

العملية الفعالة

د. جوفيتال

الكثير من الناس يشعرون بأنهم أسرى أو ضحايا لظروفهم الحالية .
ولكن مهما كانت ظروفك الحالية ، فإنها فقط واقعك الحالي ، والواقع
الحالي سوف يبدأ في التغير كنتيجة لشرورك في استخدام " السر "

إن واقعك الحالي أو حياتك الحالية ما هي إلا نتيجة للأفكار التي كنت قد فكرت بها . كل
ذلك سوف يتغير تغيراً تاماً بمجرد أن تبدأ في تغيير أفكارك ومشاعرك .

" أن يتمكن الإنسان من تغيير ذاته والسيطرة
على مجريات حياته فما ذلك إلا نتاج كل عقل
منفتح على قوة الفكر الصحيح " .

" كريستيان وي . لورون " (١٨٦٦ - ١٩٥٤)

ليزانيكولس



حين ترغب في تغيير ظروفك المحيطة ، ينبغي عليك أولاً أن تغير من تفكيرك . في كل مرة تنظر فيها إلى بريدك متوقفاً أن ترى فاتورة مستحقة الدفع ، خمن ماذا سيحدث ؟ ستجدها هناك . في كل يوم تخرج مرتباً من الفاتورة ، ولا تتوقع أبداً أى شيء عظيم . تفكر في الديون ، تتوقع الديون ، وهكذا لا بد أن تظهر الديون بحيث لا تعتقد أنك مجنون ، وفي كل يوم تؤكد فكرتك : هل سيكون الدين هناك ؟ نعم ، هناك ديون . هل سيكون الدين هناك ؟ نعم ، هناك ديون . وهكذا تظهر الديون ؛ لأن قانون الجذب دائماً ما يطبع أفكارك . اصنع معروفاً لنفسك - توقع مالا ودخلاً إضافياً !

ن التوقع هو قوة جذب فعالة ؛ لأنه يجذب إليك الأشياء ، وكما يقول " بوب بروكتور " ، تربط الرغبة بينك وبين الشيء المرغوب ، والتوقع يجذبه إلى حياتك . توقع الأشياء التي تريدها ، ولا تتوقع الأشياء التي لا تريدها . فما الذي تتوقعه الآن ؟

جيمس راى



أغلب الناس ينظرون إلى حالاتهم الجارية ويقولون " هذا ما أنا عليه " ولكن هذا ليس ما أنت عليه . ذلك ما " كنت " عليه . لنقل مثلاً إنك لا تملك المال الكافي في حسابك المصرفي ، أو إنك لا تحظى بالعلاقة التي تتمناها ، أو إن صحتك ولياقتك على غير ما تطمح . ذلك ليس أنت ، لكنه المحصلة المتبقية لأفكارك وأفعالك الماضية ، وهكذا فإننا

نعيش بصورة مستمرة في هذه البقايا ، إذا صح القول ، من الأفكار والأفعال التي اخترنا اتخاذها في الماضي . عندما تنظر إلى وضعيتك الراهنة وتربط نفسك بها ، فإنك تقضى على نفسك بالألا تحظى بشيء أكثر من هذه الوضعية الراهنة نفسها مستقبلاً .

" كل ما نحن فيه هو ثمرة ما فكرنا فيه " .

(الفيلسوف " برور " (٥٦٣ق.م-٤٨٣ق.م)

أود أن أقدم لك إحدى الطرق أو عمليات التي أخذناها عن المعلم العظيم " نيفيل جودارد " في محاضرة ألقاها عام ١٩٥٤ ، وعنوانها " " The Pruning Shears of Revision " وكان لهذه الطريقة أثر بالغ على حياتي . يوصي " نيفيل " أن تقوم في نهاية كل يوم ، قبل أن تخلد إلى النوم ، بالتفكير في أحداث اليوم . إذا كان هناك أية أحداث أو لحظات لم تمض على النحو المأمول بالنسبة لك ، أعد تشغيلها في عقلك بطريقة تشويقك وتحمسك ، وبينما تعيد صنع تلك الأحداث في عقلك كما ترغب بالضبط ، فإنك تنقى ترددك الخاص بذلك اليوم وتبث إشارة جديدة وتردداً جديداً من أجل الغد . لقد صنعت عن قصد سوراً جديدة من أجل مستقبلك . لا يضوت الأوان أبداً على تغيير الصور .

عملية الامتحان والفعالة

د. جوفيتال



ما الذي يمكنك القيام به الآن لتغيير حياتك؟ إن أول شيء قبل سواه، هو أن تبدأ بوضع قائمة من الأشياء والأمور التي تستحق امتلاكها. من شأن هذا أن يحول طاقتك ويبدأ في تحويل تفكيرك، وبينما تكون قبل هذا التمرين قد ركزت فقط على ما لا تحظى به، وعلى ما تشكى منه، ومشكلاتك، فإنه سوف يجعلك تتجه صوب اتجاه مختلف عندما تبدأ في ممارسته. سوف تبدأ في الشعور بالامتحان من أجل جميع الأشياء التي تحمل لك شعوراً طيباً.

