شد. آنگاه خواهید خواست که هر چه ژرف‌تر و افزون‌تر قدرت دعایتان را بیروانید.

می‌گویند زنی برای یافتن همسر دست به دعا برداشت. شش هفته نگذشته بود که شوهر را پیدا کرد. آنگاه شش سال به دعا نشست تا از شر او خلاص شود! آنچه را زن نفهمیده بود این بود که می‌بایست به تصریح «انتخاب الهی» را قید می‌کرد. زیرا «انتخاب الهی» همواره عالی و درست و والا‌ترین پاسخ به نیاز شماست.

اگر به چیزی نیاز دارید کاملاً درست و بجاست که برای دریافتش



دعا کنید، زیرا در عالمی غنی زندگی می‌کنید که می‌خواهد همه نیازهایتان را برآورد. میان شخصیتهای کتاب مقدس که برای کسب چیزهایی معین دعا می‌کردند می‌توان ابراهیم و آما و دانیال و داود و الیاس و حزقیل و حتا و یهوشافاط و یونس و یوشع و موسی و سلیمان و نحیمیا را نام برد. عیسی میح نیز بارها برای ظهور چیزهایی معین دست به دعا برداشت.

تینسن می‌گوید: «از دعا بسی کارها برمی‌آید!»  
امت فاکس می‌گوید:

دعا همه چیز را عوض می‌کند. دعا سبب می‌شود روال امور وارونه شود و به راه دلخواه بیفتد. ابدأ فرقی نمی‌کند که در چه مشکلی گیر کرده اید یا علت مشکلاتان چه بوده است. دعای کافی شما را از مشکلاتان بیرون می‌آورد، تنها اگر در دعا به درگاه خدا مصرّ باشید.

برای دعا به درگاه پدر آسمانی یا خدای مهربانی که سرشار از تفاهم است، هم می‌توانید زانو بزنید، هم می‌توانید آسوده لم بدهید. می‌توانید به کلام بلند یا به سیمای راز و نیازی خاموش به درگاهش دعا کنید. می‌توانید با استفاده از کتاب نیایش یا ورق‌زدن کتاب مقدس به درگاهش پناه ببرید. یکی از بهترین راهها برای دعا، بلندخواندن یا خاموش خواندن دعای زتانی است.

پس شما به این طریق دعا کنید:

ای پدر ما که در آسمانی،  
 نام تو مقدس باد،  
 ملکوت تو بیاید،  
 اراده تو چنان که در آسمان است،  
 بر زمین نیز کرده شود.  
 زان کفاف امروز ما را بده.  
 و قرضهای ما را ببخش،  
 چنان که ما نیز قرضداران خود را می بخشیم.  
 و ما را در آزمایش میاور،  
 بلکه از شیر ما را رهایی ده.  
 زیرا ملکوت و قوت و جلال،  
 تا ابد الابد از آن توست.  
 آمین.  
 (انجیل متی، ۶: ۹-۱۴).

قدما معتقد بودند که دعای ربّانی بسیار قدرتمند است؛ و بی وقفه بین دوازده تا پانزده بار آن را تکرار می کردند. اغلب پانزده بار آن را تکرار می کردند زیرا اعتقاد داشتند که رقم پانزده دارای خاصیت و قدرت از میان برداشتن موانع است.

یکی دیگر از بهترین راههای دعا این است که با چشمان بسته صاف

بنشینید و در سکوت، و در آرامش باطن، در ناحیهٔ پیشانی تان نور خدا را ببینید یا آرام به نام خدا بنشینید. این سکوت، اقتدار معنویتان را رها و متجلی می‌کند. آنگاه به آسانی به آراء درست و اعمال درست و ثمرات درست دست می‌یابید.

چارلز فیلمور دربارهٔ قدرت نام عیسی مسیح می‌نویسد:

او هنوز در عرصه‌های اثیری و معنوی این عالم به سر می‌برد و مدام با کسانی که به هنگام دعا اندیشه‌شان را به او معطوف کنند در تماس است. وقتی نام عیسی مسیح را بر زبان می‌آورید نیرومندترین طیف و قدرتمندترین تموج را به حرکت درمی‌آورید. عیسی مسیح نامی فراسوی همهٔ قانونها و قدرتها و دارای همهٔ نیروهای زمین و آسمان است: نامی صاحب همهٔ جوهرهای کیهانی. به همین دلیل چون بر زبان آید، همهٔ نیروها را به فعالیت وادار می‌دارد تا ثمرات نیکو به بار آورد. از این رو، عیسی مسیح گفت: «هر چیزی را که به اسم من سؤال کنید بجا خواهم آورد تا پدر در پرتجلی یابد. اگر چیزی به اسم من طلب کنید من آن را بجا خواهم آورد.»

یکی دیگر از شیوه‌های قدرتمند دعا این است که ببینید حضور و قدرت خدا در همه حال از شما و منافعتان حمایت می‌کند. بانویی برایم نوشت:

بیست سال بود که جز نفرت احساسی نسبت به شوهرم

نداشتم. اما به خاطر فرزندانم نمی خواستم از او جدا شوم. تا اینکه عاقبت در باره قدرت دعا و حمایت عیسی مسیح شنیدم. پس هر روز پس از دعا مجسم می کردم که عیسی مسیح به سراغ شوهرم می رود و روی او کار می کند. حتی مجسم می کردم که با او ناهار می خورد. حتی مجسم می کردم که عیسی مسیح همراه او برای ناهار به خانه ما می آید و شوهرم به دست پختم و رفاه خانه مان افتخار می کند.

اکنون ثمره دعاهایم این است که شوهرم از زمین تا آسمان عوض شده است و دیگر آن مرد خودخواه و خشن و خام و بی توجه و بی عاطفه پیشین نیست. اکنون همسری مهربان و اندیشمند و باملاحظه و پرمهر و شادی بخش است. حالا به آسانی می توانم دوستش بدارم و او را همدم و مونس خود بخوانم.

زمانی شیوه ویژه‌ی دعا به حالتان سودمند می افتد و زمانی دیگر شیوه‌ی دیگر را مفید می یابید. در این عصر که این همه درباره تکرار عبارات تأکیدی و دعای علمی و مراقبه و مکاشفه و دعای خاموش و سکوت و سکون می شنویم، باید بدانیم که دعا به شیوه عام قدیم هنوز هم معتبر و قابل استفاده است و مانند همیشه دارای قدرت عظیم معنوی است. یقین بدارید که خدا همواره با شما و درون شما و کنار شماست و دعاهاشانرا می شنود. خواه مشکلاتان این باشد که پسران سرفه می کند، خواه نازا باشید و از خدا بچه بخواهید و خواه کینه و عداوتی کهنه زخمی دلخراش به جانتان افکنده باشد، به دعا پناه ببرید که هر چه تلخی را

می‌زداید و صلح و صفا و آرامش می‌آورد.

بانویی برایم تعریف کرد که سالها نسبت به پدرش احساس سردی و دوری می‌کرد. وقتی بچه بود پدرش مادرش را طلاق داده بود. روزی پس از سالها بی‌خبری، از پدرش نامه‌یی رسید که قصد دارد به شهر او بیاید و از آنها دیدار کند. ناگهان همهٔ غمهای گذشته در وجودش جوشیدن گرفت. آنگاه کنار تختش نشست و سرش را بر بستر گذاشت و به درگاه خدا دعا کرد تا آنچه درست و نیکوست از این وضعیت برخیزد. پس از احساس سکون و آرامش، به دلش افتاد که به پدرش نامه بنویسد و بگوید که منتظر آمدن اوست. وقتی پدرش رسید باورش نمی‌شد که این همه با او و شوهر و بچه‌هایش هماهنگ باشد. این خانم گفت: «راستش بهترین میهمانی بود که در همهٔ عمرم به خانه‌ام آمد.» تمام ده روزی که منزلشان میهمان بود مدام می‌خندیدند و شاد بودند و یک عالم حرف و تجربه برای ردوبدل کردن داشتند. شش ماه بعد برایش خبر رسید که پدرش در شهری دور درگذشته است. از این رو، سپاسگزار بود که خالصانه دعا کرده بود و هدایت طلبیده بود و از آخرین دیدار با پدرش لذت برده بود.

معاون خزانه‌دار بانکی احساس کرد که زمان ازدواجش فرارسیده است. او که زنی بسیار جذاب و اجتماعی و دارای دوستان و آشنایان فراوان و فعالیتهای وسیع و گسترده بود هنوز با «مرد دلخواهش» روبرو نشده بود. این حرف به گوش سرایدار رسید و به خانم معاون گفت که

اگر برای این مسأله دعا کند، دیدار با «مرد دلخواه» و تشکیل خانه و زندگی سرشار از سعادت کاملاً میسر است. خانم خزانه دار به سرایدار گفت که پیشاپیش بارها دعا کرده است و نتیجه‌ی نگرفته است. قرار شد که هر روز بنشینند و با هم برای این موضوع دعا کنند.

چند ماه نگذشته بود که یک روز صبح با انگشتر برلیانی بسیار زیبا نزد همکارانش دوید و گفت: «من بزودی عروسی می‌کنم.» همسر آینده‌اش را در زمین گلف دیده بود و از همان نگاه نخست به هم دلباخته بودند. از آن روز به بعد به همه می‌گوید که ازدواج سرشار از خوشبختی اش را به دعا مدیون است.

موسیقیدانی بیکار بود. همراه با گروهی که با آنها کار می‌کرد به فلوریدا رفته بود و در آنجا از کاری که به آنها وعده داده بودند خبری نبود. این موسیقیدان دست به دعا برداشت که اراده‌ی متعال خدا از این وضعیت برخیزد. روزی که او و سایر اعضاء گروه در دفتر مرکزی دیداری داشتند، نماینده آنها از نیویورک تلفن کرد که در تگزاس کاری برای گروه پیدا کرده است. هیچ‌یک از اعضاء گروه خبر نداشت که این موسیقیدان برای موفقیت گروه دعا کرده بود یا اینکه به دعا اعتقاد داشت. با این حال خودش احساس می‌کرد که یافتن کاری چنین طولانی و موفق بی‌تردید حاصل دعاهاى اوست.

بانویی در خانه روستایی اش در دل جنگلی انبوه بود و همسرش برای انجام مأموریتی اداری به سفر رفته بود که جنگل آتش گرفت و

مایملک او را احاطه کرد. نمی توانست خانه را ترک کند تا به طریقی به شوهرش خبری برساند. وانگهی، شوهرش بین راه بود و نمی شد او را پیدا کرد. پس دست به دعا برداشت و گفت: «ای پدر آسمانی، تو باید من و خانه و ملکم را نجات بدهی چون از دست خودم کاری ساخته نیست.» آنگاه مسأله را به دست خدا سپرد و خودش به بستر رفت و با خیال آسوده خوابید.

صبح فردای آن روز که از خواب برخاست و به جنگل رفت تا سر و گوشی آب بدهد، دید که تنها چند کنده درخت در حال سوختن است. وقتی برای بازرسی بیشتر به درون جنگل رفت، دریافت که آتش تا لبه ملک او آمده و همانجا متوقف شده است. عیناً معجزه بود. کمی بعد، هنگامی که نگهبان جنگل رسید گفت: «تنها توضیحی که می توان داد این است که حتماً دعا کرده ای!»

حالا شاید به سر شما هم همان فکری آمده باشد که روزگاری به سر پسر آمد. روزی یکی از دوستانش او را در خیابان دید و حال مرا پرسید. پسر پاسخ داد: «حالش خوب است اما خیلی دعا می کند.» دوستش پرسید: «وقتی دعا می کند اتفاقی هم می افتد؟» پسر جواب داد: «البته که می افتد. هر وقت مادرم دعا بکند حتماً اتفاقی می افتد.» اما اگر شما احساس می کنید که دعاهایتان چندان مؤثر و قدرتمند و رضایت بخش نیستند شاید نیازمند پرورش شیوه های ویژه ای از دعا هستید.

مثلاً دعای نفی که به معنای تکذیب و انکار و برطرف کردن و زدودن و رها کردن و نپذیرفتن و زیر بار نرفتن درباره چیزهایی است که خوشایند

و دلپذیر نیست.

دعای نفی به شما کمک می‌کند تا امور را آن گونه که هستند نپذیرید و اندیشه‌های منفی درباره آنها را از ذهنتان بزداييد و راه را برای چیزی بهتر بکشایید. دعای نفی به شما کمک می‌کند تا هر شیء یا شخص یا رابطه زاید را از زندگیتان بیرون برانید و تنها آنچه را عالی و بی‌همتا و خواست خداست نگاه دارید. دعای نفی یعنی این گرایش که می‌گوید: «من این وضع را تحمل نمی‌کنم یا با این تجربه کنار نمی‌آیم و امور را همان گونه که هستند نمی‌پذیرم. زیرا من فرزند خدا هستم و تنها نیکی کامل و والا ترین موهبت‌های او را می‌پذیرم.»

انسان به شدت نیازمند دعای نفی است. چه بسیارند افرادی که در ترس و سازش و نارضایی دست و پا می‌زنند، حال آنکه می‌توانستند از عالی ترین زندگی بهره‌مند باشند، اگر می‌دانستند چگونه به هر تجربه‌ی بی‌کامل‌ترین و بالا ترین هدیه زندگی نیست «نه» بگویند.

اما باید به دنبال آنچه نمی‌خواهید، آنچه را می‌خواهید بر زبان آورید. مثلاً وقتی می‌گویید: «نه، این را نمی‌پذیرم.» باید بگویید: «به جایش این یکی یا چیزی بهتر را می‌پذیرم.» وقتی عیسی مسیح گفت: «بلکه سخن شما بلی بلی و نی نی باشد» مرادش اشاره به همین دعای نفی و دعای تأیید و تأکید بود. وقتی در عهد عتیق، در باب چهاردهم کتاب هوشع می‌خوانیم: «با خود سخنان گرفته به سوی خداوند بازگشت نمایم و او را گوئید تمامی گناه را عفو فرما و ما را به لطف قبول فرما» همانا به دعای پویای نفی و دعای تأیید و تأکید دست برداشته‌اید. هرگاه با وضعیتی ناخوشایند روبرو شدید می‌توانید آن را انکار کنید و به پدر مهربان



آسمانی بگویند: «هرآنچه را گناه است حذف و عفو فرما، زیرا من تنها نیکی و لطف و فیض را می پذیرم.»

مدتها پیش از ظهور عیسی مسیح، مصریان برای دفع شر از قدرت نفی بهره می‌جستند. مصریان با استفاده از علامت صلیب، پلیدی را پاک و محو می‌کردند. این نوعی دعای تکذیب و انکار است که هنوز توسط بعضی از کلیساها مورد استفاده قرار می‌گیرد.

بی تردید دانیال نبی در چاه شیران برای نجات خود از دعای نفی بهره جسته بود. تابلوی نقاشی مشهوری از دانیال نبی، او را در حالی نشان می‌دهد که به شیران نمی‌نگرد، بلکه پشت به آنها کرده و از پنجره به اورشلیم می‌نگرد. «پس پادشاه صبح زود وقت طلوع فجر برخاست و به تعجیل به چاه شیران رفت. و چون نزد چاه شیران رسید به آواز حزین دانیال را صدا زد و پادشاه دانیال را خطاب کرده گفت ای دانیال بنده خدای حی، آیا خدایت که او را پیوسته عبادت می‌نمایی به رهانیدنت از شیران قادر بوده است. آنگاه دانیال به پادشاه جواب داد که ای پادشاه تا به ابد زنده باش. خدای من فرشته خود را فرستاده دهان شیران را بست تا به من ضرری نرسانند. چون که به حضور وی در من گناهی یافت نشد. و نیز در حضور تو ای پادشاه تقصیری نورزیده بودم.» (کتاب دانیال نبی، باب ششم: ۲۰-۲۳).

دعای نفی، ترس و اضطراب و اندوه و بیماری و فشار و سایر عواطف و هیجانات منفی را نابود می‌کند. مثلاً مردی برای مشاوره نزد آمد که قصد ازدواج با زنی را داشت که پس از محکومیتی طولانی، تازه از زندان

آزاد شده بود. آنها به شدت به یکدیگر علاقه داشتند، اما مرد از حرف مردم می ترسید. پرسیدم مگر دوستانش می دانند که آن زن قبلاً زندانی بوده است؟ پاسخ داد که نمی دانند اما می ترسد که بفهمند.

پس از دعا به همراه او، این احساس در من ایجاد شد که ازدواج آنها امری درست و مشیت الهی است. زن نیز پس از پایان مجازات و محکومیتش طبیعتاً حق داشت که دیگر بار به جامعه بازگردد و زندگی کند. به او توصیه کردم که از دعای نفی دانیال نبی بهره جوید. هرگاه ترس یا نگرانی به سراغش می آمد می بایست بگوید: «خدایم فرشته هایش را فرستاده است تا دهان شیران را ببندند. از این رو، نمی توانند به ما آزاری برسانند.» او این دعا را به کار برد و هیچ گاه درباره ازدواجش با واکنشی ناخوشایند مواجه نشد.

در باره دعای نفی و دعای تأکید باید بگویم که مهمترین مسأله، گرایش ذهن آدمی است، نه شیوه ها و قواعدی که به کار می برد. این دعاها را می توان آرام یا بلند — در هر کجا و به هر صورت — تکرار کرد.

هر کس که دارای شغل منشیگری باشد می داند که وقتی رئیسش از او بخواهد که با عجله تندنویسی کند و فوراً مطالب دیکته شده را به نامه یی رسمی بدل کند، اگر نداند چگونه ذهناً «نه» بگوید، به چه حالی می افتد. به یاد دارم یک بار زمانی که هنوز منشی سازمانی حقوقی بودم، به من گفتند که باید یک قرارداد بلند حقوقی را که تازه برایم دیکته شده بود، فوراً برای یکی از مراجعان مهم رئیس به قراردادی رسمی بدل کنم. البته کاری محال بود. پس بی درنگ شروع به تکرار این عبارت کردم که: «نیازی به شتاب نیست. نظم الهی اکنون در این

وضعیت استقرار یافته است و حفظ می شود.» چند دقیقه نگذشته بود که مراجع نظرش را درباره فوریت این مسأله تغییر داد و گفت که فردا برای امضاء آن بازمی‌گردد. در نتیجه، فرصت کافی ایجاد شد تا قرارداد به شیوه درست آماده شود.

بعضی از افراد دچار این توهمند که دیگری می‌تواند موهبتشان را از آنها بگیرد. اینجاست که باید دعای نفی و تکذیب را به کار ببرید. در چنین مواقعی ندا در دهید: «هیچ چیز نمی‌تواند با عطایایم بستیزد.» آنگاه می‌بینید همه افراد و اموری که بر ضدتان می‌نمودند، در جهت خدمت به شما حرکت می‌کنند.

یکی از بزرگترین مشکلات انسان، چگونگی غلبه بر ترس است. هرگاه بتوانید بر ترس از هرگونه مشکل فائق آید؛ یقیناً شما بر آن مسلط شده‌اید، نه آن بر شما. پس یقین بدانید که می‌توانید مشکلاتان را برطرف کنید. یکی از قدرتمندترین دعاهاى نفی این است: «محبت کامل خوف نمی‌شناسد.»

زنی خارجی که در سالهای جنگ عروسی کرده بود با همسر امریکایی اش به این کشور آمد. چند سالی خوشبخت به نظر می‌رسیدند، اما خاطره‌هایی که از جنگ داشت دیگر بار در او به جوش آمد. بسیار غمگین و افسرده و آشفته و پیریشان شد. سرانجام همسرش او را به بیمارستانی روانی سپرد و پس از مدتی طلاقش داد و دیگر بار ازدواج کرد.

در گیرودار این همه بدبختی، دور از وطن، میان مردم بیگانه، این

زن دربارهٔ گرایش «نفی و تکذیب» ذهن شنید. بیرون بیمارستان تنها یک دوست داشت. زن شروع کرد به نامه‌نوشتن به او: «من در این حال نمی‌مانم. می‌دانم که بهبود خواهم یافت. می‌دانم که همه چیز عوض می‌شود.» بتدریج نیز بهبود یافت. چندی نگذشت که از بیمارستان مرخص شد و در بیمارستانی دیگر کار پیدا کرد. وقتی دوستش را دید گفت: «نگفتم که در این حال نمی‌مانم و بهبود می‌یابم؟» مدت زیادی نگذشته بود که با پزشکی که در همان بیمارستان کار می‌کرد ازدواج کرد و کاشانه‌ی خوشبخت تشکیل داد.

ایکاش مردم به جای خم شدن در برابر تجربه‌های ناخوشایند، می‌دانستند چگونه به آنها «نه» بگویند. به یهودیان مکرراً هشدار داده شده بود که بتها یا خدایان دروغین را نپرستند. خدایان بدبختی و تنگدستی و تنگنا همان خدایان کفرند که هنوز گریبانگیر ما هستند و همانقدر ما را به تاراج می‌برند که پرستش خدایان دروغین، یهودیان را ویران می‌کرد.

تکرار این که: «چیزی برای ترسیدن وجود ندارد. جان جانان سرگرم کار است و هم اکنون ثمرات الهی متجلی می‌شوند تا ترس و نگرانی و فشار و اضطراب برطرف شود. حیات و جوهر و خرد لایتناهی در همه جا — از جمله در این وضعیت زندگی — هست تا هرچه تردید و ابهام و آشفتگی و هرگونه بیماری روان — تنی یا تنگدستی را از میان بردارد؛» یقیناً معجزه‌ها می‌آفریند. چند سال پیش که آنفلوآنزای آسیایی شیوع پیدا کرده بود مدام تکرار می‌کردم: «حیات و جوهر و خرد لایتناهی همه جا هست.» روزی پسر از

مدرسه به خانه آمد و گفت: «مادر، امروز من تنها پسری بودم که سرزمین تمرین فوتبال حاضر شدم. مابقی آنفلوآنزای آسیایی گرفته بودند. آنفلوآنزای آسیایی چیست؟»

گفتگو درباره گرایش نفی و تکذیب، دعوت یا استقبال از مشکلات نیست. گرایش انکار یعنی «نه گفتن ذهنی» به سخنان دیگران یا هر نیتی که کمتر از بهترین باشد یا عدم توجه به آنچه نمی خواهید تجربه کنید. به جای صحبت درباره گرفتاریها که بر آنها می افزاید، در عوض گلّه و شکایت از وضع دنیا یا دشواریهای دیگران، به اعمال سازنده و اصلاحاتی که از دستتان برمی آید پردازید. بگویید: «نه، من این وضع را ماندنی و پایدار نمی دانم. نه، در این وضعیت ضرورتی نمی بینم.»

