

2021

جذب عشق

جذب نیمه گمشده

100 درصد تضمینی

WWW.CAFE2080.IR

Mr.MasoudRanjabri



دوست عزیز ، این محصول متعلق به سایت

www.Cafe2080.ir و پیج اینستاگرامی

@Talghin._.Mosbat میباشد

و فقط فردی که بهای آن را پرداخته است میتواند از این

محصول استفاده کند

و کپی از این محصول غیر مجاز و حرام میباشد .



به نام خدا

سلام خدمت دوستان عزیز ، امیدوارم حالتون عالی باشه !!

به کتابچه ی جذب عشق بصورت تضمینی خوش آمدید .

خیلی خوشحالم که میتونم به شما عزیزان کمک کنم تا بتوانید روابط فوق

العاده ای برای خودتان بسازید !!





من به شما عزیزان قول میدهم اگر به مطالب این کتاب بینظیر عمل بکنید و دقیقاً به تمام قوانین و تکنیک‌هایی که در ادامه آموزش داده میشود، مو به مو عمل کنید، بدون شک به یک زندگی سرشار از عشق و مهربانی هدایت خواهید شد!!

هر آنچه که از یک رابطه عاشقانه انتظار دارید، برای شما به وجود می‌آید فقط اگر **قوانین** عشق را بیاموزید و در زندگی شخصی‌تان به کار ببرید.

چرا گفتم قوانین؟؟

چون هر چیزی در این جهان قانون دارد!!

هر چیزی قوانین بدون تغییر دارد که همیشه صادق هستند.

فرضا اگر شما میخواهید یک هواپیما بسازید ، حتما باید از قوانین بدون تغییر فیزیک و ریاضی استفاده کنید !

بدون استفاده از قوانین فیزیک و ریاضی ، هرگز نمیتوانید یک هواپیما بسازید. قانون جاذبه ی زمین ، هزار سال قبل هم وجود داشته و الآن هم وجود داره و هزار سال بعد هم وجود خواهد داشت .

چون یک قانونه !!

حالا موضوع عشق هم دقیقا قوانین خاص خود را دارد.

و اگر شما از قوانین عشق استفاده کنید ، ۱۰۰ درصد نتیجه خواهید گرفت ، چون قوانین همیشه ثابت هستند و همواره یک نتیجه دارند !!

دو بعلاوه ی دو همواره چهار میشود . چه در گذشته و چه در آینده !

این کتاب حاوی نکات ارزشمند بیش از 50 تا از بهترین کتاب های دنیا است که بصورت خلاصه شده تقدیم شما عزیزان می شود .

در مورد جذب عشق ، یک سری باید ها و نبایدها وجود دارد و هر چقدر شما بتوانید به باید ها بیشتر عمل کنید و به نبایدها کمتر عمل کنید ، هر روز به عشق بیشتری هدایت خواهید شد .

قبل از اینکه وارد بحث قوانین بشیم ، باید تمام چیز های که در مورد عشق شنیده بودید را دور بریزید تا فضا برای یادگیری و آموختن موضوعات جدید باز شود.

خوب ، برای اینکه بهتر بشه تمام جنبه های عشق رو بررسی کرد ، این کتاب را به پنج بخش تقسیم میکنیم و به نوبت ، قوانین هر کدام را بررسی میکنیم !!

- ۱) اگر مجرد هستید و میخواهید یک رابطه عاشقانه را جذب کنید.
- ۲) اگر در حال حاضر با فردی در ارتباط هستید ولی رابطه تان سرد شده است و میخواهید رابطه تان عاشقانه تر و زیباتر بشود.
- ۳) اگر در یک رابطه ی نامطلوب قرار دارید و میخواهید از این رابطه خلاص شوید و یک رابطه ی جدید را شروع کنید.
- ۴) اگر عاشق فردی شده اید و دقیقاً میخواهید همان فرد را جذب کنید.
- ۵) اگر شکست عشقی خورده اید و دچار افسردگی شده اید یا کسی به شما خیانت کرده است و میخواهید اوضاع را تغییر دهید.

خوب ، مسلماً شما در یکی از پنج بخش لیست بالا قرار دارید !!

اول از شماره یک شروع میکنیم .

فرض میکنیم که

شما در حال حاضر مجرد یا همون سینگل هستید و میخواهید یک رابطه عالی و عاشقانه را به سمت خود جذب کنید.

این بخش میتونه جذب خواستگار برای دختر ها رو هم شامل بشه !!

فرقی نمیکنه که پسر باشید یا دختر ، خانم باشید یا آقا !!

اگر به قوانین و تمرین هایی که در ادامه آموزش داده میشود عمل بکنید ، خیلی زود میتوانید یک رابطه کاملا رمانتیک و عاشقانه را جذب کنید.

قبل از اینکه بریم سراغ کار هایی که باید انجام بدیم تا یک رابطه عاشقانه رو جذب کنیم ، اول میریم سراغ کار هایی که نباید انجام بدیم !!

چون عشق مثل اکسیژن میمونه !!

فرضا اگر شما میخواهید اکسیژن را تنفس کنید فقط کافیه که شما جلوی بینی خودتان را نگیرید ! فقط همین !

خیلی از افراد جلوی بینی خودشون گرفتن و میگن که اکسیژن نیست !

کار هایی که نباید انجام دهید تا بتوانید عشق را جذب کنید :

گوش کردن به موسیقی هایی که مضمون آنها در مورد شکست عشقی و روابط بد و خیانت است !

از این لحظه به بعد باید مواظب آهنگ ها و موسیقی های منفی باشید.

متأسفانه بیش از ۹۰ درصد آهنگ هایی که ساخته میشه چه در ایران و چه در خارج از کشور در مورد شکست عشقی ، خیانت ، نفرت و عشق چیز بدیه و ... ساخته میشه !!

شاید به نظر زیاد مهم به چشم نیاد ، که مگه یه موسیقی چقدر میتونه تاثیر داشته باشه !!!

در حالیکه

شنیده های شما ، باور های شما را میسازد و باور های شما تبدیل به واقعیت زندگی شما میشود (چه بخواهید ، چه نخواهید)
گفتم باور ها !!

بیاید در مورد باور ها صحبت کنیم !

باور ها بسیار مهم هستند .

اول از همه ببینیم منظور از باور چیه ؟

باور چیست ؟

هر فکری که زیاد تکرار شود تبدیل به باور می شود و باور های شما زندگی شما را می سازد .

واقعیت هر فرد با فرد دیگر متفاوت است چون هر فرد باور های متفاوتی دارد.

جهان هر کسی با فرد دیگر متفاوت هست .

یک واقعیت یکسان برای همه وجود ندارد .

وقتی صحبت از عشق میشود ، همه چیز برمیگردد به باورهایتان !

هر آنچه که شما از عشق تجربه میکنید ؛ رابطه ی مستقیم با باورهایتان دارد.

جالب است بدانید که بیش از ۹۵ درصد مردم جهان اصلا نمی دانند که باور چیست و چه اهمیتی دارد .

خیلی از افراد فکر میکنند که به چیزی یقین داشتن یا به چیزی ایمان صد در صد داشتن ؛ یعنی همان باور داشتن درحالیکه کاملا اشتباه است .

تعریف باور فقط این است :

هر فکری که زیاد تکرار شود تبدیل به باور میشود .

و یادتان باشد که انسان ، ماشین اثبات باور هایش است .

فرض کنید یکی از دوستانتان به شما می گوید که چقدر شما زیبا هستید !

ممکنه حرفش را باور نکنید ولی اگر ده هزار نفر به شما بگویند که شما زیبا هستید ، حتما باور میکنید که زیبا هستید .

نکته ی قابل توجه اینجاست که اگر ده هزار بار خودتان هم به خودتان بگویند که من زیبا هستم ، باور میکنید که زیبا هستید .

و یک سوال مهم ؟

به نظر شما وقتی که باور کنید که زیبا هستید چه اتفاقی برایتان میفتد ؟
کمی فکر کنید

وقتی شما باور کنید که زیبا هستید اعضای صورت و بدن شما (تمام سلول هایتان) شروع به تغییر میکنند و به شکل زیباتری در می آیند .

یعنی شما با قدرت باورتان میتوانید فرم بینی خود را تغییر دهید و یا جوش های صورت خود را هم از بین ببرید !

وقتی باور میکنید که زیبا هستید ، به طرق مختلف دوباره به شما اثبات میشود که شما واقعا زیبا هستید و باورهایتان دوباره خودشان را تقویت می کنند و بیشتر باور میکنید و دوباره بیشتر و بیشتر ... (انتهایی برای یک باور وجود ندارد)

وقتی باور میکنید که زیبا هستید ناخودآگاه جوش های نا فرم و بد شکل در صورتان و یا بدنتان ایجاد نمیشود ، ناخودآگاه وقتی میخواهید آرایش کنید به بهترین شکل ممکن آرایش میکنید ، ناخودآگاه فقط خوراکی هایی را میخورید که به شفاف شدن پوستتان کمک میکند ، ناخودآگاه هر کسی که شما را میبیند از شما خوشش میاد ، ناخودآگاه فقط افراد زیبا جذب شما میشوند و ...

