

واقعیت قانون جذب

مبانی آموزه‌های ابراهام

ایستر و جری ایکس

مینا اعظامی

انتشارات صورتگر - سامینا

سرشناسه	: آبراهام (Abraham Spirit)
عنوان و نام پدیدآور	: واقعیت قانون جذب: مبانی آموزه‌های آبراهام/ ایستر و جری هیکس؛ ترجمه مینا اعظمی.
مشخصات نشر	: تهران : صورتگر: انتشارات سایبان، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۲۴۴ ص: ۱۴/۵ × ۲۱/۵ سم.
شابک	: 978-600-5152-19-7
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: عنوان اصلی :

فهرست

- ۱۳ پختار (به قلم دونالد والش)
 ۱۷ سرآغاز (به قلم جری هیکس)
 ۱۹ مقدمه متجم
- ۲۳ بخش یک: مسیر به سوی شناخت ابراهام
- ۲۵ * مقدمه (به قلم جری هیکس)
 ۲۶ جریان ثابت گروه‌های مذهبی
 ۲۷ تخته ویرج حروف الفبا را هجی می‌کرد
 ۲۹ بیندیشید و ثروتمند شوید
 ۳۱ ست درباره رقم‌زدن واقعیت زندگی را می‌گوید
- ۳۲ * ترس‌هایم بر طرف شد (به قلم ایستر هیکس)
 ۳۴ شیلا (رابط) تنو
 ۳۶ آیا باید مراقبه کنم؟
 ۳۸ چیزی در من شروع به «دمیدن» کرد
 ۳۹ بینیم حروف الفبا را هجی می‌کرد
 ۴۰ ابراهام شروع به نوشتن حروف الفبا روی ماشین تحریر کرد
 ۴۱ نویسنده به گوینده تبدیل می‌شود
 ۴۲ تجربه‌های دلنشین با ابراهام تکامل می‌یابد
- ۴۳ * من با ابراهام گفت‌وگو می‌کنم (به قلم جری هیکس)
 ۴۴ ما (ابراهام) خودمان را در مقام آموزگار توصیف می‌کنیم
 ۴۶ شما دارای وجود درونی هستید
 ۴۷ ما قصد نداریم باورهای‌تان را تغییر دهیم
 ۴۷ شما استحقاق دارید به منشأ حیات دست یابید
- ۴۹ * پیش‌گفته‌ای بر سعادت‌مندی
 ۵۰ توصیف قوانین همگانی

بخش دو: قانون جذب

۵۳

- ۵۵ قانون همگانی جذب: توصیف
- ۵۷ فکر کردن به آن، یعنی فراخواندن آن
- ۵۹ افکار من از قدرت مغناطیسی برخوردار است
- ۶۱ وجود درونی از طریق احساسات ارتباط برقرار می‌کند
- ۶۲ سامانه هدایتگر احساسی همیشه حاضر
- ۶۳ اگر بخواهم بسیار سریع‌تر اتفاق بیفتد چطور؟
- ۶۵ من خواهم خودم را چگونه ببینم؟
- ۶۶ چگونه به سیاره زمین خوش آمدی
- ۶۸ آیا من به آن واقعیت، به واقع «واقعیت» من است؟
- ۶۸ چگونه می‌توانم قدرت مغناطیسی‌ام را افزایش دهم؟
- ۶۹ فرایند گار، امر نشا ابراهام
- ۷۱ اکنون من در کارگاه آفرینش خود هستم
- ۷۴ آیا همه فرایندها توانسته‌اند اثبات شوند؟
- ۷۵ چگونه قانون جذب را به بهترین شیوه به کار بندم؟
- ۷۶ آیا می‌توانم به ناکامی قدرتم را تغییر دهم؟
- ۷۷ چگونه کسی می‌تواند بر باد و نم‌زدی چیره شود؟
- ۷۸ چه عواملی موجب امواج سراسر اتفاقات ناخواسته می‌شود؟
- ۷۹ آیا توجه به روش‌های پزشکی موجب جذب بیماری‌های
- ۸۰ آیا باید علت احساسات منفی‌ام را جست‌وجو کند
- ۸۱ مثالی از کنار گذاشتن باوری ناخواسته
- ۸۳ آیا افکار درون رؤیاهایم رقم‌زننده هستند؟
- ۸۴ آیا باید خوبی و بدی رؤیاهایم را مد نظر قرار دهم؟
- ۸۵ آیا باید در برابر «شر مقاومت نکنم»؟
- ۸۶ چگونه خواسته‌های واقعی‌ام را کشف کنم؟
- ۸۹ آبی و زرد می‌خواستم اما سبز نصیبم شد
- ۸۹ چگونه قربانی، سارق را جذب می‌کند؟
- ۹۱ تصمیم گرفتم زندگی‌ام را بهبود بخشم
- ۹۲ در نهان تعصبات آیینی و نژادی چه چیزی هست؟
- ۹۳ آیا «همانندها» یکدیگر را جذب می‌کنند یا «متضادها»؟
- ۹۴ وقتی آنچه احساس خوب ایجاد می‌کرد، اکنون حس ناخوشایند؟
- ۹۶ آیا همه چیز از فکر تشکیل می‌شود؟
- ۹۷ من سرور، شادی، و هماهنگی بیشتری می‌خواهم
- ۹۸ شادی بیشتر خواستن خودخواهانه نیست؟
- ۹۸ چه کاری اخلاق مدارانه‌تر است، عطا کردن یا ستاندن؟
- ۱۰۰ اگر هر کسی هر چه را می‌خواست دریافت می‌کرد، چه می‌شد؟
- ۱۰۱ چگونه می‌توانم به کسانی که دردمندند یاری کنم؟
- ۱۰۲ آیا رمز کار این است که الگویی شادی آفرین باشم؟