وقتی مردم می خواهند با حرفهای منفی سرتان را به درد آورند، آرام و خاموش در دلتان بگویید: «نه، نه، نه، من نمی خواهم این حرفها را بشنوم. من این حرفها را لازم و درست نمی دانم.» یا آنها فوراً سر موضوعات سازنده می روند یا شما را ترک می کنند!

همچنین به جای این اندیشه که باید با نارضایی از زندگیتان کنار بیایید یا بسوزید و بسازید، مدام تکرار کنید: «لازم نیست این وضع را بپذیرم. خدای قادر متعال که سرچشمه نیکی محض است، هر نامرادی را از زندگی و جهانم حذف می کند. هیچ وضعیتی مرا نمی ترساند. زیرا جان جانان همواره با من است و همه چیز را درست می کند.»

برای امور مالی بگویید: «علی رغم مالیاتها و هزینه های بالای زندگی و بیکاری حاکم در جامعه، درآمد مالی ام هم اکنون در

پناه عمل مستقیم خدا به طرزی غنی افزایش می‌یابد.»

وقتی در کمال دل و جرأت، به صدای بلند به وضعیت ناخوشایند زندگیتان «نه» بگویید، به جای اینکه بگذارید وضعیت بر شما مسلط شود، شما از نظر ذهنی و عاطفی عنان اختیارش را به دست می‌گیرید. آنگاه هدایت می‌شوید تا برای پیروزی بر آن، گامهای مثبت بیرونی را بردارید.

پس از دعای نفی و انکار که پاک و محو و حذف می‌کند باید از طریق استفاده از دعای تأکیدی، موهبتی نیکو و تازه را جانشین آن کرد.

فروشنده‌یی سیار که مدام در سفر بود برایم تعریف کرد که زیر بار قرض سنگینی بود و نتوانسته بود برای پرداخت آنها از بانک وام بگیرد. در کمال نومیدی، بر آن شد که به قرضهایش «نه» و به توانگری «آری» بگوید. پس مدام می‌گفت: «خدا هم اکنون توانگرم می‌کند.» چند روز نگذشته بود که بزرگترین فروش عمرش را به انجام رساند، و نه تنها توانست همه قرضهایش را بردارد بلکه مقدار زیادی هم پس انداز کند.

یکی دیگر از دعاهاى مؤثر و سودمند، مراقبه و سکوت است. معمولاً در دل سکوت و ژرفای مراقبه و مکاشفه می‌توان به عظمت مرحمت و حضور خدا پی برد. در این گونه دعا، چند واژه پرمعنا را برمی‌گزینید و مدام به آنها می‌اندیشید و در ژرفای آرامش باطن، در آنها تأمل می‌کنید. چون مدام به آنها می‌اندیشید، آن واژه‌ها در ژرفای ذهنتان فرو می‌روند یا به صورت آرمانهایی گسترده می‌گسترند و شما را به سوی عمل درست یا

اطمینان خاطر از آرام هدایت می‌کنند و به شما می‌فهمانند که همه چیز نیکوست و نیاز به انجام کاری نیست. حتی اگر در مراقبه و مکاشفه‌تان وحی و الهامی پیش نیاید، دلتان را به روی پذیرش نیکی و موهبت خدا گشوده‌اید و بر اثر تمرین معنوی مراقبه، در زمان درست، آرزوها و مجالها بر شما آشکار خواهند شد.

شاید فکر کنید: «سکوت و مراقبه و مکاشفه برای زندگی معنوی عالی است، اما از کجا بدانم که به درد زندگی عادی روزمره و عالم مادی محسوس هم می‌خورد و ثمراتی دلخواه برایم به ارمغان می‌آورد؟» موسی و الیاس و عیسی و بسیاری دیگر از شخصیت‌های کتاب مقدس، قدرت عملی و ثمربخش سکوت و مراقبه آرام و خاموش را به اثبات رسانده‌اند.

شاید فکر کنید: «من که موسی و الیاس و عیسی نیستم. وانگهی، نمی‌دانم چگونه باید عملاً در سکوت بنشینم و مراقبه کنم.» حقیقت این است که خواه از آن آگاه باشید و خواه نه، مراقبه می‌کنید. همه مراقبه می‌کنند. مراقبه یعنی با تمرکز ژرف به چیزی اندیشیدن و مدام در آن تأمل کردن.

هر چه مدام به آن بیندیشید موضوع مراقبه شماست. در دعای سکوت، نیکوست که بر راه حل الهی هر مسأله‌ی مراقبه‌شود. می‌توانید عبارت «راه حل الهی» را تکرار کنید تا آرام آرام در ذهنتان بگسترده. می‌توانید واژه یا جمله‌ی معنوی را برگزینید. درباره‌اش بیندیشید تا معانی باطنی‌اش بر شما فاش شود. می‌توانید چشمانتان را ببندید و ذهنتان را از هر اندیشه خالی کنید. آنگاه با ذهنی پاک، توجهتان را به هستی خود

معطوف کنید و به خدا و عشق و آرامش بیندیشید. به اینکه خدا محبت است، یا هر آرمانی که از راهی آرام و آسوده، در شما احساس یگانگی با نیکی پدید می‌آورد.

من اغلب برای دریافت هدایت یا احساس تازگی و طراوت یا آرامش و تعالی یا تشویق و انرژی، آرام به مراقبه سکوت فرو می‌روم. اگر پس از روزی فعال و پرکار، به هنگام غروب نیم ساعتی با چشمان بسته به مراقبه سکوت بنشینم، سرشار از شادابی و نیرو آماده می‌شوم تا تمام عصرم را نیز با فعالیتهای بیشتر و کارهای سازنده بگذرانم. گفته‌اند: «سکوت و دعا بهترین خوراک است.» من هم تصدیق می‌کنم که مراقبه از هیجان‌اتم می‌کاهد و از نظر عاطفی به من خوراک می‌رساند و از حسن هماهنگی و تعالی و آرامش لبریزم می‌کند. از نظر عقلی و ذهنی نیز به من خوراک می‌رساند؛ زیرا پس از مراقبه، سرشار از اندیشه‌ها و آرمانهای تازه به حل مسائل می‌پردازم. مراقبه از نظر جسمانی نیز به من خوراک می‌رساند. زیرا خالی از فشار و خستگی و سرشار از طراوت و شادمانی به جهان بازمی‌گردم.

یکی دیگر از ثمربخش‌ترین کارها برای حل هر مسأله این است که آرام بنشینیم و با چشمان بسته به عبارت زیر بیندیشیم: «راه حل الهی والاترین راه حل است. من اکنون برای حل این مسأله، راه حل الهی را می‌طلبم و راه حل الهی را می‌پذیرم.» بگذارید این اندیشه آرام در ذهنتان بگسترده و جذب شود. نیرویی را که ترس به هنگام پیکار و نگرانی و ستیز با مسأله، از شما گرفته است به صورت انرژی سرشار از ایمان و یقین به شما بازمی‌گردد و آراء و پاسخهای درست را در اختیاران



می‌گذارد.

اگر به هنگام رویارویی با مشکل، در مراقبه سکوت فرو روید و از دیدگاه الهی به حل آن بیندیشید، بی تردید هدایت می‌شوید که چه باید بکنید.

رئیس گروهی از مهندسان برایم تعریف کرد که هرگاه کارمندانش در مورد یکی از پروژه‌های مهندسی با مشکل مواجه می‌شوند، تنها به اتاق کارش می‌رود و در گوشه‌یی خلوت، آرام به مراقبه سکوت می‌نشیند و از دیدگاه الهی به آن مسأله می‌نگرد و در آن تأمل و تعمق می‌کند و بی‌درخور راه حل را نیز می‌ستاند. یکی از کارمندانش از او پرسید چگونه همواره می‌تواند در حساس‌ترین لحظه به پاسخ درست دست یابد؟ وقتی شیوه ساده‌اش را به او گفت، کارمندش با تردید پرسید: «یعنی به جای اینکه با مسأله دست‌وپنجه نرم کنی، درباره‌اش مراقبه می‌کنی؟» دنیای کسب و کار پر از انسانهای شتابان و هراسان و پریشانی است که چون خواسته‌اند از راههای بیرونی مشکلاتشان را برطرف کنند به آن روز درآمده‌اند؛ حال آنکه می‌توانستند از میان‌برهای درونی استفاده کنند.

آدمی باید زمانی را به مراقبه و سکوت و آرامش روزانه اختصاص بدهد. راز اقتدار انسان در مراقبه و سکوت روزانه او نهفته است. شاید فکر کنید آنقدر گرفتار هستید و کار روی سرتان ریخته است که فرصت سرخاراندن ندارید، چه برسد به خلوت و آرامش و مراقبه سکوت! اما کلام خدا این است: «به خلوت بیاید و اندکی استراحت نمایند.» (انجیل مرقس، ۶: ۳۱). تنها از این راه می‌توانید آگاهی و دانش معین، تجربه‌های تازه، نظم و ثبات رأی، قدرت رویارویی با ناشناخته‌ها، و

یک زندگی پیروزمندانه به دست آورید. به محض آغاز تمرین روزانه مراقبه درمی یابید که پاره‌یی از فعالیتها و خواسته‌هایتان غیرلازم می‌شوند. بهترین کار، رها کردن آنهاست؛ نه نادیده گرفتن ساعات خلوت و آرامش و تنهایی با خودتان و آفریدگارتان.

وقتی برای مراقبه، از دنیا کناره می‌گیرید بهتر است که به شکست‌هایتان نیندیشید. در عوض، آرام شوید و توجهتان را به خدا و رحمت متعال او معطوف کنید. در صورت امکان بگذارید همه دل‌نگرانیهای کوچک پی‌کار خود بروند و اندیشه‌تان را بر آیه‌های مقدس متمرکز کنید. در ذهنتان اندیشه‌هایی را نگاه دارید که به شما کمک می‌کنند. اندیشه‌هایی بسیار ساده، از این دست: «من و پدریکی هستیم.» یا «اراده‌ات در من واقع شود.» یا «خدایا دوستت دارم.» یا «ای پدر، تو را سپاس می‌گزارم.» یا «خدایا در حضور تو هستم.» یا «امروز روز خداست و از امروز به وجد می‌آیم.» یا «در سکون و آرامشم.»

وقتی حضور خدا را از راهی چنین ساده احساس کردید، همه فشارهای جسمانی شما آرام می‌شوند. ترس و هیجان و اضطرابهای کوچک زندگی روزمره کاهش می‌یابد. این مدت زمان آرام که در انتظاری خاموش و تنها با خدا می‌گذرد، وقت آسایش و تجدید حیات است. این «نهانگاه جایگاه بلند» است. این همان توصیه عیسی مسیح است که می‌گوید در گنج پنهان شوید و در آن را قفل کنید.

هر دعایی را که برای خود مناسب می‌یابید برگزینید. اما اغلب دعا کنید؛ زیرا دعا راز آرامش و اقتدار و توانگری است.

## فصل سیزدهم

### قانون اعتماد به نفس

سهامداری برایم تعریف کرد که همه قوانین توانگری را از همه زوایا مطالعه کرده است و در نشست و برخاست با دولتمندانی که در کار خرید و فروش سهام هستند، و همچنین در مطالعه زندگینامه اشخاص موفق دریافته است که گویاترین تعریف برای توانگری «اعتماد به نفس» است. اعتماد به نفس یعنی ایمان به تواناییهای ذاتی و استعدادهای فطری خویش و ایمان به یاری خدا در پرورش و گسترش آنها.

روانشناسان می‌گویند در اعتماد به نفس قدرتی هست که تواناییها و اقتدارتان را دو برابر می‌کند. سهامداری که دوست من است برایم تعریف کرد که پس از به کار بستن قوانین توانگری، درآمدش روبه افزایش گذاشت. یک ماه پس از به کار بستن قوانین این کتاب، درآمدش به چهار برابر رسید. همچنین گفت وقتی درمی‌یابد که در دوران رکود اقتصادی به چنین موفقیتی دست یافته است خرسندی اش بیشتر می‌شود!

شاید بزرگترین راز اعتماد به نفس این است که چون به تصویر و شباهت خدا آفریده شده اید پیشاپیش صاحب آن هستید و جزئی از فطرت

معنوی شماست. در کتاب مقدس می خوانیم: «شما خدایان هستید.»

این حقیقت را که با اعتماد به نفس به دنیا می آیم می توانید در کنش و واکنش بیشتر کودکان مشاهده کنید. آموزگاری را می شناسم که پیش از آغاز کلاسش، به صدای بلند با شاگردانش تکرار می کند: «خدا دوستم دارد. خدا در من زندگی می کند. دم و بازدم من نفس خداست. من فرزند خدا هستم و خدا فرزندش را دوست دارد. خدا همیشه به من کمک می کند!» تماشای شکوفایی شهامت و اعتماد به نفس در شاگردانش، که بازتاب تلاش اوست زیباست.

زنی را هم می شناسم که سالها پیش به کار بستن اندیشه توانگرانه را آغاز کرد. دوستی به او گفت این گونه تفکر، عجیب و نادرست است و بهتر است از آن دست بشوید. او نیز اندرز دوستش را به کار بست. نتیجه آن شد که اکنون باید برای سروسامان دادن به زندگی آشفته زناشویی و دورنگاه داشتن گرگ تنگدستی از خانه اش و به دست آوردن تندرستی اش به اندیشه توانگرانه بازگردد. عدم اعتماد به اندیشه توانگرانه که هدیه خداست، زندگیش را از هم پاشید.

البته خودپرستی با اعتماد به نفس صمیمانه تفاوت دارد. گرایش خودپرستی این است: «خدایا، نه اراده تو، که اراده خودم باید کرده شود. قدر کمکهای تو را می دانم اما می خواهم امورم را آن گونه که خودم می خواهم به انجام برسانم.» حال آنکه اعتماد به نفس یعنی ایمان فروتنانه به ذات خداگونه و اعتقادات باطنی خویشتن.

اما چرا باید به اعتقادات راسخ و ژرفتان ایمان و اعتمادی محکم داشته باشید؟ دانشمندان می گویند که انسان سرشار از هوشی ذاتی

است. هر ذره از هستی تان سرشار از شعوری خلاق است. هوایی که به سینه فرو می‌دهید و جهانی که در آن زندگی می‌کنید سرشار از خردی الهی است که می‌خواهد همه آرزوهای درستان را برآورد و همه دانشها را در اختیار تان بگذارد. اگر لبریز از ایمان با این خرد لایتناهی تماس حاصل کنید، همین خرد لایتناهی برایتان معجزه‌ها و شگفتیها می‌آفریند.

شاید شما نیز مانند من، گاه به این اندیشه فرو رفته باشید که چرا بعضی از مردم به مشاغل مهم و پردرآمد ارتقاء می‌یابند و عده‌ی دیگر با همان میزان تحصیلات به جایی نمی‌رسند. پس از بررسی دقیق درمی‌یابید که کسانی که به مقامات مهم و پردرآمد ارتقاء می‌یابند، به راستی به خودشان و تواناییهایشان اعتقاد دارند. گویی ندایی باطنی هدایتشان می‌کند و آنها همواره آماده‌اند به صدای دانش درون گوش فرادهند. گویی می‌دانند که در فطرتشان نیرویی ویژه هست که هرگاه به حکمت یا بصیرتی گسترده نیاز داشته باشند می‌توانند با آن تماس بگیرند. همچنین درمی‌یابید که معمولاً از وجودشان توازن و اطمینان می‌تراود، به شیوه‌ی که اطرافیانشان به طور طبیعی به آنها ایمان می‌آورند و عقایدشان را پیروی می‌کنند.

یکی از بهترین دلایل پرورش اعتماد به نفس این است که مسری است! دیگران را نیز تشویق و ترغیب می‌کند.

هیچ کس نسبت به کسی که اعتماد به نفس ندارد توجه چندانی نشان نمی‌دهد. او نمی‌تواند دیگران را به سوی خویش بکشاند، مجابشان کند، یا ارزش راستین خود را به آنها نشان بدهد، زیرا در ذهنش نیرویی

منفی است که به جای جذب، دفع می‌کند.

یکی از عباراتی که در کلاسهای توانگریم بیش از صدها بار تکرارش کرده‌ایم این است: «هیچ چیز به اندازه کامیابی کامیاب نمی‌شود. اکنون به یاری غنی و بی‌همتای خدا، از یک کامیابی به سوی کامیابی عظیم‌تر روانم. سپاس می‌گذارم که کامیابی قدرتمند و مقاومت‌ناپذیرم هم اکنون پدیدار می‌شود!»

کافی است به الوهیت باطن خودتان اعتماد کنید و آن را دریابید تا معجزه‌ها و شگفتیهای الهی بیافرینید. هر روزه ایمان خویش بیندیشید و ندا در دهید: ..... (نام خودتان را بگویید).

«من به الهام و هدایت الهی و تواناییهای خداداد تو ایمان دارم. می‌بینم که اکنون از کامیابی به کامیابی، و از شادمانی به شادمانی رهسپاری. موفقیت تو بزرگ و الهی و قدرتمند و مقاومت‌ناپذیر است و هم اکنون متجلی می‌شود!»

بارها شاهد بوده‌ام که با تکرار عبارت بالا، عقده حقارت اشخاص نابوده شده است و سرشار از اعتماد به نفس و شهامت و جسارت، موفق و خوشبخت شده‌اند.

اگر از قدرت کلام بی‌خبرید بدانید که یک عبارت نیکوی مثبت بیش از هزار اندیشه منفی قدرت دارد؛ و دو عبارت نیکوی مثبت بیش از ده هزار اندیشه منفی.

از این رو، هرگاه اندیشه نومی‌دی و دل‌سردی و تردید و ترس از شکست خواست بر شما غلبه کند، به تأکید ندا در دهید: «قدرتم از خداست. نیرومندم به قوت متعال او. همه قدرتها برای کسب موهبت‌های

والای ذهن و تن و امورم به من عطا شده است. هم اکنون همه این قدرتها را به سوی خود فرامی خوانم و تجربه شان می کنم.»

یکی از بهترین راههای ایجاد و پرورش اعتماد به نفس این است که شب در بستر، پیش از آنکه به خواب فرو روید، با اندیشه های قدرتمند سرشار از اعتماد به نفس به ذهنتان خوراک برسانید. روانشناسان معتقدند که آخرین اندیشه هایی که پیش از خواب به سرتان می آیند، در مدت زمان خواب به ذهن نیمه هشیارتان خوراک می رسانند. اگر در این هنگام ذهنتان را از اندیشه کامیابی و توانگری و ثمرات نیکو سرشار کنید، ذهن نیمه هشیارتان آنها را به صورت فرمان از شما می پذیرد. از این رو، در مدتی که خواب هستید، ذهن نیمه هشیارتان مطیعانه وارد فعالیت می شود تا فردایی توانگر و شاد و کامیاب برایتان بیافریند. از این رو، با نوشتن برنامه ها و رویدادهای روز بعد به صورت دلخواهتان، می توانید عنان و اختیار روز بعد را به دست بگیرید.

یکی از بهترین عباراتی که می توان شب پیش از خواب تکرار کرد این است: «من به خواب می روم اما خدایی که در من است بیدار می ماند تا مسأله ام را با نظم الهی حل کند و مرا به کامیابی و شادمانی و توانگری برساند.»

یکی دیگر از بهترین عبارات تاکیدی برای ایجاد اطمینان و اعتماد به نفس این است: «خدا دوستم دارد. خدا هدایت من می کند. خدا راه را نشانم می دهد.» منتظر نشوید تا دیگران به شما اطمینان و اعتماد به نفس بدهند یا تحسینتان کنند. به جای زانوی غم به بغل گرفتن که چرا دیگران دوستتان ندارند یا به اندازه کافی به شما توجه نمی کنند یا

قدردان را نمی دانند، بدانید آن کس که شما را آفرید دوستان دارد و همواره مشتاق است که به شما کمک کند.

برای پرورش اعتماد به نفس و اطمینان به تواناییهای فطری هر انسان برای کامیابی و توانگری، به مراجعان و شاگردانم توصیه می‌کنم که بارها فصل ششم این کتاب را بخوانند. همچنین از آنها می‌خواهم که هر روز به گوشه‌ی خلوت بروند و دست کم به مدت پنج دقیقه، به صدای بلند عبارات تأکیدی خود را تکرار کنند.

در سایر مواقع روز، به عبارات تأکیدی که روی کارتها یا در دفتری نوشته‌اند نگاه کنند و آنها را بخوانند. هرگاه دچار احساس ترس یا شک و تردید می‌شوند فوراً به این کارتها یا نوشته‌ها مراجعه کنند. شما نیز می‌توانید در میان مردم، یا حتی هنگامی که پای تلفن یا سرگرم انجام کاری هستید، دفترتان را باز کنید و به عبارات دلخواهتان بنگرید. هیچ کس هم نمی‌فهمد که این همه اعتماد به نفس را از کجا به دست می‌آورید.

دفتری برای نوشتن عبارات تأکیدی خود بخرید. هر روز دست کم پانزده بار (یا بیشتر) یک یا چند عبارت تأکیدی درباره‌ی کامیابی و اعتماد به نفس و ثمرات نیکورا انتخاب کنید و بنویسید. از طریق نوشتن، این واژه‌ها و آرمانها و اندیشه‌ها را محکم در ذهن نیمه‌هشیارتان می‌نشانید. حاصلش این است که آنها نیز محکم‌تر و سریع‌تر برایتان کار می‌کنند و ثمرات شادمانه به بار می‌آورند. برای ایجاد و پرورش اعتماد به نفس، هیچ چیز به اندازه تکرار عبارات تأکیدی اثر نمی‌کند.



