

کاملاً خودت باش

آنچه را که خداوند برای شما طلب کرده، کشف کنید

ماتئو کلی

ترجمه منیره شدرخ وای (بهزاد)

نشر پیکان

تهران ، ۱۳۹۹

Matthew Kelly, 1973

سرشناسه: کلی، متیو، ۱۳۷۳ - م.

عنوان و نام پدیدآور: کاملاً خود باش، زیرا که خداوند برای شما طلب کرده، کشف کنید) /

ماتیو کلی؛ ترجمه منیره شیخ جواد (بهزاد)؛ ویراستار علی اصغر عبداللہی.

مشخصات نشر: تهران: پیکان، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: ۲۰۸ ص: ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س ۴

شابک: 978-964-328-909-6

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Perfectly Yourself, discovering God's dream for you, 2017.

موضوع: ابراز وجود / Self - realization

شناسه افزوده: بهزاد، منیره (شیخ جواد)، مترجم

رده بندی کنگره: BJ۱۴۷۰

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۱۱۲۳۶

کتاب تازه گله

بیت سفت، ده بیست که در این دنیا



کاملاً دوست باش (آنچه را که خداوند برای شما طلب کرده، کشف کنید)

PERFECTLY YOURSELF

(Discovering God's Dream For You)

Beacon Publishing/ U.S.A./ 2017.

Matthew Kelly

ماتیو کلی

مترجم: منیژه شیخ جوادی (بهزاد)

ویراستار: علی اصغر عبداللہی

آماده سازی و اجرا: هوشمند علمی کتابفروش

ناظر فنی چاپ: هومن علمی کتابفروش

مدیر تولید: زهرا درخشان

حروفچین و صفحه آرا: سعید شبستری

طراح جلد: محمد جهانی مقدم

چاپ و صحافی: چاپخانه نشر پیکان

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹

تیراژ: ۵۵۰

بها: ۳۵/۰۰۰ تومان

حق چاپ و نشر این اثر برای نشر پیکان محفوظ است.

دفتر نشر: خیابان ولیعصر، پایین تر از توانیر، نبش کوچه مریم، پلاک ۲۲۸۳، طبقه ۲، واحد ۵

تلفن: ۸۸۷۷۰۶۵۲ - دورنگار: ۸۸۷۸۰۴۶۲

ایستاگرام peykanpress@gmail.com peykan.publication

دفتر پخش: شهید بهشتی (عباس آباد)، بین چهارراه اندیشه و سهروردی، ساختمان ۶۸

تلفن: ۸۸۴۲۳۲۱۲/۸۸۴۲۳۱۱۰ کد پستی: ۱۵۶۹۷۵۴۶۱۱

فهرست

۱	مقدمه
۳	یکم: آیا شما پیشرفت می‌کنید؟
۵	لحظه‌ای از حقیقت
۶	فقط خودتان را بشناسید
۹	بهتر، نا بهتر
۱۳	مشکل شما چیست؟
۱۵	الگوهای شکست
۲۱	قدرت پیشرفت
۲۴	هر روز نخستین تجربه شماست
۲۹	دوم: کاملاً ناکامل
۳۲	با یک دروغ شروع می‌شود
۳۴	تنها یک چیز از شما خواسته می‌شود
۳۷	میل ما به خوشحال کردن دیگران
۴۲	آیا شما خوشحالید؟
۴۹	فرصتی برای تغییر
۵۲	از سردرگمی تا وضوح
۵۷	سوم: نگاهی به آینده
۵۸	آیا می‌توانید آینده را ببینید؟

- ۵۹ زندگی بهتر، آینده بهتر
- ۶۲ به چه چیزی احترام می گذارید؟
- ۶۶ آیا شما قابل اعتمادید؟
- ۷۲ دشمن شخصیت
- ۷۴ رشد در زمینه تقوا
- ۷۷ هیچ عمل شخصی وجود ندارد
- ۷۸ شخصیت را مقدم دارید

