

ده روز معرفت و آرامش درون



وین دایر
مصطفی یزدانی



سرشناسه: دایر، وین. ۱۹۴۰-۲۰۱۵ م Wayne W Dyer

عنوان و نام پدیدآور: ۱۰ راز موفقیت و آرامش درون / نویسنده وین دایر؛ ترجمه‌ی مصطفی یزدانی

مشخصات نشر: تهران، آتیسا، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۱۶ ص.

شابک: 978-600-8399-20-9

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: 10 Secrets for success and inner peace

موضوع: موفقیت — جنبه‌های مذهبی

موضوع: آرامش ذهنی — جنبه‌های مذهبی

شناسه افزوده: یزدانی، مصطفی — مترجم

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۵ / ۸۸۳۳ / ۶۵ BL

ده‌بندی دیویی: ۲۰۴/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۴۵۷۷۸۷۸

دفتر انتشارات: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه بن بست پورجواد، پلاک ۱، طبقه دوم

تلفن: ۶۶۴۶۵۸۸۱

 www.aa.aa.ir

■ ۱۰ راز موفقیت و آرامش درون

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| ◆ مؤلف: وین دایر | ◆ مترجم: مصطفی یزدانی |
| ◆ ناشر: آتیسا | ◆ ویراستار: حامد زاهد |
| ◆ نوبت چاپ: دوم (اول ناشر) - ۱۳۹۵ | ◆ تیراژ: ۵۰۰ نسخه |
| ◆ قیمت: ۷۰۰۰ تومان | ◆ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۹۹-۲۰-۹ |
| ◆ مدیر فنی: علیرضا فرهمند | ◆ کلیه حقوق مادی و معنوی محفوظ است |

مرکز پخش: نشر و پخش درسا، تلفن: ۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۹۶۳۰۳۵

آدرس: خیابان انقلاب، بین خیابان وصال شیرازی و قدس، کوچه اسکو، پلاک ۱۲، طبقه همکف

فهرست مطالب

عنوان.....	صفحه.....
مقدمه.....	۷.....
راز اول.....	۱۱.....
ذهن را آماده‌ی پذیرش هر مورد جدیدی بکنید. اجازه ندهید که ذهن‌تان به چیزی وابسته باشد.	
راز دوم.....	۲۳.....
مادامی که نغمه‌ای در دلتان دارید، ندهاید.	
راز سوم.....	۳۵.....
نمی‌توانید چیزی را ببخشید به ندارید	
راز چهارم.....	۴۵.....
قدر سکوت و آرامش را بدانید	
راز پنجم.....	۵۵.....
گذشته‌تان را رها کنید	
راز ششم.....	۶۵.....
نمی‌توان مسائل را با همان ذهنی حل کرد که آن را پدید آورده است.	
راز هفتم.....	۷۷.....
عصبانیت، قابل توجیه نیست	
راز هشتم.....	۸۹.....
طوری رفتار کنید که گویی همان چیزی هستید که همواره آرزویش را داشتید.	
راز نهم.....	۹۹.....
قدر الهی بودن‌تان را بدانید	
راز دهم.....	۱۰۵.....
عقل سلیم می‌گوید که از افکاری بهره‌یزید که سبب ضعف‌تان می‌شود	

هیچ روزی نیست که آن را با یاد خدا آغاز نکنم و وجود او را در تمام طول روز و در هنگام بیداری احساس نکنم. نتیجه‌ی این رفتار، آرامشی است که در برمی‌گیرد. نوعی آرامش و رضایت خاطر که بیان آن در قالب‌واره‌ها مشکل به نظر می‌رسد. آرامشی که از آن سخن می‌گویم، احساسی است که نگرانی‌ها، اضطراب و هراس‌ها را از ذهنم پاک می‌کند. آرامشی که به واسطه‌ی آن، مشکلات را کوچک می‌بینم. آرامشی که سبب می‌شود حتی موفقیت‌ها و ثروت‌ها را کم‌اهمیت بشمارم. در این کتاب، ده راز موفقیت و آرامش درون را در اختیاران قرار می‌دهم و آنها را به شما می‌آموزم که اگر همواره به آنها توجه و هر روز آن دستورات را عمل کنید، شما نیز این احساس آرامش را در وجودتان



خواهید یافت.

