

به نام خدا

۱۲ قانون در جهان

منهاردیپ سینگ

مترجمان: سالار لیموئی
سیده سارا حسینی کلستانی

سرشناسه: سینگ؛ منهاردیپ Singh, Manhardeep

عنوان و نام پدیدآور: ۱۲ قانون در جهان / منهاردیپ سینگ

مترجمان سالار لیموئی، سیده سارا حسینی کلستانی

مشخصات نشر: انتشارات فرنام، ۱۴۰۳

مشخصات ظاهری: ۶۰ ص

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۸۹۷-۰۹-۱

یادداشت: عنوان اصلی: 12 Laws of the Universe

موضوع: خودسازی (Psychology) Self-actualization

راه و رسم زندگی - جنبه‌های روانشناسی - Conduct of life - Psychological aspects

رده بندی کنگره: BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۹۷۷۴۹۶۲

۱۲ قانون در جهان

منهاردیپ سینگ

مترجمان: سالار لیموئی

سیده سارا حسینی کلهستانی



آماده‌سازی: گروه نشر فرنام

چاپ اول: ۱۴۰۳

چاپ و صحافی: گاندی

تیراژ: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۸۹۷-۰۹-۱

قیمت: ۱۶۵.۰۰۰ تومان



BookoMark.ir



انتشارات فرنام

تمام حقوق برای مؤلف اثر و نشر فرنام محفوظ است.

فهرست

سخن مترجمان:	۶
مقدمه:	۷
۱۲ قانون یا اصل جهان؟	۹
۱۲ قانون جهان چیستند و از کجا نشأت می گیرند؟	۱۰
قانون وحدت الهی	۱۱
چرایی اهمیت قانون وحدت الهی	۱۴
چگونگی استفاده از قانون وحدت الهی	۱۵
قانون ارتعاش	۱۷
فقط احوال خوب	۱۸
قانون جذب	۲۱
چرا جواب نمی دهد؟	۲۱
قانون تناظر	۲۵
دنیای درونی شما منعکس کننده دنیای بیرونتان خواهد بود	۲۵
احوال مالی	۲۶
قانون کنش	۲۹
برای نتیجه گرفتن باید عمل کنید	۲۹
قانون علت و معلول	۳۳
آگاهی مهم است	۳۴
قانون پاداش	۳۷

۳۷.....	بر اساس آنچه می‌بخشید پاداش خواهید گرفت
۳۹.....	قانون دگرگونی دائمی انرژی
۴۰.....	قانون ابرقدرت
۴۳.....	قانون نسبیت
۴۷.....	قانون قطبیت
۴۷.....	همه چیز در پیوستار یک مخالف دارد
۵۱.....	قانون ریتم
۵۲.....	ریتم همه جا هست
۵۳.....	همراه جریان ریتم حرکت کن
۵۵.....	قانون جنسیت
۵۵.....	خلقت هم به بین و هم به یانگ نیاز دارد
۵۹.....	نتیجه‌گیری
۶۰.....	درباره نویسنده

سخن مترجمان:

با افتخار این ترجمه از «۱۲ قانون جهان» را که در اصل نویسنده آن منهاردپ سینگ است و به زبان انگلیسی نوشته شده است، تقدیم شما می‌کنیم. تصمیم برای ترجمه این اثر به زبان فارسی ناشی از تأثیر و ارتباط عمیقی است که این متن در زمینه فرهنگی و فکری خود دارد.

«۱۲ قانون جهان» کاوش منحصربه‌فردی در مضامین فراطبیعی و قوانین الهی ارائه می‌دهد که هم به موقع و هم درک آن ساده است. گرچه این مضامین تا به حال بسیار تکرار شده، نثر و بینش اصلی منهاردپ سینگ عمیقاً در جوامع زبان اصلی طنین‌انداز شده است و اعتقاد ما بر این است که این مضامین با خوانندگان فارسی‌زبان نیز به همان اندازه ارتباط قانع‌کننده‌ای دارند.

ترجمه اثری با چنین عمق و ظرافتی نه تنها نیازمند ارائه وفادارانه متن است، بلکه به درک عمیق زیربنای فرهنگی و زمینه‌ای آن نیز نیاز دارد. در این تلاش، هدف ما حفظ یکپارچگی و روح اثر اصلی و در عین حال قابل دسترس کردن آن برای مخاطبان جدید بوده است. فرایند ترجمه شامل تحقیق در زمینه تاریخی، روانشناسی و تحلیل درک متن برای همه خوانندگان بوده است. هر تصمیم با نهایت احترام به نوشته منهاردپ سینگ و ظرافت‌های روایت اصلی گرفته شد.

امیدواریم این ترجمه به خوانندگان فارسی‌زبان همان سطح تعامل و روشنگری را ارائه دهد که نویسنده برای مخاطب اصلی در نظر گرفته است. ما از شما دعوت می‌کنیم که این سفر فراطبیعی را آغاز کنید و مجموعه‌ای غنی از ایده‌ها و احساساتی را که این قوانین ارائه می‌دهد، کشف کنید. برای ارائه هرگونه پیشنهاد یا انتقاد می‌توانید با ایمیل‌ها یا آدرس‌های زیر در ارتباط باشید:

Salarlimuee@gmail.com
Sarahosseini78@gmail.com

© Salarlimuee
© Sraahosseini

مقدمه:

ماهیت قوانین

فرهنگ لغت قانون را این گونه تعریف می‌کند: چیزی دارای نیرو یا اثر لازم‌الاجرا. واجب است دریابیم که هر قانون، درک وجود قدرتی ناملموس و در عین حال مؤثر است. برای نمونه، قانون جاذبه زمین را در نظر بگیرید؛ جاذبه وجود دارد اما نه می‌توانیم آن را ببینیم و نه احساس کنیم و وجود آن بر هر فرد حاضر بر روی این سیاره اثر می‌گذارد.

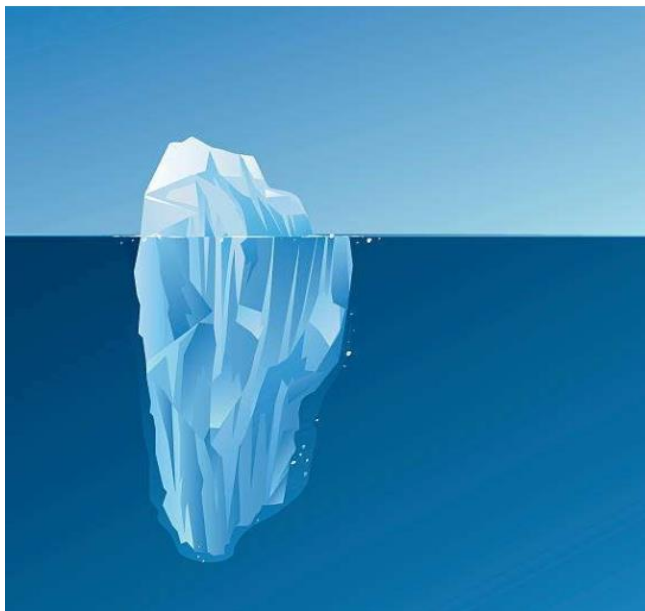
قوانین جهان این ویژگی‌ها را با هم به اشتراک دارند:

ناملموس هستند - ۱۲ قانون مورد بحث ما درک نیروهایی هستند که وجود دارند و بر روی هر موجودی روی سیاره‌مان اثر می‌گذارند و در عین حال ناملموس و نامرئی هستند و نمی‌توان آن‌ها را لمس یا احساس کرد.

حد و مرز ندارند - ۱۲ قانون جهان بی‌حد و مرز هستند و محدود به منطقه خاص نیستند یا با مرز هیچ کشوری متوقف نمی‌شوند. ۱۲ قانون درست مانند هوا همه جا وجود دارند.

بی‌انتهای هستند - این ۱۲ قانون بی‌انتهای هستند؛ همیشه بوده‌اند، هستند و همیشه خواهند بود اما اکنون به وجود آن‌ها پی برده‌ایم.

قانون جذب را برای مثال در نظر بگیرید. احتمالاً در مورد آن شنیده‌اید؛ اما قانون جذب تازه شروع ماجرا است...



قانون جذب در سال ۲۰۰۶ به لطف فیلم و کتاب محبوب راندا برن ۱، راز ۲، توجه زیادی را به خود جلب کرد. چیزی که اکثر مردم متوجه آن نمی‌شوند این است که نه فقط یک قانون، بلکه ۱۲ قانون جهانی وجود دارد. بسیاری از مردم «راز» را پیشگامی برای معرفی قانون جذب به جریان اصلی می‌دانند. از آن زمان به بعد، بسیاری از ما تلاش کرده‌ایم از اصول آن استفاده کنیم تا چیزهایی را که بیشتر از همه می‌خواهیم، در سطوح مختلف موفقیت به منصفی ظهور برسانیم. اما قانون جذب تنها یکی از ۱۲ قانون جهان است. همه‌ی این قوانین در کنار هم کار می‌کنند. قانون جذب به تنهایی مانند تلاش برای گرفتن ماهی با قلاب بدون طعمه است.

1. Rhonda Byrne
2. The Secret

۱۲ قانون یا اصل جهان؟

توصیه من این است که این اصول را درک کنید اما بدانید که همه چیز نیستند. تا آنجا که می‌دانم، این قوانین به من کمک می‌کنند تا با موقعیت‌های زندگی روزمره خود کنار بیایم. آن‌ها به من کمک می‌کنند تا زمانی که اوضاع باب میل نیست، بر چالش‌ها غلبه کنم. به من کمک می‌کنند شرایط را بازبینی کنم تا درک وسیع‌تری داشته باشم.

مهم است که توجه داشته باشیم برای درک این قوانین باید ذهن خود را باز نگه داریم. از همه این‌ها گذشته، دانش و ادراک همواره در حال تغییر و گسترش است. ۱۲ قانون جهان تلفیقی از علم، روح و متافیزیک هستند. آن‌ها را مشعل‌هایی در نظر بگیرید که مسیرمان را در فهم چگونگی سازماندهی هوش جهانی روشن می‌کنند.

نوالی وایلد، عددشناس و نویسنده که در طول جلسات با مراجعین با قوانین جهان کار می‌کند، بیان می‌کند: «درک ۱۲ قانون به ما نشان می‌دهد که چگونه بر همه سطوح زندگی تسلط داشته باشیم و به ما بینشی درباره آنچه می‌توانیم انجام دهیم تا به اهداف خود برسیم، می‌دهد. آن‌ها نشانمان می‌دهند که چگونه به جایی که هستیم رسیدیم، چگونه اعتماد کنیم و از قوانین برای ساخت پلی برای رسیدن به جایی دیگر استفاده کنیم. به عبارت دیگر، قوانین نقشه راه اینکه چگونه می‌توانیم بهترین استفاده را از زندگی ببریم برایمان فراهم می‌کنند.

