

کاترین پاندر

وجیهه آیت اللهی

اسرار توانگری

www.ketab.ir



سرشناسه پاندر، کاترین: Ponder Catherine
 روان و دم پدیدآور اسرار توانگری / ترجمه و جیهه آیت‌اللهی
 مشخصات نشر تهران: نامک، ۱۳۹۴
 مشخصات ظاهری ص ۲۹۲
 شابک ۹۷۸-۶۰۰-۶۷۲۱-۵۰-۷
 وضعیت فهرست‌نویس
 عنوان اصلی: The prosperity secrets of the
 مؤلف ۱۶۱۱/۲/۲ BJ
 رده‌بندی شنگره ۱۶۱۱/۲/۲
 رده‌بندی ۱۶۱۱/۲/۲
 شماره کتابشناسی ملی ۳۹۷۶۱۰۶



■ اسرار توانگری

ناشر همکار: بنگا ترجمه نشر کتاب پارسه

کاترین پاندر

ترجمه و جیهه آیت‌اللهی

نشر نامک

آماده‌سازی و تولید:

چاپ و صحافی: آرمانسا

طراحی گرافیک: پرویز بیانی

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

نوبت و شمارگان: چاپ اول ۱۳۹۵، ۱۰۰۰ نسخه

هر گونه بهره‌برداری از این کتاب بدون اجازه ناشر ممنوع است.

● تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، نبش کوچه دیده‌بان، پلاک ۳۱

● طبقه دوم تلفن: ۶۶۴۱۷۶۳۶ / دفتر فروش: ۶۶۴۷۷۴۰۵

● www.parsehbook.com / info@parsehbook.com ●

فهرست

مقدمه: شما می‌توانید به آنچه در بدگی می‌خواهید دست یابید	۱۱
بخش اول: اسرار کهن موفقیت	۱۹
فصل اول: اسرار شگفت‌انگیز توانگری	۲۱
فصل دوم: راز کهن شاد زیستن	۳۹
بخش دوم: تمثیل‌های توانگرانه و پیام‌های نهفت آن	۵۷
فصل سوم: هفت نگرش سرّی برای دستیابی به توانگری و کامیابی	۵۹
فصل چهارم: راهی به سوی زندگی موفقیت‌آمیز	۷۷
فصل پنجم: راز فائق آمدن بر شرایط دشوار	۹۵
فصل ششم: توفان می‌تواند شفاعت‌بخش باشد	۱۱۳
فصل هفتم: تبدیل شکست به موفقیت	۱۳۳
بخش سوم: انسان‌های موفق کتاب پیدایش و اسرار توانگری آن‌ها	۱۴۹
فصل هشتم: قدرت اسرارآمیز انسان برای دستیابی به موفقیت	۱۵۱
فصل نهم: راز توانگری روزگار	۱۷۱
فصل دهم: چگونه به توانگری خود تجلی ببخشیم؟	۱۷۵

۱۰ ■ اسرار توانگری

فصل یازدهم: قدرت توانگری شادی و زیبایی	۱۹۳
فصل دوازدهم: برای رسیدن به توانگری و موفقیت برنامه‌ریزی کنید	۲۱۱
فصل سیزدهم: کلیدهای خاص موفقیت	۲۲۹
فصل چهاردهم: چگونه بر بی‌عدالتی فائق آییم؟	۲۴۱
فصل پانزدهم: نیروی جنسی نیرویی توانگرانه است	۲۶۳
اسرار	۲۸۷

مقدمه

شما می‌توانید به آنچه در زندگی می‌خواهید دست یابید!

اسرار زیادی در ارتباط با توانگری را در این کتاب عنوان شده است اما یکی از مهم‌ترین آن‌ها این است: اگر از نیروی درون خود آگاه شوید و سپس برای به‌کارگیری آن جرات و جسارت نشان دهید، می‌توانید به آنچه در زندگی می‌خواهید دست یابید!

همیشه از این نیرو تا حدی در زمینه ناکامی و شکست استفاده کرده‌اید. اکنون می‌توانید آگاهانه و عمدتاً این نیرو را برای دستیابی به کایابی و موفقیت رها سازید؛ یعنی برای تجربه نتایج و ثمراتی عظیم‌تر در زمینه سلامتی، خوشبختی و توانگری.

نیروی توانگری شما از طریق نگرش‌های ذهنی و واکنش‌های احساسی‌تان نسبت به زندگی رها می‌شود. هرگونه که بیندیشید، در زندگی‌تان تحقق می‌یابد. پس مقتدرانه بیندیشید تا از زندگی مقتدرانه و منظمی برخوردار شوید. به همین سادگی.