باورهای شما بینهایت قدرتمند هستند ، تاکید میکنم بینهایت قدرتمند !

از این لحظه به بعد باید هر حرفی را نشنوید !!

فرضا دوست شما در مورد رابطه ای که داره با شما حرف میزنه و میگه که همه ی مرد ها چشم چرون و دروغگو هستن و شما هم این حرف ها رو میشنوی !

صرفا شنیدن همین حرف ها باعث میشه که شما هم یک مرد دروغ گو و چشم چران را به سمت خود جذب کنید و برعکس اگر بشنوید که همه ی مرد ها خوب و مهربان هستند و زیاد بشنوید ؛ قطعاً مردی را جذب خواهید کرد که خوب و مهربان است .

توجه : شنیدن ، دیدن ، حرف زدن ، توجه کردن ، تصور کردن باعث ایجاد فکر میشه و طبق قانون هر فکری که زیاد تکرار بشه تبدیل به باور میشه و باور های شما زندگی شما رو میسازه !

متاسفانه اغلب سریال هایی که پخش میشه چه در ایران و چه در خارج کشور در مورد روابط شکننده و خیانت هستند و از این لحظه به بعد باید هر سریالی را نبینید.

در واقع باید مواظب ورودی های ذهنتان باشید !!

هر حرفی را نشنوید ، هر فیلمی را نبینید ، هر موسیقی را گوش ندهید و هر کتابی را نخوانید .

باید فقط حرف هایی را بشنوید که در مورد روابط عالی و پر از عشق و شادی هستند .

باید فقط به آهنگ هایی گوش کنید که در مورد رابطه های زیبا هستند

باید فقط به سریال ها و فیلم هایی که در مورد زیبایی های عشق و رابطه های بسیار عالی و به دور از خیانت هستند ، نگاه کنید.

ذهن شما مانند یک ماشین است ، ذهن شما ورودی ها را دریافت میکند ، ورودی ها را پردازش میکند و خروجی تولید میکند.

من به شخصه خودم سال هاست که تلویزیون نمی بینم و از وقتی که
تلویزیون نگاه کردن رو کنار گذاشتم مخصوصا اخبار دیدن رو ، زندگیم به
طور کل تغییر کرده !

خروجی همواره با ورودی برابر است !!

امکان ندارد شما به روابط بد توجه بکنید و روابط خوب را جذب کنید.
شما به هر چیزی توجه بکنید ، از جنس همان بیشتر و بیشتر دریافت
خواهید کرد.

منظور از توجه کردن (فکر) ، همان دیده ها و شنیده هاست !!
پس اگر شما مجرد هستید و میخواهید یک رابطه عاشقانه را جذب کنید،
هرگز به مزخرفاتی که افراد متاهل در مورد روابطشان میگویند ، گوش
ندهید !

این خیلی خیلی مهمه !!

چرا که اگر به موضوعات نا دلخواه توجه (دیدن ، شنیدن ، حرف زدن ،
تصور کردن) کنید ، دیگه مهم نیست که شما از این موارد خوشتان
می آید یا نه !

بلکه حتما این موارد را جذب خواهید کرد.

پس فقط به چیز هایی توجه کنید که دوست دارید تجربه کنید.

یک مثال برای اینکه این قانون را بیشتر درک کنید:

فرض کنید به یک باغ وحش میروید و در آن باغ وحش انواع حیوانات وجود دارند ولی شما فقط به قفس میمون ها نگاه میکنید در حالیکه از میمون ها خوشتان نمی آید و توی دل خودتون میگرد که چقدر حال بهم زن هستن ، آه آه !!

اتفاقی که برای شما رخ میدهد این است که :

همان روز یک نفر برای شما یک میمون میخرد و به شما هدیه میدهد.
فقط به این دلیل که شما در باغ وحش فقط به میمون ها نگاه کردید !!
دقیقا کائنات هم با شما همین کار را میکند ، به هر چیزی که بیشتر نگاه کنید ، برایتان به ارمغان می آورد.(چه ازش متنفر باشید ، چه عاشقش باشید)

این جهان بر مبنای جذب هست نه دفع !!

شما نمیتوانید چیزی را دفع کنید.

شما فقط میتوانید جذب کنید.

اگر شما بگویید که من خیانت نمیخواهم !

کائنات برای شما خیانت را هدیه میدهد.

اگر شما بگویید که من خواستگار فقیر نمیخواهم!

کائنات برای شما خواستگار فقیر هدیه میدهد.

پس هرگز نگید که چه چیز هایی را نمیخواهید!!

چون کائنات تفاوتی بین خواستن و نخواستن قائل نیست.

در دعا های خود هرگز از کلمه ی نمی خواهم استفاده نکنید .

در مورد ناخواسته های خود حرف نزنید ، فقط در مورد خواسته های خود حرف بزنید!

از این لحظه به بعد فقط در مورد چیز هایی که میخواهید داشته باشید و

میخواهید تجربه کنید حرف بزنید نه چیز هایی که نمیخواهید!!

تا اینجا فقط مواردی که نباید انجام بدهید را گفتیم ، از اینجا به بعد در

مورد کارهایی که باید انجام بدهید ، حرف میزنیم!

قانون شماره یک:

فکر میکنید زیبا هستید یا زشت؟

فکر میکنید دوست داشتنی هستید یا نه؟

فکر میکنید که عالی هستید یا نه ؟

فکر میکنید که کوتاه قد هستید و نمیتوانید همسر مناسب داشته باشید؟

فکر میکنید قد در جذب عشق تاثیر دارد ؟

فکر میکنید میزان تحصیلات در جذب عشق تاثیر دارد ؟

هر جور که فکر کنید ، درست فکر میکنید !!!

مهم نیست بقیه در مورد شما چه فکری میکنند

مهم خودتان هستید

چون خودتان هر جور در مورد خودتان فکر کنید ،

تبدیل به واقعیت میشود.

اگر فکر میکنید که قد تاثیر گزار هست پس تاثیر گزار هست ، اگر فکر

میکنید که قد تاثیر گزار نیست پس تاثیر گزار نیست !

چه فکر کنید که تاثیر گزار هست و چه فکر کنید که تاثیر گزار نیست ، در

هر صورت حق با شماست .

باید خودتان را دوست داشته باشید ، باید عاشق خودتان باشید !

باید خودتان را همین طور که هستید دوست داشته باشید !

شما همین الان هم دوست داشتنی هستید ، لازم نیست حتما عمل زیبایی انجام دهید تا زیبا شوید !

لازم نیست حتما آرایش کنید تا زیبا شوید ، شما بدون آرایش هم زیبا هستید !

کسی که فقط با آرایش کردن ، خودش را دوست دارد ، یعنی عزت نفس ندارد .

اگر میخواهید دیگران شما را دوست داشته باشند ، باید اول خودتان خودتان را دوست داشته باشید ، این قانونه !

تمرین شماره یک :

یک فهرست از نکات مثبت خودتان را یادداشت بکنید.

فرض کنید میخواهید یک آگهی تبلیغاتی از خودتان بسازید !

هرگز در آگهی های تبلیغاتی نکات منفی گفته نمی شود و فقط ویژگی های مثبت آن دستگاه یا محصول گفته میشود .

حتی در آگهی های تبلیغاتی ، وقتی میخواهند از یک محصول تبلیغ کنند بصورت اعراق آمیز حرف میزنند و بزرگ نمایی میکنند ، دقیقا شما هم

باید همین کار را بکنید و یک لیست از ویژگی های مثبت خود را یادداشت بکنید.

حتما باید یادداشت بکنید .

فرضا بنویسید که :

من چشم هایی بسیار زیبایی دارم.

من قرمه سبزی رو خیلی خوب درست میکنم.

من خیلی صادق و مهربون و خوش اخلاق هستم.

من زیباترین موی سر دنیا رو دارم .

من خوش لباس ترین آدم دنیام .

و ...

تمرین شماره دو :

عبارت های تاکیدی زیر را بار ها تکرار کنید و یا با صدای خودتان ضبط کنید و بار ها گوش دهید.

♦ من بسیار جذاب و دوست داشتنی هستم

♦ من خودم را دوست دارم

♦ من عاشق خودم هستم

♦ من زیباترین و خوشگلترین فرد روی زمین هستم

♦ من انسان ارزشمندی هستم

♦ من خوش تیپ و خوش اندام هستم

♦ من انسان فوق العاده ای هستم

♦ من لایق بهترین ها هستم

♦ من خوش شانس هستم

♦ من هر روز از هر لحاظ بهتر و بهتر میشوم

♦ هر کی منو میبینه عاشق من میشه

♦ و...

قانون شماره دو :

بخاطر نعمت هایی که دارید سپاس گزاری کنید.

واقعا سپاس گزاری معجزه میکند و میتواند شما را به هر خواسته ای برساند.

فقط باید تبدیل به عادت شود.

با یکبار شکرگزاری کردن ، با یکبار سپاس گزاری کردن هیچ اتفاقی رخ

نمیدهد !

