

"مقدمه"

مردم چه می گویند؟

پیام دکتر رایس که بخشش و درمان از راه روابط می باشد ساده ، سرراست و متحول کننده است من از طریق سمینارها و نوشته هایش با ابزاری آشنا شده ام که ایجاد کننده دوست داشتنی ترین و عاشقانه ترین روابطی هستند که در عمرم شناخته ام. کار مایکل، مؤید قویترین کار انجام شده در کره زمین است. بروس دولی ،¹ نویسنده کتاب "سلامتی کامل برای همیشه".

همان اولین صفحه، بر تک تک مراحل زندگی تاثیر گذاشته است. بدون تو شاید هرگز راه حل را پیدا نمی کردم، حتی متوجه مشکل نشده بودم ، حالا وقتی یکی از اعضای این خانواده پریشان و مضطرب می شود دیگر اعضای خانواده همه يك صدا به او می گویند، " برو و يك صفحه کار برگ پر کن!" " جیمناه شیار²، کشاورز – میسوری.

حالا زندگی را به دو بخش تقسیم کرده ام: " قبل از دوره فشرده آموزشی چهل روزه" و "بعد از دوره فشرده آموزشی چهل روزه". عجب تجربه شگفت انگیزی . وای خدای من ! زندگی من به کلی در اثر این واقعیات جدید دگرگون شد. زندگی من شاد و لذت بخش شده است. هرگز تصور نمی کردم که بیشتر اوقات این همه شاد و خوشحال باشم. دیگر احساس ناامیدی در زندگی نمی کنم.³ پاتریشیا لیوینگستون – درمانگر – نیویورک

معتقدم تا این لحظه نوارهای " چرا دوباره این اتفاق دارد برای من می افتد؟! " تنها و مهمترین دوره آموزشی بوده اند که به فهم من از خودم و دنیای اطرافم کمک کرده اند. از شما متشکرم. نانسی دوترتی ، نویسنده و ویرایشگر- مالورن⁴ - پنسیلوانیا

1- Bruce Dooley, MD, author of Perfect Health Forever, Ft. Lauderdale, FL
2- Jimnah Shiyr, Farmer, Ava, MO
3- Patricia Livingston, Therapist, New York, NY
4- Nancy Dougherty, Writer/Editor, Malvern, PA
5- S.K., Fayetteville, AR

کلماتی وجود ندارند که بیانگر قدردانی من باشند- تعهد یک نقطه اتکاء بسیار مهم در خانواده ما شده و ازدواج ما را به یک رابطه کاملاً قدرتمند، حمایت کننده و بسیار رهایی بخش تبدیل کرده است.¹ س.ک . فایتویل ، آرکانزاس

به خاطر کارگاه آموزشی " چرا دارد دوباره این اتفاق برای من می افتد؟! " از شما ممنونم. بعد از اینکه دویست صفحه را در چهل روز انجام دادم حتی خواهرم گفت در طول این چهل روز بیشتر از چهار سال دوره درمان (نمی خواهم دوره درمان را کم اهیت نشان دهم) تغییر پیدا کرده ام. این وسیله ای قدرتمند است.² آستین -تگزاس

یک کارگاه آموزشی کل زندگی مرا تغییر داد. از میامی³

این کارگاه آموزشی فشرده چهل روزه یکی از بزرگترین و با ارزشترین اوقات در کل زندگی من بوده است . من نه تنها کارهای بزرگی انجام دادم، بلکه لذت هم بردم. احساس می کردم مورد حمایت، علاقه و عشق بسیار زیادی قرار گرفته ام نمی توانم به شما بگویم که چقدر سپاسگزار شما هستم و اینکه نوارها ، کارگاه ها و تعهد تغییرات بسیاری در زندگی من بوجود آوردند و باعث قدرتمند شدن من شدند. مدیر اجرایی⁴ - دوریس اوانس - فلوریدا.

