

کاترین پاندر

قدرت دعا

(کتاب یکم)

روش‌های ساده دعا کردن

که می‌توانند نتایج پویایی برای تان به بار آورند!

برگردان:

مینا اعظامی



تهران - ۱۳۸۴

Ponder, Catherine

پاندر، کاترین

قدرت دعا: روش‌های ساده دعا کردن که می‌تواند نتایج پویایی برایتان به بار آورد / کاترین پاندر؛ برگردان مینا اعظامی. - تهران: میترا: صورتگر، ۱۳۸۴.

ج ۲

ISBN 964 - 5998 - 94 - 8 (ج. ۱) - ISBN 964 - 5998 - 60 - 3 (ج. ۲)

ISBN 964 - 5998 - 74 - 3 (دوره)

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.

The dynamic laws of prayer.

عنوان اصلی:

۱. دعا. الف. اعظامی، مینا؛ مترجم. ب. عنوان. ج. عنوان: روش‌های ساده دعا کردن که

می‌تواند نتایج پویایی برایتان به بار آورد.

۲۴۸ / ۳۲

۴ ق ۲ پ / ۵ / ۲۱۰ BV

۱۳۸۴

م ۸۱ - ۳۲۹۵۳

کتابخانه ملی ایران



قدرت دعا

(کتاب یکم)

کاترین پاندر

برگردان: مینا اعظامی

چاپ نخست: تابستان ۱۳۸۴ - چاپ: چاپخانه تابش

حروفنگاری و صفحه‌آرایی: میترا

شمار: ۲۰۰۰ نسخه

همه حقوق برای ناشران محفوظ است.

نشر میترا: خیابان مجاهدین اسلام، شماره ۲۶۲، تلفن: ۲۱۳۲۵۰۵

انتشارات صورتگر: خیابان سعادت‌آباد، میدان کاج، سرو شرقی، پلاک ۱۰، تلفن ۲۳۶۸۸۰۱

ISBN: 964-5998-94-8

شابک: ۹۶۴-۵۹۹۸-۹۴-۸

شابک دوره ۲ جلدی ۹۶۴-۵۹۹۸-۷۴-۳ (2 Vol. Set) ISBN 964-5998-74-3

فهرست

مقدمه مترجم ۷

مقدمه نویسنده: دعا جایی است که زندگی هست! ۱۱

شخص با فکرش دعا می‌کند. چرا دعا از قدرت اعجاز برخوردار است. با دعا کردن دیگر برای ورود نیکویی‌تان مقاومت نشان نمی‌دهید. هیچ نقطه ابهامی در دعا نیست. مزایای کلی دعا.

فصل یک: حقیقت شگفت‌انگیز دعا کردن ۲۳

بازرگانی که از مخصصه زندگی نجات یافت. در پویایی دعا هیچ ابهام یا پیچیدگی نیست. قدرت خدایی همگانی‌تان به حصول نتایج می‌انجامد. قدرت خداوندی درون‌تان به حصول نتایج می‌انجامد. چرا دعاها اجابت نمی‌شوند. دعا نخستین کاری که باید انجام شود، نه آخرین کار. دعا کردن سرمایه‌گذار میلیونر را جذب می‌کند. مسیر نیکویی زود آیند. دعا شکوفاکننده روح است. در دعا فشار و اجباری

نیست و وقتی دعا‌های تان دیگر جذاب نیستند، انواع دعا، شیوه‌های دعایی غربی‌ها و شرقی‌ها برعکس یکدیگرند. دعا رموزش را به شما می‌آموزد.

فصل دو: وقتی دعا‌های تان اجابت نمی‌شوند ۵۱

چگونه به پاسخ «دست یابید»، غلبه بر موانع اجابت دعا، عفو و بخشش به حصول نتایج می‌انجامد. چگونه بر انکار درون‌تان چیره شوید. فردی که زندگی‌اش شفا یافت، دولت‌مند شد و هماهنگی پیدا کرد. پاسخ «منفی» دعاها را اجابت می‌کند. در اجابت دعا شتاب جایز نیست. پالایش زندگی‌تان می‌تواند به اجابت دعا منجر شود. اصرار در دعا، شفایی چشمگیر به همراه دارد. چگونه روز به روز را پیروزمندانه طی کنید. مزایای جانبی دعا. دیگر شیوه‌های تثبیت‌شده‌ای که می‌توانند دعا را مستجاب کنند.

