

• استر و جری هیکس • پروین ادیب •

# تعالیم آبراهام

بخواهید، به شما داده خواهد شد

• نقطه جاذبه خود را پیدا کنید

• شما چیزی را می شنوید که آمادگی شنیدنش را دارید



بنگاه ترجمه و نشر  
کتاب پارسه

## فهرست

- بخش یکم: آنچه ما می‌دانیم، ممکن است شما آن‌ها را فراموش کرده باشید. چیزهایی که به یاد آوردن آن‌ها برای تان حائز اهمیت است..... ۱۳
- فصل اول: احساس رضایت در همین لحظه..... ۱۵
- شما تنها چیزی را می‌شنوید که آمادگی شنیدنش را دارید..... ۱۷
- فصل دوم: ما به قول خود در برابر شما عمل می‌کنیم..... ۱۹
- گفتید: «شادمانه زندگی خواهیم کرد!»..... ۲۰
- می‌دانیم شما کیستید..... ۲۱
- چیزی در دنیا وجود ندارد که نتوانید آن را داشته باشید، انجام دهید یا به آن برسید..... ۲۱
- فصل سوم: شما خود، واقعیت خود را محقق می‌سازید..... ۲۳
- شالوده‌هستی شما بر مبنای آزادی مطلق استوار است..... ۲۳
- هیچ‌کس دیگری نمی‌تواند تجربیات شما را خلق کند..... ۲۴
- وجود مادی و غیرمادی شما..... ۲۵
- سعادت مطلق، اساس و شالوده جهان شماست..... ۲۶

- فصل چهارم: چگونه می‌توانم از این جا به آن جا برسم؟ ..... ۲۹
- سعادت در بیرون انتظار شما را می‌کشد. .... ۳۰
- شما امتداد مادی سرچشمه انرژی هستید. .... ۳۰
- سیر تکاملی خواسته‌های فردی شما ..... ۳۱
- فصل پنجم: اصول ساده و اولیه شناخت، همه چیز را با هم هماهنگ می‌کند. .... ۳۵
- یک شیوه منسجم، نتایج ثابت و استواری به دست می‌دهد. .... ۳۵
- شما موجودی ارتعاشی در محیطی ارتعاشی هستید. .... ۳۶
- احساسات شما، مفسران ارتعاشات شما. .... ۳۷
- فصل ششم: قانون جاذبه، قدرتمندترین قانون طبیعت ..... ۳۹
- به هر چه فکر کنید، آن را به دست می‌آورید، چه بخواهید چه نخواهید. .... ۴۱
- وقتی ارتعاش آرزوها و باورهای تان با هم هماهنگ‌اند. .... ۴۳
- هنر پذیرفتن خود را دوباره کشف کنید. .... ۴۵
- فصل هفتم: شما سرشار از تفکرات پیشرو و سازنده هستید. .... ۴۷
- اگر بتوانید آرزو کنید، کائنات می‌تواند آن را برآورده سازد. .... ۴۸
- بدون درخواست، پاسخی دریافت نخواهید کرد. .... ۴۹
- شما برای رسیدن از این نقطه به آن نقطه، در شرایط عالی قرار دارید. .... ۵۱
- فصل هشتم: شما یک گیرنده و فرستنده ارتعاشی هستید. .... ۵۳
- باورهای قدرتمند شما زمانی تنها افکار ساده‌ای بودند. .... ۵۴
- هر چه بیش‌تر به افکار تان توجه کنید، قدرتمندتر می‌شوند. .... ۵۴
- توجه شما، آن‌ها را به درون فرا می‌خواند. .... ۵۵
- فصل نهم: ارزش‌های پنهان در واکنش‌های احساسی شما. .... ۵۷
- احساسات نشانه نقاط جاذبه شما هستند. .... ۵۷
- احساسات نشانه همسویی شما با منبع انرژی هستند. .... ۵۸
- از احساسات خود برای رسیدن به سعادت کمک بگیرید. .... ۵۹
- فصل دهم: سه روش برای دستیابی به آنچه می‌خواهید باشید، انجام دهید یا داشته باشید. .... ۶۱

