

دانلود کتاب



قانون جذب

نویسنده : مایکل لوسیر



The Law of Attraction

قانون جذب
اثر : مايكل لوسير

قانون جذب

اثر : مایکل لوسیر

چگونه قانون جذب زندگی من را تغییر داد

قبل از اینکه با قانون جذب آشنا شوم شغلی داشتم که اصلاً آن را دوست نداشتم. شغلم به من هیچ فرصتی نمی داد تا بتوانم خلاقانه زندگی کنم. ساعت های طولانی کار می کردم و حتی زمانی برای تفریح نداشتم. حتی با اینکه خوابی دیده بودم که شغلت را رها کن ولی هرگز جسارت نداشتم تا شغلم را رها کنم زیرا به پول آن نیاز داشتم.

به محض اینکه با قانون جذب آشنا شدم شروع به تفکر در مورد شغل مورد علاقه ام کردم. از مربیگری و تدریس بسیار خوشم می آمد زیرا به من احساس خوشایندی می داد. بنابراین تصمیم گرفتم که زمانم را صرف مربیگری و تدریس کنم.

با اینکه هنوز شغل دولتی داشتم ولی نزدیک به پنجاه همایش در مورد قانون جذب گذاشتم و به گونه ای احساس رضایت و خوشایندی می کردم زیرا به آرزوی خود یعنی تعلیم و تربیت عموم رسیده بودم.

آرزوهایم آهسته آهسته شکل گرفت. کارهایم رونق یافت. سرانجام در یک روز از کارفرمایم خواستم که تنها چهار روز در هفته به کار بیایم و کارفرمایم با خواسته من موافقت کرد. پس از مدتی از کارفرمایم مجدداً خواستم که تنها سه روز در هفته کار کنم و سرانجام در سال ۲۰۰۰ شغل سابقم را رها کردم و هرگز به گذشته باز نگشتم.

زندگی به بهترین شکل خود رسید. هرگز تا این اندازه احساس خرسندی و نشاط نمی کردم. دیگران از من می پرسیدند که چه طور زندگیت این قدر شکل گرفت و من برایشان می گفتم درک قانون جذب این خوشبختی را برایم محقق ساخت.

جمله بعدی که به من گفته می شد، این بود:

تو باید کتابی در این زمینه بنویسی و من می گفتم:

خوب این هم کتاب

تو قبلا قانون جذب را تجربه کرده ای

آیا تا به حال تجربه کرده ای که آنچه را بدان نیاز داشتی ناگهان از جایی که انتظارش را نداشتی سر در می آورد؟ دیدن یک دوست، مشاهده یک شی خاص، تماس ناگهانی، تصویر غیر منتظره و ... ؟

آیا تا به حال فکر کرده ای چرا این اتفاق ها برای تو پیش می آید؟ این اتفاقات برای تو پیش می آید زیرا تو در زمان مناسب، در مکان مناسب هستی و این یعنی اینکه قانون جذب وجود دارد.

برخی افراد به دنبال مناسبت های بد هستند و قانون جذب به خواسته های آنان پاسخ می دهد. به یاد داشته باشید قانون جذب به تمام خواسته ها و ناخواسته های شما پاسخ می دهد.

لغات و اصطلاحات زیادی وجود دارد که برداشت ما را از قانون جذب نشان می دهد. این لغات عبارتند از: پیش بینی نشده، نعمت های غیرمنتظره، تصادفی، قضا و قدر، کارما، همزمانی، شانس، منظور شده، وقوع ناگهانی و

قانون جذب همواره به تو می گوید چگونه این وقایع بوقوع می پیوندد. با قانون جذب انسان قادر خواهد بود آنچه را که می خواهد بدست آورد و آنچه را که نمی خواهد کمتر بدست آورد. چیزهای که با استفاده از قانون جذب می توان بدست آورد عبارتند از: شغل دلخواه، تعطیلات دلخواه، ارتباطات دلخواه، مشتری دلخواه، پول بیشتر و در کل هر آنچه در زندگیت می خواهی و آرزو داری بدست آوری.

تعریف قانون جذب

در زندگی همان چیزی را جذب می کنی که انرژی، حواس و توجهت را به آن معطوف می کنی. چه آن را بخواهی و چه آن را نخواهی !!!

علم قانون جذب

زیربنای فیزیولوژیک برای قانون جذب و همچنین تفکر مثبت و منفی وجود دارد. انرژی انواع گوناگونی دارد. انرژی هیچگاه از بین نمی رود. همچنین هر ماده، دارای اتم می باشد و هر اتم نیز دارای هسته و الکترون است. الکترون ها همواره در مداری به دور اتم می چرخند. با گرفتن و از دست دادن انرژی به مداری بالاتر و همچنین به مداری پایین تر می روند. اگر پای ارتعاش وسط بیاید وضعیتی مغناطیسی به خود می گیرند. الکترون ها در یک جهت با هم همسو می شوند. در این حالت قطب های منفی و مثبت ایجاد می شود. چیزی که در عالم واقعیت وجود دارد.

اگر قسمتی از قوانین فیزیک قابل سنجش و مشاهده باشد این وضعیت برای وضعیت های مشابه نیز صدق می کند. بنابراین واژه قانون جذب واژه ای جادویی نمی باشد. بلکه واژه ای علمی است و تک تک مولکول های تو متوجه آن می باشد و واکنش نشان می دهد چه بخواهی و چه نخواهی!!! چه متوجه باشی و چه متوجه نباشی!!!

همواره به یاد داشته باش انرژی تو برابر است با خلق و خوی تو و خلق و خوی تو برابر است با ارتعاش تو و ارتعاش تو چه مثبت و چه منفی برابر است با پدیده هایی که در جهان هستی می بینی.

آیا شنیده ای که می گویند او ارتعاش خوبی از خود ساطع می کند؟ همواره به یاد داشته باش ما دائم در حال ارسال امواج مثبت یا منفی هستیم که این امواج و ارتعاش ارتباط دارد با احساسات مثبت یا منفی ما.