هرگاه دربارهٔ قدرت و توانایی خود برای کامیابیهای افزون‌تر و عظیم‌تر دچار تردید می‌شوید، فوراً به سراغ دفتر عبارات تأکیدی خود بروید و بارها بنویسید:

«از هیچ چیز نمی‌ترسم زیرا همهٔ موهبت‌های خدا از آن من است. مجبورم صاحب همهٔ آنها باشم زیرا فرزند خدا هستم. همهٔ آنها را هم اکنون می‌طلبم و همهٔ آنها هم اکنون پدیدار می‌شوند!»  
دربارهٔ هر وضع، هر مسأله، یا هر شخص که می‌کوشد ایمان و اطمینان و اعتماد به نفس شما را تضعیف کند، به تأکید ندا در دهید:

«به ثمرهٔ نیکو و بی‌همتای یکایک تجربه‌ها و رویدادهای زندگیم ایمان محکم و متزلزل‌ناپذیر دارم، زیرا خدا تنها مسؤول زندگی من است و همه چیز را کنترل می‌کند.»

پس از تکرار و نوشتن عبارات تأکیدی، در کمال جرأت و آرامش، به انجام کاری که از آن می‌ترسید دست بزنید و ایمان داشته باشید که خدا به شما کمک می‌کند. پیش از آغاز کارتان نیز ندا در دهید:

«قدرت خدای متعال پیشاپیش من حرکت می‌کند تا راهم را آسان و هموار و کامیاب و شادمان سازد.» اگر در نیمهٔ راه، ترسان و متزلزل شدید، دیگر بار ندا در دهید: «قدرتم از خداست و از طریق قدرت مطلق او، قادر به انجام همهٔ کارها هستم. هم اکنون ثمرهٔ کامل و بی‌همتا پدیدار می‌شود!»

یکی دیگر از عبارات تأکیدی قدرتمند برای ایجاد و پرورش اعتماد به نفس این است:

«خرد لایتناهی هدایتم می‌کند. عشق الهی توانگرم می‌سازد.»

به هر کاری که دست بزنم پیروز و کامیاب می شوم.»  
 اخیراً مردی بازرگان برایم تعریف کرد که به محض طلب توفیق و تأکید بر یقین و اطمینان، ایمانش مورد امتحان قرار می گیرد. مثلاً همین که سهامی می خرد، قیمت آن برای مدت زمانی پایین می رود، طوری که فکر می کند به شیوه بی نادرست سرمایه گذاری کرده است. در چنین مواقعی، عبارات بالا را تکرار می کند و ایمان و اعتماد لازم برای چسبیدن به تصمیمش را بازمی یابد. ناگاه بهای همان سهام بالا می رود و سودی کلان نصیب او می شود.

این نکته را به خاطر داشته باشید که پس از نشان دادن دل و جرأت و پیروی از اعتقاداتتان، گویی نیروی نامریی شما را می آزمایشد تا ببیند که به تصمیمتان به اندازه کافی اطمینان دارید یا نه. مردم معمولاً می کوشند شما را دلسر کنند. اکنون وقت آن است که به آن چیز که صمیمانه درست می دانید بچسبید. پیشاپیش با تأکید بر کامیابی و ثمرات نیکو، در باطن خویش، پی لازم را بنا کرده اید. اکنون باید به خودتان و دیگران ثابت کنید که نیروی درون شما به یاری شما برمی خیزد. به محض انجام این کار، یقین بدارید که جزو مد امور دگرگون می شود و اعتماد به نفس شما نیز افزایش می یابد و اطمینان دیگران به شما نیز چندین برابر می شود. در اینجا است که به راستی می توانید ندا در دهید:

«هیچ چیز به اندازه کامیابی کامیاب نمی شود.»

هرگاه در وضعیتی ترسناک قرار می گیرید به تأکید بگویید: «خدا مرا به دست فرشتگانش سپرده است تا در همه حال مراقبم باشند.»

مزبور بیست و سوم از بسیاری جهات همواره به خودم و مراجعانم کمک کرده است:

«خداوند شبان من است. محتاج به هیچ چیز نخواهم بود. در مرتعهای سبز مرا می‌خواباند. نزد آبهای راحت مرا رهبری می‌کند. جان مرا برمی‌گرداند. و به خاطر نام خود به راههای عدالت هدایت می‌نماید. چون در وادی سایهٔ موت نیز راه روم از بدی نخواهم ترسید زیرا تو با من هستی. عصا و چوب دستی تو مرا تسلی خواهد داد. سفره‌یی برای من به حضور دشمنانم می‌گسترانی. سر مرا به روغن تدهین کرده‌ای. و کاسه‌ام لبریز شده است. هرآینه نیکویی و رحمت تمام ایام عمرم در پی من خواهد بود. و در خانهٔ خداوند ساکن خواهم بود تا ابدالآباد.»

برای ایجاد و پرورش اعتماد به نفس که بزرگترین راز کامیابی و توانگری است توصیه می‌کنم دیگر بار فصل پنجم این کتاب را بخوانید. حتماً برای خودتان «چرخ اقبال» بسازید و روی آن تصاویر موهبت دلخواهتان را بچسبانید. هر روز به سراغ «چرخ اقبال» خود بروید و به این تصاویر نگاه کنید تا ذهنتان از بارقه‌های انجام آرزو شادمانه بیاساید. یکی از عباراتی که یک بار خودم روی چرخ اقبال نوشتم این بود: «هم اکنون رویدادهایی دلیلی پیش می‌آیند!» بی‌درنگ رویدادهایی شادی بخش رخ دادند و ثمراتی نیکو به بار آوردند.

یکی دیگر از عبارات قدرتمندی که بر چرخ اقبال نوشته بودم این بود: «اکنون زمان توفیق الهی است. معجزه از پس معجزه می‌آید و برکتها و شگفتیهای خدا هرگز از بارش بازمی‌ایستند.»

وقتی با تصاویر ذهنی غنی و نیکوبه ذهنستان خوراک می‌رسانید، ذهنستان آن تصاویر را به ثمرات عینی و مرئی بدل می‌کند.

اگر تصویرتان تصویر ذهنی باشد حتماً انجام خواهد پذیرفت. اما اگر نمی‌توانید ایمان بیاورید که خواسته‌تان ممکن و انجام‌پذیر است، تصویر انجام‌یافته و تمام‌شده‌اش را جایی بگذارید که بتوانید هر روز آن را ببینید. آنگاه ذهن نیمه‌هشیارتان وارد فعالیت خواهد شد و آن را به انجام خواهد رساند.

یکی دیگر از راههای ایجاد و پرورش اعتمادبه‌نفس این است که مستقیماً از پدرمهربان آسمانی خود دربارهٔ یکایک امورتان هدایت بطلبید. همان‌گونه که پیش از این نیز گفته شد، راه حل الهی تنها راه حل عالی و والاست!

یکی دیگر از راههای فرح‌انگیز ایجاد و پرورش اعتمادبه‌نفس، تماس با کسانی است که دارای اعتمادبه‌نفس هستند. ذهن نیمه‌هشیارتان فضای سرشار از اطمینان آنها را جذب می‌کند. افرادی که صاحب ذهنیت توانگرو کامیاب هستند، ناخودآگاه به شما الهام می‌بخشند و شما را به اوج تعالی و بالاترین سطوح اندیشه و امید و آرزو می‌کشانند. شاید هنگامی که عیسی مسیح گفت: «و من اگر از زمین بلند کرده شوم همه را به سوی خود خواهم کشید.» (انجیل یوحنا، ۱۲: ۳۲) مرادش اشاره به قدرت اعتمادبه‌نفس بود.

یکی دیگر از راههای ایجاد اعتمادبه‌نفس، پرورش شهود و تجسم یا تخیل خلاق است. شهود همان «آواز ملایم و آهسته» سرشار از دانش درونستان است که اگر گوش فرادادن و ادراک هدایتش را بیاموزید، راه

موهبت عظیم تر را نشانتان می دهد.

برای پرورش تخیل خلاق خود باید دست کم از یک نفر دیگر بخواهید که در جهت رسیدن به ثمره دلخواهتان با شما همکاری کند. فایده این کار این است که از نیروی ذهنی انسانی دیگر برای اصلاح وضعیت خود بهره می جویند. دانشمندان می گویند که شهود و تخیل خلاق، دو قدرت نبوغ آمیز انسان است. در این صورت، اگر به راستی فهمیده و پرورانده شوند شگفتیها می آفرینند.

یکی دیگر از راههای پرورش اعتماد به نفس در خودتان و دیگران، آغاز قدردانی و تحسین و تمجید از نکات مثبت دیگران است. دل و جرأت به خرج بدهید و از دیگران تعریف کنید و آنها را بستاید. با مردم مهربان باشید و با کلامی مهرآمیز آنها را به سوی تعالی و کامیابی سوق دهید.

اگر در شخصی محاسنی می بینید حتماً این محاسن را به او بگویید. اگر به موفقیت شخصی ایمان دارید اما می بینید که هنوز برای رسیدن به کامیابی دست و پا می زند، از ایمانی که به او دارید سخن بگویید. صبر نکنید تا موفق بشود و آنگاه به او بگویید: «چقدر به وجودت افتخار می کنم. اگر چه از قبل می دانستم که حتماً موفق خواهی شد.» کلام تحسین آمیز و کامیابی بخش را زمانی به او بگویید که هنوز به موفقیت نرسیده است. زیرا آن موقع او به راستی به این کلام نیاز دارد.

بیشتر مردم نقاب به چهره می زنند. اگر می توانستید از پس این نقاب به آنها بنگرید درمی یافتید که کلام مهرآمیزتان از هر مرهمی برای آنها مؤثرتر است. مانند رسیدن نجات غریق برای انسانی که در حال غرق شدن

است. زیاده روی در تحسین و تمجید از دیگران، هزاربار بهتر از صرفه جویی در آن است. تحسین و تمجید می تواند نقطه عطف زندگی یک انسان به سوی کامیابی باشد. یقین بدانید که یک نفر دیگر هم در لحظه‌یی که شما بیش از هر وقت دیگر به آن نیاز دارید، این کار را برای شما خواهد کرد. حتی کسانی که جهان آنها را بعنوان موفق‌ترین اشخاص می شناسند تشنه تشویق و کلام پرمحبت و متفکرانه و سرشار از تحسین و قدردانی هستند. اعتماد صادقانه به خودمان و دیگران — اگر به بیان درآید دارای قدرتی جادویی است.

تازگی پس از ملاقات با خانواده‌یی خوشبخت، بیشتر به تأثیر تحسین و تمجید ایمان آوردم. خانواده خوشبخت شامل یک زن و شوهر و پنج بچه بسیار مؤدب و عاقل و دوست داشتنی و سازگار بود. سرانجام نتوانستم مقاومت کنم و از بانوی خانه پرسیدم: «راز داشتن پنج کودک بانشاط و سازگار در نیایی که نامازگاری در آن امری عادی می نماید چیست؟» زن که موجودی آرام و درون گراست به سرعت جواب داد: «راز این مسأله شوهرم است که مردی بسیار نازنین و نسبت به بچه‌ها بیش از اندازه مهربان است.» فکر کردم: «وقتی شوهرت روزی ده ساعت و شش روز در هفته سر کار است چگونه می تواند فرصت کند که با بچه‌ها بیش از اندازه مهربان باشد؟» اما دیدم که گل از گل شوهرش شگفت و با نظری تحسین انگیز به همسرش نگریست. واقعاً فکر کرد که نسبت به بچه‌ها بیش از اندازه مهربان است!

بعداً که می بایست بیرون از محوطه منزل، برای پختن غذایی آتش روشن می کردند زن با لحنی صمیمانه به شوهرش گفت: «عزیزدلم تو

خیلی عالی آتش روشن می‌کنی!» فکر کردم: «جل الخالق! تا حالا کسی شنیده که آدم مردی را به خاطر آتش روشن کردن تحسین کند؟» اتفاقاً بدهم از آب درنیامد. اما احساس من این بود که اگر شوهر همه حیاط را به آتش می‌کشید باز هم زن می‌گفت: «آیا شوهرم بهترین مأمور آتش‌نشانی دنیا نیست؟» و، چه جای تعجب اگر این خانواده تا این حد خوشبخت بودند.

همراه با تحسین و تمجید و مهربانی و قدردانی و ملاحظه نسبت به دیگران، خوب است که خاموش و ذهناً به او یا برای او بگویید: ... (نامش را بر زبان آورید) من به هدایت الهی و تواناییها و استعدادهای تو ایمن دارم. می‌بینم اکنون به یاری غنی خدا بی‌وقفه از کامیابی به کامیابی ره‌سپاری. کامیابی تو عظیم و قدرتمند و مقاومت‌ناپذیر است و هم اکنون پدیدار می‌شود.

این کار ابداً به معنای هیپنوتیزم نیست. شما تنها این امتیاز را به او می‌بخشید تا از والاترین اندیشه‌هایتان برای کامیابی و توانگری بیشتر سود جوید. تسلط بر ذهن انسانی دیگر هرگز نمی‌تواند هدف شخصی باشد که صاحب اندیشه‌توانگر است. البته شاید هیپنوتیزم در پژوهشهای پزشکی و علمی جای خود را دارا باشد، اما برای استفاده‌عموم مناسب نیست. انسان از نظر معنوی حق ندارد اندیشه‌دیگری یا دیگران را کنترل کند و در اختیار خود بگیرد. چنین اعمالی معمولاً آشفتنگی و عواقبی تلخ و ناخوشایند به بار می‌آورد.

آزادی یکی از بزرگترین قوانین ذهنی عالم است. انسانی دارای اندیشه‌توانگر به خوبی از این امر آگاه است. تا لحظه‌یی که به طور کلی

کامیابی و توانگری دیگری را می‌خواهید، این اندیشه برای هیچ کدام از شما خطری ایجاد نمی‌کند. کنترل، زمانی است که شخصی بکوشد به خاطر شیوه تفکر خودخواهانه خودش، از طریق زور و فشار ذهنی، اندیشه دیگری را کنترل کند. تکرار عبارات تأکیدی، شما را هیپنوتیزم نمی‌کند. کاملاً برعکس، شما را از اندیشه شکست و نفی و انکار که از روی عادت — آن هم زمانی که از اقتدار اندیشه بی‌خبر بودید — آنها را پذیرفته‌اید و به خواب مصنوعی فرو رفته‌اید برمی‌خیزاند.

شاید هرگز پی نبرید که تشویق و تحسین و تمجید شما چه اثری می‌تواند در زندگی دیگری داشته باشد؛ یا قدردانی و کلام محبت آمیزتان چه شگفتیهایی در زندگی دیگری بیافریند. شگفت اینجاست که کلام مهرآمیزتان هزار برابر به سوی خودتان بازمی‌گردد. زیرا هرآنچه از خود صادر کنید چند برابر به خودتان برمی‌گردد.

روانشناسان می‌گویند یکی از مؤثرترین راههای ایجاد اعتماد به نفس، دعای روزانه است. من نیز به این امر معتقدم. توصیه می‌کنم دیگر بار فصل دوازدهم این کتاب را بخوانید. بگذارید الوهیت درون و پیرامونتان را احساس کنید و به ایمان و اقتداری عظیم دست یابید. یقین دارم اکنون از شور و شوق و اعتماد به نفس سرشارید.

گفته‌اند: «انسانی که فکر می‌کند می‌تواند» موفق می‌شود. همواره قدم خیرپیش بگذارید. هر کاری که از دستتان برمی‌آید بکنید تا ظاهر و باطنتان سرشار از اعتماد به نفس باشد. همیشه قیافه انسانهای مطمئن و موفق را داشته باشید. آنگاه اندیشه‌های خودتان و دیگران جمع می‌شود و در مسیر ثمرات دلخواه و کامیابی بخش حرکت می‌کند.



## فصل چهاردهم

# قدرتهای خارق العاده‌ای که در شما هست!

همهٔ انسانها علاوه بر قدرتهای مشاهده و ادراک، دارای قدرتهای ژرف‌تر ذهنی مانند شهود و تخیل خلاق هستند.

همهٔ اشخاصی که دنیا آنها را تابعه می‌خواند کسانی بوده‌اند که دل و جرأت به خرج داده‌اند و به ندای شهود و تخیل خلاق خود گوش فراداده‌اند و از هدایت آن اطاعت کرده‌اند. پیروی از رهنمودهای باطنی چنان ثمرات شگفتی به بار می‌آورد که دیگران می‌پندارند آنها صاحب استعدادها و نبوغی خارق العاده‌اند. در واقع، آنها دارای قدرتهای غیرعادی نیستند. آنها تنها به جای خفه کردن این قدرتها، از شهود و تخیل خلاق خویش استفاده کرده‌اند. بیشتر ما علاقه‌مندیم که قدرتهای ذهنی خود را فرو نشانیم، حال آنکه باید آنها را برانگیزانیم. زیرا شهود و تخیل خلاق، قدرتهایی نبوغ‌آمیز برای آفرینش توانگری و کامیابی و زندگی دلخواه است.

من همواره فطرتی بسیار شهودی داشتم که اغلب موجب آشفتگی ام می‌شد چون قادر به فهم آن نبودم. این احساس در من ایجاد می‌شد که

اگر از آن اطاعت کنم به موجودی عجیب و غریب و ناهنجار بدل می شوم. وقتی بچه بودم نمی توانستم به دیگران بفهمانم یا برایشان توضیح بدهم که چرا مجبور به اطاعت از فرمانهای آن هستم. اما این را می دانستم که اگر از گواهی دل یا «حسن ششم» خودم پیروی نکنم دچار پیریشانی و ناراحتی خواهم شد. این را نیز فهمیده بودم که اگر وفادارانه، موه مو از گواهیهای دلم اطاعت کنم بی تردید به ثمرات درست می رسم.

با نگاه به اطرافیان می بینید آنها که از موهبت ابتکار و ابداع بهره مندند، به اینکه جهان و جهانیان چه فکر می کنند نمی اندیشند؛ از این رو، دانشهای تازه آزادانه از وجودشان برمی خیزد و بیرون می تراود. در این روزگار هیجان انگیز و پیشرو که ما در آن زندگی می کنیم، دنیا به چنین اندیشه مندانی نیاز دارد.

از دیدگاه توانگری، مردم هنوز در نیافته اند که با قدرتهای خارق العاده شهود و تخیل خلاق خود چه کنند. آنان که حسهای درونی و بارقه های الهام خود را پرورانده اند معمولاً به چشم همکارانشان عجیب یا ناهنجار می نمایند. به بیشتر ما آموخته اند که چنین افرادی را جدی نگیریم.

در زمانه یی که رهپار روشن بینی است درمی یابیم که با قدرتهای ذهنی به دنیا می آیم که از آنها چندان خبری نداریم. برای ایجاد توانگری و کامیابی دلخواه باید این نیروهای کشف نشده را در خود بیدار کنیم.

از آنجا که توجه ما معمولاً به فعالیتهای بیرونی و دنیای خارج معطوف است، ندای شهود را نمی شنویم و هدایتش را ادراک نمی کنیم.

هنگامی که در راه بیدار کردن شهود می‌کوشید باید هر روز مدتی به فضای آرام درون رو آوریم.

شهود یعنی دانش و دریافت آنی دربارهٔ چیزی بدون استدلال. در واقع، شهود الهامی درونی و باطنی است که به صورت اندیشه یا طرحی به ذهن هشیارتان می‌آید. این بارقه‌ها را گواهی دل یا «آواز ملایم و آهسته» می‌خوانند.

در عهد عتیق، در باب نوزدهم کتاب اول پادشاهان می‌خوانیم که ایلیا این «آواز ملایم و آهسته» را صدای خدا و حکمت و هدایت والای اومی داند. به راستی که «آواز ملایم و آهسته» قدرتی خارق‌العاده است زیرا اقتدار الهی شماست.

در این عصر هم‌رنگی عمومی، وقت آن رسیده است که دریابیم که توفیق راستین ثمرهٔ دل و جرأت به خرج دادن و متفاوت بودن و نشان دادن فردیت انحصاری شخص است. این به معنای تلاش برای عجیب و غریب بودن نیست. همان‌گونه که چارلز فیلمور می‌گوید: «اگر دارای تحصیلات عالی هستید یا به شکل معمول خاندان بشری درآمده‌اید، چه بسا تمام عمر، زندگی متوسطی را بگذرانید و هیچ‌گاه اندیشهٔ بکری نیز به سرتان نیاید.»

در سالهای اخیر، اعتقاد موردپسند این بوده است که اگر فردی با یک قالب فکری یا رفتاری نخواند، به او «ناسازگار» بگویند. اگرچه هنوز فشار برای هم‌رنگی وجود دارد، اما اکنون خطرات این گونه هم‌رنگی را درمی‌یابند. اکنون بسیاری از شرکتها و ادارات و کارخانجات درصددند که برای ازمیان برداشتن رکود یا افزایش تولید، فردیت را

برانگیزانند. یکی از نویسندگان نوشته است: «لازمهٔ عصر فضا، جسارت و فردیت بیشتر است.» اتفاقاً این دو ویژگی بیشتر نزد کسانی یافت می‌شود که به ندای باطن خود گوش فرامی‌دهند و از رهنمودهای شهودی آن پیروی می‌کنند.

شاید به آن دلیل رهنمودهای شهودیتان را دنبال نکرده‌اید که آنها را به طرزی باورنکردنی شگفت و عالی یافته‌اید و خواسته‌اید که پیش از اقدام به عمل، آنها را سبک و سنگین کنید. شهود کاری به استدلال ندارد، زیرا توضیح نمی‌دهد؛ تنها راه نشان می‌دهد و شما را آزاد می‌گذارد که آن را انتخاب یا رها کنید. نوابغ و انسانهای معتمد به نفس، به الهامهای باطنی خود ایمان دارند و بدون ذره‌یی استدلال آنها را دنبال می‌کنند. به همین دلیل آنها را نوابغ می‌خوانند. مردم عادی معمولاً منتظر «اثبات و گواه و دلیل» در کشمکشها و پرسشهای عقلی درجا می‌زنند.

هنرمند و شاعر و نویسنده و موسیقیدان و دانشمند و قدیس، از طریق شهود با ذهن دانای کل تماس می‌گیرند و آنگاه حاصل آن تماس را به جهان ارزانی می‌دارد.

