

قدرت

راندا برن / نفیسه معتکف

بیت

Power Power Power Power Power



فهرست مطالب

۹	پیشگفتار
۱۱	مقدمه
۱۵	قدرت چیست؟
۳۵	قدرت احساسات
۴۹	فرکانس احساسات
۶۵	قدرت و خلق
۸۳	احساس یعنی خلق
۹۹	تو را دنبال می‌کند...
۱۱۷	کلید دستیابی به قدرت
۱۴۷	قدرت و پول
۱۶۹	عشق و روابط
۱۹۳	قدرت و سلامتی
۲۱۵	قدرت و تو
۲۳۵	قدرت و زندگی
۲۴۳	آغاز

من نمی توانم بگویم این چه قدرتی است، فقط می دانم که وجود دارد.

الکساندر گراهام بل
مخترع تلفن

زندگی ساده است. زندگی تو فقط از دو چیز تشکیل شده است: موارد مثبت و موارد منفی. هر زمینه ای از زندگی ات - سلامتی، پول، روابط، شغل یا شادی - برای تو یا مثبت است یا منفی. تو یا سلامت هستی یا فاقد سلامتی. روابط تو یا خوشحال کننده است یا بحرانی و پیچیده. شغل تو یا پرشور و هیجان و موفقیت آمیز است یا ناراضی کننده و ناکام کننده. تو یا سرشار از شادی هستی یا بیشتر اوقات دل و دماغ نداری. تو یا سال های خوب داری یا سال های بد؛ ایام خوش یا ناخوش؛ روزهای خوب یا بد. اگر در زندگی ات موارد منفی بیشتر از موارد مثبت است، در این صورت یک جای کار ایراد دارد و خودت متوجه این مسأله می شوی.

تو افرادی دیگر را می بینی که شاد و کامروا هستند و زندگی شان سرشار از مواردی معرکه است. و این مسأله به تو می گوید که تمام این چیزها حق تو هم هست. تو هم سزاوار همه ی این چیزها هستی. و حق با توست. تو هم شایسته ی زندگی سرشار از موارد خوب هستی.

بیشتر افرادی که زندگی عالی و معرکه ای دارند، خودشان هم به درستی نمی دانند چه کردند که به اینجا رسیدند. به هر حال آنها فقط یک کار کردند. آنها

Power Power Power Power Power Power Power Power Power Power



از قدرت استفاده کردند که عامل هر چیز خوبی در زندگی است...

بدون استثنا، هر فردی که زندگی معرکه‌ای دارد، برای رسیدن به چنین جایگاهی از عشق استفاده کرده است. قدرت برخورداری از تمام موارد خوب و مثبت در زندگی، عشق است.

از آغاز تاریخ بشر، تمام مذاهب، همه‌ی متفکران، فیلسوفان، پیامبران و رهبران بزرگ در مورد عشق حرف‌هایی زده و مطالبی نوشته‌اند. اما بیشتر ما مردم، در واقع متوجه کلام خردمندانه‌ی آنان نشده‌ایم. هرچند تعلیمات آنان ویژه‌ی افراد عهد خودشان بوده است، حقیقت و پیام صرف آنان به دنیا هنوز هم یکسان است: عشق؛ چون وقتی تو عاشق باشی، از بزرگ‌ترین قدرت کائنات استفاده می‌کنی.

نیروی عشق

عشق قدرتی است که هرچند به‌طور فیزیکی قابل رؤیت نیست، به اندازه‌ی آب و هوا واقعی است. این قدرتی فعال، زنده و متحرک است... که مثل جزر و مد دریا حرکت می‌کند.

پرتیس ملفورد

آن نوع عشقی که متفکران برجسته و ناجیان عالم در موردش حرف می‌زنند، با آن نوع عشقی که مردم عادی در ذهن دارند، بسیار متفاوت است. چنین عشقی به مراتب فراتر از عشق به خانواده، دوستان و چیزهای مورد علاقه است، چون عشق صرفاً یک احساس نیست. عشق نیرویی مثبت است. عشق ضعیف، ناتوان یا آبکی نیست. عشق یعنی نیروی مثبت زندگی! عشق عامل همه‌ی موارد مثبت و خوب است. صدها نیروی مثبت گوناگون در دنیا وجود ندارد. فقط یک نیرو وجود دارد.

قدرت‌های عظیم طبیعت، مانند نیروی جاذبه و نیروی الکترومغناطیس، برای حواس ما نامرئی است. اما قدرت آنها مسلم است. به همین صورت، قدرت عشق هم برای ما نامرئی اما به‌مراتب عظیم‌تر از هر قدرتی در طبیعت است. گواه قدرت عشق در اقصا نقاط دنیا دیده می‌شود. بدون عشق، حیات وجود ندارد.