آماده‌اید که این قوانین را به کار گیرید؟ به خواندن ادامه دهید تا بیشتر درباره ۱۲ قانون جهان، تأثیر آن‌ها بر زندگی ما و چگونگی استفاده از قدرت آن‌ها، بیشتر بدانید.

۱۲ قانون جهان چیستند و از کجا نشأت می‌گیرند؟

باور بر این است که ۱۲ قانون جهان ساختارهای تغییرناپذیر دنیایمان هستند که فرهنگ‌های باستانی به طور غریزی به آن پی برده‌اند. این قوانین اغلب با هواپونوپونو^۱ مرتبط است، مراقبه‌ای برای آزادی که از فرهنگ باستان هاوایی آمده است. با این حال، برخی از قوانین آن برگرفته از فلسفه کیمیای مصر باستان است. قوانین باستان در آزمون گذر زمان تاب آورده‌اند؛ چراکه کایسر، کومار و بسیاری دیگر، سراسر دنیا هنوز با آن‌ها کار می‌کنند. کایسر شرح می‌دهد: «همه قوانین در مورد تسلط بر زندگی با عشق و شادی هستند.»

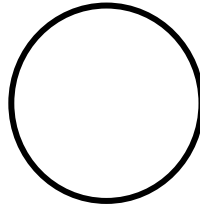
وقتی به قوانین معنوی دنیا می‌اندیشید، شاید ذهنتان مستقیم به سراغ قانون جذب برود. با این حال، پیداست که شبکه کامل از قوانین معنوی به هم پیوسته وجود دارد که می‌تواند بر همه جنبه‌های زندگیتان تأثیر بگذارد. حتی بهتر از آن، می‌توان از این قوانین برای تایید قانون جذب استفاده کرد اما نباید فقط برای نمود چیزهای خاص از آن‌ها کمک بگیرید.

این قوانین معمولاً در روش درمانی هواپونوپونو مورد بحث قرار گرفته‌اند. ۱۲ قانون جهان چیزی بی‌نظیر در مورد رفاه، شادی و موفقیت به ما می‌آموزند. درک این قوانین معنوی مشخص می‌کند که در کجای جهان هستید. کتاب درباره این دوازده قانون بحث و جمع‌بندی انجام می‌دهد؛ همچنین در درک چگونگی اثرگذاری این قوانین بر شما کمک می‌کند و در فهم شما درباره جهان کارساز است.

۱. Ho'oponopono: روش پاکسازی درونی مبتنی بر بخشش، عشق و دگرگونی است که متعلق به بومیان هاوایی است. معنای واژه هواپونوپونو «درست کردن اشتباه» است.

قانون وحدت الهی

همه چیز به هم متصل است



اولین و بنیادی‌ترین قانون جهان، قانون وحدت الهی است که بر پیوستگی همه چیز به هم تأکید دارد. این قانون می‌گوید که فراتر از حواس ما، هر فکر، عمل و رویدادی با هر چیز دیگری ارتباط دارد. به عبارت دیگر، هر انتخاب، کلام، خواسته یا باوری که دارید بر دنیا و افراد زندگیتان تأثیر می‌گذارد.

ما همه به هم متصلیم: شما یا ماهی تیلایا که برای شام خوردید، ریستان و دواين^۱ باریستای رو اعصاب کافه محلی شما. بله، شما و دواين هر دو از یک مکان آمده‌اید و با انرژی‌تان به هم متصل هستید. باور این موضوع شاید سخت باشد زیرا نفسمان فردیت و تفاوت‌هایمان را دوچندان بروز می‌دهد. البته که ما افراد جدا از یکدیگر اما فقط در بُعد سطح واقعیت فیزیکی است. من و شما تجلی

1. Dwayne

فیزیکی انرژی یکسان هستیم. در واقع همه موجودات زنده مظهر همان منبع انرژی هستند و این قانون وحدت الهی است.

مردم معمولاً واقعیت را به بخش‌های جداگانه تقسیم می‌کنند و بنابراین قادر به دیدن وابستگی متقابل همه پدیده‌ها نیستند. دیدن یکی در همه و همه در یک، گذر از مانعی بزرگ است که درک فرد را از واقعیت محدود می‌کند.

-تیک نات هان

بیاید یک قدم جلوتر برویم. وقتی همه به هم متصل هستیم، افکار و اعمالمان بر همه تأثیر می‌گذارد. ما معتقدیم که می‌توانیم در حباب زندگی خود حرکت کنیم بدون اینکه بر مردم، جوامع و محیط اطرافمان تأثیر بگذاریم. در برخی موارد، تأثیر اتصال ما آشکار و فوری است: شما با دوست خود بحث می‌کنید و بعد پشیمان می‌شوید. گاهی اوقات، تأثیر غیرمستقیم است و هرگز متوجه آن نمی‌شوید: وقتی در را برای غریبه‌ای که احساس می‌کند در دنیا نامرئی است و کسی او را نمی‌بیند باز نگه می‌دارید، همین رفتار ساده اعتراف به حضور او، تمام روزش را می‌سازد.

کوچک‌ترین ذره وجودتان به نوعی، شکل یا گونه‌ای به مابقی جهانی که در آن زندگی می‌کنید متصل است.

معنای آن این است که هر کاری که انجام می‌دهیم اثر موجی دارد و نه تنها بر ما، بلکه بر دیگران نیز تأثیر می‌گذارد. به یاد داشته باشید که اعمالتان مهم هستند - هم مهم هستند و هم تفاوت ایجاد می‌کنند. هر چیزی که وجود دارد،

چه دیده شود و چه نه، به هم متصل و در عرصه وحدت الهی از یکدیگر جدایی‌ناپذیر هستند.

درک این قانون مهم است. زمانی که آن را درک کردیم، متوجه خواهیم شد که فقط درباره یکدیگر باید فکر مثبت کنیم. اگر ما درباره دیگران فکر خوبی کنیم، آن‌ها هم نسبت به شما همین فکر را خواهند داشت. ضروری است که افکار، احساسات و اعمالمان مثبت باشند، زیرا ما «هر آنچه را بکاریم، درو می‌کنیم». با درک بهتر این قوانین متوجه خواهید شد چگونه همه آن‌ها به هم مرتبط و بر دنیایمان حاکم هستند و با یکدیگر همپوشانی دارند. همه چیز از آن انرژی تشکیل شده و وجود دارد. ذرات وجودی شما ثابت نیستند؛ در واقع، ذرات ممکن است اکنون از این صفحه، از آسمان، زمین، بهترین دوست و بدترین دشمنان به درونتان سرازیر و از وجودتان خارج می‌شوند. به عبارت دیگر جدایی وجود ندارد. در اینجا این سؤال تأمل‌برانگیز این است: اگر واقعاً می‌دانستید که از زندگی دوستان، همکاران و هر موجودی که تاکنون وجود داشته است جدا نیستید، چگونه رفتار می‌کردید؟ پاسخ این است - احتمالاً متفاوت.

حال بیایید نگاهی عمیق‌تر به درک وحدت الهی داشته باشیم. وحدت الهی نام‌های زیادی دارد. افرادی مثل من آن را «جوهر» یا «جهان» می‌نامند. وین دایر آن را «روح» می‌نامد. برخی به آن «انرژی» می‌گویند. برخی دیگر از نام «کارما» یا «بودا» استفاده می‌کنند. «آن» هر چه باشد، وجود دارد و همه ما را متحد می‌کند.

پس حال دریابیم که چگونه به دیگران متصل هستیم؟ شما از انسانی دیگر متولد شده‌اید، در واقع دو انسان دیگر. دو نفر به هم متصل شدند و تو را به وجود

آوردند. راه دیگری برای ساختن زندگی وجود ندارد. و دو نفری که تو را به دنیا آوردند، دو نفر دیگر به آن‌ها زندگی بخشیده‌اند. و دو نفری که هرکدام را ساختند، دو نفر دیگر نیاز بود تا آن‌ها را به دنیا آورند. این روند همچنان ادامه دارد. همه ما به نحوی از طریق این فرایند به هم متصل شده‌ایم، و از جایی خیلی گذشته و دور، این فرایند از نقطه‌ای آغاز شده است.

بنابراین، شاید تأیید کنید که همه ما به این شکل به هم متصل هستیم؛ اما اتصالمان با دیگر بخش‌های خلقت جز انسان‌ها چیست؟ شما متولد شده‌اید و خواهید مرد که امری اجتناب ناپذیر است. زمان مرگ به زمین برمی‌گردد. کتاب مقدس می‌گوید: «شما از خاک هستید و به خاک باز خواهید گشت.» وقتی می‌میریم به زمین برمی‌گردیم و تبدیل به خاک می‌شویم. خاکی که زمین حاصلخیز را برای رشد خوراکمان ایجاد می‌کند و ما را تغذیه می‌کند. درون آب سرازیر می‌شویم تا به گیاهان و سایر حیات ببخشیم.

به خاک نگاه کنید. خاکی که زمین حاصلخیز را می‌سازد. خاکی که زمین را می‌سازد که غذایمان روی آن رشد می‌کند و مردم را تغذیه می‌کند. آب را به معادله اضافه کنید. آب تبخیر می‌شود و بالا می‌رود؛ تبدیل به باران یا ابرها می‌گردد و آسمان آبی. همه ما به خاک برمی‌گردیم که در زندگیمان بسیار مهم است. همه ما اینگونه با هم ارتباط داریم.

چرایی اهمیت قانون وحدت الهی

همه چیز انرژی است. بنابراین وقتی کم‌انرژی (کم‌ارتعاش) هستید، همان انرژی به دنیا فرستاده می‌شود و ارتعاشات کلی جهان را پایین می‌آورد. همانطور که قانون اشاره دارد، همه ما به هم متصل هستیم. بنابراین ارتعاشات شما بر

ارتعاشات من تأثیر می‌گذارد و بالعکس. بنابراین انرژی پایین شما، انرژی بالای مرا نیز کاهش می‌دهد. به این دلیل که سطح پایین انرژی شما و انرژی بالای من جایی در نقطه‌ای مشترک به متعادل می‌رسند.

فرد کم انرژی چیزهای زیادی را از دنیا می‌گیرد. به طور خودکار افراد را از قرار گرفتن در بالاترین سطح انرژی خود (ارتعاش) باز می‌دارد. مهم است در نظر داشته باشیم که تعداد کافی از افراد کم‌انرژی باعث تلف شدن انرژی کلی دنیا می‌شوند .