ارتعاش مثبت برابر است با : لذت، عشق، وفور نعمت، فخر، عزت نفس، راحتی، اعتماد به نفس، مهر، محبت، دوستی و ثروت

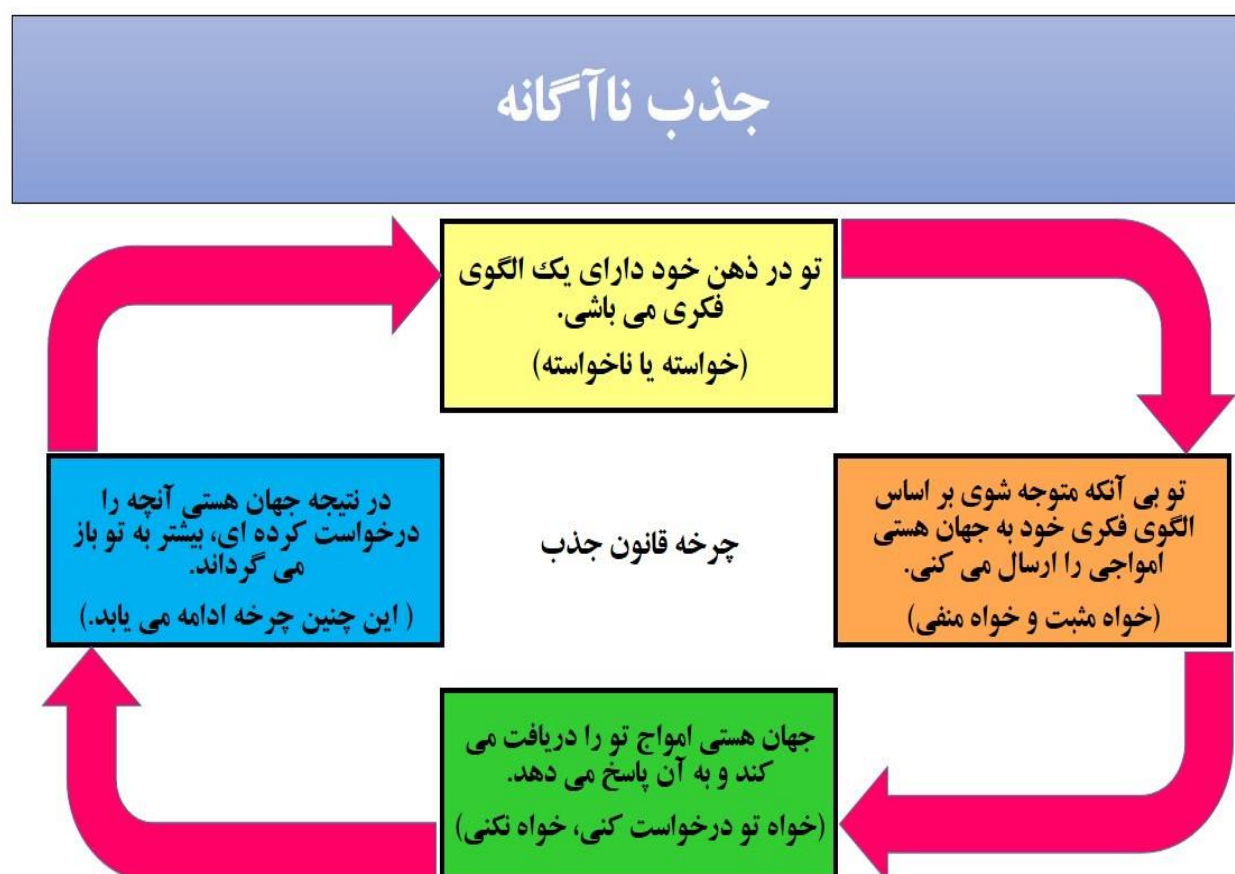
ارتعاش منفی برابر است با : ناامیدی، تنهایی، بیهودگی، غصه، غم، سردرگمی، فشار عصبی، خشم، رنجش، تنفر و فقر

بسیار مهم است که از امواج خود باخبر باشید، زیرا قانون جذب چند برابر آن را به شما می دهد. خواه بخواهید و خواه نخواهید. خواه خوب باشد و خواه بد باشد.

هر میزان امواجی که تو به جهان هستی می دهی جهان هستی همان مقدار امواج به تو می دهد. خواه به نفع تو و خواه به ضرر تو باشد. جهان هستی صرفا در برابر امواج تو پاسخ می دهد. گاهی چند برابر بیشتر!!!

جذب ناآگاهانه

در بیشتر مواقع انسان نادانسته امواجی را از خود به جهان هستی می فرستد. آنچه به تو لذت می دهد ارتعاش تو را بالا می برد و تو احساس لذت بیشتری می کنی و برعکس اگر شاهد موارد دلگیر کننده ای باشی احساس بد را تجربه می کنی. در این حالت امواج منفی را به جهان می فرستی.



قانون جذب همواره آنچه را از خود ساطع کرده ای با اندکی بیشتر به تو باز می گرداند. خواه این احساسات مثبت باشد، خواه منفی باشد. جهان هستی به احساسات تو توجهی نمی کند. جهان هستی همچون آینه عمل می کند. قانون جذب آن ارتعاشی را که تو می فرستی دریافت می کند و با شدت چند برابر به تو باز می گرداند حتی اگر این ارتعاش به ضرر تو باشد!

برای استفاده هوشمندانه از قانون جذب باید فرمول سه مرحله ای زیر را همواره در زندگی خود استفاده کنید.

مرحله اول: خواسته ات را مشخص کن

بدان از جهان چه چیزی می خواهی. آن را بنویس تا ارتعاش بیشتری به محیط پیرامون خود بدهی.

مرحله دوم: ارتعاش را بالا ببر

در این مرحله یاد میگیری برای خواسته ات امواج مثبت بفرستی

مرحله سوم: آن را بپذیر

در این مرحله یاد می گیری شک و شبهه را از میان ببری.