- ۱۰۴ آیا می‌توانم افکاری منفی در سر برورانم اما حس و حالی مثبت. ؟
 ۱۰۴ برای افزایش بهزیستی چه سختی دارید؟
 ۱۰۶ مقیاس توفیق‌مان چیست؟

۱۰۹ بخش سه: علم رقم زدن عامدانه

- ۱۱۱ توصیف علم رقم زدن عامدانه
 ۱۱۳ چمن به آن فکر کردم، آن را فراخواندم
 ۱۱۴ و درونش با من در ارتباط است
 ۱۱۵ بر آن حال خوش یا حال بد ایجاد می‌کند
 ۱۱۶ من و آنم به هدایتگر درونم اعتماد کنم
 ۱۱۸ آنچه به‌دست آورم، چگونه نصیب خود می‌کنم؟
 ۱۱۹ من تنها به‌زنده، رویدادهای زندگی‌ام هستم
 ۱۲۰ بنا بر خاسته منطقی، افکاری با ارتعاشی همسان را جذب می‌کنم
 ۱۲۱ وقتی می‌اندیشم و به‌من می‌گویم، رویدادهای زندگی‌مان را رقم می‌زنیم
 ۱۲۳ توازن ظریف میان خواندن و نوشتن در
 ۱۲۴ چه حال و حسی در غروب بد؟
 ۱۲۵ تمرینی برای کمک به رقم زدن
 ۱۲۷ افکاری که احساسات عمیق را برمی‌انگیزند، به‌سرعت تجلی می‌یابند
 ۱۲۸ خلاصه‌ای از فرایند رقم زدن
 ۱۳۰ توجه به آنچه - هست، بر آنچه - هست
 ۱۳۰ قدرتانی از آن، آن را به‌سویم جذب می‌کند
 ۱۳۱ آیا قوانین کائنات بدون اعتقاد من به آن‌ها کارایی دارند؟
 ۱۳۲ چگونه آنچه را نمی‌خواهم نصیب خود نکنم؟
 ۱۳۲ به‌نظر می‌رسد این جامعه متمدن کمتر به شادی می‌پردازد
 ۱۳۳ دلم می‌خواهد با شور بیشتری بخوام
 ۱۳۴ آیا می‌توانم از باورهای بی‌حاصل خلاص شوم؟
 ۱۳۵ آیا باورهای تجربه‌های پیشین بر زندگی فعلی اثر می‌گذارند
 ۱۳۵ آیا انتظارات منفی من بر سعادت دیگران تأثیر می‌گذارند؟
 ۱۳۶ آیا می‌توانم باورهای ذهنی‌ای را که به‌سبب برنامه‌ریزی
 ۱۳۶ آیا میزان قدرت من درست در اکنون نهفته است؟
 ۱۳۶ نخستین مورد منفی چگونه اتفاق افتاد؟
 ۱۳۹ آیا تجسم و تخیل یکسان نیستند؟
 ۱۴۲ آیا شکیبایی فضیلت نیست؟
 ۱۴۲ می‌خواهم پیشرفتی ناگهانی داشته باشم
 ۱۴۴ آیا خواسته‌های بزرگ‌تر دشوارتر تجلی نمی‌یابند؟
 ۱۴۵ آیا می‌توانم این اصول را برای دیگران به‌اثبات برسانم؟
 ۱۴۵ چرا لازم است ارزشمندی فرد توجیه شود؟
 ۱۴۶ چگونه کنش یا کار در دستور کار ابراهام تناسب می‌یابد؟
 ۱۴۷ من موقعیت‌های آینده‌ام را تدارک می‌بینم