بخش دوم: روش‌هایی برای کمک به شما برای رسیدن به آنچه که در حال حاضر به یاد دارید	۱۴۱
آشنایی با بیست و دو روش تجربه‌شده برای بهبود نقطهٔ جاذبه‌تان	۱۴۳
آیا روی آن را پوشانده‌اید؟	۱۴۳
روش اول: قدرشناسی بی‌حد و اندازه	۱۵۷
روش دوم: جعبهٔ جادویی خلاقیت	۱۶۷
روش سوم: کارگاه خلاقیت	۱۷۳
روش چهارم: واقعیت مجازی	۱۸۵
روش پنجم: بازی رفاه و ثروت	۱۹۵
روش ششم: روش مراقبه	۲۰۱
روش هفتم: ارزیابی رؤیایها	۲۱۱
روش هشتم: کتاب جنبه‌های مثبت	۲۱۹
روش نهم: فیلمنامه‌نویسی	۲۲۷
روش دهم: روش زیر بشقاب	۲۳۱
روش یازدهم: هدفمند کردن هر بخش	۲۳۷
روش دوازدهم: بهتر نبود اگر...؟	۲۴۵
روش سیزدهم: کدام فکر حس بهتری می‌دهد؟	۲۵۱
روش چهاردهم: نظم بخشیدن به بی‌نظمی‌ها برای شفافیت بیش‌تر	۲۵۹
روش پانزدهم: کیف پول	۲۶۷
روش شانزدهم: چرخش محوری	۲۷۳
روش هفدهم: گردونهٔ تمرکز	۲۸۳
روش هجدهم: یافتن جایگاه - احساسی	۲۹۵
روش نوزدهم: کنار گذاشتن مقاومت برای خلاص شدن از بدهی	۲۹۹
روش بیستم: واگذار کردن کار به مدیر	۳۰۷
روش بیست و یکم: بازپس‌گیری تندرستی ذاتی	۳۱۱
روش بیست و دوم: بالا بردن درجهٔ احساسات	۳۲۱

## فصل اول

### احساس رضایت در همین لحظه

ما ابراهام نامیده می‌شویم و با شما از زاویه دانش ازلی صحبت می‌کنیم، البته باید این را بپذیرید که شما نیز از دانش ازلی پدید آمده‌اید؛ بنابراین ما تفاوت چندانی با یکدیگر نداریم. دنیای مادی خود پرتوی از یک دانش ازلی است و شما و جسم‌تان در حقیقت ادامه آن انرژی و دانش ازلی هستید.

در این اقلیم غیرمادی، ما از کلمات استفاده نمی‌کنیم؛ زیرا به زبان نیاز نداریم، زبانی برای حرف‌زدن و گوشی برای شنیدن نداریم. زبان غیرمادی در واقع نوعی ارتعاش است و اعضای جامعه و خانواده غیرمادی ما نیز همین هدف را دنبال می‌کنند؛ به عبارت دیگر، ما از طریق ارتعاشات خود را به دیگران معرفی می‌کنیم و کسانی که هدف مشابهی دارند، گرد ما جمع می‌شوند. چنین چیزی در دنیای مادی نیز حقیقت دارد، گرچه بسیاری از شما این نکته را فراموش کرده‌اید.

ابراهام، مجموعه‌ای از موجودات غیرمادی‌اند که به‌طورطبیعی و با نیت قدرتمند شدن گرد هم آورده‌ایم تا به شما، یعنی امتداد مادی خود، یادآوری کنیم که قوانین کائنات همه چیز را اداره می‌کنند. قصد ما این است که به شما کمک کنیم به یاد بیاورید که شما ادامه آن سرچشمه انرژی هستید؛ موجودی مقدس و دوست‌داشتنی که برای خلاقیت توأم با لذت در زمان و مکان و واقعیت مادی پدیدار شده‌اید.

همه آنها که دارای جسم مادی اند، صاحب یک همتای غیرمادی نیز هستند و هیچ استثنایی در این مورد وجود ندارد. همه این افراد امکان دستیابی به آن گستره وسیع غیرمادی را دارند و در این مورد نیز استثنایی وجود ندارد. باین همه بسیاری از موجودات چنان شوریده طبیعت مادی سیاره‌ای که در آن ساکن هستید شده‌اند و چنان الگوهای رفتاری مقاومی را در خود پرورش داده‌اند که بین آنها و سرچشمه زلال انرژی‌شان فاصله افتاده است. هدف ما این است که به کسانی که می‌خواهند بار دیگر آن رابطه را به خاطر بیاورند کمک کنیم.

در شرایطی که تمامی موجودات بشری به این راه ارتباطی روشن غیرمادی دسترسی دارند، بسیاری از وجود آن آگاه نیستند و یا اگر هستند هم چنان به عادات فکری خود که در برابر این تأثیر متقابل آگاهانه، مقاومت می‌کند، وفادارند.