یادت باشد قانون جذب همان امواجی را به تو باز می
گرداند که تو به جهان هستی می فرستی.

مرحله اول: خواسته ات را مشخص کن

کلام، کلام، کلام

کلماتی که بر زبان می آوری امواجی را به جهان هستی ارسال می کند. کلمات خارج شده از زبان موجب جذب آگاهانه یا ناآگاهانه می گردد. در انتخاب کلمات در گفت و گوی های خود همواره دقت کنید.

چرا این قدر روی کلمات تاکید می شود

ما با کلمات فکر می کنیم، می نویسیم، احساسات خود را بیان می کنیم، فکر می کنیم، سخن می گوئیم، می شنویم، می خوانیم، می بینیم، تایپ می کنیم و با آن ها در ذهن خود زندگی می کنیم. مهم است بدانیم هنگامی که ما از کلمات استفاده می کنیم، بر زبان می آوریم یا آنها را در ذهن خود می آوریم، در واقع داریم امواجی را با خود حمل می کنیم و البته این امواج را به جهان هستی نیز ارسال می کنیم.

واکنش قانون جذب درست مانند ذهن توست. قانون جذب آنچه را تو نمی خواهی می شنود. وقتی به ندای درون خود گوش می دهی که امواج منفی می باشد، درست مانند این است که به سمت چیزهایی می روی که نمی خواهی. توجه کن تو در زندگی به سمت چیزهایی می روی که توجه و انرژی خود را معطوف آن می کنی. خواسته یا ناخواسته!

افعال منفی

زمانی که از افعال منفی در عبارات خود استفاده می کنی درست ضمیر خود آگاه یا ناخود آگاه خود را متوجه آن ساختی. به عنوان مثال: اگر بگویم در مورد برف و بوران فکر نکن، تضمین می کنم که بی درنگ ذهنت متوجه برف و بوران می شود. با اینکه فرمان منفی بود، اما ضمیر خود آگاه یا ناخود آگاه تو آن بخش از فرمان را ویرایش کرد.

عبارات زیادی وجود دارد که عکس فرمان منفی آن، برعکس توجه آدم را بیشتر به خود جذب و جلب می نماید. به چند نمونه زیر دقت کنید:

عصبانی نشو، ملامت نکن، معطل نکن، خل نشو، این که ضرری ندارد، دستپاچه نشو، عجله نکن، نگران نباش، حالا نگاه نکن، با قیچی بازی نکن، فراموش نکن، آشغال نریز، سیگار نکش، من که قضاوت نمی کنم، دیر نکن، در را محکم نبند.

عبارات بیانی:

عبارات بیانی گفته‌هایی است که مثبت یا منفی بر زبان خود جاری می‌سازی. توجه داشته باشید، این عبارات به صورت ناخودآگاه بیان می‌گردد.

عبارات بیانی منفی

—باید جان بکنم تا پول بدست آورم

-مگر پول علف خرسه

-پیدا کردن زن یا مرد خوب سخت است

-پول از این دست می آید و از آن دست می رود

—درتابستان پیدا کردن مشتری خوب سخت است

—یک قدم جلو بر می دارم دو قدم به عقب

در تعطیلات کسب و کار رونق ندارد

— ما داریم از صبح تا شب کار می کنیم

همانطوری که می بینید در عبارات فوق یاس و ناامید و نمی توانم وجود دارد.

گله، شکایت و نگرانی عبارتی هستند که نتیجه آن، بدست آوردن چیزهایی می شود که دوست نداریم. به عبارات مثبت زیر توجه کنید:

-من خوش شانس هستم چون همیشه پول بدست می آورم

—همیشه به راحتی کار پیدا می کنم

—دست به خاک می زنم طلا می شود

—من براحتی دوست پیدا می کنم

—من بموقع پول بدست می آورم

—همیشه یک جای پارک عالی دارم

چگونگی بیان عبارات منفی به طرز دیگر

برای اینکه مانع افکار منفی بشوی باید افکار و گفتار خود را به طرز دیگری بیان کنی. هر چه از تاثیر حرف های مثبت و منفی که بر زبان می آوری آگاه باشی بیشتر می توانی زبان خود را کنترل نمایی. زمانی که عبارات منفی را می شنوی یا بر زبان می آوری آن ها را به طریق دیگری مثبت کن. اگر می خواهی بگویی پیدا کردن مشتری سخت است با آورند واژه گذشته جمله ات را تغییر بده. مثلاً بگو: پیدا کردن مشتری در گذشته سخت بود.

اگر می خواهی بدانی در زمینه های گوناگون زندگی امواج مثبت می فرستی یا امواج منفی کافی است به زمینه نگاه کنی و ببینی چه چیزهایی دریافت می کنی.

وضوح از طریق تضاد (تضاد چیست؟)

اولین گام برای اینکه قانون جذب کار خود را به درستی انجام دهد این است که بدانی چه چیزی می خواهی. برای این کار باید ببینی در ابتدا چه چیزی نمی خواهی! این درست همان چیزی است که می خواهی. این بی رغبتی تضاد نامیده می شود.

تضاد در قانون جذب درست همان چیزی است که تو را بی رغبت و منفی نگه می دارد. زمانی که از چیزی حرف می زنی که در واقع آن چیز را که نمی خواهی تو داری ناخواسته ها را به قانون جذب پیکش می کنی تا قانون جذب آن ها را به تو هدیه بدهد!!!

توجه به تضاد و شناسایی آن به عنوان چیزی که دلت آن را نمی خواهد تو را در قبال چیزی که دلت می خواهد روشن تر می کند. بعد از شناسایی آنچه دلت نمی خواهد فوری از خودت پرس : **حالا که این را نمی خواهم پس چه چیزی می خواهم؟** به عبارتی از طریق تضاد به وضوح می توان دست یافت. توجه به تضاد باعث ایجاد وضوح در درون تو می گردد.

