

هر تفکری خالص ترین انرژی است و این انرژی در تب و تاب می ماند تا بالاخره خود را در قالب یک پدیده نمایان سازد. انرژی تراوش یافته از تفکر در تلاش است با انرژی همسان خود برخورد و آن را جذب کند. در مجموع، قدرت افکار می تواند ما را به سمت هر آنچه در مورد خود و در زندگی روزمره می اندیشیم، جذب کند. **ما با افکارمان دستوراتی صادر می کنیم، بی تفاوت از این که آگاهانه یا به طور ناخودآگاه باشد.** وقتی داشتیم این کتاب را به آخر می رساندم، با خود فکر کردم آیا کسی برای این کتاب جدید علاقه نشان خواهد داد؟ به این ترتیب یک آرزو کردم. این آرزو باید مرا قانع کند که به پای رایانه ام باز گردم. کمتر از ده دقیقه یک نامه الکترونیکی از طرف مادری برایم ارسال شد. او نوشته بود که فرزند سالمی به دنیا آوردم ولی ناگهان ترسی من را فرا گرفته که نکند بیماری حساسیت پوستی که داشتم به فرزندم منتقل شود. پزشکان تایید کرده بودند پسرم سالم است ولی هنوز ترس داشتم و هر روز این توهم بیشتر می شد تا سرانجام پس از سه ماه پزشکان بیماری پوستی واگردار برای پسرم تشخیص دادند. کتاب آرزوهایم را باور کن شما را باز کردم که نوشته بود هر آنچه ما از آن ها اجتناب کنیم، ما را به دنبال خود می کشند. لذا با همسرم برای کودکان سلامتی کامل آرزو کردیم و فقط یک هفته بعد پزشک بهبودی فرزندمان را تایید کرد. بدون کتاب شما من هرگز مرکز ترس هایم را پیدا نمی کردم. حال می دانم که با اعتقاد و باور هر آرزویی برآورده خواهد شد.

تنها هنگامی که انسان قدرت و انرژی آرزوهای شخصی خود را پیدا و احساس می کند، در می یابد به صورت آگاهانه آن ها را اجرا کند و این ربطی به سن و درآمد و طبقه اجتماعی افراد و بزرگ و کوچک بودن آرزو ندارد. تنها مسئله مهم این است که چقدر آسان و به صورت درست آن ها را آرزو کنیم. **درون هر کدام از ما این قدرت شگرف نهفته شده است که مطابق با آرزوهای زندگی خود را شکل دهیم.** آن پروسه به این صورت ظاهر می شود که گویا نیروها و انرژی های درونی منتظر آن بوده و خواهند بود تا سرانجام فعال شوند و به مرحله ظهور برسند. **هیچ مرزی برای آرزوها نیست، این مرزبندی فقط در ذهن ماست.** مرزی برای آرزوها وجود ندارد، محدودیت فقط در ذهن و نگرش ما وجود دارد.

آرزوها واقعی و محقق می شوند اگر موارد زیر رعایت شوند:

۱- بهترین کار این است که همیشه با موارد کوچک شروع کنید: از طریق اولین موفقیت، ذهن خود را با آرزوهای خود منطبق کنید.

۲- اجرای فرمول بندی و بیان آرزوها در یک دوره زمانی معین و مشخص شده در زمان حال: هرگز آن را به آینده نسپارید. من ثروتمند هستم نه این که من ثروتمند خواهم بود. اگر احساس کنید الان فقیر هستید، فقر بیشتری را به زندگی خود می کشانید. باید بدانیم از هر چه بدمان بیاید و یا از آن فرار کنیم، زودتر به دنبالمان می آید. زیرا ما از انرژی فکری خود تغذیه می شویم. یکسان یکسان را جذب می کند. به هر چه بیندیشیم، بیان و احساس کنیم، تاثیر مستقیمی در زندگی مان دارد. ترس، انرژی ما را می گیرد و از آنچه می خواهیم ما را دور می کشد. از گفتن نیست، ندارم، نمی شود، نمی توانم، نمی خواهم اجتناب کنید. با مکاتبات مثبت مثل من سالم هستم خود را سرگرم کنید. ساده و روشن و مثبت فرمول را بیان کنیم.

۳- آرزوهایتان را روی کاغذ بنویسید: وقتی چیزی را بر روی کاغذ می نویسیم، آرزوهای خود را بیان و اظهار می کنیم.

