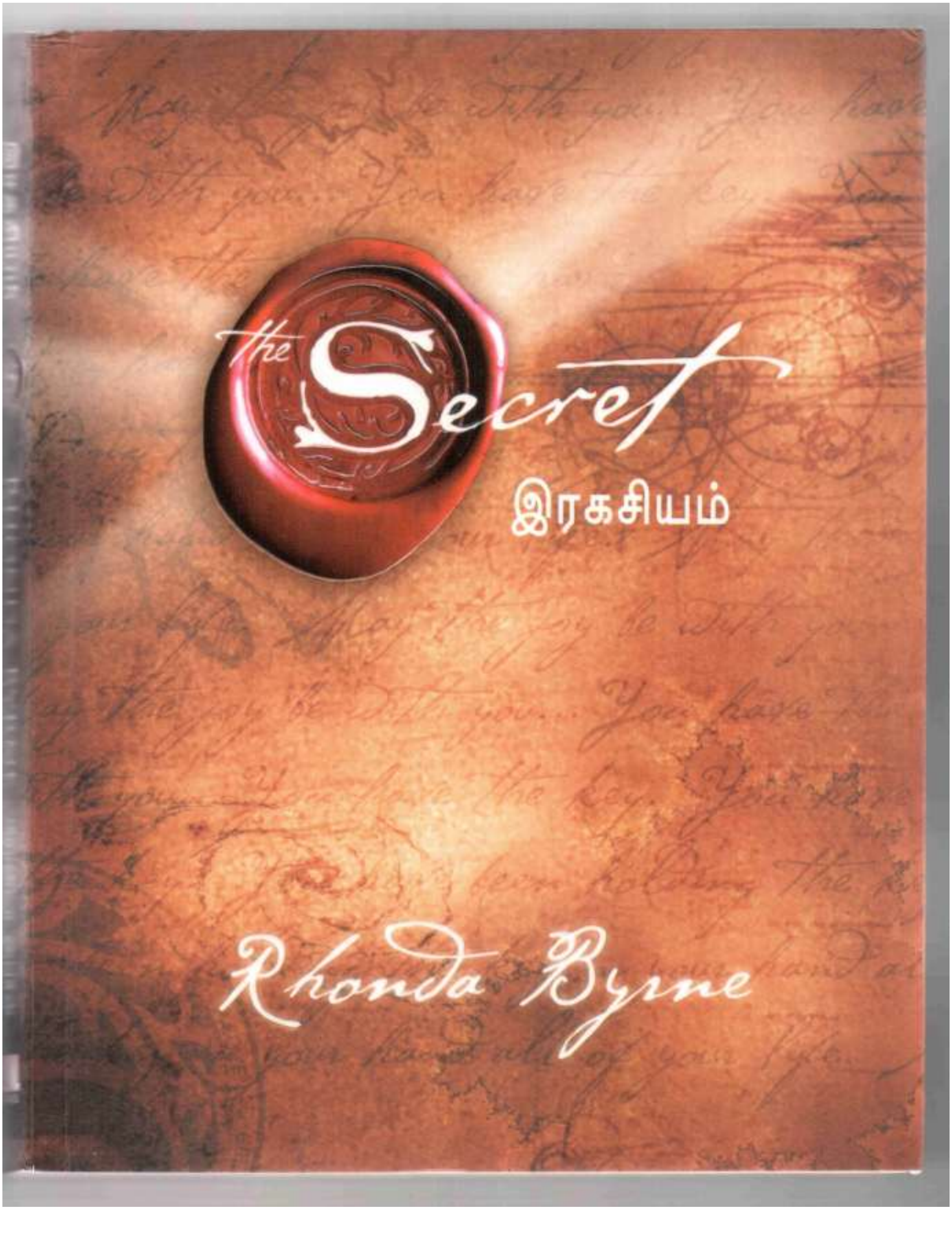

the Secret
இரகசியம்
Rhonda Byrne

வரலாறு நெடுகிலும் பல நூற்றாண்டுகளாக வாய்வழியாகவும் செவிவழியாகவும் வந்த பாரம்பரியங்களிலும், இலக்கியங்களிலும், மதங்களிலும், தத்துவங்களிலும் ஒரு மாபெரும் இரகசியத்தின் கீற்றுகள் பரவலாகச் சிதறிக் கிடந்தன. இப்போது முதன்முறையாக இரகசியத்தின் அச்சிதறல்கள் அனைத்தும் ஒன்றாய்க் கோர்க்கப்பட்டு வியக்கத்தக்க விதத்தில் வெளிப்படுத்தப்பட்டு இருக்கின்றன. இதைப் படித்து அனுபவிக்கும் ஒவ்வொருவரின் வாழ்விலும் பரிபூரண மாற்றம் ஏற்படும் என்பதில் எள்ளவும் சந்தேகமில்லை.

பணம், ஆரோக்கியம், உறவுகள், மகிழ்ச்சி போன்ற வாழ்வின் ஒவ்வோர் அம்சத்திலும் இரகசியத்தை எப்படிப் பயன்படுத்துவது என்பதை இப்புத்தகம் உங்களுக்கு விளக்கும். உங்களுள் மறைந்திருக்கும், இதுவரை வெளியே கொண்டுவரப்படாத சக்தியை நீங்கள் அறியத் துவங்குவீர்கள். இந்த வெளிப்பாடு உங்களுக்கு வாழ்வின் அனைத்து அம்சங்களிலும் ஆனந்தத்தை அள்ளி வழங்கும்.

தங்களது வாழ்வில் ஆரோக்கியம், செல்வச் செழிப்பு, மற்றும் மகிழ்ச்சி ஆகியவற்றைக் கொண்டுவர இரகசியத்தை உபயோகித்த நவீன ஆசான்களின் ஞானத்தை இரகசியம் உள்ளடக்கியுள்ளது. இரகசியத்தின் அறிவைக்கொண்டு, குணப்படுத்த முடியாத வியாதிகள் எப்படிக் குணப்படுத்தப்பட்டன, அளப்பரிய செல்வம் எங்ஙனம் குவிக்கப்பட்டது, பிரம்மாண்டமான தடைகள் எவ்வாறு தகர்த்தெறியப்பட்டன, முடியவே முடியாது என்று கருதப்பட்டவை எப்படிச் சாத்தியப்பட்டன என்பதைக் குறித்த உண்மைக் கதைகளை அவர்கள் இதில் வெளிப்படுத்தியுள்ளனர்.

The Secret™

இரகசியம்

First published in India by

MANJUL

Manjul Publishing House Pvt. Ltd.

Corporate Office: 2nd Floor, Usha Preet Complex,
42 Malviya Nagar, Bhopal 462 003 - India
E-mail: manjul@manjulindia.com Website: www.manjulindia.com
Registered Office: 10 Nishat Colony, Bhopal 462 003 - India

Distributed in India by

New Horizon Media Pvt. Ltd.
Chennai-600 018
Tel: +91 44 4200 9601

SV Book Supply Company Pvt. Ltd.
New Delhi-110 002
Tel: +91 11 2325 8319

Tamil language translation copyright © 2011 by Manjul Publishing House Pvt. Ltd.
First impression 2011

The Secret by Rhonda Byrne

Copyright © 2006 TS Production LLC, through TS Ltd., Luxembourg Branch.
THE SECRET text mark and THE SECRET logo are trademarks of TS Production LLC, through TS Ltd., Luxembourg Branch. All rights reserved.

Published by arrangement with the original publisher, Atria/Beyond Words, an Imprint of Simon & Schuster, Inc.

ISBN 978-81-8322-205-1

Translation by PSV Kumarasamy
Book design by Gozer Media P/L (Australia) www. gozer.com.au, directed by The Secret

Printed & bound in India by Manipal Press Limited.

The information contained in this book is intended to be educational and not for diagnosis, prescription or treatment of any health disorder whatsoever. This information should not replace consultation with a competent healthcare professional. The content of this book is intended to be used as an adjunct to a rational and responsible healthcare programme prescribed by a healthcare professional. The author and publisher are in no way liable for any misuse of the material.

No part of this publication may be reproduced, stored in or introduced into a retrieval system, or transmitted, in any form, or by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise) without the prior written permission of the publisher.
Any person who does any unauthorized act in relation to this publication may be liable to criminal prosecution and civil claims for damages.

மேலே எவ்வாறோ கீழே அவ்வாறே.
அகம் எவ்வாறோ புறம் அவ்வாறே.

- தி எமரால்ட் டேப்லட், சுமார் கி.மு. 3000

இப்புத்தகம் உங்களுக்குச் சமர்ப்பணம்

இரகசியம் உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும்
அன்பையும் ஆனந்தத்தையும்
கொண்டுவந்து சேர்க்கட்டும்.

உங்களுக்காகவும் உலகிற்காகவும்
நான் மனதார வேண்டுவது இதைத்தான்.

உள்ளடக்கம்

முன்னுரை	ix
நன்றியுரை	xiii
இரகசியம் திரைவிலக்கப்படுகிறது	1
இரகசியம் எளிமையாக்கப்படுகிறது	27
இரகசியத்தைப் பயன்படுத்துவது எப்படி	45
ஆற்றல்மிக்கச் செயல்முறைகள்	73
பணத்திற்கான இரகசியம்	99
உறவு மேம்பாட்டிற்கான இரகசியம்	117
ஆரோக்கியத்திற்கான இரகசியம்	131
உலகிற்கான இரகசியம்	149
உங்களுக்கான இரகசியம்	165
வாழ்க்கைக்கான இரகசியம்	189
பங்களித்தோர் குறிப்புகள்	197

முன்னுரை

ஓராண்டுக்கு முன் என் வாழ்க்கை திடீரென்று நிலை குலைந்து சரிந்தது. என் தந்தை எதிர்பாராமல் காலமானார்; நான் அல்லும் பகலும் வேலையில் ஈடுபட்டுக் களைத்துத் துவண்டேன்; சக ஊழியர்களுடனும், பிரியமானவர்களுடனுமான என் உறவு சீர் கெட்டது; இந்த நம்பிக்கையற்ற நிலையிலிருந்து எனக்கு ஒரு மாபெரும் பரிசு கிடைக்கப் போகிறது என்று நான் அப்போது துளிக்கூட அறிந்திருக்கவில்லை.

அப்போதுதான் ஒரு மகத்தான இரகசியத்தின் கண நேர தரிசனம் எனக்குக் கிடைத்தது. அது வாழ்க்கைக்கான இரகசியம். என் மகள் ஹேய்லீ எனக்குக் கொடுத்த, நூறு வருடம் பழமையான ஒரு புத்தகத்திலிருந்து அத்தரிசனம் எனக்குக் கிடைத்தது. இரகசியத்தை உலக வரலாற்றின் ஊடாகத் தேடிக் கண்டறிந்தபோது, மாமனிதர்களான பிளாட்டோ, ஷேக்ஸ்பியர், நியூட்டன், ஹ்யூகோ, பீத்தோவன், லிங்கன், எமர்சன், எடிசன், ஐன்ஸ்டீன் போன்றோர் இதை அறிந்திருந்தனர் என்பதை என்னால் நம்ப முடியவில்லை.

எனக்கு அதிர்ச்சி கலந்த ஆச்சரியம். "இதை ஏன் எல்லோரும் அறிந்திருக்கவில்லை?" இரகசியத்தை இவ்வுலகிலுள்ள அனைவரோடும் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற தணியாத வேட்கை என்னை ஆட்கொண்டது. இப்போது நம்மிடையே வாழ்ந்து வருபவர்களில், இந்த இரகசியத்தை அறிந்துள்ளவர்களை நான் தேடத் துவங்கினேன்.

ஒருவர் பின் ஒருவராக அவர்கள் என்முன் தோன்றினர். நான் ஒரு காந்தம் போல் அவர்களைக் கவர்ந்திழுக்கத் துவங்கினேன். என் தேடல் தொடங்கியவுடன், இப்போது நம்மிடையே வாழ்ந்துவரும் ஆசான்கள் ஒவ்வொருவராக என்னிடம் ஈர்க்கப்பட்டனர். நான் ஓர் ஆசானைக் கண்டறிந்தவுடன், அது சீரான சங்கிலித் தொடர்போல அடுத்த

ஆசானுடன் என்னை இணைத்துவிடும். நான் வழி தவறிச் செல்லும் பட்சத்தில், வேறு ஏதேனும் ஒன்று என் கவனத்தை ஈர்க்கும். அந்தத் திசைமாற்றத்தின் ஊடாக அடுத்த அரும்பெரும் ஆசான் என்முன் தோன்றுவார். இணையத் தேடுதலில் தவறுதலாக ஓர் இணைப்பை அழுத்திவிட்டால், ஓர் இன்றியமையாத தகவலைச் சென்றடைய நான் வழிகாட்டப்படுவேன். பல நூற்றாண்டுகளாக இரகசியம் இருந்து வந்திருப்பதை ஒரு சில வாரங்களுக்கு உள்ளாகவே நான் கண்டறிந்தேன். தற்போது இரகசியத்தைக் கடைப்பிடித்து வருவோரையும் கண்டறிந்தேன்.

இரகசியத்தை ஒரு திரைப்படம் மூலமாக உலக மக்களிடம் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும் என்னும் குறிக்கோள் என் மனத்தில் ஆழமாகப் பதிவானது. அடுத்த இரண்டு மாதங்களில் என் திரைப்பட மற்றும் தொலைக்காட்சித் தயாரிப்புக் குழுவினர் இரகசியத்தைக் கற்றறிந்தனர். குழு உறுப்பினர் ஒவ்வொருவரும் இதை அறிந்திருப்பது இன்றியமையாததாக இருந்தது. ஏனெனில் இப்புரிதல் இல்லாமல், நாங்கள் மேற்கொள்ளவிருக்கும் முயற்சி இயலாத காரியமாகி விடும்.

படம் எடுப்பதற்கு ஓர் ஆசானைக் கூட உறுதி செய்திராத நிலையிலும், இரகசியத்தின் மீது இருந்த அசைக்க முடியாத நம்பிக்கையால், நான் வசித்து வந்த ஆஸ்திரேலியாவிலிருந்து, பெரும்பாலான ஆசான்கள் வாழ்ந்து வரும் அமெரிக்காவுக்கு நான் துணிந்து விமானம் ஏறினேன். ஏழு வாரங்கள் கழித்து, அமெரிக்கா நெடுகிலும் வாழ்ந்து வரும் மகத்தான ஆசான்களில் ஐம்பத்தைந்து பேரை எங்கள் குழு, நூற்று இருபது மணிநேரத்திற்கும் மேலாக ஓடக்கூடிய அளவிற்குப் படம் பிடித்தது. நாங்கள் எடுத்து வைத்த ஒவ்வோர் அடியிலும், இரகசியத்தைப் பயன்படுத்தியே, 'இரகசியம்' திரைப்படத்தைப் படம் பிடித்தோம். உண்மையில் எங்களுக்குத் தேவைப்பட்ட ஒவ்வொரு நபரையும் ஒவ்வொரு சூழலையும் எங்கள்பால் ஈர்த்தோம். எட்டு மாதங்களுக்குப் பின் 'இரகசியம்' திரைப்படம் வெளியானது.

உலகமெங்கும் இப்படத்தின் தாக்கம் பரவப் பரவ, நடந்தேறிய அற்புதச் சம்பவங்கள் பற்றிய கதைகள் வெள்ளமெனக் குவியத் துவங்கின: நாட்பட்ட வலி, மனத்தளர்ச்சி, மற்றும் பிற நோய்களிலிருந்து குணமடைந்தது பற்றியும், விபத்திற்குப் பிறகு முதன்முதலாக எழுந்து நடந்தது பற்றியும், மரணப்படுக்கையிலிருந்து மீண்டு வந்தது பற்றியும்

மக்கள் எங்களுக்குக் கதை மேல் கதையாய் எழுதினர். இரகசியத்தைப் பயன்படுத்திப் பெரும்பணத்தை ஈட்டிய, அஞ்சலில் எதிர்பாராத காசோலைகளைப் பெற்ற ஆயிரக்கணக்கான உண்மைச் சம்பவங்கள் பற்றி எங்களுக்குத் தகவல்கள் வந்தவண்ணமாக இருந்தன. மக்கள் இரகசியத்தைப் பயன்படுத்தி, தாங்கள் விரும்பிய வீடுகள், வாழ்க்கைத் துணைகள், கார்கள், வேலைகள், பதவி உயர்வுகள் ஆகியவற்றைத் தங்கள்பால் ஈர்த்தனர். இரகசியத்தைப் பயன்படுத்திய சில நாட்களுக்குள்ளாகவே வியாபாரங்களில் பெரும் மாற்றங்கள் நிகழ்ந்த பல சம்பவங்கள் குறித்த தகவல்கள் எங்களுக்கு வந்தன. குழந்தைகளை உள்ளடக்கிய சிக்கலான குடும்ப உறவுகளில், பிணக்கம் நீங்கி இணக்கம் உண்டான, இதயத்தை வருடும் இனிய கதைகளும் எங்களை வந்தடைந்தன.

எங்களுக்கு வந்த பிரமிக்கத்தக்கக் கதைகளில் சில, குழந்தைகளிடமிருந்து வந்தன; அதிக மதிப்பெண்கள் மற்றும் நல்ல நண்பர்கள் உட்படத் தாங்கள் விரும்பியவற்றை எல்லாம் இரகசியத்தைப் பயன்படுத்தி எப்படித் தங்கள் பக்கம் ஈர்த்தனர் என்று அச்சின்னஞ்சிறுசுகள் விவரித்தன. மருத்துவர்கள் தங்கள் நோயாளிகளிடமும், பல்கலைக்கழகங்களும் பள்ளிகளும் தங்களுடைய மாணவர்களிடமும், உடற்பயிற்சி மையங்கள் தங்கள் வாடிக்கையாளர்களிடமும், பல கிறித்தவ மதப் பிரிவுகளும் ஆன்மீக மையங்களும் தங்கள் வழிபாட்டுக் கூட்டத்தினரோடும் இரகசியம் குறித்த அறிவைப் பகிர்ந்து கொண்டனர். உலகெங்கிலும் உள்ள மக்கள், இரகசியத்தைத் தங்களுடைய குடும்பத்தாரோடும் உறவினரோடும் பகிர்ந்து கொள்வதற்காக, இதற்கென்றே தங்கள் வீடுகளில் சிறப்பு விருந்துக் கூட்டங்களை நடத்தி வருகின்றனர். ஒரு சாதாரண பறவை இறகிலிருந்து, பத்து மில்லியன் டாலர்கள் உட்பட எல்லா விதமான பொருட்களையும் ஈர்க்க இரகசியம் பயன்படுத்தப்பட்டது. இத்திரைப்படம் வெளியான சில மாதங்களுக்குள்ளாகவே இவை அனைத்தும் நடைபெற்றுள்ளன.