فصل سه: دعای آرامش ۷۵

آرامش نخستین مرحله دعا کردن است. چگونه با قدرت جمعی هماهنگ شوید. دعا کردن در جسم. نخستین مرحله دعای آرامش: با فکر و جسم‌تان حرف بزنید. چگونه عواطف‌تان را آرام کنید. بانوی متخصصی که از طریق آرامش شفا یافت. دومین مرحله دعای آرامش: نفس کشیدن. مفهوم نفس مقدس. سومین مرحله دعای آرامش: آرام باش. آخرین حرف درباره دعای آرامش.

فصل چهار: دعای پالایش ۹۹

«درس» شر. آنان با انکار کردن از دعای پالایش استمداد طلبیدند. قدرت «نه» گفتن می‌تواند سخت‌ترین شرایط را بهبود بخشد. شخصی که توانست در کشوری بیگانه خانه‌ای بیابد در حالی که دیگران هیچ نتوانستند. شفا یافتن با استفاده از قدرت صلیب. رها کردن می‌تواند مشکلات ارتباطی انسان را برطرف کند. رها کردن

انحصارطلبی را از میان برمی دارد و آرامش و آسودگی را به ارمغان می آورد. دعای رها کردن به از دواج می انجامد. اعتراف به شفا انجامید. از دیگران آزاد شدن، عفو و بخشش می تواند رؤیاهای تان را به حقیقت درآورد. عفو و بخشش شفا می بخشد، دولتمند می کند، هماهنگی ایجاد می کند. ایجاد خلأ به اجابت دعا منجر شد. روزه گرفتن: نوعی شیوه دعایی غلبه بر مشکلات. پالایش: فرایندی ثابت و خوداحیا.

فصل پنج: دعای محافظت ۱۳۵

چگونه از سرقت در امان باشید. دعاها، محافظت، آرامش، تندرستی و فراوانی می آورد. دعاها، محافظت می توانند به دیگران نیز یاری رسانند. دعاها، محافظت می توانند برای محصول و آب و هوا نیز اثربخش باشند. دعاها، محافظت آتش ها را مهار می کنند. دعا می تواند در جنگ نیز حفاظت کننده باشد. فرشته های نگهبان تان. فرشتگان دولتمندی و شفابخشی. وعده حفاظت الهی به نوع بشر.

فصل شش: دعای مشیت ۱۵۵

حاصل تأکیدها نخستین کتاب نویسنده است. دعا با واژه ها آغاز می شود. نتایج قدرتمند تأکید. چرا دعای شفاهی ضروری است. ارزش روان شناختی دعای شفاهی. دعای شفاهی کمک های مادی آنی به همراه دارد. انواع دعاها، تأکیدی قدرتمند. یک: دعای نجوی مستقیم با خداوند. دو: دعای درخواست کردن، سه: دعا برای طلب هدایت مستقیم. چهار: مشیت هوش الهی. پنج: مشیت عشق الهی. شش: مشیت این است که اراده خداوند صورت پذیرد. هفت: مشیت طرح الهی. هشت: مشیت نظم الهی. نه: مشیت خیرطلبی. ده: دعای ایمان داشتن. یازده: دعای بهبود الهی. مشیت های تان را بنویسید. انواع دعاها، مشیت به اجمال

