



The
MAGIC™

Rhonda Byrne

i-Success.ir

+ مقدمه :

« آنهایی که به جادو باور ندارند، آن را نمی یابند. » - روئال دال

نویسنده

آیا به یاد می آوری زمانی را که کودکی بی پیرایه و بازیگوش بودی و با نگاهی سرشار از شگفتی و حیرت به زندگی نگاه می کردی؟ آن روزها زندگی جادویی بود و پر از هیجان. و کوچکترین چیزهای زندگی نیز تو را به وجد می آورد. آن روزها شب‌نمی را که روی ساقه علفی می دیدی درنگ می کردی و غرق تماشا می شدی. پروانه ای را که در هوا می دیدی به تماشایش می ایستادی..

یادت می آید وقتی برای نخستین بار یکی از دندانهای شیری ات افتاد ذوق زده آن را زیر بالش خود پنهان کردی زیرا معنایش این بود که آن شب فرشته می آید و آن را بر می دارد و جایش سکه می گذارد. گوزن شمالی می توانست پرواز کند. پری هایی در باغ بودند. سگ ها و گربه ها مثل آدم ها رفتار می کردند. اسباب بازی ها شخصیت داشتند. خوابها تعبیر می شدند. و تو می توانستی دست دراز کنی و ستاره ها را بچینی. قلب تو از شادمانی سرشار بود. خیال تو هیچ مرزی نمی شناخت. و تو باور داشتی که زندگی شگفت انگیز و جادویی است!

در کودکی سیاری از ما این احساس دلپذیر را داشتیم که همه چیز خوب است. هر روز بشارت شگفتی ها و ماجراهای تازه است. و اینکه هیچ چیز نمی تواند ما را از جادوی خیال انگیز زندگی دور کند. اما به مرور که به آدم بزرگها تبدیل شدیم، گرفتار مسئولیت های گوناگون شدیم. با مسائل پیچیده و دشواری های زندگی مواجه شدیم. ناگهان دنیای جادویی خیالمان رنگ باخت و جادوی

خیال انگیز زندگی مان دود شد و به هوا رفت. به همین دلیل است که ما آدم بزرگها تا این حد به دنیای بچه ها علاقه داریم. دلمان می خواهد که به واسطه بودن در کنار بچه ها برای یک لحظه هم که شده باز احساسی را تجربه کنیم که زمانی خود دارای آن بودیم.

من می خواهم به تو بگویم که جادویی که روزی روزگاری باورش کرده بودی حقیقت دارد و چشم انداز آدم بزرگها چندان هم به واقعیت نزدیک نیست. جادوی زندگی واقعی است - به همان اندازه واقعیت دارد که خود تو واقعیت داری. در واقع زندگی حتی حیرت انگیز تر از آنی است که تو در کودکی تجربه کرده بودی. اری، هیجانی است زندگی، و نیز ماجرابی است شگفت و شورانگیز. اگر بدانی چگونه می توانی جادوی زندگی را به کار بگیری، آنگاه زندگی رویایی ات را می آفرینیو رویاهایت را تحقق می بخشی. بدین سان درمی یابی باور به جادوی زندگی مانع از آن می شود که در زندگی کم بیاوری و تسلیم شوی.

چیزهایی را مشاهده خواهی کرد که همیشه دوست داشتی جلوی چشمانت پدیدار شوند. آیا آماده آن هستی تا جادوی زندگی را دوباره تجربه کنی؟ آیا آماده ی ان هستی که سرشار شوی از شگفتی و حیرت کودکانه؟ پس خود را برای جادویی بزرگ آماده کن. ماجرای ما از دو هزار سال پیش آغاز می شود؛ آن زمان که دانش تحول آفرین زندگی در متنی مقدس پنهان بود.....

رازی بزرگ آشکار می شود

متن زیر را از انجیل برگرفته ایم. سالهاست که این متن را بد فهمیده اند. و مضمون حقیقی آن را در نیافته اند.

« هر آنکس که دارد به او بیشتر داده می شود و او در نعمت غرق خواهد شد و هر آنکس که ندارد حتی آنچه دارد نیز از او ستانده خواهد شد»

ممکن است متن بالا را بخوانی و فکر کنی که این حرف اصلا منصفانه نیست که دارا دارا تر شود و فقیر فقیرتر. اما در این حرف معمایی نهفته است که باید کشف شود. پاسخ این معما که قرن هاست بسیاری را سردرگم کرده است، در یک کلمه پنهان است: شکر.