உலகெங்கிலும் உள்ள பல கோடி மக்களுக்கு ஆனந்தத்தைக் கொண்டு வருவதே, நான் இரகசியத்தைப் படைத்ததன் நோக்கமாக இருந்தது. இன்றளவும் அப்படியே இருந்து வருகிறது. நாள்தோறும் உலகின் பல பகுதிகளிலிருந்து, வயது, இனம், நாடு போன்ற பாகுபாடுகளின்றி அனைத்து மக்களிடமிருந்தும், இரகசியம் தங்களுக்குக் கொண்டுவந்த மகிழ்ச்சிக்கு நன்றி தெரிவித்து எங்களுக்கு வந்து கொண்டிருக்கும்

ஆயிரமாயிரம் கடிதங்கள், எங்கள் நோக்கம் நிறைவேறி வருவதைப் பறைசாற்றுகின்றன. இந்த அறிவைக் கொண்டு உங்களால் செய்ய முடியாதது என்று ஏதுமில்லை. நீங்கள் யார், எங்கு இருக்கிறீர்கள் என்பது ஒரு பொருட்டல்ல. இரகசியம், நீங்கள் விரும்பும் அனைத்தையும் உங்களுக்கு அளிக்கவல்லது.

இருபத்து நான்கு அற்புதமான ஆசான்கள் இப்புத்தகத்தில் இடம் பெற்றுள்ளனர். அவர்களுடைய பேட்டிகள், அமெரிக்காவெங்கும் பல்வேறு காலகட்டங்களில் பதிவு செய்யப்பட்டபோதும், அவர்கள் தெரிவித்தக் கருத்துக்களில் எவ்வித வேறுபாடும் இல்லை. இரகசியம் கற்றுக்கொடுத்த ஆசான்களின் வார்த்தைகளும், இரகசியம் செயல்பட்ட வியத்தகுக் கதைகளும் இப்புத்தகத்தில் அடங்கியுள்ளன. நான் கற்றுக் கொண்ட எளிய வழிகள், ஆலோசனைகள், சுருக்கு வழிகள் அனைத்தையும் உங்கள் வாழ்க்கைக் கனவுகளை நீங்கள் நனவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும் என்ற நோக்கத்துடன் உங்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டுள்ளேன்.

இப்புத்தகம் முழுவதும் சில இடங்களில் **நீங்கள்** என்ற வார்த்தையை அழுத்தமான எழுத்துக்களில் குறிப்பிட்டுள்ளதை நீங்கள் கவனிப்பீர்கள். நான் அவ்வாறு செய்யக் காரணம், வாசகராகிய நீங்கள் இந்த நூல் உங்களுக்காகவே உருவாக்கப்பட்டுள்ளது என்பதை உணர வேண்டும் என்பதற்காகத்தான். நீங்கள் என்று நான் குறிப்பிடும்போது, உங்களிடம் நான் தனிப்பட்ட முறையில் நேரடியாகப் பேசுகிறேன் என்று பொருள் கொள்ள வேண்டும். இப்புத்தகத்துடன் ஓர் ஆத்மார்த்தமான தொடர்பை நீங்கள் உணர வேண்டும் என்பதுதான் என் நோக்கம். ஏனெனில் இரகசியம் உங்களுக்காகவே உருவாக்கப்பட்டது.

இப்புத்தகத்தின் பக்கங்களைப் புரட்டி, இரகசியத்தை நீங்கள் படிப்படியாகப் புரிந்து கொள்ளும்போது, நீங்கள் விரும்பும் அனைத்தையும் பெறுவது எப்படி, வேண்டிய நிலைகளை அடைவது எப்படி, விரும்பியவற்றைச் செய்வது எப்படி என்பதை அறிந்து கொள்வீர்கள். உண்மையில் நீங்கள் யார் என்பதைத் தெரிந்து கொள்வீர்கள். உங்களுக்காகக் காத்திருக்கும் பிரம்மாண்டத்தையும் உணர்ந்து கொள்வீர்கள்.

நன்றியுரை

என் வாழ்வில் தோன்றி என்னை ஊக்குவித்து, என் மனதைத் தொட்டு, தங்களின் இருத்தலால் என் வாழ்விற்கு ஒளியூட்டிய ஒவ்வொருவருக்கும் நான் மனப்பூர்வமான நன்றிகளைத் தெரிவித்துக் கொள்ள விரும்புகிறேன்.

என் வாழ்க்கைப் பயணத்தில் பங்களிப்புச் செய்தமைக்காகவும், இப்புத்தகத்தின் படைப்பிற்கு உதவியதற்காகவும் நான் கீழ்க்கண்டவர்களுக்கு என் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

தங்களது ஞானம், அன்பு மற்றும் தெய்வீகத்தைப் பெருந்தன்மையுடன் பகிர்ந்து கொண்டமைக்காக, இரகசியத்தில் இடம்பெற்றிருக்கும் இந்த இணை ஆசிரியர்களுக்கு நான், என் மரியாதைக்குரிய வணக்கங்களைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்: ஜான் அஸரப், மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித், லீ புரோவர், ஜாக் கேன்ஃபீல்டு, டாக்டர் ஜான் எஃப் டிமார்ட்டினி, மேரி டயமண்ட், மைக் டூலி, பாப் டாயில், ஹேல் ட்வாஸ்கின், மோரிஸ் குட்மேன், முனைவர் ஜான் கிரே, முனைவர் ஜான் ஹேகலின், பில் ஹாரிஸ், டாக்டர் பென் ஜான்சன், லோரல் லாங்மியர், லிசா நிக்கோல்ஸ், பாப் பிராக்டர், ஜேம்ஸ் ஆர்தர் ரே, டேவிட் ஷிர்மர், மார்சி ஷைமாஃப், முனைவர் ஜோ விட்டாலே, முனைவர் டென்னிஸ் வெயிட்லி, நீல் டொனால்டு வால்ஷ், மற்றும் முனைவர் ஃப்ரெட் ஆலன் உல்ஃப்.

இரகசியம் தயாரிப்புக் குழுவில் இடம்பெற்றிருந்த இந்த அற்புதமான மனித நெஞ்சங்களுக்கு: பால் ஹாரிங்டன், கிளென்டா பெல், ஸ்கை பைர்ன், நிக் ஜார்ஜ், ட்ரூ ஹெரியட், டேனியல் கெர், டேமியன் கார்பாய் மற்றும் இரகசியம் திரைப்படத் தயாரிப்பில் எங்களுடன் பயணித்த அனைவருக்கும்.

அருமையான கிராபிக்ஸை உருவாக்கிக் கொடுத்தமைக்காகவும் இரகசியத்தின் உணர்வு வெளிப்படும் விதத்தில் அதை அதில் கனகச்சிதமாய்ப் பொருத்திக் கொடுத்தமைக்காகவும் கோசர் மீடியாவுக்கும், ஜேம்ஸ் ஆர்ம்ஸ்டிராங், ஷாமஸ் ஹோயேர், மற்றும் ஏன்டி லூயிஸ் ஆகியோருக்கும்.

இரகசியத்தின் முதன்மை நிர்வாக அதிகாரி பாப் ரெய்னோன் எங்களுக்காகவே சொர்க்கத்திலிருந்து அனுப்பப்பட்டிருந்தார்.

மைக்கேல் கார்டினருக்கும் ஆஸ்திரேலியா மற்றும் அமெரிக்காவெங்கும் இருந்த சட்ட மற்றும் ஆலோசனைக் குழுவினருக்கும்.

இரகசியம் இணையத்தளக் குழு: டேன் ஹாலிங்ஸ், ஜான் ஹெர்ரன், இரகசியம் இணையக் குழுமத்தை நிர்வகித்து நடத்திவந்த 'பவர்ஃபுல் இன்டென்ஷன்ஸி'லிருந்த அனைவருக்கும், அக்குழுமத்திலிருந்த அனைத்து அற்புதமான மனிதர்களுக்கும்.

என்னுள் கொழுந்துவிட்டெறியும் பேரவாவைத் தோற்றுவித்த எழுத்துக்களைப் படைத்த பெரும் அவதார புருஷர்களுக்கும் மாபெரும் ஆசான்களுக்கும். அவர்களது மேன்மையின் நிழலில் நான் நடந்தேன். அவர்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் என் மரியாதை உரித்தாகுக. குறிப்பாக, ராபர்ட் கோல்லியர் மற்றும் கோல்லியர் பப்ளிகேஷன்ஸ், வாலஸ் வாட்டில்ஸ், சார்லஸ் ஹானல், ஜோசப் கேம்பெல், மற்றும் கேம்பெல் ஃபவுன்டேஷன், பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு, ஜெனிவீவ் பெகரென்ட், மற்றும் சார்லஸ் ஃபில்மோர் ஆகியோருக்கு.

ஏட்ரியா புக்ஸ்/ பியான்ட் வேர்ட்ஸைச் சேர்ந்த ரிச்சர்ட் கோன் மற்றும் சிந்தியா பிளாக், சைமன் & ஷூஸ்டரைச் சேர்ந்த ஜூடித் கர் ஆகியோர் தங்களது இதயக் கதவுகளைத் திறந்து இரகசியத்தை முழுமனத்துடன் ஏற்றுக் கொண்டமைக்காக. திருத்தங்களை மேற்கொண்டு, தொகுத்தமைக்காக : ஹென்றி கோவிக்கும் ஜூலி ஸ்டீகர்வால்டுக்கும்.

பெருந்தன்மையுடன் தங்களது கதைகளைப் பகிர்ந்து கொண்டமைக்காக: கேதி குட்மேன், சூசன் ஸ்லோயேட், காலின் ஹேம், பெலீஸ் இயற்கை ஆற்றல் நிறுவனத்தின் இயக்குனர் சூசன் மாரிஸ், ஜீனீ மேக்கெ, மற்றும் ஜோ சுகர்மேன் ஆகியோருக்கு.

அவர்களது ஊக்குவிப்பான எழுத்துக்களுக்காக: டாக்டர் ராபர்ட் ஆன்டனி, ஜெர்ரி மற்றும் எஸ்தர் ஹிக்ஸ், ஆபிரகாமின் போதனைகள், டேவிட் கேமரான் கிகான்டி, ஜான் ஹரிசரன், கேதரின் பான்டர், கே மற்றும் கேட்டி ஹென்றிக்ஸ், ஸ்டீபன் எம் ஆர் கவி, எக்ஹார்ட் டோல், மற்றும் டெப்பீ ஃபோர்ட் ஆகியோருக்கு. பெருந்தன்மையான ஆதரவு நல்கியமைக்காக: கிறிஸ் மற்றும் ஜேனட் அட்வுட், மார்சியா மார்ட்டின், டிரான்ஸ்பர்மேஷனல் லீடர்ஷிப் கவுன்சிலின் உறுப்பினர்கள், தி ஸ்பிரிச்சுவல் சினிமா சர்க்கிள், அகபே ஆன்மீக மையத்தின் ஊழியர்கள், மற்றும் இரகசியத்தில் இடம்பெற்றிருந்த அனைத்து ஆசான்களின் உதவியாளர்கள் மற்றும் ஊழியர்கள் ஆகியோருக்கு.

அன்பும் ஆதரவும் அளித்த என் நண்பர்கள்: மார்சி கோல்டுன் கிரில்லி, மார்கரெட் ரெய்னோன், அதெனா கோலியானிஸ், மற்றும் ஜான் வாக்கர், எலெயின் பேட், ஆன்ட்ரியா கேர், மைக்கேல் மற்றும் கேன்ட்ரா அபே. என் அருமையான குடும்பத்தினர்: பீட்டர் பைர்ன்; என் அற்புதமான சகோதரிகள்: இப்புத்தகத்திற்கு அளித்த விலைமதிப்பற்ற உதவிக்காக ஜேன் சைல்ட், பௌலீன் வெர்னான், கேயி ஐசான் (இப்போது உயிருடன் இல்லை), மற்றும் எப்போதும் என் அருகே இருந்து எல்லையற்ற ஆதரவும் அன்பும் நல்கி வந்த கிளென்டா பெல். தைரியமிக்க, அழகிய என் தாயார் ஐரீன் ஐசான், மற்றும் என் தந்தை ரொனால்டு ஐசானின் நினைவிற்காக. அவரது ஒளியும் அன்பும் தொடர்ந்து எங்கள் வாழ்வில் ஒளிவீசிக் கொண்டிருக்கிறது.

இறுதியாக, என் மகள்கள்: ஹேய்லீக்கும் ஸ்கை பைர்னுக்கும். என் வாழ்வும், அதன் பயணமும் துவங்கக் காரணமாக விளங்கியமைக்காக ஹேய்லீக்கு; என் வழியைப் பின்பற்றி இப்புத்தகத்தின் பணியில் பங்கேற்று, என் வார்த்தைகளைச் செப்பனிட்டுப் பரிபூரணமாக மாற்றியமைக்காக ஸ்கை பைர்னுக்கு. என் பெண்கள்தான் என் வாழ்க்கையின் அரிய பொக்கிஷங்கள். அவர்களுடைய இருத்தலின் மூலம் அவர்கள் எனது ஒவ்வொரு மூச்சையும் பிரகாசிக்கச் செய்கின்றனர்.

இரகசியம் திரைவிலக்கப்படுகிறது

பாப் பிராக்டர்

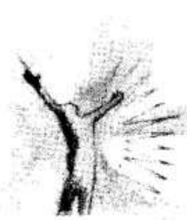
தத்துவவியலாளர், நூலாசிரியர் மற்றும் தனிநபர் பயிற்சியாளர்

இரகசியம் *நீங்கள் விரும்பும் எதையும் உங்களுக்கு அளிக்கும்: மகிழ்ச்சி, ஆரோக்கியம், செல்வம் என்று எதுவென்றாலும்.*

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

மெய்யறிவுவாதி, சந்தையியல் வல்லுனர் மற்றும் நூலாசிரியர்

நீங்கள் விரும்பும் எதையும் பெறலாம்; எதையும் செய்யலாம்; எதுவாகவும் ஆகலாம்.



ஜான் அஸரப்

தொழில் முனைவர் மற்றும் பணம் பெருக்கும் வல்லுனர்

நாம் தேர்ந்தெடுக்கும் எதை வேண்டுமானாலும் நாம் பெறலாம். அது எவ்வளவு பெரிதாக இருந்தாலும், அது ஒரு பொருட்டல்ல.

எப்படிப்பட்ட வீட்டில் வசிக்க வேண்டும் என்று நீங்கள் விரும்புகிறீர்கள்? நீங்கள் ஒரு கோடீஸ்வரர் ஆக வேண்டுமா? எந்த விதமான வியாபாரம் உங்களுக்கு வேண்டும்? வெற்றி மேல் வெற்றி பெற வேண்டுமா? உங்களுக்கு உண்மையிலேயே என்ன வேண்டும்?

டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

தத்துவவியலாளர், தண்டெலும்பு மருத்துவர், பிணி நீக்குனர் மற்றும் தனிநபர் பூரண மேம்பாட்டு வல்லுனர்

இதுதான் வாழ்வின் மாபெரும் இரகசியம்.

முனைவர் டென்னிஸ் வெயிட்லி

உளவியலாளர் மற்றும் மனத்திறன் துறைப் பயிற்சியாளர்

கடந்தகாலத்தில் இரகசியத்தை *அறிந்திருந்தவர்கள், அதிகாரத்தைத் தம் வசம் வைத்திருக்க விரும்பினர்; அதைப் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்பவில்லை.* இரகசியம் *குறித்து மக்களை அறியாமையில் வைத்திருந்தனர். மக்கள் பணிக்குச் சென்றனர்; வேலையில் மூழ்கினர்; பின்னர் வீடு திரும்பினர். மக்கள் எவ்வித அதிகாரங்களுமின்றி இந்த வட்டத்திற்குள்ளேயே உழன்று கொண்டிருந்தனர். ஒரு சிலரின் கைகளில் மட்டுமே* இரகசியம் *முடக்கப்பட்டது.*

வரலாறு நெடுகிலும் **இரகசியம்** குறித்த அறிவைக் கையகப்படுத்தப் பலர் முனைந்தனர். அதே சமயம் இவ்வறிவை உலகெங்கும் பரப்பும் வழியையும் பலர் கண்டறிந்தனர்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

முன்னோக்குவாதி மற்றும் அகபே சர்வதேச ஆன்மீக மைய நிறுவனர்

மக்களின் வாழ்வில் பல அற்புதங்கள் நிகழ்ந்துள்ளதை நான் என் கண்ணாரக் கண்டுள்ளேன். பணம் தொடர்பான அற்புதங்கள், உடற்பிணி நீக்கம், மனப் பிரச்சனைத் தீர்வு, உறவுச் சிக்கல் தீர்வு போன்ற எண்ணற்ற அற்புதங்கள்.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

எழுத்தாளர், ஆசிரியர், வாழ்வியல் பயிற்சியாளர் மற்றும் ஊக்குவிப்புப் பேச்சாளர்

இவை அனைத்தும் நிகழ்ந்ததற்குக் காரணம் இரகசியத்தை எப்படிப் பயன்படுத்துவது என்பதை அறிந்திருந்ததுதான்.

எது அந்த இரகசியம்?

பாப் பிராக்டர்

"எது அந்த இரகசியம்?" என்று நீங்கள் ஆச்சரியத்துடன் உட்கார்ந்திருக்கிறீர்களா? நான் அதைப் புரிந்து கொண்ட விதத்தில் உங்களுக்கு விளக்குகிறேன்.

நாம் அனைவரும் ஒரே மகா சக்தியுடன்தான் இணைந்து செயல்படுகிறோம். ஒரே விதிகள்தான் நம் எல்லோரையும் வழி நடத்துகின்றன. பிரபஞ்சத்தின் இயற்கை விதிகள் மிகவும் துல்லியமானவை. விண்கலன்களை நிர்மாணிப்பதிலோ, மனிதனை நிலாவிற்கு அனுப்புவதிலோ, நொடி சுத்தமாக அவற்றைத் தரையிறக்குவதிலோ நமக்கு எவ்விதச் சிரமமும் இருப்பதில்லை.

நீங்கள் இந்தியாவிலோ, ஆஸ்திரேலியா, நியூஸிலாந்து, ஸ்டாக்ஹோம், லண்டன், டொரோன்டோ, மாண்ட்ரியால் அல்லது நியூ யார்க்கிலோ எங்கிருந்தாலும் சரி, நாம் ஒரே சக்தியுடன் இணைந்துதான் செயல்படுகிறோம். ஒரே விதி. அதுதான் ஈர்ப்பு!

ஈர்ப்பு விதிதான் அந்த இரகசியம்!

உங்கள் வாழ்க்கையின் நிகழ்வுகள் அனைத்தையும் உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுத்துக் கொண்டிருப்பது நீங்கள்தான். உங்கள் மனத்தில் தக்க வைத்துக் கொண்டிருக்கும் காட்சிகள் மூலமாக அவை உங்களை நோக்கி ஈர்க்கப்படுகின்றன. அவை நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கும் விஷயங்கள். உங்கள் மனத்தில் ஓடிக் கொண்டிருப்பவற்றைத்தான் நீங்கள் உங்களை நோக்கி ஈர்க்கிறீர்கள்.