باید هر روز شکر گزاری کنید تا نتیجه دهد.

این گونه شکر گزاری بکنید:

هر روز به این سوال جواب بدهید :

چه چیز هایی در زندگی من زیباست ؟

یکی یکی بشمارید و نام ببرید و شکرگزاری کنید.

توجه کنید که شکرگزاری یک احساس هست .

حتما موقع شکرگزاری باید به احساس خوبی برسید .

تنها زمانی شکرگزاری جواب میدهد که بتوانید از شکرگزاری کردن لذت ببرید .

باید موقع شکرگزاری کردن ، لبخند روی لب هاتون بشینه ☺

یک دفتر تهیه کنید و اسم آن را دفتر شکرگزاری بگذارید و هر شب قبل از خواب نعمت های خود را بشمارید و حتما بنویسید و سعی کنید حداقل پنج تا از اتفاق های خوب همان روز را نیز یادداشت کنید و شکر گزار باشید .

بهتون قول میدم که بعد از چند روز انجام این تمرین ، آنقدر اتفاق های خوب زیاد می شود که هر چقدر مینویسید ، تمام نمی شود و از این همه اتفاق خوب ، شگفت زده و متحیر خواهید شد .

قانون شماره سه:

بخاطر نداشتن همسر ناراحت نباشید !

اگر زمانی که تنها هستید ، بتوانید از زندگی لذت ببرید میتوانید یک ازدواج خوب را تجربه کنید.

اگر الآن که مجرد هستید احساس بدبختی میکنید و تو دل خودتون میگرد که اگه من ازدواج کنم خوشبخت و شاد میشم ، شما سخت در اشتباه هستید !
اگر الآن از زندگی خودتون لذت نمی برید و منتظر هستید که در آینده لذت ببرید ، سخت در اشتباه هستید .

جهان برعکس عمل میکنه ، اول باید لذت ببرید و بعدا جهان بهتون کمک میکنه که بیشتر لذت ببرید .

باید و باید زمانیکه هنوز مجرد هستید بتوانید از زندگی لذت ببرید
اگر بتوانید از اینکه فعلا مجرد هستید لذت ببرید و حسرت نخورید ، شک نکنید که به زودی یک رابطه عالی را جذب خواهید کرد.

احساس نیاز و محتاج بودن ، یکی از بدترین احساس ها است و ارتعاش منفی دارد !

تا زمانی که نسبت به خواسته ی خود احساس نیاز دارید یعنی به نبودن خواسته دارید توجه میکنید !

اگر به عشق فکر میکنید و احساس بدی دارید یعنی به نبودن آن توجه میکنید و ارزش دور میشید ولی اگر دارید به عشق فکر می کنید و احساس

خوبی دارید یعنی دارید به بودن عشق توجه میکنید و خیلی زود جذبش میکنید .

خودتان ، خودتان را به یک رستوران دعوت کنید !

خودتان واسه خودتان کادوی ولتاین بخرید !

خودتان با خودتان وقت بگذرونید و لذت ببرید !

احساس خوب = جذب اتفاقات خوب

احساس لذت = جذب لذت بیشتر

احساس شادی = جذب شادی بیشتر

احساس عشق = جذب عشق بیشتر

باید به خودتان ارزش قائل باشید .

زمانی که خودتان برای خودتان ارزش قائل باشید ، جهان هستی هم به شما

ارزش قائل می شود و شما را محترم میکند و یک فرد عالی را وارد

زندگی تان می کند .

تمرین شماره سه :

ویژگی های همسر آینده خود را که دوست دارید داشته باشد ، یادداشت

کنید با جزئیات !!

همین الان یک فهرست از ویژگی هایی که دوست دارید همسر آینده تان داشته باشد را با جزئیات زیاد یادداشت کنید.

هر چه جزئیات بیشتر ، بهتر !!

با اینکار درواقع دارید به خواسته ی خود توجه می کنید و طبق قانون به هرچیزی توجه کنید به زودی جذب خواهید کرد .

این تمرین بینهایت و بینهایت و بینهایت مهم است !

همین الان شروع کنید به نوشتن ، بدون توجه به هیچ محدودیتی !

فرضا من دوست دارم که همسر آینده ام :

➤ قد بلند باشه

➤ مهربون و خوش اخلاق باشه

➤ دست و دل باز باشه (بخشنده باشه)

➤ منو به اسم عزیزم صدا کنه

➤ ورزش پینگ پنگ بازی بکنه

➤ زبان انگلیسی بلد باشه

➤ سحر خیز باشه

➤ و

تمرین شماره چهار:

رویا پردازی کنید.

تصویر سازی ذهنی انجام دهید.

ویژگی های را که در فهرست بالا نوشته اید را رویا پردازی بکنید.

(دقت بکنید که من گفتم ویژگی ها نه یک شخص خاص ، در ادامه در مورد این بیشتر توضیح میدم)

اگر بتوانید چیزی را تصویر سازی کنید و در ذهن خود ببینید ، دیر یا زود جذب خواهید کرد . این قانونه !

انسان در نهایت شبیه رویاهایش می شود .

سعی بکنید در حین رویا پردازی لذت ببرید ، به گونه ای که انگار همین الان رابطه دلخواه خودتون دارید و بی نیاز هستید !!

نه اینکه ای کاش داشتم ... ! (حسرت خوردن ممنوع)

چون احساس شما مهم است ، باید در حین رویا پردازی به احساس خودتان توجه کنید ، اگر احساس خوبی دارید یعنی درسته و کارتون عالیه !!

همه چیز به احساس شما ربط دارد.

هر چقدر در طول روز احساس خوبی داشته باشید ، به اهدافتان

نزدیک تر میشوید.

احساس خوب = اتفاقات خوب

و

احساس بد = اتفاقات بد

اگر برای این تمرین ، وقت نگذارید و انجام ندهید یا خیلی دیر به خواسته ی خود خواهید رسید و یا هرگز نخواهید رسید .

پس حتما این تمرین را جدی بگیرید .

قانون شماره چهار:

*** باور ها ***

❖ فکر میکنید پسر خوب کمه ؟

❖ فکر میکنید دختر خوب کمه ؟

❖ فکر میکنید قد بلند ها شانس بیشتری برای ازدواج دارند ؟

❖ فکر میکنید لاغر ها شانس بیشتری برای ازدواج دارند ؟

❖ فکر میکنید اگر سن تان بالای ۳۵ سال باشد دیگر نمیتوانید با یک

فرد عالی ازدواج کنید ؟

❖ فکر میکنید کسی که از هر لحاظ خوب باشه ، وجود نداره ؟

❖ فکر میکنید شما به اندازه کافی خوب نیستید ؟

❖ و یا هر فکر دیگه ای ...

تمامی این فکر ها ، صرفا یک باور هستند و نه بیشتر !!

اگر این فکر ها را باور کنید ، برای شما اتفاق خواهد افتاد ، چه

بخواهید چه نخواهید !

پس فکر هایی را باور کنید که به شما احساس بهتری میدهد !!

فرضا اگر شما قد کوتاهی دارید ، بار ها و بار ها به خودتان بگویید که :

اتفاقا همه عاشق دختر / پسر هایی میشن که قدشون کوتاه باشه !!

و دنبال نمونه هایی باشید که با وجود اینکه قد کوتاهی داشتن ،

تونستن یک ازدواج موفق رو تجربه کنند .

هر چقدر میخواهد مسخره به نظر برسه ، مهم نیست !

چیزیکه مهمه ، باور های شماست !

این جهان با شما شوخی نداره ، هر چیزی را باور کنید ، تبدیل به

واقعیت میکند !!

تمرین شماره پنج:

بار ها و بار ها به خودتان بگویید که :

- دختر / پسر خوب برای ازدواج با من ینهایت زیاده !!
- با هر شرایطی میشه یک ازدواج عالی رو تجربه کرد !!
- من همین الان هم عالی هستم !!
- اصلا کی از من بهتر؟؟
- از خداشون هم باشه که با من ازدواج کنند .
- و ...

تمرین شماره شش:

افرادی را که خوشبخت هستند و رابطه ی بسیار عاشقانه ای دارند را تحسین کنید و بهشون تبریک بگید و دعا کنید تا خوشبخت تر و موفق تر شوند !

سعی کنید به کسانی که یک رابطه عاشقانه دارند ، توجه بکنید !
و به خودتان بگویید که اگر این ها توانستند اینقدر خوشبت و شاد باشند ، پس من هم میتوانم ، پس چنین عشقی وجود دارد !
تا میتوانید برای دیگران (دوستان ، آشنایان و ...) آرزوی خوشبختی بکنید .

به محض اینکه در خیابان یا جا های دیگر یک زوج خوشبت و شاد
دیدید ، در دل خود آن ها را تحسین کنید !

قانون شماره پنج:

از هیچ کسی نباید متنفر باشید.

هیچ کسی را نباید آه و نفرین کنید.

از هیچ کسی کینه ای به دل نداشته باشید.

اگر کسی در حق شما ظلم کرده است ، حتما باید او را ببخشید !!

