

توهمانی که می‌اندیشی

جیمز آلن

برگردان: ابوذر کرمی

www.ketab.ir

تهران، ۱۳۹۰

سرشناسه	Allen, James. م. ۱۹۱۲-۱۸۶۴
عنوان و نام پدیدآور	تو همانی که می اندیشی / جیمز آلن؛ برگردان ابوذر کرمی.
مشخصات نشر	تهران، مهر نوین، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری	۴۸ ص.
شابک	978-600-91583-1-7
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: As a man thinketh, 2009.
یادداشت	کتاب حاضر با عناوین مختلف توسط ناشران و مترجمان متفاوت در سالهای مختلف ترجمه و منتشر شده است.
موضوع	تفکر نوین.
موضوع	راه و رسم زندگی.
شناسه افزوده	کرمی، ابوذر، ۱۳۵۷ - ، مترجم.
رده بندی کنگره	الف ۱۳۸۹ ت ۹ / ۲۷ BF ۶۴۱
رده بندی دیویی	۲۹۹/۹۳
شماره کتابشناسی ملی	۲۱۲۲۰۰۶



تهران: خیابان استاد نجات‌اللهی، کوچه خسرو،
بن‌بست پرویزی، شماره ۳، تلفن ۸۸۸۰۲۸۸۷

تو همانی که می اندیشی

نویسنده: جیمز آلن

برگردان: ابوذر کرمی

ویراستار: حمیده رستمی

ناظر فنی چاپ: کامران مجیدی‌مهر

حروفچینی: شبستری

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۰

شمارگان: ۱۶۵۰ نسخه

چاپ: آسمان

حق چاپ برای نشر مهر نوین محفوظ است.

با همکاری انتشارات قاسملو

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۵۸۳-۱-۷ ISBN: 978-600-91583-1-7

nashr.mehrenovin@gmail.com

فهرست

۷	درباره‌ی جیمز آلن
۹	پیشگفتار
۱۱	فکر و شخصیت
۱۵	تأثیر فکر در شرایط
۲۷	تأثیر فکر در سلامت و بدن
۳۱	فکر و هدف
۳۵	تأثیر عامل فکر در موفقیت
۳۹	رویاها و آرمان‌ها
۴۵	آرامش

درباره‌ی جیمز آلن

جیمز آلن در سال ۱۸۶۲ در منطقه‌ی لایسستر انگلستان متولد شد. متأسفانه عمر حرفه‌ی نویسندگی او خیلی کوتاه بود و فقط نه سال طول کشید، یعنی تا زمان مرگش در سال ۱۹۱۲. او بعد از اینکه اولین کتاب خود «از فقر تا قدرت» را به پایان رساند، به منطقه‌ی ایل فراکومب انگلستان مهاجرت کرد و در آنجا اثر کلاسیک خود را با عنوان «تو همانی که می‌اندیشی» تألیف کرد؛ کتابی که بیشترین شهرت را برای جیمز آلن به ارمغان آورد. هرچند این کتاب به عنوان شاهکاری در نگارش «تفکر جدید» شهرتی گسترده پیدا کرد، جیمز آلن تا حدی از نتیجه‌ی نهایی ناراضی بود؛ و ما از همسرش لیلی که بالاخره او را متقاعد کرد این کتاب را به چاپ برساند، متشکریم.

پیشگفتار

قرار نبود این کتاب کوچک که نتیجه‌ی تأملات و تجارب است، رساله‌ای جامع در مورد موضوع پر تألیف قدرتِ فکر باشد. این کتاب بیشتر پیشنهادی است تا تشریحی. هدف آن این است که مردان و زنان را برانگیزد تا این حقیقت را کشف و درک کنند که «آنها خودشان، خودشان را می‌سازند».

از طریق افکاری که انتخاب و ترغیب می‌کند؛ اینکه ذهن بافنده‌ی بافندگان است، هم بافنده‌ی جامه‌ی درونی شخصیت و هم بافنده‌ی جامه‌ی بیرونی شرایط، و هرچند تا روپود آنها قبلاً نادانی و درد و رنج بوده است، حالا می‌تواند روشن بینی و خوشبختی و شادی باشد.

جیمز آلن