انسانی تنها و ورشکسته که قصد خودکشی داشت توانست سلامتی، خوشبختی و امنیت مالی خود را بازیابد
یکی از خوانندگان کتاب‌هایم اخیراً از کالیفورنیا نوشت:

در سال ۱۹۶۷ تنها و ورشکسته شده بودم و می‌خواستم خودکشی کنم. پنج سال قبل از آن چهار تصادف شدیدی شده بودم و هنوز از درد زیاد ناشی از آن رنج می‌بردم. فاجعه و مصیبت‌های زیاد چنان پیوسته در خانواده‌ام اتفاق می‌افتاد که دیگر به عنوان «کانون» بحران هفتگی شناخته می‌شدیم. حتی دوستان‌مان از ما خواهش کردند با آن‌ها ارتباطی نداشته باشیم، چون دیگر بیش از این نمی‌خواستند راجع به مشکلات ما چیزی بشنوند. سپس معجزاتی در زندگی‌ام رخ داد و توانستم به عنوان مشاور توانبخشی مشغول به کار شوم. یک روز عصر سه‌شنبه است‌مان، که مردی بسیار خوش‌قلب بود و هنوز کاملاً نابیناست، گفت: «آیا تاب‌خوار فکر کرده‌ای که می‌توانی به آنچه در زندگی می‌خواهی دست یابی؟» من به او گفتم به نظرم تا حد عورتی امکان‌پذیر است که بهای سنگینی برای آن پردازیم. او در جواب گفت: «می‌خواهم کتابی به تو قرض بدهم که راهش را به تو نشان دهد. بهای آن نیز در دسترس تو قرار دارد.» آن کتاب «اسرار توانگری» بود. بی‌درنگ به موضوع آن کتاب پی بردم: «شما می‌توانید به آنچه در زندگی می‌خواهید دست یابید!» پس از خواندن آن کتاب با خود چنین اندیشیدم: «به بهای سنگینی را باید پردازم؟ قوانین بسیار ساده هستند و انجام آن‌ها کار دشواری نیست.» دشوارترین قانون برایم این بود که مشخص کنم در زندگی چه می‌خواهم. در آن زمان به زنم چهل و شش ساله بودم و سه فرزند بزرگ داشتم. آن‌ها از دیدن من وحشت داشتند، چون درد مداوم من موجب ناراحتی‌شان می‌شد. روزی گوشه‌ای از آپارتمانم در تنهایی نشستم و چنین به بررسی پرداختم:

۱. چه چیزهایی را می‌خواهم از زندگی‌ام حذف کنم؟

۲. چه چیزهایی را می‌خواهم در زندگی‌ام ایجاد کنم؟

با خود تصمیم گرفتم:

۱. می‌خواهم دوباره ازدواج کنم اما فقط با مردی که از ویژگی‌های خاصی برخوردار باشد.

۲. می‌خواهم دردم کاهش یابد تا بتوانم دوباره از زندگی‌ام لذت ببرم.

۳. می‌خواهم خانه‌ای زیبا برای خودم داشته باشم.

۴. می‌خواهم در شغلی استخدام شوم که بتوانم واقعاً به دیگران کمک کنم و مفید واقع شوم.

۵. می‌خواهم دیگر هیچ قرض و بدهکاری نداشته باشم.

گرچه خواسته‌های زیادی بود اما همه‌اش به تحقق پیوست. هم‌چنان‌که از ناله و شکوه و شکایت دست برداشتم، دوستانم به سوی من بازگشتند. طی مدت شش هفته، با مردی آشنا شدم که در سال ۱۹۶۸ با او ازدواج کردم. با شروع دوره درمان جدید، مشکلات مربوط به سلامتی‌ام کاهش یافت. شغلی جدید در رشته‌ای جدید یافتم و از سطح ابتدایی در سال ۱۹۶۰ به بالاترین جایگاه شغلی در سال ۱۹۷۳ ارتقا یافتم. اکنون خانه زیبایی دارم و در سالن ساختن خانه‌ای بهتر از آن هستیم.

ارزش درآمد خالص من مشخص‌تر از آن بود که در سال ۱۹۶۷، به بیش از صد هزار دلار رسیده و پیوسته در حال افزایش است. در نتیجه بیش از یک صد نسخه از این کتاب را در اختیار آن دسته از افرادی قرار دادم که پیوسته راضی به موفقیت‌های من می‌کردند. حقیقتی که سرپرستم سال‌ها پیش در آن عصر سرنوشت‌ساز و مهم به من گفت، هنوز به یاد دارم: «اگر مایل به پرداخت بهای سنگینی باشید، می‌توانید به آنچه در زندگی می‌خواهید دست یابید و آن بهای نیز دقیقاً در دسرس ناماست.»