ممکن است در گذشته کسی به شما خیانت کرده باشد یا شما را آزرده خاطر
کرده باشد یا هر بدی در حق شما انجام داده باشد و باعث شود که شما آن
شخص را هرگز نبخشید و یا لعنتش کنید.

اما با نبخشیدن دیگران ، فقط به خودتان ظلم میکنید !!

شما باید آن شخص را ببخشید .

اگر خودتان را دوست دارید ، آن شخص را ببخشید !!

تا زمانیکه از کسی کینه ای به دل داشته باشید ، نمیتوانید خوشبختی را
تجربه کنید ! این قانونه !

من از شما عزیزان ، میخواهم که فقط به مدت ۳ ماه به قوانین و تمرین هایی که گفته شد ، با تمام وجود عمل کنید.

اگر ۳ ماه بتوانید هر روز و هر روز با تمام وجودتان به این تمرین ها و قانون ها عمل کنید ، ۱۰۰ درصد نتیجه خواهید گرفت ! (قول میدم)

میدونم که بخشیدن دیگران ، مخصوصا افرادی که به شما بدی کرده اند ، کار راحتی نیست اما باور کنید که اگر دیگران را نبخشید فقط به خودتان ظلم میکنید و خود را از خوشبختی دور میکنید .

دست خود را روی قلب تان گذاشته و جمله ی زیر را تکرار کنید :

من تمام افرادی را که خواه یا ناخواه ، هر گونه بدی در حق من کرده اند را میبخشم و از خداوند متعال برای آنها آرزوی سلامتی ، موفقیت و خوشبختی میکنم . الهی آمین .

خوب ، بریم سراغ دسته دوم :

۲) اگر در حال حاضر با فردی در ارتباط هستید ولی رابطه تان سرد شده است و میخواهید رابطه تان عاشقانه تر و زیباتر بشود.

یک رابطه مانند یک گل است و به مراقبت نیاز دارد ، همان طور که یک گیاه به آب ، نور ، خاک مناسب و کود نیاز دارد تا هر روز بهتر رشد کند و اگر آب

مناسب یا نور مناسب به گیاه داده نشود قطعا گیاه پژمرده میشود و از بین میرود ، دقیقا یک رابطه هم مثل یک گیاه به مراقبت نیاز دارد !
علاوه بر اینکه باید تمام قوانین و تمارین دسته اول را رعایت بکنید ، باید به قوانین و تمارین زیر هم عمل بکنید :

قانون شماره شش :

عدم نگرانی

اگر نگران هستید که عشقتان را از دست بدهید.
اگر نگران هستید که نکنه دیگه منو دوست نداشته باشه !
اگر نگران هستید که نکنه یه نفر بهتر از من ببینه !
اگر نگران هستید که نکنه کسی دیگه ای بهش پیشنهاد دوستی بده !
این نگرانی ها نه تنها به شما هیچ کمکی نمیکند که هیچ ، بلکه تبدیل به واقعیت میشود.
اگر فردی در مورد یک چیز بیش از حد نگران باشد ، قطعا جذبش میکند !
این یک قانونه !

اگر میخواهید رابطه تان عاشقانه تر شود ، فقط به نکات مثبت همسرتان توجه کنید.

ممکن است همسر شما چند تا کار درست انجام بده و چند تا کار به درستی انجام نده ! وظیفه ی شما این است که فقط به کار هایی که درست انجام میدهد توجه کنید !

خیلی مهمه !

با توجه کردن به هر ویژگی ، از همان جنس ویژگی بیشتر دریافت خواهید کرد . این قانونه !

تمرین شماره هفت :

یک فهرست از ویژگی های مثبت همسرتان یادداشت کنید.

فقط در مورد ویژگی های مثبتش با دیگران حرف بزنید.

از همسرتان همواره تشکر و قدر دانی بکنید.

جمله ی دوست دارم را دریغ نکنید.

اگر محبت میکنید به همسرتان ، بدون چشم داشت محبت کنید !

محبت نکنید که او هم محبت کند ، محبت کنید چون خودتان لذت

میرید از محبت کردن

بخاطر اینکه از محبت کردن لذت ببرید ، محبت کنید.

باید از محبت کردن لذت ببرید !

باید بدون انتظار و چشم داشت ، محبت کنید !

یک سوال :

به نظر شما چرا همیشه در اوایل یک رابطه ، همه چیز خوبه و رابطه تون خیلی رویایی هستش ولی بعد از مدتی دیگه رابطه تون مثل سابق نیست و لذت و هیجان قبل رو نداره ؟؟

دلیلش اینه که در شروع رابطه ، تمرکز شما فقط به خوبی های عشقتان است و اصلا بدی هاشو نمیبینید .

تا زمانی که توجه شما فقط به خوبی های همسرتان باشد ، امکان ندارد

همسرتان با شما بد رفتاری کند . تاکید میکنم امکان ندارد .

اگر میخواهید رابطه تان عاشقانه بماند ، باید همواره به نکات مثبت و خوبی های همسرتان توجه کنید !

اگر میخواهید همسرتان تغییر کند ، باید شما روی خودتان کار کنید !

اگر شما تغییر کنید ، همسرتان نیز تغییر میکند ، این قانونه !

این شما هستید که تعیین میکنید با شما چگونه رفتار شود .

خوب ، بریم سراغ دسته سوم :

۳) اگر در یک رابطه ی نامطلوب قرار دارید و میخواهید از این رابطه

خلاص شوید و یک رابطه ی جدید را شروع کنید.

اول از همه قبول کنید که خودتان مقصر هستید.

قبول کنید که شما این رابطه ی نامطلوب را جذب کرده اید !

میدونم که کار سخته قبول کردن این موضوع ولی باید قبول کنید !

تا زمانیکه قبول نکنید شما مقصر هستید ، نمیتوانید اوضاع را تغییر دهید.

وقتی قبول میکنید که شما مقصر هستید ، آن وقت میتوانید دوباره شرایط را

تغییر دهید و اوضاع را بهتر نمایید .

این شما هستید که این رابطه ی نامطلوب را جذب کرده اید !!

حالا چرا و چگونه این رابطه نامطلوب را جذب کرده اید ؟

بدون شک بخاطر توجه های منفی تان باعث شده است که این رابطه تان

نامطلوب باشد یا به نامطلوب تبدیل شود.

در چنین مواقعی خیلی از افراد میگویند من که تا حالا به کسی ضربه نزده

بودم یا کسی رو اذیت نکرده بودم که ، پس چرا یه همچین اتفاقی برای من

افتاد ؟

جواب اینه که کانون توجه و باور های شما باعث شده که این اتفاق رو جذب کنید نه لزوما کار های شما !

یادتان باشد قانون کار ما همواره وجود دارد !

در این جهان هیچ کس نمی تواند به هیچ کس ظلم کند ، اگر کسی می تواند به کسی ظلم کند به این دلیل است که مظلوم وجود دارد ، اگر مظلومی وجود نداشته باشد ، ظالمی هم نمی تواند وجود داشته باشد .

توجه :

اگر کسی به ما بدی کرده است ، ما مقصر هستیم ، منظور از ما ؛ همان ذهن ، باور ها ، افکار و کانون توجه مان هست و اگر بعد متافیزیکی خود را تغییر دهیم و درمانش کنیم امکان ندارد کسی بتواند به ما بدی کند و حتی اگر بدی هم بکند به نفع ما خواهد شد .

وقتی صحبت از ظلم میشود ، معمولا همه بلافاصله به امام حسین (ع) اشاره می کنند و میگویند پس چرا به امام حسین (ع) ظلم شد ؟

جواب این است که اصلا کی گفته ظلم شد ؟!

امام حسین (ع) به هدفش رسید و این هدفش بوده و خواست خودش بوده !
نمیخواهم زیاد وارد این مبحث بشم ولی در کل این را بدانید هیچ کس به هیچ کس نمی تواند ظلم کند .

بحث امامان و پیامبران کلا متفاوت و پیچیده است .

**به عنوان مثال وقتی نمرود میخواست حضرت ابراهیم (ع) به آتش بیندازد ،
آتش تبدیل به باغ شد و نتوانست ظلم کند .**

**دیگه داریم از موضوع اصلی دور میشیم ، بهتره برگردیم دوباره به موضوع
اصلی کتاب ☺**

**اگر قصد طلاق دارید و یا به هر دلیلی میخواهید این رابطه را به پایان
برسانید ، ولی فرضا حق طلاق با شما نیست یا فرضا نمیتوانید مهریه
همسرتان را پرداخت کنید یا فرضا بچه دارید و بخاطر بچه نمیتوانید طلاق
بگیرید یا هر چیز دیگه ای**

**باز هم باید به نکات مثبت همسرتان توجه کنید ، هیچ راه دیگه ای نیست !
توجه همه چیز است !**

**شما به هر چیزی توجه کنید ، از جنس همان موضوع و اتفاق بیشتر میشود و
وارد زندگی تان میشود ، این قانونه !**

**اگر شما به نکات مثبت همسرتان توجه کنید ، طبق قانون جهان هستی و
کائنات او مجبور هست تغییر کند و اگر به هر دلیلی تغییر نکند ، جهان
بصورت اتوماتیک وار او را از زندگی شما به راحتی بیرون میکند.**

تاکید میکنم ، به راحتی بیرون میکند نه با جنگ و دعوا و دادگاه و ...
یادتان باشد که اگر فرد نامطلوبی وارد زندگی تان شده و یا جدیداً فرق
کرده و نامطلوب شده ، شما مقصر هستید و همانطور این وضعیت بد را
ساخته اید و جذب کرده اید ، دوباره میتوانید شرایط را تغییر دهید و
اوضاع را بهبود نمایید .

