

www.ketab.ir

من اعلام می‌کنم

۳۱ قولی که باید در زندگی به خودتان بدهید

نیما سیلانی



سرشناسه: آستین، جوئل

Osteen, Joel

عنوان و نام پدیدآور

: من اعلام می‌کنم: ۳۱ قولی که باید در زندگی به خودتان بدهید/نویسنده: جوئل اوستین؛ مترجم: نیما سبلانی طالشمکائیل.

مشخصات نشر: تهران: زرین اندیشمند، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۱۵۲ ص.؛ ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۹۱-۹۷-۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت:عنوان اصلی: ۳۱: I declare promises to speak over your life, ۲۰۱۴.

یادداشت: کتاب حاضر نخستین بار با عنوان "آرامش در پرتو ایمان: ۳۱ کلام معجزه‌گر برای کامیابی در زندگی" با ترجمه شبنم مسیحیان توسط نشر ققنوس، ۱۳۹۲ منتشر شده است.

عنوان دیگر: ۳۱ قولی که باید در زندگی به خودتان بدهید.

عنوان دیگر: آرامش در پرتو ایمان: ۳۱ کلام معجزه‌گر برای کامیابی در زندگی.

عنوان گسترده: سی‌ویک قولی که باید در زندگی به خودتان بدهید.

موضوع: خودسازی -- جنبه‌های مذهبی -- مسیحیت

موضوع: Christianity -- Religious aspects -- Self-actualization (Psychology)

موضوع: زندگی مذهبی (مسیحیت)

موضوع: Christian life

شناسه افزوده: سبلانی طالشمکائیل، نیما، ۱۳۷۴-، مترجم

رده‌بندی کنگره: ۲/BV۴۵۹۸

رده‌بندی دیویی: ۴/۲۴۸

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۸۴۱۷۳۰۸



نشر زرین اندیشمند

دفتر مرکزی: خیابان انقلاب، ملین خیابان دانشگاه و ابوریحان، ساختمان فروردین، طبقه ۵، واحد ۱۹

شماره تماس: ۰۰۹۹۰۵۴۴۵۰۰۶ :۰۸۷۰۶۶۱۷۶۰۸۷

وبسایت: Andishmandpub.com : پست الکترونیکی: Andishmand.pub@gmail.com

من اعلام می‌کنم
۳۱ فولی که باید در زندگی به خودتان بدهید
نیمه سبانه

❖ نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰ ❖ شمارگان: ۵۰۰ ❖ ناشر: نشر زرین اندیشمند

❖ ویراستار و صفحه‌آرا: مریم قدمی ❖ طراح جلد: بنیده افشین

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۹۱-۹۷-۲

بها: ۴۷۰۰۰۰ ریال

حق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.



اسکن کنید!

فهرست

۹	پیشگفتار.....
۱۵	سخن از پیروزی به میان آورید.....
۱۹	من اعلام می‌کنم.....
۲۱	روز اول.....
۲۵	روز دوم.....
۲۹	روز سوم.....
۳۳	روز چهارم.....
۳۷	روز پنجم.....
۴۱	روز ششم.....
۴۵	روز هفتم.....
۴۹	روز هشتم.....
۵۳	روز نهم.....
۵۷	روز دهم.....
۶۱	روز یازدهم.....
۶۵	روز دوازدهم.....
۶۹	روز سیزدهم.....
۷۳	روز چهاردهم.....
۷۷	روز پانزدهم.....
۸۱	روز شانزدهم.....

۸۵	روز هفدهم
۸۹	روز هجدهم
۹۳	روز نوزدهم
۹۶	روز بیستم
۹۹	روز بیست و یکم
۱۰۳	روز بیست و دوم
۱۰۷	روز بیست و سوم
۱۱۱	روز بیست و چهارم
۱۱۵	روز بیست و پنجم
۱۱۹	روز بیست و ششم
۱۲۳	روز بیست و هفتم
۱۲۷	روز بیست و هشتم
۱۳۱	روز بیست و نهم
۱۳۵	روز سیام
۱۳۹	روز سی و یکم
۱۴۲	نتیجه

پیشگفتار

کلمات ما، قدرت سازنده‌ای^۱ دارند. هر زمان از چیزی (چه خوب و چه بد) صحبت کنیم، به آنچه می‌گوییم، زندگی می‌بخشیم. بسیاری از افراد در مورد خود، خانواده و آینده‌شان حرف‌های منفی می‌زنند. آن‌ها چیزهایی از این قبیل می‌گویند: «هرگز موفق نمی‌شوم، این بیماری من را شکست می‌دهد، کارها خیلی کند پیش می‌رود، فکر نمی‌کنم از پس آن برآیم، فصل آنفلوانزا نزدیک است، احتمالاً آنفلوانزا می‌گیرم و...».

آن‌ها متوجه نیستند که در حال پیش‌گویی آینده‌ی خود هستند. کتاب مقدس می‌گوید: «ما میوه‌ی سخنان‌مان را خواهیم خورد». به این معنا که آنچه را به زبان می‌آوریم، کسب خواهیم کرد. راه‌حل این

^۱ Creative power

است، شما باید کلماتتان را با توجه به آنچه می‌خواهید در زندگی‌تان رخ دهد، به زبان بیاورید. شما نمی‌توانید از شکست سخن بگویید و انتظار پیروزی داشته باشید. نمی‌توان از نداری سخن گفت و انتظار فراوانی داشت. شما آنچه را بر زبان جاری می‌کنید، خلق خواهید کرد. اگر می‌خواهید بدانید در پنج سال آینده در چه وضعیتی هستید، تنها به آنچه اکنون در مورد خود می‌گویید، گوش فرا دهید. ما می‌توانیم با کلماتمان به آینده خود برکت داده یا آن را نفرین کنیم. به همین جهت هرگز نباید بگوییم من پدر/مادر خوبی نیستم، من جذاب نیستم، من دست‌وپا چلفتی هستم، من نمی‌توانم هیچ کاری را به‌درستی انجام دهم، احتمالاً اخراج می‌شوم و....