- ۱۴۸ کائنات چگونه خواسته‌های متعدد ما را محقق می‌کند؟
 ۱۴۹ چگونه زندگی مادی با زندگی غیرمادی تفاوت دارد؟
 ۱۵۰ چه چیزی مانع تجلی فکر ناخواسته می‌شود؟
 ۱۵۱ آیا نباید وسایل تجلی خواسته‌ها را مجسم کنم؟
 ۱۵۲ آیا در مورد خواسته‌هایم بیش از اندازه دقیق هستم؟
 ۱۵۳ آیا می‌توانم هر فکر ناخوشایند گذشته را پاک کنم؟
 ۱۵۴ چگونه کسی می‌تواند جهت حرکت ماریج تنزل را تغییر دهد؟
 ۱۵۵ وقتی دو نفر برای جایزه‌ای یکسان رقابت می‌کنند، چطور؟
 ۱۵۶ آیا می‌توانم آن را در خیالم مجسم کنم، پس واقعیت است؟
 ۱۵۶ آیا می‌توانیم این اصول را برای موارد «شر» به کار ببریم؟
 ۱۵۷ آیا می‌توانم زدن گروهی قدرتمندتر است؟
 ۱۵۷ اگر دیگران به توفیق من تمایل نداشته باشند، چطور؟
 ۱۵۸ چگونه از نیروی مرکب خود برای رشد کردن استفاده کنم؟

بخش چهارم: هنر گشودن در

- ۱۵۹ هنر گشودن در: وصیه
 ۱۶۱ آیا نباید از خود در برابر افکار دیگران محافظت کنم؟
 ۱۶۲ ما در برابر رفتارهای دیگران آسیب پذیر نیستیم
 ۱۶۴ قوانین بازی زندگی
 ۱۶۵ نه کلمات، که رویدادهای زندگی واقعی ما را ایجاد می‌کنند
 ۱۶۸ من به جای توجه به افکار، به احساسات تمرکز می‌کنم
 ۱۶۸ وقتی دیگران را تحمل می‌کنم، در وضعیت پذیرش یا گشودن در نیستم
 ۱۷۰ آیا در جست‌وجوی راه حل هستم یا به مشکلات توجه دارم؟
 ۱۷۱ با رسیدن به بهزیستی و سعادت تعالی می‌شوم
 ۱۷۲ تفاوت ظریف میان خواستن و نیاز داشتن
 ۱۷۳ من می‌توانم عامدانه، هدفمندانه، و شادمانه رقم بزنم
 ۱۷۴ من هنر گشودن در، یعنی پذیرش را به تحقیق درمی‌آورم
 ۱۷۴ چگونه می‌توانم درست را از اشتباه تشخیص دهم؟
 ۱۷۵ وقتی شاهدیم دیگران اشتباه می‌کنند چطور؟
 ۱۷۶ آیا نادیده گرفتن ناخواسته‌ها موجب گشودن در به روی خواسته‌ها می‌شود؟
 ۱۷۷ آیا همه ما می‌خواهیم به روی شادی در بگشاییم؟
 ۱۷۸ وقتی دیگران در زندگی‌شان با رویدادهای منفی مواجهند، چطور؟
 ۱۸۱ من فقط به دنبال خواسته‌هایم هستم
 ۱۸۱ صافی گزینشگر، یعنی جذب کننده گزینشگر
 ۱۸۲ گذشته، حال، و آینده در یک قالب هستند
 ۱۸۳ آیا باید برای بی‌عدالتی‌هایی که شاهد هستیم، در بگشاییم؟
 ۱۸۴ توجه من به ناخواسته‌ها آن را بیشتر می‌کند
 ۱۸۴ آیا هنر پذیرش و گشودن در بر سلامتی‌ام می‌افزاید؟