مقدمه مترجم

بس اتفاق افتاده است که جهان را یک سر تاریکی و تیرگی و دل‌ها را همه زنگار گرفته، احساسات را بغض‌آلود و نگاه‌ها را سرد و بی‌روح می‌پنداریم. با چنین حس و اندیشه‌ای که اغلب نیز پیشه‌ای دیرینه و عاداتی مزمن می‌نماید، درها را همه بسته می‌انگاریم و راه‌ها را منتهی به خرابات. دل از همه جا شسته، مستأصل و پریشان‌حال، دست و چشم به آسمان می‌گیریم و آرام یا زمزمه‌گویان نجوا آغاز می‌کنیم. گناه شاید با جسارتی کمی بیش‌تر سوز دل را رطوبت یا خیس‌ی مژگان آشکارا اظهار کنیم. به هر گونه می‌خواهیم از خداوند خود برای این شرایط و موقعیت استمداد بطلبیم! چه از پیش‌تر باورمان چنین بوده که او قادر مطلق است و سحر و اعجاز جمله به دست اوست.

دعا کردن ساده‌ترین روش ارتباط با پروردگار است. دعا کردن، یعنی

درخواست کردن، یعنی اظهار تمایلات و مشاوره با خدای خود. اما آنچه که غالباً انجام می‌شود، دعا کردن تنها به هنگام ضرورت‌ها و تنگناهاست، حال آن‌که اگر آن را به شکل تمرینی مستمر و عادت‌ی روح‌بخش، همیشه و دائماً، نه در گرفتاری و درماندگی انجام دهیم، به‌راستی که تأثیرات فراگیرش مایه حیرت‌مان خواهد شد. دعا کردن اگر به صورت راز و نیازی پیوسته و به منزله خیرطلبی برای خود و دیگران باشد، می‌تواند به سوی نیرویی عظیم در فضا پراکنده شود و تشعشعاتش همه را در برگیرد. با دعا کردن، انرژی مثبت ساطع و گسترده می‌شود، پس واضح است که دعا‌های گروهی و دسته‌جمعی نیز می‌توانند بر این نیروی مثبت بیفزایند و هر چه زودتر و سریع‌تر به خرد جمعی متصل گردند، در نتیجه مؤثر واقع شوند.

نکته مهم آن است که دعا کردن باید با وجودی سراسر آرامش و به دور از التهاب و تنش صورت گیرد. دعا باید از دل و جان برخیزد تا بر دل و جان نشیند. دعاکننده باید خیرطلب و خیراندیش باشد تا بتواند برای اجابت دعا‌هایش مسیری هموار گردد.

دعا کردن، یعنی نیکویی خواستن، یعنی بهتر و بهترین طلب کردن، یعنی برای دیگران نیز خواستن و بالأخره، یعنی با فروتنی به اثرها متصل شدن. فکرو ذهن دعاکننده‌ای که از خلوص و رأفت پر و عاری از بغض و کینه و عداوت است، در واقع شاهراهی است به سوی اجابت دعا، معرفت و بزرگواری و از خودگذشتگی و جوانمردی و بخشش، همگی از جمله ابزارهای اجابت دعایند.

دعایی از سر اخلاص که نه از سر اجبار، یعنی گفت‌وگویی بی‌ریا با خداوند درون و تأییدی به حضور همیشه حاضر او.

کتاب قدرت دعا کاترین پاندر، گواهی است مسلم بر سودمندی و اعجاز دعای برخاسته از دل، به ویژه وقتی که بر زبان و با صدای بلند نیز جاری شود. در این کتاب (جلد اول)، نویسنده از اعجاز و نیکویی دعا فراوان سخن می‌گوید و حقیقت شگفت‌انگیز آن را با ارائه نمونه‌های متعدد از وقایعی که برای خودش یا دیگران اتفاق افتاده است، آشکار می‌کند. کاترین پاندر با تأکید بر اهمیت دعا اظهار می‌دارد که دعا کردن موهبتی است که باید در کمال سادگی، اما با رعایت اصول زیربنایی انجام شود.

کتاب قدرت دعا شامل دو جلد است؛ در جلد اول نویسنده شیوه‌های ساده دعا کردن را ارائه می‌دهد و در جلد دوم راه‌های پیشرفته دعا کردن.