" إذا كانت فكرة جديدة بالنسبة لك أن الامتحان يضع عقلك بكامله في حقيقة تناغم مع الطاقات الإبداعية للكون، إذن تأمل الفكرة ملياً، وسترى أنها حقيقية " .

" ولانس وولنس " (١٨٦٠ - ١٩١١)

مارسى شيموف



إن الامتحان هو الطريقة المثلى لجلب المزيد من الخير إلى حياتك .

د. جون جراى عالم نفس ، ومؤلف ، ومحاضر عالمى



كل رجل يعلم الوقت الذى تقدره فيه زوجته على الأشياء الصغيرة التى يفعلها ، فماذا يكون رده على ذلك ؟ يكون رده هو الرغبة فى فعل المزيد من الأشياء الطيبة . إن الأمر دائماً ما يتعلق بالتقدير ؛ فهو يضع الأمور فى نصابها ويجذب الدعم .

د. جون ديمارتينى



أياً كان ما تفكر فيه ونشى عليه فإنه يتزايد .

جيمس راى



كان الامتان تمريناً فعالاً لى . فى كل صباح أنهض وأقول " الحمد لله " ، وفى كل صباح حينما تلمس قدمى أرض الغرفة أقول " الحمد لله " ثم أبدأ التفكير فى الأشياء التى تستحق الحمد ، هذا بينما أغسل أسناني وأقوم بطقوس الصباح . ولا أكفى فقط بالتفكير بشأنها والقيام ببعض العادات الروتينية . بل إننى أصوغ الحمد والتهج به وأستشعر فى نفسى مشاعر الامتان .

اليوم الذى صورنا فيه مشاركة " جيمس راى " فى الفيلم وتمرينه الفعال من الامتان كان واحداً من الأيام التى لا أنساها أبداً ؛ فمنذ ذلك اليوم فصاعداً ، انتهجت طريقة جيمس فى حياتى . فى كل صباح ، لا أخرج من الفراش حتى أكون قد شعرت بمشاعر الامتان لهذا اليوم الجديد الرائع وكل شيء يستحق الحمد والثناء فى حياتى ، ثم حين أنهض من

الفراش، وعندما تلمس إحدى قدمي الأرض أقول " الحمد لله " ، وكذلك عندما تلمس القدم الأخرى الأرض . ومع كل خطوة أتخذها في طريقي إلى الحمام ، أقول " الحمد لله " . أستمر في ترديد الحمد والإحساس به بينما أستحم وأستعد لليوم . وعندما أنتهي من تجهيز نفسي لخروج وقضاء روتيني اليومي أكون قد قلت " الحمد لله " مئات المرات .

عندما أقوم بذلك ، فإنني أقوم بفاعلية بإعداد وتشكيل يومي بكل ما سوف ينطوي عليه . أضببط التردد الخاص بي من أجل اليوم ، وأعلن بتعمد وقصد النحو الذي أطمح ليومي أن يطر عليه ، بدلاً من التعثر خارج السرير وترك اليوم يقودني كيف يشاء . ليس هناك طريقة أكثر فاعلية من هذه لتبدأ يومك . إنك تمتلك زمام حياتك ، وهكذا فلتبدأ بصنع يومك قاصداً واعياً .

إن الامتنان جزء جوهري من تعاليم جميع القادة الروحانيين العظام والرجال الصالحين على مدار التاريخ . وفي الكتاب الذي غير حياتي *The Science of Getting Rich* بقلم " والاس واتلس " في ١٩١٠ ، كان الامتنان مخصصاً له أطول الفصول . وكل معلم سرّ ظهروا في فيلم " السر " يستخدمون الامتنان كجزء من يومهم ، ومعظمهم يبدأون يومهم بأفكار ومشاعر من الامتنان .

" جو شوجرمان " ، رجل رائع ورجل أعمال ناجح ، شاهد فيلم " السر " واتصل بي وأخبرني أن الجزء المفضل لديه كان هو الخاص بعملية الامتنان ، وأن لجوئه إلى الامتنان قد أسهم في جميع ما أنجزه في حياته ، ومع كل النجاح الذي جذبته إلى نفسه ، بواسط استخدام الامتنان كل يوم ، حتى حيال أصفر وأدق الأشياء . عندما يجد مكاناً لا يملكه سيارته دائماً ما يقول " الحمد لله " ويستشعرها . يعرف " جو " قوة الامتنان وكيفية يجلبه إليه ، وهكذا فإن الامتنان هو طريقته في الحياة .

بكل ذلك الذي قرأته ، وكل الذي عايشته في حياتي باستخدام " السر " ، أجد أن قوة الامتنان تسمو فوق كل شيء آخر . إذا كنت ستقوم بشيء واحد فقط عند اطلاعك على السر ، فلتستخدم الامتنان حتى يصير طريقتك في الحياة .