« هر آنکس که شکر دارد به او بیشتر داده می شود و او در نعمت غرق خواهد شد و هر آنکس که شکر ندارد حتی آنچه دارد نیز از او ستانده خواهد شد»

از ایراد این سخن دو هزار سال گذشته است اما این سخن هنوز هم درست است و گره گشا و گرفتاری زدا. اگر شکر داشته های خود را به جا نیاورید نعمتتان افزون نخواهد شد و آنچه دارید نیز از کف خواهید داد. جادوی که به واسطه شکر و سپاس رخ خواهد داد در این کلمات نهفته است. شکر مترادف حق شناسی است. شکر در لغت به معنای کشف و اظهار سپاس است. در عرف عالمان شکر اظهار نعمت منعم است به وسیله دل و زبان.

قانون جهان

شکر از خلال قانونی عام عمل می کند، قانونی که بر کل زندگی تو حکمفرماست. بر اساس قانون جذب، که بر تمامی انرژی های جهان، از شکل گیری یک اتم تا جنبش تمامی سیارات حکمفرماست، هر چیزی مشابه خود را جذب می کند. به واسطه قانون جذب است که سلولهای تمامی موجودات زنده و نیز عناصر تمامی اشیا در کنار هم قرار می گیرند. در زندگی تو همین قانون است که بر فکرها و احساسات تو حکمفرماست. زیرا فکرها و احساسات تو نیز انرژی هستند. بنابراین هر فکری که بکنی و یا هر احساسی داشته باشی، آن فکر و یا آن احساس در زندگی پدیدار می شود و واقعیت می یابد.

اگر فکر کنی که « من از شغلم خوشم نمی آید»، «من به اندازه کافی پول ندارم»، «من نمی توانم همسر مناسب خود را پیدا کنم»، «من نمی توانم صورت حسابهایم را پرداخت کنم»، «من فکر می کنم دارم بیمار می شوم»، «او قدر مرا نمی داند»، «من نمی توانم با والدینم کنار بیایم»، «فرزندم مایه درد سرم شده است»، «زندگیم داغان است»، «ازدواجم موفقیت آمیز نبوده است و آنگاه تجربه های مشابه بیشتری را به جانب خود جذب می کنی.

اما اگر درباره چیزهایی فکر کنی که احساس سپاس و شکر را در تو برانگیخته اند مانند «من شغلم را دوست دارم»، «اعضای خانواده ام حامی من هستند»، «من بهترین تعطیلات را گذراندم»، «امروز احساس خوبی دارم»، «بیشترین تخفیف را گرفتم»، «من آخر هفته ی محشری را با پسرم گذراندم» و و صمیمانه شکرگذار باشی، قانون جذب می گوید تو باید چیزهای مشابه بیشتری را به جانب زندگی خود بکشی. قانون جذب چنان عمل می کند که براده ی آهن و آهن ربا. شکر تو آهن رباست.

اکتشافات علمی نیوتن قوانین بنیادی حرکت در جهان را شامل می شود از جمله «هر عملی عکس العملی هم ارز خود دارد. هنگامی که ایده شکر را در متن قانون نیوتن قرار می دهی آن را چنین می خوانی: هر شکر عملی است و هر عمل عکس العملی دارد. عکس العمل شکر دریافت نعمت است. بنابراین، آنچه دریافت می کنی همواره هم ارز میزان و کیفیت شکری است که ادا کرده ای. هرچه شکر تو صمیمانه تر و ژرف تر باشد نعمت دریافتی ات نیز بیشتر و پر بهاتر خواهد بود.

رشته طلایی شکر

با رجوع به هزاران سال پیش با مراجعه به گزارشات نخستین حیات بشری متوجه می شویم که بشر از همان آغاز با قدرت شکر و احساس سپاس و امتنان آشنا بوده است. و از آن بهره می برده است.

این قدرت از همان زمانها قرن به قرن و نسل به نسل منتقل شده است و از تمدنی به تمدن دیگر و از فرهنگی به فرهنگ دیگر کوچیده است. ادیان بزرگ جهان همگی بر اهمیت محوری سپاس و شکرگذاری تاکید داشته اند.