۴- به صورتی انجام دهید که انگار، آنچه ما آرزو می کنیم، هم اکنون در دسترس است: ما به طور دائم با اتفاقات مثبت در ارتباط هستیم باید این اتفاقات مثبت را به طور منظم وارد زندگیمان کنیم.

۵- سپاسگزاری و شکرگزاری: از طریق سپاسگزاری، افراد موارد خوبی را توسعه می دهند که هم اکنون در زندگی آن ها وجود دارد؛ به این علت که به آن ها انرژی تازه بخشیده است. شکرگزاری افراد را در زمان حال قرار می دهد و تمام شک ها و نگرانی ها را برطرف می کند. زیرا از مواردی تشکر می کند که مطمئن است انجام خواهند شد مثلاً می گوید متشکرم که این کار برای من انجام می دهی.

۶- اعتماد به جای تردید و دودلی: شک و تردید یک آرزوی به طور کامل روشن و شفاف است که به کائنات ارسال می کنیم، یعنی هر آنچه می فرستیم، دوباره نزد ما پس فرستاده می شود.

۷- سکوت کردن: مدام درباره آرزوهای خود صحبت کردن انرژی آن ها را ضعیف می سازد و دشمنان ما را باخبر می کند که مانع موفقیت ما شوند.

۸- برای اتفاقات گشاده‌رو و روراست باشیم: کائنات همیشه سریع‌ترین و آسان‌ترین راه را برای برآورده کردن آرزوها انتخاب می‌کند و ما نمی‌توانیم به راز آن پی ببریم. انسان باید آماده باشد که آرزویش به طور کامل برآورده شود.

۹- قدرت الهامات و پیش‌گویی‌ها: همه چیز مربوط به مبحث انرژی است. به دنبال چیزی باشید که احساس خوبی برایتان می‌آورد.

۱۰- آرزوهای حقیقی و بزرگ پیدا کردن: دریابید چه چیزی اشتیاق درونی و انرژی شما هستند که با آن خودتان را خوشبخت احساس می‌کنید. قبل از این که آرزوی چیزی را داشته باشید، باید در مورد آن آگاهی پیدا کنید و مطابق آرزوهای خود عمل کنید نه بر طبق آرزوهای دیگران که از روی آن الگوبرداری کرده‌اید.

### چطور یک مادر و یک دختر برای خودشان یک اتومبیل شخصی آرزو کردند؟

مادری کتاب مرا خوانده و مطابق دستورات، یک اتومبیل آرزو کرده بود و خود را در اتومبیل تصور کرده و رنگ، ضبط صوت، روکش و مدل آن را برای خود تصور کرده بود و بطور اتفاقی همان اتومبیلی را که تصور کرده بود در ویترین یک نمایشگاه دید ولی پول خرید آن را نداشت. یک چیز غیرقابل تصور اتفاق افتاد. یک دوست مقداری پول به او هدیه داد که برابر با پیش‌خرید آن اتومبیل بود. دخترش وقتی این ماجرا را شنید، با خود اندیشید وقتی برای مادرم این روش عملی شد چرا برای من نشود. لذا او هم یک اتومبیل آرزو کرد و کمتر از یک هفته آرزویش برآورده شد.

## از نیروی بالقوه خود در برآورده شدن آرزوها استفاده کن

یکی از مهمترین قوانین این است که اگر ما با اشتیاق و انگیزه مثبت، بخواهیم چیزی در زندگی داشته باشیم؛ آن را راحت تر بدست می‌آوریم. اگر آرزوهایتان همراه با ترس یا خشونت و فشار است، به سرعت به آنها خاتمه دهید. در ابتدا روی آرزوهایی متمرکز شوید که برای شما آسان‌تر است و باید با بیان خوب، احساس خوب و اعتماد و عدم فراموش کردن آن همراه باشد. نکته قابل توجه در مورد تجسم کردن این است که خوشحالی قبل از به وقوع پیوستن موفقیت در انسان ایجاد شده و یک انرژی فوق العاده خواهد بود تا آرزوها رنگ و واقعیت به خود بگیرند. در کودکی از رادیو شنیدیم که گروه آواز محبوب من در قرعه کشی سی دی خود را پخش می‌کنند. من هم کارت قرعه کشی را پر کردم و چند روز به طور متمرکز در مورد آن فکر کردم که با من تماس می‌گیرند که برنده شده‌ام و پس از چند روز نامرسان سی دی را به آدرس ما آورد. با خود فکر کردم این کار اتفاقی بود و لذا دوباره در یک قرعه کشی دیگر شرکت کردم و چند روز تجسم کردم که برنده شده‌ام و جالب این بود که باز هم برنده شدم. از من سوال می‌شود آیا مقمه ای برای فرمول بندی آرزوها وجود دارد؟ من جواب می‌دهم که اصلاً نباید آرزو کنیم، بلکه باید از ته قلب بخواهیم. ترس و بعد شک و تردید مانعی بزرگ برای به ثمر رسیدن آرزوهایمان هستند.