د . جوفيتال



ما إن تبدأ في الإحساس بشعور مختلف حيال ما لديك بالفعل ، سوف تبدأ في جذب المزيد من الأشياء الطيبة ؛ المزيد من الأشياء التي يمكنك أن تكون ممتناً من أجلها . يمكنك أن تنظر حولك وتقول " لا أملك السيارة التي أريدها . لا أملك المنزل الذي أريده . لا أحظى بشريكة الحياة التي أريدها . لا أحظى بالصحة التي أطمح إليها " . مهلاً ! كفاك ، ودعك من هذا ! تلك هي الأشياء التي لا تريدها . ركز على ما لديك بالفعل وأنت ممتن من أجله . قد يكون ذلك أن لديك عينيْن لشراء هذا . قد يكون الملابس التي لديك . نعم ، قد تفضل شيئاً آخر وربما تحصل على شيء آخر جميل قريباً ، إذا ما بدأت تشعر بالامتنان لما تملكه بالفعل وتحظى به .

" كثير من الناس الذين ينظمون حياتهم على خير وجه في كل المناحي الأخرى يظل الفقير يطاردهم لافتقارهم لفضيلة الحمد والامتنان " .

" ولانس ولانس "

من المستحيل جلب المزيد إلى حياتك إذا كنت تشعر بعدم الامتنان حيال ما تحظى به . لماذا ؟ لأن ما تبثه من أفكار ومشاعر عند شعورك بالاجحود تكون كلها عواطف سلبية .

سواء كانت الغيرة ، والنقمة ، والبطر ، أو مشاعر " عدم الاكتفاء " ، تلك المشاعر لا يمكن أن تجلب إليك ما تريد ، ليس بوسعها إلا أن ترد نحوك المزيد مما لا تريد . تلك المشاعر السلبية تعوق سبيل الخير إليك ، إذا كنت تحلم بسيارة جديدة لكنك غير ممتن للسيارة التي تمتلكها بالفعل ، فسيكون ذلك هو التردد المهيمن الذي ترسله خارجاً .

كن ممتناً لما لديك الآن . وبينما تشرع في التفكير بشأن كل الأمور في حياتك التي تفرح بالامتنان حيالها . فسوف يصيبك العجب من الأفكار اللانهائية والتي ستعود إليك بالتزيد من الأشياء التي تشعر بالامتنان حيالها . ينبغي عليك أن تضع نقطة البداية ، ومزده فإن قانون الجذب سوف يتلقى أفكار الامتنان تلك ويمنحك المزيد مما يشابهها تماماً . التردد فقط بتردد الامتنان وسوف تكون ملكك جميع الأشياء الطيبة " .

" إن الممارسة اليومية للامتنان هي إحدى القنوات التي ستعبر منها الثروة إليك " .

" وللاس وولنس "

لى براور

مدرّب ومختص في مجال النمو ، ومؤلف
ومعلم



أعتقد أن كل إنسان مر بأوقات قال فيها: "الأمور لا تمضي على ما يرام" أو "الأمور من سيئ إلى أسوأ" . في إحدى المرات ، حين كنت أعاني من بعض المشكلات في محيط أسرتي ، عثرت على حجر ، وجلست ممسكاً به . أخذت هذا الحجر ، ووضعت في جيبي ،

وقلت : " كل مرة أمس هذا الحجر سوف أفكر في شيء آمن
حياته " ، وهكذا في كل صباح ، ألقط الحجر من فوق منضدة
الزينة ، وأضعه في جيبى ، وأتذكر الأمور التي تجعلنى ممسكاً .
المساء ، ماذا أفعل ؟ أفرغ جيبى ، وأعيد الكرة من جديد .

وقد كان لي بعض التجارب المدهشة والعجيبة مع هذه الكرة ، ففي أحد
المرات رأى رجل من جنوب إفريقيا أمسك بالحجر . سألتى " ما هذا ؟ "
فشرحت له الأمر ، وبدأ يدعو به " حجر الامتحان " . بعد ذلك بأسبوعين
وصلتني رسالة إلكترونية منه ، من جنوب إفريقيا . وكان يقول فيها : " ابنتي
يحضر من مرض نادر ، إنه نوع من الالتهاب الكبدى . هذا أرسلت لي ثلاثة
من أحجار الامتحان ؟ " . كانت مجرد أحجار عادية مما نجدها في الشارع ،
فقلت له " بالطبع " . وكان على أن أتأكد أن الأحجار كانت مميزة ، وهكذا
خرجت إلى مجرى النهر ، والنقطة الأحجار المناسبة ، وأرسلتها إليه .

بعدها بأربعة أو خمسة شهور وصلتنى رسالة إلكترونية منه قال فيها : " تحسنت
حالة ابنتي ، إنه يبلى بلاء رائعاً ، ولكن يجب أن تعرف أمراً ما . لقد بعنا
أكثر من ألف حجر بسعر عشرة دولارات للحجر الواحد كأحجار امتحان ،
وتبرعنا بكل هذا المال للأعمال الخيرية . شكراً لك جزيل الشكر " .

وهكذا فمن المهم للغاية امتلاك " توجه الامتحان " .

لقد شير العالم العظيم " ألبرت أينشتاين " بشكل ثورى من طريقة نظرنا لكل من
الزمن ، المكان ، والجاذبية الأرضية . ومن خلفيته الفقيرة وبداياته المتواضعة

كنت تظن أنه من المستحيل بالنسبة له أن ينجز كل ذلك الذي أنجزه . كان " أينشتاين " مطلعاً على قدر كبير من " السر " ، وقد كان يقول ، " الحمد لله " مرات كل يوم . لقد قدم الشكر والامتنان لكل العلماء العظماء الذين سبقوه بإسهاماتهم والتي لولاها ما كان له أن يتعلم وينجز المزيد من عمله . وأن يصير في النهاية واحداً من أعظم العلماء الذين مروا بالتاريخ .