توجه کردن به تضاد اساسی است، زیرا تو را به وضوح می رساند

چرا تشخیص تضاد مهم است؟

تصور کن در حال شنیدن رادیو در ماشین خود هستی. دوستی موج رادیو را روی کانالی می برد که مناسب طبع شما نیست. شما با خود می گوئید: ماشین من و من هر کاری بخواهم انجام می دهم. شما موج را به سمت کانالی می برید که مناسب و دلپسند شما می باشد.

به عبارتی با استفاده از تضاد از وضعیت بد به سمت وضعیت خوب تغییر حالت می دهی. استفاده از تضاد تو را از آنچه دوست نداری به سمت وضعیتی می برد که دوست داری. استفاده از تضاد برای تو وضوح به ارمغان می آورد.

قانون جذب همواره به فرکانس انسان پاسخ می دهد. این وظیفه تو است که خود را چک کنی و ببینی که آیا فرکانسی که به جهان هستی می دهی مطابق میل تو می باشد یا نمی باشد. اگر جوابت منفی است با استفاده از تضاد فرکانس خود را تنظیم کنی تا به وضوح برسی.

کمی و فقط کمی به تضاد توجه کنید

کمی و فقط کمی به تضاد توجه کنید

تا کی باید به تضاد توجه کرد

اصل مهم در بدست آوردن آنچه که می‌خواهی بی آنکه حواست بر آنچه نمی‌خواهی متمرکز شود، این است که ذره‌ای تضادها را ببینی. این که چه مدت زمان می‌برد که تضادها را ببینی بستگی به خودت دارد. برخی یک روز، برخی یکسال، برخی هم هرگز تضادها را نمی‌بینند. این بستگی به خودت دارد که تا چه میزان می‌توانی به صدای نابهنجار رادیو گوش دهی، زندگی کنی و بعد از مدتی آن را تغییر دهی. از تضادها در سه زمینه زیر می‌توان استفاده کرد:

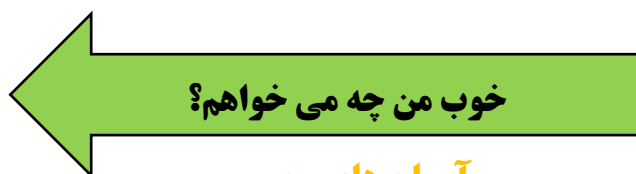
۱. ارتباطات
۲. مادیات
۳. حرفه و شغل

وضوح از طریق نمونه تضاد:

وضوح از طریق نمونه تضاد کمک می‌کند تا تو در زمینه خواسته‌هایت واضح‌تر باشی. در اینجا به چند زمینه زندگی ات که به تو کمک شایانی می‌کند تا خواسته‌هایت را بشناسی آورده شده است.

۱. حرفه
۲. پول
۳. ارتباطات
۴. شغل
۵. تعلیم و تربیت

نکته: برای رسیدن به خواسته‌های خود در هر یک از موارد بالا ابتدا تضاد را پیدا کنید و سپس آن را به وضوح تبدیل نمایید.



آرمان‌های من

وضوح (طرف ب)	تضاد (طرف الف)
..... ۱.	 ۱.
..... ۲.	 ۲.
..... ۳.	 ۳.
..... ۴.	 ۴.

در اینجا تو فقط یاد می گیری که خواسته های خود را بشناسی. این یعنی ابتدای مسیر. شاید هم اکنون خواسته های خود را یافته باشی و احساس لذت بکنی، شاید هم احساس ترس و نگرانی بکنی.

نکته مهم این است که برای رسیدن به خواسته های خود باید ارتعاش خود را بالا ببری. در ادامه یاد می گیری که چگونه این کار را انجام دهی. به یاد داشته باش در این مسیر باید مطمئن

ارتعاشات را افزایش بده:

بالا بردن ارتعاش صرفاً به این معناست که به تو حال و هوای خوبی بدهد یا احساس توجه، انرژی و تمرکز مثبت بیشتری کنی. اینکه خواسته های خود را شناسایی کنی کافی نیست، شما باید هر روز هم که شده به آن توجه مثبت داشته باشی. در ادامه نمونه های استعاره های مثبت را خواهی آموخت.

تو خودت هستی که با تصمیم گیری هایت پنکه ی خودت را به کار می اندازی

خودت پنکه ات را به کار بیانداز

- اگر احساسات را با پنکه مقایسه کنی، متوجه خواهی شد، هنگامی که پنکه روی درجه آخر است و باد خنک می زند تو احساس بسیار خوبی داری، به عبارتی پنکه ات خوب دارد کار می کند.
- وقتی که احساس آزرده گی می کنی و یا رنجش داری درست مثل این است که مدادی را لای پره های پنکه ات قرار دهی.
- اگر احساسات تو فراتر از آزرده گی باشد، انگار تنه درختی لای پرده های پنکه ات قرار دارد. وقتی احساسات منفی داری مانند خشم، ترس، فقدان و کمبود، پنکه ات از کار می افتد و تو هیچگاه احساس لذت نداری. در عوض با احساس تضاد مقاومت می کنی و پنکه ات از کار می افتد.
- وقتی با دردسرهای روزانه مواجه می شوی، کمتر وقتت را صرف توجه به آنها کن. تو از استعاره پنکه خوشتر خواهی آمد. از باد خنک آن لذت می ببری و با صدای بلند می گویی: پنکه ام خوب باد می زند، من احساس خوبی دارم.

تمام چیزهای خوبی را که باعث می شود به تو احساس خوبی بدهد شناسایی کن و بیشتر به آنها پیرداز.

هدف از زندگی چیست؟

هدف از زندگی شناخت و تجربه کامل لذت است. هر انسان برای تجربه لذت راهبردهای مختلفی دارد. به عنوان مثال:

نقاش از نقاشی لذت می برد.

گوینده از گفت و گو لذت می برد.

قالی باف از بافتن قالی لذت می برد.

رقصنده از رقصیدن لذت می برد.