"உங்களது ஒவ்வோர் எண்ணமும் உண்மையில் ஒரு மெய்யான பொருள்தான். அது ஒரு சக்தி."

பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு (1834-1891)

பிரபஞ்சத்திலேயே மிகச் சக்தி வாய்ந்த விதி ஈர்ப்பு விதிதான் என்று இவ்வுலகில் வாழ்ந்து மறைந்த மாபெரும் ஆசான்கள் கூறியுள்ளனர்.

வில்லியம் ஷேக்ஸ்பியர், ராபர்ட் பிரௌனிங் மற்றும் வில்லியம் பிளேக் போன்ற கவிஞர்கள் இதைத் தங்களுடைய கவிதைகளில் வடித்துள்ளனர். லுட்விக் வான் பீத்தோவன் போன்ற கலைஞர்கள் இதைத் தங்களது இசை மூலம் வெளிப்படுத்தியுள்ளனர். லியானார்டோ டாவின்சி போன்ற ஓவியர்கள் இதைத் தங்களுடைய ஓவியங்களில் சித்தரித்துள்ளனர். சாக்ரடீஸ், பிளாட்டோ, ரால்ஃப் வால்டோ எமர்சன், பித்தகோரஸ், சர் பிரான்சிஸ் பேக்கன், சர் ஐசக் நியூட்டன், ஜோகன் உல்ஃப்கேங் வான் கதே, விக்டர் ஹியூகோ உள்ளிட்டப் பல தலை சிறந்த சிந்தனையாளர்கள் இதைத் தங்களது எழுத்துக்கள் மற்றும் போதனைகள் மூலமாகப் பகிர்ந்து கொண்டுள்ளனர்.

இந்து மதம், புத்த மதம், யூத மதம், கிறித்துவ மதம், இஸ்லாம், ஹெர்மெட்டிக் பாரம்பரியம் போன்ற மதங்களும், பண்டைய பாபிலோனியா மற்றும் எகிப்து போன்ற நாகரிகங்களும் இதைத் தங்களுடைய எழுத்துக்கள் மற்றும் கதைகள் மூலமாக அளித்துள்ளன. அனைத்து விதமான வடிவங்களிலும் கடந்த காலம் முழுவதும் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ள இவ்விதியை எல்லா நூற்றாண்டுகளின் புராதனப் படைப்புகளிலும் காணலாம். கி.மு.3000த்தில் இது கல்வெட்டில் செதுக்கப்பட்டது. ஒரு சிலர் இதை அபகரிக்கத் திட்டம் தீட்டி

வெற்றியும் பெற்றிருந்த போதிலும், அது எவரொருவராலும் கண்டுபிடிக்கப்படக் கூடிய விதத்திலே எப்போதுமே இருந்து வந்துள்ளது.

காலத்தின் மூலத்தோடேயே இவ்விதியும் உதித்தது. அது எப்போதும் தொடர்ந்து இருந்து வந்துள்ளது. இனியும் இருந்து வரும்.

பிரபஞ்சத்தின் கட்டமைப்பு முழுவதையும், உங்கள் வாழ்வின் ஒவ்வொரு கணத்தையும், உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் அனுபவிக்கும் ஒவ்வொரு விஷயத்தையும் இவ்விதிதான் நிர்ணயிக்கிறது. நீங்கள் யார் என்பதோ, எங்கிருக்கிறீர்கள் என்பதோ இங்கு முக்கியமல்ல; உங்களது வாழ்வனுபவம் முழுவதையும் ஈர்ப்பு விதிதான் வடிவமைக்கிறது. இச்சர்வசக்தி வாய்ந்த விதி அவற்றை உங்களது எண்ணங்கள் மூலமாக நிகழ்த்துகிறது. ஈர்ப்பு விதியை நடைமுறைப்படுத்துவது நீங்கள்தான். அதை நீங்கள் உங்களின் எண்ணங்கள் மூலமாகச் செய்கிறீர்கள்.

1912ல் சார்லஸ் ஹானல் ஈர்ப்பு விதியை, "படைப்பமைப்பின் சகலமும் சார்ந்திருக்கும், ஒருபோதும் பிறழாத மாபெரும் விதி" என்றழைத்தார்.

பாப் பிராக்டர்

மெய்யறிவு படைத்தோர் இதை எப்போதும் அறிந்திருந்தனர். வரலாற்றில் பின்னால் சென்று பார்த்தால், பண்டைய பாபிலோனியர்கள்கூட இதை அறிந்திருந்தனர் என்பது நமக்குப் புலப்படும். ஆனால் தெரிந்தெடுக்கப்பட்ட ஒரு சிறிய குழுவினருக்குள்ளேயே அது எப்போதும் இருந்து வந்துள்ளது.

பாபிலோனியர்களின் செல்வச்செழிப்பான வாழ்க்கை முறை அறிஞர்களால் முறையாகப் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளது. உலகின் ஏழு அதிசயங்களில் ஒன்றான பாபிலோனின் தொங்குத் தோட்டங்களை உருவாக்கிய பெருமையும் அவர்களுக்கு உண்டு. பிரபஞ்ச விதிகளைப் புரிந்து கொண்டு அதை முறையாகப் பயன்படுத்தியதன் மூலம், வரலாற்றிலேயே செல்வச் செழிப்பான ஓர் இனமாக அவர்கள் உருவாயினர்.

பாப் பிராக்டர்

உலகில் சம்பாதிக்கப்படும் மொத்தப் பணத்தில் தொண்ணூற்றாறு சதவீதத்தை, மக்கட்தொகையில் ஒரு சதவீதமே வகிப்பவர்கள் ஈட்டுவதற்கு என்ன காரணம் என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள்? இது ஒரு விபத்தென்றா நீங்கள் கருதுகிறீர்கள்? அது அப்படி வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. அவர்கள் ஏதோ ஒன்றைப் புரிந்து இருந்தனர். அவர்கள் **இரகசியத்தை** *அறிந்திருந்தனர். இப்போது உங்களுக்கும் அதே* **இரகசியம்** *அறிமுகப்படுத்தப்பட இருக்கின்றது.*

தங்களுடைய வாழ்வில் செல்வத்தை ஈர்த்தவர்கள் தெரிந்தோ தெரியாமலோ **இரகசியத்தை** உபயோகித்திருக்கின்றனர். அவர்கள் அபரிமிதமான செல்வச் செழிப்பான எண்ணங்களை எண்ணிக் கொண்டிருந்திருக்கின்றனர். அதற்கு முரண்பாடான எண்ணங்கள் முளைவிடாமல் பார்த்துக் கொண்டனர். அவர்களுடைய சிந்தனையை ஆக்கிரமித்துக் கொண்டிருந்த எண்ணங்கள் எப்போதும் செல்வச் சேகரிப்பு குறித்துத்தான் இருந்து வந்துள்ளது. அவர்கள் செல்வத்தை மட்டும்தான் அறிந்திருந்தனர்; அவர்களுடைய மனத்தில் வேறு எதுவும் நிலை கொண்டிருக்கவில்லை. அவர்கள் அதை அறிந்திருந்தார்களோ இல்லையோ, அவர்களிடம் குடி கொண்டிருந்த செல்வச்செழிப்பு குறித்த ஆதிக்க எண்ணங்களே அவர்களுக்குச் செல்வத்தையும் செழிப்பையும் கொண்டு வந்து கொடுத்துள்ளன. அது ஈர்ப்பு விதியின் இயக்க நியதி.

இரகசியத்தையும், ஈர்ப்பு விதியின் இயக்க நியதியையும் எடுத்துரைக்க மிகச் சரியான உதாரணம் இதுதான்: பெரும் செல்வத்தைச் சேர்த்து அவை அனைத்தையும் இழந்து குறுகிய காலத்திற்குள்ளேயே மீண்டும் பெரும் பணத்தைச் சேர்த்திருக்கும் நபர்களை நீங்கள் அறிந்திருக்கலாம். அவர்கள் உணர்ந்திருந்தார்களோ இல்லையோ, இப்படிப்பட்டவர்களை ஆக்கிரமித்திருந்த எண்ணங்கள் செல்வத்தின் மீதுதான் குவிந்திருந்திருக்கும். செல்வத்தை முதலில் அவர்கள் சேர்த்ததே அப்படித்தான். பின்னர் அதை இழந்து விடுவோமோ என்ற பயம் தங்களது எண்ணத்தில் புகுந்துவிட அவர்கள் அனுமதித்தனர். பிறகு அது விசுவரூபம் எடுத்து ஆக்கிரமிப்பான எண்ணமாக வளரும் வரை இது தொடர்ந்தது. அவர்களது செல்வச் செழிப்பு குறித்த எண்ணத்தைவிட, இழந்து விடுவோம் என்ற எண்ணம் கூடியதும் அவர்களது எண்ணத் தராசு ஒரு பக்கமாகச் சரிந்தது. அனைத்தையும் இழந்த பிறகு, இழப்பு

குறித்த எண்ணம் மறைந்தது. மறுபடியும் தராசு உயர்ந்து, செல்வச் செழிப்பின் பக்கம் சாய்ந்தது. செல்வம் மீண்டும் வந்தது.

உங்கள் எண்ணங்கள் எதுவாக இருந்தாலும் இவ்விதி அவற்றிற்கு ஏற்றவாறே இயங்கும்.

ஒத்தவை ஒத்தவற்றையே ஈர்க்கும்

ஜான் அஸரப்

ஈர்ப்பு விதி என்பது, என்னைப் பொறுத்தவரை, நான் என்னை ஒரு காந்தமாக எண்ணிக் கொள்வதற்கு ஒப்பானது. காந்தம் ஈர்ப்பு சக்தி உடையது என்பதை நான் அறிவேன்.

பிரபஞ்சத்திலேயே மிகவும் சக்தி வாய்ந்த காந்தம் நீங்கள்தான். உலகத்திலுள்ள மற்ற எல்லாவற்றையும்விட ஆற்றல் மிக்க இச்சக்தி உங்களினுள் உறைந்துள்ளது. இந்த அளவிட முடியாத காந்தசக்தி உங்களது எண்ணங்கள் மூலமாக வெளிப்படுத்தப்படுகிறது.

பாப் டாயில்

நூலாசிரியர் மற்றும் ஈர்ப்பு விதி வல்லுனர்

அடிப்படையில் பார்த்தால், ஒத்தவை தன்னை ஒத்தவற்றையே கவர்ந்திழுக்கும் என்று ஈர்ப்பு விதி கூறுகிறது. ஆனால் நாம் இங்கு உண்மையிலேயே பேசிக்கொண்டிருப்பது எண்ணத்தளத்திலிருந்து இயங்குவதைப் பற்றித்தான்.

ஒத்தவை தன்னை ஒத்தவற்றையே கவர்ந்திழுக்கும் என்று ஈர்ப்பு விதி கூறுகிறது. ஆகவே நீங்கள் ஓர் எண்ணத்தை எண்ணும்போது அதை ஒத்த எண்ணங்களை நீங்கள் உங்கள்பால் ஈர்க்கிறீர்கள். உங்கள் வாழ்க்கையில் ஈர்ப்பு விதியின் தாக்கத்தை உணர்ந்திருக்கக்கூடிய மேலும் சில உதாரணங்களைப் பார்க்கலாம்.

உங்களை மகிழ்விக்காத ஏதோ ஒன்றைப் பற்றி நீங்கள் சிந்திக்கத் துவங்கி, அதைப் பற்றி அதிகமாக எண்ண எண்ண, அது மேலும் மோசமடைந்த சம்பவங்கள் உங்களுக்கு எப்போதாவது நிகழ்ந்துள்ளதா? நீங்கள் நீடித்திருக்கும் ஓர் எண்ணத்தை எண்ணும்போது, ஈர்ப்பு விதி உடனடியாக அதை ஒத்த எண்ணங்களை உங்களிடம் கொண்டு வந்து சேர்ப்பதுதான் அதற்குக் காரணம். ஒரு சில நிமிடங்களுக்குள்ளேயே ஏராளமான மகிழ்ச்சியற்ற ஒத்த எண்ணங்கள் உங்களை நோக்கிப் படையெடுப்பதால், நிலைமை மோசமடைவது போலத் தோன்றுகிறது. அதைப் பற்றி அதிகமாகச் சிந்திக்கும்போது, நீங்கள் மேலும் அதிகமாக மனக்கலக்கம் அடைகிறீர்கள்.

ஒரு பாட்டைக் கேட்டுக் கொண்டிருக்கும்போது அதை ஒத்த எண்ணங்கள் உங்களை நோக்கிப் படையெடுப்பதை நீங்கள் அனுபவித்திருக்கக்கூடும். பின்னர் அப்பாடலை உங்கள் மனத்திலிருந்து கீழே இறக்கி வைக்க முடியாமல் நீங்கள் தவித்திருக்கலாம். அப்பாடலைக் கேட்டுக் கொண்டிருந்தபோது உங்களை அறியாமலேயே நீங்கள் அதில் முழுக் கவனம் செலுத்தி, உங்கள் எண்ணத்தை அதில் ஒருமுகப்படுத்தியிருந்ததுதான் அதற்குக் காரணம். அப்படிச் செய்ததன் மூலம் நீங்கள் அதை ஒத்த எண்ணங்களைச் சக்தியுடன் ஈர்த்திருக்கிறீர்கள். அதனால் ஈர்ப்பு விதி உடனே களத்தில் குதித்து, அப்பாடல் குறித்த அதிகமான சிந்தனைகளை உங்களுக்கு அள்ளிக் கொடுத்தது.

ஜான் அஸரப்

மனிதர்கள் என்ற முறையில் நாம் செய்ய வேண்டியதெல்லாம், நமக்கு என்ன வேண்டுமோ அது குறித்த எண்ணங்களை நம் மனத்தில் விடாப்பிடியாகப் பிடித்துக் கொண்டிருப்பதோடு, அவை குறித்த முழுத்தெளிவையும் நம் மனத்தில் இருத்திக் கொள்ள வேண்டும். அவ்வளவுதான். அப்படிச் செய்யும்போது, பிரபஞ்சத்தின் சிறந்த நியதிகளில் ஒன்றை நாம் வழிபட்டு வரவழைக்கிறோம். அதுதான் ஈர்ப்பு விதி. நீங்கள் எதைக் குறித்து அதிகமாகச் சிந்திக்கிறீர்களோ அதுவாகவே ஆகி விடுவீர்கள். நீங்கள் நினைப்பது எதுவோ அதை உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுப்பீர்கள்.

இன்றைய உங்கள் வாழ்க்கை, உங்களது கடந்த கால எண்ணங்களின் பிரதிபலிப்பே. அதில் நீங்கள் சிறந்தவை என்று கருதுபவையும், அப்படிக்

கருதாதவையும் அடங்கும். நீங்கள் அதிகமாக யோசிக்கும் விஷயங்களையே உங்கள்பால் ஈர்ப்பதால், உங்கள் வாழ்வின் ஒவ்வோர் அம்சத்திலும் எந்த எண்ணம் ஆக்கிரமிப்பாக இருந்து வந்துள்ளது என்பதைக் கண்டு கொள்வது மிகவும் எளிது. ஏனெனில், அவற்றைத்தான் நீங்கள் அனுபவித்து வந்துள்ளீர்கள். இதுவரை அப்படித்தான் இருந்து வந்துள்ளது. ஆனால் இப்போது **இரகசியத்தை** நீங்கள் கற்றுக் கொண்டு வருவதால், அதன் உதவியுடன் எல்லாவற்றையும் உங்களால் மாற்ற முடியும்.

பாப் பிராக்டர்

உங்கள் மனக்கண்ணில் ஒன்றை உங்களால் பார்க்க முடிந்தால், அது கண்டிப்பாக உங்கள் கைகளில் தவழும்.

உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அதை உங்கள் மனத்தில் சிந்திக்க முடியுமென்றால், அதை உங்களது ஆதிக்க எண்ணமாக மாற்ற முடியுமென்றால், அதை நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையில் கொண்டுவரப் போவது உறுதி.

மைக் டூலி

நூலாசிரியர் மற்றும் சர்வதேசப் பேச்சாளர்

அக்கோட்பாட்டை மூன்றே மூன்று வார்த்தைகளில் விவரிக்கலாம்: எண்ணங்கள் பொருட்களாகப் பரிணமிக்கும்!

ஆற்றல்மிக்க இவ்விதியின் மூலமாக, உங்கள் வாழ்க்கையில் எண்ணங்கள் பௌதீகப் பொருட்களாகப் பரிணமிக்கப் போகின்றன. உங்கள் எண்ணங்கள் பொருட்களாகப் பரிணமிக்கப் போகின்றன என்று உங்களுக்கு நீங்களே பலமுறை சொல்லிக் கொள்ளுங்கள். அது உங்களது ஆழ்மனத்தில் இறங்கட்டும். பின் உங்களது எண்ணங்கள் பொருட்களாக மாறி விடும்!

ஜான் அஸரப்

எண்ணங்கள், குறிப்பிட்ட அலைவரிசைகளில் பயணம் செய்யும் என்பதைப் பெரும்பாலான மக்கள் புரிந்து

கொள்வதில்லை. நம்மால் எண்ணத்தை அளவிட முடியும். அதனால் நீங்கள் ஒரே எண்ணத்தை மீண்டும் மீண்டும் எண்ணிக் கொண்டிருந்தால் - அப்புத்தம்புதிய கார் உங்களிடம் இருப்பது போல, உங்களுக்குத் தேவையான பணத்தை நீங்கள் பெற்றிருப்பது போல, உங்களது கனவு நிறுவனத்தைக் கட்டியெழுப்புவது போல, உங்களது ஆத்மார்த்தமான வாழ்க்கைத் துணையைக் கண்டுபிடிப்பது போல - அந்நிலை எப்படி இருக்கும் என்று கற்பனை செய்து கொண்டிருந்தால், நீங்கள் தொடர்ந்து அந்த எண்ணங்களைக் குறிப்பிட்ட அலைவரிசைகளில் வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

எண்ணங்கள் அந்தக் காந்தச் சமிக்கைகளை வெளியே அனுப்பி, அவற்றிற்கு இணையானவற்றை உங்களிடம் ஈர்க்கின்றன.

"ஆக்கிரமிப்பான எண்ணம் அல்லது மனப்போக்குதான் காந்தம். ஒத்தவை தன்னை ஒத்தவற்றையே ஈர்க்கும் என்பது விதி. அதன் விளைவாக, மனப்போக்கு அதையொத்தச் சூழல்களைக் கண்டிப்பாகத் தன்பால் ஈர்க்கும்."