نگرش توانگرانه یک راز است

راز مقتدرانه اندیشیدن را می‌توان «نگرش توانگرانه» قلمداد کرد. برای این که دریابید چگونه مقتدرانه بیندیشید و به نگرش توانگرانه دست یابید، می‌توانید به بخش معینی از این کتاب مراجعه کنید. دلایل مشخصی مبنی بر این وجود دارد که به چه علت باید باور داشته باشید می‌توانید به آنچه در زندگی می‌خواهید، دست یابید. این اسرار پویا را در فصل اول برای شما مطرح می‌کنم.

در این فاصله بیاورید به نتایج حاصل از جرات و جسارت دیگران در اعتقاد

نسبت به این که می توانند به آنچه در زندگی می خواهند دست یابند، پیردازیم.

نتایج حیرت انگیز نگرش توانگرانه

من خود شخصاً شاهد بوده‌ام که نگرش توانگرانه چگونه در حل هر نوع مشکل کلی موثر واقع می‌شود؛ از جمله در زمینه ناسازگاری در روابط بشری، بیماری، مشکلات مالی، مشکلات خانوادگی، آشفتنی روحی، ناستواری عاطفی و شک و تردید معنوی افراد در هر گونه شرایط و موقعیتی.

مدیر اجرایی شرکتی به سمت معاونت رئیس شرکت درآمد و توانست توانگری پرداخت را تصدیق کامل وام بانکی که مدت‌ها آرزویش را داشت، تجربه کند. او هم‌پس با کاربرد نگرش توانگرانه، از سلامتی و خوشبختی افزون‌تری برخوردار شد.

چندین خانم توانستند از طریق نگرش توانگرانه، مشکل وجود «زن دیگر» را در زندگی خود حل کنند و اخذ زندگی زناشویی بهتری برخوردار هستند، چون «زن دیگر» به تدریج از جریان زندگی آنها خارج شد.

خانمی پس از آن که به جای ناکامی، به توانگری و موفقیت شوهرش اندیشید، شوهر سابقاً «تنبل» او ابتدا کاری سالیانه به دست آورد و سپس خود شرکت استخراج معدن طلا و نقره تأسیس کرد.

شوهر خانم دیگری در مدت شش هفته حقوقش به ماه دو بیست و پنجاه دلار افزایش یافت. او در شغلش ارتقای درجه یافت، مسئولیت بیش‌تری به عهده گرفت و برای شرکتش سفرهای زیادی در داخل و خارج از ایالت متحده داشت. هم‌چنان که همسرش نگرش توانگرانه را به کار می‌گرفت، مقدار قابل توجهی پول نیز به ارث برد.

مرد هفتاد ساله بازنشسته‌ای که همسرش فوت کرده بود و پولی در دست نداشت، شش هفته پس از آن که از تاثیر نگرش توانگرانه آگاه شد و با ایمان کامل آن را به کار گرفت، دو بیست و پنجاه هزار دلار به ارث برد. او ازدواج کرد

و همسرش را برای ماه عسل به خارج از کشور برد و سپس به شغل قبلی خود بازگشت. او با تغییر نگرش خود، از زندگی کاملاً جدیدی برخوردار شد و از زندگی بخور و نمیر به اوج ثروت رسید.

نوجوانی از زمان تولد دچار اضافه وزن بود. پزشکان مشکل او را ناراحتی غدد تشخیص داده بودند که هیچ درمانی نداشت. هیچ رژیم در کمک به او موثر واقع نمی‌شد. این پسر نوجوان توانست از طریق نگرش توانگرانه در مدت سه ماه حدود هشت کیلو از وزنش بکاهد.

دانشجویی نگرش توانگرانه را در ارتباط با قطعه زمینی که خانواده‌اش داشتند، به کار گرفت. آن‌ها امیدوار بودند در این قطعه زمین به گاز دست یابند اما طی بررسی‌های زمین‌شناسان مشخص شد گازی در آن زمین یافت نمی‌شود. این مرد جوان با به کارگیری نگرش توانگرانه، والدینش را تشویق کرد تا از ماموران دیپلوماتیک بخوانند بررسی‌های بیش‌تری انجام دهند. طولی نکشید که آن‌ها به گاز دست یافتند و از آن راه پول خوبی به دست آوردند.

