

به نام خدا

اصول موفقیت در تحقق رؤیایها

چگونه با رؤیایهای مان، به زندگی وفور نعمت و رونق بخشیم

نوشته: توماس هرولد

ترجمه: فرشاد مؤتمنی

سرشناسه: هرولد، تامس Herold, Thomas

عنوان و نام پدیدآور: اصول موفقیت در تحقق رؤیاها: چگونه با رؤیاهایمان به زندگی وفور نعمت و رونق بخشیم / نوشته توماس هرولد؛ ترجمه فرشاد مؤتمنی.

مشخصات نشر: مشهد: سخن گستر، ۱۳۸۸.

مشخصات ظاهری: ۸۰ ص. ۲۱×۱۴ س. م.

شابک: 2- 564 - 477 - 964 - 978 - ۱۵۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست‌نویسی: فیپا

یادداشت: عنوان اصلی: The principles of successful manifesting: how to live your life dreams in..., c2008

موضوع: موفقیت - - جنبه‌های روان‌شناسی

شناسه افزوده: مؤتمنی، فرشاد، ۱۳۵۵ - مترجم

رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۷ ۳۶ ۸ ۵۳۷/م BF

رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۱۵۴۰۳۶۳



انتشارات سخن گستر

مشهد - خیابان ابن‌سینا - بین ابن‌سینا ۱۶ و پاستور - شماره ۱۷۴

تلفن: ۸۴۳۹۹۵۵

www.Sokhangostar.com

info@sokhangostar.com

نام کتاب: اصول موفقیت در تحقق رؤیاها (چگونه با رؤیاهایمان، به زندگی وفور نعمت و رونق بخشیم)

نوشته: توماس هرولد

ترجمه: فرشاد مؤتمنی

صفحه‌آرایی: سخن گستر (نفیسه اسماعیلی)

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول / بهار ۱۳۸۸

چاپ: چاپخانه میثاق

قیمت: ۱۵۰۰ تومان

شابک: ۲- ۵۶۴ - ۴۷۷ - ۹۶۴ - ۹۷۸

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۷	خواننده عزیز:
۸	قدرت تبدیل دانش به تجربه
۱۰	در جستجوی منبع خوشبختی
۱۱	روند تحقق رویاها چیست؟
۱۲	آیا همه چیز زائیده افکار من است؟
۱۴	مهم است بدانید از زندگی چه می‌خواهید
۱۵	آیا برای اهداف‌تان زمان کافی صرف می‌کنید و برای‌تان اهمیت دارند؟
۱۸	نقاط قوت، استعدادها و قریح منحصر به فردمان را بشناسیم
۱۹	به کودکی خود فکر کنید:
۱۹	از دوستان نزدیک بپرسید
۲۰	از خودتان چند سؤال بپرسید
۲۳	جرات‌رها کردن شرایط عادی
۲۶	توجه: منبع بیکران توانش
۲۸	در این جا دو اتفاق روی می‌دهد:
۲۹	در این جا محض نمونه به چند مورد اشاره می‌کنیم:
۳۰	خلاصه آن که:
۳۰	توجه‌تان به چه چیز جلب می‌شود؟
۳۱	فهرست زیر شامل قدرتمندترین عواملی است که توجه‌مان را به خود جلب می‌کنند:

- تخیل: دنیای اعجاب‌انگیز واقعیت مجازی ۳۲
- در واقع، برای ذخیره اطلاعات در حافظه بلند مدت، فقط سه روش وجود دارد: ۳۴
- نقش تخیل در تحقق رویاها چیست؟ ۳۴
- عبور از آتش در مسیر گچی ۳۵
- باورها: مفاهیمی که تجربه را به وجود می‌آورند ۳۷
- مقصود باور چیست؟ ۳۷
- مزایای این نوع تفکر چیست؟ ۳۸
- واکنش در مقابل کنش ۴۰
- ۱۰ باوری که شما را از ثروتمند شدن باز می‌دارند ۴۲
- فیزیک کوانتوم: الگوی جدید زندگی در قرن ۲۱ ۴۶
- دوران ساعت مکانیکی نیوتن ۴۶
- تناقض کوانتومی: دوگانگی موج - ذره ۴۷
- دریافت و واقعیت از منظر کوانتومی ۴۸
- تار و بود واقعیت - ورود به دوره علوم خودآگاهی ۴۹
- فرآیند تحقق رویاها در ذهن چگونه است؟ ۵۰
- استفاده از ابزارهای ذهن برای خلق واقعیت ۵۰
- قانون جذب چیست؟ ۵۲
- اختیار از دیدگاه معنوی ۵۵
- سؤال نهایی: اختیار یا تقدیر؟ ۵۸
- نتیجه‌گیری ۶۱
- قصد: اهداف‌تان را نشانه بگیرید ۶۳
- آیا تعیین هدف برابر است با قصد داشتن؟ ۶۴
- چگونه قصد‌های خود را اثر بخش نماییم؟ ۶۵
- وضعیت موجودتان را ارزیابی کنید ۶۶
- غلبه بر مشکلات در هنگام خلق قصدها ۶۸