- ۸۱ چهارم: ۸۶/۴ ساعت
- ۸۲ گرایش های حل کار
- ۸۴ رضایت در محل کار
- ۸۶ مفهوم کار
- ۹۰ دو افسانه
- ۹۱ یافتن شور و شوق
- ۹۵ قدم های کودکانه

- ۱۰۳ پنجم: شما چه را باور دارید؟
- ۱۰۵ ماورای زندگی دوگانه
- ۱۰۹ صدای خود اسیل مان
- ۱۱۱ وحدت زندگی
- ۱۱۶ مشکل این نیست که ما باوری نداریم

- ۱۲۱ ششم: ماورای لذت آنی
- ۱۲۲ افسانه شادی
- ۱۲۵ طول فیوزتان چقدر است؟
- ۱۲۹ دیکتاتور امروزی

۱۳۳ قدرت تکانش

۱۳۵ راهی برای تسلط بر نفس

۱۴۳ هفتم: فشار را از روی دوش تان بردارید

۱۴۴ چرا امور را پیچیده می‌سازیم؟

۱۵۰ تصمیم‌گیری

۱۵۳ هنر برنامه‌ریزی

۱۵۵ بیان و امینا

۱۵۹ نخستین قدم‌های عملی

۱۶۳ هشتم: رسالت شما چیست؟

۱۶۸ یافتن رسالت

۱۷۴ یافتن خود

۱۸۰ خلق احساس مسئولیت نسبت به خود

۱۸۷ نهم: چرا نگرانید؟

۱۸۷ آنچه در موردش نگرانیم

۱۹۰ مسئله این است

۱۹۴ زمان حال را مدیریت کنید، آینده را بسازید

۱۹۹ ساعت فرصت

۲۰۷ کلام آخر

۲۰۷ خانه

مقدمه

سال‌های طولانی به ما گفته شده در جامعه‌ای مصرف‌گرا زندگی می‌کنیم. اکنون شک دارم که کسی مخالف این نظر باشد اما من مشخصاً سؤالاتی دارم. آیا ما هنوز هم مصرف‌کننده‌ایم و یا مصرف می‌شویم؟ آیا ما بخشی از وجودمان را در قبال این مصرف‌گرایی مهار کرده‌ایم از دست داده‌ایم؟

من به اطرافم نگاه می‌کنم. به نظر می‌رسد که این روزها همه چیز دارای برند است. تکثیر برندها تمامی جامعه‌مان را پوشانده و قویاً بر روان‌مان تأثیر نهاده است. دوباره می‌گویم، من سؤالاتی دارم. ما نخستین بار برای چه چیزی از برند استفاده کردیم؟ برای گلّه‌ها. و با چه هدف؟ با هدف مالکیت. استفاده دیگران از برند چه بود؟ برده‌داری. و هدف آن چه بود؟ مالکیت. آیا مالک برندها هستیم و یا برندها مالک ما هستند؟ آیا هنوز هم مصرف‌کننده‌ایم و یا مصرف می‌شویم؟ رؤیاهای پروردگار برای من و شما ماورای آن چیزی است که دنیا ارائه می‌کند. خداوند تک‌تک ما را به گونه‌ای منحصر به فردی خلق کرده است و انتظار دارد که ما آنچه را که برایش خلق شده‌ایم، دنبال کرده و از آن استقبال کنیم. بهتر خودمان. ما اگرچه به فردیت و استقلال خود می‌بالیم، اما به نظر می‌رسد که شیفته انطباق با جو موجودیم. تمایل به انطباق و پذیرش تا اندازه‌ای میلی طبیعی است، اما وقتی به بهای از دست دادن هویت واقعی مان به عنوان فردی منحصر به فرد تمام می‌شود، چیزی را از دست می‌دهیم.

بیایید در کنار هم مفهوم خودِ کامل را کشف کنیم.