

محدودیت صفر

(روش شگفت‌انگیز بومیان هاوایی در دستیابی به ثروت،
سلامتی، آرامش و...))

دکتر جو ویتالی

دکتر ایها لیا کالاهولن

سامان نورائی

ویراستار

لیلا چگینی



سرشناسه : ویتال، جو، ۱۹۵۳ - م. Vitale, Joe

عنوان و نام پدیدآور: محدودیت صفر: (روش شگفت‌انگیز بومیان هاوایی در دستیابی به ثروت، سلامتی، آرامش و ...) / جو ویتال، ای‌هالیاکالا هونی: [مترجم] سامان نورائی؛ ویراستار لیلا چگینی.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات نارنگی، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۱۹۳ص؛ ۵/۲۱×۱۴/۵ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۴۵۴-۷-۹ * وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: عنوان اصلی: Zero limits : the secret Hawaiian system for wealth, health, peace, and more, c۲۰۰۷.

موضوع: موفقیت -- جنبه‌های مذهبی Success -- Religious aspects

شناسه افزوده: هیو لن، هالی‌کالا، ۱۹۳۹ - م. * شناسه افزوده: Hew Len, Haleakalā

شناسه افزوده: نورائی، سامان، ۱۳۷۰-، مترجم * رده بندی کنگره: BL۶۵

رده بندی دیویی: ۴۰۴/۴ * شماره کتابشناسی ملی: ۸۵۲۰۱۹۱



* انتشارات نارنگی

* محدودیت صفر

* مؤلف: جو ویتال - ای‌هالیاکالا هولن

* مترجم: سامان نورائی

* ویراستار: لیلا چگینی

* صفحه آرا: گروه باران

* طرح جلد: استودیو قاف

* نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

* شمارگان: ۵۰۰ نسخه (رقعی)

* قیمت: ۴۹,۰۰۰ تومان

* شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۴۵۴-۷-۹

* تلفن: ۶۶۴۱۰۴۱۰

* سایت: ketabgram.com

کلیه حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.

فهرست

۷.....	پیشگفتار.....
۸.....	مقدمه.....
۱۵.....	شروع ماجراجویی.....
۲۲.....	یافتن غیرعادی‌ترین درمانگر دنیا.....
۲۸.....	نخستین گفتگوی بین ما.....
۳۳.....	حقیقت هولناک درمورد قصدها.....
۴۴.....	آیا می‌توان استثنای قائل شد؟.....
۵۴.....	دوست دارم.....
۶۸.....	غذا خوردن با روح الهی.....
۷۶.....	شواهد.....
۱۰۸.....	چگونه به نتایج سریع‌تری برسیم.....
۱۱۵.....	چگونه ثروت بیشتر را بپذیریم.....
۱۲۶.....	ذهن‌های مردد می‌خواهند بیشتر بدانند.....
۱۳۴.....	انتخاب، نوعی محدودیت است.....
۱۵۰.....	سیگار، همبرگر و کشتن روح الهی.....
۱۶۲.....	حقیقت ماجرا.....
۱۶۹.....	کلام آخر.....
۱۷۴.....	پیوست الف: اصول اساسی وضعیت صفر.....
۱۷۷.....	پیوست ب:.....
۱۷۹.....	پیوست ج: چه کسی مسئول است؟.....

پیشگفتار

جایی که آرامش از آنجا آغاز می‌شود!

مورنا نالاماکو سیمیونا، اولین کسی بود که هویت‌سازی از طریق «هو اوپونو پونو» را مطرح نمود و همچنین اولین استادی بود که این روش را به دیگران آموخت. روی میز کار او کاغذی قرار داشت که رویش نوشته شده بود: آرامش از من آغاز می‌گردد.

زمانی که برای کار با او همسفر می‌شدم همواره شاهد آرامشی غیرقابل‌وصف در او بودم. این آرامش عجیب تا زمان مرگش یعنی فوریه ۱۹۹۲ در او وجود داشت. از نوامبر ۱۹۸۲ به مدت یک دهه در کنارش بودم و آموزه‌هایش را فرا گرفتم. بودن در کنار او افتخار بزرگی بود که نصیبم شد. از آن هنگام تا به همین لحظه به طور پیوسته به انجام هو اوپونو پونو مشغول بوده‌ام. اکنون خرسندم که به کمک دوستم دکتر جو ویتالی، و از طریق نگارش این کتاب، می‌توانم پیام هو اوپونو پونو را به دنیا برسانم.

در حقیقت من فقط وسیله‌ای برای رساندن این پیام هستم زیرا همه ما یکی هستیم و همه چیز در درون ما رخ می‌دهد.

آ. م

دکتر ایها لیا کالا هولن

رئیس سابق بنیاد من، رهایی از دنیا