همین امر دربارهٔ انرژی بالاتر نیز صدق می‌کند. اگر من و شما بتوانیم در طول زندگی سرحال باشیم و انرژی بالایی داشته باشیم، بر کسانی که انرژی کمتری دارند تأثیر خواهیم گذاشت. حس خوب ما کمی پایین می‌آید، اما حس بد آن‌ها بهتر می‌شود. هر چه ارتعاش بالاتری داشته باشیم، می‌توانیم ارتعاشات پایین‌تری را بالا ببریم.

بنابراین، راز زندگی شاد، سالم، ثروتمند و پربار – بهتر از آن چیزی که حتی بتوانید تصور کنید – در ارتعاشات پنهان است. اما نه فقط در ارتعاشات شما، در ارتعاشات جهان هم همینطور. بنابراین، نگه داشتن جهان در ارتعاش بالا ضروری است. اینگونه کاری می‌کنیم که این دنیا شروع به انجام کارهای شگفت انگیز کند.

چگونگی استفاده از قانون وحدت الهی

قانون وحدت الهی چیزی نیست که «به کار گیرید»؛ در عوض بیشتر زندگی کردن با آگاهی از آن است – همهٔ ما به هم متصل هستیم. این قانون را هنگام

تعامل با دیگران در ذهن خود داشته باشید. با آگاهی اینکه شما با هر کسی و هر چیزی که با آن تعامل دارید در ارتباط هستید، چگونه متفاوت خواهید بود؟ چگونه تعامل خواهید کرد؟ برای بالا بردن ارتعاشات خود و دیگران، چه کاری می‌توانید انجام دهید؟

این‌ها سؤالاتی هستند که باید از خود بپرسید زیرا که اکنون عمیق‌تر به قانون وحدت الهی نگاه می‌کنید.

توصیه: مراقب افکار، اعمال و رفتار خود باشید، زیرا آنها امواجی را به سراسر جهان می‌فرستند و از آنجایی که همه ما به هم متصل هستیم، به شکلی به شما بازمی‌گردند.



قانون ارتعاش

هر چیزی ارتعاش یا فرکانس منحصر به فرد دارد



هر موجودی، هر جسم بی‌جانی، هر فکر، احساس و آرزو ارتعاش منحصر به فرد خود را دارد. علم این بیان را در دنیای فیزیکی ثابت کرده است: فرکانس جامدات کمتر از مایعات و گازها است. به طور مشابه، رنگ‌هایی که می‌بینیم فقط فرکانس‌های مختلف نور هستند (قرمز کمترین فرکانس و بنفش بالاترین فرکانس را دارد). همین مفهوم در مورد افکار و احساسات نیز صدق می‌کند. ارتعاشات عاطفی مانند عشق، شادی و سپاسگزاری نسبت به درد، ناامیدی و خشم فرکانس بالاتری دارند.

فقط احوال خوب

آیا تا به حال شنیده‌اید که کسی بگوید «احساس عجیبی دارم» یا «احساس خوبی درباره‌اش دارم؟» این کار قانون ارتعاش است. از آنجایی که ما خود موجودات ارتعاشی هستیم، به شکل شهودی ارتعاشات افراد و موقعیت‌های دیگر را احساس می‌کنیم. از گذشته به ما آموزش نداده‌اند که از شهود خود استفاده کنیم اما اگر با دقت گوش کنیم، دانش زیادی درون خود داریم. نکته مهم این است که یاد بگیریم از این شهود استفاده ببریم.

اگر می‌خواهید اسرار جهان را بیابید با دیدگاه انرژی، فرکانس

و ارتعاش فکر کنید.

-نیکولا تسلا^۱

اگر می‌خواهید بدانید که در هر لحظه کجا در حال ارتعاش هستید، راهی آسان برای یافتن آن وجود دارد. به چه فکر می‌کنید؟ چه احساسی دارید؟ در اطراف شما چه چیزی در حال رخ دادن است؟ زمانی که در حالت ارتعاش کم هستید، استرس، اضطراب، افسردگی، ناراحتی و خشم را تجربه خواهید کرد. شما افراد کمی نزدیک خود دارید و معمولاً بودن در کنارشان ناخوشایند است.

وقتی ارتعاش بالایی داشته باشید، احساس آرامش، خوش‌بینی، اشتیاق و سپاسگزاری خواهید داشت. در این فضا، همه چیز در جای خود قرار می‌گیرد: به محض اینکه از پله‌ها پایین می‌روید، مترو می‌رسد، غریبه‌ها به شما لبخند می‌زنند و زندگی حس خوبی دارد. البته که اتفاقات بدی خواهد افتاد و ما طبق روال پاسخ خواهیم داد، اما همیشه می‌توانیم پاسخ خود را انتخاب کنیم. فریاد

1. Nikola Tesla

زدن بر سر کسی که صحبت شما را قطع کرده قابل درک است، اما پاسخ کم ارتعاش است. کشیدن نفس عمیق، انتخاب واکنش متفاوت و سپس رها کردن، انتخابی با ارتعاش بالاتر است.

توصیه: به ارتعاشات شهودی خود در هر موقعیت و به ارتعاشاتی که از راه افکار و اعمال تولید می کنید، توجه کنید.

طبق قانون ارتعاش، هر ذره در جهان دائماً در حرکت و حامل انرژی است. این امر در مورد بخش های عظیمی از جهان مانند سیارات و ستاره ها و در عین حال برای صندلی که روی آن نشسته اید یا میزی که رایانه شما روی آن قرار دارد نیز صدق می کند.

علاوه بر آن، هر چیزی فرکانس انرژی خاص خود را دارد. ذرات پرنرژی به شکل طبیعی با ذرات پرنرژی دیگر هماهنگ می شوند و همین امر برای ذرات کم انرژی نیز اتفاق می افتد. اگر هدفتان این است که زندگی پربارتر و رضایت بخشی داشته باشید، بدانید که چگونه باید فرکانس انرژی خود را افزایش دهید.

در موارد جزئی تر، همه چیز در حرکت دائم است و در فرکانس خاص ارتعاش دارد. این امر نه تنها در مورد اشیاء بلکه در مورد فرکانس های شخصی نیز صدق می کند. قانون مورد بحثمان می گوید که فرکانس ارتعاش ما اطلاعاتی را برای تجربه زندگی ما فراهم می کند. برای مثال، ممکن است شما پولی دریافت کنید اما نتوانید آن را نگه دارید، چرا که با سطح پایینی از ارتعاش عمل می کنید. اگر احساس می کنید که نیاز به بالا بردن فرکانس دارید، تمرینات خوب زیادی وجود دارد که شامل یوگا، حمام صدا، و تمرین چاکرا^۱ است.

1. Chakra

هر چیزی در جهان فرکانس و ارتعاش دارد. هیچ چیز متوقف نمی‌شود، زیرا همه چیز همیشه از چیزی رانده یا به سمت چیزی کشیده می‌شود. علاوه بر این، عناصر ارتعاشی مشابه یکدیگر را جذب می‌کنند. بنابراین برای استفاده از این قانون برای جذب خواسته‌های خود، باید ارتعاش خود را با ارتعاش آنچه می‌خواهید تطابق دهید.



قانون جذب

ماندها یکدیگر را جذب می‌کنند



با نگاه دوباره به قانون ارتعاش، می‌دانیم که هر چیزی ارتعاش منحصر به فرد دارد. قانون جذب می‌گوید ارتعاشات با فرکانس یکسان یکدیگر را جذب می‌کنند. افکار با فرکانس بالاتر چیزهای مشابه بیشتری را جذب می‌کنند؛ این وضعیت در افکار با فرکانس پایین‌تر نیز مشابه است. وقتی بتوانید ارتعاش را بالا نگه دارید، متوجه خواهید شد که انگار همه چیز به طور طبیعی طبق خواسته شما پیش می‌رود و چیزهایی که معمولاً شما را آزار می‌دهند اهمیتی ندارند.

چرا جواب نمی‌دهد؟

اکثر مردم دوست دارند از قانون جذب برای جذب چیزهایی به زندگی خود استفاده کنند: شریک زندگی، شغل بهتر، پول بیشتر، و غیره. اگر اینطور بود، همه ما در خانه رویایی خود زندگی می‌کردیم و از بدن خود راضی بودیم اما اینگونه

نیست. دلایل زیادی وجود دارد که چرا مردم نتیجه‌ای از آموزش سستی قانون جذب نمی‌گیرند. یکی از دلایل این است که حواسشان نیست که ۱۱ قانون دیگر وجود دارد که در کنار این قانون در کار هستند. دلیل دیگر این است که آن‌ها با فرکانس خواسته‌های خود مطابقت ندارند. فقط خواستن آن‌ها کافی نیست، شما باید همسوی فرکانس‌های مورد نظرتان شوید.

**ما آنچه را که حس می‌کنیم به دست می‌آوریم،
نه آنچه را که درخواست می‌کنیم.**

مطمئنم که همه شما شخصی را می‌شناسید که عمیقاً چنین احساسی دارد: برد^۱ می‌خواهد معشوق رویایی خود را جذب کند اما از این شکایت دارد که همه افراد خوب قبلاً وارد رابطه شده‌اند و برنامه‌های دوستیابی اتلاف وقت هستند. بدگمانی برد با فرکانس عشقی که او به دنبالش است در تضاد است. برخلاف فراوانی و عشق، ارتعاشی از کمبود و سرخوردگی را از خود ساطع می‌کند. آنچه لازم است انجام دهد این است که انرژی شخصی خود را حول مضمون عشق پاک کند و افکار و اعمال خود را با آن هماهنگ نگه دارد. حالا این به این معنا نیست که او وانمود کند که افسرده نیست. من به او پیشنهاد می‌کنم راهی پیدا کند تا واقعاً مسیر خود را از ناامیدی به عشق تغییر دهد.

توصیه: شما مانند آهنربا هستید و تجربه شما تجسم انرژی است که خودآگاه یا ناخودآگاه آزاد می‌کنید. به اطراف نگاه کنید و درک کنید که محیطی که در آن زندگی می‌کنید نتیجه جذب همین انرژی‌ها است.

همانطور که می‌دانید، قانون جذب به ما می‌گوید که هرچیز مانند خود را جذب می‌کند. بنابراین برای دستیابی به خواسته‌های خود، باید دریابید که چگونه با فرکانس آن‌ها ارتعاش کنید. درس جامع‌تر این است که مثبت بودن، فعال بودن، و دوست داشتن چیزهای مشابه بیشتری را به زندگی شما می‌آورد. در عین حال بدبینی، ترس و رخوت باعث می‌شود که در تمام جنبه‌های زندگی تجربیات منفی بیشتری جذب کنید. حتی امروز، با انتخاب بهتر زیستن، دارید از قانون جذب برای ایجاد زندگی بهتر برای خود استفاده می‌کنید.