சார்லஸ் ஹானல் (1866-1949)

எண்ணங்கள் காந்த சக்தி உடையவை. நீங்கள் சிந்திக்கும்போது எண்ணங்கள் குறிப்பிட்ட அலைவரிசையில் பிரபஞ்சத்தினுள் அனுப்பப்படுகின்றன. அவை அதே அலைவரிசையிலுள்ள அனைத்து விஷயங்களையும் காந்தமெனக் கவர்ந்திழுக்கின்றன. பிரபஞ்சத்திற்கு அனுப்பப்படும் ஒவ்வொன்றும் மூலத்திற்குத் திரும்பும். அந்த மூலம் **நீங்கள்தான்**.

அதை இப்படிப் பார்க்கலாம்: தொலைக்காட்சி நிலையத்தின் ஒளிபரப்புக் கோபுரம் தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளைக் குறிப்பிட்ட அலைவரிசைகளில் ஒளிபரப்புகிறது என்பதை நாம் அறிவோம். அவை உங்களுடைய தொலைக்காட்சிப் பெட்டியில் படங்களாக மாற்றம் அடைகின்றன. நம்மில் பலருக்கு அது எப்படி இயங்குகிறது என்பது தெரியாது. ஆனால் குறிப்பிட்டப் படக்காட்சியைப் பார்க்க, குறிப்பிட்ட

அலைவரிசையைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும் என்பதை நாம் அறிவோம்.

அதேபோல நீங்களும் ஒரு மனித ஒளிபரப்புக் கோபுரம்தான். இன்று உலகிலிருக்கும் எந்தவொரு தொலைக்காட்சி ஒளிபரப்புக் கோபுரத்தையும்விட உங்களுடையது சக்தி வாய்ந்தது. உங்களுடைய ஒளிபரப்பு உங்களது வாழ்வைப் படைக்கிறது; இந்த உலகைப் படைக்கிறது. நீங்கள் ஒளிபரப்பும் உங்களது எண்ணத்தின் அலைவரிசை நகரங்களுக்கு அப்பால், நாடுகளுக்கு அப்பால், இவ்வுலகிற்கு அப்பால் சென்றடைகிறது. அது பிரபஞ்சமெங்கும் எதிரொலிக்கிறது.

உங்களது எண்ண ஒளிபரப்பிலிருந்து நீங்கள் பெறும் காட்சிகள், உங்கள் வரவேற்பறைத் தொலைக்காட்சித் திரையில் இடம்பெறும் ஒன்றல்ல; அவை உங்களது வாழ்க்கைக் காட்சிகள்! உங்களது எண்ணங்கள் அந்த அலைவரிசையை உருவாக்குகின்றன; பின்னர் அவை அவற்றையொத்த விஷயங்களை அதே அலைவரிசையில் கவர்ந்திழுக்கின்றன. பின்னர் அவை உங்களது வாழ்க்கைப் படங்களாக மீண்டும் உங்களுக்கே ஒளிபரப்பப்படுகின்றன. உங்களது வாழ்க்கையில் நீங்கள் எதையாவது மாற்ற விரும்பினால், முதலில் நீங்கள் வெளிப்படுத்திக்கொண்டிருக்கும் அலைவரிசையை மாற்ற வேண்டும்; எண்ணங்களை மாற்றுவதன் மூலம் அதை மாற்றிக் கொள்ளலாம்.

> "மன ஆற்றலின் துடிப்புகள்தான் இருப்பதிலேயே
> மிகவும் சிறந்தவை; அதனால் அவை
> இருப்பதிலேயே அதிக சக்தி வாய்ந்தவையாக
> விளங்குகின்றன."
>
> சார்லஸ் ஹானல்

பாப் பிராக்டர்

உங்கள் வாழ்க்கை எல்லா விதத்திலும் அபரிமிதமாக இருப்பதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள்; கண்டிப்பாக அதை ஈர்ப்பீர்கள். அது ஒவ்வொரு முறையும் ஒவ்வொருவரிடமும் தப்பாமல் வேலை செய்கிறது.

செழிப்புடன் வாழ்வதாக நீங்கள் சிந்தித்துக் கொள்ளும்போது, ஈர்ப்பு விதியின் மூலமாக உங்கள் வாழ்க்கையை ஆற்றலுடனும்,

தன்முனைப்புடனும் நீங்கள் தீர்மானித்துக் கொள்கிறீர்கள். அது அவ்வளவு சுலபம். அப்படியானால், "ஏன் ஒவ்வொருவரும் தங்களது கனவு வாழ்க்கையை வாழ்வதில்லை?" என்ற கேள்வி எழுவது இயல்புதான்.

எப்போதும் நல்லவற்றையே கவர்ந்திழுங்கள்

ஜான் அஸரப்

பிரச்சனை இங்குதான் உள்ளது. பெரும்பாலான மக்கள் தங்களுக்கு என்ன வேண்டாம் என்பதைப் பற்றித்தான் சிந்தித்துக் கொண்டே இருக்கிறார்கள். பின்னர் மீண்டும் மீண்டும் அந்த வேண்டாத விஷயங்களே ஏன் வருகின்றன என்று வியந்து கொண்டிருக்கின்றனர்.

தாங்கள் விரும்பியவற்றை மக்கள் பெறாதிருப்பதற்கான ஒரே காரணம் அவர்கள் தங்களுக்கு எது வேண்டும் என்பதைவிட, தங்களுக்கு எது வேண்டாம் என்பது குறித்து அதிகமாகச் சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பதுதான். நீங்கள் சிந்திக்கும் எண்ணங்களை உற்றுக் கவனியுங்கள்; நீங்கள் சிந்தும் வார்த்தைகளை உன்னிப்பாகக் கேளுங்கள். இந்த விதி முழுமையானது. எவ்விதமான தவறுகளுக்கும் இங்கு இடமில்லை.

மனிதகுலம் இதுவரையில் சந்தித்த எந்தவொரு கொள்ளை நோயைக் காட்டிலும் படுமோசமான தொற்றுநோய் ஒன்று பல நூற்றாண்டுகளாக நம்மிடையே தலைவிரித்து ஆடிக் கொண்டிருக்கிறது. அதுதான் "எனக்கு வேண்டாம்" என்னும் தொற்றுநோய். தங்களுக்கு எது வேண்டாம் என்பதைக் குறித்துச் சிந்தித்துக் கொண்டு, பேசிக் கொண்டு, செயல்பட்டுக் கொண்டு தங்களது கவனம் முழுவதையும் அதில் குவித்துக் கொண்டு இருப்பதன் மூலம் மக்கள் இத்தொற்றுநோயைப் பேணி வளர்க்கின்றனர். ஆனால் நம்முடைய இப்போதையத் தலைமுறை, வரலாற்றை மாற்றி எழுதப் போகிறது. ஏனெனில் அத்தொற்றுநோயிலிருந்து விடுதலை அளிக்கவல்ல அறிவை நாம் பெற்றுக் கொண்டிருக்கிறோம்! அது உங்களில் இருந்து துவங்குகிறது. உங்களுக்கு வேண்டியதைக் குறித்து எண்ணுவதன் மூலம், பேசுவதன்

மூலம் உங்களால் இந்த நவீனச் சிந்தனை இயக்கத்தின் முன்னோடியாக விளங்க முடியும்.

பாப் டாயில்

நீங்கள் ஒரு விஷயத்தை நல்லதென்று நினைத்திருக்கிறீர்களா இல்லையா என்பதைப் பற்றியோ, அது வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களா இல்லையா என்பதைப் பற்றியோ ஈர்ப்பு விதி சட்டை செய்வதில்லை. அது வெறுமனே உங்களது எண்ணங்களுக்கு ஏற்ப இயங்குகிறது. உதாரணமாக நீங்கள் உங்களது கடன் தொல்லைகளைப் பற்றிச் சிந்தித்துக் கொண்டு அதற்காக நொந்து கொண்டிருந்தால் இத்தகைய சமிக்கைகளைத்தான் நீங்கள் பிரபஞ்சத்திற்கு அனுப்புகிறீர்கள்: "எனக்கு இருக்கும் கடன் சுமை குறித்து நான் கேவலமாக உணர்கிறேன்." அதாவது உங்களுக்கு நீங்களே அதை உறுதி செய்து கொள்கிறீர்கள். அதை உங்களது ஒவ்வொரு அணுவிலும் உணர்கிறீர்கள். அப்படி இருக்கும்போது கடன்தொல்லை தவிர வேறு எது உங்களை வந்தடையப் போகிறது?

ஈர்ப்பு விதி ஓர் இயற்கை விதி. அது நடுநிலையானது. அதற்கு நல்லது கெட்டது என்ற பாகுபாடுகள் கிடையாது. அது உங்களது எண்ணங்களைப் பெற்றுக்கொண்டு, அதை உங்களது வாழ்வனுபங்களாக உங்களுக்கே திருப்பி அனுப்புகிறது. ஈர்ப்பு விதி நீங்கள் என்ன எண்ணிக்கொண்டிருக்கிறீர்களோ அதை அப்படியே உங்களுக்குத் திருப்பிக் கொடுக்கும் ஒரு விதியாகும்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

நூலாசிரியர் மற்றும் தனிநபர் அதிகார முழக்கவாதி

ஈர்ப்பு விதி மிகவும் கீழ்ப்படிதலுள்ள விதி. உங்களுக்கு வேண்டும் என்ற ஒன்றைக் குறித்து நீங்கள் சிந்திக்கும் போது, கடுமையான தீவிரத்துடன் அதன்மீது உங்கள் முழுக் கவனத்தையும் குவிக்கிறீர்கள். அதனால் ஈர்ப்பு விதி மிகத் துல்லியமாக உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்பதை ஒவ்வொரு முறையும் கொண்டுவந்து கொடுக்கிறது. உங்களுக்கு எது வேண்டாம் என்பதைக் குறித்து நீங்கள்

கவனம் செலுத்தும்போது, உதாரணமாக, "நான் தாமதமாகப் போக விரும்பவில்லை, நான் தாமதமாகப் போக விரும்பவில்லை" என்று சிந்தித்துக் கொண்டிருந்தால், ஈர்ப்பு விதி, உங்களுக்கு எது வேண்டாம் என்பதைக் கேட்டுக் கொண்டிருப்பதில்லை. நீங்கள் எதைச் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்களோ அதை நிஜத்தில் உங்கள்முன் கொண்டுவந்து சேர்க்கும். அதுவே உங்களிடம் மீண்டும் மீண்டும் வந்து சேரும். உங்கள் விருப்பங்கள் குறித்தோ அல்லது விருப்பமின்மை குறித்தோ ஈர்ப்பு விதி பாரபட்சம் காட்டுவதில்லை. நீங்கள் ஏதாவது ஒன்றில் கவனம் செலுத்தும்போது, அது எதுவாக இருந்தாலும், அதை உண்மையாகத் தருவித்துக் கொள்ள நீங்கள் பிரபஞ்சத்திடம் அழைப்பு விடுக்கிறீர்கள்.

உங்களுக்கு வேண்டும் என்ற ஒன்றைக் குறித்து நீங்கள் தீவிரமாகச் சிந்தித்துக் கவனம் செலுத்தும்போது, அக்கணத்தில், பிரபஞ்சத்திலேயே அதிக சக்திவாய்ந்த ஒன்றிடம் நீங்கள் விரும்புவதைப் பெற வேண்டுகோள் விடுக்கிறீர்கள். "வேண்டாம்", "இல்லை", "கிடையாது" அல்லது அது போன்ற வார்த்தைகளைக் கூறும்போது, ஈர்ப்பு விதி அவற்றை இப்படித்தான் எடுத்துக் கொள்ளும்:

"நான் இந்த ஆடையில் எதையாவது கொட்டிவிட விரும்பவில்லை."

"நான் இந்த ஆடையில் எதையாவது கொட்ட விரும்புகிறேன்."

"எனக்கு மோசமான முடித் திருத்தம் வேண்டாம்."

"எனக்கு மோசமான முடித் திருத்தம் வேண்டும்."

"எனக்குத் தாமதமாகப் போக வேண்டாம்."

"எனக்குத் தாமதமாகப் போக வேண்டும்."

"அந்த நபர் என்னிடம் அநாகரீகமாக நடந்து கொள்ளக் கூடாது என்று நான் விரும்புகிறேன்."

"அந்த நபரும், இன்னும் பலரும் என்னிடம் அநாகரீகமாக நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன்."

"அந்த உணவகம் நாங்கள் வழக்கமாக உட்காருமிடத்தை வேறு யாருக்கும் கொடுத்திருக்கக் கூடாது."

"அந்த உணவகம் நாங்கள் வழக்கமாக உட்காருமிடத்தை

வேறு யாருக்காவது கொடுத்திருக்க வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன்."

"இந்தக் காலணி என் கால்களைக் கடிக்கக் கூடாது."
"இந்தக் காலணி என் கால்களைக் கடிக்கட்டும்."

"இவ்வளவு வேலைகளையும் என்னால் கையாள முடியாது."
"எனக்கு இன்னும் அதிகமான வேலைகள் வேண்டும்."

"எனக்குக் காய்ச்சல் வரக் கூடாது."
"எனக்குக் காய்ச்சல் வரவேண்டும். மேலும் பிற வியாதிகளும் வர வேண்டும்."

"விவாதிக்க நான் விரும்பவில்லை."
"எனக்கு இன்னும் அதிகமாக விவாதிக்க வேண்டும்."

"என்னிடம் அப்படிப் பேசாதே."
"என்னிடம் அப்படிப் பேசு. வேறு பலரும் என்னிடம் அப்படிப் பேச வேண்டும் என்று நான் எதிர்பார்க்கிறேன்."

நீங்கள் நினைத்துக் கொண்டிருப்பதை இம்மி பிசகாமல் ஈர்ப்பு விதி அப்படியே உங்களுக்கு அளிக்கிறது. மேலே பேசுவதற்கு இங்கு இடமில்லை.

பாப் பிராக்டர்

நீங்கள் அதை நம்பினாலும் சரி, நம்பாவிட்டாலும் சரி, புரிந்து கொண்டாலும் சரி, புரியாவிட்டாலும் சரி ஈர்ப்பு விதி எப்போதும் இயங்கிக் கொண்டே இருக்கிறது.

ஈர்ப்பு விதிதான் படைப்பு விதி. மொத்தப் பிரபஞ்சமுமே எண்ணத்திலிருந்து உதித்ததுதான் என்று குவாண்டம் இயற்பியலாளர்கள் கூறுகின்றனர். நீங்கள் உங்களது எண்ணங்கள் மூலமாகவும் ஈர்ப்பு விதி மூலமாகவும் உங்களது வாழ்க்கையை உருவாக்குகிறீர்கள். ஒவ்வொரு மனிதனும் அதைத்தான் செய்கிறான். இதை நீங்கள் அறிந்திருந்தால்தான் அது வேலை செய்யும் என்று அர்த்தம் இல்லை. அது உங்களுடைய வாழ்விலும், வரலாறு முழுவதும் பிறர் ஒவ்வொருவருடைய வாழ்விலும் எப்பொழுதுமே இயங்கி வந்துள்ளது. இந்த மாபெரும் விதியை நீங்கள் முற்றிலுமாக உணர்ந்து கொள்ளும்போது, நீங்கள் உங்கள் சிந்தனையைக் கொண்டே உங்கள் வாழ்க்கையை உருவாக்குவதில் எவ்வளவு சக்தி வாய்ந்தவராக இருக்கிறீர்கள் என்பதை உணர்வீர்கள்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கும் அளவு இதுவும் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. உங்கள் எண்ணம் ஓடிக் கொண்டிருக்கும் போதெல்லாம் ஈர்ப்பு விதியும் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறது. நீங்கள் கடந்தகாலத்தைப் பற்றிச் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கும்போதும் ஈர்ப்பு விதி இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. அதே போல நீங்கள் நிகழ்காலத்தையோ வருங்காலத்தையோ பற்றி நினைத்துக் கொண்டிருக்கும் போதும் ஈர்ப்பு விதி இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. இது ஒரு தொடர் நிகழ்வு. அதைத் தற்காலிகமாகவோ அல்லது முற்றிலுமாகவோ நிறுத்த உங்களால் முடியாது. உங்களது எண்ணங்களைப் போலவே இதுவும் எப்போதும் தொடர்ந்து இயங்கிக் கொண்டே இருக்கிறது.

நாம் உணர்ந்திருக்கிறோமோ இல்லையோ, பெரும்பாலான சமயங்களில் நாம் சிந்தித்துக் கொண்டுதான் இருக்கிறோம். நீங்கள் யாருடனாவது பேசிக் கொண்டோ அல்லது அவர்கள் பேசுவதைக் கவனித்துக் கொண்டோ இருக்கும்போதும் நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். பத்திரிகைகளைப் படித்துக் கொண்டிருக்கும்போதும், தொலைக்காட்சி பார்த்துக் கொண்டிருக்கும்போதும் நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். பழைய நினைவுகளை அசை போடும்போதும் நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். வருங்காலத்தில் என்ன செய்யலாம் என்று திட்டமிட்டுக் கொண்டிருக்கும்போதும் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். கார் ஓட்டும்போதும் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். காலையில் தயாராகிக் கொண்டிருக்கும்போதும் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். நம்மில் பலரும் சிந்தித்துக் கொண்டிராத ஒரே நேரம் நாம் தூங்கும்போது மட்டும்தான். ஆனால் தூங்க முயலும் போது கடைசியாகச் சிந்தித்துக் கொண்டிருந்தவற்றை ஈர்ப்புச் சக்திகள் அப்போது அசை போட்டுக் கொண்டிருக்கும். அதனால் தூங்கப் போகும் முன்பு கடைசியாக நீங்கள் எண்ணுபவை நற்சிந்தனைகளாக இருக்கட்டும்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

படைப்பு எப்போதும் நிகழ்ந்து கொண்டேயிருக்கிறது. ஒருவர் ஒவ்வொரு முறை சிந்திக்கும்போதும் அல்லது நீண்ட நாட்களாகப் பழக்கப்பட்டுவிட்ட விதத்தில் யோசிக்கும்போதும், அவர்கள் படைப்பு இயக்கத்தில் ஈடுபட்டுள்ளனர். அத்தகைய எண்ணங்களில் இருந்து ஏதாவது ஒன்று உருவாகப் போவது நிச்சயம்.

உங்களது இன்றைய சிந்தனை உங்களது நாளைய வாழ்க்கை. உங்கள் வாழ்வை நீங்கள் உங்கள் சிந்தனையால் படைக்கிறீர்கள். நீங்கள் எப்போதும் சிந்தித்துக் கொண்டே இருப்பதால் எப்போதும் படைத்துக் கொண்டே இருக்கிறீர்கள். நீங்கள் எவற்றைக் குறித்து அதிகமாகச் சிந்திக்கிறீர்களோ அல்லது எவற்றில் அதிகக் கவனம் செலுத்துகிறீர்களோ, அவை உங்களது வாழ்வாக மலரும்.