## همواره آرزوهایت را درست و کامل در ذهنت بنشان

علاقه، انگیزه و کشش ( موارد مورد علاقه) جملات دستوری برای همه عالم هستند که آن‌ها را به سوی یک فرم از انرژی هدایت می‌کنند و با آن‌ها می‌توان به همه چیز واقعیت بخشید. تمنیات قلبی که ما همواره روی آن متمرکز هستیم و از آن صحبت می‌کنیم، به طور عمیق در ذهن ما نهادینه می‌شود. نهادینه کردن تأثیرات مثبت در خود را چنان نیرومند کنید که تأثیرات منفی نتواند جای آن را در ذهن شما اشغال کند. همیشه موضوع این است که مراقب باشید بدون علت، انرژی منفی را به بیرون ارسال نکنید تا مبادا آرزوهایتان را مورد اصابت قرار دهد.

وقتی در مورد چیزی، منفی فکر می‌کنیم، هیچ جایی برای فکر مثبت وجود ندارد.

بهتر است که عبارت « آرزوی شما صراحت یک حکم و دستور را دارد» شب‌ها قبل از خواب و صبح‌ها بعد از بیدار شدن مدام پیش خود تکرار کنید. هنگامی که با آرزو به خواب می‌روید، ضمیر ناخودآگاه شما آن را در طول شب

همراهی می‌کند و ذهن شما از جدل با واقعی کردن آرزوهایتان، آزاد و رها می‌شود. و وقتی دوباره بیدار شدید، احساس کنید که آرزوهایتان در حال به ثمر رسیدن است؛ به طور ملموس احساس خواهید کرد که این احساس چقدر زیبا است. صبح‌ها حتی برای یک دقیقه هم که شده به آرزوهایتان بیندیشید و روز را با آن‌ها شروع کنید تا تمام روز انرژی مثبت به همراه داشته باشید و این انرژی مثبت را به طور دایم به دیگر گستره‌های زندگی هدایت کنید. آرزوها و خواسته‌های قلبی از افکار مرموزی که به طور طبیعی وارد ذهن می‌شوند، جلوگیری می‌کنند. این فکر ناخواسته وارد ذهن می‌شوند و ما آنها را تعقیب و حتی تکمیل می‌کنیم. مثلاً اگر زمان تحویل مقرر کتاب را نتوانم رعایت کنم، ناشر از دست من ناراضی خواهد شد و کتاب به خوبی فروش نخواهد رفت و من بیکار می‌شوم و به علت بدهی باید خانه را ترک کنم و دیگر قادر به پرداخت شهریه مدرسه دخترم نخواهم بود و در نهایت منجر به فاجعه خواهد شد و ما باورمان می‌شود که کنترل موقعیت از دستمان خارج شده است. این نوع برداشت را «تفکر خودکار» می‌نامند. ما باید این افکار منفی را از همان ابتدا متوقف سازیم. به این ترتیب که همیشه افکار خود را در جهت مثبت استفاده کنیم. سعی نکنید با اجبار از شر افکار منفی خلاص شوید و حتی سعی نکنید با اجبار آرزویی را عملی سازید، زیرا فشار و استرس روی هر موضوع فقط آن را تشدید می‌کند نه این که آن را از بین ببرد. باید حواستان را به بیان آرزوهایتان معطوف کنید و شادی را به آنها هدیه کنید.

هر بار وقتی دوباره شک و تردید به ذهنتان هجوم آورد به او فرصت ندهید. بلکه بیشتر حواستان را به بیان آرزوهایتان معطوف کنید.

- آرزوها از طریق تکرار مداوم مصادیق، بسیار قدرتمند می‌شوند.

- همواره دقت خود را روی آرزوهایتان متمرکز کنید: در اتوبوس، مترو و هنگام نهار آرزوهای خود را برآورده شده بدانید.

- شب‌ها را با رویای به ثمر رسیده به صبح برسانید.

- هر چقدر تصورات شما ملموس‌تر باشد، توقعات شادی‌آورتر و اعتقادات شما قوی‌تر می‌شود.

- مهم این است که با تمام قطعیت این افکار را داشته باشید.