شکی وجود ندارد قانونی که بیشتر از همه در جهان راجع به آن بحث شده یعنی قانون جذب، بیشتر نمود پیدا می‌کند. قانون می‌گوید که مشابه، مشابهش را جذب می‌کند و شما به چیزی که روی آن تمرکز می‌کنید، خواهید رسید. نه فقط تمرکز نیاز است بلکه باید باور داشته باشید که آنچه به دنبالش هستید امکان‌پذیر است. مشابه قانون ارتعاش از این دید، نکته مهم این است که یاد بگیرید در سطحی ارتعاش داشته باشید که آنچه را که به دنبالش هستید جذب کند. به عنوان مثال، اگر می‌خواهید عشق بورزید درحالی که عشق نمی‌دهید، پیامی در مورد اولویت‌های خود به کائنات می‌فرستید. اگر جمله‌ای را تکرار کنید اما به آنچه می‌گویید باور نداشته باشید بی‌فایده است. وقتی به جای آنچه که نمی‌خواهیم، روی آنچه می‌خواهیم تمرکز می‌کنیم، در زندگی ما نمود پیدا می‌کند.

علم نشان می‌دهد که همه چیز در جهان در نهایت از انرژی و فرکانس ارتعاش تشکیل شده است. فیزیکدانان کوانتوم ثابت کرده‌اند که گرچه ماده ممکن است مستحکم به نظر برسد، وقتی با میکروسکوپ پر قدرت به کوچک‌ترین اجزا تجزیه می‌شود، بیشتر به شکل فضای خالی با انرژی پراکنده در می‌آید.

حال برای ما این حقیقت به شکل اندیشه بروز می کند. حقیقت یا واقعیتی که به آن اهمیت می دهیم و به آن اعتقاد داریم، در نهایت در ناخودآگاه ما جای می گیرد و به ارتعاش ما تبدیل می شود. بنابراین اگر موانع منفی پیش رو داشته باشیم، این نوع ارتعاش نیز از ما ساطع می شود. برخی از مردم را می بینید که صاف راه می روند و بین جمعیت متمایزند. آن ها واقعاً با داشتن هاله ای مثبت متمایز می شوند و همه بخشی از آن را حس می کنند و می خواهند. این تمایز نه از بیرون، بلکه از درون آغاز می شود و سپس به بیرون نمود پیدا می کند. و این کار قانون ارتعاش است. بسیاری از افراد از افکار منفی یا ارتعاش کم که باعث نابودی زندگی شان می شوند، می هراسند؛ چرا که آن را به خوبی درک نمی کنند. قانون ارتعاش تنبیه نیست بلکه بازتابی از عزت نفس و ذهنیت شما است. شما با عواقب تصمیمات گذشته تان محاصره هستید و توانایی تصمیم گیری به تناسب محیط های مختلف دیگر را دارید.



قانون تناظر

همان‌طور که در آسمان، در زمین هم^۱



دنیای درونی شما منعکس‌کننده دنیای بیرونتان خواهد بود

همان‌طور که در آسمان، در زمین هم: این یکی از مانتراهای زندگی من است زیرا یادآوری ساده‌ای است که آنچه در الگوهای تفکر، باورها و احساسات من اتفاق می‌افتد مستقیماً با درک من در دنیای بیرونی فیزیکی مطابقت دارد. به همین دلیل بسیار مهم است که ابتدا کار درونی را انجام دهید. بخش مشکل این است که ابتدا باید از آنچه در درون می‌گذرد آگاه باشیم، زیرا بسیاری از ما با باورهای ناخودآگاه محدود‌کننده‌ای که از دوران کودکی داریم، دست و پنجه نرم می‌کنیم.

۱. این جمله از متنی به نام لوح زمردین برداشته شده است و بیانگر این ایده است که هرچه نمود ظاهری درون ما است.

۲. مانترا ریشهٔ سانسکریت دارد و به معنای «رها شدن» است و از دو بخش «مان» و «ترا» تشکیل شده است که «مان» به معنی فکر و «ترا» به معنای آزاد شدن است. از مانترا در مدیتیشن استفاده می‌شود و بر روی جسم و روح تأثیر مثبت می‌گذارد.

احوال مالی

بگذارید مثال پول را در نظر بگیریم. همه ما پول بیشتری می‌خواهیم، درست است؟ اما یکی از موضوعاتی است که اغلب با باورهای محدودکننده ریشه‌دار درگیر می‌شود. ما پول بیشتری می‌خواهیم اما هرگز پول کافی نداریم. وقتی همسایگان ما اعلام می‌کنند که پنجاه هزار دلار برای بازسازی هزینه می‌کنند، حسادت می‌ورزیم. وقتی دوستانمان می‌توانند چیزهایی را بپردازند که ما نمی‌توانیم، می‌گوییم «باید چیز خوبی باشد.» همه این موارد از ترس و کمبود ناشی می‌شود که مطمئناً ارتعاشاتی نیستند که پول زیادی را جذب کنند. اگر این موارد کنترل نشوند، الگوهای اعتقادی در واقعیت بیرونی ما به صورت چیزهایی مانند جرمه پارک کردن، صورت‌حساب‌های عقب افتاده یا هزینه‌های غیرمنتظره نمود پیدا می‌کند. البته که این نموده‌ها فقط باور را تقویت می‌کند و چرخه را ادامه‌دار می‌کند.

«شما چیزی را که می‌خواهید جذب نمی‌کنید.»

شما چیزی را که هستید جذب می‌کنید.»

- وین دایر^۱

در عوض، ابتدا باید خود را با ارتعاش درونی فراوانی نعمت هماهنگ کنیم و سپس واقعیت بیرونی شروع به پاسخ متناسب با آن خواهد کرد. مطمئناً وقتی صحبت از موضوعات خاصی است که ما بر آن‌ها تأکید می‌کنیم آسان نیست اما وقتی صحبت از موضوعاتی با محدودیت کم یا بدون محدودیت می‌شود، همه چیز به طرز شگفت‌آوری به سرعت تغییر می‌کند.

1. Wayne Dyer

بسیاری از ما از باورهای محدودکننده خود و محدودیت‌های موجود در ارتعاشات خود ناآگاهیم. به همین دلیل است که مدیتیشن برای کمک به پاکسازی و آرامش ذهنتان بسیار مهم است.

توصیه: اگر می‌خواهید محیط بیرونی خود را تغییر دهید، ابتدا باید تمرین درونی انجام دهید. ثابت بایستید، شرایط را برای خودتان روشن کنید و ببینید که وضعیت شما شروع به تغییر می‌کند. همان‌طور که در آسمان، در زمین هم. قانون تناظر مستقیماً با قانون اساسی وحدت الهی مرتبط است. ایده مهم این است که الگوها خود را در سراسر جهان تکرار می‌کنند، و الگوهای برجسته نیز خود را در مقیاس کوچک تکرار می‌کنند.

برای مثال، به نمونه‌های محبوب الگوهای مارپیچی فکر کنید که در بسیاری از نقاط کهکشان دوباره ظاهر شده‌اند. به دنبال الگوهایی در زندگی و تفکر خود بگردید و ببینید که چگونه در سایر نقاط جهان تکرار می‌شوند. هنگام انجام این کار، انواع تغییرات طرحواره را که ممکن است ایجاد کنید و اینکه آن‌ها چگونه به تغییرات در مقیاس بزرگ منجر می‌شوند را در نظر بگیرید.

قانون تناظر بیان می‌کند که الگوها سراسر جهان تکرار می‌شوند و در سطح شخصی، واقعیت ما بازتابی است از آنچه در آن لحظه درون ما اتفاق می‌افتد. اینگونه فکر کنید «همان‌طور که در آسمان، در زمین هم. همان‌طور که در درون، در بیرون هم.»

مانترای این قانون چیست؟ برای توافق افتاده، نه بر سرت آمده. اگر زندگی ما آشفته و وحشتناک است به این دلیل است که درون ما هرج و مرج و ترس هست. اگر زندگی ما آرام و متعادل به نظر می‌رسد به این دلیل است که آرامش

درونی را احساس می‌کنیم. در هر موقعیت نگران‌کننده‌ای، توصیه می‌شود به دنبال جنبه‌هایی از خودتان و نواحی نیازمند شفای درونی باشید.

اکثر مردم این ضرب‌المثل قدیمی را شنیده‌اند که می‌گویند دنیای بیرونی ما فقط انعکاسی است از آنچه درون ما می‌گذرد. خوب، این معنای قانون تناظر است. واقعیت ما نتیجه غالب‌ترین افکار درونی ماست.

برای نمونه، بسیاری از اوقات می‌شنویم که مردم می‌گویند «همه چیز از آن رویداد یا موقعیت پیچیده شد.» که معمولاً به این دلیل است که ذهنمان به خاطر افکار ریشه‌دار اجازه می‌دهد تا رویدادهای منفی بیشتری رخ دهد. اگر دنیای درونیمان پر از افکار منفی باشد، دنیای بیرونیمان بازتابی از افکارمان خواهد شد. اما چگونه افکار درونی خود را به افکار مثبتی تبدیل کنیم تا موقعیت‌های مثبت بیرونی را جذب کنند؟ کافی است اندیشمان خود را تغییر دهیم. وقتی اندیشه کلی خود را تغییر می‌دهید، بیشتر افکار درونی ناخودآگاه شما تغییر می‌کند و موفقیت، شادی و نتایج مثبت را برای زندگیتان به ارمغان می‌آورد.

فرضیه پشت قانون تناظر این است که زندگی ما با الگوهای ناخودآگاهی که هر روز تکرار می‌کنیم ساخته می‌شود که این الگوها یا در خدمت ما هستند یا مانع پیشرفت‌مان می‌شوند. این قانون را با درک الگوهای خود که معمولاً از راه پیوندهای خانوادگی منتقل می‌شوند، فعال کنید و سپس آگاهانه برای شکستن و تغییر آن‌ها قدم بردارید.

قانون کنش

نمود، نیاز به کنش همسو دارد



برای نتیجه گرفتن باید عمل کنید

نشستن و فکر کردن به مسائل در واقع، خوب است، اما ظهور تفکر اینگونه اتفاق نمی‌افتد. گرچه ارتعاش قطعه بزرگی از پازل است، برای به دست آوردن نتایج واقعی به کنش الهام‌بخش نیاز است. واژه کلیدی کنش الهام‌بخش است. کنش الهام‌بخش، کنشی است که با آنچه واقعاً به آن علاقه دارید، همسو است که آن را خواهید فهمید؛ زیرا باید آن کار برایتان چالش‌برانگیز اما لذت‌بخش باشد و حس کشمکش با ناامیدی و اضطراب را به همراه نخواهد داشت.