دانش‌آموز هفده ساله دبیرستانی با به کارگیری نگرش توانگرانه در زمینه شغل نیمه‌وقتش در سوپرمارکت، تا به این نگرش را طی اولین تعطیلات آخر هفته ثابت کرد. روز پنجشنبه، انعامش دو دلار بیش‌تر از پنجشنبه‌های دیگر بود. روز جمعه، انعامش دو برابر انعامی بود که جمعه‌های دیگر می‌گرفت. روز شنبه انعامش بیش از دو برابر پسرهای دیگری بود که در همان روز کار می‌کردند.

خانمی بیست و پنج سال تلاش کرد تا قطعه زمینی را که کنار امداری‌اش بود بخرد. او زمین را برای آبی که نیاز گاوهایش را تامین کند، لازم داشت. پس از به کارگیری نگرش توانگرانه مطلع شد که آن زمین دوباره به فروش گذاشته شده است. بدین ترتیب این دفعه توانست سریع و با پیش‌پرداختی کمتر از آنچه تصور می‌کرد زمین را بخرد!

مرد بازرگانی که از سرطان همسرش مطلع شده بود، به نگرش توانگرانه خاصی روی آورد و تشخیص پزشک در مورد همسرش تغییر یافت! همسرش اکنون از

سلامتی کامل خود لذت می برد. او هرگز از آن تشخیص سرطان مطلع نشد. خانم شاغلی چند سال به طور پنهانی با مرد متاهلی زندگی کرد. هم چنان که احساس گناه، ناامیدی و آشفتگی بیش تری می کرد، از میزان سلامتی و موفقیت مالی اش کاسته می شد. او از طریق نگرش توانگرانه، توانست آن مرد را ترک کند و برای خودش زندگی جدیدی بسازد. با انجام این کار، سلامتی و امور مالی اش نیز بهبود یافت. به طوری که زندگی برایش مفهوم جدید و رضایت بخش پیدا کرد.

بیوه زنی که پس از غم ناشی از مرگ ناگهانی شوهرش رنج می برد، پس از روی آوردن به نگرش توانگرانه توانست بی درنگ خودش را با تغییرات زندگی وفق دهد.

بیوه زن دیگری پس از آشن شدن با دامدار ثروتمندی عاشق او شد و توانست با پذیرفتن نگرش توانگرانه خاص، شادمانه با او ازدواج کند. چند نفر پس از پذیرفتن نگرش توانگرانه، شاهد از میان رفتن دعوا و دادخواهی و فیصله دادن به آن در خارج از دگاه بودند.

چند نفر دیگر که اخیراً از همسرشان جدا شده بودند، توانستند از طریق به کارگیری نگرش توانگرانه زندگی جدیدی برای خود بسازند.

پیرمرد هفتاد و دو ساله ای پس از پذیرفتن نگرش توانگرانه باعث شد کارفرمای سابقش دوباره او را استخدام کند.

زوج جوانی که چند سالی بی هیچ نتیجه کوشیده بودند کودک به فرزند پیدا کردند. پس از به کارگیری نگرش توانگرانه بی درنگ قادر به انجام این کار شدند. یکی از هنرپیشه های زن تلویزیون موفق شد کاری در یکی از برنامه های معروف شبکه تلویزیونی به دست آورد. درواقع با یکی از دوستانش، که موسیقی دان بود، به کارگیری نگرش توانگرانه را شروع کرد و توانست به این امر تحقق بخشد.

خوب است بدانید که کاربرد نگرش توانگرانه علاوه بر ایجاد سلامتی، ثروت

و خوشبختی افزون برای خودتان، می‌تواند در کمک به دیگران نیز موثر واقع شود. نگرش‌های توانگرانه خاصی که این افراد و بسیاری دیگر از مردم به کار گرفته‌اند، در این کتاب در اختیار شما قرار می‌گیرد.

پرده از توانگری و کامیابی خویش بردارید

سریع به سراغ فصل اول بروید تا از اسرار شگفت‌انگیز توانگری و کامیابی که قدما، مدت‌ها قبل از زمان سفر پیدایش، از آن مطلع بودند و به کار می‌گرفتند، آگاه شوید. در فصل‌های بعد، از اسرار خاصی که از طریق تمثیل‌های توانگرانه آموزش داده شده آگاه می‌شوید. این اسرار از زمان قدیم از نسلی به نسل دیگر انتقال یافته‌ست. سپس، در نیمه دوم این کتاب از اسرار توانگری خاص انسان‌های موفق کتاب، پیدایش، آگاه می‌شوید. شما نیز می‌توانید با بازیگری اسرار توانگری به آنچه در زندگی می‌خواهید دست یابید!

—کاترین پاندر