- خواسته‌ها باید خوب هدایت شود و شما احساس امنیت به آن‌ها ببخشید.

- هر خواسته باید مثبت و در یک زمان مشخص شده باشد.

**چگونه آقای راینر یک دوچرخه رویایی آرزو کرد :** من دوچرخه‌ای را که آرزو داشتم با آن که پول آن را نداشتم؛ سفارش دادم. جالب بود که یک برگه از اداره بیمه دریافت کردم که برای سال‌های قبل بود که پول آن را به من نپرداخته بودند و دقیقاً برابر قیمت دوچرخه بود و به این صورت آرزوی من برآورده شد.

**چگونه یک زن با عذاب وجدان آرزوی از ریشه درآوردن درختی را داشت:**

من یک خانه رویایی در خیابان مورد علاقه ام خریده بودم ولی درخت ۲۵ متری وسط باغ قرار داشت که مانع تابش خورشید به بالکن و اتاق خواب می‌شد. من برای کندن درخت پول نداشتم بنابراین این از کائنات درخواست پول کردم. بعد از سه هفته طوفان شدیدی آمد. وقتی به داخل باغ رفتیم درخت بدون این که به چیزی صدمه زده باشد از ریشه درآمده بود، بدون این که من دچار عذاب وجدان شوم.

**وقتی کسی صبرش لبریز می‌شود، چرا در چنین موقعیتی باید آرامش و متانت داشته باشد و صبر کند؟**

افکار مانند آهنربای نامرئی هستند که همه چیز و آنچه مشابه آن‌ها هستند را جذب می‌کنند. وقتی ما با مشکلاتمان مشغول می‌شویم، نه با اهدافمان؛ همیشه در حالت بدبختی بیشتر فرو می‌رویم. در مقابل اگر مثبت‌گونه بیندیشیم و این احساس را به طور عمیق احساس کنیم، هوشیاری ما این نوسانات مثبت را برداشت می‌کند و آن‌ها را دایره وار با نام خوشبختی و حالت خوب را به عنوان کمک و دوستی به بیرون هدایت می‌کند.

می‌خواهید زندگی تان را تغییر دهید ، پس گذشته را فراموش کنید.

شکوه و شکایت را کنار بگذارید. هر فکر و بیانی در این راستا اوضاع را بدتر می‌کند.

برای آنچه تجربه می‌کنید محکم بایستید هر چند خوشایند نباشد. این همان چیزی است که سال ها در افکارتان آرزویش را داشته اید.

به همه افکار منفی درباره خودتان، دیگران و شرایط خود خاتمه دهید.

خودتان را ارزیابی و قضاوت نکنید.

فقط روی نکاتی تمرکز کنید که می‌خواهید به آن ها دست یابید.

آرزوهایتان را دریابید.

تا جایی که می‌توانید آرزوهایتان را تصور کنید.

از همین حالا خود را در موقعیت برآورده شدن آرزوهایتان احساس کنید.

اجازه بدهید افکار مثبت بر شما غلبه کنند و چهره شاد داشته باشید. چهره شاد افکار مثبت را به دنبال دارد، انرژی مثبت داشته باشید تا آرزوهایتان سریع تر برآورده شوند.

**محکم و استوار بر عقاید مثبت خود باقی بمان**

در جایی که شما در حال حاضر قرار دارید، از قبل در مورد آن فکر کرده اید حتی اگر به خاطر نداشته باشید. پس فکرتان را عوض کنید و زندگی تان را به افکار ناگهان بسپارید و برای خود مطابقت های مثبت جستجو کنید. برای من موقعیتی پیش آمد که همه چیز را از دست دادم چندبار تصادف کردم و افساط خانه عقب افتاد. تنها کاری که از دستم بر می آمد این بود که به طور عمیق از ته قلبم آرزو کردم من به قدرت افکار و انرژی ام اعتماد پیدا کرده و مثبت اندیشیدن را شروع کردم و در طول دو سال همه چیز عالی شد.

**خواسته ها:**

من می توانم هر روز زندگی ام را تغییر دهم؛ امروز یک روز خوب است.

من در اکنون زندگی می‌کنم؛ در زمان حال.

هر لحظه زندگی ام جدید و جالب است.

در زمان و مکان فعلی حاضر که معجزه‌ای را در زندگی‌ام راه بدهم.

همه چیز به طور کامل حاضر است و فقط ما باید آن ها را صدا بزنیم و بخواهیم.

موفقیت، موفقیت را جذب می‌کند.