دوره " چرا دوباره دارد این اتفاق برای من می افتد" حاوی اطلاعات تغییر دهنده زندگی است! به عنوان یک درمانگر من شرکت در این دوره را به همه بیمارانم توصیه می کنم. این کارگاه ابزاری ارزشمند برای درمان افراد بسیار زیادی که در زندگی وجود داشته اند تبدیل شده است. درمانگر⁵ - ساندرا کالاهان - کانیرز - جرجیا

" چرا دوباره دارد این اتفاق برای من می افتد؟! " بصورت واضح و انکار ناپذیر، بیانگر یک رابطه موقتی بین افکار و نیات ناشایست و رفتارهای ناسازگار و روش درمانی شما که مبتنی بر فعال ساختن

1- R. P., Austin, TX

2- S.C., Miami, FL

3- Dorrie Evans, Executive, Ft. Lauderdale, FL

4- Sandra Callahan, Therapist, Conyers, GA

5- D. M., Attorney, Albany, GA

بخشش به منظور تصیح افکار و نیات ناشایست است. کار شما يك نور هدایت و روشن کننده راه پیش روی ما برای رهایی از مشکلات معنوي و اجتماعی بسیار حاد است. شما مبدع روانشناسي خوبی ها هستید که اتفاقاً کار آمد است . وکیل – آلبانی- جرجیا

از قدرتی که این " کاربرگهای مدیریت واقعیت" به زندگیم بخشیده اند شگفت زده شده ام -² آر. آر. آستین – تگزاس

به یمن و برکت آموزشهاي شما پدر من زنده ماند ، اگر این دانش را به دست نیاورده بودیم، او مرده بود.³ میسالا – ژاپن

بعد از گذشت شش ماه از شرکت در دوره کسب و کارم 75% رشد داشت و استرس کمتری داشتم. احساس می کنم لایقترم.⁴ دکتر کایرو پرکتوبوکا راتون – فلوریدا

واکنش کارکنان و مشتریانم، قابل توجه است. آنها می گویند " برای اولین بار احساس امید می کنم." آموزشهاي شما به من کمک کرده است تا دست به تغییرات شگرفی در زندگی خودم بزنم .

1- R. R., Austin, TX

2- E. J., Misala, Japan

3- R.P., Chiropractor, Boca Raton, FL

4- P.C., PhD., Comm. Mental Health, W. Palm Beach, FL

چرا دوباره این اتفاق در زندگی من دارد می افتد و شما می توانید چه کاری در این مورد انجام دهید.

نویسنده،¹ دکتر مایکل رایس، چاپ نخست خرداد سال 1375، ISBN-886562-29

این کتاب تقدیم می شود به:

بشریت درمان یافته

نسلهای آینده

والدینم، مایکل² و جسی³

برادرم تری⁴، و خوهانم، دوروتی آن⁵ و آلیس⁶

فرزندانم، مایکل جی⁷ و کریستا جوی⁸

و هر کدام از شما که قصد دارید این سفر را آغاز کنید

-
- 1- Dr. michael ryce
 - 2- Michael
 - 3- Jessie
 - 4- Terry
 - 5- Dorothy Ann
 - 6- Alice
 - 7- Michael Jay
 - 8- Christa Joy

این کتاب متعهد است به : احیاء عشق مطلق در همه ذهنها و همه روابط در این کره خاکی

مقدمه جیمز ردفیلد¹

نویسنده کتاب پیش گویی آسمانی² و بینش دهم³.

اولین بار در سال 1988 در مورد کار مایکل رایس شنیدم. او مرتباً در بیرمنگام آلاباما⁴ سخنرانی داشت گر چه نمی دانستم که آیا در آن زمان سخنرانی دارد یا نه ، آنروز میل و رغبت عجیبی برای رفتن به آنجا داشتم. گویی نیرویی ناخود آگاه از من می خواست که این کار را انجام دهم و درست مثل وقتیهای دیگر به خودم می گفتم که بسیار مشغول هستم. از قبل برنامه ریزی کرده بودم که کل روز پشت میزم بنشینم و کارهایم را انجام دهم و در برابر تغییر برنامه ام مقاومت می کردم. همچنان آن تصویر مرتباً به ذهنم می آید . مکرراً خودم را می دیدم که از خواب بیدار می شوم و به آنجا می روم. بالاخره بعد از ساعتها تأمل و درنگ ، این کار را انجام دادم. وقتی رسیدم، سخنرانی تمام شده بود و مایکل رفته بود، اما هنوز عده ای آن جا بودند که به من بگویند چه چیزی را از دست داده ام.

