

به نام هستی بخش

اسرار معنوی موفقیت

برنامه‌ای هدفمند برای رسیدن به خودشکوفایی



تسبیح روح و معنی اسرار

بر نندن بر چارد

دکتر علی علی پناهی



بهار سینا

۲۸۱	کتاب پیمانه ششصد و شصت و پنج و شصت و نه - ۷ - ۱۰۰ - ۱۰۰۰ - ۱۰۰۰۰ - ۱۰۰۰۰۰
۱۰۶	لحن انسان، آواز، تنه و تنه شغولها، پیمانه ۸۰ - ۵۵ - ۱۱ - ۱۱
۱۰۶	میتال

	شماره اول، فصل دوم، پیمانه ۱۰۰ - ۵۵ - ۱۱ - ۱۱
۵۱۶	مقدمه مترجم

۷	مقدمه مترجم
۶۶۶	روایت تفسیری
۹	مقدمه نویسنده

آن کس است اهل به اشارت دانند

۲۱	بخش اول: ماهیت انسان
۲۳	فصل ۱ - خودشکوفایی
۴۷	فصل ۲ - ترس
۶۷	فصل ۳ - انگیزش

تجدیدان طولانی نیز در اختیارش قرار داده تا با سعی و تلاش خود این
فصلها را شکوفا کند

بخش دوم: بیانیه‌ای هدمند در نه ماده

۸۷	برای رسیدن به اوج خودشکوفایی
۸۹	فصل ۴ - ماده ۱: ما می‌خواهیم با همه وجود و توان زندگی کنیم
۱۱۵	فصل ۵ - ماده ۲: ما می‌خواهیم برای زندگی خود برنامه داشته باشیم
۱۳۷	فصل ۶ - ماده ۳: ما با تمایلات نفسانی خود مبارزه می‌کنیم
	فصل ۷ - ماده ۴: ما خود را باور داریم و با اطمینان خاطر به سوی موفقیت
۱۴۷	گام برمی‌داریم
	فصل ۸ - ماده ۵: ما باید سپاسگزار حیات خود باشیم و از زندگی
۱۵۹	لذت ببریم
۱۷۱	فصل ۹ - ماده ۶: ما شأن الهی خود را زیر پا نمی‌گذاریم

فصل ۱۰ - ماده ۷: ما عشق و محبت را گسترش خواهیم داد..... ۱۸۷

فصل ۱۱ - ماده ۸: ما می خواهیم الهام بخش عظمت و بزرگواری انسان ها

باشیم..... ۲۰۱

فصل ۱۲ - ماده ۹: ما می خواهیم سرعت زندگی را کم کنیم تا به آرامش

برسیم..... ۲۱۵

۷.....

فهرست منابع..... ۲۲۳

۲.....

۱۲.....

۳۳.....

۷۶.....

۷۹.....

۷۸.....

۶۸.....

۵۱/.....

۷۳/.....

۷۳/.....

۷۳/.....

۷۳/.....

۷۳/.....

۶۵/.....

۱۷/.....

مقدمه مترجم

آن کس است اهل بشارت که اشارت داند

نکته ها هست بسی، محرم اسرار کجاست

حافظ

دست خلقت قابلیت هایی بس گران در وجود انسان به ودیعه نهاده و مهلتی نه چندان طولانی نیز در اختیارش قرار داده تا با سعی و تلاش خود این قابلیت ها را شکوفا سازد و بدین ترتیب به رشد و تعالی برسد.

برای تحقق این امر، به جای آن که به امید مدد عوامل بیرونی بنشینیم، باید به درون خویش بنگریم، گنج وجود خود را دریابیم و کار را نیز از همان جا آغاز کنیم.

از درون خویشتن جو چشمه را تا رهی از منت هر ناسزا

علی علی پناهی

Alipanahi2004@yahoo.com

مقدمه نویسنده

تأملی در مورد قابلیت‌های انسان

کسانی که مصمم به رسیدن بزرگی و عظمت هستند، روزی باید در مقابل آینه بایستند و از خود پرسند: «وقتی قلبی به جسارت شیر به ما داده شده، چرا باید مانند موش زندگی کنیم؟»

باید صادقانه به چشمان خسته خود بنگریم و این موضوع را واکاوی کنیم که: چرا این همه عمر خود را تلف و دائم شکایت می‌کنیم؟ چرا از این‌که هویت واقعی خودمان را به جهانیان نشان دهیم مُردّد هستیم، چرا به سرعت دست از تلاش برمی‌داریم و به نقش کوچکی از خود رضایت می‌دهیم.

باید از خودمان بپرسیم: چرا در رقابت‌های دیوانه‌وار و سُست اجتماعی شرکت می‌کنیم و به خودمان اجازه می‌دهیم در پیچ‌وخم‌های بی‌ارزش اجتماعی گرفتار شویم و به حداقل کامیابی رضایت دهیم، درحالی‌که خداوند به همه ما آزادی و توانایی بی‌کران، جسارت فراوان، اراده، خلاقیت و استقلال رأی داده است؟ باید از خودمان بپرسیم: کی و چه‌زمانی آماده تعالی و رفتن به سطح بالاتری از حیات انسانی و هستی خودمان خواهیم شد؟

وقتی ضرورت ایجاب می‌کند تا در رابطه با مسائل انسانی چنین سؤالاتی را مطرح و باورها و رفتارهایی را که ما را محدود کرده‌اند، رها کنیم و یک‌بار دیگر

تمام قابلیت‌هایی را که خداوند در وجود ما نهاده در نظر بگیریم، جایگاه بلند و رفیع بشری ایجاب می‌کند تا بر آن انگیزه‌هایی تأکید کنیم که ما را مجبور می‌کنند توانایی‌های مان را به کار گرفته و از کسانی که مانع شور، نشاط، رشد و خوشبختی ما می‌شوند فاصله بگیریم.