همه چیز در دست شماست !

شما کنترل کامل زندگی خود را در دست دارید .

شما خالق زندگی خودتان هستید .

یک نکته ی بینهایت مهم :

اگر شما بدون اینکه به نکات مثبت همسر تان توجه کرده باشید طلاق بگیرید
و بلافاصله وارد یک رابطه ی جدید بشید ، شک نکنید که رابطه ی جدید
شما هم دقیقاً مثل رابطه ی قبلی تان خواهد شد.

باید کانون توجه خودتون تغییر بدید و به نکات مثبت توجه کنید وگرنه وارد
هر رابطه ای که بشید همان شرایط قبل را تجربه خواهید کرد.

در کل ، قبل از اینکه وارد یک رابطه جدید بشید ، باید روی باور ها تون
کار کنید و اصلاح کنید و بعداً وارد یک رابطه ی جدید بشید .

تمرین شماره هشت :

سعی کنید هرگز درد و دل نکنید و به درد و دل کسی هم گوش نکنید !
با درد و دل کردن سبک نمیشوید بلکه اتفاقات و حرف های بیشتری را برای
درد و دل کردن جذب میکنید و مشکلاتتان بیشتر هم می شود .

درد و دل کردن و درد و دل شنیدن ، ممنوع !

نکته مهم :

اگر متاهل هستید ولی از شخص دیگری خوشتان می آید هرگز نباید با
شخص جدید رابطه ای عاشقانه داشته باشید ،
هرگز تا زمانیکه متاهل هستید نباید وارد یک رابطه ی عاشقانه ی جدید
شوید ، به این کار خیانت کردن گفته میشود.
و اگر خیانت کنید ، قطعا و ۱۰۰ درصد بدبخت خواهید شد !
کسی در جهان وجود ندارد که خیانت کرده باشد و خوشبخت شده باشد !
اگر به هر دلیلی میخواهید از این رابطه خلاص شوید ، اول طلاق بگیرید و
بعد رابطه ی جدیدی را شروع کنید.
حالا اگر خدای نکرده به هر دلیلی در زمان گذشته ، به همسر خود خیانت
کرده اید ، باید توبه کنید و در صورت لزوم حلالیت هم بگیرید .

چون قانون کارما وجود دارد .

به این نکته توجه کنید که :

شما نمی توانید دیگران را تغییر دهید ولی می توانید رفتار آنها با خودتان را تغییر دهید و کنترل نمایید .

شما نمیتوانید یک فرد خشمگین و بد اخلاق را تغییر دهید ولی میتوانید کاری کنید که همان فرد ، با شما بسیار مهربان و خوش اخلاق برخورد کند به شرطی که قانون توجه خود را کنترل کنید و به نکات مثبت همان فرد توجه کنید .

یک نکته :

وقتی شما با فردی ازدواج میکنید به این معنی است که قبول میکنید تا در لحظات خوش و بد در کنار هم باشید .

هرگز در یک رابطه ، در لحظات سخت و دشوار رفیق نیمه راه نباشید .

اما بریم سراغ دسته چهارم:

۴) اگر عاشق فردی شده اید و دقیقا میخواهید همان فرد را جذب کنید.

خوب ، اول باید به این سوال جواب بدیم :

آیا اصلا میشود یک شخص خاص را جذب کرد یا نه ؟

فرضا من عاشق یک بازیگر و یا یک فرد مشهور شدم ، آیا میتوانم آن شخص را جذب کنم و کاری کنم که با من ازدواج کند یا نه؟

جواب این سوال هم بله هست و هم خیر !!

طبق قوانین جهان هستی ، شما نمیتوانید یک شخص خاص مثلا یک بازیگر یا یک خواننده را جذب کنید ولی میتوانید شخصی را جذب کنید که دقیقا همان ویژگی های آن شخص خاص را داشته باشد.

شما میتوانید دقیقا همان ویژگی ها و مشخصات شخص خاص را جذب کنید.

ولی نمیتوانید همان شخص را جذب کنید مگر در شرایط خاص !

بعضی از دوستان میگویند که :

من عاشق کسی شدم که یدونه است و کسی تو دنیا مثل اون نیست !

اون خیلی متفاوت ، اصلا کسی شبیه اون نیست !

من فقط اون شخص میخواهم ، هیچ کس دیگه ای رو نمیخواهم !

باید به این دوستان بگویم که :

شما درواقع یک سری از ویژگی های اون شخص رو دوست دارید ، فرضا ویژگی های ظاهری ، رفتاری ، طرز ابراز احساسات ، نحوه ی حرف زدن یا هر ویژگی دیگه ای ...

درسته؟؟ غیر از این نیست که؟؟

خوب ، خبر خوب اینکه :

**اگر واقعا فقط یک نفر در جهان همان ویژگی های بخصوص را داشته باشد ،
شما هم همان فرد خاص را جذب خواهید کرد به شرطی وابسته نباشید و
احساس نگرانی و ترس از دست دادن نداشته باشید و مهم تر از همه خود را
لایق بدانید .**

درواقع باید ریلکس ، راحت و رها باشید !

قانون شماره هفت :

وابستگی

**طبق این قانون اگر شما به کسی وابسته شوید ، قطعا او را از دست خواهید
داد.**

وابسته شدن یعنی چه؟

به حالتی وابستگی گفته میشود که :

**فرد احساس میکند تنها یک نفر در جهان وجود دارد که میتواند در کنار او
خوشبخت باشد.**

اگر شما فکر کنید که فقط یک نفر در جهان وجود دارد که میتوانید دوستش داشته باشید ، یعنی شما وابسته شده اید !

اگر فقط هنگامی که عشق تان در کنار شما هست ، شما احساس شادی میکنید و وقتی در کنار شما نیست ، احساس شادی نمیکند ، یعنی شما به عشقتان وابسته شده اید.

قانون وابستگی با کسی شوخی ندارد !

اگر به هر دلیلی به شخصی وابسته شوید ، قطعاً و بدون شک آن شخص را از دست خواهید داد.

**برای اینکه وابسته نشوید ، فقط یک راه وجود دارد :
باید باور خودتان تغییر دهید.**

باید باور کنید که شخصی که بتواند از هر لحاظ عالی باشد ، بینهایت زیاد است !

باید باور کنید که کسی که بتواند شما را خوشبخت کند ، در جهان بینهایت زیاد است.

**فکر نکنید که اگر عشقتان شما را ترک کند ، شما بیچاره میشود !!
اصلاً نترسید ،**

دختر / پسر خوب که بتونه شما رو خوشبخت کنه بینهایت زیاده !!

بار ها این جمله ی بالا رو به خودتون بگین !!

یک مثال :

همین چند روز قبل داشتم به یکی از دوستان مشاوره میدادم و فکر کردم خوبه که همین جا هم مطرحش کنم.

مشاوره از این قرار بود که :

مشکل اون شخص عزیز این بود که بخاطر عشق زندگیش حاضر بود هر کاری بکنه !!

حتی از نیاز های خودش میگذشت و اول نیاز های عشقش رو برطرف میکرد و بیش از حد فداکاری میکرد برای عشقش و مهم تر از همه از فداکاری کردن لذت نمی برد !

و بیش از حد عشقش را دوست داشت ، حتی از خودش بیشتر عشقش را دوست داشت !

برای خودش احترامی قائل نمیشد ولی برای عشقش هر کاری میکرد !

حتی در مواقعی که عشقش یه سرماخوردگی ساده میگرفت ، به شدت ناراحت میشد و ساعت ها گریه میکرد و دعا میکرد که حالش خیلی زود خوب بشه !

خوب به نظرتون چه بلایی سر این دوست عزیز اومد؟؟
همون شخصی که براش همه کار میکرد بهش خیانت میکنه و محل سگ هم دیگه بهش نمیزاره !
نتیجه گیری :

اگر به هر دلیلی به کسی وابسته شوید ، قطعاً او را از دست خواهید داد !
خوب ، بریم سراغ دسته آخر :

۵) اگر شکست عشقی خورده اید و دچار افسردگی شده اید یا کسی به شما خیانت کرده است و میخواهید اوضاع را تغییر دهید.
قدم اول این است که آن فرد را از ته قلبتان ببخشید !
باید بتوانید آن فرد را ببخشید و علاوه بر بخشیدنش ، باید براش آرزوی خوشبختی و موفقیت هم بکنید.

چونه به نفع خودتان است !

بخاطر خودتان ببخشید ، نه بخاطر اون !!