"گستره دانش این فرد، واقعا حیرت آور است". این جمله را یکی از آنها به من گفت " او فهم واقعی و جدیدی از ارتباط ناخود آگاه طرفین ارائه کرده است . او از ترجمه متون کهن آرامی، و یافته های های فیزیک مدرن سخن می گوید و آنها را به گونه ای در کنار هم قرار می دهد که معنی دار و منطقی

1- James Redfield
2- Celestine Prophecy
3- Tenth Insight
4- Birmingham, Alabama

است. شما این فرصت را از دست دادید، اما خوش شانس هستید، او چندین نوار از جلسات خود دارد. همه آنها موجود است. " بعدها در پی جستجوی این نوارها برآمدم و یکی از آنها را با این عنوان که " ، چرا دوباره دارد این اتفاق برای من می افتد؟! " در داخل قفسه کتاب فروشی محله امان پیدا کردم . وقتی آنها را به خانه بردم، متوجه شدم که گوش دادن به این نوارها يك سفر جالب به دنیای درمان درونی و به درون ذهن مایکل رایس بوده است.

حق با دوستانم بود. هدیه مایکل ادغام اجزاء متنوعی از تجربه انسان و یکپارچه سازی آنها به یک شکل واضح بود، بویژه رشدی که ناشی از روابطی است که ما با سایر افراد داریم. اساس کار او بسیار متنوع و مشخص کردن منابع دقیق آن بسیار سخت است. او معتقد است هر شخصی که وارد زندگی ما می شود آمده تا مطلبی را به ما بیاموزد.

او با کمک و استفاده از متون آرامی و نگرش جدید فیزیک مدرن اساس کار خود را تقویت کرده ، و به ما نشان می دهد که نیروی خواسته مان بسیار فراتر است و دنیا را تحت تاثیر قرار می دهد. او تاکید می کند که این تاثیر محدود به افکار خود آگاه ما نشده و ذهن نا خودآگاه ما نیز دنیای اطرافمان را تحت تاثیر خود قرار می دهد. به عبارت دیگر، زندگی تا حد زیادی تحت تاثیر افکار و نگرش نا خودآگاه ما به دنیا است.

به همین دلیل است که عنوان این مجموعه نوارها و کتابی که شما قصد خواندن آن را دارید بسیار تکان دهنده و هدفمند است. " چرا این اتفاق دوباره دارد برای من می افتد؟! " همان سوال و احساسی است که اگر هر کدام از ما با خودمان صادق باشیم به آن می رسیم . ما اینگونه احساس می کنیم زیرا عاداتی ذهن نا خودآگاهمان مرتباً آدمها و وقایع یکسانی وارد زندگی ما می کنند و این مسئله تا زمانی ادامه پیدا می کند که ما الگوهای ذهنی خود را که باعث جذب چنین وقایعی می شود را تغییر دهیم. آنچه مایکل انجام داده است پیشنهاد يك سیستم منسجم برای تغییر است که با استفاده از آن می توانیم تمام موانع مخرب و بازدارنده را از سر راه خود برداریم و راه خود را به سوی مسیر واقعی زندگی که در انتظارمان است باز کنیم.

این سفری برای تذهیب نفسمان است که هر کدام از ما باید دیر یا زود آن را آغاز کنیم. از بین روشهایی که در مورد چگونگی تاثیر گذاری افکار و عاداتمان روی آنچه که برایمان اتفاق می افتد دیده ام کار

مایکل موجزترین و سودمندترین آنها در باز کردن مسیر رشد ماست . اگر شما شرایطی مثل گذشته من دارید و فکر می کنید که فرصت ندارید يك لحظه مكث كنید و يك پند از من بپذیرید : همین الان با استفاده از کار مایکل در افکار و انتظارات درونیتان اکتشاف کنید ... آن می تواند زندگی شما را برای همیشه تغییر دهد.