هر فرد موفق به شما خواهد گفت که موفقیت او با خون، عرق و اشک فراوان همراه بوده است. این حرف برای ترساندن شما نیست، بلکه برای ایجاد انگیزه است. نویسندگان اغلب می‌گویند که ساعت‌ها بدون توجه به گذر زمان مشغول

نوشتن هستند زیرا کار آن‌ها برایشان پوزحمت اما از روی عشق است. آن‌ها سخت کار کردند اما زجر نکشیدند. آثار آن‌ها شاید پرفروش شوید یا هرگز دیده نشوند، در واقع شاید هرگز موفق نشوند اما موفقیت در نتایج نیست، بلکه در چیزهایی است که آن‌ها طی فرآیند کار یاد گرفته‌اند. وقتی برای آنچه واقعا می‌خواهید ثابت‌قدم باشید، خسته‌کننده به نظر نمی‌آید.

«افکار تان خواسته‌هایتان را شکل می‌دهند و با کنش مصمم،

آن‌ها را دریافت می‌کنید.»

- جن سینسرو^۱

برخی اوقات، حتی کوچک‌ترین کنش‌ها فرصت‌های بزرگ‌تر را به ارمغان می‌آورد که منجر به چیزهای دیگری می‌شوند که شما را به هدف خود نزدیک می‌کند و...؛ اما درک آن همیشه واضح نیست، بنابراین راهکار این است که از شهود خود استفاده کنید و بیش از حد فکر نکنید یا اجازه ندهید که خودتان مانع مسیرتان شوید. ما باید باور کنیم که نتیجه حاصل تلاش و سختی است که درست است، اما دربارهٔ اینکه این تلاش روند مبارزه است یا برتری می‌توانیم تصمیم بگیریم.

توصیه: فهرستی از کارهایی که در زندگی روزمره خود انجام می‌دهید تهیه کنید. آیا کنش‌هایتان خواسته‌های شما را برآورده می‌کنند؟ اگر چنین است، چالش است یا مبارزه؟ چالش برای شما خوب است، اما مبارزه نشانهٔ حتمی است که باید کمی آسان بگیرید.

کسانی که به قانون جذب عمل می‌کنند اغلب آرزو دارند که ای کاش قانون کنش را زودتر می‌شناختند. این دو قانون ارتباط نزدیکی با هم دارند و قانون کنش به ما می‌گوید که ما باید فعالانه اهداف خود را دنبال کنیم.

بسیاری از مردم تصور می‌کنند که تجسم اهداف و ایجاد نگرش مثبت نسبت به آن‌ها برای استفاده از قانون جذب کافی است؛ اما شما باید برای رسیدن به اهدافی که می‌خواهید قدم‌های الهام‌بخش نیز بردارید. خواه یک قدم بزرگ باشد یا قدم کوچک، بلافاصله به شما کمک می‌کند تا رابطه، شغل یا نعمات بهتری را که به دنبال آن هستید جذب کنید.

قانون کنش که رابطه نزدیکی با قانون جذب دارد، کاملاً درباره برداشتن گام‌های واقعی و عملی برای دعوت آنچه می‌خواهیم به زندگی‌مان است. این الهام اغلب از دل آدمی می‌آید.

«کنش الهام‌بخش تلنگر ملایم و درونی است و همیشه برنامه عملی نیست.»

برای عمل به این قانون کاهش سرعت، سکوت و داشتن فضایی برای هدایت درونی لازم است. زمانی که نیاز به سازماندهی و کنترل نحوه عملکرد کارها را کنار می‌گذاریم و در عین حال همه احتمالات را در نظر می‌گیریم، فضایی برای راه‌های جدید برای دستیابی به اهدافی که در نظر نگرفته‌ایم باز می‌شود. در حالی که قانون جذب درباره هماهنگ کردن خود با آنچه می‌خواهید است، قانون کنش در مورد اقدام برای رسیدن به آنچه می‌خواهید است. بنابراین، مطمئناً می‌توانید یک تابلوی چشم‌انداز ایجاد کنید اما مسئله مهم‌تر این است که قدم‌های عملی برای نزدیک‌تر کردن خود به آن چشم‌انداز بردارید.

قانون علت و معلول

هر کنش نتیجه‌ای دارد



اصل تأثیرگذاری نیت‌ها و اعمال فرد بر آینده او آنقدر در همه جا حاضر است که در بسیاری از سنت‌های معنوی دیگر پدیدار می‌شود. کارما نمونهٔ محبوب است. من بر این باورم که تقریباً همه فرهنگ‌های جهان در واژگان خود دارای نوعی عبارت «هر چه بکارید درو می‌کنید» یا «از هر دست بدی، از همون دست هم میگیری» دارند. با بازگشت به اولین قانون جهان، می‌دانیم که هر چیزی که فکر می‌کنیم یا انجام می‌دهیم مجزا نیست، زیرا انرژی همهٔ ما به هم متصل است. افکار و اعمال ما چه خوب باشد چه بد، در نهایت به نحوی به ما باز خواهد گشت.

«آدم‌های ضعیف به شانس اعتقاد دارند و آدم‌های قوی به علت و معلول.»

– رالف والدو امرسون^۱

اگر می‌خواهید دوست داشته شوید، به اطرافیان خود عشق بورزید. اگر وفور نعمت‌ها می‌خواهید، سخاوتمندانه ببخشید. اگر می‌خواهید زندگی سالمی داشته باشید، باید خوب غذا بخورید و منظم ورزش کنید. اگر خیلی ساده است، چرا ما با آن مشکل داریم؟ فکر می‌کنم آگاهی از اعمال، افکار و نیت‌ها خودمان ارتباط زیادی با این موضوع دارد. وقتی نوبت به ایده‌های ما می‌رسد، اغلب سرخود هستیم، بنابراین نمی‌دانیم فرصتی برای به‌روزرسانی آن‌ها برای نتایج مطلوب‌تر وجود دارد.

آگاهی مهم است

مشکل این است که ما همیشه از الگوهای فکری خود آگاه نیستیم و بعد می‌خواهیم بدانیم که این وضعیت در نهایت چگونه برای ما اتفاق افتاده است. فریاد زدن «چرا من؟» ذهنیت قربانی کم‌ارتعاش است و اگر کنترل نشود، بازهم تجربه‌ای را پیش می‌آورد که باعث می‌شود احساس قربانی بودن کنیم. به جای «چرا من؟»، نفس عمیق بکشید و سوال نیروبخش‌تر بپرسید: «برای این پیشامد چه کار کردم؟» در پاسخ به این سوال با خودتان صادق باشید. وقتی ما به جای اینکه قربانی آنها شویم، مسئولیت شرایط خود را بر عهده می‌گیریم، متوجه می‌شویم که عروسک خیمه شب‌بازی نیستیم و در واقع عروسک گردان هستیم. موضوع بحث دربارهٔ مسئولیت‌پذیری در قبال زندگیتان و آگاهی از همسویی افکار و اعمالتان با نتایجی است که می‌خواهید به دست آورید.

1. Ralph Waldo Emerson

توصیه: به زندگی خود نگاه کنید و ببینید که چگونه نیت‌ها، افکار و اعمال شما به آنچه تجربه می‌کنید کمک می‌کند. دفعه بعد، فرصت را غنیمت بشمارید و تصمیم بهتری بگیرید و سپس ببینید که آن موقعیت‌های منفی به موقعیت‌های مثبت تبدیل می‌شوند.

یکی از ساده‌ترین قوانین جهان یعنی قانون علت و معلول، به ما می‌گوید که همه کنش‌ها و واکنش‌های متناظری دارند. البته وقتی صحبت از جنبه‌های فیزیکی دنیا می‌شود، این را می‌دانید. با این حال، شاید فکر نکرده باشید که این قانون چگونه در جنبه معنوی جهان ما اعمال می‌شود.

زندگی معنوی شما بر دنیای اطرافتان تأثیر می‌گذارد و باعث واکنش‌های مثبت یا منفی می‌شود. به همین ترتیب، محیط فیزیکی شما، چه خوب و چه بد، بر معنویت شما تأثیر می‌گذارد. از خود پرسید که چه نوع رابطه‌ای بین جنبه‌های معنوی و فیزیکی می‌بینید و چگونه می‌خواهید آن‌ها را تغییر دهید.

این قانون نسبتاً ساده رابطه مستقیم بین اعمال و رویدادها را برجسته می‌شمارد. نکته مهمی که باید به آن توجه کرد این است که ما معمولاً نمی‌توانیم بلافاصله اثرات را ببینیم، اما در نهایت ظاهر می‌شوند.

کاری که شما انجام می‌دهید شاید در آن لحظه به شما بازنگردد، اما آن ارتعاش و آن انرژی که منتشر می‌کنید، اثر موج دارد. اگر انرژی‌تان از محل خشم یا عصبانیت می‌آید، در نهایت تأثیرش را خواهید دید.

به معنای واقعی کلمه - آنچه را که بکاریم درو می‌کنیم. هر چیزی که در زندگی تجربه می‌کنیم نتیجهٔ زنجیره‌وار از رویدادها یا فعالیت‌هاست.

قانون علت و معلول که به نام قانون کارما نیز شناخته می‌شود، تصریح می‌کند که هر کنشی، واکنشی دارد و مهم نیست که چه عملی انجام دهید، هر چقدر خوب یا بد باشد؛ به شما باز خواهد گشت. برای استفاده از قدرت این قانون، آگاه باشید که اعمال و تصمیمات شما نه تنها بر روی شما، بلکه بر همهٔ اطرافیان‌تان تأثیر می‌گذارد، بنابراین فقط روی ارسال ارتعاشات خوب تمرکز کنید.



قانون پاداش

ما برای کنش درست پاداش می‌گیریم



بر اساس آنچه می‌بخشید پاداش خواهید گرفت

قانون پاداش در واقع بسط قانون علت و معلول است، مخصوصاً برای پاداش در دنیای مادی: چیزهای خوب مانند وفور نعمت‌ها، روابط و فرصت. این قانون بیان می‌کند که ما بر اساس کارهای خوبی که می‌کنیم و ارزشی که ارائه می‌دهیم، برکت خواهیم داشت؛ وقتی به دیگران سخاوتمندانه کمک کنیم، سخاوتمندانه نیز پاداش خواهیم گرفت. به یاد داشته باشید که انواع مختلفی از پاداش وجود دارد، نه فقط پول، خانه زیبا، خودروی فراری، یا استراحت در ساحل. پاداش به شکل موهبت نیز است؛ مانند سلامتی، دوستان وفادار، خانواده‌های دوست داشتنی، معلمان یا مربیان، فرصت‌های شغلی، ایده‌های میلیون دلاری و

بسیاری از اوقات، به دیگران آنچه را که فکر می‌کنیم سزاوارش هستند، می‌دهیم. این ذهنیت خوب است، اما به وفور نعمت تبدیل نمی‌شود. با این حال، اگر طرز فکر خود را به بخشش بیشتر تغییر دهیم و از انتظارات فراتر برویم، بر اساس آن پاداش دریافت خواهیم کرد.