یک شخص با محبت همیشه خودش را در دنیای محبت پیدا می‌کند.

**تو هم چیزی را آرزو کن (مانند شریک زندگی و همسر)**

آرزوی همسر ایده‌آل از مهم ترین موارد در زندگی ماست. احساس خود را در کنار آرزوها تشریح کنید. بهترین حالت این است، آنچه را آرزو کنید که ما خودمان در عمق قلبمان در مورد همسرمان آرزو می‌کنیم. برای این که آرزو را

درست بیان کنیم، مهم این است که همسرمان چطور به نظر می‌رسد و مهم تر این که او چه احساسی در کنار ما باید داشته باشد و از خود بروز دهد. در ابتدا بهتر است نیازهای اساسی خود را بیان کنیم. در حقیقت من چه چیزی می‌خواهم و در قلبم به چه چیزی اشتیاق دارم؟

در همسریابی کمتر به همسران و بیشتر به خودتان فکر کنید.

شما از همسران چه انتظاری دارید؟

همه جزئیاتی که به نظران مهم می‌آیند در نظر بگیرید. اما برای خوشبختی و رضایتمندی ارزش بیشتری قائل شوید.

تجسم کنید که در کنار آرزو کردن مدام چه احساساتی را می‌خواهید داشته باشید.

هرگز فراموش نکنید اکنون که همسر ندارید، موقعیتی است که خود شما آن را به وجود آورده اید، حتی اگر از آن رنج می‌برید. بزرگترین اشتباه در انتخاب همسر این است که او را جستجو و پیدا می‌کنیم؛ در عین حال موارد منفی و کمبودهای خود را به او نشان می‌دهیم.

**بدون رضایت درون تمام جستجوی مفهوم است.** باید با یک اطمینان قوی و محکم برای آینده خود برنامه ریزی کنیم: من برای یک زندگی مشترک آماده هستم.

**همسران به همان چیزی فکر خواهد کرد که شما درباره خودتان می‌اندیشید!** اما فقط آن چیزی را جذب می‌کنیم که در مورد آن می‌اندیشیم. آرزوی همسر ایده آل مانند دعوت از یک انرژی همسان است که آن انرژی با انرژی ما کاملاً مطابقت دارد. هر چقدر خود را دوست داشتنتی‌تر بدانیم، دیگران نیز ما را دوست داشتنتی‌تر خواهند دانست. مصادیقی که انرژی شخصی را افزایش می‌دهد:

-من دوست داشتنتی هستم

-من زندگی را دوست دارم

-من به خودم عشق می‌ورزم و با قلبم سیگنال‌هایی به خارج می‌فرستم

-من منحصر به فرد و زیبا هستم، همسر من نیز درست همین طور است.

به صورتی عمل کنید که انگار همسران کنارتان است. خودتان را طوری آماده کنید گویا در حال آمدن به سوی شماست وارد انرژی مثبت شوید و خوشحال باشید و خانه خود را تمیز و آماده کنید.

## هر چیزی که می‌خواهی آرزو کن

برای رسیدن به موفقیت نکات زیر را رعایت کنید:

به این روند خاتمه دهید که به عدم موفقیت اعتقاد داشته باشید

بیشتر وقت بگذارید تا قدرتمند شوید و به موفقیت اعتقاد پیدا کنید

به دنبال دلایل عدم موفقیت نباشید

صیح روی آینه بزنید و بگویید من موفق و فوق العاده خوب هستم

خودتان را به گذشته گره نزنید و از وضعیت حال شاکی نباشید

فقط درباره خود و افکارتان مثبت بیندیشید

موفقیت های کوچک را جشن بگیرید

به خودتان بگویید آرزوی شما در حال برآورده شدن است

برای هر چه بدست می آوردی خوتان را ستایش کنید

من از موفقیت خودم مطمئن هستم

من با ارسال انرژی می توانم همه چیز را در زندگی ام واقعی کنم

آیا با آرزو کردن می توان تاثیر منفی بر روی افراد گذاشت؟

وقتی شخصی هیچ انرژی مثبت حمایتی از خود ندارد، ما می توانیم با انرژی آرزویی او را تحت تاثیر قرار دهیم ولی نفرین کردن و آرزوی بدخواهانه داشتن برای طرف مقابل تاثیراتش به خود ما باز می گردد. زیرا براساس قانون انعکاس خود را در این جهت تکامل می بخشیم.