இயற்கையின் பிற விதிகள் போலவே இவ்விதியும் கனகச்சிதமாய் இயங்கக் கூடியது. நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையைச் சிருஷ்டிக்கிறீர்கள். எதை விதைக்கிறீர்களோ அதையே அறுவடை செய்வீர்கள்! உங்கள் எண்ணங்கள்தான் விதை. உங்களது அறுவடை நீங்கள் விதைக்கும் விதையைப் பொறுத்தே இருக்கும்.

நீங்கள் எப்பொழுதும் குறை கூறிக்கொண்டே இருந்தால், உங்கள் வாழ்க்கையில் குறை கூறுவதற்கான இன்னும் பல சூழல்களை ஈர்ப்பு விதி ஆற்றலுடன் கொண்டுவந்து சேர்க்கும். நீங்கள்தான் குறைகூறிக்கொண்டிருக்க வேண்டும் என்றில்லை. வேறு எவராவது குறை கூறுவதைக் கேட்டுக் கொண்டிருந்து, அதில் முழுக்கவனத்தையும் செலுத்தி, அவர்கள்பால் இரக்கம் கொண்டு அவர்களுடன் நீங்கள் ஒத்துப்போகும்போது கூட, குறை கூறுவதற்கான மேலும் பல சூழல்களை உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் கவர்ந்து இழுத்துக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

நீங்கள் உங்கள் எண்ணங்களால் எவற்றில் கவனம் செலுத்துகிறீர்களோ, அவற்றை ஈர்ப்பு விதி அப்படியே துல்லியமாகப் பிரதிபலித்து உங்களுக்குத் திருப்பி அளிக்கும். இச்சக்திமிக்க அறிவின் உதவியுடன், நீங்கள் சிந்திக்கும் விதத்தை மாற்றுவதன் மூலம் உங்கள் வாழ்வு முழுவதிலும், ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்தையும் நிகழ்வையும் ஒட்டு மொத்தமாக மாற்ற உங்களால் முடியும்.

பில் ஹாரிஸ்

ஆசிரியர் மற்றும் சென்டர்பாயின்ட் ஆய்வு அமைப்பின் நிறுவனர்

எனக்கு ராபர்ட் என்றொரு மாணவர் இருந்தார். என்னுடைய இணையத்தள வகுப்பு ஒன்றில்

அவர் பங்கெடுத்துக் கொண்டிருந்தார். அதன் ஒரு பகுதியாக என்னுடன் நேரடியாக மின்னஞ்சலில் தொடர்பு கொள்ள அவருக்கு வாய்ப்பு அளிக்கப்பட்டிருந்தது.

ராபர்ட் தன்பால் புணர்ச்சிக்காரர். அவர் எனக்கு எழுதிய மின்னஞ்சலில் அவரது வாழ்வில் தான் வெறுத்து ஒதுக்கும் அனைத்து யதார்த்தங்களையும் சுட்டிக் காட்டியிருந்தார். அவரது வேலையில் சக ஊழியர்கள் கூட்டமாகச் சேர்ந்து கொண்டு அவரைச் சீண்டினர். அவர்கள் அவரிடம் நடந்து கொண்ட விதங்கள் அருவருக்கத்தக்கவையாக இருந்ததால், அவர் எப்போதும் மன இறுக்கத்துடனேயே இருந்து வந்தார். அவர் தெருவில் நடந்து செல்லும் போது, இப்படிப்பட்டவர்களை வெறுக்கும் மக்கள் அவரை ஏதாவது ஒரு வழியில் துன்புறுத்த விரும்பி அவரை வசை பாடினர். அவர் ஒரு நகைச்சுவை நடிகராக விரும்பினார். அவர் மேடையில் தோன்றும் போதெல்லாம் அவரது தன்பால் புணர்ச்சி குறித்துக் கேள்வி மேல் கேள்வி கேட்டுப் பார்வையாளர்கள் அவரைத் துன்புறுத்தினர். அவரது மொத்த வாழ்க்கையும் சந்தோஷமின்மையாலும் துயரத்தாலும் நிறைந்திருந்தது. அவர் ஒரு தன்பால் புணர்ச்சியாளராக விளங்கிய காரணத்தால் அவர் தாக்கப்பட்டதைச் சுற்றியே அவை அனைத்தும் அமைந்திருந்தன.

தனக்கு என்ன வேண்டாம் என்று அவர் விரும்புகிறாரோ அதில்தான் அவர் தன் முழுக் கவனத்தையும் குவிக்கிறார் என்பதை நான் அவருக்குச் சுட்டிக் காட்டினேன். அவர் எனக்கு அனுப்பிய மின் அஞ்சலை அவருக்கே திருப்பி அனுப்பி, அவரிடம், “இதை மீண்டும் படித்துப் பாருங்கள். நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையில் எதையெல்லாம் வேண்டாம் என்று விரும்புகிறீர்களோ அதையெல்லாம் பற்றி எனக்கு எழுதியனுப்பியிருப்பதைப் பாருங்கள். இவை குறித்து நீங்கள் உணர்ச்சிவசப்பட்டு இருப்பதை என்னால் உணர முடிகிறது. எந்த ஒரு விஷயத்தையும் உணர்ச்சிபூர்வமாக அணுகும்போது, அவை இன்னும் விரைவாக நடைபெறத் துவங்கும்!” என்று கூறினேன்.

தான் இதயபூர்வமாக விரும்பும் விஷயங்கள் குறித்து அவர் உண்மையிலேயே கவனம் செலுத்தத் துவங்கினார். அடுத்த ஏழெட்டு வாரங்களில் நடந்தவற்றை அற்புதம்

என்றுதான் கூற வேண்டும். அவரது அலுவலகத்தில் அவருக்குத் தொல்லை கொடுத்துக் கொண்டிருந்தவர்கள், ஒன்று வேறு பகுதிக்கு மாற்றம் செய்யப்பட்டனர் அல்லது வேலையிலிருந்தே விலகிச் சென்றனர் அல்லது அவரைத் தொந்தரவு செய்யாமல் அவரைவிட்டுத் தூரச் சென்றனர். அவர் தனது வேலையை நேசிக்கத் துவங்கினார். அவர் தெருவில் செல்லும்போது இப்போது எவரும் அவரைத் துன்புறுத்தவில்லை. அவர்கள் அங்கிருந்து மறைந்துவிட்டனர். அவர் நகைச்சுவை மேடைகளில் தோன்றிய போது, மக்கள் அனைவரும் எழுந்து நின்று கைதட்டினர்; எவரும் அவரைக் கேள்விகள் கேட்டுச் சங்கடப்படுத்தவில்லை.

அவர் தனக்கு என்ன வேண்டாம், தான் எதற்குப் பயப்படுகிறோம், எதைத் தவிர்க்க விரும்புகிறோம் போன்றவற்றில் கவனம் செலுத்துவதை விட்டுவிட்டு அதற்குப் பதிலாக, தனக்கு என்ன வேண்டும் என்பதில் கவனம் செலுத்தத் துவங்கியதால் அவரது மொத்த வாழ்க்கையும் மாறிவிட்டது.

ராபர்ட் தனது எண்ணங்களை மாற்றியதால் அவரது வாழ்க்கையே மாறியது. அவர் பிரபஞ்சத்தை நோக்கி வித்தியாசமான அலைவரிசையில் எண்ணங்களை வெளியிட்டார். ஏற்கனவே இருந்த சூழ்நிலை எவ்வளவு மோசமாக இருந்த போதிலும் இப்புதிய அலைவரிசையின் காட்சிகளுக்கு ஏற்ப, பிரபஞ்சம் கண்டிப்பாக இயங்கியாக வேண்டியிருந்தது. ராபர்ட்டின் புதிய சிந்தனைகள் அவரது புதிய அலைவரிசையாக மாறியதால், அவரது மொத்த வாழ்க்கையின் காட்சிகளும் மாறின.

உங்கள் வாழ்க்கை உங்கள் கரங்களில் உள்ளது. நீங்கள் இப்பொழுது எங்கே இருந்தாலும், உங்கள் வாழ்க்கையில் இதுவரை என்ன நிகழ்ந்திருந்தாலும், நீங்கள் உங்களது எண்ணங்களை யோசித்துத் தேர்ந்தெடுப்பதன் மூலம், உங்களது வாழ்க்கையை உங்களால் மாற்ற முடியும். விடிவே இல்லாத சூழல் என்று ஒன்று கிடையவே கிடையாது. உங்கள் வாழ்வில் ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பமும் மாற்றத்திற்கு உட்படுத்தப்படக்கூடியதே!

உங்கள் மனத்தின் சக்தி

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

உங்கள் உணர்வு நிலையில் ஆதிக்கம் செலுத்தும் எண்ணங்களைத்தான் நீங்கள் கவர்ந்திழுக்கிறீர்கள். அந்த எண்ணங்கள் சுயநினைவோடு மேற்கொள்ளப் பட்டவையாக இருக்கலாம் அல்லது அப்படி இல்லாமலும் இருக்கலாம். அதுதான் இங்கு சிக்கல்.

கடந்த காலத்தில் உங்களுடைய எண்ணங்கள் குறித்த உணர்வு உங்களிடம் இருந்ததோ இல்லையோ, இப்பொழுது நீங்கள் அது குறித்து விழிப்புணர்வு அடைந்துள்ளீர்கள். இக்கணத்தில், **இரகசியம்** அளித்துள்ள தெளிந்த அறிவு காரணமாக ஆழ்ந்த தூக்கத்திலிருந்து நீங்கள் விழித்தெழுந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். அந்த அறிவை உணருங்கள், அந்த விதியை உணருங்கள். உங்கள் எண்ணங்கள் மூலமாக உங்களுக்குக் கிடைத்துள்ள அந்தச் சக்தியை உணருங்கள்.

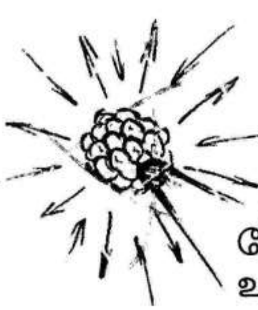
டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

இரகசியம் குறித்தோ, மனிதனின் ஆற்றல் குறித்தோ அல்லது தினசரி வாழ்வில் நமது நோக்கங்களுக்கு இருக்கும் சக்தி குறித்தோ நீங்கள் மிகக் கவனமாக உற்று நோக்கினால் அது உங்களைச் சுற்றி எல்லா இடத்திலும் வியாபித்து இருப்பதைக் காணலாம். நாம் செய்ய வேண்டியதெல்லாம், கண்களை அகலத் திறந்து பார்க்க வேண்டியது மட்டும்தான்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

ஈர்ப்பு விதி எல்லா இடங்களிலும் வியாபித்திருக்கிறது. நீங்கள் அனைத்தையும் உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுக்கிறீர்கள். மக்கள், வேலை, சந்தர்ப்பங்கள், ஆரோக்கியம், செல்வச் செழிப்பு, கடன், நீங்கள் ஓட்டிக் கொண்டிருக்கும் கார், நீங்கள் வசித்து வரும் சமூகம் போன்ற எல்லாவற்றையும் நீங்கள் ஒரு காந்தம் போல உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுக்கிறீர்கள். நீங்கள் நினைப்பது உங்களை வந்தடைகிறது. உங்களின் மூளையில் ஓடும் எண்ணங்களின் வெளிப்பாடுதான் உங்களது மொத்த வாழ்க்கையும்.

இப்பிரபஞ்சம் அகவயமானது, புறவயமானதல்ல. ஈர்ப்பு விதிக்கு விலக்கே கிடையாது. நீங்கள் சிந்திப்பவற்றிலுள்ள ஆதிக்கமான எண்ணங்களின் கண்ணாடிதான் உங்கள் வாழ்க்கை. இவ்வுலகிலுள்ள உயிரினங்கள் அனைத்தும் ஈர்ப்பு விதிப்படியே இயங்குகின்றன. மனிதனைப் பொறுத்தவரை ஒரே ஒரு வித்தியாசம் உண்டு. அவனிடம் பகுத்தறியும் மனம் உள்ளது. தங்களது எண்ணங்களைத் தாங்களே தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளும் சுதந்திர மனத்தை அவர்கள் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். தங்கள் விருப்பங்கள் குறித்துத் தீர்மானமாகச் சிந்தித்து, தங்களுடைய மொத்த வாழ்க்கையையும் தங்கள் மனத்தைக் கொண்டு உருவாக்கும் ஆற்றல் அவர்களுக்கு இருக்கிறது.



முனைவர் ஃப்ரெட் ஆலன் உல்ஃப்

குவாண்டம் இயற்பியலாளர், விரிவுரையாளர் மற்றும் பரிசு பெற்ற நூலாசிரியர்

நான் கனவுக் கோட்டை கட்டும் பார்வையிலிருந்தோ கோமாளித்தனமான கற்பனைத் தளத்திலிருந்தோ உங்களோடு பேசவில்லை. நான் ஆழமான அடிப்படைப் புரிதல் தளத்திலிருந்துதான் பேசிக் கொண்டிருக்கிறேன். குவாண்டம் இயற்பியல் இக்கண்டுபிடிப்பைத்தான் சுட்டிக் காட்டுகிறது. மனம் என்ற ஒன்று இல்லாமல் பிரபஞ்சம் சாத்தியமற்றது என்று குவாண்டம் இயற்பியல் கூறுகிறது. எதை நாம் உணர்ந்து கொண்டிருக்கிறோமோ அதையே மனம் வடிவமைத்துக் கொண்டிருக்கிறது.

நாம் முன்பு பார்த்த, பிரபஞ்சத்திலேயே அதிக சக்திவாய்ந்த ஒளிபரப்புக் கோபுர உவமையை இங்கு நினைவு கூர்ந்தால், ஆலன் உல்ஃபின் வார்த்தைகளோடு அவை மிகச் சரியாகப் பொருந்துவதைக் காணலாம். உங்கள் மனம் எண்ணங்களை எண்ணுகிறது; படங்கள் வாழ்வு அனுபவங்களாக உங்களுக்குத் திருப்பி அனுப்பப்படுகின்றன. உங்களது எண்ணங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையை மட்டும் உருவாக்கவில்லை; உலகின் படைப்பிற்கும் அவை ஆற்றல்மிக்கப் பங்களிப்பை நல்கி வருகின்றன. நீங்கள் உங்களை முக்கியத்துவமற்ற ஒருவராகவும், இவ்வுலகில் சக்தியற்ற ஒருவராகவும் நினைத்திருந்தால், அது குறித்து மறுபடியும் சிந்தியுங்கள். உங்கள் மனம் உங்களைச் சுற்றியுள்ள உலகத்தை உண்மையிலேயே வடிவமைத்துக் கொண்டிருக்கிறது.

கடந்த எண்பது வருடங்களில் குவாண்டம் இயற்பியலாளர்களால் மேற்கொள்ளப்பட்டக் கண்டுபிடிப்புகள் எல்லாம் படைப்புத் திறன் மிக்க மனித மனத்தின் அளப்பரிய சக்தியைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளப் பெரிதும் உதவியுள்ளன. அவர்களுடைய செயல்பாடுகள், உலகின் மாபெரும் சிந்தனாவாதிகளான கார்னகி, எமர்சன், ஷேக்ஸ்பியர், பேக்கன், ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி மற்றும் புத்தர் உள்ளிட்டோரின் கருத்துக்களோடு ஒத்திருந்தன.

பாப் பிராக்டர்

உங்களுக்கு அவ்விதி புரியவில்லை என்பதால், நீங்கள் அதை ஒதுக்கித் தள்ள வேண்டும் என்று அவசியமில்லை. உங்களுக்கு மின்சக்தி பற்றிப் புரியாமல் இருக்கலாம். ஆனாலும் நீங்கள் அதன் பயனை அனுபவித்து வருகிறீர்கள். எனக்கும் அது எப்படி இயங்குகிறது என்று தெரியாது. ஆனால் எனக்கு ஒன்று மட்டும் தெரியும்: மின்சக்தி கொண்டு ஒருவருடைய உணவையும் வேக வைக்கலாம்; அல்லது அவரையே வேக வைக்கலாம்!

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

இரகசியத்தை *அறிந்து கொள்ளத் துவங்கும்போது பெரும்பாலான சமயங்களில் மக்கள் தங்களிடம் குடிகொண்டுள்ள எதிர்மறையான எண்ணங்களைக் கண்டு பயந்து விடுகின்றனர். எதிர்மறை எண்ணத்தைக் காட்டிலும் நேர்மறையான எண்ணங்கள் நூறு மடங்கு சக்தி வாய்ந்தவை என்பது அறிவியற்பூர்வமாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது என்பதை அவர்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். நம்மிடம் தோன்றியுள்ள கவலையை இது ஓரளவு போக்கும்.*

ஏராளமான எதிர்மறை எண்ணங்களும், தொடர்ச்சியான எதிர்மறைச் சிந்தனைகளும் இருந்தால்தான், எதிர்மறை விளைவுகளை உங்கள் வாழ்க்கையில் உங்களால் கொண்டுவர முடியும். ஆனால் ஒரு குறிப்பிட்டக் காலத்திற்கு எதிர்மறை எண்ணங்களைத் தொடர்ந்து எண்ணி வந்தால், அவை கண்டிப்பாக உங்கள் வாழ்வில் தோன்றும். எதிர்மறை எண்ணங்கள் குறித்து நீங்கள் கவலை அடைந்தால், அவை பல்கிப் பெருகுவதோடு, அவை குறித்த அதிகமான கவலைகளை மேலும்

கவர்ந்திழுப்பீர்கள். இனி நல்ல எண்ணங்களை மட்டுமே சிந்திப்பேன் என்று இக்கணமே முடிவு செய்யுங்கள். அதே வேளையில் உங்களுடைய நேர்மறையான எண்ணங்கள் சக்தி வாய்ந்தவை என்றும், எதிர்மறையான எண்ணங்கள் வலுவற்றவை என்றும் பிரபஞ்சத்திடம் பிரகடனம் செய்யுங்கள்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

உங்களுடைய எண்ணங்கள் அனைத்தும் அடுத்தக் கணமே கைக்கூடி வருவதில்லை. அப்படி நிகழுமெனில், நாம் பெரும் பிரச்சனையில் மாட்டிக் கொள்வோம். அந்தக் கால இடைவெளி இருப்பதற்காகக் கடவுளுக்கு நீங்கள் நன்றி சொல்ல வேண்டும். காலதாமதம் என்ற ஒன்று நம் நல்லதுக்குத்தான். அது உங்களுடைய எண்ணத்தை மறுபரிசீலனை செய்யவும், உங்களுக்குத் துல்லியமாக என்ன வேண்டும் என்பதைத் தீர்மானிக்கவும், ஒரு புதிய தேர்ந்தெடுப்பை மேற்கொள்ளவும் உங்களை அனுமதிக்கிறது.