قد تكون أكثر استخدامات الامتنان قوة وفعالية هي تلك المتضمنة العملية الإبداعية التي تستخدمها للحصول بسرعة على ما تريد . وكما نصح " بوب بروكتور " في الخطوة الأولى للعملية الإبداعية ، " اطلب " ، فلتبدأ بكتابة ما تريده . ابدأ كل جملة بالكلمات التالية ، " اننى سعيد جداً وممتن الآن لأن ... " (وأكمل بقية الجملة) .

عندما يصدر منك الثناء والحمد كما لو أنك قد تلقيت ما تريد ، فإنك تبث إشارة قوية للكون . تقول تلك الإشارة بأنك تحظى بالفعل بما تنشده لأنك تشعر بالامتنان له الآن . كل صباح قبل أن تخرج من الفراش ، لتكن عادتك أن تحس بمشاعر الامتنان سلفاً لليوم العظيم الذي تستقبله ، كما لو أنه قد انتهى .

من اللحظة التي اكتشفت فيها " السر " وكونت الرؤية التي سوف أقدم بها هذه المعرفة مع العالم ، كنت أشكر الله كل يوم على فكرة إنتاج فيلم " السر " الذي سوف يبث البهجة في نفوس الناس بالعالم كله . لم يكن لدى أى فكرة كيف سنضع تلك المعرفة على الشاشة ولكننا وثقنا بأننا سنجذب إينا الكيفية والطريقة . بقيت في حالة تركيز وثبت بالنتيجة النهائية . شعرت بمشاعر عميقة من الامتنان مسبقاً ، وحين صار ذلك هو حالة وجودى . انفتحت كل السبل وتدفق السحر إلى حياتنا . بالنسبة لفريق عمل فيلم " السر " الرائع ، وبالنسبة لى ، فإن أصدق وأعمق مشاعر الامتنان تتواصل حتى اليوم . لقد سرنا فريقاً يردد ويلهج بالامتنان في كل لحظة ، وصارت هذه هي طريقتنا في الحياة .

عملية التخيل الفعالة

التخيل هو عملية لقنها جميع المعلمين الكبار والرجال العظماء عبر القرون ، بالإضافة إلى جميع المعلمين الكبار الذين يعيشون في يومنا هذا . في كتاب " تشارلز هانيل " بعنوان The Master Key System ، المكتوب في ١٩١٢ . (يتم عرض ٢٤ تمريناً أسبوعياً لإتقان التخيل .) الأكثر أهمية ، أن كتابه كاملاً سوف يساعدك على أن تصير سيد أفكارك)

إن سبب قوة وفعالية التخيل تعود إلى أنك عندما تصنع صوراً في عقلك من تخيل نفسك تمتلك ما تريد ، فإنك تقوم بتوليد الأفكار والمشاعر الخاصة بامتلاك ما تريده في التو واللحظة . وما التخيل إلا فكرة مركزة بقوة في شكل صور ، وتسبب مشاعر متساوية في القوة . عندما تقوم بالتخيل ، فإنك تبث ذلك التردد الفعال خارجاً إلى الكون . سوف يمسك قانون الجذب بتلك الإشارة القوية ويعيد تلك الصور من جديد إليك ، بالضبط كما رأيتها في عقلك .

د. دينيس ويتلي



لقد أخذت عملية التخيل عن برنامج " أبولو " ، وأدرجه خلال الثمانينات والتسعينات في برنامج الرياضيات الأولمبية ، وكان يسمى التدريب الحركي .

عندما تقوم بالتخيل ، فإنك تجسد الشيء المجرد ، واليك أمراً مثيراً

للاهتمام بشأن العقل : لقد أخذنا الأبطال الأولمبيين وجعلناهم يتدربون على أدوارهم وألعابهم في عقولهم فقط ، وعندئذ قمنا بتوصيلهم بجهاز معقد خاص بالتغذية الحيوية المرتدة ، والشئ المذهل هو أن عضلاتهم راحت تعمل بالترتيب نفسه عندما كانوا يخوضون السباقات في عقولهم كما كانوا يخوضون في المضمار . كيف يمكن هذا ؟ ذلك لأن العقل لا يمكنه أن يميز ما إذا كان يقوم بذلك حقاً أم أنه مجرد تدريب . إذا ذهبت إلى مكان بعقلك فسوف تكون هناك بجسمك .

فكر في المخترعين ومخترعاتهم ، الأخوان " رايت " والطائرة . " جورج إيستمان " وفيه التصوير . " إديسون " والمصباح الكهربائي . " ألكسندر جراهام بل " والهاتف . إن السبب الوحيد وراء أى ابتكار أو اكتشاف هو أن شخصاً ما رأى صورة في عقله . رآها بكل وضوح . وعن طريق التشبث بهذه الصورة في نتيجتها النهائية في عقله ، فإن كل قوى الكون حملت ابتكاره إلى العالم ، وجسده من خلاله .