چگونه من خود را از انرژی غریبه بیگانه (چشم زخم) حمایت می کنم؟

خواسته های زیر را برا خود تکرار کنید

من تمرکز کافی دارم

من خوشبخت و راضی هستم

همه چیز در زندگی مطابق میل من انجام می شوند

من آقای خودم هستم و با قدرت بر خود تسلط دارم

هر انرژی منفی را با گلوله می زنم و به شخص پرتاب کننده باز می گردانم.

## وقتی مشترک و همسان آرزو می کنیم

وقتی دو نفر با یکدیگر برای یک هدف هم نظر می شوند و با همدیگر در جهت تحقق آن کار می کنند، این آرزو از دو انرژی احاطه و تغذیه می شود و قدرت بیشتری را تولید می کند. آرزوهای مشترک؛ محقق شدنشان سریع تر است.

-آرزوهای مشترک خود را روی کاغذ بنویسید.

-نگران پایبند نبودن به اهداف مشترک نباشید و آرزوی جدید را با هم تعیین کنید.

-خواسته های مشترک خود را جستجو کنید که به طور دقیق هدف شریک، و همسر شماست.

-آن ها را با هم بنویسید و پیش خود نگه دارید.

-اهداف مشترک را به یکدیگر یادآوری کنید.

-هر چه بیشتر خود را با اهداف مشترک مشغول کنید سریع تر موفق می شوید.

-هر چه بیشتر اهداف مشترک پیدا شود رابطه ها عمیق تر و قوی تر می شود.

## به آرزوهای مشترک قدرت دهیم

یک امکان وجود دارد که آرزوی مشترک را قدرت مخصوص ببخشیم. این امکان خارجی همان خلق آداب و رسوم است. آن ها ویژگی و اثر ماندگاری بیشتری دارند و بر همین اساس روش دعای جمعی در عبادتگاه ها اثر گذار است. به قدرت کلمات اعتقاد داشته باشید و چیزهای خوب و نه موارد منفی را آرزو کنید. اثر دعا به معجزه شباهت دارد. انسان نباید اهداف مشترک خود را با غریبه ها در میان بگذارد. این کار فقط زندگی مشترک را ضعیف می کند. زیرا آنها ظرفیت و طاقت حتی شنیدن آن را ندارند. این آرزوها فقط مختص ماست و نباید فاش شوند. وقتی می خواهید برای فرزندان خود آرزو کنید به این پنج نکته توجه داشته باشید:

-این که با کودک آرزوی یکسان داشته باشید.

-این که کودک به ما اجازه دهد، آرزویش را حمایت کنیم.

-این که آرزوی ما تنها حمایت های مادی نباشند، بلکه بیشتر جنبه آموزشی داشته باشد.

-این که ما هیچ آرزوی منفی را به فرزندانمان انعکاس ندهیم.

-این که در انتخاب کلمه بسیار محتاط و مواظب باشیم.

قبل از هر چیز افراد باید توجه کنند که آرزوها با ترس همراه نباشند یا اصلاً با نگرانی ها همراه نشوند. این برای فرزندان خسارت بسیار به همراه می آورد.

**دعای دسته جمعی:** دعا زمانی بیشتر مثر ثمر واقع می شود که به صورت دسته جمعی خواسته ای از خدا طلب شود، به خصوص دعای کودکان زود برآورده می شود. جملاتی که به کودکان کمک می کنند تا خودشان راه خود را پیدا کنند:

-آرزوهایتان عالی است من تمام انرژی خود را صرف می کنم تا شما به این آرزو برسید.

-آرزوی شما آرزوی من نیز هست.

-همه چیز شما مناسب و خوب است و تو منحصر به فرد هستی.

-من در برنامه ها و اهداف همیشه شما را حمایت می کنم.

دعای من بدرقه راهتان.

زندگی تان به طور کامل به شما تعلق دارد، من چه کاره ام؟

اخطارها حکم سم برای کودکان دارد زیرا آن ها را محدود تر و ترسو تر می کند بجای جملات منفی از جملات مثبت استفاده کنیم:

-من می دانم که هوشیار و مراقب خودت هستی و سالم به خانه بر می گردی.

-من می دانم حواست جمع است وقتی می خواهی از عرض خیابان عبور کنی.

-من می دانم تو خودت باهوش و بادقتی و همه چیز را تحت نظر می گیری.

-تو خودت الگو و سرمشق بقیه کودکان هستی.

-فرشته های نجات مراقب تو هستند.

-تو خودت بهتر می دانی که چه چیز برایت خوب است.

پایان [خلاصه کتاب](#) ساده و درست آرزو کن

www.tovman.ir