مایکل از تو خاطر الهاماتی که در تمام این سالها به من دادی متشکرم.

مقدمه ای از نویسنده:

آیا این کتاب برای شما نوشته شده؟

آیا تاکنون مشکلاتی در روابطتان داشته اید؟ آیا درمان دوری جغرافیایی را انتخاب کرده اید؟ آیا از تلاش ناموفق برای تغییر دیگران خسته شده اید؟

آیا تاکنون فکر کرده اید که " چرا دوباره این اتفاق دارد برای من می افتد؟! " چرا دوباره آنها چنین رفتاری با من انجام دادند؟! چرا دوباره من دارم چنین کاری در حق خودم انجام می دهم؟! چرا بخت با من یاری نمی کند؟!

این کتاب ابزارهای عملی تغییر را به شما هدیه می کند. افرادی که در این جلسات شرکت کرده اند به بیان خودشان شاهد بهبود چشمگیر روابط ، خلاقیت، امور مالی و عادات غذایی خود بوده اند.

بسیاری می گویند سلامت و سطح انرژیشان به صورت چشمگیری بهبود یافته است و عملکردهای ذهنی و تعادل عاطفیشان نیز افزایش داشته است. آنها می گویند عادات بد و احساس قربانی بودن کمتر شده ، سلامت روحی افزایش پیدا کرده و داشتن ذهنی آرام حالتی عادی و طبیعی در زندگیشان شده است .

لطفاً کتاب را قبل از تمرکز روی نکات ظریف یک بار مرور کنید . به منظور انجام تغییرات عمده و اساسی و فهمیدن بعضی از عقایدی که در این کار ارائه شده سلولهای مغزی باید ساخته شوند و این مسئله نیاز به صرف زمان دارد. سلولهای مغزی سیستم ذخیره اطلاعات بدن هستند و منظور از "ساختن سلولهای مغزی" ساختن ساختار فیزیکی آنها نبوده بلکه ذخیره کردن اطلاعات برای یادآوریهای بعدی و آینده است. با استفاده از ابزار پیشنهاد شده به سولات پاسخ می دهد، جاهای خالی را پر کرده و منطقهای پیچیده این کار را می گشاید.

درست مثل هر زبان جدیدی، این مفاهیم در ابتدا باعث گیج شدن شما می شوند. - ممکن است اصلاً متوجه آن نشوید . آموختن اطلاعات جدید نیازمند صرف زمان است.

ذهن برای خلاصی از الگوهای قدیمی و فراگیری روشهای جدید عملکرد احتیاج به صرف زمان دارد. آگاه باشید که ذهن شما باورهای ناسازگار با عقاید فعلی اش باشد را نمی پذیرد. پیشنهاد می کنم هر مسئله ای را که نمی فهمید کنار بگذارید و ببینید چگونه این قطعات زمانی که اطلاعات جدید را در ذهنتان "می سازید" نقش خود را ایفا می کنند. روی این کار وقت بگذارید خودتان هم با درک این صفحات شگفت زده خواهید شد. پس از فعل و انفعالات بسیار مثل این است که احساس کنی که یک سوئیچ در ذهنت وصل شده و تو کاملاً متوجه مطلب شده ای. به دست آوردن منفعتهای بی انتهای این کار احتیاج به هیچ عقیده ، فهم یا توافق خاصی ندارد!

حتی يك فرد شكاك هم كه با جرأت مداد را روی يك صفحه كاغذ بگذارد و واقعاً از این ابزار استفاده كند نتایج شگرفی را در تغییر زندگی خود ایجاد می كند.

مارسل پروست¹ 1871-1922: مبارزه زندگی شامل كشف چشم اندازهای جدید نیست بلکه متفاوت دیدن است.