امید که با انجام دعایی مستمر، نه تنها انرژی‌های نیکویی را که منشأ تغییرات‌اند، در فضا بگسترانیم، بلکه همچنین به قدرت تشخیص نشانه‌ها که در واقع راه رسیدن به اجابت دعاست، دست یابیم.

مینا اعظامی

مقدمه نویسنده

دعا جایی است که زندگی هست!

امروزه نسبت به هزاران سال پیش، به دعا کردن توجه بیش‌تری نشان داده می‌شود. چرا؟ چون دعا جایی است، که زندگی هست. کشیشی از مراجع‌اش که مرد جوانی بود با مشکلی بزرگ، پرسید: "آیا برای مشکلات دعا کردی؟" او با شگفتی پاسخ داد: "دعا کردم؟ اکنون دیگر وقت دعا کردن نیست. وقت آن است که کاری انجام دهم!" دعا کردن، یعنی کاری انجام دادن - مهم‌ترین «کاری» که می‌توانید پیش از هر چیزی برای مشکل‌تان انجام دهید.

چرا؟

زیرا دعا کردن تنها عملی است که می‌توانید برای ایجاد تغییرات انجام دهید - کاری از درون برای عملی در برون.

این مطلب حقیقت دارد زیرا کنش فیزیکی، جزئی‌ترین انرژی را آزاد می‌کند حال آن‌که کنش ذهنی و معنوی، قوی‌ترین انرژی را آزاد می‌کند. دعا کردن نخست در مقطع ذهن و قوانین کنش ذهن جای می‌گیرد که همانا جهان‌تان را بنا می‌کند. دعا کردن شیوه اندیشه‌تان را تغییر می‌دهد؛ به این معنی که نخست فکرتان را عوض می‌کند، در نتیجه فکرتان آرام می‌شود، تعالی می‌یابد و شما را تغییر می‌دهد. یکی از اهداف دعا کردن همین است - فکرتان را عوض کند، در نتیجه جهان‌تان نیز تغییر می‌کند. اما دعا فراتر از این نیز می‌رود. در وصف «قدرت دعا» دلیل دیگری نیز وجود دارد.

دعا والاترین شکل انرژی جهان را آزاد می‌کند، یعنی شما را به انرژی خداوند که همانا اصل و منشأ شماست، متصل می‌کند. وقتی این چنین شود، دعا «شما را به حرکت درمی‌آورد!» چگونه؟

وقتی دعا می‌کنید، کوچک‌ترین نیرو را به حرکت درمی‌آورید. شما ارتعاش معنوی بالقوه‌ای را آزاد می‌کنید که به هیچ گونه دیگری آزاد نمی‌شود. با دعا کردن، انرژی خداوندی را که برای شما و از طریق شما کار می‌کند، در درون و پیرامون‌تان می‌گسترانید. شما نگرش، واکنش و نتایجی درست ایجاد می‌کنید. این دعای شماست که قدرت خداوندی را درک و آزاد می‌کند.

ممکن است شما نیرو دعا را احساس نکنید زیرا در بالاترین حد ارتعاش، بیش از آن حد معمول که انسان احساس کرده است، عمل می‌کند. در حقیقت دعا کردن نوعی انرژی را آزاد می‌کند که معمولاً آنقدر خوب و نیکوست که از نظر فیزیکی قابل ثبت نیست.

با وجود این، وقتی دعا می‌کنید از نظر ذهنی و معنوی گسترش

می‌یابید به این منظور که هشیاری‌تان آنچنان وسیع گردد که جریان عظیم‌تری از انرژی الهی را که با دعا کردن ایجاد شده است، دریافت کند. دعا کردن تنها به مفهوم درخواست و نجوا کردن نیست - دعا کردن، یعنی در ضمن دریافت کردن.

زمانی فرد شکاکی مصرانه می‌گفت که به قدرت دعا اعتقاد ندارد. وقتی از او پرسیدم آیا هیچ‌گاه دعا کرده است، پاسخ داد، یک بار و آن وقتی بود که در جنگل انبوهی گم شده بود و نمی‌توانست راه خروج را پیدا کند. او چندین روز در آن‌جا مانده بود و کم‌کم درد گرسنگی به او هجوم می‌آورد. در آن هنگام او در کمال «ضعف و ناتوانی» دعا کرد.

