



معجزه

خدایا شکرت
خدایا شکرت
خدایا شکرت

راندا برن / نفیسه معتکف





فهرست

- ۷ مقدمه‌ی مترجم.
- ۱۱ به معجزه اعتقاد داری؟
- ۱۵ رازی بزرگ آشکار می‌شود.
- ۲۳ اعجاز را به زندگی‌ات بیاور.
- ۲۹ کتابی شگفت‌انگیز.
روز اول
- ۳۸ نعمت‌های الهی‌ات را در نظر بیاور.
روز دوم
- ۴۶ یادداشت شکرگزاری.
روز سوم
- ۵۲ روابط خارق‌العاده.
روز چهارم
- ۵۸ تندرستی خارق‌العاده.
روز پنجم
- ۶۸ پول خارق‌العاده.
روز ششم
- ۷۶ مثل معجزه عمل می‌کند.
روز هفتم
- ۸۲ روش اعجاز‌آفرین.
روز هشتم
- ۹۲ مواد معجزه‌آسا.
روز نهم
- ۱۰۰ جذب‌کننده‌ی پول.
روز دهم
- ۱۰۶ گردِ معجزه‌آسای سپاسگزاری.
روز یازدهم
- ۱۱۶ صبح خارق‌العاده.
روز دوازدهم
- ۱۲۲ افراد خارق‌العاده‌ای که باعث دگرگونی شدند.
روز سیزدهم
- ۱۲۸ به همه‌ی رؤیاهایت تحقق ببخش.

مقدمه‌ی مترجم

چنین نیست که خداوند در شکر را برای بنده‌ای
باز کند اما در نعمت را ببندد.

حضرت علی (ع)

شکرگزاری به درگاه الهی یکی از مهم‌ترین وظایف انسان است. نعمات و برکات خداوند آنقدر زیاد است که قابل شمارش نیست و فقط با شکرگزاری است که می‌توان به نعمات الهی دست یافت. قدرت شکرگزاری تمام موارد منفی زندگی را از بین می‌برد. زمانی که حواس خود را متوجه شکرگزاری کنی، آن را بر زبان بیاوری یا احساسش کنی، در واقع فرکانس انرژی خود را به یکی از قوی‌ترین و بالاترین فرکانس‌های موجود تبدیل می‌کنی.

همان‌طور که طبق قانون جذب هر چیزی مشابه خود را جذب می‌کند، شکرگزاری در برابر نعمات خدا نیز انرژی مشابه خود را جذب می‌کند. شکرگزاری مطلق به مفهوم همیشه به یاد خدا بودن و گام برداشتن در مسیر الهی است.

فرد شاکر درباره‌ی برکات هستی و سرچشمه‌ی فیض و نعمات الهی فکر می‌کند و به چنان باور و ایمانی می‌رسد که رشته‌ی وجودش به پروردگار متصل می‌شود؛ در نتیجه هرگز لحظه‌ای از عمر خود را برای موارد منفی هدر نمی‌دهد و در جهت کسب کمالات و متعالی شدن تلاش می‌کند. در قرآن کریم اهمیت شکرگزاری و ذکر پروردگار یکسان است.

روز چهاردهم	روزی خارق‌العاده داشته باش.	۱۳۸
روز پانزدهم	به‌گونه‌ای شگفت‌انگیز روابطت را التیام بده.	۱۴۶
روز شانزدهم	شگفتی و اعجاز در تندرستی.	۱۵۴
روز هفدهم	چک خارق‌العاده.	۱۶۲
روز هجدهم	فهرست اعجاز‌آمیز کارهای انجام‌دانی.	۱۷۲
روز نوزدهم	گام‌های شگفت‌انگیز.	۱۸۰
روز بیستم	اعجاز قلب.	۱۸۶
روز بیست‌ویکم	نتایج عالی.	۱۹۲
روز بیست‌ودوم	درست مقابل چشمانت.	۲۰۰
روز بیست‌وسوم	هوای اعجاز‌آوری که تنفس می‌کنی.	۲۰۶
روز بیست‌وچهارم	عصای خارق‌العاده.	۲۱۲
روز بیست‌وپنجم	سرنخ معجزه.	۲۱۸
روز بیست‌وششم	به‌گونه‌ای معجزه‌آسا اشتباهات را به مواهب الهی تبدیل کن.	۲۲۴
روز بیست‌وهفتم	آیینی شگفتی‌آفرین.	۲۳۲
روز بیست‌وهشتم	اعجاز را به یاد بیاور.	۲۳۸
روز نهمین	آینده‌ی شگفت‌آور تو.	۲۴۳
روز دهم	معجزه هرگز پایانی ندارد.	۲۵۱

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

بقره / ۱۵۲

«پس به یاد من باشید، تا به یاد شما باشم و شکر مرا گوید و کفران نکنید.»

توجه داشته باشید که در این آیه، یاد خدا و شکرگزاری به درگاه او صرفاً نمی‌تواند کلامی باشد، بلکه هدف از یاد خدا آن است که از طریق پاکسازی روح و روان، مثبت‌اندیشی و از بین بردن خصلت‌های منفی، خودت را برای پذیرش رحمت و برکات الهی آماده کنی.

شکرگزاری، نوعی توفیق و نعمت الهی است که لازم است به پاس این شکرگزاری، باز هم شکری به جا آورد. امام سجاد (ع) می‌فرمایند: چگونه می‌توانم حق شکر تو را به جای آورم درحالی‌که همین شکر من نیازمند شکری دیگر است و هر زمان که می‌گویم الحمدلله، بر من فرض است که بابت همین توفیق شکرگزاری بگویم: الحمدلله.

از آنجا که شکرگزاری کلامی و زبانی، دشوار نیست و هر کسی می‌تواند آن را انجام دهد، پس منظور شکر عملی است که جایگاهی ویژه دارد و به معنی استفاده‌ی بیجا و صحیح از نعمات الهی در مسیر همان اهدافی است که نعمت‌ها برای آنها آفریده و اعطا شده‌اند، و بدیهی است تعداد کسانی که مواهب الهی را معمولاً در جای خود به کار می‌برند و به‌درستی از آن استفاده می‌کنند، اندک است.

درواقع شکر و سپاس سه مرحله دارد: اول، شکرگزاری قلبی؛ یعنی تفکر درباره‌ی نعمت و خشنودی از آن. دوم، شکرگزاری زبانی که ثناگویی از نعمت‌دهنده‌ی اصلی و تشکر از واسطه‌ی فیض است. و سوم، شکرگزاری اعضا و جوارح، یعنی قدردانی در برابر نعمت، که در اصل همان شکرگزاری عملی است و جایگاهی خاص دارد.

در کتابی که هم‌اکنون در دست دارید، راندا برن، نویسنده‌ی کتاب‌های راز و راز شکرگزاری، باز هم به موضوع شکرگزاری پرداخته و تمرین‌هایی در این زمینه ارائه کرده است که به شما کمک خواهد کرد این عمل ضروری و معجزه‌آسا ملکه‌ی ذهنتان شود.

موضوع قابل ذکر در مورد ترجمه‌ی این کتاب این است که نام اصلی کتاب، Magic، درواقع ارتباط چندانی با مفاهیم و تعالیم ناب معنوی ندارد و من واژه‌ی «معجزه» را که بیشتر برازنده‌ی شکرگزاری و زندگی متعالی است، به جای آن برگزیدم. امیدوارم زندگی‌تان از طریق شکرگزاری صمیمانه، روز به روز پربارتر شود.

نقیسه معتکف