در نتیجه تکمیل موفقیت آمیز این تمرین ، ساختار واقعیت در ذهن شما تغییر پیدا خواهد کرد ، شما زندگی را گونه ای دیگر خواهید دید. به نظر این کتاب تغییر می کند، اما، آن هیچ تغییری نمی کند. درك شما از این کتاب و دنیا تغییر خواهد کرد، انگار كه سطوح جدیدی از کاربرد و معنی برای شما آشكار می شوند.

این کتاب منبعی برای احساس قدرت و شفافیت در زندگی حال و آینده است. برای حداکثر استفاده از مزایای این کتاب ، افکار خود را در آن بنویسید. لطفاً:

با خط بدتان احساسات خود را بنویسید و آنها را ابراز کنید!

آشفته و نابسامان شوید تا آرام شوید.

تفکر ژرف و عمیق باعث ساختن و بنا کردن دلایل واقعیات می شود.

نمایشنامه را تجزیه و تحلیل کنید بازی را آغاز کنید.

عشق را آشکار کنید دیوانه و مجنون شوید!

زمانی که از این ابزار استفاده می کنید با کمال تعجب متوجه می شوید که آن جنبه هایی از زندگی که به نظرتان نگون بختی هایی زندگیتان بوده اند برای شما دلپذیر و خوشایند می شوند! برای مثال، اگرگاهی اوقات شما در زندگیتان احساس کردید هیچ انتخاب دیگری در زندگی خود ندارید استفاده از این ابزار آن اوقات را به فرصتی برای آموختن انتخابهای جدید تبدیل می کند. برای بعضی ها احساس خشم، غم، غصه و یا ترس به نظر غیر قابل کنترل می رسند. با استفاده از ابزار، با آشکار شدن این احساسات غیر قابل کنترل شما شانس برای بدست آوردن آزادی و بسط احساس شادی ، قدرت، سر زندگی و درمان آن انرژیهای مخرب به دست می آورید.

ممکن است بر سر این کتاب فریاد بکشید و ناسزا بگوئید (یا به من، لطفا آرام باشید). اگر لازم دانستید صحبت کنید و یا فریاد بکشید! این می تواند قدم مهمی در به دست آوردن سلامت عقل و شعور شما باشد. این راهنما به شناسایی و درمان انرژیهایی که به سرزندگی شما آسیب زده کمک می کند . در طول این فرآیند شما با هر چیزی در ذهنتان روبرو می شوید حتی عشق بسیار زیاد! ریچارد، شخصیت اصلی این کتاب ، نمایشگر ترکیبی از هزاران گفتگو با اشخاص واقعی است. هر شباهت او با اشخاصی که شما می شناسید ، کاملاً عمدی و آگاهانه است . اگر او باعث شد که موضوعات و یا احساساتی در شما ظاهر شوند که شما از روبرو شدن با آنها خودداری می کنید ، بسیار عالی است! آگاه باشید که سفر درمانی شما در آستانه ورود به مرحله بعدی است. اگر توانستید خود را با او همسان سازی کنید ، این کتاب در بررسی خود به شما کمک می کند . آگاه باشید که اگر چه جاهایی او، و یا

جمالتش باعث شده که شما او را مسئول احساسات خود بدانید ، اما از طرف دیگر، اوست که به شما فرصتهایی برای درمان می دهد!

گفتگوی بین من و ریچارد بحران زده و آشفته خیلی سریع پیش رفته و در عین حال، آموزنده و روشن کننده است.

شما تحت تاثیر روش او برای حل مشکلات و برداشتن موانعی قرار خواهید گرفت که مانع دریافت عشقی بوده اند که او سالها حسرتش را می کشیده است. همانگونه که اوفهم خود از اتفاقات زندگی ، کودکی آشفته، نابسامانی و آشفتگی و روابط ظاهراً خالی از امیدش را دوباره سازی می کند شما هم خوشحال می شوید. شما با او در قدم به قدم ابزاری را می آموزید که کیفیت زندگی شما را افزایش می دهد - دیگر نیاز نیست که در آشفتگی به سر ببرید و نگران بهتر شدن زندگی باشید. افراد زیادی از سراسر دنیا ، آنهایی که زندگیهای شگفت انگیزی برای خود ساخته اند، از اصلاح مهارتهای زندگی خود با استفاده از این ابزار سود برده اند.