پیامبر اسلام فرموده است: سپاس و امتنان بر نعمت مانع از زوال نعمت می شود.
 بودا گفته است: به واسطه ی احساس سپاس و امتنان به خواسته هایت می رسی.
 لائوتزه گفته است: اگر از آنچه هست راضی باشی، همه جهان از آن تو خواهد بود.
 کریشنا گفته است: رضا به داده بده و هرگز گره بر جبین میفکن.
 داود نبی گفته است: خود را وامدار جهان بدان و از همه چیز و همه کس تشکر کن.
 و عیسای مسیح پیش از هر معجزه ای خدا را شکر می کرد.

در تمامی فرهنگ ها و آیین های جهان، احساس سپاسگذاری نقشی محوری ایجاد می کند.
 « صبحگاهان هنگامی که از خواب برمیخیزی، به خاطر نور صبحگاهی شکرگذار باش، به خاطر صبحی دیگر و فرصتی دیگر برای زندگی کردن، به خاطر غذایی که می خوری و آبی که می نوشی، و نیز به خاطر شور و مستی زیستن، شکرگذار باش. اگر احساس می کنی که هیچ دلیلی برای شکر و سپاس نداری، اشکال از توست» - تکامسه / یکی از رهبران سرخپوستان بومی آمریکا

تاریخ شاهد چهره های مشهّر بسیاری بوده است که همواره شکرگزار بوده اند و با احساسی سرشار از سپاس زیسته اند. دستاوردهای بزرگ آنان به آنها جایگاهی ویژه در حیات بشری بخشیده است: گاندی، مادر ترزا، مارتین لوتر کینگ، دالایی لاما، لئوناردو داوینچی، افلاطون، شکسپیر، ویلیام بلیک، امرسون، دیکنز، پروست، دکارت، لینکلن، یونگ، نیوتن، انیشتن و

کشفیات علمی آلبرت اینشتین موجب شد تا ما جهان را به گونه ای دیگر ببینیم. هنگامی که از او درباره ی دستاوردهای عظیمش پرسش کردند، او فقط از دیگران تشکر کرد. آری یکی از برجسته

ترین نوابغ عالم هر روز صدها بار از دیگران تشکر می کرد و از کارهای خوب آنان تعریف می کرد! هنگامی که از نیوتن پرسیدند که چگونه به چنان اکتشافات علمی نائل شده است، او پاسخ داد: « من مدیون کوشش های عالمان بزرگ پیشین هستم.» نیوتن نه تنها به عالم علم و بشریت خدمت کرد بلکه خود همواره سپاسگذار مردان و زنان دانشمند پیش از خود بود. دانشمندان، فیلسوفان، مخترعان، مکتشفان، عارفان و پیامبرانی که بذر شکر و سپاس افشاندند، خرمن نعمت های بیشمار الهی را درو کردند. آنها به قدرت عظیم شکر و سپاس ایمان داشتند. با وجود این هنوز هستند بسیاری که به چنین شناختی دست نیافته اند، زیرا برای آنکه جادوی سپاسگذاری را در زندگی خود تجربه کنی، ابتدا باید آنها را به کار ببندی .

کشف من

زندگی من نمونه بارز نتیجه غفلت از شکرگزاری است و نیز نمونه بارز معجزه شکر و سپاس و امتنان. شش سال پیش اگر از من می پرسیدند که آیا من آدمی شاکر هستم، پاسخ من این بود که «بله، بدیهی است که من آدم شاکری هستم. هنگامی که هدیه ای دریافت می کنم، تشکر می کنم. هنگامی که کسی کاری برایم انجام می دهد، تشکر می کنم.»

حقیقت این بود که من اصلاً آدم شاکری نبودم. من نمی دانستم شاکر بودن به چه معناست و صرف گفتن سپاسگذارم مرا به صفت شاکر بودن متصف نمی کند. زندگی تهی از سپاس و امتنان من بسیار سخت می گذشت. من بدهکار بودم و هرماه بر بدهی هایم افزوده می شد. من به شدت کار می کردم، اما دخلم کفاف خرجم را نمی داد. وضعم بهتر نمی شد. چون به شدت می کوشیدم تا سرماه بتوانم بخشی از بدهی هایم را تسویه کنم، تحت فشار شدید عصبی بودم. روبرم متزلزل و مختل شده بود. زیرا همیشه گرفتار بودم و حال و فرصت معاشرت با آدمها را نداشتم. در حالی

که به ظاهر سالم بودم، اما در پایان هرروز و انتهای سگ دو زدن ها، خسته و کوفته به خانه برمی گشتم و بدن ضعیفم را در معرض بیماری های فصلی قرار می دادم. همواره یا سرماخورده بودم و یا گرما زده می شدم! همواره فشارم بالا می رفت و یا پایین می آمد. گاهی با دوستانم سفر می کردم و خیلی خوش می گذشت، اما هنگامی که از سفر برمی گشتم فکر جایگزین کردن مخارج سفر آزارم می داد.