آن‌گاه دوست‌اش فریاد برآورد: «پس خداوند دعایت را اجابت کرده است، در غیر این صورت اکنون این‌جا نبود.»

او معترضانه پاسخ داد: «این‌طور نیست، خداوند به دعای من پاسخ نگفت. بلافاصله دو تن از شکارچی‌ها پیش آمدند و راه خروج را به من نشان دادند.»

این مرد نفهمیده بود که دعایش اجابت شد و آن شکارچی‌ها نیز نیرویی زمینی بودند که کار خداوندی به دست‌شان انجام گرفته بود. با وجود این با دعا کردن او لحظه‌ای قدرت خداوند را در درون و پیرامونش احساس کرد و بدین‌سان با این قدرت تماس یافته و آن را آزاد کرده بود تا نتایج را به سوی‌اش آورد. او نه تنها درخواست، بلکه همچنین دریافت نیز کرد.

شخص با فکرش دعا می‌کند

در سال‌های اخیر درباره «قدرت فکر» و همچنین «قدرت دعا» فراوان شنیده‌ایم. این دو عبارت به هم متصل و قدرت‌هایی توأم هستند. ذهن،

خط اتصال میان خداوند و انسان است. دعا کردن شیوه‌ای از فکر کردن است که انسان را به خداوند پیوند می‌دهد. شخص با فکر و ذهن‌اش دعا می‌کند.

برخی از صاحبان قدرت ادعا می‌کنند آنچه که انجام‌اش برای افراد عادی معمولاً شش ساعت طول می‌کشد، در شخصی که می‌داند چگونه دعا کند و پیش از آن به مراقبه پردازد، فقط یک ساعت وقت می‌گیرد!

فردی که اکنون به مراقبه روزانه می‌پردازد، این مسأله را به اثبات رسانده است؛ پیش‌تر او گاه‌گاهی به مراقبه می‌پرداخت. از او خواسته شده بود که ظرف یک روز برای سه عنوان مطلب بنویسد. در ابتدا وقتی او به این وظیفه محول شده فکر کرد، به هراس افتاد - کاری که روزنامه‌نگار معمولی برای انجام رضایت‌مندانه آن به چندین روز وقت نیاز داشت.

آن‌گاه او ذهن‌اش را آرام کرد، به دعا پرداخت و برای یک ساعت تمام مراقبه کرد. در اثنا مراقبه، ایده‌های مربوط به هر سه عنوان، به آرامی در ذهن هشیارش جاری شد. آن‌گاه او نوشتن آن‌ها را آغاز کرد بی آن که «عصبی شود، عرق کند و اشک بریزد»، ظرف چند ساعت آن را کامل کرد.

مهندسی با مسؤولیت مهمی در یک پروژه عظیم، برای حل مشکلات ساختمانی‌اش، تنها یک روش در اختیار داشت. وقتی مشکلات سر برمی‌آوردند، او به خلوت دفترش پناه می‌جست و به آرامی پشت میزش می‌نشست و به مراقبه می‌پرداخت و برای هدایت شدن دعا می‌کرد. همیشه پاسخ به شکل نظرات درست یا راه حلی کامل و بی نقص ظاهر می‌شد.

روزی یکی از کارمندانش، مهندسی جوان و «متمول» که تازه فارغ التحصیل شده بود، راز توفیقش را جویا شد. وقتی مرد جوان از جریان امر آگاه شد، با شک و تردید گفت، «منظورتان این است که شما فقط دعا و مراقبه می‌کنید و پاسخ از راه می‌رسد؟»

ریشه معنی واژه «انسان»^۱ یعنی شخصی که به بالا می‌نگرد. برخی از روان‌شناسان ادعا می‌کنند که انسان فقط حدود یک دهم از یک درصد انرژی و قدرت‌اش را به کار می‌برد زیرا به اندازه معنی و مفهوم نام‌اش زندگی نمی‌کند: او به آن اندازه به بالا و همچنین به اندرونش نمی‌نگرد. جای تأسف است که بفهمیم شاید همه، بجز یک دهم یک درصد نیروهای انسان تلف می‌شوند زیرا به جای اندرون، در برون اظهار می‌شوند. اما چاره‌ای وجود ندارد!