این فرآیند به شجاعت نیاز دارد و همیشه به شما احساس خوبی نمی دهد، اگر چه محسنات و نتایج آن روی زندگی و خانواده شما برای همیشه و تا آخر عمر به طرق زیبا و شگفت انگیز تاثیر خواهد گذاشت.

دعای خیر، عشق و حمایت در این سفر همراهتان باشد! مایکل

"یادداشت نویسنده"

این کتاب ابزارهایی برای مدیریت ذهن، بدن، روابط و زندگی در اختیار شما قرار می دهد. در چند دهه اولیه زندگی بدون آنها زندگی کردم. تقریباً بیست و پنج سال پیش، به واسطه نیاز به درمان خودم ابزاری را جستجو کردم که با استفاده از آنها بتوانم مشکلاتی را که روی هم انباشته شده بود را حل کنم. کتاب حاضر یکی از نتایج آن تحقیقات است. این کتاب نتیجه هیچ برنامه آموزشی نبوده و بر اساس تجربیات شخصی خود من نوشته شده و با کمال خضوع و فروتنی آن را به شما تقدیم می کنم. هیچ کتابی سراغ ندارم که از آن طریق بتوان رشد درونی را آموخت، اگر چه هزاران کتاب در مورد آن نوشته شده است. اکتساب این دانش خود یک فرآیند است. هیچ کدام از مواردی که در این کتاب آمده است براساس زندگی واقعی کسی نیست. ترکیب کار و برخی نتایج را در خاطر خود بسپارید، مسولیت آن را کاملاً به عهده می گیرم و نظرات شما را می پذیرم. هیچ کدام از این موارد توصیه های پزشکی نیستند و هر عقیده ای که مطرح شده است به منظور کمک به فرآیند معنوی خواننده و خود درمانی بوده است. با استفاده از این ابزار شما خواستار چیدمان ذهنی متفاوتی از نگرشهای متداول یک قربانی یا قهرمان هستید که این مسئله نیازمند صرف زمان، اراده و کار است. این ابزار موثر هستند، و نتایج آن خارق العاده است! برای ساختن اساس کار و فهم فلسفه این کار زمان بگذارید، در نتیجه جعبه ابزاری به دست می آورید که استفاده از ابزارهای زندگی را میسر می کند. زندگی شما در شرف تغییر است. این کتاب شامل مطالب دوره های مقدماتی و پیشرفته می شود و برای افرادی طراحی شده که بیشتر درگیر آن می شوند. این کار نتیجه دوره ای است که تکمیل آن در مرکز آموزشی ما حداقل به نه روز زمان نیاز دارد. در جلسه مشاوره کوتاه کارگاه های دو ساعت و نیمه، از اشخاص می خواهم که "خیلی سریع گوش دهند". حجم اطلاعاتی که در این کتاب ارائه شده است بسیار زیاد است و به ندرت ممکنست با یک بار خواندن بتوان کل آن را درک کرد. به شما،

پیشنهاد می‌کنم که آرام آرام شروع به فهم این کتاب کنید. **صبور باشید**. ماهیت کتاب طوری است که ده سال دیگر در بیستمین یا نودمین دفعه قرائت، مطالب کاملاً جدیدی به شما ارائه خواهند شد. به شما پیشنهاد می‌کنم مطالب را تا آنجایی که برایتان قابل فهم شود بخوانید و **صفحه مربوط به کار برگ را کامل کنید**. اگر سررشته افکارتان پاره شد و مطلب اصلی را گم کردید یا گیج شدید، برگردید و **کار برگ را کامل کنید**. نمی‌توانید با يك بار خواندن مفهوم اصلی این کتاب را درک کنید.