من زنده بودم، اما زندگی نمی کردم. جان می کندم و هر روزم را به شب می رساندم، و وقتی مسئله ای را حل می کردم چند مسئله دشوارتر دیگر مطرح می شد. اما ناگهان حادثه ای رویداد. حادثه ای که همه چیز زندگی ام را تغییر داد و از آن روز به بعد، زندگی ام در مسیر تازه ای افتاد. من رازی را کشف کرده بودم و در نتیجه آن اکتشاف شکر و سپاس را به شیوه زندگی ام تبدیل کردم. در اثر شکر بود که پای معجزه ها را به زندگی ام باز کردم. زندگی ام واقعا جادویی شد.

برای نخستین بار در زندگی ام از بند دیون خویش آزاد شدم و اندکی پس از آن آن قدر پول داشتم که با آن به هرکاری اقدام کنم که دلم می خواست. دشواری های روابطم، شغلم و سلامتتم برطرف شدند و به جای آن که هر روز با موانعی تازه روبرو شوم زندگی ام سرشار شد از نعمت هایی روز افزون.

سلامتی و توانم به طرزی شگفت افزایش یافت، و من شاداب تر و با نشاط تر از بیست سالگیم شده بودم. روابطم معنادارتر شده بودند، و با اعضای خانواده و دوستانم اوقات خوب و خوشی داشتم. پیش از آن چنان اوقات خوب و خوشی را هرگز تجربه نکرده بودم.

مهم تر آنکه بیش از پیش شاد بودم و از شادی در پوست خودم نمی گنجیدم. در اثر شکر و سپاس خدا شوری در دلم نهاده بود که جانم را در بوته ی سودای عشق نهاده بودم. از در و دیوار زندگی ام عشق و خنده و موهبت می ریخت. این شکر و سپاس بود که مرا دگرگون کرده بود و در نتیجه زندگی به طرزی جادویی دگرگون شده بود.

+ معجزه را به ساحت زندگی ات بکشان

صرف نظر از اینکه کیستی ، کجایی و چه حال و روزی داری ، شکر و سپاس می تواند کل زندگیت را دگرگون کند. من از هزاران نفر نامه هایی دریافت کردم که در بدترین شرایط زندگی شان به جادوی شکر پناه برده اند و به طرز معجزه آسا زندگی شان را به کلی دگرگون کرده اند. من شاهد معجزه های بسیار شفای بیماران بوده ام ، جایی که دیگر امیدی به بهبودی نبوده است. من دیده ام که چگونه به برکت شکر و سپاس پیوندهای زناشویی از آسیب جدایی در امان مانده اند. من جدایی هایی را شاهد بودم که معجزه شکر آنها را دوباره به هم پیوسته است. من دیده ام فقر را که چگونه به ثروت بدل می شود. و نیز اندوه و افسردگی هایی را مشاهده کرده ام که به طرز معجزه آسا به شادمانی و نشاط تبدیل شده اند.

شکر و سپاس می تواند روابط تو را در هر مرحله ای که باشد به روابطی شاد و پرمعنا تبدیل کند. شکر و سپاس می تواند به طرز معجزه آسا ثروتی را نصیب کند که با آن بتوانی بخری هرآنچه را تاکنون دلت می خواست. شکر و سپاس بر سلامت روح و جسم تو می افزاید و کامیابی ای می بخشد که قابل وصف نیست. شکر و سپاس کارهایت را تسهیل می کند. بر موفقیت هایت می افزاید و آرزوهایت را تحقق می بخشد. در واقع هرآنچه می خواهی باشی، انجام بدهی، یا داشته باشی از مسیر شکر و سپاس می گذرد.