هؤلاء الرجال عرفوا " السر " . هؤلاء كانوا رجالاً ذوي إيمان مطلق في غير المرئي وعرفوا القوة التي بداخلهم ، والقدرة على تغيير العالم وكيفية جعل الابتكار مرئياً في حيز الوجود . كان خيالهم وإيمانهم هما السبب لتطور الإنسانية ، ونحن نجنى ثمار عقولهم المبدعة كل يوم .

قد تفكر قائلاً ، " ليس عقلي مثل عقول هؤلاء المخترعين العظام " . أو لعلك تفكر قائلاً ، " إنهم يستطيعون تخيل تلك الأشياء ، أما أنا فلا أستطيع " . هذه أبعد نقطة ممكنة عن الحقيقة ، وبينما تواصل التعرف على هذا الاكتشاف العظيم لمعرفة " السر " ، سوف تتعلم أنك لست فقط تمتلك عقلاً كمعقولهم ، بل عقلاً أفضل بكثير .

مايك دولي



عندما تقوم بالتخيل ، عندما تدور تلك الصورة في عقلك ، اهتم وركز دائماً على النتيجة النهائية وحسب .

إليك مثلاً ، انظر إلى ظاهر يديك ، الآن . انظر بتمعن إلى ظاهر يديك : لون جلدك ، الخطوط الصغيرة ، الأوعية الدموية ، الخواصم والأظافر . احتفظ بكل تلك التفاصيل . والآن قبل أن تغلق عينيك ، انظر ليديك ، لأصابعك ، وهي ممسكة بعجلة قيادة سيارتك الجديدة الفارهة .

د. جوفيتال



إنها تجربة أقرب ما تكون إلى الحقيقة - بل إنها حقيقة للغاية في هذه اللحظة - لدرجة أنك قد تشعر بعدم احتياجك للسيارة لأنك تشعر أنك قد امتلكتها بالفعل .

تلخص كلمات د. فيتال ببراعة الموضوع الذي تريد أن تأخذ نفسك إليه عندما تقوم بالتخيل . عندما تشعر بارتجاج عندما تفتح عينيك في العالم المادي ، يصير تخيلك هذا حقيقياً . لكن تلك الحالة تمثل ذلك المستوى من الوعي الحقيقي . إنه المجال الذي يتم فيه ابتكار كل شيء ، وما العالم المادي إلا نتيجة للمجال الحقيقي لكل عملية الابتكار . ولهذا فلن تشعر وكأنك بحاجة لأي مزيد ؛ لأنك توافقت مع المجال الحقيقي للابتكار عبر عملية التخيل . في هذا المجال أنت تمتلك كل شيء . عندما تشعر بذلك ، ستدرك الأمر .

جاك كانفيلد



إن الشعور هو الذي يخلق إلى الجذب ، وليس فقط الصورة أو الفكرة. كثير من الناس يقولون عبارات من قبيل : " إذا ما فكرت أفكاراً إيجابية ، أو إذا قمت بتخيل ما أنشده ، سيكون هذا كافياً " . ولكن إذا قمت بذلك ومازلت لا تمتلك شعور الوفرة والرخاء ، أو الحب والسعادة ، فمن تكون هناك قوة الجذب .

بوب دويل

إنك تضع نفسك في حالة الشعور بوجودك الحقيقي في تلك السيارة . ليس الأمر أن تقول : " أتمنى لو أنني حصلت على تلك السيارة ولا أن تقول : " في يوم ما سأمتلك تلك السيارة " ؛ لأن تلك العبارات تنطوي على شعور محدد لا يتعلق باللحظة الحاضرة ، وإنما يتعلق بالمستقبل ، وإذا لازمتك ذلك الشعور ، فسيظل الأمر دائماً موجلاً للمستقبل .

مايكل بيرنارد بيكويت

والآن سوف يصير ذلك الشعور وتلك الرؤية الداخلية مجازاً مفتوحاً من خلاله سوف تعرب قوة الكون عن نفسها .

"أما عن ماهية هذه القوة فهذا ما لا أدركه . كل ما أعرفه أنها موجودة "

" ألكسندر جراهام بيل " (١٨٤٧-١٩٢٢)

جاك كانفيلد



إن مهمتها ليست أن تكشف الطريقة ؛ فالطريقة تأتي من الالتزام والإيمان بالأمر نفسه .

مايك دولي

"الكيفيات" هي مملكة الكون نفسه . الكون الذي يعلم دوماً أقصر الطرق وأسرعها وأنجحها وأكثرها تناغماً ، بينك وبين حلمك .

د. جوفيتال

إذا حولت الأمر إلى الكون ، سوف تدهش وتبهر بما يرسله إليك . وهذا هو مكن السحر والعجائب .

إن جميع معلمى " السر " مدركون للعناصر التي يستعين بها المرء حين يقوم بالتخيل . فعندما ترى الصورة فى عقلك وتشعر بها ، فإنك تأخذ نفسك إلى موضع التصديق بأنك تحظى بذلك الشئ الآن . كما أنك فى ذات الوقت تطبق الثقة والإيمان بالله ؛ ذلك لأنك تركز على النتيجة النهائية وتعايش الشعور بهذا ، دون أن تولي أدنى اهتمام بالطريقة أو الكيفية أيًا كانت ؛ فالصورة التي تراها فى عقلك هى رؤية الشئ باعتباره أمراً مقضياً . ومشاعرك تحس بالصورة باعتبارها أمر منتهياً . إن عقلك وحالتك بكاملها ترى الصورة كما لو أنها قد جرت بالفعل مسبقاً . ذلك هو فن التخيل .