لحظه‌ای در این مورد فکر کن: دنیای بدون عشق چگونه خواهد بود؟ اول از همه، خودت هم وجود نداشتی. تو نمی‌توانستی بدون عشق به دنیا بیایی. هیچ یک از اعضای خانواده و دوستانت هم متولد نمی‌شد. در اصل، حتی یک فرد هم روی کره‌ی خاکی وجود نداشت. اگر همین امروز نیروی عشق از حرکت بازمی‌ایستاد، کل نژاد بشری کم و سرانجام نابود می‌شد.

هر اختراع، اکتشاف و آفرینشی از سوی انسان، از عشق موجود در قلب بشر



ناشی می‌شود. اگر به دلیل عشق برادران رایت نبود، ما نمی‌توانستیم با هواپیما پرواز کنیم. اگر به دلیل عشق دانشمندان، مخترعان و مکتشفان نبود، ما از برق، وسایل گرم‌کننده و چراغ بی‌بهره بودیم. همچنین نمی‌توانستیم از خودرو، از تلفن، وسایل برقی خانگی یا هر نوع فناوری دیگری که زندگی را راحت‌تر و آسوده‌تر می‌کند، استفاده کنیم.

بدون عشق، مهندسان معمار و مقاطعه‌کاران و بساز و بفروش‌ها، از خانه‌ها، ساختمان‌ها یا شهرها خبری نبود. بدون عشق، هیچ نوع دارو، پزشک، امکانات اورژانسی، آموزگاران مدارس یا تعلیم و تربیت هم وجود نداشت. از کتاب، تابلوهای نقاشی و موسیقی هم خبری نبود، چون همه‌ی اینها به واسطه‌ی نیروی مثبت عشق ایجاد شده است. همین حالا به دور و بر خودت نگاه کن. هرآنچه به‌عنوان ساخته‌ی دست بشر می‌بینی، بدون عشق وجود خارجی نداشت.

اگر عشق را حذف کنی، کره‌ی خاکی ما به مقبره‌ای بزرگ تبدیل می‌شود.

رابرت برانینگ (۱۸۸۹-۱۸۱۲)
شاعر

عشق نیرویی است که موجب پیشرفت تو می‌شود

هرآنچه دلت می‌خواهد بشوی، انجام دهی یا داشته باشی، از عشق ناشی می‌شود. بدون عشق، تو پیشرفتی نداری؛ هیچ نیروی مثبتی وجود نداشت که تو را وادارد صبح از خواب بیدار شوی، کار کنی، تفریح کنی، حرف بزنی، یادگیری، به موسیقی گوش کنی یا به‌طور کلی هر کاری را انجام دهی. تو مثل مجسمه‌ای سنگی می‌شدی. نیروی مثبت عشق است که به تو انگیزه‌ی حرکت می‌دهد و تو را مشتاق می‌کند که هر کاری بکنی، هر چه بخواهی بشوی یا هر

چیزی را داشته باشی.

نیروی مثبت عشق می‌تواند هر چیز خوبی را برایت خلق کند، موارد خوب را زیاد کند و هر نوع مورد منفی زندگی‌ات را تغییر دهد. تو بر روی سلامت، ثروت، حرفه، ارتباطات و هر زمینه‌ای در زندگی‌ات قدرت داری و این قدرت کذایی - عشق - در درون خودت است!

اما اگر تو بر روی زندگی‌ات قدرت داری و این قدرت در درون خودت هست، پس چرا زندگی‌ات معرکه نیست؟ چرا هر زمینه‌ای از زندگی‌ات شکست‌انگیز نیست؟ پس چرا هرآنچه دلت می‌خواهد نداری؟ چرا قادر نیستی هر کاری که دلت می‌خواهد انجام دهی؟ چرا هر روز سراپا شادی و مسرت نیستی؟

جواب این است: چون تو حق انتخاب داری. تو حق انتخاب داری که دوست بداری و نیروی مثبت را مهار کنی؛ و چه حواست باشد و چه نباشد، تو در هر روز از زندگی‌ات، در لحظه به لحظه‌ی زندگی‌ات، مشغول انتخاب هستی. بدون استثنا، هر دفعه که رویدادی خوب در زندگی‌ات رخ داد، به دلیل عشق خودت بوده است و اینکه نیروی مثبت عشق را مهار کردی. و هر دفعه هم که موردی نه چندان خوب را تجربه کردی، عشقی نداشتی و حاصل آن بار منفی بوده است. عشق عامل تمام موارد خوب در زندگی است و عدم وجود عشق، دلیلی است برای تمام موارد منفی و تمام دردها و رنج‌ها. متأسفانه امروزه عدم درک و آگاهی از قدرت عشق، در زندگی تمام افراد سراسر جهان و در کل جامعه‌ی بشری مشخص است.

'عشق قدرتمندترین و در عین حال ناشناخته‌ترین انرژی در جهان است.'

پیر تیار دُشاردن (۱۹۵۵-۱۸۸۱)
کشیش و فیلسوف