گاه شهود به صورت الهامی درونی و گاه از راههای بیرونی به سراغتان می‌آید. گاه به صورت «آری» و گاه به صورت «نه». گاه این «آری» آنقدر آرام و نرم و ملایم است که دست کم نخست آنرا نادیده می‌انگارید. زیرا نمی‌کوشد شما را مجاب کند. اگر آن را نادیده انگارید، بسیار آرام دوباره و دوباره آنقدر به ذهنتان می‌آید تا دیگر بار از آن آگاه شوید.

گویی آنگاه که شهود به صورت «نه» به سراغ آدمی می‌آید شدیدتر

و نمایان تر است. گویی سالها شهود تنها زمانی به سراغم می آمد که می خواست از طریق احساس بیقراری و ناآرامی و نارضایی «نه» بگوید. ظاهراً هرگاه شهود می خواهد «نه» بگوید، صدایش بلندتر و موثردتر است. احساس ناآسودگی ناشی از این «نه» آنقدر شدید است که جز اطاعت از آن چاره‌یی نمی ماند.

برای این که بیاموزید چگونه صدای «آری» یا «نه» شهود را بشنوید و از هدایت روزانه آن بهره مند شوید، باید هر روز در گوشه‌یی خلوت به آرامش و سکوت درون پناه ببرید. هرگاه ذهن انسان از اندیشه‌های آشفته و پراکنده رها و در آرامش باشد، صدای شهود را می شنود و رهنمودهایش را می پذیرد. شهود معمولاً شما را مجبور یا ملزم نمی کند؛ صورتی منتظر می شود تا آنگاه که آرام و آسوده اید به مؤثرترین شیوه به سراغتان بیاید. البته اگر ضرورت ایجاب کند، حتی از طریق ذهنی فعال و مشغول نیز شهود می تواند کارش را به ثمر برساند.

برای پرورش شهود و کسب پاسخهای «آری» و «نه»، این پنج گام را دنبال کنید:

۱) دریابید که شهود نیرویی معنوی است که توضیح نمی دهد و به استدلال نمی پردازد؛ تنها راه موهبت عظیم تر را به شما نشان می دهد. این وظیفه شماس است که با ایمان و اطمینان، آنچه را به دلتان می افتد دنبال کنید تا بتوانید خیر و صلاح خود را به دست آورید. همه آنچه در دنیای پیرامونتان می بینید، از آن رو به وجود آمده اند که زمانی به دلی کسی افتاده بودند. شما هم می توانید برای ایجاد دنیایی زیباتر و بهتر، از

آرمانهای خود استفاده کنید.

۲. به هنگام انجام کار روزانه — خواه کارتان ذهنی باشد و خواه جسمی — به گونه‌ی عمل کنید که گویی در حضور خرد لایتناهی و شهود الهی هستید. به گونه‌ی خود را آموزش دهید که دریا باید شهود الهی همواره با شماست، به شما علاقه‌مند است، همه چیز شما را می‌داند، و از هدایت و کمک به شما به وجد می‌آید.

وقتی با این گرایش سرگرم کار شوید و با این گرایش به پیراموتان بنگرید، در خود و پیراموتان توانایی و توفیق و اقتداری تازه می‌یابید. آنگاه اوضاع و شرایط بهتر و تجربه‌های دلپذیرتری را به سوی خود جذب می‌کنید. هرچه بیشتر به این خرد لایتناهی و مهربان که دانای کل است بیندیشید و به هدایت شهودی و رهنمودهای الهی او که در شما و برای شما سرگرم کار است فکر کنید، کمتر خودتان زحمت خواهید کشید تا اوضاع را درست کنید و سروسامان ببخشید.

برای رسیدن به این مقام ذهنی مدام تکرار کنید: «هم اکنون شهود الهی راه را نشانم می‌دهد. شهود الهی اکنون در من و از طریق من سرگرم کار است تا آسان و سریع، عالی‌ترین و کامل‌ترین ثمره را به بار آورد.

۳. پس از آغاز این گامهای ذهنی مشاهده می‌کنید که دیگر لازم نیست برای درست کردن یا بهتر کردن امور تلاش کنید. به هرچه بیندیشید و توجه کنید و علاقه‌مند باشید، اسرارش را بر شما آشکار می‌کند. گویی به هرچه بنگرید یا در هرچه تأمل کنید، مشتاق شناخت شما می‌شود.

دیگر موهبت دلخواهتان را دور و غیرقابل دسترس و جدا از خودتان

نمی‌بینید. بعکس، درمی‌یابید که به یاری **شهود الهی** همه چیزپیشاپیش به صورت اندیشه و برنامه و راه و روش انجام و عاقبت به صورت ثمرات دلخواه در اختیارتان است.

۴) پس از اینکه همه کارها را به گونه‌یی به انجام رساندید که گویی در حضور **خرد لایتناهی** و **حکمت شهودی** هستید — که از همه نیازهایتان باخبر و قادر و مشتاق به کمک شماست — درمی‌یابید که نه تنها تواناییهایتان افزون‌تر می‌شود بلکه از درون درباره بسیاری از چیزهایی که خواهان یا نیازمند دانستن آنها هستید آگاهی می‌یابید.

ناگهان «حسی» یا «الهامی» به صورت گواهی دل به شما می‌گوید که کدام کار را بکنید و کدام کار را نکنید. پس از پیروی از آنچه به دلتان افتاد، شادمانه درمی‌یابید که **شهود الهی** که آن حس یا الهام را به شما عطا کرده بود پیشاپیش راه توفیق را برایتان آماده کرده است! درمی‌یابید که چون با ایمان و بدون استدلال رهنمودهای **شهود** را دنبال کنید، موهبت دلخواهتان بسیار سریع‌تر از آنچه بتوانید بپذیرید پدیدار می‌شود.

از این رو، الهام یا گواهی دل نشان می‌دهد آنچه آرزومندش هستید آرزومند شماست. آرزو، دست نوازشگر خداست که در ذهنتان را می‌کوبد تا موهبتی عظیم‌تر را به شما ببخشد. هنگامی که دلتان از آرزویی ژرف لبریز است، نشانه آن است که پیشاپیش برای شما مهیا شده و منتظر است تا آن را بازشناسید و بپذیرید. این بدان معنا نیست که طالب موهبت دیگری هستید یا موهبت دیگری را می‌ستانید. شاید معادل الهی موهبت یک نفر دیگر را بخواهید و باید برای معادل الهی متعلق به خودتان

سپاس بگذارید.

اگر پس از دریافت الهام یا گواهی دل، احساس کردید هنوز نیازمند یقین و اطمینان بیشتری هستید، بدانید که می‌توانید نشانه‌ها و رهنمودهای بیشتری بخواهید تا یقین حاصل کنید. که در راه درست گام برمی‌دارید. در چنین مواقعی ندا در دهید: «تنها در صورتی این را برمی‌گزینم که به عالی‌ترین خیر و صلاحم باشد. اگر نه، ای شهود الهی هم اکنون معادل الهی آن را برایم بفرست.» هرگاه درباره الهامی که به دلتان افتاده است شک کردید بگویید: «ای شهود الهی، حقیقت کامل این وضع چیست؟ هم اکنون چنان روشن آن را بر من آشکار کن که امکان اشتباه نداشته باشم.»

۵) اکنون خود را برای دریافت شگفتیها آماده کنید زیرا مشکلات همواره به گونه‌یی که خود تصور می‌کنید حل نمی‌شود. میراث الهی نیز همواره از راهی نمی‌رسد که ذهن بشری شما تصور می‌کند. اگر در این مرحله، خودتان را برای دریافت ناگهانی شگفتیها آماده نکنید، چه بسا موهبتها از بغل گوش شما بگذرند و آنها را از دست بدهید.

اینک بر شماست که قاطعانه تصمیم بگیرید که تنها نیکی را برگزینید و نیز از میان تجربه‌های گوناگونی که پیش می‌آید تنها نیکی را بپذیرید. از این طریق، رویدادها همان گونه پیش می‌آیند که شما می‌خواهید و تصمیم گرفته‌اید.

اما شهود از راههای بیرونی: کلام دوستی، عبارت مجله یا کتابی، یا از طریق رشته‌یی از رویدادهایی که پیرامونتان پیش می‌آید نیز می‌تواند



جلوه گر شود.

دوستی می‌خواست بداند که مرخصی برود یا نه؟ هدایت مشخص طلبید. چند روز گذشت و الهامی به دلش نیفتاد. یک روز مجله‌یی را گشود و چشمش به این عبارت افتاد: «چرا نروی؟» این جمله، کارش را کرد! تصمیم گرفت که به مرخصی برود و همه چیز خود به خود درست شد.

مادری نگران پسر بدرفتارش بود. اگرچه هنوز کوچک بود، مادر به فکر افتاد او را به مدرسه شبانه روزی بفرستد تا از خانه دور باشد و رفتار درست را بیاموزد. مطمئن نبود این کار درست است یا نه؛ پس هدایت شهودی طلبید. چندی نگذشت که روزنامه عصر را گشود و خواند: «بهترین جا برای کودکان بدرفتار خانه آنهاست.» او نیز از فکر فرستادن بچه اش به شبانه روزی منصرف شد و با توجه و محبت بیشتر، رفتار کودکش را اصلاح کرد.

هرگاه مشکلی پیش می‌آید — خواه شخصی و خواه شغلی — آن را با خود نگاه ندارید؛ صبر نکنید تا بزرگتر شود؛ منتظر نشوید تا سر فرصت خودتان را از شر آن خلاص کنید. بی‌درنگ هدایت و دانش مستقیم بطلبید و هوشیارانه مراقب نشانه‌های درونی و بیرونی باشید.

از هم اکنون شهود خود را بپرورانید. اگر به هنگام دریافت رهنمودهای شهودی درونی و بیرونی، با ایمان کامل به آنها رفتار کنید، هرگز اعمالتان اندکی زود یا اندکی دیر انجام نخواهد گرفت؛ هیچ چیز خراب از کار در نخواهد آمد؛ بلکه همواره در لحظه درست و مقرر وارد صحنه عمل می‌شوید و همه چیز نرم و هموار پیش خواهد رفت. اما اگر

پس از اطاعت از رهنمودهای شهودی بسیار روشن و نیرومند، ثمره دلخواه پیش نیامد آزرده نشوید. به تأکید ندا در دهید که *شهود الهی ثمره کامل و بی نقص و بی همتا را به بار می آورد و عالی ترین موهبت متجلی می شود.* گاه چنین می نماید که امور به راه خطا می روند، حال آنکه در واقع همه چیز در راه ایجاد حاصل درست و ثمره نیکو سرگرم کار است.

امرسون چه نیک قدرت سحرآسای شهود را دریافته بود. از این رو، گفت: «به جهانی جدید گام می گذاریم. آنجا که جان، درد دل آدمی بر تخت می نشیند. آن روز، روز بینش باطن است و تحول و تبدیل نبوغ به اقتدار عمل.»

بینش، نامی دیگر برای دانش باطنی یا شهود است، که از آن طریق می توان قدرت نبوغ را به قدرت عمل و ثمرات عملی تبدیل کرد.

دومین قدرت خارق العاده شما تخیل خلاق است. وقتی سلیمان گفت: «جایی که رؤیا نیست قوم گردنکش می شود. اقا خوشا به حال کسی که شریعت را نگاه می دارد.» (عهد عتیق، کتاب امثال، ۲۹: ۱۸). مرادش اشاره به تخیل خلاق بود.

همه ما می خواهیم بر رویدادهای آتی زندگی مان تسلط معنوی داشته باشیم و برای توانگری افزون تر برنامه ریزی کنیم. از این رو، هر شب پیش از خواب باید به کارها و برنامه های روز بعد بیندیشیم. برای پرورش

قدرت خارق‌العاده تخیل خلاق، پیشنهاد می‌کنم:

به جای نگرانی برای رویدادهای روز بعد، یا اندیشیدن به مشکلات، آنچه را درباره‌ی رویدادهای روز بعد می‌دانید در ذهنتان جمع‌آوری کنید. فکر کنید که صبح فردا را با کدام کارها باید شروع کنید. آنگاه ذهناً به سراغ یکایک کارهایی بروید که می‌خواهید سراسر روز به انجام آنها پردازید. آن رویدادها و برنامه‌ها را در ذهنتان مرتب و منظم کنید و به طرز دلخواه سروسامان بدهید تا آن گونه که دوست دارید پیش بیایند. هرگاه احساس ترس و تردید کردید به تأکید بگویید:

«با نیکی متعال خدا تو را متبرک می‌کنم. نیکی متعال خدا هم اکنون اختیار این وضعیت را به دست می‌گیرد و همه چیز نیکوست.»  
همه پیشرفتهای خوشایند و مثبت و دلپذیری را که می‌خواهید روز بعد تجربه کنید، از نظر بگذرانید. برای موفقیت کامل در همه‌ی فعالیتهای روز بعد، در دلتان به تأکید بگویید:

«برای همه‌ی توفیقه‌های الهی فردا، برای همه‌ی ثمرات رضایت‌بخش فردا، و برای همه‌ی شادمانیهای بیکران فردا، خدا را شکر می‌کنم.» آنگاه همه‌ی مسائل و اندیشه‌ها را از ذهنتان بیرون کنید و آرام بخوابید.

از این طریق، از تخیل خلاق خود به درستی استفاده کرده‌اید تا از وضعیتی که در آن هستید، ثمره‌ی درست را برانگیزید. اینجاست که همه‌ی موقعیتها و اوضاع و شرایط و انسانها دست‌به‌دست هم خواهند داد تا عالی‌ترین حاصل و توانگرترین توفیق را به راه شما بکشانند. به راستی که خوشا به حال آنان که برای حل مشکلات خانوادگی و شغلی و اجتماعی

و معنوی خود، از این شیوه قدرتمند سود می جویند.

برای پاک کردن خاطره‌های ناخوشایند، شکستهای شغلی، ناهماهنگی در روابط، و سایر تجربه‌های منفی گذشته، می‌توان از تخیل خلاق استفاده کرد. در حیطه خرد لایتهای (ذهن الهی) عنصر زمان وجود ندارد. آنجا از گذشته و حال و آینده خبری نیست. اگر تمام لحظه‌ها را در آگاهی از این حضور بگذرانید، برگزیده و حال و آینده مسلط می‌شوید. از این رو، می‌توانید هر یک از عناصر و ارکان یا خاطره‌ها و موقعیتهای گذشته را که نمی‌پسندید، محو و پاک کنید.

برای این کار باید زمان و مکان و اشخاص آن موقعیت را به خاطر آورید و به تأکید بگویید: «تورا با نیکی متعال خدا متبرک می‌کنم.» آنگاه ذهناً ببینید که آن تجربه به همان شکلی درآمد است که شما می‌خواهید. وقتی درباره‌ی خاطره‌ی منفی کاری مثبت می‌کنید، الگوی قالب فکری منفی از طریق الگوی انگاره‌ی مهرآمیز و مثبتی که جانشین آن می‌کنید پاک و محو می‌شود. حتی اگر آن اشخاص دیگر در قید حیات نیستند، به تأکید بگویید: «به یمن نیکی خدا که در تو و از طریق تو سرگرم کار است، تورا متبرک می‌کنم. به یمن نیکی متعال خدا، برای خودم و تو و این تجربه، برکت و آمرزش می‌طلبم. هر چه بجز نیکی برای ابد پاک و محو شده است.»

از این طریق می‌توانید ذهنتان را از همه‌ی خاطره‌های منفی که شاید سالها در ذهنتان خانه کرده‌اند برهانید. آنگاه سرشار از احساس سبکی و آزادی، به آرزوهای غنی و اندیشه‌های توانگر رو می‌آورید. به راستی که تخیل خلاق شما می‌تواند راه تجلی موهبت‌های تازه را بر شما بگشاید.

از راه همکاری گروهی نیز می‌توانید بر میزان توانگری خود بیفزایید. هرگاه دو اندیشهٔ هماهنگ به هدفی واحد معطوف شود، نیرو و انرژی ذهنی مضاعف سبب می‌شود که آن هدف زودتر، و با سعادتتی عظیم‌تر به ثمر برسد. به این دلیل، عیسی مسیح گفت: «باز به شما می‌گویم هرگاه دو نفر از شما در زمین درباره هر چه بخواهند متفق شوند هرآینه از جانب پدر من که در آسمان است برای ایشان کرده خواهد شد.» (انجیل متی، ۱۸: ۱۹).

پس به آن عضو قابل اعتماد خانواده یا دوستی که به او اطمینان کامل دارید بگویید که در آرامش و خلوت خود به خواستهٔ شما بیندیشد و آن را به سرانجام رسیده ببیند. تنها شرط این مسأله این است که آن شخص قابل اعتماد باید با شما در هماهنگی کامل باشد؛ همچنین نباید از مشکل یا خوامسته یا اندیشهٔ شما به احدی چیزی بگوید. در چنین مواقعی، به راستی که اقتدارتان در سکوت و آرامش و خلوت و تنهایی و دعاهای شما نهفته است.

اگر به آن شخص اعتماد کامل دارید، هرچه را در ذهنتان می‌گذرد به او بگویید. با او درددل کنید. بگذارید خالی و سبک شوید. نظرش را بپرسید؛ بخواهید که در دعاهایش شما را یاری و حمایت کند. به محض گفتگو دربارهٔ موضوعی — به ویژه اگر شخص مقابل دارای روحی پاک و بی‌آلایش و قابل اعتماد باشد — بی‌درنگ اندیشه‌ها و آرمانهای نو و نگرشهای درست به ذهن هجوم می‌آورند و ثمرات درست و نیکو به سرعت پدیدار می‌شوند. هرگاه دو ذهن به هدفی واحد توجه کند، با قدرتی برتر یگانه می‌شوند که سرشار از آرمانهای برتر و شعور خلاق و دانش مطلق

است. آنگاه خرد لایتناهی، اسرار را بر آنها فاش می‌کند و راه درست را به آنها نشان می‌دهد.

به هنگام احساس افسردگی و نومیدی و دلسردی نیز می‌توان از تخیل خلاق استفاده کرد. با شخصی خوش بین و مثبت درددل کنید. با کسی که بتواند نگرشی نو در اختیاراتان بگذارد؛ اندیشه‌هایتان را بلند کند و به روحتان شادابی و طراوت ببخشد. در چنین مواقعی دیگران می‌توانند آن حس اعتماد به نفس را که خود نمی‌توانید در خویشتن ایجاد کنید در شما پدید آورند. آنها به شما خواهند گفت که سخنان منفی دیگری در باره شما اهمیتی ندارد؛ آنچه مهم است واکنشی است که شما نسبت به آن حرفها نشان می‌دهید.

اگر هدفی مشترک در میان باشد، اگر با دیگر کسانی که همان هدف را دارند هم‌نوا باشید، از اقتداری عظیم بهره‌مندید. از این طریق، با قدرتهای برتر هماهنگ می‌شوید و به هدفتان جامه عمل می‌پوشانید. اگر از این راه، مدام به هدفی بیندیشید، شیوه به دست آوردنش را بر شما آشکار خواهد کرد.

اگرچه در اوضاع و شرایط گروهی یا هدفهای مشترک، مهمترین عامل، هماهنگی و توافق و خرمندی همگان و اتحاد است. حتی اگر یک نفر با هدفتان سازگار و هماهنگ نباشد، می‌تواند آنقدر فضا را از اندیشه‌های ترس و تردید و خصومت لبریز و مسموم کند که جریان آرمانهای خلاق را بند آورد.

این وظیفه شماس است که همکارانی را که برای رها کردن قدرت خالق العاده تخیل خلاق خود برمی‌گزینید، در کمال دقت

انتخاب کنید.

هم شهود، هم تخیل خلاق، به ذهنهای هماهنگ به سرعت پاسخ مثبت می دهند.

هم شهود، هم تخیل خلاق، در سکوت و تنهایی و آرامش، و به ویژه در حال استراحت عمیق بهتر از هر وقت دیگر کار می کنند. مثلاً پیش از خواب، بهترین موقع برای پرورش شهود و تخیل خلاق است.

زمانهای آرامی که آدمی در تنهایی به تأمل و اندیشه می گذراند و ذهنش آسوده و ساکت و خاموش است، بهترین فرصت برای تجلی قدرتهای باطنی است. افرادی که همواره در حال دویدن یا شتابزده اند و هیچ گاه آرام گوشه یی نمی نشینند و در آرامش و تأمل در عالم ساکت درون وقت نمی گذرانند، همواره باید بدوند و به سختی کار کنند. اگر بیشتر به ندای درون خود گوش فرا می دادند، آرمانهایی توانگرانه به کف می آوردند؛ اندیشه هایی نو و هوشمندانه که زندگیشان را آسان تر و آسوده تر و غنی تر می کرد.

برای پرورش شهود، هم باید به احساسها و الهامها و گواهی دل خود توجه کنید؛ هم مراقب رویدادهای بیرونی باشید: مواظب اوضاع و شرایط و توجه هوشیارانه به جملات و عباراتی که توجهتان را به خود جلب می کند؛ به ویژه پس از این که از شهود الهی خواستید که راه را نشان دهد.

برای پرورش تخیل خلاق باید موهبت دلخواهتان را مجسم کنید و گذشته و حال و آینده را به صورت عالی و بی نقص و کامل و بی همتا

بینید، یا از شخصی قابل اعتماد بخواهید که به طرزی مثبت و هماهنگ در تخیل خلاق شما شرکت کند.

به هنگام رویارویی با مشکلات مالی بپرسید: ای **شهود الهی**، کدام حقیقت را باید درباره این مسأله مالی بدانم؟ چگونه باید آن را حل کنم؟ چندی نمی‌گذرد که بارقه‌های الهام به دلتان می‌تابد و اندیشه‌ها و آرمانهای درست به ذهنتان می‌آید.

هرگز قدر و منزلت سکوت و آرامش را دست کم نگیرید. هیچ‌گاه نسبت به قدرتهای خارق‌العاده وجودتان که می‌تواند بر اعتماد به نفس شما بیفزاید بی‌توجه نباشید. این قدرتها می‌خواهند برای شما کار کنند تا برایتان شادمانی و کامیابی و توانایی و راهنمایی بیشتر به ارمغان آورند. به این منظور، مدام در دلتان تکرار کنید:

«خدا را شکر که هم‌اکنون قدرتهای خارق‌العاده شهود و تخیل خلاقم عیان می‌شوند و شادمانه تقدیر الهی خویش را به انجام می‌رسانم.»