د. جوفيتال

إنك تريد القيام بهذا يوماً فى حقيقة الأمر ، لكن يجب ألا يتحول إلى أحد الواجبات الثقيلة . الأمر المهم حقاً فيما يتعلق بـ " السر " هو أن تشعر شعوراً طيباً . ينبغى أن تشعر بالحماس والإثارة خلال هذه العملية بأسرها . ينبغى أن تكون مبتهجاً ، وسعيداً ، ومتاغماً ، بأكبر قدر ممكن .

لدى كل شخص القدرة على التخيل . دعنى أثبت لك ذلك بصورة مطبخ . لكى يأتى هذا
بنتيجة ، قبل كل شىء عليك أن تتخلى عن جميع الأفكار الخاصة بمطبخك وتخلي عقلك
منها . لا تفكر فى مطبخك . نظف عقلك تماماً من صور مطبخك ، بخزائنه ، ببلاجه ، بفرنه ،
ببلاطه ، بلون جدرانه ...

لقد رأيت صورة لمطبخك فى عقلك ، أليس كذلك ؟ حسناً ، لقد قمت بالتخيل لتتوك !

" كل شخص يمارس التخيل سواء عرف هذا أم لا . التخيل هو
السر العظيم للنجاح "

" جنيفيف بهرنر " (١٨٨١-١٩٦٠)


إليك نصيحة تتعلق بالتخيل ، والتي يقدمها د. " جون ديمارتينى " فى منتدياته التي
يطلق عليها Breakthrough Experience . يقول " جون " إنك إذا تخيلت صورة
ثابتة فى عقلك يكون من العسير عليه الاحتفاظ بتلك الصورة ، وعلى هذا فلتنصف الكثير
من الحركة على صورتك .

لتوضيح هذا ، تخيل مطبخك من جديد ، وهذه المرة تخيل نفسك تدخل المطبخ وتتجه إلى
الثلاجة وتضع يدك على مقبض الباب وتفتح الباب وتنظر للداخل ، وتجد زجاجة ماء
بارد . هتمد يدك وتتناولها . يمكنك أن تشعر بالبرودة على يدك وأنت ممسك بالزجاجة .
الآن لديك الزجاجة فى يد ، وتستخدم يدك الأخرى لتغلق باب الثلاجة . الآن أنت تتخيل
مطبخك بالتفاصيل والحركة . أليس الآن من الأسهل رؤية الصورة والاحتفاظ بها ؟

" جميعنا نمتلك من القوة والإمكانات ما هو أعظم شأنًا مما ندرك ، والتخيل هو إحدى أعظم تلك القدرات " .

" جنيفر بيرنر "

العمليات الفعالة في حين التنفيذ

مارسى شيموف 

الفرق الوحيد بين الأشخاص الذين يعيشون على هذا النحو ، الذين يعيشون في سحر الحياة ، وهؤلاء الذين حرموا من ذلك ، هو أن من يعيشون سحر الحياة قد اكتسبوا عادات معينة وطرقاً محددة للوجود . لقد اكتسبوا عادة استخدام قانون الجذب ، وتقع لهم أشياء تشبه السحر حيثما حلوا ؛ لأنهم يتذكرون استخدامه ، ويستخدمونه طوال الوقت ، وليس فقط مرة واحدة .

إليك قصتين تستعرضان بكل وضوح قانون الجذب الفعال ، والنسيج المحبوك الذي لا تشوبه شائبة للكون في حالة العمل .

القصة الأولى عن امرأة اسمها " جيني " ، اشتهرت أسطوانة عليها فيلم " السر " وكانت تشاهده على الأقل مرة يومياً بحيث تستوعب الرسالة تماماً حتى النخاع . وقد تأثرت على وجه الخصوص بـ " بوب بروكتور " ، ورأت أنه سيكون من الرائع أن تلتقى به .

ذات صباح ، جمعت " جيني " بريدها ، ولدهشتها البالغة كان ساعي البريد قد أوصل رسالة إلى " بوب بروكتور " على عنواتها هي . وما لم تكن " جيني " تعرفه هو أن " بوب "

بروكتور" يقيم على مبعدة أربعة مبان منها ! ليس هذا فقط ، لكن رقم منزل " جيني " كان نفس رقم منزله . وفي الحال أخذت البريد لتوصله إلى العنوان الصحيح . هل لك أن تتخيل فرحتها المطلقة عندما فتح الباب ووجدت " بوب بروكتور " واقفاً أمامها ؟ نادراً ما كان " بوب " يمكث بالمنزل نظراً لسفره في جميع أنحاء العالم للتدريس . لكن نسيج الكون له توقيت دقيق للغاية . وانطلاقاً من فكرة " جيني " حول مدى روعة أن تلتقى ببوب بروكتور . قام قانون الجذب بتحريك الأشخاص ، والظروف ، والأحداث عبر الكون بحيث يحدث هذا .