در این مثال ها نقاشی، گفت و گو، بافندگی، رقصیدن و ... راهبردهایی برای لذت می باشد. وقتی شما این مطالب را می خوانی یا خواسته ات را می نویسی فکرتان را باز بگذارید که به آن چیزهایی فکر کنی که در هر زمینه برای لذت بخش می باشد. در واقع سعی کنی، قسمت های لذت بخش زندگی خود را بیابی.

همواره یادت باشد که هر ارتعاشی می کنی، آینده خود را می آفرینی پس مراقب باش که چه چیزی به جهان هستی می دهی. همواره مراقب ارتعاش های خود باش. در مورد هر چیزی که تو را تحریک می کند و احساسات را بر می انگیزد توجه کن. به احساسات منفی خود توجه کنید. به خود واقعی خود توجه کنید.

بالا بردن ارتعاش حکم سوخت برای خواسته ات را دارد

یکی از اصول مهمی که قانون جذب برای کارایی داشته باشد این است که خواسته هایت را در خط مقدم ذهنت قرار دهی. در این حالت انرژی بیشتری به جهان هستی خواهی داد. از طرفی مثبت تر خواهی شد. در ادامه با عبارات خواسته آشنا می گردی.

چرا عبارات تاکیدی ارتعاش تو را بالا می برد؟

عبارات تاکیدی همانند جمله ای در ذهنت، ذهنت را از نو برنامه ریزی می کند. در واقع عبارات تاکیدی برنامه های قبلی ذهنت را که باور نام دارد به برنامه های جدید تغییر می دهد.

همواره توجه کنید عبارات تاکیدی باید به زمان حال باشد

همواره توجه کنید عبارات تاکیدی باید به زمان حال باشد

به این عبارت تاکیدی توجه کنید : من بدنی سر حال و خوش اندام دارم. شما باید هر بار که عبارات تاکیدی را بر زبان می آورید احساس خوبی داشته باشید. این در حالی است که عبارات تردید و دودلی باعث می شود جهان هستی بیشتر از آنچه نمی خواهید به شما بدهد.

عبارات تاکیدی زمانی موثر است که تو آن ها را احساس کنی و با خواسته ات هماهنگ باشی.

عبارات تاکیدی فقط برای بالا بردن ارتعاش شما می باشد. اگر احساس خوبی به آن نداری قانون جذب در برابر احساسی که داری واکنش نشان می دهد و چند برابر آنچه نمی خواهی به تو می دهد. زیرا عبارات تاکیدی شما موثر نیست و با احساسات شما هماهنگ نمی باشد.

قانون جذب در برابر کلماتی که به کار می بری و یا افکاری که در ذهن می پرورانی واکنش نشان نمی دهد. قانون جذب فقط و فقط در برابر احساسی که نسبت به کلمات یا افکاری داری واکنش نشان می دهد.

عبارت مربوط به خواسته ات چیست؟

عبارات مربوط به خواسته وسیله ای موثر برای بالا بردن ارتعاش مثبت می باشد. در مرحله دوم از فرآیند سه مرحله ای قانون جذب یاد می گیرید که عبارات مثبت را در مورد خواسته خود بنویسی. به یاد داشته باش هر چه عبارات شما مثبت تر باشد شما ارتعاش بیشتری به جهان هستی می فرستی و هر چه ارتعاش بیشتری به جهان هستی بدهی، قانون جذب زودتر و با سرعت بیشتری به خواسته شما پاسخ می دهد.

اگر تو در رسیدن به خواسته ات شک و تردید داری، در واقع راه قانون جذب را بسته ای. نوشتن عبارات مثبت برابر است با افزایش انرژی و ارتعاش که این خود یعنی جاری شدن انرژی و این یعنی به خواسته مربوط به خودت می رسی. به یاد داشته باش وقتی عبارات درخواستی را می نویسی باید احساس شور، شوق، اشتیاق و امید بسیار پیدا کنی.

سه عامل اصلی باید همواره در نوشتن عبارات درخواستی رعایت شود که به شرح زیر می باشد:

۱. شروع مطلب
۲. اصل مطلب
۳. خاتمه مطلب

عبارات مربوط به خواسته - شروع مطلب

برای آنکه عبارات درخواستی خود را شروع کنی می توانی از جمله زیر به عنوان نمونه استفاده کنی:

من در مرحله جذب تمام آنچه لازم است بدانم، انجام دهم و به یاد داشته باشم، هستم تا

.....

(خواسته آرامانی خود را یادداشت کنید) را جذب کنم.

عبارات مربوط به خواسته - اصل مطلب

در اینجا عباراتی آورده شده است که می توانید بویسله آن ها خواستتان را بیان کنید

- عاشق این هستم که بدانم ...
- دوست دارم بدانم که چه احساسی دارد که ...
- تصمیم گرفته ام ...
- هر چه بیشتر ...
- خیلی هیجان زده می شوم که ...
- از تصور ... ذوق زده می شوم.
- دوست دارم بدانم ... آرامانی ام ...
- دوست دارم بدانم وقتی چه احساسی دارد

به عنوان مثال :

من عاشق این هستم که بدانم نامزدم چگونه با من آشنا می شود.

من خیلی هیجان زده می شوم وقتی که محصول جدیدم را بفروش می رسانم.

به دو عبارت زیر توجه کنید:

۱. خیلی دوست دارم بدانم که ارتباط ایده آلم متعالی و پربار باشد

۲. روابط و مناسبتم پر بار و متعالی است.

در جمله اول : از فعل باشد استفاده شده است و این یعنی امید به آینده و احتمال اینکه در گذشته داشته ام یا نداشته ام.

در جمله دوم : از فعل است استفاده شده است و این یعنی شک و تردید و ارسال ارتعاش منفی به جهان هستی می باشد.

عبارات مربوط به خواسته - خاتمه مطلب

قانون جذب رخ می نماید و آنچه را لازم است اتفاق بیافتد تا خواسته مرا بیاورد به منصفه ظهور می رساند.