## فصل پانزدهم

# قدرتهای ویژه‌ای که برای توانگری دارید!

در عصر فضا، قدرتهای ژرف‌تر ذهن آدمی که در اعصار پیشین خفته مانده بودند، دیگر بار زنده و نمایان می‌شوند.

تله‌پاتی یعنی هوشیاری از فعالیت ذهنی دیگران بدون استفاده از حواس پنجگانه؛ یا ارتباط با دیگر اذهان بدون نیاز به حسهای جسمانی یا تدابیر مکانیکی.

بومیان هاوایی سده‌ها پیش از آنکه سفیدپوستان بیایند و آنها را «متمدن» کنند، از تله‌پاتی استفاده می‌کردند. در هائیتی نیز کاربرد گسترده تله‌پاتی وجود داشت. در آفریقا، ساعتها و گاه روزها پیش از اعلام اخبار سیاسی، از راه تله‌پاتی از آخرین تصمیمات سیاسی باخبر می‌شدند. استادان و قدیسان خاور دور، سده‌ها از تله‌پاتی به صورت تمرینی ذهنی استفاده می‌کردند. وقتی عیسی مسیح به زن سامری گفت: «نیکو گفتمی که شوهر نداری. زیرا پنج شوهر داشتی و آنکه الآن داری شوهر تو نیست. این سخن را راست گفتمی.» (انجیل یوحنا، ۴: ۱۷ و ۱۸) بی‌تردید از همین قدرت تله‌پاتی استفاده کرد.

شاید عامه مردم از این رو این قدرتهای ویژه را چندان جدی نگرفته اند که دیده اند، کسانی که دارای قدرت تله پاتی یا روشن بینی هستند اغلب نامتعادل و غیرعملی می نمایند. حال آنکه هدف اصلی این قدرتها، ایجاد توازن و تعادل بیشتر و یک زندگی سرشار از کامیابی و توانگری است. برای استفاده درست از این قدرت، این عبارت تاکیدی را تکرار کنید:

«تله پاتی الهی هم اکنون همه حقایق و قدرتهای ویژه برای توانگری را آشکارا در اختیارم می گذارد.»

هنگامی که می خواهید برای خیر و خوشی دوجانبه خود، از راه تله پاتی با کسی تماس بگیرید که از راه معمول قادر به تماس با او نیستید، به تأکید ندا در دهید:

«تله پاتی الهی هم اکنون همه حقایق مربوط به این وضعیت را بر تو و من و بر ما آشکار می کند.»

اگر علاقه مندید کسی که نشانی اش را ندارید با شما تماس بگیرد، به تأکید ندا در دهید: «چون من نمی دانم او کجاست، تله پاتی الهی باید این تماس را برایم فراهم کند.»

گاه در روزی پرمشغله نیازهایی پیش می آید که فرصت رسیدگی به آنها را ندارید. اگر ذهناً به سراغ آن اشخاص بروید و آنها را با این اندیشه متبرک کنید که تله پاتی الهی آنچه را باید بدانند بر آنها آشکار خواهد کرد، آنها از راه تله پاتی، اندیشه های شما را دریافت خواهند کرد و با اعمال درست پاسخ خواهند گفت.

پرورش تله پاتی سبب کاهش نیاز به گفتگو و تلفن و نامه و فعالیتهای

زائد و خسته کننده و وقت گیر می شود. وانگهی، بر توازن آدمی می افزاید و آموزش را آسان تر پیش می برد.

یکی از خادمان کلیسا به شدت نیاز به گفتگو با دوستی قابل اعتماد داشت که به ایالتی دوردست سفر کرده بود. کشیش فکر کرد: «اگر او حالا اینجا بود و می توانستم با او درددل و مشورت کنم چقدر حالم بهتر می شد. او می توانست کمکم کند تا با نگرش گسترده تری به این مسأله نگاه کنم.»

فردای آن روز، صبح زود، دوست با فکر کشیش از خواب پرید و اندیشید: «خوب است فوراً به او تلفن کنم.» وقتی تلفن کرد، کشیش به او گفت: «امروز باید تصمیم مهمی بگیرم و مدام در این اندیشه بودم که به کمک فکری تو نیاز دارم.» پس درباره آن مسأله گفتگو کردند و به تصمیم دلخواه رسیدند.

همه انسانها دارای قدرت تله پاتی هستند. منتها باید از این قدرت در راههای مثبت و سازنده استفاده کرد، نه برای وسوسه یا ترغیب دیگران که مطابق میل شخص رفتار کنند. این گونه اعمال مخرب است و نتایج ناخوشایند به بار می آورد.

اگر قدرتهای ذهنی برای ارضاء خودخواهی شخصی به کار روند کاهش می یابند. نه تنها این قدرتها را از دست می دهید، در زندگی با واکنشهایی تلخ و منفی مواجه می شوید. از آشفتگی در امور شخصی گرفته تا بیماری و اعتیاد و ناخوشیها و بلاهای دیگر. همواره بگویید که تله پانی آنچه را به خیر و صلاح همگان است آشکار می کند؛ زیرا به نفع

انسان است که از تخریب ذهنی پرهیزد.

یکی دیگر از راههای عملی برای پرورش تله‌پاتی این است که در باره وضع یا شخص مورد سؤال، به این طریق بیندیشید: نام آن شخص، و سؤالی را که درباره او دارید بنویسید. آنگاه هر روز آرام بنشینید و ذهناً سؤال خود را پیرسید. چشمانتان را ببندید و ذهنتان را خاموش و از اندیشه خالی کنید. مدتی سناکت و منتظر بمانید تا آرمانهای لازم به ذهنتان بیاید و پاسخ سؤالتان را به شما بدهد. اگر پاسخ همان لحظه نیامد، ممکن است بعداً در یکی از لحظه‌هایی که در آرامش کامل به سر می‌برید ناگهان به ذهنتان بیاید. اگر نه، هر روزه به این تمرین ادامه بدهید؛ حتماً پاسخ از راه خواهد رسید. از این راه می‌توانید گرایشها و انگیزه‌های راستین آدمیان را دریابید.

روشن بینی یکی دیگر از قدرتهایی است که توانگری می‌آورد. روشن بینی یعنی آگاهی از حقایق یا رویدادهای بیرونی بدون اینکه کسی آن دانش یا اطلاعات را در اختیار آن گذاشته باشد؛ یا از حواس پنجگانه خود استفاده کرده باشید. روشن بینی، هوشیاری از گذشته و حال و آینده را شامل می‌شود.

راهبان چین و کاهنان مصر و قدیسان مکریک و حتی سرخپوستان امریکا می‌توانستند رویدادهای آینده را پیش بینی و پیشگویی کنند.

کتاب مقدس گواه قدرت روشن بینی انسان است. عیسی پیش از آنکه نتائیل به حضورش بیاید، وقتی زیر درخت انجیر نشسته بود، او را دید. (مراجعه کنید به باب اول انجیل یوحنا، آیه ۴۷).

این نشان می‌دهد که اگر ذهن انسان باز و پذیرا و معتقد باشد می‌تواند برای نیت خیر، چیزها را از حیطه نامرئی به حیطه مرئی بیاورد. کلید پرورش روشن بینی این هوشیاری است که تنها می‌خواهید به کمک فطرت الهی خویش، از وقایع و رویدادهای بیرونی آگاهی یابید. و هدفتان کنجکاو‌ی نسبت به اندیشه‌های دیگران که آکنده است از آرمانهای مخرب و جنگ و جرم و جنایت و بیماری و تخریب، نیست. زیرا این گونه کنجکاو‌یها، اندیشه شما را در سطح اندیشه دیگران قرار می‌دهد و دچار همان گونه بدبختیها می‌شوید. تنها در عرصه الهی می‌توان آزاد و سالم و خوشبخت ورها بود.

اگر درباره مسأله‌ی شغلی هدایت می‌طلبید، آرام در سکوت و آرامش به مراقبه بنشینید. آنگاه به این عبارت تأکیدی بیندیشید: «روشن بینی الهی هم اکنون همه حقایق مربوط به این وضع را بر من آشکار می‌سازد.»

اگر باید درباره حقایق یا رویدادهای معینی آگاهی به دست آورید، در ژرفای سکوت ناشی از مراقبه ندا دردهید: «روشن بینی الهی هم اکنون همه حقایق مربوط به این وضع یا رویداد معین را بر من آشکار می‌کند.» آنگاه بسیار آرام به سراغ مسأله بروید. معمولاً ناگهان بر آن نور می‌تابد و روشن می‌شود.

هرگاه درباره وضعیتی دچار عدم اطمینان و تردید شدید، به تأکید بگویید: «ای روشن بینی الهی همه حقایق مربوط به گذشته و حال این وضع را بر من روشن کن.» وقتی می‌بینید که هرچه را در باره گذشته این وضع باید بدانید چه آسان بر شما آشکار می‌شود به

شگفت می آید.

ادراک فوق حسی نیز از قدرتهایی است که توانگری و کامیابی می آورد. این قدرت آمیزه تله پاتی و روشن بینی است. یعنی هم از اندیشه های دیگران آگاه می شوید، هم از حقایق و رویدادهای گذشته و حال. همه ما گهگاه این قدرت ذهنی را تجربه کرده ایم.

یقیناً گاه احساس کرده اید که معجزه یی پیش خواهد آمد، شاید حتی می دانسته اید که این معجزه چه خواهد بود یا چگونه رخ خواهد داد. حتماً گاه احساس کرده اید که واقعه یی ناخوشایند در حال وقوع است و بیقرار و ناآرام شده اید.

هرگاه احساس کردید که حادثه یی نیکوپیش خواهد آمد، می توانید با اندیشه به عبارت زیر، به تجلی کامل و بی همتای آن کمک کنید:

«به یاری ادراک الهی، برایت ثمره یی عالی و برکتی بی نظیر می طلبم.»

اما هرگاه احساس کردید واقعه یی ناخوشایند در حال وقوع است، حتماً آرام گوشه یی بنشینید و در خلوت و ژرفای سکوت باطن، به این عبارت بیندیشید:

«به یاری ادراک الهی، تو ناپدید و نابود خواهی شد.»

ذهناً ببینید که برطرف شده و از میان رفته است. آنقدر در سکوت و آرامش و خلوت خود بمانید تا احساس بیقراری را از دست بدهید.

این قدرت ذهنی را دارید که جلو وقایع ناخوشایند را بگیرید. زیرا همه مشکلات نخست در ذهن آدمی شکل می گیرند.

پیشگویی یا پیش بینی نیز یکی دیگر از قدرتهایی است که توانگری و کامیابی می آورد. روشن بینی هوشیاری از رویدادهای گذشته و حال است؛ حال آنکه پیشگویی هوشیاری از حوادث آینده است. گاه از طریق رؤیا، بارقه های الهام، یا در مدت مراقبه و مکاشفه و تمرین سکوت، از رویدادهای آتی باخبر می شوید. برای پرورش قدرت پیشگویی، به تأکید بگویید:

«پیشگویی الهی راهم را آسان و کامیاب می سازد. آنچه را باید برای عالی ترین خیر و صلاحم بدانم، در بهترین لحظه خواهم دانست.»

به هنگام دریافت بارقه های الهام درباره وقایع یا ثمرات آتی، به جای اینکه شتابزده برخیزید و نزد دیگران بروید و درباره الهامهای خود با کسی حرف بزنید، بهتر است که آرام به گوشه یی خلوت پناه ببرید و در ژرفای سکوت باطن درباره آنها هدایت بطلبید.

بانویی را می شناسم که از طریق دانش باطن و قدرت پیشگویی فهمید که شوهر همسایه اش بزودی خواهد مُرد. به هنگام دعا هدایت طلبید. این رهنمود آمد که مسأله را با زن همسایه در میان بگذارد. زن همسایه بسیار سپاسگزار شد و گفت: «اکنون دلیل تغییر رفتار ناگهانی او را می فهمم. اتفاقاً به دل خودم هم افتاده بود که نباید چیز زیادی از عمر او مانده باشد.» آنگاه زن کوشید آن ماههای آخر عمر شوهرش را شادتر کند.

معمولاً انسان در رؤیا از رویدادهای آینده آگاه می‌شود. به جای تجزیه و تحلیل رؤیا، بگویید: «ای خرد لایتناهی، معنا و مفهوم راستین این رؤیا چیست؟»

قدرت دیگری که توانگوی و کامیابی می‌آورد، خویشاوندی با اشیاء است. خویشاوندی با اشیاء یعنی ایجاد رابطه عاطفی و روحانی با اجسام بیجان.

خویشاوندی با اشیاء یعنی با اندیشه مثبت و مهرآمیز می‌توانید بر اجسام اثر گذارید و ثمره دلخواهتان را به دست آورید. از دیدگاه توانگری یعنی می‌توانید ذهناً بر کیف پول و حساب بانکی و سرمایه‌گذاریها و لباسها و اتومبیلها و ساختمانها و محله‌یی که در آن کار یا زندگی می‌کنید، اثر مثبت بگذارید و آنها را به توانگری برسانید. به راستی که آدمی همواره با اندیشه اش جهانش را می‌سازد.

اجسام بیجان به اندیشه‌های نیکوی شما پاسخ مثبت می‌دهند زیرا مانند هر چیز دیگر از هوش و خرد الهی سرشارند و گویی از تفکر شما آگاهند.

اگر می‌خواهید بر دوام اثاث منزلتان بیفزایید، با آنها هوشمندانه و در کمال محبت و احترام رفتار کنید.

وقتی درباره وضع خراب مالی خود می‌نالید، خویشاوندی خودتان را با اشیاء نابود می‌کنید. کلام شما بر یکایک اشیاء و یکایک اجزاء



جهانتان اثر می‌گذارد.

هرگز از اشیاء انتقاد نکنید. هرگز به اثاث منزلتان نگویید: «این مبیل کهنه» مگر اینکه بخواهید هرچه زودتر پیوسد و از کار بیفتد و از زندگی‌تان خارج شود. به خاطر داشته باشید که هرآنچه پیرامون شماست بازتاب گرایشها و واکنشهای خودتان است.

هرگاه می‌خواهید فضایی تابناک و زیبا به وجود بیاورید، این دعا را تکرار کنید: «من با نیکی متعال یگانه‌ام. محیط پیرامونم از زیبایی می‌درخشد؛ سرشار از شکوهمندترین و غنی‌ترین نیکی و روشنایی!»

## فصل شانزدهم

### قانون پشتکار و مداومت

وقتی عیسی مسیح گفت: «کسی که دست راست را به شخم زدن دراز کرده از پشت سر نظر کند شایستهٔ ملکوت خدا نمی‌باشد.» (انجیل لوقا، ۹: ۶۲) مرادش اشاره به قدرت پشتکار و مداومت بود.

به راستی که در این دنیا هیچ چیز جای پشتکار و مداومت را نمی‌گیرد. نه استعداد، نه تحصیلات، و نه هیچ چیز دیگر؛ زیرا جهان پراز انسانهای بااستعداد و تحصیلکرده‌یی است که به توانگری و کامیابی نرسیده‌اند. آنچه واقعاً به درد می‌خورد پشتکار و مداومت است.

هرگاه دلسردی به شما فشار می‌آورد و احساس می‌کنید تلاشهایتان به ثمر نمی‌رسد، این عبارت را به خاطر آورید که: «در این دنیا هیچ چیز جای پشتکار و مداومت را نمی‌گیرد.»

قانون پشتکار و مداومت یعنی گرایش می‌توانم به جای گرایش «نمی‌توانم». گرایش «نمی‌توانم» تضمین شکست انسان است. ظاهر امر هر اندازه نیز مخالف بنماید در دلتان بگویید: «می‌توانم و پیروز می‌شوم.»

برای تداوم پشتکار و مداومت باید دلیر و جسور و بی باک بود. به هنگام رویارویی با موانع در دلان تکرار کنید: «من دلسرد نیستم. سرشار از پشتکار و مداومت به پیش می روم.» این عبارت را نیز بارها تکرار کنید:

### در راه خروج نیستم در راه عروجم!

تسلیم شکست نشوید. به گرایش می توانم بچسبید. این گرایش قطعاً شما را به پیروزی و کامیابی می رساند.  
هرگاه می بینید رمق ادامه دادن ندارید، به تأکید بگویید:  
«تسلیم شکست نمی شوم. در کمال ثبات و پایداری به پیش می روم. آنقدر به استواریم ادامه می دهم تا موهبت دلخواهم متجلی شود.»

تازگی دوستی قدیمی پدرم را در خیابان دید و حال مرا پرسید. پدرم گفت: «دخترم کشیش و نویسنده شده!» دوست قدیمی پاسخ داد: «همیشه در شگفت بودم که چگونه این دختر کوچولو می تواند این قدر بزرگ فکر کند!»

معمولاً آنچه مورد نیاز است اندکی بزرگ اندیشیدن است. هرگاه با دلسردی و نومیدی به طرزی سازنده روبرو شوید خواهید توانست موهبتی عظیم تر بدانید. و این موهبت عظیم تر آنقدر خرسندی

خواهد آورد که همه دلسردی گذشته را خواهد شست.

شکست می تواند پیش درآمد موفقیت باشد. معمولاً شکست همان موفقیت است که می خواهد از راهی بزرگتر زاینده شود. اینجاست که پشتکار و مداومت به مدد انسان می آید تا ثمره بی عظیم تربیافریند.

مدتها برای نشریات یونیتی، مقالات الهام بخش معنوی می نوشتم. ناگهان در کارم گره افتاد. یعنی هر مقاله‌یی که برایشان می فرستادم مورد قبول قرار نمی گرفت. از اینکه این قدر زود عمر نویسنده گیم به سر آمده بود، زانوی غم به بغل گرفتم.

چند ماه بعد که اندیشه توانگر را آغاز کردم دریافتم زمان آن رسیده است که به جای مقاله کتاب بنویسم. چه بسا اگر همواره مقاله‌تم برای مجلات و نشریات پذیرفته می شد، اصلاً به فکر کتاب نوشتن نمی افتادم. پس مدام بگویند:

«من تسلیم شکست نمی شوم. در کمال پایداری ادامه می دهم. آنقدر اصرار می ورزم تا ثمره دلخواهم را به دست آورم.»

وقتی اندیشه توانگر را می آموزید و از اقتدار آن آگاه می شوید، نخست گرایشهای ذهنی خود را کنترل می کنید. هرگاه مراقب گرایشهای ذهنی خود باشید، چندان نیازی به پشتکار و مداومت بیرونی نیز نخواهید داشت. زیرا استغناء درون، استغناء بیرون نیز خواهد آورد. اما باید این پشتکار و مداومت را برای آفرینش غالم غنی درون خود، حفظ و حراست کنید.

هرگاه مطمئن بودید که اندیشه‌تان درست است، به آن بچسبید. بی‌درنگ وارد تمهیدات درونی شوید. حیطة غنی باطن و قلمرو قدرتمند اندیشه می‌تواند اعمال بیرونی را کنترل کند. هرگاه صاحب گرایش درست باشید، دنیای بیرونی ثمرات و انسانها باید به انطباق و هم‌رنگی با آن درآید. این قانون کنش ذهن است.

هرگاه احساس شکست کردید، ندا دردهید:

کامیابی، تقدیر الهی من است.  
از این رو، خدا کمکم می‌کند. هم‌اکنون  
یاری و مدد او را می‌جویم.

اگر مدام در باره شکست صحبت می‌کنید، بگذارید به شما بگویم که در آسمان و زمین قدرتی نیست که بتواند به داد شما برسد و یاریتان کند. اما اگر مدام درباره توانگری و کامیابی صحبت می‌کنید، باز هم بگذارید به شما بگویم که در آسمان و زمین قدرتی نیست که بتواند جلو توانگری و کامیابی شما را بگیرد.

پشتکار و مداومت همراه با شادمانی و رضایت خاطر، بسیار سریع ثمره دلخواه را متجلی می‌کند. به هنگام رویارویی با شرایط دشوار، از شیوه‌های نرم استفاده نکنید. جسورانه بر آنها بتازید. ابدأ تسلیم شکست نشوید. به تأکید بگویید که از آن تجربه‌ها برکت خواهید یافت. با شهامت و جسارت با آنها برخورد کنید.

در مواقع اضطراری، گویی انسان به ناگاه نیرویی مضاعف می‌یابد.

به هنگام توان آزمایی، گویی قدرتی که در وجودتان نهفته است می‌خواهد برخیزد و آزاد شود تا برایتان کار کند و شما را به کامیابی برساند.

اکنون فصل چهارم این کتاب را دیگر بار بخوانید و برنامه‌ها و نقشه‌هایی را که برای کامیابی بیشتر در نظر دارید، بنویسید و منظم کنید. اکنون وقت آن است که به تأکید ندا در دهید:

«اکنون زمان توفیق الهی است. معجزه پس از معجزه می‌آید و شگفتیها از تجلی بازمی‌مانند. اکنون طرح الهی زندگی پدیدار می‌شود.»

این عبارت را نیز بارها تکرار کنید:

«کار دستهایم و طرحهای زندگی من اکنون به سرعت به سوی توفیقی کامل و مطمئن در حرکتند. من به پیشواز نیکوترین موهبتها می‌روم. توکل من به خدای مهربان است و تسلیم اراده نیکو و درست او هستم.»

اکنون وقت آن است که به تأکید بگویید:

«من جزئی از همه نیکیها هستم؛ و نیکی پیروز خواهد شد.»  
اکنون وقت درددل با دوستی قابل اعتماد است.  
اکنون وقت آن است که به تأکید بگویید:

«خدا شبان من است. محتاج به هیچ چیز نخواهم بود.»

## فصل هفدهم

### با قروض چه باید کرد؟

در روزگاری که باید این همه قسط ماهانه پرداخت، چگونه می‌توان به کامیابی مالی دست یافت؟ اگر اقساط ماهانه هوشیارانه و خردمندانه انتخاب شوند می‌توانند بردارایی آدمی بیفزایند. اگر نه، شکست مالی به بار می‌آورند.