توصیه: آنچه را که برای زندگی بگذارید به دست می‌آورید؛ پس هر کاری که انجام می‌دهید، تمام تلاش خود را بکنید و بکوشید بهترین خود باشید. سخاوتمند و مهربان باشید و وقتی به شما بازگشت، آن را با متانت و آغوش باز بپذیرید.

طبق قانون پاداش، آنچه را انجام دهید دریافت خواهید کرد؛ درست شبیه به قانون جذب اما بر این ایده متمرکز است که پاداش اشکال مختلفی دارد. برای مثال، اگر پول زیادی دریافت کنید، شاید فکر کنید که پاداش دریافت می‌کنید. با این حال، بسته به سبک زندگی شما، شاید ثروت کلان‌تان به جای زندگی بهتر، منجر به زندگی بدتر شود. اساساً آنچه را که بکارید درو می‌کنید. این قانون به شما یادآور می‌شود که مراقب دیگران، حتی زمین باشید. برای نمونه، برای عمل به این قانون در جهت جذب عشق و حمایت از خود بپرسید: «امروز به کجا فراخوانده شده‌ام تا خدمت کنم و دیگران را حمایت کنم؟»

«این کار ایمانی به ما القا می‌کند: تا زمانی برای اعمالمان پاداش می‌گیریم که

آماده دریافت آن از همه راه‌های مختلفی که کائنات می‌تواند

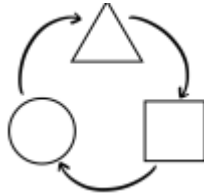
به ما ببخشد، باشیم.»

آنچه باید روشن بیان شود این است که پاداش در این زمینه به قراردادهای کاری یا پاداش مالی محدود نیست. بلکه دریافت پاداش برای تمام کمک‌های شما به دنیای اطرافتان است؛ از جمله عشق، شادی و مهربانی که می‌گسترانید. همه چیز پاداش دارد.



قانون دگرگونی دائمی انرژی

انرژی همیشه در حال حرکت و تغییر است



این قانون یکی از قوانین مورد علاقه من است به خصوص زمانی که احساس می‌کنم گیر کرده‌ام. تا اینجا ما در مورد اهمیت انرژی و حفظ ارتعاش بالا صحبت کردیم. در واقع هر کدام خوب به نظر می‌رسند اما همه ما می‌دانیم که در زندگی چالش‌های ناگهانی پیش می‌آید که واقعا ناامیدکننده هستند. اگر ما فقط ۷ قانون ابتدایی جهان را داشتیم، در ترس از موقعیت‌های منفی زندگی می‌کردیم. این قانون به ما یادآوری می‌کند که هیچ چیز برای ترسیدن وجود ندارد، زیرا انرژی معمولاً در جریان است و حتی بهتر از آن، شما قدرت تبدیل (تغییر) آن را دارید.

قانون ابرقدرت

شاید به نظر برسد که گویی شما ابرقدرت دارید - و همینطور هم هست و یکی از چیزهایی است که به طرز ناخوشایندی ساده‌تر از آنچه هست به نظر می‌رسد. حتما شنیده‌اید که «انرژی جایی جریان دارد که توجه می‌رود» که جان کلام این قانون است. متفکر افکار شما کیست؟ شما هستید. بنابراین با استفاده از قدرت خود برای فعال کردن افکاری که به شما خدمت می‌کنند به جای افکاری که بهتان کمک نمی‌کنند، می‌توانید احساسات منفی را ابتدا به احوال خنثی و سپس به قلمرو شادتر تبدیل کنید.

میان محرک و پاسخ، فضایی وجود دارد. در آن فضا قدرت انتخاب پاسخمان را داریم. در پاسخ ما رشد و آزادیمان نهفته است.

- ویکتور فرانکل^۱

دواین، باریستای رواعصاب قانون اول را به خاطر دارید؟ فرض کنید او از کارش اخراج شد و به خانه آمده و دیده شریک زندگی‌اش او را ترک کرده است. چیزهای مزخرف رخ می‌دهند و مطمئناً افکاری با فرکانس پایین به وجود می‌آیند: عصبانیت، رنجش، غم و خیلی از احساسات دیگر. این احساسات ارزشمندند و باید اذعانشان کرد. اما بین اذعان و غرق شدن تفاوت وجود دارد. در نهایت ترحم زانوی غم بغل گرفتن تمام می‌شود و دواین باید با ارتقاء افکار خود به افکاری که به او خدمت می‌کنند به جای آن‌هایی که او را در ناراحتی نگه می‌دارد، دوباره خود را از جا بلند کند. شاید او به هر حال شغلش را دوست نداشته باشد؛ این به آن معناست که او زمان بیشتری برای تمرکز بر یافتن شغلی بسیار

1. Victor Frankl

بهتر خواهد داشت. در مورد شریکش باید گفت او به قدری آشفته بود که دواين پس از بازگشت از شيفت کاری خود به خانه، ساعت‌ها را صرف مرتب کردن بهم‌ریختگی‌های او می‌کرد. بنابراین اکنون افکار دواين تغيير می‌کند که در آن می‌تواند زمان بیشتری را صرف لذت بردن از خانه تمیز خود کند. دگرگونی انرژی یک شبه اتفاق نمی‌افتد، اما با گام‌های کوچک همه چیز برای دواين بهتر می‌شود.

توصیه: شما همیشه می‌توانید با انتخاب فکری که با حس بهتری به شما می‌دهد، تغییرات مثبتی را در زندگی خود ایجاد کنید. از داستان‌هایی که به خود می‌گویید آگاه باشید و آن‌ها را به داستان‌هایی ارتقا دهید که به جای اینکه شما را در جایی که هستید نگه دارد، شما را به جایی که دوست دارید باشید نزدیک‌تر کند.

قانون دگرگونی دائمی انرژی بیان می‌کند که همه چیز در اطراف ما مدام در جریان است. شما نمی‌توانید همه این تغییرات را ببینید زیرا بسیاری از آن‌ها در سطح سلولی یا اتمی اتفاق می‌افتند، اما به هر حال ادامه می‌یابند.

آگاهی داشتن از این قانون بسیار مهم است چرا که به شما کمک می‌کند تا ببینید چگونه توانایی ایجاد تغییرات مثبت را دارید. به شکل خاص، چگونه ارتعاشات زیاد باعث بهبود ارتعاشات کم می‌شوند. برای نمونه، اگر با فرکانس پایین ارتعاش دارید، قرار گرفتن در معرض فرکانس بالای دوست شاد و دلگرم، به طور طبیعی باعث دگرگونی انرژی در شما می‌شود.

این قانون بیان می‌کند که در سطح انرژی، همه چیز در جهان به طور مداوم در حال تکامل یا نوسان است. در پس هر کنش فکری وجود دارد و خود افکار این توانایی را دارند که نهایتاً در واقعیت فیزیکی ما متجلی شوند.

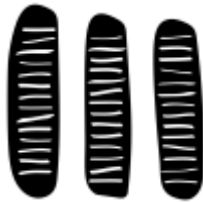
تا به حال اطراف فرد منفی‌باف بوده‌اید که احساس کنید انرژی مثبتتان در حال کاهش است؟ این یکی از نمونه‌ها است - اما عکس آن نیز صادق است: فرکانس‌های بالاتر، فرکانس‌های پایین‌تر را وقتی با هدف اعمال می‌شوند، دگرگون می‌کنند. با دانستن این موضوع، می‌توانیم با افکار و اعمال خود فعالانه به دنبال متعادل کردن انرژی منفی اطراف خود باشیم.

«معنای این قانون این است که حتی کوچک‌ترین کنش می‌تواند تأثیر عمیقی داشته باشد. مانند دانهٔ درخت قدرتمندی که تمام توانایی خود را در پوستهٔ کوچک خود نگه می‌دارد، شما نیز در درون خود قدرت دارید که کوه‌ها را جابجا کنید.»

برای عمل به این قانون، توصیه می‌شود هر روز کارهای کوچکی انجام دهید که انرژی شما را بالا می‌برد؛ آواز خواندن زیر دوش، جوری که انگار کسی شما را تماشا نمی‌کند یا هر چیزی که برایتان مفید است. به یاد داشته باشید، تغییرات کوچک برابر است با نتایج بزرگ.

قانون نسبیت

همه چیز نسبی است



تصور کنید: صبح زود از خواب بیدار می‌شوید و روز را به شکل غیرعادی روشن می‌بینید. تازه بعد از آن متوجه شدید که زنگ ساعت تلفن همراهمتان به صدا در نیامده چون کابل شارژ درست وصل نشده و حالا تلفن خاموش شده است. کارتان نیم ساعت دیر شده است.. با خود کلنجار می‌روید اما همیشه برای تشریفات روزانه مورد علاقه خود وقت می‌گذارید که همه چیز را بهتر می‌کند: قهوه آمریکایی صبحگاهی از کافه محلی. اما امروز حتماً دواين، باریستای کم‌هوش و حواس بود که سفارش شما را خراب کرد (دوباره) و در نهایت مجبور شدید به یک فنجان موکا بسنده کنید. سپس، در حالی که شما برای رسیدن به محل کارتان عجله داشتید، برگ جریمة سرعت دریافت می‌کنید.

اکثر مردم هم‌نظر هستند که شروع روز بدی است. اما جورج، مرد بی‌خانمانی که بیرون از کافه نشسته است، که شاید هم متوجه آن نشده باشید، خوشحال خواهد شد که در آن زمان جای خود را با شما عوض کند: او نه تختی برای بیدار شدن روی آن دارد، نه تلفنی برای شارژ کردن، نه کاری برای دیر رفتن سراغ آن، نه پولی برای قهوه و نه ماشینی برای شتاب گرفتن در آن.

«اگر به آنچه در زندگی دارید نگاه کنید، همیشه چیزهای بیشتری خواهید داشت. اگر به چیزهایی که در زندگی ندارید نگاه کنید، هرگز به اندازه کافی نخواهید داشت.»

- اپرا وینفری^۱

این قانون به ما یادآوری می‌کند که تجربیات خوب یا بد نیستند؛ آن‌ها خنثی هستند. این ادراکات انسانی ما (عواطف، افکار، قضاوت‌ها) است که تجربیات را ارزیابی می‌کند و مقایسه آن‌ها دلیل برچسب‌گذاری خوب و بد ما به روی آن‌ها است. حالا من نمی‌گویم همه بیرون برویم و مغزمان را از جا برداریم اما این قانون یادآور قدرت ادراک است. از این بینش به نفع خود استفاده کنید. موقعیت خوب یا بد حقیقت اساسی نیست و فقط درکی است که شما بر اساس مقایسه این تجربه با چیز دیگری به دست می‌آورید.