هنگامی که شکر و سپاس را به شیوه جدید زندگی خود تبدیل می کنی، در می یابی که چرا در زندگی ات اشتباهاتی رخ می دهد و یا چرا باید جای بعضی چیزها در زندگیت خالی باشد. هنگامی که شکر و سپاس را به شیوه زندگی خود تبدیل می کنی، هر روز صبح از خواب بیدار می شوی و از اینکه هنوز زنده هستی به وجد می آیی. دلت سرشار از عشق به زندگی می شود. ستایش گر زندگی

و عشق و خنده می شوی. و برای کمک و خدمت به دیگران همواره آماده ای. دشوارترین کارها را به گونه ای انجام می دهی که گویی نیروی غیبی به تو یاری می رساند. احساس می کنی به سبکی یک پر شده ای و شادمان تر از همیشه. هنگامی که چالش های زندگی پدیدار می شوند، تو می دانی چگونه با آن رویاروشوی و از آنها درس بگیری. هر روز روزی جادویی خواهد شد.

آیا زندگی تو جادوست؟

هم اکنون می توانی حدس بزنی که در زندگی به چه میزان از برکت شکر و سپاس برخوردار هستی. فقط کافی است به زوایای گوناگون زندگیت نگاهی مختصر بیندازی. به پول، سلامتی، شادمانی، شغل، خانه، و روابط خویش. زوایای گوناگون زندگی تو جاهایی هستند که در آنها شکر و سپاس و امتنان را تجربه می کنی و نتایج جادویی آنها نیز می بینی. هر گوشه ای از زندگی تو که از نعمت و موهبت بی بهره و تهی است، بی تردید جای است که از شکر و سپاس خالی بوده است. موضوع بسیار ساده است. هنگامی که شاکر نیستی، نمی توانی بیشتر دریافت کنی. تو خود مانع جادوی زندگی شده ای. هنگامی که شاکر نیستی جریان رو به بهبودی را سد می کنی و مانع بهبودی حال خود، بهبود روابط خود، بهبود کار و تجارت خود می شوی. برای گرفتن از خدا باید بدهی. اگر نگه داری و بخل بورزی یا بترسی، جریان موهبت های الهی را سد می کنی. شکر اظهار سپاس و امتنان است به زبان حال و عمل. ناسپاسی و کفران نعمت رشته ی ارتباط تو را با جادوی زندگی و دریافت موهبت های الهی را قطع می کند. شکر و سپاس که باشد تو به دست می آوری هرآنچه را که می خواهی.

هنگامی که ناسپاسی پیشه می کنیم، در واقع همه چیز زندگی مان را حق خویش قلموداد می کنیم، نه موهبت الهی. یعنی از یاد می بریم که این خداست که اینها را به ما بخشیده است.

هنگامی که همه چیز را حق مسلم خود فرض می کنیم، در واقع از قبَلِ خود می خوریم. آنچه ما داریم محدود است و زود تمام می شود. خداست که واجد گنج های بی نهایت است.

قانون جذب می گوید که هر چیز مشابه خود را جذب می کند. بنابراین اگر چیزی را داشته ی خود تلقی کنیم و آن را نعمت ندانیم و شکر منعم را به جای نیاوریم بی تردید آن را از دست خواهیم داد. بدیهی است که در موقعیت هایی هم شاکر بوده ای ،اما برای آنکه جادوی زندگی را مشاهده کنی و در زندگی تحول اساسی ایجاد کنی، باید شکرگزاری را به شیوه همیشگی زندگی خود تبدیل کنی.

فرمول معجزه : « علم گنج است. کلید این گنج عمل است » ابن خالدون / عالم برجسته مسلمان

اسطوره ها و افسانه های قدیمی می گویند برای جادو کردن، ابتدا باید ورد آن را دانست. برای بهره مندی از جادوی سپاس و امتنان ابتدا باید بلد باشی بگویی : سپاسگذارم. نمی توانم بگویم بر زبان راندن سپاسگذارم تا چه اندازه اهمیت دارد. برای زیستن بر اساس احساس سپاس و شکر ، برای تجربه جادوی زندگی ، باید سپاسگذارم ورد دائمی زبان تو باشد. سپاسگذارم پلی است بر فراز جایی که هم اکنون هستی و جایی که آرزو داری باشی.

برای دریافت نسخه کامل کتاب معجزه شکرگزاری

به سایت آی موفقیت مراجعه کنید

i-Success.ir