مطمئن باشید اگر آن شخص را ببخشید ، فرد بسیار بهتری سراغ شما خواهد آمد و شما را خوشبخت خواهد کرد !

ولی اگر آن شخص را نبخشید ، هرگز نمیتوانید خوشبختی را جذب کنید.
این قانونه !

توجه توجه :

بخشیدن به معنای اعتماد دوباره به او نیست !!
اگر کسی به شما خیانت کرد ، باید او را ببخشید ولی هرگز نباید دوباره به همان فرد اعتماد کنید !!

اگر دوباره اعتماد کنید ، محکوم به شکست هستید !!

یک نکته مهم :

اگر کسی به شما خیانت کرد ، در حالیکه با شما در رابطه بوده و بصورت پنهانی رابطه جدیدی را شروع کرد ، بدانید و آگاه باشید که به نفع شما هست !

و آن شخص که به شما خیانت کرده ، درواقع به شما لطف کرده !
شاید درک نکنید ، ولی اگر کسی به شما خیانت کند ، اولاً خودتان مقصر هستید که این خیانت را جذب کرده اید ، دوماً به شرطی که نفرین نکنید و

کنترل ذهن کنید و سعی کنید مثبت اندیشی کنید ، این خیانت به نفع شما خواهد شد و به سود شما خواهد شد و یک رابطه ی خیلی خیلی بهتر را جذب خواهید کرد . این قانونه !

اصلاً نگران نباشید !

این موضوع خیلی سنگینه ! و شاید نتوانید درک کنید که یعنی چی که به نفع منه ؟؟

اما در کل اینو بدونید که کسی که خیانت میکند درواقع به خودش خیانت میکند !

شاید در ظاهر این گونه باشد که کسی که به شخصی خیانت میکند ؛ درواقع دارد در حق آن شخص ظلم میکند ، اما این گونه نیست !

کسی که خیانت میکند در واقع به خودش ظلم میکند نه کس دیگه !

و اگر آن شخص که بهش خیانت شده ، بتواند شخص خیانت کار را ببخشد ، و ذهن خودش را کنترل کند یعنی بتواند حتی در شرایطی که اتفاق به ظاهر بدی را تجربه میکند ، شکرگزاری کند ، هزاران برابر نسبت به قبل خوشبخت تر خواهد شد و همچنین یک رابطه ی خیلی بهتر را هم جذب خواهد کرد .

در شرایط سخت ، شکرگزاری کردن کار هر کسی نیست ولی اگر بتوانید
بخاطر نعمت های دیگران شکرگزاری کنید ، معجزه خواهید دید و
زندگی تان بسیار زیباتر خواهد شد .

برانگیختگی در روابط چیست؟

شما این قدرت و توانایی رو دارید که کاری بکنید که دیگران با شما جوری
رفتار کنن که شما دوست دارید باهاتون دقیقا همون جوری که میخواهید
رفتار بشه !

اگر کسی با شما خوب رفتار میکند ، شما مقصر هستید

و اگر کسی با شما بد رفتار میکند هم باز شما مقصر هستید.

در واقع شما میتوانید کاری کنید که یک فرد خشمگین و عصبانی با شما به
مهربانی و خوش اخلاقی رفتار کند.

و همچنین میتوانید کاری کنید که یک فرد خوش اخلاق و مهربان با شما بد
رفتاری کند.

در واقع این شما هستید که تعیین میکنید دیگران چگونه با شما رفتار کنند.

شما با توجه کردن به نکات مثبت و یا منفی دیگران ، تعیین میکنید که آنها با
شما چگونه رفتار کنند.

فرضا اگر شما به نکات مثبت و خوب همسرتان ، خانواده تان ، فرزندان و ... توجه کنید ؛ آنها مجبور هستند که با شما خوب رفتار کنند.

و اگر شما به نکات منفی و ناجالب همسرتان ، خانواده تان ، فرزندان و ... توجه کنید ؛ آنها مجبور هستند که با شما بد رفتاری بکنند.
به کلمه ی مجبور هستند دقت کنید.

یعنی اصلا مهم نیست که همسرتان خوش اخلاق هست یا بد اخلاق !!
این شما هستید که تعیین میکنید ؛ همسرتان با شما چگونه رفتار کند.
ممکن هست همسر شما با دیگران کاملا خوش اخلاق باشد ولی با شما خوش اخلاق نباشد و برعکس !

چون رفتار دیگران از جمله همسرتان با شما فقط و فقط و فقط و فقط به خودتان و کانون توجه تان بستگی دارد .

شما میتوانید کاری کنید که بد اخلاق ترین انسان روی زمین با شما خوش اخلاق باشد و همچنین میتوانید کاری کنید که خوش اخلاق ترین انسان روی زمین با شما بد اخلاق و بد رفتار باشد.

همه چیز به خودتان بستگی دارد !

هیچ کس در جهان نمیتواند با شما بد رفتاری و یا خوش رفتاری کند مگر اینکه خودتان اجازه بدهید.

چگونه اجازه میدهید؟

با توجه کردن!!

با توجه کردن و حرف زدن در مورد ویژگی های خوب و یا بد مردم، چه با خودتان و چه با دیگران!! (مردم میتواند هر شخصی باشد از جمله همسر، پدر، مادر، فرزند، برادر، خواهر و ...)

نتیجه گیری:

هیچ کس در جهان نمیتواند با شما بد رفتاری کند مگر اینکه شما اجازه بدهید و هیچ کس در جهان نمیتواند با شما خوش رفتاری کند مگر اینکه شما اجازه بدهید.

منظور از اجازه دادن، توجه کردن است و منظور از توجه کردن یعنی: دیدن، شنیدن، حرف زدن (چه با خودتان چه با دیگران)، تصور کردن و ...

توضیح بیشتر:

اگر به درد و دل های دیگران گوش میدید ، این یعنی توجه کردن ! به همین سادگی !

اگر به یک سریال نگاه میکنید ، اگر به یک آهنگ گوش میدید ، یعنی دارید بهش توجه میکنید ! اگر دارید کتابی یا روزنامه ای مطالعه میکنید ، یعنی دارید بهش توجه میکنید .

به همین علت فقط باید به آهنگ ها ، رُمان ها و سریال های خوب که در مورد عشق و عاشقی و چیز های دلخواه هستند نگاه بکنید نه سریال هایی که در مورد خیانت و شکست عشقی ، ناراحتی ، غم و مشکلات و منفی اند.

- **به هر چیزی توجه بکنید وارد زندگیتون میشه ، این قانونه !**

- **به هر چیزی توجه کنید ، بیشتر میشه !**

- **و اگر میخواهید یک موضوعی از زندگی تان حذف شود باید**

بهش توجه نکنید !

- **اگر میخواهید یک اتفاق یا یک فرد از زندگیتان بیرون برود**

و حذف شود نباید به نکات منفی اش توجه کنید ، بلکه باید

به نکات مثبت اون اتفاق یا اون فرد توجه کنید تا تغییر کند و

یا از زندگیتان حذف شود .

یه تجربه از خودم میگم :

من زمانی که رفته بودم خدمت سربازی ، میخواستم مرخصی بگیرم ولی فرمانده مون به هیچ کسی مرخصی نمیداد و خلاصه خیلی آدم مزخرف و بدی بود !

اون موقع من از این تکنیک استفاده کردم و رفتم به یه جای خلوت و تو دلم این جمله ها رو تکرار کردم:

- فرمانده ما بهترین و خوش اخلاق ترین فرمانده دنیاست.
- فرمانده ما خیلی مهربونه و دوست داره که به من کمک کنه.
- فرمانده ما خوشحال میشه اگه به من مرخصی بده.
- فرمانده ما از من خوشی میاد و عاشق منه و دوست داره که به من کمک کنه.
- من خیلی خوش شانس هستم و لیاقت مرخصی گرفتن رو دارم.
- فرمانده ما هم بالاخره حق داره؛ طفلک نمیتونه که به همه مرخصی بده که ، اونم باید به وظایفش عمل کنه دیگه ، شاید اگه من هم جاش بودم به علت مسائلی مرخصی نمیدادم ، بالاخره مرضی که نداره اگه بتونه مرخصی میده دیگه (خودم رو گذاشتم جای خودش و بهش حق دادم ، خیلی مهمه)

توجه : البته قانون وابستگی رو هم میدونستم و وابسته نبودم ، تو دلم گفتم
شدُ شد اگر هم نشدُ نشدُ ! (رها بودم و اگر بهم مرخصی نمیداد ناراحت
نمیشدم)

به نظرتون چی شد ؟؟

به تنها کسی که اون روز مرخصی داد ، من بودم !

فقط به من مرخصی داد !

یادمه که دوستان میگفتن تو حتما پارتی داری ، ولی من هیچ پارتی نداشتم و
فقط از این تکنیک برانگیختگی در روابط استفاده کردم و به هدفم هم
رسیدم.

یکی از سوال دوستان:

من دختری ۲۵ ساله هستم و عاشق پسری هستم که متأسفانه متوجه شده ام
بهم خیانت کرده است و من را به مدت ۵ ماه ترک کرده بود ولی الآن به
شدت از کارش پشیمان شده است و میخواهد که دوباره با من در ارتباط
باشد و من هم هنوز عاشقش هستم ، ممنون میشوم اگر به من کمک کنید تا
تصمیم درست را بگیریم .