توصیه: نگاه کردن به موقعیت «بد» از دیدگاهی متفاوت در واقع به شما کمک می‌کند تا آن‌را به موقعیتی برای سپاسگزاری تبدیل کنید. مهم نیست چقدر وضعیت برایتان بد باشد چرا که کسی همیشه در وضعیت بدتری قرار خواهد گرفت. به‌جای اینکه احساس کنید قربانی هستید، آن‌را دوباره به موقعیتی برای سپاسگزاری تبدیل کنید.

1. Oprah Winfrey

وقتی به چیزها به صورت مجزا نگاه می‌کنیم، دید قانون نسبیت به خنثی بودن آن‌ها است. بنابراین، هیچ فرد، تجربه، احساس یا رفتار خاصی قبل از مقایسه با چیز دیگری خوب یا بد ارزیابی نمی‌شود. برای مثال، شاید فکر کنید فقیر هستید اما به این دلیل که سه عموی ثروتمند دارید. با در نظر داشتن این قانون می‌توانید به این نکته توجه کنید که هر اتفاقی برای شما بیفتد همیشه دیدگاه‌های متعددی درباره‌اش وجود خواهد داشت. تلاش برای دیدن دیدگاه‌های مختلف شما را سپاسگزارتر می‌کند و همچنین راه پیشرفت را به شما نشان می‌دهد. این قانون بیان می‌کند که ما تمایل داریم همه چیز را در دنیا مقایسه کنیم اما در واقعیت، همه چیز خنثی است. نسبیت در همه چیز وجود دارد. در نهایت، معنا به دیدگاه و ادراک ما برمی‌گردد.

عمل به این قانون به ما کمک می‌کند تا سخت‌ترین بخش‌های زندگی خود را با شفقت بیشتری درک کنیم. برای مثال، اگر نسبت به وضعیت زندگی خود احساس ناسپاسی داریم، شاید به این دلیل باشد که نظم زندگی خود را با دیگران مقایسه می‌کنیم. از سوی دیگر، بهتر است بدون مقایسه با چیزهای دیگر قدردان آنچه را که داریم باشیم.

هیچ چیز خوب یا بدی وجود ندارد و هیچ‌کس خوب یا بد به دنیا نمی‌آید. همه چیز مجموعه‌ای از بیان‌ها است و برای هر موقعیت یا چالشی بیش از یک دیدگاه وجود دارد. به عبارت دیگر، این ما هستیم که به چیزها معنا می‌دهیم؛ بنابراین می‌توانیم انتخاب کنیم که چیزها را برای خود بد یا خوب ببینیم.

قانون قطبیت

هر چیزی دو طرف دارد



همه چیز در پیوستار یک مخالف دارد

اگر سرما را تجربه نمی‌کردید چگونه می‌فهمیدید گرما چیست؟ اگر هرگز احساس غم و اندوه نداشتید، چگونه احساس شادی را می‌دانستید؟ شما به یکی از آن‌ها نیاز دارید تا دیگری را تجربه کنید و این جوهره قطبیت است. پس بیایید لحظه‌ای برای چیزهای «بد» در زندگی که به ما امکان می‌دهد چیزهای خوب را تجربه کنیم، سپاسگزار باشیم. من در آب و هوایی زندگی می‌کنم که در آن زمستان‌های سرد و دلگیر داریم اما آموخته‌ام که این همان چیزی است که لذت بهار را به تجربه شگفت‌انگیزی تبدیل می‌کند و باعث می‌شود روزهای گرم و آفتابی را بیشتر دوست داشته باشم و قدردان آن باشم.

«همه حقایق چیزی جز نیمی از حقایق نیستند و هر حقیقتی نیمی نادرست است. هر چیزی دو طرف دارد، اضداد در طبیعت یکسان اما در درجه متفاوت هستند.»
- کیالیون^۱

می‌توانیم همین مفهوم را در مورد احساسات خود به کار ببریم: از راه یأس از دست دادن یکی از عزیزان به دلیل بیماری، می‌توانیم یاد بگیریم که قدر سلامت خود را بدانیم و گذران وقت در کنار خانواده و دوستان را غنیمت بشماریم. بدون غم از کجا بفهمیم شادی چگونه است؟ بدون یکی، دیگری وجود ندارد. همه احساسات انسانی ما بخشی از تجربه انسانی هستند و هدف بزرگ‌تری را دنبال می‌کنند، خواه حس خوب یا حس بد منتقل کنند.

از آنجایی که همه نکات در زنجیره عاطفی برای ارائه تجربه کامل زندگی ضروری است، می‌توانیم بپذیریم که احساسات منفی هدف دارند. اگر عصبانی، غمگین یا افسرده هستیم، احساسی ارزشمند و با دلیل است. چه چیزی به شما یاد می‌دهد؟ ما تمایل داریم در برابر این احساسات مقاومت کنیم و آن‌ها را سرکوب کنیم زیرا خوشایند نیستند. با این حال، هنگامی که از این مرحله فراتر رفتیم، پیام مهمی خواهد داشت که به رشد عاطفی و شخصی ما کمک می‌کند.

توصیه: احساسات منفی اجتناب‌ناپذیر اما ضروری هستند. بدون آن‌ها، نمی‌دانستیم که احساسات مثبت چیست. هدف این است که احساسات را بپذیرید؛ بپذیرید که به جای مقاومت در برابر آن، روی اینکه چگونه به شما در ادامه راه یاری می‌رساند تمرکز کنید.

۱. کتاب کیالیون سه مضمون اصلی دارد: فلسفه‌های اساسی، قوانین جهان و قوانین ذهن. این کتاب را نویسنده‌ای با نام «سه آغازگر» و یا به گفته برخی منابع نویسنده نام آشنا «ویلیام واکر اتکینسون» نگاشته است.

هنگام تعمق دربارهٔ قانون قطبیت، مهم‌ترین چیزی که باید به خاطر بسپارید این است که همه چیز نقطه مقابل دارد و وجود این اضداد است که بهمان امکان می‌دهد زندگی خود را درک کنیم. بنابراین، تجربهٔ برخی مشکلات، به شما کمک می‌کند تا واقعاً قدردان پیشرفت خوب پیش رو باشید.

با به خاطر آوردن منظم این موضوع، می‌توانید توانایی انعطاف‌پذیری خود را در زمان‌های سخت بهبود ببخشید. برای مثال، گرچه جدایی بد، دردناک است، به شما می‌آموزد که چه چیزی را در رابطه نمی‌خواهید و کمک می‌کند تا در نهایت آنچه را که می‌خواهید و خوب است پیدا کنید.

این قانون می‌گوید که هر چیزی در زندگی مخالفی دارد. خوب و بد، عشق و ترس، گرم و سرد. نکتهٔ مهم، فهم این است که این‌ها دو روی یک سکه هستند. از این مانترا برای عمل به این قانون استفاده کنید: همهٔ تضادها وضوح بیشتری به ارمغان می‌آورند. برای مثال، اگر با موقعیت دشواری مانند جدایی یا مشکل سلامتی مواجه هستید، از ضد آن و موقعیت مقابل آن آگاه باشید؛ شاید دیدگاه یا درس جدیدی را برایتان آشکار کند.

وقتی که معنای این قانون را مطالعه کنید می‌بینید که می‌تواند نقش زیادی ایفا کند. با این حال، به زبان ساده، همه چیز دارای دو بخش متضاد است. مثلاً کم و زیاد، آهسته و سریع، سفید و سیاه. گیج شدید؟ می‌دانم درک آن می‌تواند بسیار سخت باشد.

اما راجع بهش اینگونه فکر کنید: همه چیز خوب است و با خوب، بد نیز می‌آید. برعکس، برای مثال، اگر در موقعیت بدی هستید، حتماً جنبه‌های مثبتی نیز در آن وجود دارد. خواه از چیزهایی که از موقعیت یاد گرفتید باشد، یا اتفاقی که پس

از حادثه افتاد... فارغ از اینکه چگونه به آن نگاه کنید، هیچ چیز کاملاً اشتباه نیست.

هر چیزی وجه مخالف دارد: اگر افزایشی هست، کاهش نیز وجود دارد. اگر نور هست تاریکی هم هست. هیچ کدام بدون دیگری نمی‌تواند وجود داشته باشد. تجربه این قطبیت‌ها بخشی از تجربه انسان است. این تجربیات همچنین به ما کمک می‌کنند که از اشتباهات خود درس بگیریم و آنچه را که نمی‌خواهیم، تشخیص دهیم و بهتر بدانیم دنبال چه چیزی هستیم.



قانون ریتم

هیچ چیز پایدار نیست



زمین به دور خورشید، ماه به دور زمین و زمین هر بیست و چهار ساعت یک بار حول محور خود می‌چرخد. چهار فصل تغییر می‌کند، جریان آب جزر و مد می‌کند، روز به شب تبدیل و دوباره روز می‌شود؛ و این‌ها تجلی ریتم برای هزاران سال است. انرژی همیشه در حال حرکت است و این حرکات چرخه‌ها و الگوهایی را ایجاد می‌کنند. چنین چرخه‌ها و الگوهایی را در بازار سهام، گرایش‌های سیاسی-اجتماعی و حول زندگی دیده‌ایم. هر کدام هدف و عملکرد متفاوتی دارد اما با هم برای وضعیت کلی ضروری هستند.

«علاقه‌مندی به تغییر فصول، ذهنیتی شادتر از دیوانه‌وار عاشق بهار بودن است.»

- جورج سانتایانا^۱

1. George Santayana

ریتم همه جا هست

معمولاً تمایل داریم به منزلگاه مشخصی بدون درک وضعیت کلی بچسبیم. ما بازارهای گاوی^۱، تابستان‌های طولانی، سیاست‌های پیشرو را دوست داریم زیرا حس خوبی دارند. اما همانطور که در قانون قطبیت آموختیم، در واقع به مراحل دیگری نیاز داریم زیرا آن‌ها بخشی از کل بزرگ‌تر هستند. این قانون به ما می‌آموزد که صد قدم به عقب برگردیم و بفهمیم که هر چیزی زمان خودش را دارد. اغلب امیدواریم که همه چیز با شرایط و برنامه ما مطابقت داشته باشد، اما اگر فقط نفس عمیق بکشیم و صبور باشیم، خواهیم دید که روند همیشه معکوس می‌شود. به این فرایند ایمان داشته باشید.