- یک مثال جدید: ۶۸
- یک مثال بهتر: ۶۹
- یک چارچوب زمانی را در نظر بگیرید: ۶۹
- قصدهای سال نو و قصدهای روز تولد: ۷۰
- کاربرگ خلق قصدها: ۷۲
- چرا نگرش شما باعث تفاوت می‌شود؟ ۷۳
- نتیجه‌گیری: هنر تحقق رویاها ۷۴
- استفاده از وایت برد تصورات برای تحقق رویاها: ۷۵
- چگونه اهداف و رویاهای مان را بر روی سیستم هدایت خودکار تنظیم کنیم؟ ۷۶
- سیستم خبره تحقق رویاها چه کاری برای شما انجام می‌دهد ۷۶
- نظر دیگران در مورد سیستم خبره تحقق رویاها ۷۷
- کاملاً دوستش دارم ۷۸
- خیلی بیشتر از انتظاراتم موفقیت آمیز بود ۷۸
- دستیابی به رضایت غایی در زندگی با خدمت به دیگران ۷۹

مقدمه

خواننده عزیز:

از علاقه شما به کتابی که در بر گیرنده اصول تحقق بخشیدن به رویاهای زندگی است، متشکرم. در این کتاب شما با مبانی روند تحقق رویاها و قابلیت ذاتی ذهن در جان بخشیدن به خواسته‌های واقعی‌تان آشنا می‌شوید، عمیقاً به کند و کاو در خودآگاه‌تان می‌پردازید و آن را به عنوان یکی از عجیب‌ترین و شگفت‌انگیزترین عرصه‌هایی می‌یابید که در قلمروی شما وجود دارد. به دنیای قابلیت بیکرانی که همانا خود شما هستید، خوش آمدید.

هر آنچه در زندگی رخ می‌دهد ماحصل دانسته‌ها، تجارب و ارتباط با خودآگاه‌تان است. این عوامل منبع بیکرانی را تشکیل می‌دهند که خاستگاه شکل‌گیری همه چیز است.

فراگرفتن نکانی در مورد خودتان جالب‌ترین تلاشی است که می‌توان تصور نمود. تحقق رویاها یکی از قابلیت‌های درونی خودآگاه است که شرایط بیرونی در تعیین آن نقشی ندارند. همه ما بی هیچ کم و کاستی در یک منبع درونی یکسان

سهیم هستیم. تنها تفاوت موجود این است که برخی از افراد نسبت به این قضیه آگاه تر هستند. با این حال به کمک مطالب این کتاب و داشتن نگرشی مثبت پیرامون یادگیری می‌توانید هر چه قدر خواستید به اعماق لانه خرگوش بروید. لانه خرگوش تشبیهی از تمایل شما به کند و کاو در دنیای ناشناخته‌ها است.

در واقع، هر چه بیشتر در مورد نادانسته‌ها بدانید، بیشتر متوجه می‌شوید که دانسته‌های تان چه قدر کم هستند. بدین ترتیب احساس حقارت می‌کنید و به دنیای شگفتی‌ها، عجایب و افسون‌ها می‌روید. در چنین دنیایی همه چیز ممکن است.

لطفاً این کتاب را با ذهنی باز و آزاد مطالعه کنید. نیازی نیست همه نوشته‌هایش را باور کنید، فقط مثل یک دانشمند کند و کاو کنید. هر گاه به نکته‌ای رسیدید که درکش دشوار بود، درنگ کنید و مدتی تعمق نمایید. اجازه دهید ذهن‌تان اطلاعات جدید را پردازش کند. این کتاب را چندین بار بخوانید، زمانی را به انجام تمرینات اختصاص دهید و تجارب شخصی کسب کنید.

قدرت تبدیل دانش به تجربه

زندگی تماماً تجربه است. اگر دانش خود را در زندگی به کار نیندازید، ارزشی ندارد. با به کار بستن آن‌چه می‌دانید است که تجربه به وجود می‌آید. میان دانستن طعم سیب و خوردن آن تفاوت وجود دارد. اگر هرگز طعم سیب را نچشیده باشید و کسی به شما بگوید سیب چه طعمی دارد، دانش‌تان در مورد طعم سیب محدود خواهد بود. با این حال، وقتی واقعا طعم سیب را چشیده باشید، خودتان آن را تجربه کرده‌اید. هیچ‌کس نمی‌تواند این تجربه را از شما بگیرد. تصور کنید فقط طعم سیب را می‌دانستید و طعم‌هایی که دیگران برای‌تان تعریف می‌کردند واقعا متفاوت بود. چه می‌کردید؟ اگر خودتان تجربه داشته باشید، دیگر با گفته دیگران سردرگم نخواهید شد. این قدرت تجربه شما است.

اگر اصول نگاشته شده در این کتاب را درک و از آن‌ها پیروی نمایید، تحقق‌شان باعث می‌شود ناخدای کشتی زندگی خود شوید، که این دقیقاً خواسته غایی شما است. آن‌گاه می‌توانید توانایی رویارویی با چالش‌ها را کسب نموده و برای یافتن خوشبختی بیکران پاسخی بیابید. از خواندن این کتاب لذت ببرید.

توماس هرولد^۱

مونسس و مدیر عامل دیریم مانیفستو^۲

^۱. Thomas Herold

^۲. Dream Manifesto