وامهای بانکی نیز همین گونه‌اند. زنی را می‌شناسم که ناگهان بیوه شد. بالاچاره برای اینکه بتواند سر پا بایستد از بانک وام گرفت. ضمناً می‌خواست وارد دنیای کسب و کار شود. پس از سرمایه‌گذاری و سود حاصل از آن، در مدتی کوتاه وام بانک را پرداخت.

اجناسی نخرید که پرداخت قسط ماهانه‌اش برایتان طاقت‌فرسا باشد یا در شما احساس تنگدستی پدید آورد. آن تعهدات مالی را بپذیرید که بتوانید با خاطری آسوده به انجامشان برسانید.

قروضی که در شما احساس نفرت و انزجار و ترس ایجاد کنند یا فشاری سنگین باشند تصمیمات درستی نیستند. زیرا فکر فشار، نه تنها جریان جوهر، که جریان آرمانهای توانگر را نیز بند می‌آورد. اگر جریان

جوهر بند آید، طبیعتاً نمی‌توانید قبضها و صورتحسابهای خود را پردازید. تا جایی که تعهدات مالی شما را نترساند، می‌توانید از نظر ذهنی و عاطفی بر آنها مسلط باشید، و آنها را پردازید. آنگاه که ذهناً مسلط هستید، احساس درماندگی نمی‌کنید. در نتیجه با آغوش باز به استقبال جوهر غنی کائنات می‌روید تا به سوی شما و امورتان سرازیر شود. از این رو، آماده می‌شوید تا از همه راههای منتظر یا نامنتظر از عهده انجام تعهدات مالیتان برآید.

از قدیم گفته‌اند اگر به بالا نگاه کنی، رزق و روزی ات می‌رسد. به راستی که اندیشه بالای عاری از ترس و انزجار و سرزنش برای زندگانی بدون قرض لازم است.

وقتی قبض یا صورتحسابی را می‌پردازید، با ذهنی شاد و آسوده به آن خوشامد بگویید و به یاد بیاورید که آن قبض نشانه برکتی است که پیشاپیش از آن بهره‌مند شده‌اید. گرایش منفی و انتقادی بسیاری از اشخاص نسبت به قبضها و صورتحسابها سبب شده است که همواره در مشکلات اقتصادی یا زیر فشار قرض بمانند. از ملامت صورتحسابها دست بردارید. در عوض، به تاکید بگویید:

«من در کمال هوشمندی و هوشیاری و تمامیت و داوری درست، در همه امور مالیم از قدرت توانگر خرد لایتناهی بهره می‌جویم. شکر به جا می‌آورم که همه تعهدات مالیم سر موعده مقرر پرداخت می‌شوند.»

گرایش قدردانی و حق‌شناسی سبب می‌شود که توانگری از هر جهت



به سوی شما بیاید. اگر می‌خواهید هرگز زیر بار قرض نروید، ابتدا از کسی یا چیزی انتقاد یا سرزنش نکنید. اگر دربارهٔ اشیاء و مردم به شکلی مثبت و خوشایند سخن بگویید، همکاری ذهن نیمه‌هشیار آنها را به دست می‌آورید. اما اگر ایراد گیر باشید و جهانتان را ملامت کنید، برکتهای آن را دفع می‌کنید و تنها اوضاع و شرایط منفی و محدود را به سوی زندگیتان جذب می‌کنید.

برای خلاص شدن از شر انتقاد، هر روز بارها تکرار کنید:

«در من و برای من و بر ضد من، انتقاد و ملامت نیست. عشق الهی و حکمت الهی و نظم الهی هم اکنون به کامل‌ترین شکل هدایت می‌کند تا عالی‌ترین ثمره را در من و جهانم بیافریند.»

به جای نگرانی دربارهٔ قرضها، نام اشخاص و مقدمات قرض و تاریخ پرداخت را روی کاغذی بنویسید و مدام تکرار کنید:

«سپاس می‌گزارم که همهٔ تعهدات مالی من بی‌درنگ به‌طور کامل پرداخت می‌شوند. ایمان دارم که به یاری خدا همهٔ تعهدات مالی من به‌طور کامل پرداخت می‌شوند.»

اگر شما به دیگری مقروض هستید نشانهٔ اعتماد آن شخص به توانایی مالی شماست که می‌توانید روزی این قرض را بپردازید. اگر دیگری به شما مقروض است نیز نشانهٔ اعتماد شما به توانایی مالی اوست.

اعتماد، عنصری الهی و شگفت است و می‌تواند ثمرات الهی به‌بار آورد. هرگاه شما به دیگری مقروض هستید یا دیگری به شما مقروض است، نخست عنصر اعتماد را که مسبب این مبادله بود سپاس بگذارید.

آنگاه به تأکید ندا در دهید:

«همان اعتمادی که انگیزهٔ این مبادلهٔ مالی بود اکنون به قدرتمندترین کار خود سرگرم است تا به خیر و صلاح همگان، این حساب را پاک و تسویه کند.»

برای رهایی از قرض باید ذهنی آرام و هماهنگ داشت. افرادی که ذهنی ناآرام و ناهماهنگ دارند مجبورند برای رسیدن به توانگری، بیش از اندازه تلاش کنند. ناهماهنگی، جوهر کائنات را دفع می‌کند. آنگاه این جوهر در فضا متلاشی و پخش می‌شود.

مهمترین عامل برای پرداخت سریع قروض، رهایی از ترس و دلسردی است. یقین بدارید که برای هر مسأله راه حلی هست. مشکلی نیست که راه حلی الهی نداشته باشد. هرگاه با مشکلی روبرو می‌شوید بارها بگویید:

«این وضعیت راه حلی الهی دارد. راه حلی الهی عالی‌ترین راه حل است. سپاس می‌گزارم که راه حل الهی هم اکنون پدیدار می‌شود.»

بسیاری از مردم به این دلیل دچار تنگدستی می‌شوند و در فقر می‌مانند که می‌پندارند دیگری آنها را از توانگری محروم می‌کند. مادامی که فکر کنند دیگری دارای چنین قدرتی است، در واقع صحت آن را مورد تأیید قرار می‌دهند. اما به محض اینکه طرز فکر خود را عوض کنند — اوضاع و شرایط هر چه باشد — موهبتشان پدیدار می‌شود.

بیهوشی که بیش از یک سال بیهوده به هر در زده بود تا شاید به وضع نابسامان مایملک شوهرش سر و صورتی بدهد، تا خرخره زیر قرض رفته بود، زیرا ناگهان سرو کله وارثی پیدا شده بود و کارشان به دادگاه کشیده بود. ماهها با سختی و با این امید که شاید کار دادگاه به سرانجام برسد و پولی را که حق قانونی او بود دریافت کند شب را به روز رسانده بود. اما همین که تاریخ حضور در دادگاه نزدیک می شد، وارث تازه وارد تقاضای رسیدگی مجدد می کرد و کارشان به تعویق می افتاد.

وقتی بستانکارانی که شوهرش به آنها مقروض بود او را زیر فشار گذاشتند تا هرچه زودتر قروض آنها را بپردازد، دوستی چند مقاله درباره توانگری در اختیارش گذاشت. در یکی از مقاله ها این عبارت تأکیدی را خواند که: «در ذهن خودم و دیگران، این اندیشه را که می توان موهبت خدادادم را از من گرفت نابود می کنم. همه برکتها و داراییهایی که حق الهی من است اکنون به فراوانی نزد من می آید، و من شادمانه آنها را می پذیرم.»

مجنوب این آرمان که چنین آسان می توان به حل مسأله خود پرداخت، تمام بعد از ظهر آرام نشست و بارها این عبارت تأکیدی را نوشت. آنگاه احساس کرد بر امور مالی اش تسلط یافته است. نسبت به وارث تازه وارد نیز احساس محبت کرد. چون در آرامش به آن وارث اندیشید، پی برد چرا او خودش را برای دریافت این ارث محق می داند.

به وکیلش تلفن کرد تا به او بگوید که آزاد است هرطور صلاح می داند سهام و زمینهای نفت خیزی را که وارث تازه وارد مدعی آنها شده

است به او بدهد. ظرف چند روز، ارثیه‌یی که ماهها بلا تکلیف مانده بود سروسامان گرفت و برای همه خرسندی و توانگری و برکت آورد. اکنون این زن از تقسیم کردن ارثیه‌اش با وارث تازه‌وارد احساس شکست نمی‌کند.

در موردی دیگر، صاحب یک معاملات ملکی زیر قرض فرو رفته بود، چون تابستان بود و نمی‌توانست آپارتمانهایش را اجاره بدهد. دوستانش به او گفته بودند: «محال است بتوانی آپارتمانهایت را به بهایی که می‌خواهی اجاره بدهی. تو زیادی بلندپروازی و تازه اگر همین الآن هم تخفیف بدهی، شاید بتوانی برای پاییز اجاره‌شان بدهی.» صاحب معاملات ملکی در یک سخنرانی درباره توانگری شنید: «هرگز نمی‌توانید زیادی بلندپرواز باشید. تعمداً دل و جرأت به خرج بدهید و بزرگ بیندیشید و آرمانهایی عظیم در سر پیورانید. دلاورانه منتظر ثمراتی چشمگیر و حیرت‌انگیز باشید. تفاوت میان یک شاهزاده و گدا همین‌گونه گرایشهاست.»

صاحب معاملات ملکی دریافت اگر بخواهد آپارتمانهایش را اجاره بدهد و قرضهایش را پردازد، باید تعمداً بزرگ بیندیشد و توانگرانه سخن بگوید. پس به تکرار این عبارت تأکیدی پرداخت که مردمان بسیاری را به توانگری رسانده است: «من بالاترین و بهترین و بیژگیهای همه مردم را دوست دارم و اکنون بالاترین و بهترین و توانگرترین مردم را به سوی خود می‌کشانم.» با اینکه چندبار این آپارتمانها را به اشخاص مختلف نشان داده بود و نتیجه نگرفته بود، این بار که آپارتمان

را نشان داد فوراً مورد پسند قرار گرفت و برای همان فصل به بهای دو هزار دلار به اجاره رفت. با تکرار عبارت تأکیدی بالا و اندیشه توانگرانه توانست مابقی آپارتمانهایش را نیز به آسانی برای همان فصل اجاره بدهد. چیزی نگذشت که چکی هشت هزار دلاری گرفت و همه قرضهایش را پرداخت.

بکشید پول چیزهایی را که می خرید یا خدماتی را که دریافت می کنید نقد بپردازید. این کار، شما را از احساس فشار مالی و قرض می رهااند.

دو خانم خانه دار را می شناسم که تصمیم گرفتند به هنگام خرید هدایای عید نقداً پول آنها را بپردازند. هر دو آنها از این کار احساس شادی و خرسندی می کردند. هر بار که می خواستند هدیه‌یی بخرند، نخست برای برکت و هدایت و حکمت الهی سپاس می گزارند. آنگاه دیدند که برای خرید هدایای کریسمس، مدام پول نقد به سوی آنها سرازیر می شد.

یکی دیگر از گرایشهایی که بسیاری از مردم را زیر بار قرض نگاه می دارد این است که مانند زن لوط مدام به عقب می نگرند و دل نگران اشتباهات مالی گذشته اند. از این رو، اندیشه شان به صورت قرض در زمان حال متبلور و نمایان می شود. وقتی به پس می نگرید، در ذهنتان جایی برای آرمانها و اندیشه های تازه — که می توانند اشتباهات گذشته را پاک کنند و قرضها را بپردازند — به جای نمی نهید.

برای رهایی مدام از فشارهای مالی، بخشایش اشتباهات گذشته خویشتن و دیگران ضروری است. اگر چنین اندیشه‌هایی به سرتان آمد بی‌درنگ بگویید: «عشق بخشاینده خرد لایتناهی مرا از گذشته و اشتباهات مالی گذشته رهانیده است. اکنون خردمندانه و امن و امان با اکنون و آینده مواجه می‌شوم.» تکرار این عبارت برای خودتان و دیگران شگفتیها می‌آفریند. برای توانگری باید مدام خودمان و دیگران را بخشاییم.

در کنار اندیشه و کردار توانگرانه باید برای مسایل مالی خود آرمانهای توانگرانه طلبید. همچنین باید منظم بود و در کمال آرامش و ملایمت به امور خویشتن سر و سامان بخشید. استقرار نظم نباید ناگهانی باشد، زیرا ممکن است پرخاشگری و خشونت بیاورد که به نوبه خود موجب آشفتگی و احساس خصومت نسبت به دیگران می‌شود. برای آغاز نظم و ترتیب کافی است که هر صبح و عصر چند دقیقه آرام در مراقبه سکوت فرو رویم و درباره امور مالی خویش هدایت بطلبیم.

یقین بدارید که پدر دولت‌مند مهربان به نیازهای مالی فرزندانش اهمیت می‌دهد. می‌توانید این‌گونه دعا کنید و هدایت بطلبید: «ای پدر، کدام حقیقت غنی را باید درباره امور مالیم بدانم؟ بالاترین موهبتی که باید برای همه از این وضعیت برخیزد کدام موهبت است؟»

به محض اینکه اضطرابتان را از دست بدهید و احساس آرامش کنید، بر خودتان و امورتان مسلط می‌شوید. یکی از بهترین عبارات تأکیدی که همواره تکرار آن را به مراجعانم توصیه می‌کنم این است: «خرد لایتناهی

هم اکنون اندیشه‌ها و اعمال توانگرانه را به من الهام می‌کند.»

قرض می‌تواند برکتی عظیم در جامعه لعن و نفرین باشد. هرگاه دچار تجربه‌های ناخوشایند می‌شوید به این دلیل است که راه‌ها و کارهای تازه می‌خواهند به رویتان گشوده شوند. در بیشتر موارد، آنان که از قرضهای خود شرمسارند، مردمان شریفی هستند که می‌کوشند با وجود درآمدی محدود توانگرانه زندگی کنند. اگر آرزوهایی غنی دارند، به این دلیل است که صاحب تواناییها و استعدادهایی غنی هستند که خواهان تجلی است. آرزویشان برای موهبت غنی تر بسیار نیرومند است، اما حساب بانکی‌شان به آن قدری نیست. اغلب به کارهایی متوسط سرگرمند. حال آنکه اگر استعدادها و تواناییهایشان پرورش یابد، برایشان درآمدی غنی می‌آورد تا با آرزوهای غنی‌شان برابری کند. به هنگام حل مسائل مالی، دل و جرأت به خرج بدهید و اندیشه‌های تازه‌یی را که به سرتان می‌آید به کار گیرید. مدام تکرار کنید: «روزهایی نیکو در پیش است. روزهایی غنی در پیش است.» هرگاه از وضع مالی کنونی خود دچار هراس می‌شوید بگویید: «آنچه خدا برایم می‌خواهد شادمانی و ایمنی است. خدا را شکر که هم اکنون در راههایی سرشار از آرامش و توانگری و شادمانی گام برمی‌دارم.» برای پرورش استعدادها و تواناییهایتان بگویید: «قدرت نامحدود بیکرانی که کائنات را آفرید اکنون در من و از طریق من، همه

آنچه را برای عالی ترین خیر و صلاح ذهن و تن و امورم لازم است به انجام می رساند. خدا را شکر می کنم که می توانم به آسانی امور عظیم را به انجام برسانم.»



## فصل هجدهم

### تندرستی و اندیشه توانگرانه

به راستی که تندرستی بزرگترین موهبت زندگی است. بدون تندرستی همه چیز معنای خود را از دست می دهد. اگر سلامت باشد، سایر موهبتها نیز افزایش می یابند.

چون مردم برای مشاوره در باره مشکلات گوناگون زندگیشان نزد می آیند، دریافته ام که شیوه تفکر ما بر وضع سلامتمان تأثیر مستقیم دارد. اشخاصی که به علت نگرانیهای مالی سلامت خود را از دست می دهند، به محض بهبود وضع مالی سلامتشان را بازمی یابند. مطالعات و بررسیهای روان تنی تأثیر نیرومند ذهن را بر جسم انسان نشان می دهد.

میزان آرامش و تندرستی و وفور نعمتی که تجربه می کنید، میزان توانگریتان را نشان می دهد. اندیشه توانگری یعنی اندیشه پیروزمندانه و هماهنگ و متعالی. صاحب اندیشه توانگر می داند چگونه خود را از شر خصومت و نفرت و انزجار و انتقاد و هیجانات و عواطف برانگیخته برهاند. آن کس که اندیشه یی توانگر دارد خواهان اندیشه یی متعادل و بهنجار است که در «اراده معطوف به پیروزی» نمایان می شود. معمولاً

احساس افسردگی و شکست موجب بیماری می شود. اخیراً خانمی برایم تعریف کرد که تمام سال گذشته را در حال سرماخوردگی بوده است. تابستان و زمستان، سرماخوردگیش ادامه پیدا کرده و دست از سرش برنداشته است. نخست فکر می کرد یک سرماخوردگی معمولی است چون خیلی معمولی بود. سرانجام نزد پزشکش رفت که به او اطمینان داد از نظر ارگانیک مشکلی ندارد.

اما چون سرماخوردگی طولانی رنجش می داد، از او خواستم رویدادهایی را که پیش از شروع سرماخوردگی برایش پیش آمده بود به یاد آورد. پس از چند دقیقه گفتگو برایم تعریف کرد که کار خوبی داشت که از آن لذت می برد. اما رئیسش بدون اطلاع یا مشورت با او، او را به قسمت دیگری منتقل کرد که کار در آنجا را مضمّن کننده و انزجارآور می یافت. از آنجایی که سنش بالا بود می ترسید اگر اعتراض کند کارش را از دست بدهد، در نتیجه با وجود همه نامسازگاریهای همکاران ایرادگیرش مجبور بود این انتقال را تحمل کند و بسوزد و بسازد. پس چه جای تعجب اگر نارضایی درون به صورت سرماخوردگی مزمن جلوه گر شده بود.

پیشنهاد کردم ذهناً بر احساس عجز و نومیدی و شکست فائق آید و سرشار از احساس پیروزی و کامیابی هر روز تکرار کند: «ای عشق و خرد الهی، پیشاپیش من حرکت کن و راهی را که باید در این وضعیت پیش گیرم آسان و کامیاب گردان. اکنون راه حل الهی به آسانی و بی درنگ پدیدار می شود. هم اکنون در پرتو هدایت و عنایت، شفا یافته ام و توانگر و متبرک شده ام!» چند روز به تکرار

این عبارت پرداخت و به آرامشی دست یافت که در طول سال گذشته تجربه نکرده بود. می‌خواست نزد رئیسش برود و درباره نارضایی از انتقالش با او صحبت کند که رویداد جالب توجهی پیش آمد. در جعبه اعلانات، یادداشت رئیسش را دید که نوشته بود کمانی که علاقه مند به انتقال هستند به او مراجعه کنند، زیرا قصد دارد تغییراتی در سازمان به وجود آورد. او نیز از این مجال استفاده کرد و به خواسته اش رسید. وقتی احساسات درونش آرام و هماهنگ شد، سرماخوردگی مزمن و طولانی نیز از بین رفت!

به راستی که هرگونه عدم سلامت نشانه نوعی ناهماهنگی ذهنی است. اندیشه توانگرانه که به صورت اندیشه هماهنگ متجلی می‌شود، به ایجاد هماهنگی جسمی و همچنین ایجاد روابط و محیط هماهنگ کمک می‌کند.

کودکی که هنوز به سن مدرسه رفتن هم نرسیده بود بواسیر گرفته بود. پزشک، این بیماری را برای کودکی به سن و سال او غیرعادی تشخیص داد. آرام وضعیت کودک را در خانه اش زیر نظر گرفت و مورد بررسی قرار داد و دریافت که مادر کودک از تأثیر گرایشها در وضع تندرستی انسان بی‌خبر است. یعنی، بدون توجه به تمایل یا اشتهای کودک، در هر وعده غذا اصرار می‌ورزید که پسرک بشقابش را خالی کند. اتفاقاً پسرک که صاحب ذهنی مستقل بود چند مرتبه زیر بار خالی کردن بشقاب نرفت. اما مادر با این خیال که به انجام وظیفه اش سرگرم است، او را از سر میز غذاخوری بلند می‌کرد و چند بار به نشیمنگاه او می‌زد. این رویداد هر روز در زندگی این کودک تکرار می‌شد. تعجب در این است که چگونه این

کودک دچار بیماری مهلک تری نشد.

وقتی مادر قبول کرد که به طرزی هماهنگ تر رفتار کند و سختگیری اش را کنار بگذارد و خواسته هایش را به کودک تحمیل نکند، اثر درمان پزشکی نیز آغاز شد.

پرخاش و ستیزه و مشاجره و آشفتگی روزانه، در وضع سلامت انسان منعکس می شود. تن آدمی ابزاری بسیار حساس و نسبت به اندیشه ها و عواطف و کلامی که از طریق آن بیان یا نسبت به آن ابراز می شود تغییر پذیر است.

این حقیقت که اندیشه ها و احساسهای آدمی بر تن او اثر مستقیم می گذارند، کشف تازه یی نیست. اگر علوم باستانی بابل بکرو دست نخورده به دست ما می رسید، تمدن امروز ما بی تردید پیشرفته تر از این می شد. بابلیان برای درمان سرطان نه تنها از سنگهای عجیب معادن بهره می جستند، بلکه در علوم روان تنی و فنون گوناگون ذهنی و هیپنوتیزم نیز تخصص داشتند.

معتقدند که ابراهیم که در شهر اور در بابل زندگی می کرد، شیوه درمان روان تنی آنها را آموخت و آن را نزد یهودیان آورد؛ که سده ها به طرزی مؤثر مورد استفاده قرار گرفت. شخصیتهای کتاب مقدس به هنگام رویارویی با هر مرض، گویی بی درنگ درمی یافتند که بیماری حاصل اندیشه و احساسی نادرست است. این مسأله را می توانیم به روشنی در سراسر کتاب مقدس مشاهده کنیم.