چگونه عبارات مربوط به خواسته هایت را بسازی

حالا نوبت تو است که برای خواسته هایت عبارات تاکیدی مثبت بسازی. برای شروع کار ابتدا به تضادهای خود نگاه کن. سپس به وضوح های نوشته شده خود توجه کن. اکنون یافته ای که چه درخواستی داری. حالا کار تو شروع می شود:

عبارات آغازین را برای خواسته خود بنویس

من در مرحله جذب تمام آنچه لازم است بدانم، انجام دهم، یاد داشته باشم، هستم تا
(خواسته آرامانی خود را یادداشت کنید) را جذب کنم.

متن اصلی را با توجه به یک یا همه جملات پیشنهادی در مورد خواسته ات کامل کن

- عاشق این هستم که بدانم ...
- دوست دارم بدانم که چه احساسی دارد که ...
- تصمیم گرفته ام ...
- هر چه بیشتر ...
- خیلی هیجان زده می شوم که ...
- از تصور ... ذوق زده می شوم.
- دوست دارم بدانم ... آرامانی ام ...
- دوست دارم بدانم وقتی چه احساسی دارد

در پایان هم نوشتن جمله پایانی فراموش نشود

قانون جذب رخ می نماید و آنچه را لازم است اتفاق بیافتد تا خواسته مرا بیاورد به منصفه ظهور می رساند.

از کجا بدانم کارم درست است؟

وقتی عبارات مربوط به خواسته خود را می خوانی، چه احساسی داری؟ آیا احساس منفی داری و ناراحت می شوی؟ اگر عبارات خود را می خوانی و احساس خوبی نداری بدان عبارات تو نادرست می باشد. دوباره عبارات را بنویس تا وقتی که آن را می خوانی درباره آن احساس خوبی بدست آوری؟ این کار را آن قدر ادامه بده تا در شما احساس خوبی بوجود آید.

تذکر: شاید در این لحظه با خود بگویی من خواسته ای داشته ام که هر لحظه به آن فکر می کردم، در خود احساس شوق و اشتیاق بسیاری کرده ام اما هرگز به آن نرسیده ام!

در اینجا باید بگویم شما در روند سه مرحله ای قانون جذب دو مرحله را عالی رفته ای ولی مرحله سوم یعنی مرحله پذیرش را نادیده گرفته ای. فرآیند قانون جذب سه مرحله ای می باشد که آخرین مرحله آن در روند جذب آگاهانه مرحله پذیرفتن خواسته می باشد. در ادامه با این مرحله آشنا می گردی.

مرحله سوم: آن را بپذیر

پذیرفتن یعنی چه؟

پذیرفتن یعنی عدم شک و تردید که در روند جذب آگاهانه بسیار موثر می باشد. زمانی که تو خواسته خود را به اندازه کافی مشخص نکنی، آن را نخواهی یافت و به آن نخواهی رسید. تو باید ذره ای تردید در مورد خواسته خود نداشته باشی تا آن را جذب کنی. به عبارتی باید آن را باور داشته باشی. این مرحله یعنی مرحله کنار زدن شک و تردید را پذیرفتن می گویند.

تو باید عباراتی را که می گویی قبول کنی و بپذیری. حال اگر ذره ای تردید داشته باشی در واقع آن را نپذیرفته ای. وقتی به درجه ای رسیدی که ندای درون تو به تو بگوید: خیالت راحت این امکان پذیر است در واقع آن را پذیرفته ای یا به عبارتی قبول کرده ای.

پذیرش و پذیرفتن سخت ترین مرحله در زمینه قانون جذب می باشد زیرا:

۱. معنی آن را درک نمی کنند.

۲. وقتی می گوئیم بپذیر مردم کلافه می شوند.

پذیرش همان عدم شک و تردید

بازی پذیرش

تصور کنید تعدادی مهره روی چوبهای ضربدری فروخته در استوانه اسفنجی قرار گرفته است. هر مهره یک خواسته و هر چوب یک تردید می باشد. با برداشتن هر چوب مهره ای بر روی زمین می افتد به عبارتی یک خواسته برآورده می شود. مهره هایی که پایین افتاده اند در واقع همان پذیرش ما می باشند.

همانطور که گفته شد با برداشتن هر چوب مهره ای بر روی زمین می افتد. این یعنی اینکه برای رسیدن به خواسته های خود داشتن ارتعاش بسیار و همچنین کشف باور یا خواسته کافی نیست. بلکه باید باورهای آدمی از تردید به یقین تبدیل گردد تا خواسته ها برآورده شود. هر چه یقین بیش تر باشد خواسته های آدمی سریع تر خودش را آشکار می کند.

قدرت پذیرش:

۱. داشتن خواسته قوی با شک و تردید شدید یعنی خواسته ات به حقیقت نمی پیوندد
۲. داشتن خواسته قوی با کمی شک و تردید یعنی خواسته ات آهسته به وقوع می پیوندد
۳. داشتن خواسته قوی بدون شک و تردید یعنی خواسته ات سریع به وقوع می پیوندد

سرعت قانون جذب نسبت مستقیمی دارد با میزان پذیرش شما

شک و تردید از کجا می آید

رایج ترین منبع شک و تردید باورهای محدود ما می باشد.

باور محدود یعنی چه؟

باور محدود همان افکار تکراری است که باعث می شود تو به خواسته ات نرسی. به عبارتی خواسته ات را جذب نکنی. باورهای منفی سبب بوجود آمدن افکار منفی می گردند. افکاری منفی سبب بوجود آمدن احساس منفی می گردند. احساس منفی سبب بوجود آمدن ارتعاش منفی می شود که همه این ها سبب می شود شما به خواسته های خود نرسید.