چرا دعا از قدرت اعجاز برخوردار است

دانشمندان می‌گویند اشتباهی در کار نیست. فقط عملکرد قوانین بالاتر به سادگی قابل درک نیست. در واقع به نظر می‌رسد که مجموعه‌ای قوانین طبیعی برای جهان مادی وجود دارند و مجموعه دیگری برای دنیای نامرئی ذهن و روح. قوانین ذهن و روح آنچنان قوی‌اند که می‌توانند برای تشدید کردن، بی‌اثر کردن، یا حتی وارونه ساختن قوانین جهان مادی به کار روند. به نظر می‌رسد که دعا کردن، عملکرد این قوانین والا تر را ظاهر می‌کند. وقتی هیچ چاره‌ای وجود نداشته باشد - دعا کردن می‌تواند سبب شود کاری انجام پذیرد.

۱. Man؛ منظور نویسنده جست‌وجو کردن و تعالی یافتن است. م.

چرا دعا کردن این همه مؤثر است؟ چرا دعا کردن می تواند تشدید کننده، خنثی کننده، یا حتی وارونه کننده قوانین جهان مادی باشد؟ زیرا با دعا کردن، عملکرد قوانین والاطر ذهن و روح متعالی را به حرکت درمی آورید. با دعا کردن، نیرویی معنوی را آزاد می کنید که وضعیت های ثابت ذهن را که ممکن است ویرانی های زیادی را در جهان تان موجب شده باشد، خنثی می کند. افکار محبوس و عواطف منفی محبوس شده تان آزاد می شوند زیرا انرژی والاطر در هستی جهان تان جاری می شود.

در حقیقت انرژی و قدرتی که از طریق دعا کردن آزاد می شود، به شما کمک می کند تالایه های افکار منفی را در هم فروریزید، افکاری که پیش تر شما را به هر نوع مشکلاتی پیوند داده بودند. بدین ترتیب ناممکن ها، ممکن می شوند. کارها بر وفق مراد می گردند و به اصطلاح معجزه ها رخ می دهند. آن هنگام است که پی می برید دعا بر «قوانین طبیعی» چیره شده است و آنچه را که انجام نشدنی می پنداشتید، انجام داده است!

اگر انسان ها قدرت دعا را درک می کردند و آن را به کار می بستند، وقایع هولناک این جهان - جنایت، بیماری، فقر و جنگ - می توانستند افسانه پنداشته شوند. وقتی قدرت دعا کردن را آزادانه گسترش دهید، می توانید کمک کنید که این بیماری های جهانی و همچنین بسیاری مسائل شخصی تان ریشه کن شوند.

با دعا کردن دیگر برای ورود نیکویی تان مقاومت نشان نمی دهید

شاید فکر می کنید که هنوز دعاها نتوانستند رؤیاهای تان را به حقیقت درآورند یا کارها بر وفق مراد گردند. این وضعیت از آن روست که هنر و

علم دعا کردن در یک مرحله سترگ، یا با عملی شگفت‌انگیز انجام نمی‌شود. دعا کردن حاصل کاری مداوم است که باید برای کارهای کوچک زندگی‌تان و همچنین کارهای بزرگ به کار رود.

آیا در این گفته ابهامی وجود دارد؟ اگر نیست، خوب است، اما اگر درک این موضوع هنوز ساده به نظر نمی‌رسد، مفهوم‌اش آن است که شما نمی‌دانید چه چیزی را از دست داده‌اید!