القصة الثانية عن صبي في العاشرة من عمره اسمه " كولين " ، الذي شاهد فيلم " السر " وعشقه . قامت أسرة " كولين " بزيارة لمدة أسبوع إلى مدينة " ديزني " الترفيهية ، وخلال يومهم الأول تعرضوا للوقوف في طوابير طويلة في الحديقة وهكذا في تلك الليلة ، وهبيل خلود " كولين " للنوم . فكر قائلاً في نفسه : " غداً كم أحب أن أركب جميع الألعاب دون أن أضطر للوقوف منتظراً في طوابير على الإطلاق " .

في الصباح التالي كان " كولين " وأسرتهم على أبواب مركز " إيكوت " فيما كانت الحديقة تفتح أبوابها ، واقترب منهم عضو من فريق عمل " ديزني " وسألهم ما إذا كانوا يوافقون أن يكونوا الأسرة الأولى في مركز " إيكوت " لهذا اليوم . وبحصولهم على لقب " الأسرة الأولى " سيتم التعامل معهم كأشخاص مهمين جداً ، ويلقون عناية خاصة من عضو فريق العمل هذا ، ويتجاوزون الانتظار والطوابير من أجل كل لعبة كبيرة في " إيكوت " . كان هذا أكثر مما تمناه " كولين " ؟

كانت هناك مئات من الأسر تنتظر لتدخل إلى " إيكوت " ذلك الصباح ، غير أن " كولين " لم يكن لديه أدنى شك في سبب اختيار أسرته لتكون " الأسرة الأولى " . كان يعلم ذلك لأنه قد استعان بـ " السر "

تخيل اكتشاف طفل - في سن العاشرة - أن القوة التي تحرك العالم كامنة بداخله !

" لا شيء يمكنه أن يمنع صورتك من أن تتحول
 لشيء ملموس عدا القوة نفسها التي وهبتها
 الحياة - التي هي أنت "

" جينيفيف بيرلر "

جيمس راي



بشيت الناس بهذا الأمر لفترة ، حيث يقول أحدهم : " إنني مشغول
 بالحساس ، لقد رأيت هذا البرنامج وسوف أغير حياتي " . ومع
 ذلك لا تظهر النتائج . تحت السطح يكون الأمر على وشك أن
 يتحقق ، لكن الشخص سوف يكتفي بالنظر إلى النتائج السطحية
 ويقول : " هذا الأمر لا يأت بنتيجة " أو تعلم ما الذي يحدث ؟ يقول
 الكون : " أوامرك مطاعة " ويختفي هذا الشيء .

عندما تسمح لفكرة من الشك أن تدخل إلى عقلك ، فإن قانون الجذب سرعان ما سيراكم
 عليك فكرة شك أو رغبة بعد الأخرى . لذلك ، ما إن تراودك فكرة شك أو رغبة ، تخل عنها
 فوراً ، وابتعد عنها تماماً وضع مكانها عبارة ، " أصرف أنني أتلقى الآن " ، وأشعر بذلك .

جون أساراف



بعد معرفة قانون الجذب ، أردت أن أضعه حقاً موضع الاستخدام
 وأن أرى ماذا سيحدث . في عام ١٩٩٥ بدأت أصنع شيئاً اسمه لوحة
 الأحلام حيث أخذ شيئاً أريد أن أجزه ، أو شيئاً أريد أن أجد ، مثل

سيارة أو ساعة يد أو شريك الحياة المنتظر ، وأضع صورة لما أريده على تلك اللوحة . كل يوم كنت أجلس في مكنتي وأنظر إلى هذه اللوحة وأبدأ في التخيل . وكنت بالفعل أعيش حالة أنني امتلكت فعلياً ما أنشده .

كنت أسعد للانتقال إلى مسكن آخر . وضعنا جميع الأثاث ، وجميع الصناديق في مخزن ، وغيرت سكني ثلاث مرات مختلفة خلال فترة خمسة أعوام ، ثم انتهى بي المطاف في كاليفورنيا واشترت هذا المنزل ، واستغرقت في تجديده عاماً كاملاً ، ثم أحضرت كل أشيائي من منزلي السابق الذي كان لي قبل خمسة أعوام ، وذات صباح أتى إلى مكنتي ابني " كينان " ، وأخذ الصناديق التي كانت محكمة الإغلاق لمدة خمسة أعوام كان موضوعاً على عتبة الباب . سألتني : " ماذا في الصناديق يا أبي ؟ " ، " فقلت : " إنها لوحات الأحلام الخاصة بي " ، وعندئذ سألت : " وما هي لوحات الأحلام ؟ " فقلت : " حسناً ، إنها المكان الذي أضع عليه جميع أهدافي . أقص الصور ثم أضع كل أهدافي عليه كشيء أريد إنجازَه في حياتي " وبالطبع في عمر الخامسة والنصف لم يفهم فقلت : " عزيزي ، دعني أشرح لك ، ستكون هذه هي الطريقة الأسهل " .