در طول سی سال گذشته، بارها از من درخواست شده تا در مدارس و دانشگاه‌ها سخنرانی کنم. بیشتر خوانندگان کتاب‌هایم، مرا تشویق می‌کنند تا برای آنهایی که دوران نوجوانی را پشت سر گذاشته و قدم به سنین جوانی گذاشته‌اند نیز کتاب‌هایی بنویسم و اسرار این آرامش درونی را در اختیارشان بگذارم تا در دوران بزرگسالی مورد استفاده‌شان قرار گیرد.

ده رازی که در این کتاب عنوان شده، مطالبی است که هر وقت امکان گفتگو با جوانان پیش می‌آید، در اختیارشان می‌گذارم. این ده رمز، برای تمام کسانی مناسب است که تصمیم دارند آگاهانه و خردمندانه زندگی کنند. ۸ زندگی همواره فرصت‌چین کاری را برای ما فراهم می‌کند. گروهی از ما در جوانی این فرصت را به دست می‌آوریم و گروهی در میانسالی. حال چه در آغاز مسیر زندگی‌تان باشید و چه در میانه و حتی اواخر آن، این ده راز، در هر مرحله به کارتان خواهد آمد. بیشتر کتاب‌هایی که در این زمینه نوشته شده‌اند برنامه‌ریزی مالی، اهمیت دادن به ارتباطات، یافتن جای مناسب، پذیرفتن نصایح بزرگترها، احترام به مقررات، مشخص کردن اهدافی صحیح برای زندگی، سالم زیستن و قدر دانستن و ارج گذاشتن به خدمات دیگران را به ما توصیه می‌کنند که بدون شک پندهای ارزشمندی است.

اما من به عنوان یک آموزگار با سابقه و پدر هشت فرزند یازده تا سی‌وسه ساله، به این نتیجه رسیده‌ام که اینها به تنهایی کافی نیستند و توجه به آنها، به نوعی آدمی را گیج و سردرگم می‌کند.

بنابراین من هیچ نصیحتی ندارم که برای یافتن اهداف زندگی‌تان در اختیار شما قرار دهم. تا می‌توانید تلاش کنید. برنامه‌ریزی مالی دقیقی داشته باشید، از اندرزه‌های بزرگترهای‌تان استفاده کنید، به فرهنگ و سنن‌تان احترام بگذارید و هر کاری دیگر.

اما من خودم، همیشه به ندای درونی‌ام گوش کرده و از تمایلات درونی‌ام الهام گرفته‌ام. برای پیمودن مسیری سخت، که شاید کمتر کسی حاضر به پی‌گیری آن باشد، توانایی سنگین پرداخته‌ام. بنابراین اگر اراده کنید بنواهم حرف‌های مرا الگوی زندگی‌تان کنید و اندرزه‌های مرا بپذیرید، احساس می‌کنم که دست به ریاکاری زده‌ام. در عوض، ده راز را در اختیار جان قرار می‌دهم که سبب می‌شود روح الهی‌تان شما را راهنمایی کند.

آن طور که تماس با مردم محتلف در چند دهه‌ی گذشته به من آموخته، اغلب مردم می‌کوشند تا ناشناخته‌های بمانند. هر بار که شکست می‌خورند یا پشیمان می‌شوند، رنج می‌کشند و آزرده خاطر می‌گردند. چنین انسان‌هایی معنای واقعی زندگی را نمی‌دانند.

امیدوارم مطالب این کتاب به شما کمک کند تا ارزش احساسات پوچ و بی‌معنا رهایی یابید و به آن آرامش الهی برسید. آراشی که در واقع، موفقیت محض است. این رازها را با دقت تمام بخوانید و از میان آنها، مواردی را برگزینید که با روحیه‌تان سازگاری دارد و از کنار سایر مواردی که مناسب‌تان نیست، بگذرید.

چنانچه این آرامش نصیب‌تان شد، آن را در اختیار دیگران نیز قرار دهید. وجود تنفر، تعصب و خرده‌گیری‌های نابه‌جا در این سیاره‌ی خاکی، به ما می‌فهماند که از آن آرامش درونی و بیرونی بسیار دور افتاده‌ایم.