دعا کردن می‌تواند کاملاً هیجان‌انگیز باشد. زمانی من سرگرم دعا کردن و طلب هدایت برای آیندهٔ پسرم بودم که ناگهان هواپیماهای نیروی هوایی در بالای سرم آنچنان پایین پرواز کردند که در دعا کردنم وقفه ایجاد شد. وقتی این اتفاق در دو نوبت جداگانه رخ داد، فهمیدم که پاسخ‌ام همین است. ظرف چندین هفته، پسرم تصمیم گرفت که دانشگاه رفتن را به تعویق اندازد و در نیروی هوایی ایالات متحد نام‌نویسی کند.

موقعی نیز اجابت دعا به شکل حسی سرگرم‌کننده صورت می‌گیرد. زمانی به شدت تلاش می‌کردم که با کمک هدایتگر درونی از اوضاع جوی باخبر شوم تا بتوانم برای پذیرش دعوت سخنرانی در ایلات ایندیانا^۱ تصمیم بگیرم. در این میانه گروهی دانشجوی در نزدیکی آپارتمانم به ناگاه شروع به خواندن تصنیف «دوباره به خانه‌ات در ایندیانا بازگرد» کردند. صدای آنان آنقدر بلند بود که مرا از حال و هوای دعا خارج کرد. من همان را به منزلهٔ هدایت شهودی برای ایراد سخنرانی در ایندیانا تلقی کردم. البته بعداً نیز به این نتیجه رسیدم که تصمیم درستی اتخاذ کرده بودم.

دکتر بیلی گراهام^۱ زمانی می گفت: «فردی که هیچ گاه قدرت دعا را با حسی معنوی کشف نکرده، در واقع هرگز زندگی نکرده است.» من نیز به این گفته اعتقاد دارم! وقتی شما شیوه های دعا کردن را که در این جا توضیح داده می شوند، به کار می برید، به همین نتیجه خواهید رسید.

زمانی که به دعا کردن بپردازید، به افسون توصیف ناشدنی دعا می رسید؛ حالتی فراموش ناشدنی و غیر قابل مقاومت، احساسی مشخص و نشاط انگیز که شما را دوباره و دوباره به سوی آن می کشاند. هر چه بیش تر و بیش تر به قدرت درون و به قدرت آن بازگردید، درمی یابید که در درون تان بهشتی سیار را حمل می کنید که می توانید صرف نظر از آنچه پیرامون تان رخ می دهد، هرگاه که بخواهید و در هر کجا با آن تماس داشته باشید.

در بین هلندی های پنسیلوانیا^۲ گفته نغزی وجود دارد: «هر چه پرشتاب تر بروم، آخر تر نصیب ام می شود!» دعا از سرعت شما می کاهد تا به کنش واقعی دست یابید. دعا شما را در حالتی قرار می دهد که می توانید نیکویی تان را به دست آورید. دعا طعم بهشت^۳ را به شما ارزانی می دارد که به واقع طعم خوبی است! (واژه «بهشت» به معنی «گسترش»^۴ است و دعا کردن، هم شما را می گستراند و هم نیکویی تان را.) سنت فرانسیس^۵ که بسیار دوست داشت به هنگام نماز دعا کند، دعا را «حلاوت بهشتی» توصیف می کند.

وقتی شما با زندگی، مردم و شرایط نبرد می کنید، روح تان به طرز بدی تحریف می شود. دعا کردن آشفته گی را از روح تان محو و به شما

1. Billy Graham

2. Pennsylvania Dutch

3. heaven

4. expansion

5. St. Francis

رفتاری متین عطا می‌کند. یکی از آشکارترین نشانه‌های شخصی که دعا می‌کند، شیوه متین حفظ آرامش و سکون در شرایطی متشنج است تا به آن‌جا که سرانجام دیگر آن شرایط نمی‌تواند بر او اثر بگذارد!

فردی خرده‌گیر گفته است هیچ چیز را دل‌چسب‌تر از زنی نیست که دعا نمی‌کند. اجازه دهید من نیز موشکافانه‌تر بگویم: هیچ چیز آزرده‌کننده‌تر از شخصی نیست که دعا نمی‌کند، زیرا دعا کردن او را از موهبت‌های زندگی دور می‌کند.