مثال هایی در مورد باورهای محدود:

- سزاوار آن نیستم
- مردم بعد از ترک سیگار چاق می شوند
- کم کردن دست کم شش کیلو وزن کاری سخت است
- در زندگی فقط یکبار شانس در خانه آدم را می زند
- دیگر مرد خوب در دنیا پیدا نمی شود
- دیگر زن خوب در دنیا پیدا نمی شود

مسئله مهم در مورد تفکر این است که به راحتی می توان آن را تغییر داد

عبارات پذیرشی

ابزار زیادی برای از بین بردن شک و تردید وجود دارد ولی ساده ترین آن عبارات پذیرشی است. عبارات پذیرشی باعث می شود شک و تردید از بین برود. بعد از درست کردن عبارات پذیرشی باید اعتماد به نفس داشته باشی. به این ترتیب آنچه را می خواهی جذب خواهی کرد.

پذیرش به معنای عدم شک و تردید است، و شک و تردید از باورهای محدود ایجاد می شود.

باور محدود فکری تکراری است که تو را از جذب خواسته هایت باز می دارد.

فورمول عبارات پذیرشی

نوشتن عبارتهای پذیرشی برای خود کاری بسیار آسان است:

- از خودت بپرس آیا کسی هست که کاری را که من می خواهم انجام دهم کرده باشد و یا چیزی را که من می خواهم داشته باشم، داشته باشد؟
- اگر پاسخ مثبت است. امروز چند نفر این کار را کرده اند و یا این چیز را داشته اند؟ دیروز چه طور؟ هفته گذشته؟ ماه گذشته؟ فصل گذشته؟ سال گذشته؟ و ...
- در نوشتن عبارات خود از ضمیر سوم شخص استفاده کنید زیرا ضمیر اول شخص شک و تردید را در شما ایجاد می کند.
- در مورد عبارات خود اطمینان حاصل کنید. از نوشتن احتمالا، شاید و ... خودداری کنید. مثال ها خود را با منبعی موثق بنویسید. هرگز نگویید به عنوان مثال: احتمالا امروز هزاران نفر ثروتمند شده اند. برای عبارات خود منبع بیابید و با اطمینان بگویید.

به عنوان مثال:

- پارسال هزاران نفر همسر دلخواهشان را در شهر خودشان پیدا کردند.
- در شش ماه گذشته، هزاران نفر همسر دلخواهشان را در شهر خودشان پیدا کردند.
- هر روز بیش از پیش مردم همسر دلخواهشان را در شهر خودشان جذب می کنند.

چگونه عبارات پذیرش خود را درست کنید؟

گام اول:

جمع آوری اطلاعات در مورد خواسته ات

گام دوم:

پیدا کردن افرادی که در گذشته این کار را کرده اند (یک روز گذشته، هفته، ماه و ...)

گام سوم:

نوشتن عبارات موجه با ضمیر سوم شخص (توجه کن ضمیر اول شخص برابر شک و تردید)

حالا چه کنیم:

اکنون که با پذیرش آشنا شدی در ادامه ابزاری را به تو می دهم که به تو کمک کند، بیشتر و بهتر موضوع مورد نظر خود را بپذیری. وقتی تو می پذیری با قدرت و عزم راسخ تری برای رسیدن به هدف گام بر می داری.

۱۲ ابزار برای افزایش ارتعاش شما

۱. **قدردان و حق شناس باشید:** قدر هر چیز را بدانید. دفترچه ای روزانه تهیه کنید و شکرگذار داشته هایتان باشید. در ساعات مختلف روز قدردان نعمت هایی باشید که خداوند به شما عطا می کند.

۲. **مدارک قانون جذب خودت را ثبت کن:** آن چیزهایی که می خواهی در دفترچه روزانه ات یادداشت کن. چیزهایی را بنویس که تو را به هدف اصلیت نزدیک می کند. با مطالعه مکرر یادداشت های قبلیت در مورد قانون جذب شک و تردید را از بین ببر. با از بین بردن شک و تردید آسان تر به خواسته خود می رسی.

۳. **آنچه را به خواسته ات نزدیک است گرامی بدار:** کوچکترین ذره که تو را اطمینان می بخشد قانون جذب خوب کار می کند. آن ذره را ببین و به جای گلایه از کمی و کوچکی آن، آن را گرامی بدار. تا می توانی شک و تردید های خود را کاهش بده.

۴. **عبارات "من در روند کار قرار دارم" را بسیار به کار ببر:** گاهی باور داشتن چیزهای بزرگ غیر ممکن می باشد. به خصوص زمانی که روی نداشته ها فکر کنی. با ذکر جمله فوق شک و تردید را از خود دور کنید. تمرکز روی نداشته ها برابر است با امواج منفی! از این لحظه به بعد بر روی داشته های خود متمرکز باشید. به خود بگویید "من در مرحله جذب هستم"، "من در مسیر قرار دارم"، "من به خواسته هایم می رسم" همواره خود را در مسیر بدان و بر روی داشته های خود تمرکز کنید.

۵. **عبارت "من تصمیم گرفتم" را به کار ببر:** راه دیگر امواج مثبت و انتشار آن استفاده از عبارت تاکیدی "من تصمیم گرفته ام" می باشد. گفتن عبارتی مانند "من در روند کار هستم" یا "من تصمیم گرفته ام" شک و تردید را از میان می برد. با از بین بردن شک و تردید، احساس خیال پیدا می کنید و با خیالی راحت تر گام بر می دارید.

۶. عبارت "خیلی اتفاق ها ممکن است بیفتد" را به کار ببر: اگر یک جمله تردید کننده به ذهن خود

بیاورید ارتعاشی منفی تولید می کنید. یک اشتباه رایج که اکثرا انجام می گیرد این است که به جای اینکه انرژی خود را صرف خواسته ات بکنی تا به آن برسی، وقت و انرژی خود را صرف چرایی عدم رسیدن به هدف می کنی! صرف کردن وقت و انرژی برای جمله "چرا آنچه را دلم می خواهد ندارم" کاری اشتباه است. در هر لحظه که احساس فقدان کردی یا خواستی بدانی فلان اتفاق می افتد با خود بگو: "در آینده خیلی اتفاقات امکان است بیفتد" وقتی سعی کنی برای خود مشخص کنی خواسته ات چه طور و چه موقع به سمت تو می آید، با خیالی راحت تر در مسیر خواسته ات گام بر می داری. زمانی که شما عبارت عنوان را به کار میبری امواج مثبت ارسال می کنی و شک و تردید را از میان میبری. در این حالت تو در مسیر اتفاقات خوب قرار می گیری بی آنکه از علت آن خبر داشته باشی! به جای آنکه فکر کنی چه اتفاقی می افتد و یا تو چه کار کنی تا چه اتفاقی بیفتد صبر کن، قانون جذب کار خودش را بسیار عالی بلد می باشد. همواره به یاد داشته باش، سرعت قانون جذب با میزان پذیرش تو ارتباط بسیار مستقیمی دارد.