- ۱۸۵ گشودن در، از نداری شدید تا رفاه مالی
- ۱۸۶ گشودن در، رابطه‌ها، و هنر به فکر خود بودن
- ۱۸۷ هنر خودخواهی غیراخلاقی است؟
- ۱۸۸ نپذیرفتن من، یعنی کاستی خودشان
- ۱۸۹ درباره کسی که حقوق دیگری را نقض می‌کند، چه می‌گویید؟
- ۱۹۰ هیچ کمبودی وجود ندارد
- ۱۹۱ آیا جان باختن ارزشمند است؟
- ۱۹۲ من تجربه‌های بسیار دارم
- ۱۹۳ انت‌ت بیسین را به خاطر ندارید
- ۱۹۴ درباره نمایلات جنسی خشونت‌آمیز چه می‌گویید؟
- ۱۹۵ انت‌تار من در مورد این موضوع چیست؟
- ۱۹۶ هم‌ایک آین‌تار را تدارک می‌بینم
- ۱۹۶ درباره کوف خرد من معصوم چه می‌گویید؟
- ۱۹۷ آیا دیگران نباید طبق افقت‌نامه‌های‌شان با من عمل کنند؟
- ۱۹۹ هرگز اشتباه نخواهم داد یا اشتباه انجام نخواهم داد؟
- ۲۰۱ بخش پنج: مقطع تصمیم گرفتن
- ۲۰۳ فرایند جادویی مقطع تصمیم گرفتن
- ۲۰۴ می‌توانم موفقیت‌م را با فرایند تصمیم گرفتن تدارک کنم
- ۲۰۵ این دوران بهترین اوقات است
- ۲۰۶ هدف و ارزش مقطع تصمیم گرفتن
- ۲۰۸ جامعه شما محرک‌های فکری بسیاری ارائه می‌دهد
- ۲۰۹ از سردرگمی تا شفافیت، و رقم زدن عامدانه و خود عمل
- ۲۰۹ تقسیم روزهایم به مقاطع تصمیم گرفتن
- ۲۱۰ من در سطوح بسیاری عمل می‌کنم و رقم می‌زنم
- ۲۱۱ افکاری که امروز در سر می‌پرورانم، آینده‌ام را تدارک می‌بینم
- ۲۱۲ من می‌توانم زندگی را تدارک ببینم یا خودبه‌خودی زندگی کنم
- ۲۱۳ وقتی احساس می‌کنم، جذب می‌کنم
- ۲۱۴ آنچه اکنون می‌خواهم چیست؟
- ۲۱۵ مثالی از یک روز با مقطع تصمیم گرفتن
- ۲۱۷ برای مقطع تصمیم گرفتن، دفترچه‌ای با خود داشته باشید
- ۲۱۸ آیا هدفی برای دستیابی وجود ندارد؟
- ۲۱۹ آیا صرف شاد بودن به اندازه کافی اهمیت کافی دارد؟
- ۲۲۰ چگونه می‌توانیم تشخیص دهیم که در مسیر رشد هستیم؟
- ۲۲۰ معیار درست موفقیت چیست؟
- ۲۲۱ آیا مقطع تصمیم گرفتن تجلی خواسته‌ها را سرعت می‌بخشد؟
- ۲۲۲ مراقبه‌ها، کارگاه‌ها، و فرایندهای مقطع تصمیم گرفتن

