

# چه میشد اگر

نویسنده

جکلین پیرتل

مترجم

کیومرث پارسای

www.ketab.ir



انتشارات  
تمدن علم

---

|                         |                                                |
|-------------------------|------------------------------------------------|
| سرشناسه                 | پیرتل، جکلین                                   |
|                         | Pirtle, Jacqueline                             |
| عنوان و نام پدیدآور     | چه می‌شد اگر/جکلین پیرتل؛ مترجم کیومرث پارسای. |
| مشخصات نشر              | تهران: تمدن علمی، ۱۴۰۰.                        |
| مشخصات ظاهری            | ۵۸ص.                                           |
| شابک                    | 978-622-7719-21-5                              |
| وضعیت فهرست نویسی       | فیها                                           |
| یادداشت                 | What if...: عنوان اصلی:                        |
| موضوع                   | خوشبختی<br>Happiness                           |
| شناسه افزوده            | پارسای، کیومرث، ۱۳۲۵ -، مترجم                  |
| رده بندی کنگره          | BF۵۷۵:                                         |
| رده بندی دیویی          | ۱۵۸۸:                                          |
| شماره کتابشناسی ملی     | ۱۷۵ (۳۴):                                      |
| اطلاعات رکورد کتابشناسی | فیها                                           |

---

جکین پیرتل

چه می شد اگر

کیومرث پارسای

چاپ اول: ۱۴۰۱

شمارگان: ۴۴۰ نسخه

لیتوگرافی: ترنج رایانه

چاپ: مهارت نو

مطبع: رقتی

شابک: ۹۶۴-۶۴۲-۷۷۱۹-۲۱-۵

حق چاپ محفوظ است.



انتشارات  
نشدن علم

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین

خیابان شهدای ژاندارمری، بن بست گرانفر، پلاک ۴

تلفن: ۰۲۱ - ۶۶۴۱۲۳۵۸



Www.elmpub.com



info@elmpub.com



nashreelm

## دیاچه

### شگفتزده کردن مبتلایان به «چه می شد اگر»

من حتی نمی توانم دریابم دانستی اینکه شما کار بر روی این یادداشت روزانه مربوط به «چه می شد اگر» را چگونه آغاز می کنید، تا چه اندازه برایم شگفت انگیز است. بله، این کار را می توان تا نو روز هم ادامه داد. حتی بهتر از آن، هیچ واژه ای نمی تواند میزان هیجان مرا در زمینه موفقیت شما در تغییر دادن خویشتن و آنچه برای شما تازگی خواهد داشت، توصیف کند، زیرا کاری که می خواهید در زمینه راندن همه «چه می شد اگر» های زندگی خود انجام دهید، بسیار آگاهانه است.

به راستی، آیا هرگز به این واقعیت اندیشیده اید که در صورت تغییر یافتن همه «چه می شد اگر» های زندگی، دنیا برای شما تا چه اندازه بهتر و متفاوت تر خواهد شد؟

تردیدی ندارم که چنین خواهد شد.

همه «چه می شد اگر» ها، فرصتهایی نامحدود برای تبدیل شدن به

آنچه در اصل «شده است»، فراهم می کنند، زیرا موجب می شوند افراد، در مورد آنها بیندیشند، آنها را احساس کنند، ببینند، به تصویر بکشند، و همچنین واژه «چه می شد اگر» را بدون اشاره به وجود این احتمال که همزمان می توان به «آنچه شده است» اندیشید و آن را احساس کرد، به کار ببرند.

هر «چه می شد اگر»ی دارای نیروی زیادی برای پرتاب کردن شما در موقعیت فکر کردن در باره «آنچه شده است» در زمان تحقق خواسته ها و آرزوهای انسان است. همان موقعیتی که در آن، «چه می شد اگر»، تبدیل به «آنچه شده است»، می شود. البته چنین موقعیتی به شما امکان می دهد از شکوه لحظات تازه پدیدار شده لذت ببرید.

اگر گزینه دیگر شما جستجو کردن در جنبه هایی از زندگی برای دستیابی به خواسته ها و آرزوهای ژرف باشد که تحقق آنها امکان ندارد، از نظر من، رویدادی مطلوب به حساب نمی آید.

هر پدیده ای، از جمله شما، من، «چه می شد اگر»ها و «آنچه شده است»، انرژی محسوب می شود. همه اینها به شکل مشابه و متصل، همه مدیت، در انرژی سهیم می شوند، یعنی شما، «چه می شد اگر»ها، و همه «آنچه شده است» اشاره می کند، یکی، مشابه، و انرژی هستند!