بسیاری از افراد با ترکیبی از مطالب کتبی و شنیداری، یا نوارهای ویدیویی مطالب را سریعتر یاد می‌گیرند. ممکن است این مطلب در ابتدا تبلیغ کار خودم باشد اما متوجه شده‌ایم که هر چه بیشتر مردم با این کار ارتباط برقرار کنند خیلی بهتر متوجه اصل مطلب می‌شوند و سریعتر از ابزار لازم استفاده می‌کنند. وقتی شما این کارگاه را در فیلم ویدیویی می‌بینید و یا آن را روی نوار می‌شنوید به يك فهم سه بعدی و با جزئیات کامل می‌رسید. فهم چنین مطلبی تنها از طریق توضیح و حتی از طریق یک جلسه سخنرانی از روی یک متن بسیار سخت است.

هدف این متن ایجاد چهارچوب نظری متفاوت در ذهن شما برای متفاوت دیدن زندگی است. و بالاتر از همه اینها سادگی فرآیندی است که شما در آستانه ورود به آن هستید، گرچه ممکن است در ابتدا پیچیده به نظر بیاید. حقیقت برای يك ذهن پیچیده، پیچیده است و برای يك ذهن ساده شده، ساده است.

من می‌دانم که باورهای علمی و ذهن منطقی نیازمند ذکر منابع برای هر جمله جدید است. من این کار را نکرده‌ام مطالب بسیار زیادی را در کتابم مطرح کرده‌ام که صرفاً بر اساس مشاهدات بیست و پنج ساله‌ام در انجام این کار است. از شما می‌خواهم هر آنچه که به شما گفته‌ام را نپذیرید و خودتان آن را امتحان کنید. وقتی می‌بینید ابزار به کمک شما می‌آیند این گفته‌های من نیز اثبات می‌شود. از شما می‌خواهم نظر خود را در مورد این کار به من اعلام کنید و مشاهدات سودمند خود را حتی اگر با عقاید رایج همخوانی ندارند در اختیار من قرار دهید.

من با آلبرت انیشتین¹ هم عقیده‌ام که گفته: **يك چیز در تمام طول عمرم آموخته‌ام، این است که همه علم ما، در برابر واقعیت سنجیده می‌شوند که (در حقیقت) کاملاً ابتدایی و بچه‌گانه هستند.**

این شیوه علمی به شما يك خط مشي فكري مي دهد، همان باشید که بودید، و همانگونه به دنیا نگاه کنید. هر تئوري زمانی که پایه و اساس آن خدشه دار شود قابل نقص می شود و از طریق همان خطاهای خود اثبات می شود.

زمانی بود که همه "**مي دانستند**" زمین صاف است، هزاران تن به دلیل بیماری اسکوربیت مردند و سالها بعد از اینکه مشخص شد سوء تغذیه حد اقل نقش را در این بیماری دارد، لیمو ترش به عنوان تنها راه حل آن ارائه شد. اولین پزشکی که گفت داروسازها با دستان آلوده موجب شیوع بیماریها می شوند به عنوان يك انسان احمق تحقیر شد. بسیاری از ذهنهای به اصطلاح "علمی" در برابر تغییر مقاومت می کنند فقط وقتی آنها با آن عقاید قدیمی می میرند آن عقاید علمی تغییر پیدا می کنند .

در این کتاب بارها از **قانون عشق** گفته ایم. آن گارد ریل شاهراه دلیل است. اطلاعات موجود در ذهن محدود به چیدمان ذهنی شخصی که فکر می کند می شود. آیا شما وقتی عصبانی می شوید در مورد خصوصیات مطلوب شخصی که دوست دارید مثل قبل فکر می کنید؟ نه، ارتباط ما با افکار دوست داشتنی و قانون عشق به دلیل خشم قطع می شود.

