

ذهن زیبا

دکتر ژوزف مورفی

هوشیار زرم آزما

انتشارات سپنج

Murphy, Joseph

مورفی، ژوزف، ۱۸۹۸ - م
ذهن زیبا دنیای شاد، آرام، پیروز / اثر: ژوزف مورفی؛ مترجم: هوشیار
رزم‌ازما. تهران: سپنج، ۱۳۸۴.
۳۰۴ ص.

ISBN: 964-6749-21-6

Collected essays of Joseph Murphy.

عنوان اصلی:

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیپا.

۱. موفقیت. الف. رزم‌ازما، هوشیار، ۱۳۱۰ - مترجم. ب. عنوان.

۱۵۸

BJ/۱۶۱۱۲/م ۸۵۹

۱۳۸۴

۱۶۶۲۸ - ۸۴ م

کتابخانه ملی ایران

□ نام کتاب: ذهن زیبا

□ نویسنده: دکتر ژوزف مورفی

□ مترجم: هوشیار رزم‌ازما

□ ناشر: سپنج

□ چاپ اول: ۱۳۸۴

□ تیراژ: ۵۵۰۰ جلد

□ چاپخانه: غزلباران

□ صحافی: منصوری

□ لیتوگرافی: اسدی

964-6749-21-6

شابک: ۹۶۴-۶۷۴۹-۲۱-۶

□ قیمت: ۳۰۰۰ تومان

مرکز پخش: ۶۶۴۶۴۵۷۷ - ۶۶۹۶۳۰۳۵

فهرست مطالب

۵	 مقدمه
۷	 قدرت کلام
۷	 چگونه فکر و ذهن شفابخش می شود؟
۸	 سه گام سلامتی
۱۱	 سه گام برای دور کردن ترس
۱۳	 غلبه بر اضطراب و تشویش
۱۴	 سه گام برای سرکوب اضطراب و دلهره
۱۵	 آرزو - هدیه خداوند
۱۶	 سه گام برای تحقق آرزوها و آمال
۱۷	 ازدواج فرخنده
۱۸	 سه گام برای ازدواجی موفق و شاد
۲۲	 چگونه خشم و غضب خود را مهار کنیم؟
۲۳	 سه گام برای سرکوب کردن تندی و خشم
۲۴	 چگونه از نو زاده شویم و دل و جانی با طراوت پیدا کنیم؟
۲۵	 سه گام برای روح و جانی دوباره یافتن
۲۷	 عشق، آزادگی است

۴۷	سموم روحی و پادزهرهای آن
۶۰	نوشداروهای بیماریهای روحی
۷۵	چگونه می توان «من» خود را دگرگون ساخت؟
۹۱	همیشه جوان بمانید
۱۱۱	چگونه پول را به سوی خود جذب کنیم؟
۱۱۱	حق شماست که پولدار باشید
۱۵۴	راه ثروت
۱۹۳	نیروی شفابخش عشق
۲۰۵	چرا من؟ چرا این بلا به سر من آمد؟
۲۲۳	جادوی ایمان
۲۳۳	ورق سرنوشت
۲۴۵	قدرت و سلطه سهمگین ترس
۲۶۱	نامی تازه را در کتاب زندگی بنویس
۲۸۵	نغمه پیروزی و شادی سر دهیم
۲۸۵	نغمه سلیمان

مقدمه

دکتر ژوزف مورفی متجاوز از نیم قرن از زندگی خویش را صرف تحقیق و تعلیم و تدریس در زمینه عرفان و معنویت و روح و فکر و ذهن و ضمیر بشر نمود. به اطراف و اکناف عالم سفرها کرد و با مکتبهای گونه‌گونه و مسلکها و مشربها و فرقه‌های متنوع شرق و غرب آشنا شد. با فیلسوفان و فرزائگان و حکیمان گیتی به بحث و مناظره پرداخت تا سرانجام به کشف این حقیقت شگرف نائل شد که آدمی از بدو آفرینش در تکاپوی یافتن و دست‌یازی به یک هدف بوده است؛ کس آرامش... شاید در بدو امر جستن این مقصود چندان دشوار و محال ننماید، ولی با مروری کوتاه بر احوال نفسانی انسان از ازل تا کنون، به سادگی در خواهیم یافت که هنوز که هنوز است این مشکلی که گریبانگیر بشر بوده، همچنان به قوت خود باقی مانده است و با پیشرفت تکنولوژی و صنعت و ماشین این گره کور و پیچیده‌تر گشته و این کساف سردرگم، جسم و جان ساکن این دیار را در چنبره خود گرفتار کرده و ساده‌ترین اصل حیات و هستی یعنی یافتن راهی برای برخورداری از "آرامش" را از روی باز ستانده است.

دکتر ژوزف مورفی حاصل پژوهشها و مطالعات خویش در زمینه روح بشر را در طی سالیان عمر پربار خود به اشکال مختلف: سخنرانیها، برنامه‌های رادیویی تلویزیونی، جلسات مشاوره و مذاکره و نگارش کتاب و رساله و غیره در دسترس مشتاقان و علاقه‌مندان و شیفتگان و سالکان طریقت و روح قرار داد و مکتبی به نام "فکر نو" بنیان نهاد و به درستی بر این نظریه پای فشرد که نظام هستی بر مدار عقل و خرد و قدرت بیکران فکر و هوش استوار گشته است. نیرویی که همواره ثابت و پابرجا خواهد ماند و ضعف و سستی و پیری و زوال و فرتوتی نمی‌شناسد و با مرگ بیگانه است و اصل زندگی است و روح بزرگی است که تمام صفات و محسنات خویش را در آدمیان به ودیعت نهاده و توانمندیهای شگفت‌انگیز خود را با گشاده دستی نثار روح و جان و اندیشه ایشان کرده تا به عظمت و قدرت نفس و باطن خویش پی ببرند و برای نیل به افتخار و شکوه حیات از هوش و دانایی و نیروهای نهفته در ذات و ضمیر خویش مدد بجویند و در نهایت راه رسیدن به آرامش را هموار نمایند و بالاخره ترس این دشمن دیرین درونی را منکوب و ریشه کن سازند.

دکتر ژوزف مورفی در این کتاب طرح‌های فکری خود را که دستمایه نگارش تألیفات و رساله‌هایش می‌باشد به صورت مجموعه‌ای که مشتمل بر چهارده مبحث است به خوانندگانش عرضه می‌نماید و با مطرح نمودن موضوعات جالب و ارائه تمرینهای شفافبخش قدرت باطنی آدمی را بر روی مکشوف می‌سازد تا چگونه بتواند با بهره‌گیری از ذهن زیبا، خلاق و مثبت خویش از شیرینی حیات در عمر کوتاه خود بهره‌مند شود و لذت ببرد و به آرامش خیال و سبکباری و آزادی برسد.