وقتی دعا می‌کنید ذهن، جسم، عواطف و التهاب‌تان را آرام می‌کنید. دعا کردن احساس آرامش و آسودگی به شما می‌دهد و همان جذب‌کننده قدرت‌هاست.

دعا به گونه‌ای، اولاً شما را جذاب‌تر می‌کند و آن‌گاه نیکویی‌های‌تان را به سوی شما جذب می‌کند. درست است، با دعا کردن، دیگر برای ورود نیکویی‌های‌تان مقاومت نشان نمی‌دهید!

ایهامی در دعا نیست

درباره دعا کردن چیزهای زیادی نوشته شده است، اما هیچ یک از آن‌ها را در این کتاب نخواهید یافت!

اگر در گذشته دعا کردن برای‌تان کاری مبهم بوده است - کاری که به نظر‌تان برای بانوان سالمند و کودکان بی‌گناه مناسب بوده، اما برای شما کارایی نداشته است - به احتمال از آن روست که شما نمی‌دانستید چگونه دعا کنید. دعا کردن بیش از زمزمه‌های آگاهانه‌ای است که می‌دانید هرگز به بالا نخواهد رسید.

زمانی که فقط با ذهن هشیار دعا می‌کنید، تنها بخش کوچکی از کل ذهن‌تان دعا می‌کند و بر حسب دعای‌تان، تنها به بخشی از نتایج دست می‌یابید.

هدف این کتاب آن است که شما را با همه شیوه‌های افسون‌کننده دعا کردن آشنا کند، از طریق آرامش‌یافتن، انکارها، تأکیدها، تمرکز، مراقبه، سکوت، درک و شکرگزاری. صرف‌نظر از شرایط زندگی‌تان، شما درخواست یافتن که همیشه شیوه‌ای برای دعا کردن‌تان وجود دارد - خلق و خوی و شرایط‌تان را متناسب سازید - شیوه‌ای که این کار را به انجام می‌رساند. هیچ روش بهتری برای ایمن‌ساختن همه موهبت‌های زندگی که در حقیقت میراث الهی شماست، وجود ندارد.

زمانی پزشک و دانشمند معروف جهان، الکسیس کارل^۱ پس از بررسی تأثیرات مطلوب دعا بر بیمارانش، با اطمینان اظهار داشت: «اگر شما عادت دعای خالصانه را ایجاد کنید، زندگی‌تان به طرز چشمگیر و بنیادی تغییر خواهد کرد.» اما شما باید در دعا کردن مخلص باشید. شما باید همان‌گونه که عشق می‌ورزید، دعا کنید - با هر چیزی که در اختیار دارید! یک روحانی رک‌گو این شیوه را به منزله «دعا کردنی مستانه» توصیف کرده است. با مطالعه قوانین پویای دعا که در این کتاب توصیف شده است، خود را هر چه بیش‌تر در مقطع دعا کردن خواهید یافت.

مزایای کلی دعا

دعا کردن، نیکویی خدایی درون و پیرامون‌تان را به حرکت درخواهد آورد. وقتی در افزایش قدرت‌های دعایی گوناگون‌تان اصرار ورزید، بر شما

آشکار خواهد شد که دعا جایی است که زندگی هست؛ که دعا کردن «شما را به حرکت درآورده است» و بی شک شما نیز برای اثبات این مطلب، نتایج را در اختیار دارید. اما در پاسخ به این که آیا استجاب قطعی دعا‌های‌تان بلافاصله آشکار می‌شوند یا نه، باید گفت که با احساس آرامش ذهن و خرسندی عمیق روح‌تان که در قبال دعا کردن به دست می‌آورد و به هر موهبت بیرونی سوق می‌یابید، به ضرورت دعا کردن در زندگی‌تان مجاب می‌شوید.

وقتی چنین شود، دیگر شکوه نمی‌کنید که «چرا برای قدرت دعا این همه شعار می‌دهند؟»

شما نیز خود یکی از «شعاردهندگان» بزرگ خواهید شد!

کاترین پاندر