عقل، به دلیل محدودیتهای چیدمان اطلاعات موجودش، می تواند بصورت "منطقی" شما را به هر جایی که پایه و اساسش شکل گرفته هدایت کند . می تواند هر چیزی را توجیه کند حتی قتل را. عشق به عنوان یک شرط ذهنی عقل را در برابر رفتار احمقانه و ابلهانه قرار می دهد . عدم آگاهی از قانون عشق باعث بروز دیوانگی می شود چرا که بدون آن ذهن تحت قوانینی کنترل و اداره می شود که منجر به دیوانگی می شود. قانون عشق **تنها** مسیر صلح در ذهن است که لازمه سلامت روانی و خوشحالی است.

هدف این کار در يك داستان خلاصه شده است، داستان کودکی چهارساله که به جغرافی علاقه داشت . يك روز مادرش نقشه دنیا را تکه تکه کرد تا يك پازل برای او درست کند و فکر می کرد که این پازل می تواند دختر کوچکش را برای چند روز مشغول کند . پانزده دقیقه بعد از گرفتن نقشه ، دختر کوچولو پازل را کامل کرده بود. مادر شوکه شده بود و نمی توانست این مسئله را باور کند. از دخترش پرسید: چطور توانستی این قدر سریع پازل را درست کنی؟ حتی من هم نمی توانم چنین کاری انجام دهم.

دختر جواب داد: " مادر وقتی تو نقشه دنیا را می بریدی عکس يك دختر كوچك آنطرف كاغذ نقشه بود.

وقتی من تکه های عکس دختر را کنار هم گذاشتم کل دنیا دوباره کنار هم قرار گرفت."

لذت ببرید

معما

تعداد زیادی از مردم در ناامیدی مطلق زندگی می کنند.

آنچه که تسلیم شدن نامیده می شود همان تایید ناامیدی است.

شما ناامید از يك شهر ناامید به يك کشور می روید.

و باید به خودتان با شجاعت ثمور و موش آبی دلداری دهید.

يك نمونه ناامیدی کلیشه ای و ناخود آگاه.

در بطن آنچه که سرگرمیهای بشر نامیده شده پنهان شده است.

هوشیار شدن همان زنده بودن است.

من هنوز شخصي را ندیده ام که کاملا هوشیار و بیدار باشد.

راه حل

اگر با اطمینان در مسیر رویاهایتان حرکت کنید و تلاش کنید آن طور زندگی کنید که تصور کرده بودید

در معمولیترین ساعتها هم موفقیت غیر منتظره ای را تجربه می کنید، شما از مرزهای نامرئی عبور

می‌کنید، اگر حتی خیال خامی را هم در سر دارید، کار و تلاش را فراموش نکنید، آنها همان جایی هستند که باید باشند حالا پایه و اساس آنها را زیر آنها قرار بده.¹ هنری دیوید ترو

زندگی با استفاده از ابزار عین آگاهی و شادمانی است،

اطلاعات و این ابزار همان قدرتمندی هستند.

قدرت با ابزار همان خدمت است.

روابط با استفاده از ابزار دهن و وابستگی است.

دانش و این ابزار همان امنیت است تعهد با این ابزار همان رحمت است.

وفور نعمت با ابزار آسان می‌شود.

سلامتی با استفاده از این ابزار کاملاً طبیعی است.

آموختن با استفاده از این ابزار همان تحصیلات عالی است.

آرزوها، با استفاده از این ابزار تحقق می‌یابند.

دنیا با استفاده از این ابزار آرام است.

داشتن این ابزار و استفاده از آنها منجر به سرزندگی می‌شود.

زندگی بدون استفاده از ابزار همان خواب و زندگی در جهنم است.

اطلاعات بدون ابزار بی‌اثر هستند.

قدرت بدون ابزار دیکتاتوری است

روابط بدون آنها وابستگی کامل است.

دانش بدون ابزار خطرناک است

تعهد بدون ابزار ناامیدی است.

ثروت بدون ابزار همان شکست است.

سلامتی بدون این ابزار غیر ممکن است.

دانش بدون این ابزار هرج و مرج است.

آرزوها بدون ابزار همان تباهی است.

دنیا بدون ابزار جنگ است.

داشتن ابزار و استفاده نکردن از آنها زندگی بدون ابزار است.