در عهد عتیق، باب دوازدهم سفر اعداد می خوانیم که مریم و هارون در باره زن حبشی که موسی گرفته بود بر او شکایت آوردند و گفتند آیا

خداوند با موسی به تنهایی تکلم نموده است. موسی مردی بسیار حلیم بود. اما خداوند در ساعت به صورت ستون ابر نازل شده و به مریم و هارون گفت اگر در میان شما نبی و پیامبری باشد خود را در رؤیا بر او ظاهر می‌کنم و در خواب با او سخن می‌گویم. اما در مورد بنده من موسی چنین نیست. با او روبرو و آشکارا سخن می‌گویم و نه در رمزها. پس چرا نترسیدید و از بنده من موسی شکایت آوردید. از این رو، مورد غضب خداوند قرار گرفتند و مبروض یا جذامی شدند. موسی که از قدرت گرایشهای درست و تأثیر واکنشهای عاطفی در تندرستی باخبر بود، نزد خداوند استغاثه کرد و خواست که خدا خواهرش مریم و برادرش هارون را شفا بدهد.

حتی طبیبان و ساحران شفا دهنده فرهنگهای بدوی دریافته بودند که برای مداوای بیمارانشان باید گرایشهای آنها را عوض کنند. از این رو، برای جلب توجه بیمارانشان نقاب به چهره می‌زدند و اورادی را می‌خواندند و می‌رقصیدند و دست به هزار کار دیگر می‌زدند که امروز به چشم ما عجیب می‌نماید. آنها معتقد بودند که اگر جویندگان شفا به مشکل خویش نیندیشند و حواسشان به جای دیگر معطوف شود، زودتر شفا می‌یابند.

اگر کامیابی و توانگری را حق مسلم و الهی خود بدانید، سالم و تندرست می‌شوید. اندیشه توانگر که پیروزی را مدنظر قرار می‌دهد، تمامی هستی انسان را می‌گسترده و می‌پروراند و از موهبتهای تازه و بیکران سرشار می‌سازد.

مدام در پیرامون خود مشاهده می‌کنیم که اگر بخواهیم سلامت بمانیم

یا سلامت خود را بازیابیم، باید هیجان‌ات منفی خود را بازنهیم. اخیراً سرطان را «مرض نفرت و انزجار» خوانده‌اند. معمولاً کسانی که دچار آن می‌شوند نفرتها و انزجارهایشان را پنهان می‌کنند. از این رو، انسان عادی هرگز متوجه نمی‌شود که بیماران سرطانی کدام رنج و عذاب عاطفی را تحمل کرده‌اند.

روزگاری بامردی خودساخته صحبت می‌کردم که از هیچ به مقامی بلند رسیده بود و مورد تحسین و ستایش صدها نفر از مردم بود. دقیقاً در اوج ثروت و شهرت و موفقیت و خدمات ارزنده اجتماعی دریافت که مبتلا به سرطان است. چند عمل جراحی سبب شد که چند سالی بر طول عمرش افزوده شود. در پایان این سالها بود که درباره وضعش با من به گفتگو نشست. نخست چنین می‌نمود که قربانی سرنوشتی ستم‌گر شده است. اما آشنایی نزدیکتر آشکار کرد که چندبار ازدواج کرده و همه این ازدواجها به جدایی و خصومتی تلخ انجامیده‌اند و اکنون به همسر فعلی اش نیز نفرت می‌ورزید.

به علت موفقیت شغلی اش، احساس می‌کرد که طلاق یا حتی جدایی به جاه و مقامش لطمه می‌زند. از این رو، به طرزی نکبت‌بار به زندگی با او ادامه می‌داد. وانگهی، همان‌طور که در بیشتر این گونه موارد پیش می‌آید، برای دریافت عشق و تفاهمی که از همسر خود نمی‌توانست بستاند، به زنی دیگر رو آورد که بیوه‌زنی بازرگان و تنها بود. وقتی رابطه آنها ژرف‌تر شد، زن از این غصه که نمی‌تواند همسر این مرد بشود نه تنها بیمار، که الکلی و معتاد شد. بتدریج ذهنش آنقدر پریشان شد که کارش را نیز از دست داد.

گویی در این میان تنها کسی که صدمه ندیده بود همسر مورد نفرت بود. در تمام این مدت، همواره آرام مانده بود و کینه و نفرت شوهر یا «آن زن دیگر» را به دل نگرفته بود. در درازمدت نیز تنها شخص برنده و پیروز این ماجرا بود.

مرد به من گفت که نمی تواند این همسر و همسران پیشین خود را که مسبب بدبختی اش بودند ببخشد. هیچ کدام از شیوه های شفا را که در این فصل خواندید نپذیرفت. زیر بار عفو و بخشایش دیگران نیز نرفت. هر بار که درباره همسرش حرف می زد سمی نامریی از وجودش بیرون می تراوید و فضای اتاق را از نفرتی مسموم می آکند. به نفرتش ادامه داد و سرانجام مجبور شد برای یک عمل جراحی دیگر به بیمارستان بازگردد که آخرین جراحی اش نیز به حساب می آمد. آخرین کلمه یی نیز که به زبان آورد لعن و نفرین به همسرش بود. به راستی که قربانی نفرت خود شد.

«زن دیگر» نتوانست در مراسم تدفین و سوگواری او شرکت کند و مجبور شد در تنهایی بار غمش را به دوش بکشد. اما همسر مورد نفرت، نه تنها از انزجاری مورد شوهرش خلاص شد، بلکه دارایی او را نیز به ارث برد. سرانجام نه تنها به زنی آزاد، که به زنی بسیار ثروتمند بدل شد. پس از یک سال، دیگر بار ازدواج کرد و غرق در ایمی مالی و عشق راستین خوشبخت شد. تماماً به این دلیل که هیچ گاه کینه و نفرت به دل نگرفت.

اگر رابطه تان با کسی ناهماهنگ است، اگر در گذشته تجربه یی

تلخ برایتان پیش آمده و دل شما هنوز نسبت به بعضی از اشخاص از کینه و نفرت لبریز است؛ اگر احساس می‌کنید در امور مالی یا مسائلی شخصی ظلم و ستمی ناروا در حق شما شده است؛ اگر احساس می‌کنید خسارت یا فقدان، سعادت را که حق الهی شما بوده از دستتان ربوده است؛ اگر به یاد آوردن دوران کودکی یا تجربه های خانوادگی غم عالم را به دلتان می‌اندازد؛ البته می‌توانید هر دلیل بشری را که بخواهید برای احساسات خود بیاورید و به هزار طریق آنها را توجیه کنید. اما با این کار، مانند این مرد و آن «زن دیگر» که داستانش را خواندید، تنها خودتان را می‌آزارید. با چسبیدن به احساسات و هیجانات منفی، تنها تندرستی و توانگری و شادمانی و آرامش خاطر خودتان را به خطر می‌اندازید و نابود می‌کنید.

اگر اکنون بیمار هستید، چیزی یا کسی یا خاطره‌ی را باید ببخشید و برای همیشه از خاطره خود بزدایید و آن احساس را رها کنید. شاید نسبت به آن خود آگاه نباشید. اما ذهن نیمه هشیارتان که خزانه احساسات و عواطف و خاطرات شماست، از آن آگاه است. به محض آغاز عفو و بخشایش، ذهن نیمه هشیار، سرشار از رهایی و شفا، به شما پاسخ مثبت می‌دهد.

فیلسوفان و حکیمان همه اعصار کوشیده اند نشان بدهند که تندرستی آدمی در اختیار گرایشهای او نسبت به خودش و دیگران است. بقراط، طبیب یونانی سده چهارم میلادی گفت: «آدمی باید دریابد که هر چه خوشی و خنده و شادی و همچنین هر چه ناخوشی و گریه و غم و درد و ترس، از سر او زاییده می‌شود.» افلاطون ندا درداد: «اگر می‌خواهید سر و تن شما سلامت باشد، نخست باید روح را درمان کنید.» در کتاب



مقدس، در مزمور سی و هفتم می خوانیم: «از غضب برکنار شو و خشم را ترک کن. خود را مشورت مساز که البته باعث گناه خواهد شد.»

سلیمان نبی بی تردید از قدرت و اندیشه و تأثیر احساسات بر تن آدمی باخبر بود. به همین دلیل گفت: «دل شادمان چهره را زینت می دهد. اما از تلخی دل، روح منکسر می شود.» (عهد عتیق، کتاب امثال، ۱۵: ۱۳)

و در آیه بیست و چهارم باب شانزدهم کتاب امثال سلیمان می خوانیم: «سخنان پسندیده مثل شان غسل است. برای جان شیرین است و برای استخوان شفا دهنده.» و در آیه ۳۰ باب پانزدهم کتاب امثال سلیمان می خوانیم: «نور چشمان دل را شادمان می سازد. و خبرنگران نیکو استخوانها را پرمغز می نماید.» اما شاید بهترین اندرز سلیمان در باره شفا و مسائل روان تنی این باشد: «دل شادمان شفای نیکومی بخشد. اما روح شکسته استخوانها را خشک می کند.» (عهد عتیق، کتاب امثال، باب هفدهم: ۲۲).

به راستی که روحی شکسته و نومید و افسرده، واکنشی جسمانی نشان می دهد. کودکی را می شناختم که فضای خانه اش آکنده از انتقاد و ایرادگیری بود. این بچه پشت سرهم بیمار می شد. پس از چند سال که مکان زندگی این کودک عوض شد و در محیطی سرشار از آرامش و هماهنگی قرار گرفت، همه بیماریهایش بی درنگ بهبود یافت و چنان سالم شد که حتی بیماریهای معمول کودکان را نیز نگرفت.

خانواده‌یی را می شناسم که از اقتدار اندیشه در ایجاد تندرستی یا بیماری باخبر بود. پدر و مادر بر آن شدند که هرگز در حضور بچه‌ها در باره

بیماری و تنگدستی و مشکلات یا هیچ موضوع منفی دیگر سخن نگویند. قرار گذاشتند که در خانه تنها درباره مسائل شادی بخش گفتگو کنند. این رفتار به عادت بدل شد و آنها نیز خانواده‌یی سالم و خوشبخت و متحد شدند و هرگز رنگ بیماری را ندیدند. خانه‌شان همواره سرشار از برکت و نعمت و توانگری بود. همچنین صاحب شادمانی و اعتماد به نفسی چشمگیر بودند. همه فرزندان در زندگی زناشویی خود نیز سعادت‌مند شدند. امروز نیز مانند پدر و مادرشان انسانهایی بسیار موفق هستند.

اکنون به هر کتابفروشی بروید با قفسه‌هایی پر از کتابهایی درباره شفا مواجه می‌شوید؛ و همه این کتابها بر اهمیتی که عواطف سالم و شاد در تندرستی انسان دارد تأکید می‌کنند.

اغلب در باره انواع و اقسام بیماریها و ناراحتیهای زنان می‌شنویم. تقریباً در همه این موارد، زنی که دچار این گونه مشکلات است از نظر عاطفی نیز ناآرام و بیقرار است و در خانه یا سرکارش در خفا رنج می‌کشد و احساس می‌کند که نمی‌تواند درباره دردش حرف بزند. اخیراً معلم مدرسه‌یی برایم نوشت که وقتی مدیر مدرسه که به نظرش موجودی مستبد بود آزارش می‌داد عادت ماهانه‌اش بند آمد. کوشید از طریق تکرار عبارت تأکیدی به این اندیشه بچسبد که «عشق و عدالت الهی» این وضع را عوض می‌کند. پزشکش نیز نتوانست در تن او نقصانی جسمانی بیابد. چندی نگذشت که مدیر مدرسه به مدرسه‌یی دیگر انتقال یافت. او نیز دیگر بار توانست با خیال آسوده از کارش لذت ببرد. عادت ماهانه‌اش نیز به روال طبیعی خود بازگشت.

بانوویی پس از مداوای بسیار، از پزشکش شنید که نازاست. اگرچه خودش و همسرش مدتها در انتظار بچه دار شدن مانده بودند، سرانجام در خفا نزد من آمد و اعتراف کرد که همواره از درد زایمان و ناراحتی حاملگی می ترسید و اکنون احساس می کند که این ترس مانع از حاملگی او می شود.

پس از سالها، برای نخستین بار، خودش و همسرش این گله و شکایت را که خانه شان سوت و کور و بی بچه است کنار گذاشتند. تصمیم گرفتند که از شادترین زندگی ممکن بهره مند باشند و به هنگام تعطیلات از کودکان بی سرپرست نگهداری کنند. وقتی تنش و فشار بچه نداشتن رهایش کرد، پس از ده سال زندگی زناشویی بچه دار شد.

خوبی استفاده از شیوه های ذهنی و معنوی این است که کار پزشک را آسان تر می کند. وقتی گرایشها و عواطف شما سازنده باشد، پزشک بهتر می تواند کمکتان کند و مداوای او نیز مؤثرتر می شود.

وقتی «عیسی مسیح مفلوج را گفت ای فرزند گناهان تو آمرزیده شد. از بستر برخیز و دیگر گناه مکن.» (البته مراد از گناه، همان تفکر منفی است) (انجیل مرفس، باب دوم) این نکته را خاطرنشان می ساخت که بخشایش پایه و اساس شفاست. عیسی مسیح که از بزرگترین شفادهندگان است، این نکته را نیز خاطرنشان ساخت که اگر بخواهیم تلاشهایمان ثمر دهند باید با کسانی که با آنها هماهنگ یا در صلح و صفا نیستیم، از در آشتی درآییم. همه ما باید هر روز برای سازگاری و هماهنگی با دیگران، شیوه ساده بخشایش را به کار گیریم. از این طریق

می‌توانیم شفای جسمانی و ذهنی و عاطفی و معنوی به وجود آوریم.

به جای تجزیه و تحلیل دردناک بیماری یا توجه به مسائل روان - تنی، یا جستجوی علل ذهنی و عاطفی مشکلات گوناگون مربوط به تندرستی و امور مالی یا روابط انسانی، تنها به تاکید بگویید:

«من کاملاً می‌بخشم و آزادانه عفو می‌کنم. من از این مسأله دست می‌کشم و می‌گذارم به راه خود برود. من این مشکل را رها می‌کنم تا عشق الهی در من و از طریق من و برای من عالی‌ترین کار خود را به انجام برساند. من از این مسأله دست برمی‌دارم و آن را به دست خدا می‌سپارم تا در فعالیت‌های هشیار و نیمه هشیار و هشیاری برتر ذهن و تن و اموم به کامل‌ترین کار خود بپردازد. سپاس می‌گذارم که اکنون آرامش و تندرستی و فراوانی و شادمانی در من و جهانم حکم می‌راند.» اگر نسبت به دیگران احساس خصومت می‌کنید، هر روز این تمرین و عفو و بخشایش را در مورد آنها انجام دهید.

دو زن جوان را می‌شناسم که چون همسرشان طلاقشان داده بود و به شدت احساس تلخکامی می‌کردند فلج شده بودند. هر دو زن، پس از تمرین روزانه عفو و بخشایش، دیگر بار توانستند اعضاء از کار افتاده خود را به کار گیرند. عفو و بخشایش به معنای «تعظیم و کرنش» در برابر کسانی که در حق شما خطا کرده‌اند نیست. حتی شاید لازم نباشد که با آن اشخاص کوچکترین تماسی حاصل کنید. تنها چیزی که باید بدانید این است که وقتی آنها را می‌بخشید و از کینه‌توزی نسبت به آنها دست

برمی دارید، آنها عفو و بخشایش ذهنی و عاطفی شما را احساس می‌کنند و از احساس خصومت نسبت به شما دست می‌کشند. این فرایندی ساده و خصوصی و پالاینده روح و شفا بخش است.

پس از آغاز تمرین روزانه عفو و بخشایش، شاید به یاد اشخاص یا اوضاع و شرایطی بیفتید که در گذشته برایتان نامطلوب بودند و آزارتان می‌دادند. به جای حیرت یا ناراحت شدن از یادآوری آنها، بدانید که ناخودآگاه عفو و بخشایش شما را دریافت کرده‌اند. به عفو و بخشایش آنها ادامه بدهید و یقین بدانید که به وقتش همه چیز آرام و دلپذیر خواهد شد. وقتی خودتان به آرامش دست یافتید، می‌توانید مطمئن شوید که فرایند عفو و بخشایش کامل‌ترین کار خود را به انجام رسانده است و شما را از هرگونه احساس خصومت و بدخواهی رها کرده است. آنگاه حتی اگر به یاد آن اشخاص یا آن تجربه‌ها بیفتید، با آرامش همراه خواهد بود.

زنی را می‌شناختم که برای کاهش وزن به هر دری زده و نتیجه نگرفته بود. چند بار از متخصصان چند بیمارستان سخت‌ترین رژیم‌های غذایی را گرفته بود. اما هر بار که وزنش پایین می‌آمد، دوباره بالا می‌رفت. سرانجام شرح ناکامی و حیرتش را از این که چرا نمی‌توانست وزنش را بکاهد و ثابت نگاه دارد در نامه‌یی برایم نوشت. از آنجا که دوست چندین ساله‌ام بود، می‌دانستم خودش و همسرش به دور دنیا سفر کرده‌اند و در ناحیه‌یی بی‌پلاقی خانه‌یی بزرگ دارند که پُر از اشیاء جالب توجهی است که در سفرهایشان جمع کرده‌اند. شوهرش همیشه گله داشت که این اشیاء چنان خانه‌شان را انباشته که مجبورند برای

نگاهداری از متعلقات خود، خادمان بیشمار استخدام کنند. زن زیرزمین خانه اش را نیز پُر از اسباب و اثاث کرده بود و در گنجی های لباس و در انبار منزلشان دیگر جا پیدا نمی شد.

پیشنهاد کردم که زن دست به دعا بردارد و بی درنگ به ایجاد خلاء (که قانون آن در فصل سوم این کتاب آمده است) بپردازد و هدایت الهی بطلبید تا بداند کدامیک از عواطف و هیجانات را باید رها کند و از زندگیش بیرون براند، تا بتواند اضافه وزن خود را از دست بدهد و همواره باریک بماند. به هنگام تمرین مراقبه دریافت که نسبت به خویشاوندی که موجب آزارش شده بود اندیشه های ناشی از عدم عفو و بخشایش دارد. پس هر روزه به تمرین روزانه عفو و بخشایش و رهایی و آزادی پرداخت.

همچنین احساس کرد که باید به خواسته همسرش جامه عمل بپوشاند و خانه را از اشیایی که راه را بنند می آورند یا فضای خانه را اشغال می کنند خالی کند. پس گنجی لباسها و زیرزمین و انبار خانه اش را خالی کرد و اشیاء نو و کهنه را به نیازمندان بخشید و تنها چیزهایی را نگاه داشت که به راستی مورد نیازش بودند. همسرش شادمان شد. خودش نیز می گفت که عمل بخشش به او احساس رهایی و آزادی و آرامشی داده است که سالها طعم آن را نچشیده بود. جالب توجه اینجاست که پس از این واقعه، به رژیم غذایی تازه بی رو آورد و نه تنها توانست از وزن خود بکاهد، بلکه در وزن دلخواه باقی ماند. اکنون این زن معتقد است که علت ثابت ماندن وزن جدیدش، عمل عفو و بخشایش و بخشش و رها کردن لوازم زاید و خانه تکانی جسمی و ذهنی است.

اگر برای شفا، اندیشه‌های مثبت و دعا‌های مؤکد را تجویز کنیم، کار عجیب و مرموز و تازه‌یی نکرده‌ایم. هندوان و ژاپنیها و چینیه‌ها و بسیاری از ملل دیگر، هنوز برای تسکین و مداوای بیماریها، از واژه‌ها و عبارات مقدس استفاده می‌کنند. از ابتدا تا انتهای کتاب مقدس، به قدرت خلاق کلام اشاره شده است. «و خدا گفت روشنایی بشود و روشنایی شد.» (عهد عتیق، سفر پیدایش، ۱: ۳). هنگامی که یوحنا گفت: «در ابتداء کلمه بود و کلمه نزد خدا بود و کلمه خدا بود.» (انجیل یوحنا، ۱: ۱) در واقع، بر این نکته تأکید می‌کند که کلام سرشار از اقتدار الهی است. زمانی که عیسی مسیح ندا در داد که کلامش جان و حیات است؛ و زمانی که سلیمان گفت: «دلی آدمی از میوه دهانش پرمی‌شود. و از محصول لبهایش سیر می‌گردد. موت و حیات در قدرت زبان است. و آنانی که آن را دوست می‌دارند میوه‌اش را خواهند خورد.» (عهد عتیق، کتاب امثال، ۱۸: ۲۱) از نفوذ کلام در امر شفا سخن می‌گفتند.

از قدیم‌الایام، در عالم روحانی، این اعتقاد وجود داشته که کلام گمشده یا اسم اعظمی هست که سرشار از اقتدار است و اگر پیدا شود و بر زبان آید، دیگر بار همه چیز درست خواهد شد. یهودیان معتقد بودند که این کلام گمشده، در کلمه «یهوه» نهفته است، که دیگر کسی بجز طبقه روحانیون، از تلفظ درست آن باخبر نیست. اما اگر درست تلفظ شود، قدرت خدا را به تجلی درمی‌آورد و بی‌درنگ کارهایی عظیم را به انجام می‌رساند.

هر واژه یا کلام نیکویی که آرامش و خرسندی و آرام جان ببخشد و

در اندیشه‌ها و احساسهای آدمی، پاسخی مثبت و هماهنگ برانگیزاند، معادل و همسنگ «کلام گمشده» بی است که یهودیان جویای آن بودند. آن کلام گمشده را از طریق گرایشهای مثبت و دعا‌های تأکیدی می‌توان زنده و متجلی کرد. دخترک جوانی که احساس می‌کرد نزدیک است سرما بخورد — و تازه در بارهٔ نفوذ کلام شنیده بود — برای امتحان آن، بارها نزد خود تکرار کرد: «خدا سلامت من است. پس نمی‌توانم بیمار شوم. خدا نیروی نامحدود و شکست‌ناپذیر و بی‌درنگ من است!» جالب‌توجه اینکه سرماخوردگی به سراغش نیامد.

یهوه به موسی گفت که در عبارت «هن آنم» به سربرد تا اقتدار و حکمت هدایت فرزندان اسرائیل از شر بندگی مصریان را بیابد. گاه اقتدار ناشی از کلام گمشده با اندیشه به نام عیسی مسیح متجلی می‌شود. گاه این اقتدار، از تکرار دعای ربّانی به دست می‌آید:

«ای پدر ما که در آسمانی،

نام تو مقدّس باد،

ملکوت تو بیاید،

ارادهٔ تو چنان که در آسمان است،

بر زمین نیز کرده شود.

