

• استرو جری هیکس • پروین ادیب •

تعالیم آبراهام

بخواهید، به شما داده خواهد شد

• نقطه حاذق، خود را پیدا کنید

• شما چیزی را می‌شنوید که آما، گی شنیدنش را دارید



بنگاه ترجمه و نشر
کتاب پارسه

سرشناسه: استروجرى هيكس، ۱۹۴۸ م. Hicks Jerry, Esther
عنوان و نام پديدآور: تعاليم آبراهام؛ بخواهيده شما داده خواهد شد/ استروجرى هيكس، ترجمه پروين اديب
مشخصات نشر: تهران: بنگاه ترجمه و نشر كتاب پارسه
مشخصات ظاهري: ۳۳۲ ص

شابك: ۹۷۸-۶۰۰-۵۷۳۳-۸۱-۵

يادداشت: عنوان اصلي:

موضوع: روح‌نگاري Ask and it is given: learning to manifest your desires, c 2004

شناسه افزوده: اديب پروين، ۱۳۲۴ -، مترجم

رد بندي كنكره: ۹۱۳۹۲ ت ۱۳۰۱ / آ BF

ردبنا: ۱۳۳، ۳

شماره كتابخانه ملی: ۳۴۰۸۱۱۹



■ تعاليم آبراهام؛ بخواهيده شما داده خواهد شد

استروجرى هيكس	ترجمه پروين اديب
آماده‌سازى و توليد:	بنگاه ترجمه و نشر كتاب پارسه
طراحي گرافيك: پرويز بياني	نگار و سحاف: آرمانسا
نوبت و شمارگان: چاپ اول ۱۳۹۵، ۱۰۰۰ نسخه	قيمت: ۲۸۰۰۰ تومان

همه حقوق چاپ و نشر براي بنگاه ترجمه و نشر كتاب پارسه محفوظ است.
هرگونه اقتباس از اين اثر، منوط به دريافت اجازه‌كشي از ناشر است.

بنگاه ترجمه و نشر كتاب پارسه

● تهران، خيابان انقلاب، خيابان فخررازي، خيابان شهيدى ژاندارمرى شرقى، پلاك ۷۴.

طبقه دوم، تلفن: ۶۶۴۷۷۴۰۵ ●

● www.parsehbook.com / info@parsehbook.com ●

فهرست

بخش یکم: آنچه ما می‌دانیم: حکایت است شما آن‌ها را فراموش کرده باشید. چیزهایی که به یاد آوردن آن‌ها برای آنان حار اهمیت است.....	۱۳
فصل اول: احساس رضایت در همین است.....	۱۵
شما تنها چیزی را می‌شنوید که امدادگی شدنش را دارید.....	۱۷
فصل دوم: ما به قول خود در برابر شما عمل می‌کنیم.....	۱۹
گفتید: «شادمانه زندگی خواهیم کرد!».....	۲۰
می‌دانیم شما کیستید.....	۲۱
چیزی در دنیا وجود ندارد که نتوانید آن را داشته باشید، انجام دهید یا به آن برسید.....	۲۱
فصل سوم: شما خود، واقعیت خود را محقق می‌سازید.....	۲۳
شالوده هستی شما بر مبنای آزادی مطلق استوار است.....	۲۳
هیچ کس دیگری نمی‌تواند تجربیات شما را خلق کند.....	۲۴
وجود مادی و غیرمادی شما.....	۲۵
سعادت مطلق، اساس و شالوده جهان شماست.....	۲۶