فتحت الصندوق ، وعلى إحدى اللوحات وجدت صورة منزل كنت أتخيله قبل خمسة أعوام . ما كان صدمة بالنسبة لي أنا نعيش في ذلك المنزل ، وليس في منزل شبيه له - لقد اشتريت فعلياً منزل أحلامي ، وقمت بتجديده ، ولم أعلم بذلك حتى . نظرت نحو ذلك المنزل وشرعت أبكي ، سألتني كينان : " ماذا يبكيك ؟ " ، " أخيراً

فهمت كيف يعمل قانون الجذب . إنني أخيراً أفهم قوة التخيل . إنني أخيراً أفهم كل شيء ، كنت قد رأيت ، كل شيء عملت عليه طوال حياتي ، والطريقة التي أسست بها الشركات ، لقد أتت بنفع مع منزلي كذلك ، واشترت منزل أحلامنا دون أن ألاحظ .

" الخيال هو كل شيء . إنه الرؤية المسبقة لما سوف تجذبه الحياة وتأتي به " .

(ألبرن أرنستين، ١٨٧٩-١٩٥٥)

يمكنك أن تطلق العنان لخيالك مع لوحة الأحلام . ضع عليها صوراً لكل الأشياء التي تريدها ، وصوراً للهيئة التي تريد لحياتك أن تكون عليها . وتأكد من أن تضعها في مكان تسهل عليك رؤيتها فيه كل يوم ، كما فعل " جون أساراف " . استشعر مشاعر امتلاك تلك الأشياء الآن . وعندما تتلقى ، وتشعر بالامتنان لما تلقيته ، يمكنك أن تحذف صوراً وتضع صوراً جديدة . هذه طريقة رائعة لكي تعرف الأطفال على قانون الجذب ، وأتمنى أن يلهم صنع لوحة الأحلام الآباء والأمهات والمعلمين في أرجاء العالم .

أحد الأشخاص على منتدى موقع " السر " على شبكة المعلومات وضع صورة لأسطوانة فيلم السر على لوحة أحلامه . كان قد رأى " السر " ولكن لم يكن لديه نسخة ملكه . بعد مرور يومين من صنعه لوحة الأحلام الخاصة به ، ألهمني ما فعله أن أكتب إخطاراً في منتدى " السر " بإهداء أسطوانات لأول عشرة أشخاص يكتبون للمنتدى . وكان هو أحد هؤلاء العشرة ! تلقي نسخة من أسطوانة " السر " خلال يومين من وضعها كهدف على سبورة أحلامه . وسواء كان الأمر يتعلق بتعنى الحصول على " السر " أو امتلاك منزل ، فإن بهجة الإبداع والتلقى لا مثيل لها !

مثال قوى آخر للتخيل يأتى من تجربة أمى فى شراء منزل جديد . قدم أشخاص عديدون الى جانب أمى عروضهم لشراء هذا المنزل على التحديد . قررت أمى أن تستخدم " السر " لتجعل المنزل ملكها هى . جلست وكتبت اسمها والعنوان الجديد للمنزل مراراً وتكراراً . واصلت القيام بهذا حتى شعرت وكأنه عنوانها ، ثم تخيلت وضع جميع الأثاث فى ذلك المنزل الجديد . وفى غضون ساعات من القيام بتلك الأمور ، تلقت مكالمة هاتفية تقول إن عرضها قد قبل . كانت فى غاية الفرح والحماس ، لكن لم يضا جنها الأمر لأنها علمت أن المنزل ملكها هى . يا لها من بطلة !

جاك كانفيلد



قرر الشىء الذى تريد . آمن بأن بوسعك أن تحظى به . آمن بأنك تستحقه وصدق أنه ممكن بالنسبة لك . ثم أغلق عينيك كل يوم لدقائق معدودة ، وتخيل امتلاكك ما تريده بالفعل ، استشر أحاسيس امتلاكك له بالفعل . عندما تنتهى من ذلك اجعل تركيزك على ما تشعر بالامتنان له بالفعل ، استمتع به حقاً . ثم امض فى يومك ودع الأمر للخالق وثق فى أن الأمر سيتحقق لك .

السرفى نقاط موجزة



- التوقع قوة جذب فعالة . توقع الأمور التي تريدها ، ولا تتوقع ما لا تريد .
- الامتنان عملية فعالة من أجل تحويل طاقتك وجلب المزيد مما تريد في حياتك . كن ممتناً من أجل ما لديك بالفعل ، وسوف تجذب إليك المزيد من الأمور الطيبة .
- قدم الحمد لله لما سوف يمنحك ؛ مما يشحن رغبتك ويرسل إشارة أكثر قوة إلى الكون .
- التخيل عملية خلق الصور في عقلك ترى فيها نفسك وأنت تستمتع بما تريد . عندما تتخيل ، فإنك تولد أفكاراً ومشاعر قوية لامتلاك الشيء في التو واللحظة ، وعندما يعود قانون الجذب بذلك الواقع إليك ، تماماً كما رأيته في عقلك .
- لكي تستخدم قانون الجذب لصالحك ، اتخذ من ممارسته عادة ، وليس مجرد شيء يحدث مرة واحدة .
- عند نهاية كل يوم ، قبل أن تخلد إلى النوم ، استرجع أحداث اليوم . أية أحداث أو لحظات لم تكن على ما يرام ، استبدل بها في عقلك ما يروق لك .