ممکن است این افکار به ذهن شما نفوذ کنند؛ اما کاری که نباید بکنید، به زبان آوردن آن‌ها است. لحظه‌ای که شما آن‌ها را به زبان بیاورید، به آن‌ها اجازه ریشه دواندن داده‌اید. زمان‌های بسیاری بوده که افکار منفی داشته‌ام و می‌خواستم آن‌ها را به زبان بیاورم؛ اما مانع این کار می‌شدم و با خود می‌گفتم: «نه، من ده‌ام را می‌بندم». من در مورد شکست در آینده‌ام صحبت نمی‌کنم. در مورد باختن در زندگی‌ام سخن نمی‌گویم. آن سخن را تغییر داده و در مورد آینده‌ی ایده‌آلم سخن خواهم گفت. من اعلام می‌کنم که «من مورد برکت قرار گرفته‌ام، من قوی هستم، من سالمم یا امسال سال خوبی خواهد بود.» وقتی این کار را می‌کنید، آینده‌یتان را برکت می‌دهید.

من این کتاب ۳۱ اعلامیه‌ای را نوشته‌ام تا شما به مدت یک ماه هر روز به آینده‌یتان برکت دهید. امید دارم که شما هر روز لحظه‌ای

وقت بگذارید تا آینده‌ی خود را با یکی از این اعلامیه‌های مثبت، الهام‌بخش و دلگرم‌کننده برکت دهید. اگر هر روز یک اعلامیه و یک داستان بخوانید، باور دارم که خودتان را در معرض برکت الهی قرار خواهید داد. هنگامی که ما به دنبال نوسازی کامپک سنتر سابق در هیوستون بودیم تا آن را به کلیسای لیک وود فعلی تبدیل کنیم، معمارها گفتند که هزینه آن میلیون‌ها دلار بیشتر از آنچه تخمین زده بودیم، می‌شود. من از هزینه‌ای که برای این کار گفتند، شوکه شدم. پس از آن، فکر کردم که این غیرممکن است. هرگز نمی‌توانم این مقدار پول به دست آورم. هیچ راهی برای انجامش نیست. این‌ها افکار من بودند؛ اما می‌دانستم که نباید به زبان آورده شوند. نگرش من این بود، اگر قرار است آینده را پیش‌بینی کنم، می‌خواهم آن را خوب پیش‌بینی کنم. نه، من آنچه را خواهم گفت که خدا در مورد می‌گوید. اعلامیه‌ی من این بود: «خداوند تمام نیازهایمان را برآورده می‌کند. او خدای بنی‌اسرائیل است. او روزی دهنده ماست. شاید این غیرممکن به نظر برسد؛ اما من می‌دانم که خداوند قادر است غیرممکن‌ها را ممکن کند». هنگامی که خداوند آرزویی را به دل شما می‌اندازد، وسیله رسیدن به آن را نیز به شما می‌دهد. ابتدا اطمینان حاصل کردم که از پیروزی حرف می‌زنم و بعد دیدم که این رؤیا به حقیقت پیوست. انجیل ۱۸:۲۱ می‌گوید: «زندگی و مرگ ما در دست قدرت زبان ماست». در مورد آینده‌ی خود چگونه صحبت می‌کنید؟ درباره خانواده‌یتان چه می‌گویید؟ در مورد امور مالی‌تان

چه می‌گویید؟ اطمینان حاصل کنید کلماتی که بر زبان جاری می‌کنید در مسیر خواسته‌هایتان برای آینده باشد.

اگر طرفدار بیسبال هستید، احتمالاً خوزه لیما را می‌شناسید. او در طول دهه‌ی ۱۹۹۰ پرتاب‌گر نمونه‌ی هیوستون آستروز بود. او در یک فصل، بیستویک بازی را برد و یکی از بهترین پرتاب‌گرهای لیگ محسوب می‌شد؛ اما اتفاق جالبی افتاد. هنگامی که آستروزها از آستروودوم به ورزشگاه جدید خود در پایین شهر نقل‌مکان کردند، حصارها در سمت چپ زمین بسیار نزدیک‌تر از حصارهای آستروودوم بودند (که البته این به نفع توپ‌زن‌ها است)؛ اما این موضوع کار را برای پرتاب‌گرها دشوار می‌کند.

اولین باری که خوزه لیما به ورزشگاه جدید رفت، روی تپه ایستاد. هنگامی که به سمت چپ زمین نگاه کرد و دید که حصار چقدر نزدیک است، اولین کلماتی که از دهان او خارج شد، این‌ها بودند: «من هرگز قادر نخواهم بود که پرتاب را انجام دهم، حصار خیلی نزدیک است».

می‌دانستید او از بازیکنی که برنده ۲۱ بازی بود، به بازیکنی تبدیل شد که شانزده بازی را باخت؟ این یکی از بزرگ‌ترین تغییرات منفی در تاریخ آستروز بود. چه اتفاقی افتاد؟ او آینده‌اش را پیش‌گویی کرد. آن افکار منفی به ذهنش آمد و به جای نادیده گرفتن آن‌ها، اشتباه به زبان آوردن آن افکار را مرتکب شد. هنگامی که فکرتان را بر زبان می‌آورید، درحال قوت بخشیدن به آن هستید؛ همان‌طور که انجیل ۶:۲ می‌فرماید: «سخن‌ان‌مان ما را به دام می‌اندازند».