- فصل چهارم: چگونه می‌توانم از این جا به آن جا برسم؟ ۲۹
- سعادت در بیرون انتظار شما را می‌کشد ۳۰
- شما امتداد مادی سرچشمه انرژی هستید ۳۰
- سیر تکاملی خواسته‌های فردی شما ۳۱
- فصل پنجم: اصول ساده و اولیه شناخت، همه چیز را با هم هماهنگ می‌کند ۳۵
- یک شیوه منسجم، نتایج ثابت و استواری به دست می‌دهد ۳۵
- شما موجودی ارتعاشی در محیطی ارتعاشی هستید ۳۶
- اساس: شما، مفسران ارتعاشات شما ۳۷
- فصل ششم: در این جا، در تمندترین قانون طبیعت ۳۹
- به هر چه فکر کنید، آن را به دست می‌آورید، چه بخواهید چه نخواهید ۴۱
- وقتی ارتعاش آبروهای بیرونی‌تان با هم هماهنگ‌اند ۴۳
- هنر پذیرفتن خود را آموختن ۴۵
- فصل هفتم: شما سرشار از تفکرات پیرو و سازنده هستید ۴۷
- اگر بتوانید آرزو کنید، کائنات می‌تواند آن را بر آورده سازد ۴۸
- بدون درخواست، پاسخی دریافت نمی‌کنید ۴۹
- شما برای رسیدن از این نقطه به آن نقطه، در سرای عالی قرار دارید ۵۱
- فصل هشتم: شما یک گیرنده و فرستنده ارتعاشی هستید ۵۳
- باورهای قدرتمند شما زمانی تنها افکار ساده‌ای بودند ۵۴
- هر چه بیش‌تر به افکارتان توجه کنید، قدرتمندتر می‌شوید ۵۴
- توجه شما، آن‌ها را به درون فرا می‌خواند ۵۵
- فصل نهم: ارزش‌های پنهان در واکنش‌های احساسی شما ۵۷
- احساسات نشانه نقاط جاذبه شما هستند ۵۷
- احساسات نشانه همسویی شما با منبع انرژی هستند ۵۸
- از احساسات خود برای رسیدن به سعادت کمک بگیرید ۵۹
- فصل دهم: سه روش برای دستیابی به آنچه می‌خواهید باشید، انجام دهید یا داشته باشید ۶۱

- ۶۳ هر مسئله‌ای دو بخش دارد: خواستن یا نخواستن
- ۶۳ توجه شما باید روی داشتن چیزی متمرکز باشد نه نداشتن آن
- ۶۵ اکنون کلید خلق آرزوهای تان را در دست دارید
- فصل یازدهم: با تمرین و پشتکار می‌توانید به موجودی شاد و صاحبِ خلاقیتِ آگاهانه بدل شوید
- ۶۷ هدف مهار کردن افکار تان نیست، بلکه موضوع هدایت کردن آن‌هاست
- ۶۸ وقتی که افکار کارآزموده شما بدل به فکر غالب می‌شوند
- ۶۹ چگونه می‌توانید به شکلی مؤثر به موجودی خلاق و آگاه بدل شوید
- ۷۳ فصل دوازدهم: مهارت تعادل احساسات تان در اختیار شماست
- ۷۳ ممکن نیست شما بتوانید شرایطی را که دیگران پدید آورده‌اند مهار کنید
- ۷۴ حقیقت این است که کسی حقرت واقعی است؟
- ۷۵ حالات روحی شما شانه نقطه تعادل احساسات شما
- ۷۹ فصل سیزدهم: بگذارید احساسات تان شما را راهنمایی کنند
- ۸۱ احساس تهی شدن نکته مهمی است که شما می‌گویید
- ۸۲ شما توانایی هدایت افکار تان را دارید
- ۸۳ آرزوهای ذاتی شما نمی‌توانند به عقب برگردند
- ۸۵ فصل چهاردهم: چیزهایی که پیش از ورود تان می‌دانستید
- ۸۶ اگر آن قدر می‌دانم، پس چرا موفق نیستم؟
- ۸۷ آیا واقعاً می‌توانم روی قانون جاذبه حساب کنم؟
- ۸۸ من نمی‌توانم از طریق فونیکس به سندیه گو بروم!
- فصل پانزدهم: شما موجودی کامل و در عین حال رو به رشد، در دنیای کامل رو به رشد، در یک عالم کامل رو به رشد هستید
- ۹۱ بیاید به شکلی آگاهانه در رشد و شکوفایی دلپذیر خود مشارکت نمایید
- ۹۳ فصل شانزدهم: در این دنیای باشکوه ناهمگون، شما شریک خلاقیت‌ها هستید
- ۹۴ ناخواسته‌ها را بپذیرید تا خواسته‌های تان برآورده شوند