در دنیای بیرون هم همین اصل در مورد ما صدق می‌کند: افکار، خلق و خوی و احساسات ما مدام تغییر می‌کنند. وقتی غمگینیم، حس می‌کنیم که این احساس برای همیشه باقی خواهد ماند. وقتی حال و حوصله ندارم، یکی از مانترهای مورد علاقه‌ام این است که «برای همیشه دوام نخواهد داشت». این طرز فکر خود میزانی از ارتعاش ایجاد می‌کند که به تدریج بالا می‌رود. به همین ترتیب، مهم است که این مفهوم را زمانی که همه چیز خوب پیش می‌رود به خاطر داشته باشیم زیرا می‌دانیم که دائمی نیست. درک این قانون به ما کمک می‌کند تا ذهنیت سپاسگزاری را پرورش دهیم که یکی از ساده‌ترین احساسات با فرکانس بالا برای استفاده در هر لحظه است.

۱. هنگامی که بازار سهام رو به رشد و قیمت سهام روند صعودی دارد می‌گویند بازار گاوی است.

همراه جریان ریتم حرکت کن

ما ریتم‌ها را کنترل نمی‌کنیم اما اگر یاد بگیریم به جای مقاومت، با جریان حرکت کنیم، در درازمدت بسیار شادتر خواهیم بود. اگر در آبان ماه باغ میوه کشت کنید، تجربهٔ باغبانی بی‌نتیجه و بیهوده خواهید داشت. اما اگر صبور باشید و تا بهار صبر کنید، ثروتمند خواهید بود.

توصیه: وقتی همه چیز خوب پیش می‌رود، تا زمانی که ادامه دارد قدر آن را بدانید. با جریان همراه باش؛ وقتی هیچ چیز خوب پیش نمی‌رود با دانستن اینکه روزهای بهتری در پیش روی شماست، احساس آرامش خواهید داشت. یاد بگیرید که جزر و مد زندگی را با صبر و حوصله مشاهده کنید و ایمان داشته باشید که برای هر چیزی زمانی وجود دارد.

قانون ریتم که گاهی با نام قانون حرکت دائمی شناخته می‌شود (مطابق انتظار) بر حرکت تمرکز دارد و اشاره به این حقیقت است که همه چیز در چرخه‌ها اتفاق می‌افتد.

شما می‌توانید ریتم را در طبیعت مشاهده کنید؛ برای مثال، در طول فصول و روند پیری بدن. با این حال، در تمام مراحل زندگی فرد نیز صدق می‌کند و تأمل درباره‌اش دیدگاهی به دست می‌آورد. دوران حال شاید خوب باشد اما هیچ چیز دائمی نیست، پس تا زمانی که ادامه دارد از آن لذت ببرید. یا شاید اکنون در بخش منفی چرخه باشید اما همین قسمت شاید شما را برای پیشرفت عظیم در چرخهٔ ماه آینده آماده می‌کند.

چرخه‌ها بخشی طبیعی کیهان هستند. از نظر فیزیکی، به فصول روی زمین فکر کنید. در زندگی خودمان به یاد داشته باشیم که انضمام به اندازهٔ رشد مهم است.

امیدواریم که همیشه در وضعیت مشخصی بمانیم اما پایدار نیست؛ چه دربارهٔ سلامتی خود باشد و چه بهره‌وری.

به ریتم‌های درونی خود توجه کنید و سعی کنید به جای مبارزه، با آن‌ها تعامل داشته باشید. احساس بدی دارید؟ شاید بهتر است به جای پر قدرت ادامه دادن، کمی استراحت کنید.

قانون ریتم به خوبی از قانون قطبیت پیروی می‌کند. قانون ریتم می‌گوید که انرژی جهان مانند آونگ است. اگر چیزی به سمت چپ تاب بخورد، برای حفظ تعادل باید به سمت راست بچرخد؛ مانند چرخیدن، تاب خوردن و گردیدن در رقص. اگر به دقت فکر کنید، همه چیز در حال رشد یا مرگ است که از ارتعاشات و ریتم‌های تولید شدهٔ چرخه‌ها، مراحل و الگوهای پرورش و رشد ناشی می‌شوند.

هنگامی که درک کردید چگونه از این قانون به نفع خود استفاده کنید، بر روش‌های سود بردن از جریان و تعادل مسلط خواهید شد. خواهید فهمید که چگونه در چرخه‌های منفی بالا بروید، هرگز بیش از حد هیجان زده نشوید، یا اجازه ندهید موقعیت‌های منفی به ذهن آگاه شما نفوذ کند. رمز موفقیت تسلط بر این قانون، دانستن چگونگی حفظ تعادل است.

دمی وقت بگذارید و به این موضوع فکر کنید: چگونه برخی از شرکت‌ها در شرایط رکود رشد می‌کنند، در حالی که برخی دیگر شکست می‌خورند؟ آیا شانس است یا توانایی آن‌ها در غلبه بر موقعیت‌های منفی و دیدن فرصت‌ها؟

قانون جنسیت

تجلی نیازمند تعادل انرژی‌ها است



خلقت هم به بین و هم به یانگ^۱ نیاز دارد

انرژی نرینه و مادینه متعادل برای ایجاد هر چیزی لازم است. تولید مثل جنسی گونه‌ها نمونه بارز این قانون در دنیای فیزیکی است و به هر حال برای ما واضح‌تر است. این مفهوم در دنیای انرژی نیز صدق می‌کند: هیچ آفرینشی (یعنی تبدیل ایده به واقعیت) بدون تعادل انرژی نر و ماده امکان‌پذیر نیست.

ابتدا باید یک مفهوم بسیار مهم را درک کنیم: همه، از جمله ما، ترکیبی از انرژی‌های نر و ماده را داریم و باید آن‌ها را متعادل کنیم تا چیزهایی را که می‌خواهیم خلق کنیم. اگرچه ما با اندام‌های جنسی نر یا ماده متولد می‌شویم، همه ما هر دو انرژی را درون خود داریم که هیچ ربطی به جنسیت یا تمایلات جنسی ما ندارد.

۱. مفهومی از فلسفه چین باستان که وجود تضادها را در جهان بیان می‌کند: همه چیز متضاد دارد اما مکمل یکدیگر هستند.

از منظر انرژی، انرژی نر خلاق، عملگرا و دوراندیش اما نامتعادل است که این نابرابری به شکل کنترل، خشم و درگیری درمی‌آید. از سوی دیگر، وقتی انرژی ماده با انرژی نر متعادل می‌شود، هوشمند، پرورش‌دهنده و شهودی است و اگر نامتعادل شود، شکننده و ضعیف است. راهکار تعادل هر دو این است که انرژی‌ها را متعادل کنیم، زیرا تنها زمانی که هر دو به درستی استفاده شوند می‌توانیم خواسته‌های خود را در دنیای مادی تجلی ببخشیم.

بخش دوم قانون به ما یادآوری می‌کند که همه چیز، از جمله خواسته‌های ما، دوره بارداری دارد که طی آن، تا زمانی که در دنیای مادی ظاهر شوند، به رشد خود ادامه می‌دهند. فرایند خالقیت، نمونه خوبی از قانون ریتم است. آیا می‌خواهید یک هفته پس از لقاح نوزاد را به دنیا بیاورید یا حاضرید منتظر چرخه نه ماهه باشید تا او به نوزادی تبدیل شود که بتواند خارج از رحم زنده بماند؟ ما باید در برابر خواسته‌های خود صبور باشیم زیرا هر چیزی که در جهان خلق شده است ابتدا نهال فکری بوده است که قبل از اینکه به واقعیت تبدیل شود به وسیله انرژی نر و ماده برای مدتی (بارداری) پرورش یافته است.

توصیه: انرژی‌های نر و ماده خود را در آغوش بگیرید تا به تعادلی دست پیدا کنید که ایده‌ها و خواسته‌های شما را در طول دوره اجتناب‌ناپذیر بارداری قبل از تجلی، تغذیه می‌کند.

در نهایت، قانون جنسیت ارتباط چندانی با جنسیت فیزیکی ندارد. بلکه به این معنی است که دو نوع اصلی انرژی وجود دارد. می‌توانید آن‌ها را نر و ماده، بین و یانگ، یا آنیما و آنیموس در نظر بگیرید. همه ما مقدار مشخصی از هر دو انرژی را داریم و اگر می‌خواهیم شاد زندگی کنیم، باید راهی برای ایجاد تعادل بین این

دو پیدا کنیم. به نقشی که هر نوع انرژی در زندگیتان ایفا می‌کند و اینکه آیا هر یک از آن‌ها بیش از حد یا بسیار کم است، فکر کنید.

قانون جنسیت در مورد همه چیز صدق می‌کند. همه چیز بین و یانگ دارد. در سطح فیزیکی، هر فرد دارای بدن مرد یا زن است، اما از منظر روانی، همه آندروژن یعنی هم دارای خصوصیات مردانه و هم زنانه هستند. مغز هر کس نیمکرهٔ چپ و راست دارد.

برای تسلط کامل بر این قانون، باید نفس خود را کنترل کنید. اجازه دهید نفستان با وجود فیزیکیتان ارتباط برقرار کند، اما اجازه ندهید که بر وجود احساسی شما مسلط شود. با تسلط بر این قانون می‌توانید تعادل بهتری بین ویژگی‌های نر و مادهٔ خود ایجاد کنید و همه چیز در زندگی شخصی و حرفه‌ای شما بسیار آسان‌تر خواهد شد.



نتیجه‌گیری

همه قوانین در کنار هم



بفرمایید: ۱۲ قانون جهان را اکنون می‌دانید. قبل از اینکه برای استفاده از آن‌ها دستپاچه شوید، گنجاندن آن‌ها در زندگی خود، بیشتر به معنای درک و مفهوم‌سازی آن‌ها به روشی معنادار برای شما است. نیازی به تجزیه و تحلیل نیست؛ فقط مفاهیم را درک کنید و آن‌ها را در ذهن داشته باشید تا یاد بگیرید چگونه از آن‌ها در محیط‌های معمول استفاده کنید. اکنون که این قوانین به شما معرفی شده‌اند، احتمالاً بارها و بارها در زندگیتان پدیدار می‌شوند.

درباره نویسنده

منهاردیپ سینگ نویسندهٔ پرفروش، سخنران انگیزشی و تحلیلگر دست‌خط، اهل هند است. منهاردیپ با تجربه‌های به دست آمده در جلسات مشاورهٔ فردی خود، کتاب‌های خودیاری را به رشتهٔ تحریر در می‌آورد. نوشته‌های او بر موضوعات تحلیل دست‌خط و بهره‌برداری از بهترین جنبه‌های زندگی تمرکز دارد. منهاردیپ سینگ دارای مدرک کارشناسی ارشد مدیریت بازرگانی است. او مرتباً در وبلاگ خود با آدرس www.manhardeep.com مقاله می‌نویسد.