உங்களது வாழ்க்கையை உருவாக்கவல்ல சக்தி அனைத்தும் உங்களிடம் இக்கணத்தில் குடி கொண்டுள்ளது. ஏனெனில் இக்கணத்திலும் நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டுதான் இருக்கிறீர்கள். நனவாகும் பட்சத்தில் உங்களுக்கு நன்மை பயக்காமல் இருக்கும்படியான எண்ணங்கள் உங்களுக்கு ஏற்பட்டால், இக்கணமே உங்களது சிந்தனையை நீங்கள் மாற்றி விடலாம். அதாவது பழைய எண்ணங்களை அழித்துவிட்டு அவற்றைப் புதிய நல்ல எண்ணங்களால் நிரப்பி விடலாம். புதிய எண்ணங்களைச் சிந்தித்து ஒரு புதிய அலைவரிசையில் அவற்றை ஒளிபரப்ப உங்களுக்கு இக்கால இடைவெளி உதவும்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

நீங்கள் உங்கள் எண்ணங்கள் குறித்து விழிப்புணர்வு அடைந்து அவற்றைக் கவனமாகத் தேர்ந்தெடுக்க விரும்பலாம்; அதைக் கொண்டு களியுவகை கொள்ள ஆசைப்படலாம். ஏனெனில் உங்களது சொந்த வாழ்க்கையின் பெருமைமிகு படைப்பு நீங்கள்தான். உங்களது வாழ்வின் மைக்கேல் ஏஞ்சலோ நீங்கள்தான். நீங்கள் செதுக்கிக் கொண்டிருக்கும் டேவிட் சிற்பம் நீங்கள்தான்.

*நீங்கள் உங்கள் மனத்தின் எஜமானனாவதற்கான வழிகளில் ஒன்று, அதை அமைதிப்படுத்துவது. இப்புத்தகத்தில் இடம்பெற்றுள்ள ஆசான்கள் அனைவரும் விதிவிலக்கின்றி, தியானத்தைத் தினசரி நடைமுறையாக்கிக் கொண்டுள்ளனர். **இரகசியத்தைக்** கண்டுபிடிக்கும் வரை, தியானம் எவ்வளவு சக்தி வாய்ந்தது என்பதை நான் உணர்ந்திருக்கவில்லை. தியானம் உங்களது மனத்தை அமைதியாக்குகிறது; உங்களது எண்ணங்களைக் கட்டுப்படுத்துகிறது; உங்கள் உடலுக்குப் புத்துணர்ச்சி ஊட்டுகிறது. நீங்கள் பல மணி நேரங்களை இதற்காக ஒதுக்க வேண்டியதில்லை என்பது நல்ல செய்தி. துவக்கத்தில் ஒரு நாளைக்கு மூன்று முதல் பத்து நிமிடங்கள் வரை இதற்காகச் செலவிட்டால் போதும். அது உங்களுடைய எண்ணங்களை உங்கள் கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டுவரத் தேவையான ஆற்றலை உங்களுக்கு அளிக்கும்.*

உங்களது எண்ணங்கள் குறித்த விழிப்புணர்வைப் பெற, 'நானே என் எண்ணங்களின் எஜமான்' என்ற சுயப்பிரகடனத்தைக் கூறிக் கொள்ளலாம். அதை அடிக்கடிக் கூறிவருவதன் மூலமும் அதை மனத்தில் இருத்தித் தியானம் செய்வதன் மூலமும் நீங்கள் அந்த நோக்கத்தை இறுகப் பற்றிக் கொள்வதால், ஈர்ப்பு விதிப்படி நீங்கள் அப்படி மாறித்தான் ஆக வேண்டும்.

உங்களுடைய மகத்தான பதிப்பு ஒன்றைப் படைத்திடத் தேவையான அறிவைத் தற்போது நீங்கள் பெற்றுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அப்பதிப்பின் சாத்தியக்கூறு அந்த அலைவரிசையில் ஏற்கனவே இருந்துகொண்டு இருக்கிறது. நீங்கள் என்னவாக ஆக வேண்டும், என்ன செய்ய வேண்டும், எதைப் பெற வேண்டும் என்பதைத் தீர்மானியுங்கள்; அவை குறித்த எண்ணங்களை எண்ணுங்கள்; அந்த அலைவரிசையில் அதை ஒளிபரப்புங்கள்; நீங்கள் வடித்த உங்களது பதிப்பு உங்களது வாழ்க்கையாகிவிடும்.

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- வாழ்வின் மாபெரும் இரகசியம் ஈர்ப்பு விதிதான்.

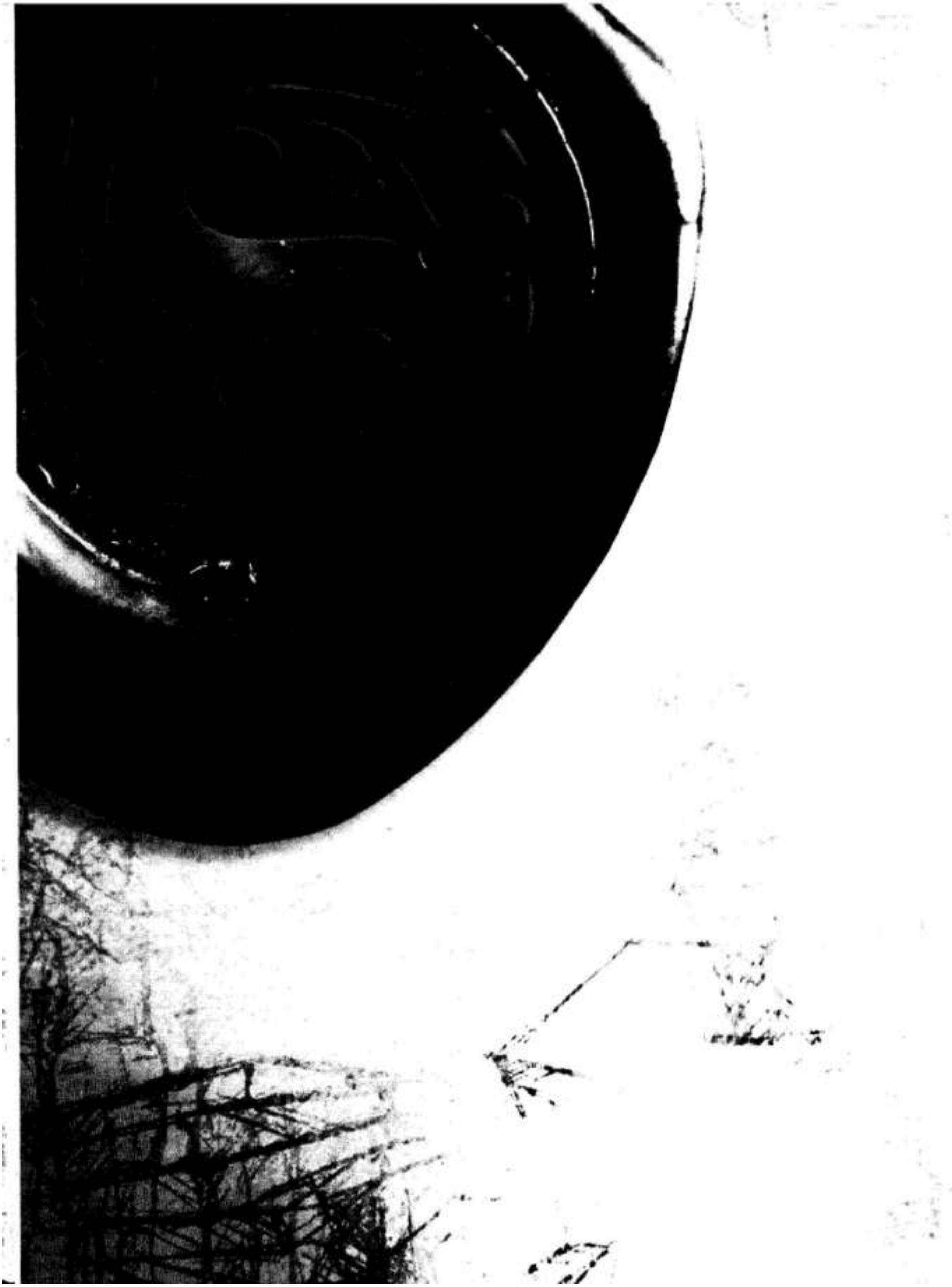
- ஒத்தவை தன்னை ஒத்தவற்றையே ஈர்க்கும் என்று ஈர்ப்பு விதி கூறுகிறது. அதனால் நீங்கள் ஓர் எண்ணத்தை எண்ணும் போது, அதையொத்த எண்ணங்களை உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுக்கிறீர்கள்.

- எண்ணங்களுக்குக் காந்தசக்தி இருக்கிறது; அவற்றிற்குக் குறிப்பிட்ட அலைவரிசைகளும் உண்டு. நீங்கள் எண்ணங்களைச் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கும்போது அவை பிரபஞ்சத்திற்குள் அனுப்பப்படுகின்றன. அவை அதே அலைவரிசையில் இருக்கும் அனைத்து விஷயங்களையும் காந்தமெனக் கவர்கின்றன. அனுப்பப்பட்டவை அனைத்தும் மூலத்திற்கே திரும்பி வருகின்றன - நீங்கள்தான் அம்மூலம்!

- உங்கள் எண்ணங்களை ஒரு குறிப்பிட்ட அலைவரிசையில் ஒளிபரப்பிக் கொண்டிருக்கும் ஒரு மனித ஒளிபரப்புக் கோபுரம் நீங்கள். உங்கள் வாழ்வில் எதையாவது மாற்ற வேண்டும் என்றால் உங்கள் எண்ணங்களை மாற்றுவதன் மூலம் அந்த அலைவரிசையை மாற்ற வேண்டும்.

- உங்களுடைய நிகழ்கால எண்ணங்கள், உங்களது வருங்கால வாழ்வை உருவாக்குகின்றன. நீங்கள் எவற்றைக் குறித்து அதிகமாகச் சிந்திக்கிறீர்களோ அல்லது அதிகமாகக் கவனம் செலுத்துகிறீர்களோ அவை உங்களது வாழ்க்கையாக உங்கள் கண்முன் விரியும்.

- உங்களது எண்ணங்கள் பௌதீகப் பொருட்களாக உருப்பெறும்.



இரகசியம் எளிமையாக்கப்படுகிறது

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

நாம் வாழும் இப்பிரபஞ்சத்தில் புவியீர்ப்புவிசை விதி போலப் பல விதிகள் இருக்கின்றன. நீங்கள் ஒரு கட்டிடத்தின் மேலிருந்து கீழே குதித்தால், நீங்கள் நல்லவராக இருந்தாலும் சரி, தீயவராக இருந்தாலும் சரி, நிலத்தில் வந்து விழப் போவது நிச்சயம்.

ஈர்ப்பு விதி ஓர் இயற்கை விதி. புவியீர்ப்புவிசை விதியைப் போல இதுவும் நடுநிலையானது, பாரபட்சமற்றது, துல்லியமானது, கனகச்சிதமானது.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

இப்போது உங்களது வாழ்க்கையில் உங்களைச் சூழ்ந்திருக்கும் அனைத்தும், நீங்கள் குறைகூறிக் கொண்டிருக்கும் விஷயங்கள் உட்பட, நீங்கள் உங்கள்பால் கவர்ந்திழுத்தவையே. நான் இப்போது நீங்கள் வெறுக்கப் போகிற, வெட்கத்தால் உங்கள் முகத்தைச் சிவக்க வைக்கப்போகும் ஒன்றை உங்களிடம் கூறப் போகிறேன். நீங்கள் உடனே, "அந்தக் கார் விபத்தை நான் ஒன்றும் கவர்ந்திழுக்கவில்லை. எனக்குக் கடும் தலைவலி தரும் அந்த வாடிக்கையாளரை நான் ஒன்றும் கவர்ந்திழுக்கவில்லை. அந்தக் கடனை நான் வேண்டுமென்றே கவர்ந்திழுக்கவில்லை" என்று கூறப்

போகிறீர்கள். ஆனால் நான் உங்கள் முகத்தில் அடித்தாற்போல உங்களிடம் கூறப் போவது இதுதான்: ஆமாம், இவற்றை நீங்கள்தான் கவர்ந்திழுத்துள்ளீர்கள். இருப்பதிலேயே புரிந்து கொள்ளக் கடினமாக இருக்கும் ஒரு கருத்து இது. ஆனால் இதை ஏற்றுக் கொண்டு விட்டீர்கள் எனில், அது உங்களது வாழ்க்கையில் பரிபூரண மாற்றத்தைக் கொண்டுவந்து விடும்.

இரகசியத்தின் இப்பகுதியை முதலில் கேள்விப்படும் மக்கள் பெரும்பாலான சமயங்களில், வரலாற்றில் பெரும் எண்ணிக்கையில் உயிர்ச்சேதம் ஏற்பட்ட நிகழ்ச்சிகளை நினைவுகூர்கின்றனர். ஒரே சமயத்தில் அவ்வளவு பெரிய எண்ணிக்கையில் மக்கள் அந்நிகழ்ச்சிகளுக்குத் தங்களை எப்படி ஈர்த்துக் கொண்டிருக்க முடியும் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளச் சிரமப்படுகின்றனர். ஈர்ப்பு விதியின்படி, அவர்கள் அந்நிகழ்வின் அலைவரிசையில் இருக்க வேண்டும். அவர்கள் அனைவரும் அதே நிகழ்வை அப்படியே கனகச்சிதமாக எண்ணியிருக்க வேண்டியதில்லை. ஆனால் அவர்களின் எண்ண அலைவரிசை அந்நிகழ்வின் அலைவரிசையோடு ஒத்திருக்க வேண்டும். தாங்கள் மோசமான நேரத்தில் மோசமான இடத்தில் இருக்க முடியும் என்றும் புறச்சூழலின் மீது தங்களுக்குக் கட்டுப்பாடுகள் இல்லை என்றும் மக்கள் நம்பினால், அந்தப் பயம், தனிப்படுத்தப்படுதல், மற்றும் அதிகாரமின்மை ஆகியவை கலந்த எண்ணங்கள் தொடர்ந்து எண்ணப்படும்போது, அவர்கள் மோசமான நேரத்தில் மோசமான இடத்தில் இருக்கும் விதத்தில் தங்களைத் தாங்களே ஈர்த்துக் கொள்வர்.

இப்போது உங்கள்முன் தேர்ந்தெடுப்பதற்கான வாய்ப்பு உள்ளது. மோசமான நிகழ்வுகள் உங்களுக்கு எந்நேரமும் நிகழலாம், இது வெறும் துரதிர்ஷ்டம்தான் என்று நீங்கள் நம்ப விரும்புகிறீர்களா? மோசமான நேரத்தில் மோசமான இடத்தில் நீங்கள் இருக்கக் கூடும் என்றும், புறச்சூழல் மீது உங்களுக்கு எவ்விதக் கட்டுப்பாடும் இல்லையென்றும் நம்ப முனைகிறீர்களா?

அல்லது உங்களது வாழ்வனுபவங்கள் உங்களின் கைகளில்தான் இருக்கின்றன என்று நம்பவும், அதை உறுதியாக உணரவும் விரும்புகிறீர்களா? நீங்கள் உங்களுக்கு நல்லது மட்டுமே நடக்கும் என்று சிந்திப்பதால் அப்படித்தான் நடக்கும் என்று நம்புகிறீர்களா? நீங்கள் எதை வேண்டுமானாலும் தேர்ந்தெடுக்கலாம். நீங்கள் எந்தச்

சிந்தனையைத் தேர்ந்தெடுத்தாலும் அதுதான் உங்களது வாழ்க்கை அனுபவமாக மாறப் போகிறது.

தொடர்ச்சியான எண்ணங்களின் மூலமாக ஒன்று வேண்டும் என்று அழைப்பு விடுக்காதவரை எதுவுமே உங்களது வாழ்க்கையில் அனுபவங்களாகப் பரிணமிக்கப் போவதில்லை.

பாப் டாயில்

நம்மில் பலர், எல்லாவற்றையும் தெரியாத்தனமாகக் கவர்ந்திழுக்கிறோம். நமக்கு அதன்மீது எவ்விதக் கட்டுப்பாடும் கிடையாது என்று நாம் நினைத்துக் கொள்கிறோம். நமது எண்ணங்களும் உணர்வுகளும் தானியங்கி இயக்கத்திற்குள் தள்ளப்பட்டுவிடுகின்றன. அதனால் நம்மை நோக்கி ஈர்க்கப்படுபவையும் தன்னிச்சையாக நமக்கு வருபவையாகவே அமைந்துவிடுகின்றன.

தங்களுக்குப் பிடிக்காதது எதையும் எவரும் விருப்பப்பட்டுக் கவர்ந்திழுப்பதில்லை. **இரகசியம்** குறித்த அறிவு இல்லாததால் உங்கள் வாழ்விலோ, பிறருடைய வாழ்விலோ சில விரும்பத்தகாத விஷயங்கள் எப்படி நிகழ்ந்திருக்கக்கூடும் என்பதை உணர்ந்து கொள்வது எளிது. நம் எண்ணங்களின் மாபெரும் படைப்பாற்றல் சக்தி குறித்த விழிப்புணர்வு இல்லாததுதான் அதற்குக் காரணம்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

இதை நீங்கள் இப்போதுதான் முதல் முறையாகக் கேட்கிறீர்கள் என்றால், "என்னது, நான் என்னுடைய எண்ணங்கள் அனைத்தையும் கண்காணிக்க வேண்டுமா? இது பெரிய வேலையாக இருக்கும் போலிருக்கிறதே" என்று எண்ணக் கூடும். முதலில் அப்படித் தோன்றினாலும் கூட அங்கிருந்துதான் வாழ்க்கை களைகட்டப் போகிறது.

இதில் சுவாரசியம் என்னவென்றால், **இரகசியத்திற்குப்** பல குறுக்கு வழிகள் உள்ளன. உங்களுக்கு எது பொருத்தமாக இருக்கிறதோ அதை நீங்கள் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளலாம். இதைத் தொடர்ந்து படிக்கும்போது அது எப்படி என்று புரிந்து கொள்வீர்கள்.

மார்சி ஷைமாஃப்

நூலாசிரியர், சர்வதேசப் பேச்சாளர் மற்றும் தனிநபர் பூரண மேம்பாட்டுத் தலைவர்

நம் மனத்தில் தோன்றும் அனைத்து எண்ணங்களையும் கண்காணிப்பது இயலாத காரியம். நாள் ஒன்றிற்கு நம் மனத்தில் சுமார் அறுபதாயிரம் எண்ணங்கள் தோன்றுவதாக ஆய்வாளர்கள் தெரிவிக்கின்றனர். அந்த அறுபதாயிரம் எண்ணங்களையும் கட்டுப்படுத்த முற்பட்டால் நாம் எவ்வளவு களைப்படைந்து விடுவோம் என்று உங்களால் கற்பனை செய்ய முடிகிறதா? அதிர்ஷ்டவசமாக ஒரு சுலபமான வழி இருக்கிறது. அதுதான் நம்முடைய உணர்வுகள். நாம் என்ன நினைத்துக் கொண்டு இருக்கிறோம் என்பதை நம் உணர்வுகள் நமக்குக் காட்டிக் கொடுத்துவிடும்.