پاسخ:

من با این فرض به سوال شما جواب میدهم که شما به یقین رسیده اید که به شما خیانت کرده و شک ندارید! (خیانت یعنی که با شخص دیگری بصورت پنهانی و غیر قانونی در ارتباط بوده و باهاش رابطه جنسی داشته) و فرض میکنم که رابطه ی شما یک رابطه دوست دختر پسری نبوده و ازدواج رسمی بوده!

خوب، در قدم اول شما باید آن پسر را ببخشید و حتی برایش آرزوی موفقیت هم بکنید.

در قدم دوم، شما نباید دوباره به او اعتماد کنید!

اگر دوباره به او اعتماد کنید، محکوم به شکست خواهید شد!

اعتماد دوباره به همان فرد = بدبختی

حتی اگر هنوز دوستش دارید، باز نباید دوباره به او اعتماد کنید!

اما حتما باید او را ببخشید!

یکی از سوال دوستان:

من دختری ۲۹ ساله هستم و در حال حاضر با یک آقا پسری در ارتباط هستم و هر دو به هم علاقه مند هستیم ولی متأسفانه خانواده هامون چون سنتی هستن به این ازدواج رضایت نمیدن! لطفا راهنمایی کنید.

پاسخ:

در قدم اول این رو باید بدونید که تنها دلیلی که باعث میشه خانواده ها رضایت ندن این هست که فکر میکنن اینطوری به صلاح شما هست و از روی حس دوست داشتن و علاقه به شما است و این یعنی خانواده تون عاشق شماست و زندگی شما براشون خیلی مهم و با اهمیت است و برای خانواده تون خیلی مهمه که شما خوشبخت بشید؛ پس در قدم اول از پدر و مادرتون بخاطر این موضوع تشکر و قدر دانی کنید چون نیت شون خیره!!
چون خانواده تون واقعا از ته قلب میخواهد که شما خوشبخت بشید.
وقتی اینجوری به قضیه نگاه کنید؛ احساس خوبی به شما دست میدهد!

و احساس خوب یعنی اتفاق خوب!

سعی کنید خود را جای پدر و مادرتان بگذارید و از زاویه ی دید آنها به این ازدواج نگاه کنید و به آنها حق بدهید!
شاید اگر شما هم در آینده پدر و مادر بشید و صاحب فرزند بشید، نسبت به فرزندتون همچین حسی داشته باشید و برایش تصمیمی بگیرید که به نظر شما خوب باشه ولی از نظر فرزندتون بد باشه!

**پدر و مادران فقط و فقط خوشبختی ، شادی ، موفقیت و خوشی شما را
آرزومند هستند .(این موضوع را در ذهن خود داشته باشید و از خداوند
بخاطرهمچین پدر و مادر مهربانی تشکر کنید)**

**اما راهکار چیه ؟ چیکار کنیم تا خانواده مون رضایت بدن ؟؟
باید یک لیست از ویژگی های خوب و مثبت خانواده تون رو بنویسید.
باید تا جایی که میتونید در ذهن خود از پدر و مادران تعریف کنید.
وقتی با فرد دیگری در مورد خانواده تان حرف میزنید فقط در مورد نکات
خوب و مثبت شان حرف بزنید.**

**بخاطر داشتن خانواده تون شکرگزاری کنید.
احساس خوبی نسبت به پدر و مادران داشته باشید. (تنفر و نفرت را از خود
دور کنید)**

**مطمئن باشید اگر احساس خود را نسبت به خانواده تون خوب کنید ؛ ۱۰۰
درصد آنها تغییر خواهند کرد.**

**باور کنید که شما میتوانید با تغییر احساس تان نسبت به هر موضوعی ؛ به
هدف خود برسید.**

اصلا مهم نیست که خانواده تون چی میخواد؛ شما میتوانید با تغییر باور و احساس تان به چیزی که خودتان میخواهید برسید.

یک موضوع دیگه :

وابسته نباشید ، شد شد نشد نشد !

خود را رها کنید !

به هدف خود نچسبید !

اگر این نشد حتما قراره بهترش بیاد !

هر اتفاقی بیفته حتما به نفع شماست !

فکر نکنید که فقط یک نفر در جهان وجود دارد که میتواند شما را خوشبخت کند !! (این خیلی مهمه)

همیشه یادتان باشد که اگر نسبت به هر موضوعی احساس خوبی داشته باشید احتمال رسیدن شما به آن هدف یا خواسته ، میلیارد ها برابر میشود.

پس نسبت به خانواده تون احساس خوبی در خود ایجاد کنید تا رضایت بدهند ! موفق باشید.

یکی از سوال دوستان:

لطفا درباره عشق یکطرفه هم بگین و اینکه چطوری میشه عشق یک طرفه
رو تبدیل به عشق دو طرفه کرد؟ و یا از این اتفاق جلوگیری کرد؟

پاسخ:

سلام عزیز ، ببینید عوامل مختلفی وجود داره که باعث میشه عشق یک طرفه
باشه که میخوایم به چند تا از مهم ترین هاش اشاره بکنم و بعد هم در مورد
راه حلش توضیح بدم.

زمانی عشق یک طرفه میشه که فردی که عاشق است برای طرف مقابلش
بیش از حد از خودگذشتگی و فداکاری بکند؛

مثلا:

همیشه خواسته های عشقش رو به خواسته های خودش ارجعیت بده!
حاضر باشه بخاطر عشقش دست به هر کاری بزنه حتی کار های نادرست!
اول همیشه نیاز های عشقش رو بر طرف میکنه و بعد نیاز های خودش رو!
همیشه برای عشقش وقت داره ولی برای کار های خودش وقت نمیزاره!
در یک کلام:

کسی که عشقش رو بیشتر از خودش دوست داشته باشه!

کسی که برای خودش اهمیت قائل نباشه و فقط برای عشقش اهمیت قائل بشه !

کسی که برای خودش ارزش و احترام قائل نباشه و فقط برای عشقش ارزش و احترام قائل باشه !

نتیجه گیری :

هم خودتان را دوست باشید و برای خودتان ارزش قائل بشید و هم برای عشق تان !

توجه : ما نمیگیم که خود خواه باشید ، ما میگیم که هم برای خودتان احترام قائل بشید و هم برای عشق تان !

هم خودتان را دوست بدارید و هم دیگران را !!

یکی دیگر از عواملی که ممکنه باعث بشه عشق یک طرفه بشه اینه که :

فردی که عاشق است ؛ احساس لیاقت نداشته باشد !

یعنی احساس کند که خودش لیاقت همچین عشقی را ندارد و یا احساس

کند که طرف مقابلش خیلی از خودش بهتر است !

در یک کلام:

کسی که عاشق است ؛ احساس کند که خودش انسان زیاد جالبی نیست ولی
عشقش خیلی انسان فوق العاده و بی نظیری هست.

پس اگر شما احساس لیاقت و ارزشمندی نداشته باشید و خودتان را لایق
بهترین ها ندانید (به هر دلیلی ، علتش مهم نیست) ؛ قطعاً باعث ایجاد عشق
یک طرفه از سمت شما به عشق تان خواهید شد .

پس در قدم اول برای اینکه عشق تبدیل به عشق یک طرفه نشود و یا درمان
شود و تبدیل به عشق دو طرفه شود ؛ باید :

باید خودتان را لایق بهترین ها بدانید.

باید خودتان را ارزشمند و دوست داشتنی بدانید.

باید همینجوری که هستید خودتان را دوست بدارید و عاشق خودتان باشید.

باید بدون هیچ دلیل و علتی ، عاشق خودتان باشید.

باید این عبارات تاکیدی را هر روز بار ها و بار ها تکرار کنید:

- من بسیار جذاب و دوست داشتنی هستم و لیاقت بهترین ها را دارم.
- من انسان فوق العاده و بینظیری هستم.
- من خودم را دوست دارم و عاشق خودم هستم و به خودم افتخار
میکنم.

- من از هر لحاظ عالی هستم.
- من هر روز از هر جهت بهتر و بهتر میشوم.
- من زیباترین و خوشگل ترین انسان روی زمین هستم.
- اصلا کی از من بهتر؟! 😊😊
- از خداشونم باشه که با من ارتباط داشته باشن .
- و ...

همچنین توصیه میکنم که این جمله ها رو با صدای خودتان ضبط کنید و بار ها گوش کنید. (شدیدا پیشنهاد میشه که حتما این کار بکنید)

یکی از عوامل دیگه که باعث میشه عشق یک طرفه بشه این است که :

یکی از طرفین بخواهد به هر قیمتی عشقش را برای خودش نگه دارد!

یعنی زور بزنه و تقلا بکنه تا به هر قیمتی که شده عشقش رو راضی نگه داره تا مبادا نکنه که یه وقت بزاره بره و عاشق یه نفر دیگه بشه که به این حالت میگیم : وابستگی !