همه این انرژیها، افراد را کمابیش و با بسامدهای متفاوت، تحت تأثیر قرار می دهند؛ تعدادی با بسامد بالاتر، همانند خوشحالی؛ و تعدادی با بسامد پایینتر، همانند خشم.

«چه می شد اگر»ها و خواسته های شما برای دستیابی به «آنچه شده است»، بسامد بالا و احساس خوب دارند، زیرا اصلاح، پیشرفت و خوشحالی بیشتر را نشان می دهند. آنها خواسته ها، رویاها، و آرزوهای

شما به حساب می‌آیند. تمرکز بر آنها، مشاهده آنها در رؤیا، احساس کردن آنها، و اندیشیدن به آنها، موجب می‌شود خیلی زود تحقق یابند و مسیری درخشان برای زندگی را ارائه دهند.

در عین حال، هرگاه بر حلقه‌های مفقوده تمرکز کنید، در واقع به بسآمد پایین اجازه ورود می‌دهید، زیرا فقدان به مفهوم «کافی نبودن»، «هرگز شکل نگرفتن»، «امکان نداشتن»، یا «تسلیم شدن» است. فقدان همچنین در احساساتی همانند اندوه، ضعف، خشم، یا ناکامی، و نیز تفکراتی که در عوض خوشحال کردن، موجب ایجاد ناخشنودی می‌شود، تجلی دارد.

اندیشیدن در مورد «چه می‌شد اگر»ها را تنها با تمرکز بر جادوی رؤیای زندگی خود و تبدیل آنها به «آنچه شده است» آغاز کنید. در این حال، بیشینه هیجان خود را احساس خواهید کرد و در بهت ناشی از آنچه روی خواهد داد و استحقاق آن را دارید، فرو خواهید رفت. آنگاه خیلی زود درخواهید یافت که «آنچه شده است» همراه آنچه را در بر می‌گیرد، جایگزین «چه می‌شد اگر» کرده‌اید.

صرف زمان مناسب برای تبدیل «چه می‌شد اگر» به بسآمد بالای زندگی، یعنی رسیدن به مرحله‌ای که «چه می‌شد اگر» در حالت انتظار برای تبدیل شدن به «آنچه شده است» قرار دارد.

در این یادداشت روزانه، به طور دقیق، آنچه را انجام می‌دهید که منجر به ایجاد امکانات مناسب برای خوب زنده ماندن، خوب زندگی کردن، و تحقق یافتن همه رؤیاها، خواسته‌ها و آرزوها می‌شود.

هر روز در این کتاب، متنی کامل از «چه می‌شد اگر» ملاحظه می‌کنید که شما را به تغییر دادن احساس خود به حالتی سرشار از شگفتی در

.....چه می شد اگر

نتیجه یافتن پاسخهای مناسب برای پرسشها، دعوت می کند تا این گونه، بتوانید موهبت هایی همچون عشق، آرامش، خوشحالی، حق شناسی، احترام، سپاسگزاری، و پذیرش خویشتن را به زندگی بیاورید و در هنگام ارتباط با دیگران، به کار ببرید.

با یاد گرفتن شیوه بخشیدن احساس بهتر، آگاهانه و منطقی زندگی کردن، و بیشتر خوشحال شدن، در اثبات و متجلی ساختن خود، مهارت خواهید یافت و استاد خواهید شد.

توصیه می کنم فرآیند تبدیل «چه می شد اگر» به «آنچه شده است» را آغاز کنید تا زندگی شما برای همیشه تغییر یابد.

به عنوان حاشیه، اضافه می کنم که در انتهای کار، چند روز را به عنوان پاداش در نظر گرفته ام که با آن، به دلخواه می توانید هر دو تمرین را در یک روز انجام دهید، یا به شیوه جاری، به ترتیب روزهای گذشته عمل کنید. همچنین صفحات نانوشته بیشتری به «چه می شد اگر» اختصاص داده ام تا رؤیاها یا آرزوهای بیشتر خود را در آنها بنویسید.

دیگر کافی است! می دانم که برای آغاز کار آمادگی دارید. مداد در دست بگیرید و با «چه می شد اگر» های خود به طور کامل سرگرم شوید.

با آرزوی شادی فراوان،

جککلین