- موادی را که دوست ندارید داخل کیک تان نریزید ۹۵
- از آن جا که هر درخواستی پذیرفته می شود، رقابتی وجود ندارد ۹۸
- فصل هفدهم: کجا قرار دارید و مایلید کجا باشید؟** ۱۰۱
- بزرگ ترین هدیه ای که می توانید بدهید خوشحالی شماست ۱۰۲
- هر اندیشه ای شما را به سن دیه گو نزدیک تر یا از آن دورتر می کند ۱۰۳
- چرا نه گفتن به یک چیز، به معنای آری گفتن به آن است؟ ۱۰۴
- فصل هجدهم: شما می توانید به تدریج امواج ارتعاشی خود را تغییر دهید** ۱۰۵
- خود به بهترین احساسی که در دسترس تان قرار دارد برسانید ۱۰۶
- فصل نوزدهم: تب شما می تواند اجماع به خود چه حسی دارید** ۱۰۹
- زندگی همواره راحت است، شما هم نمی توانید ساکن بمانید ۱۱۰
- سایرین نمی توانند احساسات و خواسته های شما را درک کنند ۱۱۰
- هیچ کس دیگری نمی داند چه چه مناسب شماست ۱۱۰
- فصل بیستم: مختل کردن آزادی دیگران به بهای آزادی خودتان تمام خواهد شد** ۱۱۳
- چیزهای ناخواسته نمی توانند بدون حرکت شما وارد تجربیات تان شوند ۱۱۵
- پشت هر آرزویی، اشتیاق به یک حس غریب نهفته است ۱۱۷
- برای همسویی با سعادت، باید به قدر کافی خرد حوا باشد ۱۱۹
- فصل بیست و یکم: شما تنها ۱۷ ثانیه از ۶۸ ثانیه ای که برای کامیابی لازم است، عقب هستید** ۱۲۵
- از افکار مهار نشده خود نهراسید ۱۲۶
- فصل بیست و دوم: درجات مختلف راهنمای احساسی شما** ۱۲۹
- فقط شما می دانید عصبانیت، مناسب حال شماست یا نه ۱۳۳
- آن ها که آرزو می کنند آرزویی نداشته باشند چگونه؟ ۱۳۶
- وقتی حس کنید بر احساسات تان تسلط دارید، از تمامی مراحل آن لذت خواهید برد ۱۳۸

بخش دوم: روش هایی برای کمک به شما برای رسیدن به آنچه که در حال حاضر به یاد دارید	۱۴۱
آشنایی با بیست و دو روش تجربه شده برای بهبود نقطه جاذبه تان	۱۴۳
آیا روی آن را پوشانده اید؟	۱۴۳
روش اول: قدرشناسی بی حد و اندازه	۱۵۷
روش دوم: جعبه جادویی خلاقیت	۱۶۷
روش سوم: کارگاه خلاقیت	۱۷۳
روش چهارم: واقعیت مجازی	۱۸۵
روش پنجم: بازسازی فاه و ثروت	۱۹۵
روش ششم: روش رافیه	۲۰۱
روش هفتم: ارزش بی پایان	۲۱۱
روش هشتم: کتاب جادویی مش	۲۱۹
روش نهم: فیلمنامه نویسی	۲۲۷
روش دهم: روش زیر بشقاب	۲۳۱
روش یازدهم: هدفمند کردن هر بخش	۲۳۷
روش دوازدهم: بهتر نبود اگر...؟	۲۴۵
روش سیزدهم: کدام فکر حس بهتری می دهد؟	۲۵۱
روش چهاردهم: نظم بخشیدن به بی نظمی ها برای شغل بیشتر	۲۵۹
روش پانزدهم: کیف پول	۲۶۷
روش شانزدهم: چرخش محوری	۲۷۳
روش هفدهم: گردونه تمرکز	۲۸۳
روش هجدهم: یافتن جایگاه - احساسی	۲۹۵
روش نوزدهم: کنار گذاشتن مقاومت برای خلاص شدن از بدهی	۲۹۹
روش بیستم: واگذار کردن کار به مدیر	۳۰۷
روش بیست و یکم: بازپس گیری تندرستی ذاتی	۳۱۱
روش بیست و دوم: بالا بردن درجه احساسات	۳۲۱