உணர்வுகளின் முக்கியத்துவத்தைக் குறைத்து மதிப்பிட்டுவிட முடியாது. உங்கள் வாழ்க்கையை உயர்வாக்க உதவும் மிகச் சிறந்த ஒரு கருவிதான் உங்களது உணர்வுகள். எல்லாவற்றிற்கும் மூல காரணம் உங்களது எண்ணங்கள். நீங்கள் காண்பதும் அனுபவிப்பதும் அவற்றின் விளைவுகள். அதில் உங்களது உணர்வுகளும் அடங்கும்.

பாப் டாயில்

நாம் என்ன நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம் என்பதை அறிந்து கொள்ள நமக்குக் கிடைத்திருக்கும் அற்புதமான பரிசுதான் உணர்வுகள்.

நீங்கள் என்ன நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை உங்கள் உணர்வுகள் உங்களுக்கு விரைவாகக் கூறிவிடும். உங்களது உணர்வுகள் திடீரென்று அடியோடு மாறியது பற்றி நினைவு இருக்கிறதா? ஒரு வேளை நீங்கள் ஏதாவது மோசமான செய்தியை அப்போது கேள்விப்பட்டிருக்கலாம். உங்கள் அடிவயிற்றைச் சுண்டியிழுத்த அந்த வலியுணர்வு உடனடியானது. நீங்கள் என்ன நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை உடனடியாக உங்களுக்குத் தெரிவிக்கும் சமிக்கைதான் உங்களுடைய உணர்வுகள்.

நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பது குறித்த விழிப்புணர்வைப் பெறுவதும், அவ்வுணர்வுகள் அளிக்கும் சமிக்கைகளோடு உங்களை

ஒருங்கிணைந்து ஐக்கியப்படுத்திக் கொள்வதும் மிகவும் முக்கியம். ஏனெனில் நீங்கள் என்ன யோசித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதைக் கண்டறியக் கூடிய விரைவான வழி அதுதான்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

உங்களிடம் இரண்டு விதமான உணர்வுகள் இருக்கின்றன: விரும்பத்தக்க நல்ல உணர்வுகள், விரும்பத்தகாத மோசமான உணர்வுகள். அவை இரண்டிற்கும் இடையே உள்ள வேறுபாட்டை நீங்கள் அறிவீர்கள். ஏனெனில் ஒன்று உங்களுக்கு நல்ல உணர்வையும் மற்றொன்று மோசமான உணர்வையும் எற்படுத்துகின்றன. மனச்சோர்வு, கோபம், காழ்ப்புணர்வு மற்றும் குற்ற உணர்வு போன்ற உணர்வுகள் உங்களுக்கு ஊக்கமளிப்பதாக இருப்பதில்லை. இவைதான் மோசமான உணர்வுகள்.

நீங்கள் நன்றாக உணர்கிறீர்களா மோசமாக உணர்கிறீர்களா என்று உங்களைத் தவிர வேறு எவராலும் கூற இயலாது. ஏனெனில் எந்த ஒரு சமயத்திலும் நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பது உங்களுக்கு மட்டும்தான் தெரியும். நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பது குறித்து உங்களுக்கு ஐயப்பாடு இருக்குமெனில், 'நான் எப்படி உணர்கிறேன்?' என்று உங்களையே நீங்கள் கேட்டுக் கொள்ளுங்கள். நாள் முழுவதும் அடிக்கடி நின்று நிதானித்து இக்கேள்வியைக் கேட்டுக் கொள்ளுங்கள். இப்படிச் செய்யச் செய்ய, உங்களது உணர்வுகள் குறித்த புரிதல் உங்களிடம் அதிகரிக்கத் துவங்கும்.

இங்கு நீங்கள் கவனிக்க வேண்டிய முக்கியமான விஷயம் ஒன்று இருக்கிறது. நீங்கள் மோசமாக உணர்ந்து கொண்டிருக்கும் அதே சமயத்தில், ஒரு நல்ல எண்ணத்தை உங்களால் உருவாக்கிக் கொண்டிருக்க முடியாது என்பதுதான் அது. ஏனெனில் இது விதியை மீறும் செயல். உங்களது எண்ணங்கள்தான் உங்களது உணர்வுகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன. நீங்கள் மோசமாக உணர்ந்தால் அதற்குக் காரணம் உங்களை மோசமாக உணர வைக்கக் கூடிய எண்ணங்களை நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதுதான்.

உங்களது எண்ணங்கள் உங்களது அலைவரிசையைத் தீர்மானிக்கும். நீங்கள் எந்த அலைவரிசையில் இருக்கிறீர்கள் என்பதை உங்களுடைய

உணர்வுகள் உடனடியாக உங்களுக்கு எடுத்துரைக்கும். நீங்கள் மோசமாக உணரும்போது இன்னும் அதிகமான மோசமான விஷயங்களைக் கவரக் கூடிய அலைவரிசையில் இருக்கிறீர்கள். உங்களை மோசமாக உணர வைக்கும் விஷயங்களின் படங்களை உங்களுக்கு மீண்டும் மீண்டும் அனுப்பி வைப்பதன் மூலம் ஈர்ப்பு விதி பதிலளித்தாக வேண்டும்.

நீங்கள் மோசமாக உணரும்போது, உங்கள் எண்ணத்தை மாற்றி, நன்றாக உணர எவ்வித முயற்சியும் செய்யாது இருந்தால், அது, "என்னை இன்னும் மோசமாக உணர வைக்கக்கூடிய சூழல்களை மேலும் கொண்டுவந்து சேர்க்கவும்" என்று விண்ணப்பிப்பதற்கு ஒப்பானது.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

மறுபுறம், உங்களிடம் நல்ல உணர்ச்சிகளும், நல்ல உணர்வுகளும் உள்ளன. அவை ஏற்படும்போது நமக்குத் தெரியும்; ஏனெனில் அவை உங்களிடம் நல்ல உணர்வுகளைத் தூண்டும். பரவசம், மகிழ்ச்சி, நன்றியுணர்வு, அன்பு ஆகியவற்றை அதற்கு உதாரணங்களாகக் கூறலாம். ஒவ்வொரு நாளும் இப்படி இருந்தால் எப்படி இருக்கும் என்று கற்பனை செய்து பாருங்கள். நல்ல உணர்வுகளைக் கொண்டாடும் போது நீங்கள் மேலும் அதிகமான நல்ல உணர்வுகளையும், உங்களிடம் நல்ல உணர்வுகளைத் தோற்றுவிக்கக் கூடிய விஷயங்களையும் உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுப்பீர்கள்.

பாப் டாயில்

அதைச் செய்வது மிகமிகச் சுலபம். இப்போது எப்படி உணர்கிறீர்கள்? "நான் மகிழ்ச்சியாக உணர்கிறேன்" என்று கூறுகிறீர்களா? நல்லது! அதையே தொடர்ந்து செய்யுங்கள்.

நல்ல உணர்வுகளைக் கொண்டிருக்கும் அதே சமயத்தில் மோசமான எதிர்மறையான எண்ணங்களைக் கொண்டிருப்பது இயலாத காரியம். நீங்கள் நல்ல உணர்வுகளைக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்றால் நல்ல சிந்தனைகளைச் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று பொருள். உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் விரும்பும் அனைத்தையும் எவ்விதக் கட்டுப்பாடுகளும் இன்றி உங்களால் பெற முடியும். ஆனால் ஒரே ஒரு நிபந்தனை. நீங்கள் விரும்பத்தக்க நல்ல உணர்வுடன் இருக்க வேண்டும்.

யோசித்துப் பாருங்கள், இதைத்தானே நீங்கள் எப்போதும் விரும்பி வந்துள்ளீர்கள்? இவ்விதி உண்மையிலேயே கனகச்சிதமான ஒன்று.

மார்சி ஷைமாஃப்

நீங்கள் நல்ல உணர்வுடன் இருந்தால் உங்கள் விருப்பங்களோடு ஒத்து போகும் விதத்தில் உங்கள் வருங்காலத்தைக் கட்டியெழுப்பிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று பொருள். அதே சமயத்தில் நீங்கள் மோசமான உணர்வுகளுடன் இருந்தால், உங்கள் விருப்பங்களில் இருந்து மாறுபட்டிருக்கும் விதத்தில் உங்கள் வருங்காலத்தைக் கட்டியெழுப்பிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று அர்த்தம். நீங்கள் உங்கள் தினசரி வேலைகளைச் செய்து கொண்டிருக்கும்போது ஒவ்வொரு நொடியும் ஈர்ப்பு விதி இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. நாம் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கும், உணர்ந்து கொண்டிருக்கும் அனைத்தும் நமது வருங்காலத்தை உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. நீங்கள் கவலைப்பட்டுக் கொண்டோ அல்லது பயத்தில் உழன்று கொண்டோ இருந்தால், நாள் முழுவதும் உங்கள் வாழ்வில் அவற்றையே மேன்மேலும் ஈர்த்துக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

நல்ல உணர்வுகளுடன் நீங்கள் இருக்கும்போது, நல்ல எண்ணங்களைத்தான் நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பீர்கள். அதாவது நீங்கள் சரியான திசையில் சென்று கொண்டிருக்கிறீர்கள், மேலும் நல்ல விஷயங்களை உங்களை நோக்கி ஈர்த்துக் கொண்டிருக்கும் விதத்தில் சக்திமிக்க அலைவரிசையில் ஒளிபரப்பிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்ற உண்மையை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாம் இன்னும் ஒரு படி மேலே செல்லலாம். நீங்கள் என்ன சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை நீங்கள் அறிந்து கொள்வதற்காகப் பிரபஞ்சம் உண்மையிலேயே அனுப்பும் செய்திதான் உங்களுடைய உணர்வுகள் என்று இருந்தால் எப்படி இருக்கும்?

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

நாம் சரியான திசையில் சென்று கொண்டிருக்கிறோமா இல்லையா, திட்டமிட்டபடிப் பயணித்துக் கொண்டிருக்கிறோமா இல்லையா என்பதை நமக்கு உணர்த்தும் அறிவிப்புக் கொடிகள்தான் நமது உணர்வுகள்.

எல்லா விஷயங்களுக்கும் மூல காரணம் உங்களுடைய எண்ணங்கள்தான் என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் ஓர் எண்ணம் குறித்துத் தொடர்ந்து சிந்திக்கும்போது அது உடனடியாகப் பிரபஞ்சத்திற்கு அனுப்பப்பட்டு விடுகிறது. அந்த எண்ணம் அதையொத்த அலைவரிசையோடு காந்தசக்தியால் தன்னை இணைத்துக் கொள்கிறது. பின் ஒரு சில நொடிகளுக்குள்ளாகவே அந்த அலைவரிசை கணிக்கப்பட்டு, அந்தக் கணிப்பு உங்களது உணர்வுகள் மூலமாக உங்களிடமே திருப்பி அனுப்பப்படுகிறது. அதையே வேறு விதமாகக் கூறினால், நீங்கள் எந்த அலைவரிசையில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதைத் தெரிவிக்கும், பிரபஞ்சத்திலிருந்து வரும் தகவல் தொடர்புதான் உங்களது உணர்வுகள். அதாவது உங்களது உணர்வுகள்தான் உங்கள் அலைவரிசையின் மதிப்பீட்டு அறிவிப்புகள்.

நீங்கள் நல்ல உணர்வுகளைக் கொண்டிருக்கும்போது, "நீங்கள் நல்ல எண்ணங்களையே சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்" என்று பிரபஞ்சம் உங்களுக்குத் தகவல் அனுப்புகிறது. அதே போல மோசமான உணர்வுகளை உணர்ந்துகொண்டு இருக்கும்போது, "நீங்கள் மோசமான எண்ணங்களைச் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்" என்று தகவல் வருகிறது.

அதாவது, நீங்கள் மோசமான உணர்வுகளை உணர்ந்து கொண்டிருக்கும்போது, பிரபஞ்சத்திடமிருந்து வரும் தகவல் தொடர்பு இப்படியிருக்கும்: "எச்சரிக்கை! இப்பொழுதே சிந்தனையை மாற்றுங்கள். எதிர்மறையான அலைவரிசையில் பதிவு நடந்து கொண்டிருக்கிறது. அலைவரிசையை மாற்றவும். உங்கள் எண்ணம் நிறைவேறுவதற்கான முகூர்த்த நேரம் குறிக்கப்பட்டு விட்டது. ஜாக்கிரதை!"

அடுத்த முறை மோசமான உணர்வுகள் தலைதூக்கும்போதோ, எதிர்மறை எண்ணங்களை உணரும்போதோ பிரபஞ்சத்திடமிருந்து வரும் அறிவிப்புச் சமிக்கைகளைக் காது கொடுத்துக் கேளுங்கள். உங்களுக்கு நடக்கவிருக்கும் நல்ல விஷயங்களை அக்கணத்தில் நீங்கள் தடுத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஏனெனில் நீங்கள் எதிர்மறையான அலைவரிசையில் உள்ளீர்கள். எண்ணங்களை மாற்றுங்கள். நல்ல விஷயங்கள் பற்றிச் சிந்தியுங்கள். நல்ல உணர்வுகள் மீண்டும் வரத் துவங்கியவுடன், நீங்கள் ஒரு புதிய அலைவரிசைக்கு உங்களை மாற்றிக்

கொண்டுள்ளீர்கள் என்பதையும், நல்ல உணர்வுகள் மூலம் பிரபஞ்சம் அதை உறுதி செய்து கொண்டுள்ளது என்பதையும் கண்டிப்பாகத் தெரிந்து கொள்வீர்கள்.

பாப் டாயில்

நீங்கள் என்ன சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதைவிட, எப்படி உணர்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதற்கு ஏற்றவாறே நீங்கள் கவர்ந்திழுக்கும் விஷயங்களும் இருக்கும்.

அதனால்தான் ஒருவர் காலையில் எழுந்திருக்கும்போது அவரது கால் எதிலாவது இடித்துவிட்டால், அந்த உணர்வே சுற்றிச் சுற்றி வருகிறது. அன்றைய நாள் முழுவதும் அப்படியே செல்கிறது. வெறுமனே உணர்வுகளில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தினால், அது அந்த நாள் முழுவதையும், ஏன் வாழ்க்கை முழுவதையும்கூட மாற்றிவிடும் என்ற புரிதல் அவர்களிடம் இல்லை.

நீங்கள் ஒரு நாளை நல்லதாகத் துவக்கி, ஒரு மகிழ்ச்சியான உணர்வோடு இருந்தால், அந்த உணர்வு நிலையில் மாற்றம் உண்டாக்கும் எதையும் அனுமதிக்காதவரை, ஈர்ப்பு விதிப்படி, தொடர்ந்து அந்த மகிழ்ச்சி உணர்வை நிலைத்திருக்கச் செய்ய உதவும் மக்களையும் சூழல்களையும் கவர்ந்திழுத்துக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

எதைத் தொட்டாலும், எதைச் செய்தாலும் தவறாக முடியும் ஒரு சில "உருப்படாத" நாட்கள் அல்லது நேரங்களை நாம் அனைவருமே அனுபவித்திருப்போம். சங்கிலித் தொடரான அந்நிகழ்வுகள், நீங்கள் அறிந்துள்ளீர்களோ இல்லையோ, ஒரே ஒரு எண்ணத்திலிருந்துதான் முளைவிடுகிறது. அந்த ஒரு மோசமான எண்ணம் மேலும் பல மோசமான எண்ணங்களைக் கவர்ந்திழுக்கிறது. அலைவரிசை வலுவடைகிறது. இறுதியில் மோசமான ஏதோ ஒன்று நிகழ்கிறது. பிறகு அந்த மோசமான ஒன்றுக்கு ஏற்ப நீங்கள் இயங்கும்போது மேலும் பல மோசமான நிகழ்வுகளை நீங்கள் கவர்ந்திழுக்கிறீர்கள். சங்கிலித் தொடராக மோசமான நிகழ்வுகள் அதிகரிக்கின்றன. வலுக்கட்டாயமாக உங்கள் எண்ணங்களை மாற்றி, அதன் மூலம் அலைவரிசையை மாற்றி நீங்கள் அதிலிருந்து மீளாத வரை இது தொடர்ந்து கொண்டுதான் இருக்கும்.

உங்களது எண்ணங்களை மாற்றி, நீங்கள் விரும்புபவற்றைக் குறித்துச் சிந்திக்கும் போது உங்கள் அலைவரிசையை மாற்றிக் கொண்டுவிட்டீர்கள் என்பதை உறுதி செய்யும் தகவலை நீங்கள் உங்களது உணர்வுகள் மூலமாகப் பெறலாம். இப்புதிய அலைவரிசையை ஈர்ப்பு விதி கிரகித்துக் கொண்டு, உங்களது வாழ்வின் புதிய காட்சிகளை உங்களுக்கு அனுப்பும்.

உங்களது உணர்வுகளைக் கட்டுப்படுத்தி, அந்த ஆற்றலைக் கொண்டு, நீங்கள் விரும்புபவற்றையெல்லாம் முழு வீச்சில் உங்கள் வாழ்க்கையில் கொண்டுவர இதுவே சரியான தருணம்.

நீங்கள் விரும்புபவற்றோடு உணர்வுகளையும் சேர்த்துக் கொள்வதன் மூலம், இன்னும் சக்தி வாய்ந்த அலைவரிசையில் உங்களது எண்ணங்களை ஒளிபரப்ப உங்களது உணர்வுகளைத் திட்டமிட்டுப் பயன்படுத்தலாம்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

இக்கணமே நீங்கள் ஆரோக்கியமாக இருப்பதாக உணரத் துவங்குங்கள். செழிப்பாக இருப்பதாக உணரத் துவங்குங்கள். உங்களைச் சுற்றிலும் அன்பு, அது உண்மையிலேயே அங்கு இல்லாதிருந்தாலும் கூட, இருப்பதாக உணரத் துவங்குங்கள். அப்பொழுது என்ன நேரும் என்றால், உங்களது பாட்டிற்குப் பிரபஞ்சம் இசைப்பாட்டுப் பாடும். உங்களது உள்ளுணர்விற்குப் பதிலளிக்கும் விதமாகப் பிரபஞ்சம் அவற்றையெல்லாம் உங்கள் முன் கொண்டுவந்து நிறுத்தும்; ஏனெனில் அப்படித்தானே நீங்கள் உணர்கிறீர்கள்?