نان کفاف ما را امروز به ما بده.

و قرضهای ما را ببخش چنان که ما نیز،

قرضداران خود را می‌بخشیم.



و ما را در آزمایش میاور،  
 بلکه از شیر ما را رهایی ده،  
 زیرا ملکوت و قوت و جلال،  
 تا ابدالآباد از آن توست.  
 آمین.»

(انجیل متی، ۶: ۹-۱۴).

زنی که از مرضی مزمن رنج می برد، برای شرفیابی به حضور شفادهنده بی مشهور راهی دراز پیمود. وقتی شفادهنده از او دعوت کرد تا به گروه دعای آنان پیوندد و همراه او به تکرار دعای ربّانی بنشیند حیرت کرد. در پایان جلسه، شفادهنده به زن گفت که به شهرش بازگردد و هر روز بارها دعای ربّانی را تکرار کند. با اینکه زن نمی توانست باور کند که روشی به این سادگی بتواند او را شفا بدهد، تجویز شفادهنده را به کار بست. چند هفته نگذشته بود که ناخوشی اش شفا یافت و دیگر بازنگشت.

آموزگاری که درباره قدرت شفابخش دعای ربّانی شنیده بود تصمیم گرفت برای مداوای ذات الریه اش که با داروهای معمولی علاج نمی یافت، از دعای ربّانی استفاده کند. به او اطلاع داده بودند که دیگر نمی توانند کسی را پیدا کنند که به جای او تدریس کند؛ و از آغاز همان هفته باید برای تدریس کلاسی تخصصی در مدرسه حاضر شود. آنگاه بود که به طور جدی نشست و بارها به تکرار دعای ربّانی پرداخت. یک شب

بود که احساس کرد دیگر تپ ندارد و از احساس سلامت و قدرت سرشار است. تمام یک شبیه بی وقفه به تکرار دعای ربانی ادامه داد و از فردای آن روز توانست تدریس را آغاز کند.

تکرار دعای ربانی شیوه درمانی نیرومندی است زیرا متشکل از عبارات تأکیدی قدرتمندی است که بر قدرت و ذات و هدایت و نیکی و جلال خدا تأکید می‌ورزد. تکرار عبارات تأکیدی هم فنی باستانی است و هم علمی نوین. امروز دانشمندان نیز بر این عقیده‌اند که هم تن و هم کائنات از هوشی فطری سرشار است.

آدمی با تکرار عبارتی نیکو، به آن هوش فطری که همواره در کنشهای نیمه‌هشیار تن سرگرم کار است، آگاهانه توجه می‌کند. و اگر آدمی به کلام نیکوی خویش ادامه دهد، این هوش فطری به اوج قدرت خود می‌رسد و به‌طور هشیار و نیمه‌هشیار، ثمرات نیکو به بار می‌آورد. تن — و امور جسمانی — خادم مطیع ذهن و تابع اندیشه‌ها و کلام آدمی است. هرگاه اندیشه‌ها و واژه‌هایمان بلند و موجب تعالی باشند، حیات بخش می‌شوند و جهان جسمانی ما را زنده می‌کنند.

نق زدن و شکوه و شکایت می‌تواند بیمارستان کند. واژه‌ها و احساسات منفی علت اصلی هرگونه ناخوشی است. بانویی را می‌شناختم که منشی بود و مدام نق می‌زد. از مادرشوهرش که به دلایل مالی مجبور بود با او و همسرش در یک خانه زندگی کند بدش می‌آمد. وانگهی، از هوا و دنیا و مخصوصاً از رئیسش هم گله داشت. نمی‌توانست از گله و شکایت دست بردارد و یکریز می‌گفت که حالش

خراب است. صدها دلار صرف مداوای پزشکی و داروها و ویتامینها و درمانهای جسمانی می‌کرد تا شاید از سر این همه درد که جانش را به لب رسانده بود خلاص شود. چون مدام به گله و شکایت سرگرم بود، حلقهٔ دوستانش تنگ‌تر و تنگ‌تر شد؛ رئیسش حاضر نشد که به او اضافه حقوق بدهد و مادرشوهرش نیز باعث رنج و عذاب بیشتر او شد. عاقبت از دست این همه شکوه و شکایت، به بستری بیماری افتاد. وقتی برای شفا، شیوهٔ دعا و تکرار عبارات تأکیدی به او توصیه شد، آن را به باد تمسخر گرفت و گفت این شیوه ساده‌تر از آن است که بتواند مؤثر واقع شود. او همچنان به اندیشه‌های منفی خود ادامه می‌دهد و ثمرات منفی اش را نیز درو می‌کند. لابد ذهن او، این شیوه را ساده‌تر و مؤثرتر می‌یابد!

شاید بخواهید در امر شفا به کسی کمک کنید، اما مردد باشید که این مطلب را با او در میان بگذارید، زیرا نمی‌دانید که روی خوش نشان خواهد داد یا نه. در این صورت، خودتان برای آن شخص، عبارات تأکیدی لازم را تکرار کنید؛ یا از بعضی از گروههای دعا بخواهید که برای او دعا کنند، یا از دوستی قابل اعتماد بخواهید که همراه شما، برای او به دعا بنشینند. مادری را می‌شناسم که اخیراً به یمن دعا، دخترش را که رئیس روابط عمومی سازمانی بزرگ و بسیار موفق بود و به علت شکست در زندگی زناشویی دچار درهم‌شکستن ناگهانی اعصاب شده بود، نجات داد. با وجود بهترین درمانهای طبی و روانپزشکی، دخترش همچنان در ژرف‌ترین افسردگی به سر می‌برد.

دختر اصرار می‌ورزید که نه به دین علاقه دارد، نه به قدرت دعا معتقد است. مادر که دید هیچ چیز موجب شفای او نمی‌شود، از یکی از

گروههای دعا که به تکرار عبارات تأکیدی می پرداختند خواست که برای دخترش دعا کنند. چند روز نگذشته بود که دختر پس از هفته ها از بستر برخاست؛ و پس از زمانی اندک دیگر بار سر کار رفت؛ اگرچه تا مدتی به درمان روانپزشکی خود ادامه داد.

چندی نگذشت که دوباره بر دنیای خود مسلط شد. بزودی شغل تازه‌یی پیدا کرد که میزان مسؤلیت و درآمد بیشتری داشت. در این هنگام که زندگی سرشار از پیروزی و کامیابی شده بود، مادرش به او گفت که از گروهی خواسته است تا برای شفای او دعا کنند. چون زن جوان دریافت که نقطه عطف زندگی را بی تردید به آن دعاها مدیون است، خودش نیز برآن شد که برای تداوم سلامت و کامیابی و سعادت خود و چند تن از همکاران و دوستانش، هر روز به تکرار عبارات تأکیدی پردازد.

برای احساس اشتیاق افزون‌تر نسبت به دعاها و عبارات تأکیدی گهگاه به فصل ششم این کتاب «قانون فرمان» رجوع کنید و دیگر بار آن را بخوانید.

راه مؤثر دیگر برای شفا این است که شخص موردنظر را سالم و نیرومند مجسم کنید. (به فصل پنجم این کتاب «قانون تخیل» مراجعه کنید.) وضعیت ذهنی و جسمی و سایر امور ما، به تصاویر ذهنی ما مربوط است؛ و البته بر ماست که در کمال دقت و آگاهی، این تصاویر ذهنی را دقیقاً به همان شکلی که منتهای آرزوی ماست بسازیم. طبیعتاً اگر تصویری انحرافی در سرپرورانیم، ثمره‌ی انحرافی نصیب ما

می شود.

تخیل در امر شفا بسیار مؤثر است. با تجسم نتیجه دلخواه، و چسبیدن به تصویر ذهنی ایده آل، ایمانتان را رها می کنید تا به شیوهی ساده اما بینهایت متعالی، برایتان ثمراتی شگفت به بار آورد.

اخیراً بانویی برایم تعریف کرد که چگونه با استفاده از قدرت تخیل خود توانست شفا یابد. از عفونت شدید زانورنج می برد و پس از چند هفته مداوا، هنوز زانویش متورم و بسیار دردناک و عفونت نیز همچنان در جای خود باقی بود. چون هیچ کس نتوانسته بود بگوید سرانجامش چه خواهد شد، تصمیم گرفت از قوه تخیل خود بهره جوید و این ایمان را در خود بیدار کند که شفا هنوز میسر است.

هر روز مدتی آرام می نشست و توجهش را به زانوی سالمی معطوف می کرد که متورم نبود. دستش را روی زانوی سالم می گذاشت و برای سلامتش سپاس می گزارد و تصویر ذهنی نیرومندی از زانوی سالم را در سر می پروراند. هر روز به تکرار این تمرین می پرداخت؛ و هر بار که کسی درباره زانویش می پرسید، تصویر شفا را در ذهن آنها می پروراند و پاسخ می داد که زانویش به طرز عالی در مسیر شفا پیش می رود. و این پاسخ، در این مرحله، به راستی که دعایی نیرومند و نشانه ایمانی راسخ بود.

چند روزی گذشت و تغییری در وضع زانویش احساس نشد؛ اما زن از تصویر ذهنی خود دست نکشید. یک روز صبح، پس از هفته ها درد و تورم، از خواب که برخاست دید یک شبه تورم زانویش ناپدید شده و زانوبه حال و اندازه طبیعی خود بازگشته و دیگر از درد خبری نیست. خوب که

دقت کرد دید مثل این است که آن ناحیه زانویش اندکی عرق سوز شده باشد، اما عفونت کاملاً ناپدید شده است.

اگر برای کاربرد قدرت تخیل خود، به شیوه‌ی معین و محسوس نیاز دارید، از «چرخ اقبال» استفاده کنید که شرح آن در فصل پنجم این کتاب آمده است.

پزشکی از من خواست تا به ملاقات یکی از بیماران بروم که یک طرف بدنش فلج بود و سالها راه نرفته بود. پزشک به من گفت تا امید بهبود در دل او زنده نشود، کاری از دستش ساخته نیست. بیمار کتابهای الهام بخش متعددی دربارهٔ اقتدار اندیشه خوانده بود و به نظر پزشک، این آمادگی را داشت تا بتوان از این راه به شفای او کمک کرد.

نخستین بار که به ملاقات او رفتم، زنی افسرده و نومید و مایوس از شفای کامل را در بستر دیدم. دربارهٔ قدرت غول‌آسای تصاویر ذهنی و تأثیر آنها در امر شفا، برایش سخن گفتم و پیشنهاد کردم که بی معطلی سرگرم تهیهٔ «چرخ اقبال» برای شفای خود شود. او نیز بی‌درنگ همین کار را کرد. عکسهای دلخواهش را از مجلات چید و تصاویر متعددی را روی «چرخ اقبال» چسباند. عکس مردم در حال دویدن و راه رفتن. آنگاه «چرخ اقبال» را جایی گذاشت که هر روز بتواند ساعتها به آن چشم بدوزد. همچنین گفتم که تمرین عفو و بخشایش روزانه را نیز به کار گیرد. او نیز از انجام همهٔ این تمرینها بسیار خرسند می‌نمود.

یک ماه بعد که به ملاقاتش رفتم، روی صندلی نشسته بود! البته کسی می‌بایست او را روی صندلی می‌نشاند و از روی صندلی بلند می‌کرد؛ اما بسیار صاف نشسته بود. چون به تجسم سلامت ادامه داد، گویی زمین و آسمان دست به دست هم می‌داد تا همه کمکها را در اختیارش بگذارد. همسایه‌یی که با شوهرش در خارج از کشور زندگی می‌کرد، برای این زن چکی فرستاد تا آن را صرف مخارج فیزیکیال‌تراپی خود کند. یک متخصص فیزیکیال‌تراپی که قبلاً او را درمان می‌کرد به عیادتش آمد و پیشنهاد کرد که بدون دریافت پول به دیدنش بیاید و او را درمان کند.

همسایه‌یی دیگر قول داد به محض اینکه بتواند از صندلی چرخ‌دار استفاده کند، برایش یک صندلی چرخ‌دار بخرد. همسایه دیگری قول داد به محض اینکه بتواند سر پا بایستد، برایش حلقه‌های مخصوص محکم‌نگاه داشتن مچ پا را بخرد. چون زن جوان به تماشای عکسهای مردمی که در حال راه‌رفتن و دویدن بودند و به «چرخ اقبال» خود چسبانده بود ادامه داد قوی‌تر شد. همسایه‌یی میان فاصله ایوان تا حیاط خانه اش یک سرایشی ساخت تا بتواند او را روی صندلی چرخ‌دار به حیاط بیاورند تا بتواند از هوای آزاد و نور آفتاب استفاده کند. آخرین بار که با این زن جوان تماس گرفتم، خودش می‌توانست به تنهایی چند گام بردارد! به این می‌گویند قدرت شفابخش تجسم و تخیل؛ که اگر به‌طور سازنده و روشن و معین بیدار شود، ثمره‌یی سازنده و روشن و معین به بار می‌آورد.

مردی بازرگان که برای کاهش وزن همه رژیمهای غذایی را امتحان کرده و نومید شده بود، درباره قدرت شفا بخش تجسم و تخیل شنید. اگرچه سخت‌ترین رژیمهای غذایی را گرفته بود، اما خودش را همچنان چاق دیده بود. از این رو نتوانسته بود اندام دلخواهش را برای خود بیافریند.

پس عکس بازرگانان لاغر و باریک و خوش‌هیکل را از مجلات برید و روی میز کنار تخت خوابش گذاشت. پیش از خواب، به این عکسها خیره می‌شد و آنها را به یاد می‌سپرد و با ذهنی سرشار از تصاویری معین به خواب می‌رفت. بعضی از این تصاویر را نیز روی کارتهایی کوچک می‌چسباند و در کیف پولش می‌گذاشت تا بتواند گاه و بیگاه در وسط روز به آنها مراجعه کند. فرایند تجسم همراه با رژیم غذایی، به او کمک کرد تا به آسانی و بدون تلاش و انضباط، ۲۰ کیلو از وزن خود بکاهد.

چند مرد بازرگان را می‌شناسم که برای ترک سیگار، از شیوه تجسم سود جستند. اخیراً یک فروشنده و یک پزشک و رئیس یک شرکت تجارتي برایم تعریف کردند که با استفاده از شیوه تجسم، به آسانی توانستند عادت به سیگار کشیدن را کنار بگذارند. به جای استفاده از قدرت اراده و تصمیم یا کوشش برای ترک سیگار، تنها این تصویر ذهنی را در خود ایجاد کردند که سیگارشان بسیار بدطعم است. هرگاه که سیگاری روشن می‌کردند، به تصویر ذهنی بد مزه بودن سیگار می‌اندیشیدند. چند هفته طول کشید تا تصویر ذهنی وارد فعالیت شود،



اما سرانجام سرگرم کار شد و آنها علاقه‌شان به سیگار را از دست دادند. پس از شش هفته، کوچکترین علاقه‌یی به سیگار نداشتند و پاکت نیمه‌خالی سیگارشان را دور انداختند. البته در باره اینکه میل به سیگار را از دست داده‌اند، یا در باره اینکه برای ترک سیگار از شیوه تخیل و تجسم استفاده می‌کنند، با کسی سخن نگفتند؛ زیرا نمی‌خواستند این فرصت را در اختیار کسی بگذارند تا تصاویر ذهنی‌شان را درهم بشکند یا به آنها بگوید که این روش ساده‌تر از آن است که بتواند مؤثر واقع شود.

اشخاصی را می‌شناسم — هم مرد و هم زن — که از طریق به کار بردن شیوه تخیل و تجسم، برای عزیزانشان منشاء خیر و شفا شده‌اند و حتی آنها را از اعتیاد به الکل رها کرده‌اند. اخیراً مرد بازرگان موقفی که زمانی معتاد به الکل بود برایم تعریف کرد:

می‌دانستم که همسرم برای شفایم دست به کاری زده است؛ اگر چه نمی‌دانستم به چه کاری سرگرم است، منتها چون بی‌درد بود حرفی نداشتیم. ناگهان آنقدر حالم بهتر شد که آرزو می‌کردم او به هر شیوه‌یی که دست‌زده، آنقدر ادامه‌اش بدهد تا حالم کاملاً خوب بشود. خدا را شکر که او هم همین کار را کرد!

کاری که همسراو کرده بود، در ذهن نگاه داشتن تصویر شوهری موقر و شاد و توانگر و پیروز و سربلند، در سراسر شبانه‌روز و ماه‌های پی‌درپی بود!

بسیاری از شفا دهندگان کتاب مقدس، برای ایجاد شفا، به طرزی حکیمانه از قدرت تجسم و تخیل استفاده می‌کردند. یکی از جالب‌ترین موارد، در باب نهم انجیل یوحنا آمده است: «وقتی که عیسی می‌رفت کوری مادرزاد دید. شاگردانش از او سؤال کرده گفتند ای استاد گناه که کرد. این شخص یا والدین او، که کور زاییده شده. عیسی جواب داد که گناه نه این شخص کرد و نه پدر و مادرش، بلکه تا اعمال خدا در وی ظاهر شود. این را گفت و آب دهان بر زمین انداخته از آب گِل ساخت و گِل را به چشمان کور مالید. و بدو گفت برو در حوض سیلوحا که به معنی مُرْتَل است بشوی. پس رفته شست و بینا برگشت.» هر کس از فرایندهای ذهنی باخبر باشد، به روشنی می‌تواند بفهمد که عیسی چه شیوه‌یی را به کار برده است. ابتدا با آب دهانش گِل ساخته و آنگاه آن گِل را به چشمان کور مالیده و به او گفته که برو و چشمانش را در حوض سیلوحا بشوید. به این طریق، در ذهن کور مادرزاد، انتظار و چشمداشت شفا آفرید و آنگاه او را واداشت تا بر طبق آن تصویر عمل کند.

بی تردید نخستین مسیحیان، از قدرت شفابخش تخیل باخبر بودند. پطرس و یوحنا در کنار یکدیگر گام برمی‌داشتند که گدایی که فلج مادرزاد بود از آنها صدقه خواست. پطرس به او چشم دوخت (قدرت تخیل و تصور) و همراه یوحنا گفت: به ما نگاه کن! گدا نیز به امید دریافت صدقه به آنها نگاه کرد.

آنگاه بود که پطرس تا کیدی نیرومند را بر زبان آورد و در ذهن گدا

نشانند: «طلا و نقره ندارم تا به تو بدهم. اما به نام عیسی ناصری برخیز و راه برو!» برای این که به گدا کمک کند تا تصویر ذهنی شفا را پذیرد، دستش را گرفت و او را بلند کرد و او نیز بی درنگ به راه افتاد و شفا یافت.

از این رو، همراه با شیوه‌های معمول شفا و حفظ تندرستی، از فتنونی که در این فصل یاد شده‌اند نیز بهره‌گیری و بگذارید قدرشان را به شما ثابت کنند!

اکنون یکی از قدرتمندترین عبارات تأکیدی را که همواره شفا می‌آورد در اختیارتان می‌گذارم: «سپاس می‌گزارم که تجلی همواره پیرطراوت و شکوفای زندگی و تندرستی و نیرو و اقتداری نامحدودم.»

برای کمال و تمامیت ذهن و تن و امور که به راستی نمایانگر و تجسم سلامت است، این عبارت تأکیدی را پیشنهاد می‌کنم: «من فرزند تابناک پروردگارم. ذهن و تن و امورم اکنون کمال تابناک او را عیان و بیان می‌کند.»

به راستی که اگر در باره تندرستی، توانگرانه بیندیشید، می‌توانید سالم باشید و سلامت از آن شما بماند. «آنگاه نور تو مثل فجر طالع خواهد شد و صحت توبه زودی خواهد روید.» (عهد عتیق، کتاب اشعیاء ۵۸: ۸).

خاتمه

## وقتی طلا از آسمان بر زمین نشست

حرف آن دوست بازرگان ما را به یاد می آورید که در پاسخ این سؤال که: «وضع کسب و کار چطور است؟» همواره می گفت: «وضع کسب و کار عالی است، چون از آسمان طلا می بارد.»

یقین دارم که به هنگام خواندن این کتاب، مقداری از این طلاها نیز بر زندگی من و شما نشسته است. به هنگام نوشتن این کتاب، در دل نگراس زندگی می کردم. کشیش بودم و زندگی به سخنرانی و نویسندگی می گذشت. همانجا با همسرنازنین و بی همتایم آشنا شدم و رؤیایم به حقیقت پیوست.

زمانی که کارم را بر اندیشه توانگرانه متمرکز می کردم نمی دانستم که با نوشتن این آرمانها، زندگی خودم نیز از زمین تا آسمان عوض خواهد شد. اما واقعاً که دیدن اثرات آن چقدر زیبا و هیجان انگیز و ارزشمند است.

یقین دارم که مطالعه این کتاب، برای شما هم همین کار را خواهد کرد. تعمداً، آگاهانه و به طور دقیق و روشن به بیدار کردن اندیشه توانگرانه ادامه دهید. با شادمانی رامتین و عظیم ترین چشمداشت و

انتظار به آن بپردازید. چون اصرار ورزید، طلایی که در مشیت شماس است به سیمای آرامش و تندرستی و فراوانی افزون‌تر به سوی زندگیتان سرازیر می‌شود. آن ثمرات نیکو را با خوشدلی بپذیرید. آنها بخشی از میراث الهی شماس است که پدر دولت‌مند و مهربان آسمانی برایتان تدارک دیده است.

این ثمرات نیکو نه تنها شما را خوشبخت‌تر و ارزشمندتر خواهد ساخت، بلکه در این عصر نوین، از راههایی بیشمار و شگفت، وجودتان را برای هموعانتان به برکتی بزرگتر و غنی‌تر بدل خواهد کرد. اکنون که این یقین شادمانه را در اختیارتان می‌گذارم می‌خواهم به تأکید برای یکایک شما همان برکتی را بطلبم که در روزگاری دیگر به آدمی وعده داده شده بود تا وعده‌های غنی خدا را به اثبات برساند:

ای حبیب دعا می‌کنم که در هر وجه کامیاب و تندرست بوده باشی  
چنان که جان تو کامیاب است.

(عهد جدید، رساله سوم یوحنا رسول، آیه ۲)