- ۲۲۳ چگونه می‌توانم آگاهانه احساس شادمانی کنم؟
- ۲۲۴ وقتی افراد پیرامونم شاد نیستند چطور؟
- ۲۲۶ آیا می‌توانم برای اتفاقات غیرمترقبه از مقطع تصمیم گرفتن استفاده کنم؟
- ۲۲۶ آیا مقطع تصمیم گرفتن می‌تواند زمان مفیدم را افزایش دهد؟
- ۲۲۷ چرا هر کسی زندگی‌اش را عامدانه رقم نمی‌زند؟
- ۲۲۹ خواستن تا چه اندازه برای رویدادهای زندگی مان اهمیت دارد؟
- ۲۳۰ چرا بیشتر افراد برای خواسته‌ای جزئی برنامه‌ریزی می‌کنند؟
- ۲۳۰ دربارهٔ اولویت‌بندی خواسته‌ها برای مان سخن بگویید
- ۲۳۳ مدافعه عامدانه‌ام تا چه اندازه باید شامل جزئیات باشد؟
- ۲۳۳ آیا باید به‌طور منظم مقطع تصمیم‌گیری‌ها را تکرار کنم؟
- ۲۳۴ یا قریب مدافعه تصمیم گرفتن می‌تواند مانع واکنش خودجوش من شود؟
- ۲۳۴ توارن ضایع می‌آور و خواسته
- ۲۳۵ چه هنگام مقطع تصمیم گرفتن کارآمد می‌شود؟
- ۲۳۶ بهترین گزینه در میان عمو زدن چیست؟
- ۲۳۷ چه مدت باید برای تجزیه خواسته‌ام منتظر بمانم؟
- ۲۳۸ آیا می‌توانم برای رقم‌زدن مشارکتی از افراد مقطع تصمیم گرفتن استفاده کنم؟
- ۲۳۸ چگونه می‌توانم قصد و تصمیم را دقیق‌تر انتقال دهم؟
- ۲۴۰ آیا کسی می‌تواند بدون کار کردن توانایی برود؟
- ۲۴۱ وقتی پیشنهادهای کاری فرارسیدند، انچه باید زل شدند!
- ۲۴۲ چرا اغلب به دنبال بارداری‌ها فرزندخواندگی مطرح می‌شود؟
- ۲۴۲ چگونه رقابت با تصمیم‌ها تناسب می‌یابد؟
- ۲۴۲ آیا تقویت اراده مزیت به‌شمار می‌رود؟
- ۲۴۳ چرا بیشتر انسان‌ها از مرحله رشد باز می‌مانند؟
- ۲۴۴ چگونه از باورها و عادت‌های قدیمی اجتناب ورزیم؟
- ۲۴۵ آیا حرف زدن درباره آنچه ناخواسته‌ای است اشکال دارد؟
- ۲۴۶ آیا کندوکاو افکار منفی مفید است؟
- ۲۴۷ وقتی دیگران خواسته‌هایم را جدی نمی‌گیرند چطور؟
- ۲۴۷ چگونه امکان دارد «ظرف شصت روز خواسته‌مان تحقق یابد»؟
- ۲۴۸ اکنون شما درک می‌کنید



پیشگفتار

(به قلم دونالد والش)

همین است. همین جا هستند. لازم نیست جلوتر بروید. همه کتاب‌های دیگر را کنار بگذارید، همه کارگاه‌ها را، مایش‌ها را ول کنید، و به مربی زندگی‌تان بگویید که دیگر به او نیاز ندارید.

چرا که همین جاست: آنچه که لازم است دربار زندگی و کارآمدتر کردن آن بدانید همین جاست. بفرمایید: تمام قوانین - ده‌ای، سفر شگفت‌انگیز، تمام ابزار لازم برای رقم‌زدن آنچه که همیشه خواسته‌اید از جایی که هم‌اکنون هستید، فراتر روید.

درحقیقت، به آنچه پیش از این انجام داده‌اید، بنگرید.

فقط به آن نگاه کنید.

منظورم این است همین الان، به آنچه در دست‌های‌تان دارید، بنگرید.

دیدید. این کتاب را اینجا، درست همان جایی که قرار دارد، مقابل چشمان‌تان بگیرد. آن را به‌طور ناگهانی، از آسمان آبی به‌تجلی درآورده‌اید. همین گواه کافی است که این کتاب برای شما کارایی دارد.