ما باید بر توانمندی‌ها و آزادی‌های خودمان تأکید کنیم.

این واقعیت‌های مسلم و بدیهی را بپذیریم که تمام انسان‌ها، اعم از زن و مرد، برابر خلق شده‌اند، اگرچه به خاطر تفاوتی که در خواسته‌ها، انگیزه‌ها، تلاش‌ها و عادت‌ها وجود دارد، زندگی یکسانی ندارند. در ضمن، خداوند به ما حقوق مسلم خاصی داده که از جمله آن‌ها **حیات، استقلال رأی و جست‌وجوی خوشبختی** است، اما باید هشیار باشیم تا قواعد این زندگی توأم با خوشبختی و استقلال رأی را به دست آوریم. ما بر این باوریم که بزرگ‌ترین قدرت انسان این است که می‌تواند مستقل از دیگران فکر کند و اهداف و دلبستگی‌ها و اعمال خاص خودش را داشته باشد. از آن‌جا که در فطرت انسان غریزه طبیعی برای آزادی عمل و استقلال رأی وجود دارد، گرایش درونی برای رفتن به مسیر خود، حکم بیولوژیک برای رشد و تعالی انسان است. انگیزه مهم انسان این است که آزاد و رها از وابستگی‌ها باشد، هویت واقعی خود را آشکار کند و رؤیاهای خود را بدون هرگونه محدودیتی پیگیری کند - تا آن‌چه را که آزادی انسانی نامیده می‌شود تجربه کند.

برای حفظ این حقوق و این استقلال رأی، همه انسان‌های باوجدان باید تلاش کنند تا تحت تأثیر ترس، سنت‌ها و یا خواسته توده‌های مردم قرار نگیرند. ما باید بر زندگی خود مسلط باشیم و هرگاه گرفتار افکار و اعمال مخرب و منفی شدیم، مسئولیم این افکار و اعمال را اصلاح کنیم و عادات جدیدی بسازیم تا مبنایی باشند برای زندگی توأم با استقلال رأی، سعادت و رفاه بیشتر. ما باید توانمندی‌های مان را شکوفا کنیم و افکار و نوع تعامل خود را با

مردم جهان بهبود بخشیم. وقتی خودمان دائم به خود ظلم می‌کنیم و فشارهای اجتماعی نیز توان و آزادی ما را سلب می‌کند، حق - یا وظیفه - ماست که چنین زندگی را رها کرده، به دنبال زندگی جدیدتری باشیم تا بتوانیم با فراغ بال دروازه‌های عظمت و بزرگی را پشت‌سر بگذاریم.

ما به اندازه کافی صبر کرده‌ایم و به امید این که روزی کسی یا بخت و اقبال از راه برسد و خوشبختی را برای ما به ارمغان بیاورد، نشسته‌ایم. اما یادمان باشد که هیچ عامل بیرونی نمی‌تواند ما را نجات دهد، بلکه لحظه سرنوشت‌ساز در اختیار خود ماست که یا با همین وضع به زندگی ادامه دهیم یا به سطح بالاتری از هشیاری و شادمانی برسیم. در این دنیای بیمار و پرآشوب، **باید صلح و آرامش را در درون خود جست‌وجو کنیم و انسانی شویم متکی به نفس تا زندگی را آن‌گونه که شایسته آنیم، خلق کنیم.**

البته این امر مستلزم تلاش بسیار است، چرا که گذشته ما پُر از آسیب‌هایی است که ریشه در خواسته‌های کورکورانه ما دارند، خواسته‌ها و آرزوهایی که می‌خواهیم مورد پسند دیگران باشند، کسانی که نه از دل ما خبر دارند و نه از توانایی‌ها و قابلیت‌های ما. به همین دلیل خودمان را عقیم نگه داشته‌ایم. فراموش کرده‌ایم که باید خواسته‌ها و معیارهای مشخصی داشته باشیم، درحالی‌که اغلب اوقات نمی‌توانیم آرزوها و رؤیاهای مان را بیان کنیم. در نتیجه تحت تأثیر روزمرگی‌ها قرار داریم، به طوری که دیگران باید بگویند ما چه کسی هستیم و چه کاری باید انجام دهیم. به همین دلیل زندگی ما دستخوش خواسته‌های افراد نادان می‌شود. اگر آن‌قدر شجاع باشیم که اشتباهاتمان را بپذیریم، در این صورت امکان دارد بفهمیم چه کوتاهی‌هایی کرده‌ایم. در نتیجه، مسیر جدید و روشنی به روی ما گشوده خواهد شد.

بنابراین بیاید زندگی خود را اصلاح کنیم. بیاید روبه‌روی آینه بایستیم و