وابستگی هم یکی از مهم ترین علت هایی که باعث میشه عشق یک طرفه بشه!

در مورد وابستگی در قسمت های بالا توضیح داده شد !

یکی از سوال دوستان:

سلام من پریسا هستم ۲۷ ساله ، راستش من عاشق یه پسر ی شدم ولی ایشون من رو دوست نداره ؛ چیکار کنم تا عاشقم بشه ؟ هر کاری کردم نشد که نشد. ولی من نمیتونم از فکرش بیرون بیام ، اصلا نمیتونم فراموشش کنم ! لطفا کمک کنید.

پاسخ:

سلام دوست عزیز ، در موردش توضیح داده شده ولی بازم توضیح میدم تا بهتر متوجه بشید.

ببینید پریسا خانم عزیز ؛ اگر با خودتان روراست باشید میفهمید که شما بخاطر احساسی که اون آقا به شما میده دوستش دارید نه خودش ؛ درواقع شما عاشق اون احساسی هستید که از این آقا به شما دست میده !
فرضا وقتی بهش نگاه میکنید لذت میبرید و قند تو دلتون آب میشه و احساس خوبی به شما دست میده و کیف میکنید.
درسته ؟

پس میتونیم نتیجه بگیریم که چون این آقا به شما حس خوبی میده باعث شده که شما عاشقش بشی !

اما چون فکر میکنی که فقط این آقا میتونه این احساس خوب و لذت رو به
شما منتقل کنه باعث شده که بهش وابسته بشی و نتونی از فکر و خیالش
دریای!

تنها راه حل مشکل شما اینه که باور کنی که هزاران پسر دیگه در جهان
وجود داره که میتونه این احساس خوب رو به من منتقل کنه!
باید باور کنید که هزاران مرد دیگه در جهان هست و وجود داره که حاضره
عاشق تون بشه و بهتون احساس خوب و لذت رو منتقل بکنه!
به این علت نمیتونید فراموشش کنید که فکر میکنید اگه این آقا از زندگی
تون بره دیگه نمیتونید دوباره عاشق بشید و یا دیگه نمیتونید این احساس
خوب رو تجربه کنید.

در حالیکه این موضوع فقط و فقط در افکار شماست و جهان اینگونه نیست!
نتیجه گیری:

شما باید تلاش خودتون رو بکنید تا عاشقتون بشه ولی بدون احساس نگرانی!
توجه خیلی مهم:

اگر نگران نباشید، نترسید و بتونید احساس های خودتون رو کنترل کنید به
احتمال ۹۹ درصد همون آقا عاشقتون میشه و اگر ۱ درصد نشد؛ مطمئن

باشید فردی وارد زندگیتون میشه و باهاش آشنا میشید که هزاران برابر از آدم قبلی بهتره !

سعی کنید جمله های زیر رو زیادهاد تکرار کنید :

- شد شد نشد نشد ! حتما قراره بهترش بیاد که نشد !
- خداوند و کائنات فقط برای من خوبی میخواهد ؛ من به جهان هستی و خداوند ایمان دارم و مطمئن هستم که بهترین ها را نصیبم میکند و میدانم که هر اتفاقی بیافتد به نفع من هست !

مهم ترین قانون در جذب عشق :

نگران نباش و نترس تا بهترین ها رو تجربه کنی ! تمام .
موفق باشید.

یکی از سوال دوستان:

سلام ، من در حال حاضر در یک رابطه ی نامطلوب هستم و فقط میخواهم ازش جدا بشم و طلاق بگیریم ولی شوهرم بهم گفته که هرگز طلاقت نمیدم ؛ من باید چیکار کنم ؟ چطوری از دستش خلاص بشم ؟ خیلی دارم اذیت میشم همیشه من رو آزارم میده و دست به زن هم داره . لطفا راهنمایی کنید.

شوهرم اصلاً آدم خوبی نیست و بهم گفته که اگه التماس هم کنی باز هم طلاق نمیدم!!

دیگه واقعا نمیدونم چیکار کنم ، تو رو خدا بگین چیکار کنم ؟ ممنون

پاسخ:

سلام عزیز ، ببینید هر اتفاقی که براتون اتفاق میوفته خودتان مقصر هستید!

دنیای درونی شما ، دنیای بیرونی شما را میسازد.

اگر کسی به شما ظلم میکند ؛ شما مقصر هستید!

اگر مظلومی نباشد ظالمی هم وجود نخواهد داشت!

در قدم اول باید قبول کنید که خودتان مقصر هستید!

تا زمانیکه قبول نکنید خودتان مقصر هستید و خودتان باعث ایجاد همچنین مشکلی شده اید ؛ هرگز نمیتوانید این مشکل را حل کنید.

شما باعث شده اید که همچنین فردی وارد زندگی تان شود نه دیگران نه خانواده و نه هیچ کسی دیگه ای

هیچ کس را مقصر ندانید ، مقصر فقط و فقط خودتان هستید.

تا زمانیکه دیگران را مقصر بدانید هرگز خوشبخت نخواهید شد.

برای اینکه شوهرتان تغییر کنید و یا شما را طلاق بدهد ، اول باید خودتان تغییر کنید.

با دقت به مطالبی که در ادامه میگم گوش کنید و به هر آنچه که گفته میشه عمل کنید :

در قدم اول شما باید سعی کنید به نکات مثبت شوهرتان توجه کنید ، به هر نکته ی مثبتی که داره !!

میدونم که احتمالا الان میگوید که شوهر من هیچ نکته ی مثبتی نداره اما باید سعی کنید تا به اندک نکات و ویژگی های مثبتی که دارد توجه کنید.

میدونم که کار سخته !! اما باید تلاش کنید تا به ویژگی های مثبتش توجه کنید !!

در مورد نکات مثبتش فقط و فقط با خودتان و دیگران حرف بزنید.

اگر واقعا میخواهید از دستش خلاص شوید و شما را طلاق بدهد باید سعی کنید تا به نکات مثبتش توجه کنید.

اصلا مهم نیست که شوهرتون چی گفته !!

اصلا مهم نیست که گفته هرگز طلاقت نمیدم !

این شما هستید که اتفاق های زندگیتان را رقم میزنید.

شما میتوانید کاری کنید که خودش تصمیم بگیرد که شما را طلاق بدهد.
لازم نیست هیچ کار فیزیکی بکنید ؛ فقط باید تلاش ذهنی بکنید و به نکات
مثبت شوهرتان توجه کنید حتی بصورت الکی ! یعنی الکی به خودتان
بگویند (در ذهن خود) که شوهر من خیلی خوبه و خیلی مهربونه و خیلی
دوست داشتنیه و ...

توجه کنید که گفتم در ذهن خودتان بگویند یعنی زمانی که تنها هستید با
خودتان حرف بزنید و از شوهرتان تعریف و تمجید کنید حتی بصورت الکی .
یعنی اگر مهربون نیست بگید که مهربونه !

اگر خوش اخلاق نیست بگید که خوش اخلاقه !

اگر دوست داشتنی نیست بگید که دوست داشتنیه !

بازم میگم این حرف ها رو باید در تنهایی و تو ذهن خودتون بگین !

با خودتون زمزمه کنید و تو دلتون بگین !

و وقتی در مورد شوهرتان با دیگران حرف میزنید فقط و فقط از ویژگی ها و
نکات مثبتش حرف بزنید . (غیبت نکنید)

اگر بتوانید به نکات مثبت شوهرتان توجه کنید مطمئن باشید که شوهرتان
تغییر خواهد کرد و اگر تغییر نکند از زندگیتان به راحتی و به آسانی و
بدون هیچ دردسری بیرون میرود ، این قانونه !

اگر شما تغییر کنید شوهرتان مجبور هست تغییر کند ، چه بخواهد چه
نخواهد !

البته برای اینکه تغییر کند و رفتاری که شما دوست دارید را با شما داشته
باشد نیاز به زمان هست ولی هر چقدر شما بتوانید زود تر تغییر کنید ،
شوهرتان هم زود تر تغییر خواهد کرد. همه چیز به خودتان بستگی دارد.
هر چقدر شما بتوانید به نکات مثبت بیشتری توجه بکنید ، این اتفاق سریع تر
انجام خواهد شد.

عُر زدن تحت هر شرایطی ممنوع !!

“The End”

خوب ، به پایان کتاب رسیدیم !

**اگر قسمتی از کتاب را خوب متوجه نشدید یا هر سوالی که داشتید میتوانید
از من بپرسید و من در خدمت شما هستم.**

**میتوانید از مشاوره تلفنی استفاده کنید و وقت مشاوره بگیرید
در پایان برای تک تک شما عزیزان آروزی خوشبختی میکنم.**

**حتما نظرات خود را در مورد کتاب برایمان کامنت کنید داخل سایت ، زیر
همین محصول !**

**و هر گونه پیشنهاد یا انتقادی هم داشتید ، صمیمانه قبول میکنیم و استقبال
میکنیم !**

**امید وارم این کتاب بتواند ، عشق را به زندگی تان به ارمغان بیاورد !
ارادتمند شما :**

استاد مسعود رنجبری

www.cafe2080.ir