متوجه می‌شوید؟ صبر کنید، پشت گوش نیندازید. مهم است که به این حرف توجه کنید. به شما می‌گویم که بهترین گواه را در دست دارید که نشان می‌دهد قانون جذب واقعی و مؤثر است، و نتایج مادی را در زندگی واقعی ایجاد می‌کند.

اجازه دهید توضیح دهم.

جایی در کُنه آگاهی‌تان، در مکانی مهم در ذهن شما، میل و تصمیمی برای دریافت این پیام دریافت می‌کنید، در غیراین صورت، این کتاب هرگز در مسیر شما قرار نمی‌گرفت.

حرف منی نیست. معامله بزرگی است. باور کنید، معامله ارجمندی است. زیرا قرار است درست همان موردی را رقم بزنید که عزم‌تان را برای آن کار جزم کرده‌اید. پیروز باشید در زندگی.

قصد شما این بوده است، مگر نه؟ البته که چنین بود. اگر تمرکزتان را بر خواسته‌ای عمیق معطوف نکرده باشید، که رویدادهای زندگی‌تان را تعالی بخشید، آنچه که با خواندن این کتاب اتفاق می‌افتد، صورت نمی‌گرفت. شما از مدت‌ها پیش می‌خواستید این کار را انجام دهید. اما پرسش‌تان این بود: چگونه؟ قوانین اجرای آن چه هستند؟ ابزار کار کدام است؟

بسیار خوب، بفرمایید. شما درخواست کرده‌اید پس آن را دریافت کرده‌اید. به هر حال، قانون نخست این است. آنچه را بخواهید، به دست می‌آورید. اما حرفی بیش از این است - بسیار بیشتر. این کتاب بی‌نظیر دربارهٔ این موضوع است. هم ابزار شگفت‌انگیز بسیاری به شما ارائه می‌شود، هم دربارهٔ روش‌هایی برای چگونگی کاربرد آن‌ها.

هیچ وقت آرزو کرده‌اید ای کاش زندگی کتابی حاوی روش زندگی در اختیار شما می‌گذاشت؟

چه آرزوی خوبی. بفرمایید.

برای این اتفاق، از ایستر و جری هیکس و البته، ابراهام سپاسگزاریم. (در این کتاب جذاب و سرورانگیزی که مطالعه می‌کنید، آن‌ها به شما خواهند

گفت ابراهام چه کسی است.) ایستر و جری زندگی‌شان را صرف شادی تسهیم این پیام‌های شگفت‌انگیزی می‌کنند که ابراهام به آنان داده است. از این‌رو، آن‌ها را تحسین می‌کنم و دوست‌شان دارم. خوشحالی‌ام بسیار است زیرا در این مأموریت شکوهمند، برای اینکه مأموریتی که همه ما در آن شراکت داریم، گذران خود زندگی، چشیدن طعم شکوه آن و آن کسی که به واقع هستیم، باشکوه‌تر شود، آنان به واقع بی‌نظیر عمل می‌کنند.

می‌دانم از مطالب این کتاب بسیار شگفت‌زده خواهید شد، و برای شما بسیار مؤثر خواهد بود. می‌دانم مطالعه این کتاب نقطه عطفی در زندگی‌تان ایجاد خواهد کرد. فقط توصیفی از مهم‌ترین قانون کائنات نیست (در واقع تنها موردی که لازم است درباره آن بدانید)، اما توضیحی است قابل درک از سازوکار زندگی. اطلاعاتی است هیجان‌انگیز. داده‌هایی بسیار ارزشمند. نگرشی چشمگیر و تابنده.

کتاب‌های اندکی هستند که این بخانه را درباره‌شان بگویم. تک‌تک گفته‌های این کتاب را بخوانید. همه پرسش‌های درونی شما پاسخ می‌دهد. بنابراین - اگر اجازه داشته بسم بگویم - توجه کنید.

این کتاب درباره چگونه توجه کردن است. و اگر عنایت نشان دهید که چگونه توجه کنید، تمام تصمیم‌ها و قصدهای‌تان در واقعیت تجلی می‌یابند - و همان، زندگی‌تان را برای همیشه تغییر خواهد داد.

*** **