با همه این‌ها گاهی اوقات، دریچه ارتباطی شفاف و روشنی مقابل مان گشوده می‌شود و ما را قادر می‌سازد ادراک خود را به صورت ارتعاشی به کسی که می‌تواند به وضوح آن را دریافت کرده و منتقل نماید، انتقال دهیم؛ این آن چیزی است که در این جا از طریق استر اتفاق می‌افتد. ما دانسته‌های خود را به صورت ارتعاشی، روشی شبیه آنچه که شما آن را با عنوان علائم رادیویی می‌شناسید، ارسال می‌نماییم. استر این علائم را دریافت نموده و معادل کلامی آن را به شما انتقال می‌دهد. باین همه در حال حاضر لغات مادی مناسبی وجود ندارد تا ما بتوانیم رضایت و خوشنودی خود را از این که می‌توانیم با این روش دانسته‌های خود را در اختیار شما قرار دهیم، ابراز داریم.

صمیمانه امیدواریم در این لحظه از جایگاهی که در آن قرار دارید احساس رضایت کنید، صرف نظر از این که کجا هستید. ما می‌دانیم اگر در جایگاهی قرار دارید که به مراتب از خواسته‌تان به دور است این کلمات چقدر می‌تواند به نظر تان عجیب جلوه کند. اما با قاطعیت به شما اطمینان می‌دهیم وقتی به اهمیت این نکته پی‌ببرید که در هر شرایطی از وضع خود احساس رضایت کنید - صرف نظر از هر مسئله دیگری - کلید دستیابی به زندگی مطلوب، تندرستی، رفاه یا هر آنچه که آرزو دارید را به دست خواهید آورد.

این صفحات، به‌ویژه به این دلیل نگاشته شده‌اند تا شما شناخت بهتری از خود و اطرافیان‌تان کسب کنید. ممکن است نوشته‌ها به‌نظر تان مفید بیایند اما کلمات به تنهایی آموزنده نیستند. آگاهی واقعی شما تنها از طریق تجربیات شخصی تان حاصل می‌شود. در شرایطی که شما به شکل مداوم آگاهی و تجربه می‌اندوزید، اما این تنها هدف زندگی نیست، هدف از کسب این تجربیات محقق شدن آرزوها، کسب رضایت و خوشنودی شماست. هدف از زندگی ابراز مستمر این نکته است که شما واقعاً کیستید.

### شما، تنها چیزی را می‌شنوید که آمادگی شنیدنش را دارید

ما با شما در سطوح مختلف آگاهی تان حرف می‌زنیم اما شما تنها آنچه که آمادگی شنیدنش را دارید دریافت می‌دارید. برداشت همه از این کتاب یکسان نخواهد بود. شما با هر بار مطالعه این کتاب چیز بیشتری خواهید آموخت. این کتابی است که از جانب کسانی که به اهمیت آن پی می‌برند بارها و بارها مورد مطالعه قرار خواهد گرفت و به موجودات مادی کمک خواهد کرد تا به رابطه خود با خداوند و این حقیقت که واقعاً که (چه کسی) هستند پی ببرند.

این کتاب به شما کمک خواهد کرد تا بدانید واقعاً که هستید، که بوده‌اید، به کجا می‌روید و می‌خواهید که باشید.

این کتاب به شما کمک می‌کند متوجه شوید هرگز، هرگز چیزی را به پایان نخواهید رساند، به شما برای شناخت ارتباط تان با پیشینه و آینده تان کمک می‌کند. اما از همه مهم‌تر این که آگاهی از قدرت نهفته در درون تان را در همین لحظه بیدار می‌کند. در این کتاب می‌آموزید که شما خالق سرنوشت خود هستید و چرا تمام قدرت شما در همین لحظه نهفته است و سرانجام این که این کتاب شما را با شیوه هدایت احساسات و همسویی با ارتعاشات تان آشنا می‌سازد.

در این کتاب با روش‌هایی آشنا خواهید شد که به شما کمک می‌کند تا با دانش ازلی خود، بار دیگر ارتباط برقرار کنید و به آنچه که آرزوی شما را دارید برسید. در شرایطی که شما این روش‌ها را به کار می‌گیرید و در شرایطی که خاطرات شما

## ۱۸ ■ تعالیم آبراهام

همسو با قوانین کائنات در وجود شما بیدار می‌شوند - شور و شوق طبیعی شما برای زندگی به سوی تان بازمی‌گردد.