۷. اطلاعات کسب کنید: وقتی خواسته خود را مشخص می کنید در مورد نحوه بدست آوردن آن اطلاعاتی

کسب نمایید. قانون جذب همواره یک روند می باشد. برای راحتی کار می توانید سوال هایی نظیر سوال های زیر را از خودتان پرسید.

برای شروع چه چیزی احتیاج دارم؟

اطلاعات آرمانی ممکن است چه باشد؟

تماس آرمانی ممکن است چه باشد؟

توجه کنید با تقسیم خواسته خود به قطعات کوچکتر بیشتر احساس می کنی در دسترس است و البته کمتر مقاومت می نمایی که این یعنی کاهش شک و تردید. برای شروع هر کار سعی کنید اطلاعاتی در مورد اینکه چگونه آن کار را راه اندازی نمایید، بدست آورید. همواره به یاد داشته باش زمانی که خیالت راحت است فرکانس تو هم زیاد می باشد. در مسیر قانون جذب همواره امکان دارد بی نهایت اتفاق بیفتد تا خواسته ات برآورده شود.

۸. **خودت را مثل جعبه ی جذب کن:** جعبه جذب در واقع جعبه ای است که در آن چیزهایی را که دوست داری جذب کنی و بدست آوری در آن قرار می دهی. در جعبه جذب می توانی چیزهایی مانند : بروشورها، سفرها، عکس ها و ... قرار دهی. جعبه جذب می تواند یک جعبه کفش و یا هر چیز دیگر باشد. هر موقه که تو چیزی را در جعبه جذب می گذاری در واقع داری آن را به سمت امواج مثبت، امید و ... قرار می دهی. از این لحظه به بعد به جای دور انداختن کاتالوگ ها آن ها را در جعبه جذب بگذار. مهم نیست چه زمانی و چگونه به آن می رسی. مهم این است قانون جذب به خواسته ات پاسخ دهد حتی یک ذره!

۹. **خلا ایجاد کنید:** هر خلا همیشه در انتظار پر شدن است. از این لحظه به بعد در زندگی خود خلا ایجاد کنید. اگر به دنبال چیزی هستی مانند مشتری یا پول ابتدا فضایی مثل پرونده نامگذاری مشتری به عنوان خلا ایجاد کن. اصل عمده بر خلا توجه بر فرصت هایی است که باید پر شود و شکاف هایی که وجود دارد. از دست دادن یک چیز برابر است با بدست آوردن چیز دیگر. همواره فراوانی نعمت را احساس کنید تا خلاهایتان پر شود.

۱۰. **به آن چک بچسب:** وقتی پای پول در میان باشد، هر کاری می کنی، پس به آن چک بچسب. به جای پول کردن چکی که دریافت کرده ای، مدتی آن را نگاه دار. آن را نگاه کن و از آن لذت ببر. این پیشکش جهان هستی به تو می باشد. وفور نعمت یک احساس است، احساسی لذت بخش. هر کاری که می توانی انجام بده تا احساس وفور نعمت بکنی. از چک های دریافتی یک کپی بگیر و آن ها را داخل کیف پولت بگذار. یک اسکناس پنجاه دلاری داخل یخچال بگذار. هر کاری انجام بده تا وفور نعمت را احساس کنی. هر وقت دیدی کاری در مورد پول تو را ذوق زده می کند، آن کار را بارها و بارها انجام بده.

وظیفه تو این است خواسته ات را بنویسی و ابزارهای مناسب برای رسیدن به آن را پذیری. وظیفه تو این نیست از مسایل سر در بیاوری بلکه قانون جذب، جواب ها را به تو می دهد. همواره به یادداشته باش هر موجهی بفرستی همان را دریافت می کنی.

۱۱. **بگذار قانون جذب کار خودش را بکند:** گاهی فکر به آن چیزی که می خواهی گیج کننده می

باشد، اما مهم نیست قانون جذب کار خودش را می کند. گاهی اوقات با سوالات گیج کننده مانند: نمی دانم چگونه به آن برسم، خود را گیج می کنی. بس کن بگذار قانون جذب کار خودش را بکند. در مسیر دستیابی به خواسته ات با سوال های بسیاری رو به رو می شوی اما بس کن این وظیفه تو نیست. بگذار قانون جذب کار خودش را بکند.

۱۲. **حمایت و منابع:** قرارگیری در میان افرادی که از قانون جذب استفاده می کنند، سبب می گردد تو انرژی

مثبت به جهان هستی بدهی. اما سوال این است چگونه این افراد را پیدا کنی؟

روش اول: جذب آگاهانه و پیدا کردن افرادی که دوست دارند در این باره حرف بزنند.

روش دوم: جذب از طریق آگهی در روزنامه نیازمندی ها

اکنون که این کتاب را خواندی یاد گرفتی که از قانون جذب چگونه استفاده کنی تا بیشتر بدست آوری و کمتر از نداشته ها و چیزهایی که نمی خواهی در امان باشی.

در هر مرحله صبر کن به ندای درونت گوش فرا بده تا بدانی چه امواجی به جهان هستی عرضه می کنی. همیشه یادت باشه تو تمام ابزارهایی را که نیاز داری با استفاده از قانون جذب خواسته ات را بدست آوری، در اختیار داری.

فقط کافی است، فقط کافی است، دست به کار شوی!