ஆமாம், இப்பொழுது எப்படி உணர்கிறீர்கள்? அதைப் பற்றிச் சிந்திக்க ஒரு சில நொடிகளை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் விரும்பும் அளவு நன்றாக இருப்பதாக நீங்கள் உணரவில்லை என்றால், வலுக்கட்டாயமாக உங்கள் உணர்வுகளை உயர்த்துவதில் கவனம் செலுத்துங்கள். அப்படித் தீவிரமாக உங்களை உயர்த்திக் கொள்ளும் நோக்கத்துடன் உங்கள் உணர்வுகளை உயர்த்தக் கவனம் செலுத்தும் போது, அவற்றை உங்களால் சக்தியுடன் உயர்த்த முடியும். கவனச் சிதறல்களைத் தவிர்ப்பதற்காக, உங்களது கண்களை மூடிக் கொண்டு உங்களுக்குள் உறைந்திருக்கும்

உணர்வுகளில் கவனம் செலுத்தி, ஒரு நிமிடம் புன்னகைப்பது அதற்கான ஒரு வழி.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

உங்களது எண்ணங்களும் உங்களது உணர்வுகளும்தான் உங்களது வாழ்க்கையை உருவாக்குகின்றன. அது எப்போதும் அப்படித்தான் இருக்கும். உத்தரவாதமாக!

புவியீர்ப்புவிசை விதியைப் போலவே, ஈர்ப்பு விதியும் ஒருபோதும் தவறுவதில்லை. ஏதோ ஒரு நாள், புவியீர்ப்புவிசை விதி, பன்றிகள் மீது புவியீர்ப்புவிசையைச் செலுத்தத் தவறிவிட்டதால், பன்றிகள் பறந்து கொண்டு திரியும் காட்சியை நீங்கள் பார்த்திருக்க மாட்டீர்கள். அது போலவே ஈர்ப்பு விதிக்கும் விதிவிலக்குகளே கிடையாது. ஏதாவது ஒன்று உங்கள் வாழ்க்கையில் நிகழ்ந்திருந்தால் அதை நீங்கள் உங்கள் நீடித்த எண்ணத்தின் மூலம் உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்துள்ளீர்கள். ஈர்ப்பு விதி கணகச்சிதமானது.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

இதைச் சீரணிப்பது கடினமாக இருக்கும். ஆனால் நாம் அதைத் திறந்த மனத்துடன் அணுகத் துவங்கும்போது ஏற்படக் கூடிய விளைவுகள் நம்மைப் பிரமிக்க வைக்கும். அதாவது உங்களுடைய எண்ணங்கள் உங்களுடைய வாழ்க்கையில் ஏதாவது ஒரு பாதிப்பை ஏற்படுத்தியிருந்தால், உங்களது புரிந்துணர்வில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதன் மூலம் அதைச் சரிசெய்து விடலாம்.

நீங்கள் விரும்பும் எதை வேண்டுமானாலும் மாற்றுவதற்கான சக்தி உங்களிடம் குடிகொண்டுள்ளது. ஏனெனில் நீங்கள்தான் உங்களது எண்ணங்களைத் தேர்ந்தெடுக்கிறீர்கள்; நீங்கள்தான் உங்களது உணர்வுகளை உணர்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

> "நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கைப் பயணத்தை
> மேற்கொண்டிருக்கும்போது, உங்களது சொந்தப்
> பிரபஞ்சத்தை உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்."
>
> *வின்ஸ்டன் சர்ச்சில்*

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

நீங்கள் நன்றாக இருப்பதாக உணர்தல் மிகவும் இன்றியமையாதது. ஏனெனில் இந்த உணர்வுதான் பிரபஞ்சத்திற்குச் சமிக்கைகளாக ஒளிபரப்பாகி, அதை ஒத்தவற்றை மேலும் அதிகமாக உங்களை நோக்கி ஈர்க்கிறது. அதனால் நீங்கள் நன்றாக இருப்பதாக உணர்வது அதிகரிக்கும்போது, நீங்கள் நன்றாக இருப்பதாக உணர்வதற்கு உதவும் விஷயங்களை இன்னும் அதிகமாக நீங்கள் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். அதன் மூலம் உங்களை மேலும் மேலும் உயர்த்திக் கொள்வீர்கள்.

பாப் பிராக்டர்

நீங்கள் மனமுடைந்து இருந்தால், அதை ஒரு நொடியில் மாற்றி விடலாம் என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா? ஒரு நல்ல இசையைக் கேளுங்கள் அல்லது பாடத் துவங்குங்கள்; அது உங்களது உணர்வுகளை மாற்றிவிடும். அல்லது மிக அழகான ஒன்றைக் கற்பனை செய்யுங்கள். ஒரு பச்சிளம் குழந்தையின் பொக்கைவாய்ச் சிரிப்பைக் கற்பனை செய்யுங்கள்; அல்லது நீங்கள் நேசிக்கும் யாராவது ஒருவரைப் பற்றிச் சிந்தியுங்கள். அதில் மூழ்குங்கள். அந்த எண்ணத்தை அப்படியே மனத்தில் இருத்துங்கள். மற்ற பிற எண்ணங்கள் மனத்திற்குள் புகாமல் தடுத்துவிடுங்கள். நீங்கள் நன்றாக உணர்வீர்கள் என்பதற்கு நான் உத்தரவாதம்.

இரகசிய மனமாற்றிகளின் பட்டியல் ஒன்றைத் தயாரித்துக் கைவசம் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். **இரகசிய** மனமாற்றி என்று நான் கூறுவது, உங்களது உணர்வை ஒரு சொடுக்குப் போடும் நேரத்தில் மாற்றிவிடக் கூடிய விஷயங்களைத்தான். அது ஓர் அற்புதமான மலரும் நினைவாகவோ, வருங்காலத்தில் நடக்கவிருக்கும் நிகழ்வாகவோ, வேடிக்கையான ஒரு தருணமாகவோ, இயற்கை குறித்த ஒன்றாகவோ, நீங்கள் நேசிக்கும் ஒருவராகவோ அல்லது உங்களுக்குப் பிடித்த ஒரு பாடலாகவோ இருக்கலாம். பின் எப்போதாவது நீங்கள் கோபப்படும் சூழலோ அல்லது விரக்தியடையும் நிலையோ, நல்ல உணர்வோடு இல்லாத சந்தர்ப்பமோ ஏற்பட்டால், நீங்கள் உடனடியாக உங்களது **இரகசிய** மனமாற்றிகள் பட்டியலிலிருந்து ஏதாவது ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுத்து அதில் கவனம் செலுத்துங்கள். வெவ்வேறு சமயங்களில்

வெவ்வேறு விஷயங்கள் உங்களது மனநிலையை மாற்றும் என்பதால், ஒன்று வேலை செய்யாவிட்டால் வேறொன்றைத் தேர்ந்தெடுங்கள். உங்களது கவனத்தைத் திருப்பி உங்களது அலைவரிசையை மாற்ற ஓரிரு நிமிடங்களே போதும்.

அன்பு: ஒரு மகத்தான உணர்ச்சி

ஜேம்ஸ் ரே

தத்துவ இயலாளர், விரிவுரையாளர், நூலாசிரியர், செழிப்பு மற்றும் மனித ஆற்றல் மேம்பாட்டுத் திட்டத்தின் நிறுவனர்

உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியான மனநிலையை ஏற்படுத்துவதில், சில சமயம் உங்களது செல்லப் பிராணிகளும் பங்கு வகிக்கின்றன. விலங்குகள் அற்புதமானவை. ஏனெனில் அவை உங்களை உன்னதமான உணர்ச்சி நிலைக்குக் கொண்டு செல்கின்றன. நீங்கள் உங்களுடைய செல்லப் பிராணிகளிடம் அன்பு செலுத்தும்போது, அந்த உன்னதமான அன்புநிலை உங்கள் வாழ்வில் நல்லவற்றைக் கொண்டு வரும். எவ்வளவு சிறந்த பாக்கியம் அது.

"எண்ணமும் அன்பும் கலந்த கலவையே, ஈர்ப்பு விதிக்குத் தடுக்க இயலாச் சக்தியை அளிக்கின்றன."

சார்லஸ் ஹானல்

இப்பிரபஞ்சத்தில் அன்பின் சக்தியைவிடப் பெரிய சக்தி எதுவும் கிடையாது. நீங்கள் வெளிப்படுத்தும் அலைவரிசையிலேயே மிக உயர்ந்தது அன்பு உணர்ச்சிதான். ஒவ்வொரு எண்ணத்தையும் உங்களால் அன்பைக் கொண்டு போர்த்த முடிந்தால், சகலத்தையும் சகலரையும் நேசிக்க முடிந்தால், உங்கள் வாழ்க்கை பரிபூரணமாக மாறிவிடும்.

பல பெரும் சிந்தனாவாதிகளில் சிலர் அன்பு விதிதான் ஈர்ப்பு விதி என்றே குறிப்பிட்டுள்ளனர். அதைப் பற்றி நீங்கள் சிந்தித்தால் அது எவ்வளவு

உண்மை என்பது புரியும். வேறு எவரையாவது பற்றி அன்பற்ற எண்ணங்களை நீங்கள் சிந்தித்தால், அந்த அன்பற்ற எண்ணங்கள் உங்கள் வாழ்வில் வந்து குதிப்பதை நீங்கள் உணரலாம். உங்களது எண்ணத்தால் நீங்கள் அடுத்தவருக்குத் தீங்கிழைக்க முடியாது. **உங்களுக்கு மட்டுமே** தீங்கிழைத்துக் கொள்ள முடியும். அன்பு எண்ணங்களைச் சிந்தித்தால் யார் அதன் பயனைப் பெறப் போகிறார்கள்? நீங்கள்தான்! அதனால் உங்களிடம் நிலைகொண்டிருக்கும் உணர்வில், அன்பு ஆதிக்கம் செலுத்தினால், ஈர்ப்பு விதி அல்லது அன்பு விதி மாபெரும் ஆற்றலுடன் அதற்குச் செயல்விடை கொடுக்கும். இருப்பதிலேயே மிக உயர்ந்த அலைவரிசையில் நீங்கள் இயங்குவதுதான் அதற்குக் காரணம். எவ்வளவு அதிகமான அன்புணர்ச்சியை நீங்கள் வெளிப்படுத்துகிறீர்களோ அவ்வளவு அதிகமான ஆற்றலை நீங்கள் உருவாக்க இயலும்.

> "எண்ணத்திற்கு அதனுடைய பொருளோடு
> தொடர்புபடுத்தும் இயக்கு சக்தியை அளிக்கும்
> கோட்பாடும், அதன் மூலம் அனைத்துச் சாதகமற்ற
> மனித அனுபவங்களை வெற்றி கொள்வதும்தான் ஈர்ப்பு
> விதி. அது அன்பின் மறுபெயர். காலத்தால் அழியாத
> இந்த அடிப்படைக் கோட்பாடு, ஒவ்வொரு தத்துவ
> அமைப்பிலும், ஒவ்வொரு மதத்திலும், ஒவ்வொரு
> அறிவியலிலும் என்று எல்லாவற்றிலும் இயல்பாகப்
> படிந்துள்ளது. அன்பின் விதியிலிருந்து தப்பித்தல்
> சாத்தியமற்றது. உணர்வுதான் எண்ணத்திற்கு
> உயிரோட்டம் அளிக்கிறது. உணர்வுதான் ஆசை.
> ஆசைதான் அன்பு. அன்பால் சூழப்பட்டிருக்கும்
> எண்ணத்தைத் தோற்கடிக்கவே முடியாது."
>
> *சார்லஸ் ஹானல்*

மார்சி ஷைமாஃப்

உங்களது எண்ணங்களையும் உணர்வுகளையும் புரிந்து கொண்டு, அவற்றை உங்களால் முழுவதுமாக அடக்கி ஆள முடியும்போதுதான் நீங்கள் உங்களுடைய யதார்த்தத்தை உருவாக்குவது எப்படி என்பதைக் கண்டுகொள்வீர்கள். அங்குதான் உங்கள் சுதந்திரம் இருக்கிறது. அங்குதான் உங்களது சக்தி அனைத்தும் இருக்கிறது.

ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டீனின் அற்புதமான மேற்கோள் ஒன்றை மார்சி ஷைமாஃப் நம்மோடு பகிர்ந்து கொள்கிறார். "எந்த ஒரு மனிதனும் தனக்குத் தானே கேட்டுக் கொள்ளக் கூடிய மிக முக்கியமான கேள்வி இதுதான்: 'நமது பிரபஞ்சம் ஒரு தோழமையான பிரபஞ்சம் தானா?'"

ஈர்ப்பு விதியை அறிந்திருக்கும் பட்சத்தில், அதற்கான ஒரே பதில், "ஆமாம். இப்பிரபஞ்சம் நட்பானதுதான்" என்பதாகத்தான் இருக்கும். ஏன் அப்படி? நீங்கள் இப்படிப்பட்ட முறையில் பதிலளிக்கும்போது, ஈர்ப்பு விதிப்படி, நீங்கள் அதைத்தான் அனுபவிப்பீர்கள். ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டீன் இச்சக்திவாய்ந்த வினாவை நம்முன் வைப்பதற்குக் காரணம் அவர் **இரகசியத்தை** அறிந்திருந்ததுதான். இப்படிப்பட்ட கேள்வியைக் கேட்பதன் மூலம் நம்மை யோசிக்க வைத்து, ஒரு பதிலைத் தேர்ந்தெடுக்க நம்மை நிர்ப்பந்திக்க முடியும் என்பதை அவர் அறிந்திருந்தார். வெறுமனே அக்கேள்வியைக் கேட்டதன் மூலம், நமக்கு அவர் ஒரு மாபெரும் வாய்ப்பை அளித்துள்ளார்.

நீங்கள் ஐன்ஸ்டீனின் நோக்கத்தைத் இன்னும் ஒரு படி மேலே எடுத்துச் சென்று, இப்படிச் சுயப்பிரகடனம் செய்யலாம்: "இது ஓர் அற்புதமான பிரபஞ்சம். இப்பிரபஞ்சம் எல்லா நல்ல விஷயங்களையும் என்னிடம் கொண்டு வந்து சேர்க்கிறது. இப்பிரபஞ்சம் எல்லா விஷயங்களிலும் எனக்குச் சாதகமாக இயங்குகிறது. நான் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலிலும் இப்பிரபஞ்சம் எனக்கு ஆதரவு அளித்து வருகிறது. என் அனைத்துத் தேவைகளையும் இப்பிரபஞ்சம் உடனடியாகப் பூர்த்தி செய்து வருகிறது." இது ஒரு நட்பான பிரபஞ்சம் என்பதை அறிந்திடுங்கள்.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

நான் இரகசியம் குறித்து அறிந்து அதை என் வாழ்க்கையில் பயன்படுத்தத் துவங்கியதும், என் வாழ்க்கை மாயாஜாலமான வாழ்க்கையாக மாறிவிட்டது. ஒவ்வொருவரும் கனவு காணும் ஒரு வாழ்க்கையை நான் தினசரி வாழ்ந்து வருகிறேன். நான் நான்கரை மில்லியன் டாலர் மாளிகையில் வசித்து வருகிறேன். ஒப்பற்ற மனைவி எனக்கு வாய்த்திருக்கிறாள். உலகின் உன்னத இடங்களில் நான் விடுமுறைக்குச் சென்றுள்ளேன். நான் பல மலைகளில் ஏறியுள்ளேன். சாகசப் பயணங்கள் மேற்கொண்டுள்ளேன். வனவிலங்குச்

*சரணாலயங்களுக்குச் சென்றுள்ளேன். இவையெல்லாம் நான் **இரகசியத்தை** அறிந்திருந்த காரணத்தாலும் அதை எப்படிப் பயன்படுத்துவது என்று தெரிந்திருந்த காரணத்தாலுமே எனக்கு நிகழ்ந்தது. தொடர்ந்து நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது.*

பாப் பிராக்டர்

*முழுக்க முழுக்க அற்புதமான ஒரு வாழ்க்கை சாத்தியம்தான். வாழ்க்கை என்றால் அப்படித்தானே இருக்க வேண்டும்? நீங்கள் **இரகசியத்தைப்** பயன்படுத்தத் துவங்கினால் உங்களுக்கும் வாழ்க்கை அப்படிச் சிறப்பாகவே அமையும்.*

இது உங்களது வாழ்க்கை. நீங்கள் கண்டுபிடிக்க வேண்டும் என்று உங்களுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது! இதுவரை நீங்கள், வாழ்க்கை கடினமானது, போராட்டம் மிக்கது என்று சிந்தித்துக் கொண்டிருந்திருக்கலாம். அதனால் ஈர்ப்பு விதியின்படி ஒரு கடினமான, போராட்டம் மிக்கதான வாழ்க்கையைத்தான் நீங்கள் அனுபவித்துக் கொண்டிருந்திருப்பீர்கள். இப்பொழுது உடனே பிரபஞ்சத்தை நோக்கி, “வாழ்க்கை சுலபமாக இருக்கிறது! வாழ்க்கை சுகமானதாக இருக்கிறது! எல்லா நல்ல விஷயங்களும் என்னை வந்து சேர்கின்றன!” என்று கூச்சலிடுங்கள்.

உங்களுக்குள்ளே ஆழமாக ஓர் உண்மை பொதிந்து கிடக்கிறது. அது உங்களால் கண்டுபிடிக்கப்படுவதற்காகக் காத்திருக்கிறது. அந்த உண்மை இதுதான்: வாழ்க்கை அளிக்கக் கூடிய அனைத்துச் சிறந்த விஷயங்களையும் பெறுவதற்கு உரிய தகுதி உங்களுக்கு இருக்கிறது. அது உங்களுக்கு இயல்பாகவே தெரியும். ஏனெனில் நல்ல விஷயங்களின் பற்றாக்குறையை நீங்கள் அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கும்போது நீங்கள் படுமோசமாக உணர்கிறீர்கள். சிறப்பான அனைத்து விஷயங்களும் உங்களது பிறப்புரிமை. நீங்கள்தான் உங்களது சிருஷ்டிகர்த்தா. உங்களுக்கு என்னவெல்லாம் வேண்டுமோ அவற்றையெல்லாம் பெற்றிட உதவும் ஓர் அற்புதமான கருவிதான் ஈர்ப்பு விதி. மாயாஜால வாழ்க்கை உங்களை வரவேற்கிறது! பிரமாதமான ‘நீங்கள்’ அதில் அடியெடுத்து வையுங்கள்!

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- இயற்கை விதிதான் ஈர்ப்பு விதி. புவியீர்ப்புவிசை விதியைப் போலவே இதுவும் பாரபட்சமற்றது.

- தொடர்ச்சியான எண்ணங்கள் மூலமாக நீங்கள் அழைப்பு விடுத்தால் ஒழிய, எதுவுமே உங்கள் வாழ்க்கை அனுபவமாக ஆகாது.

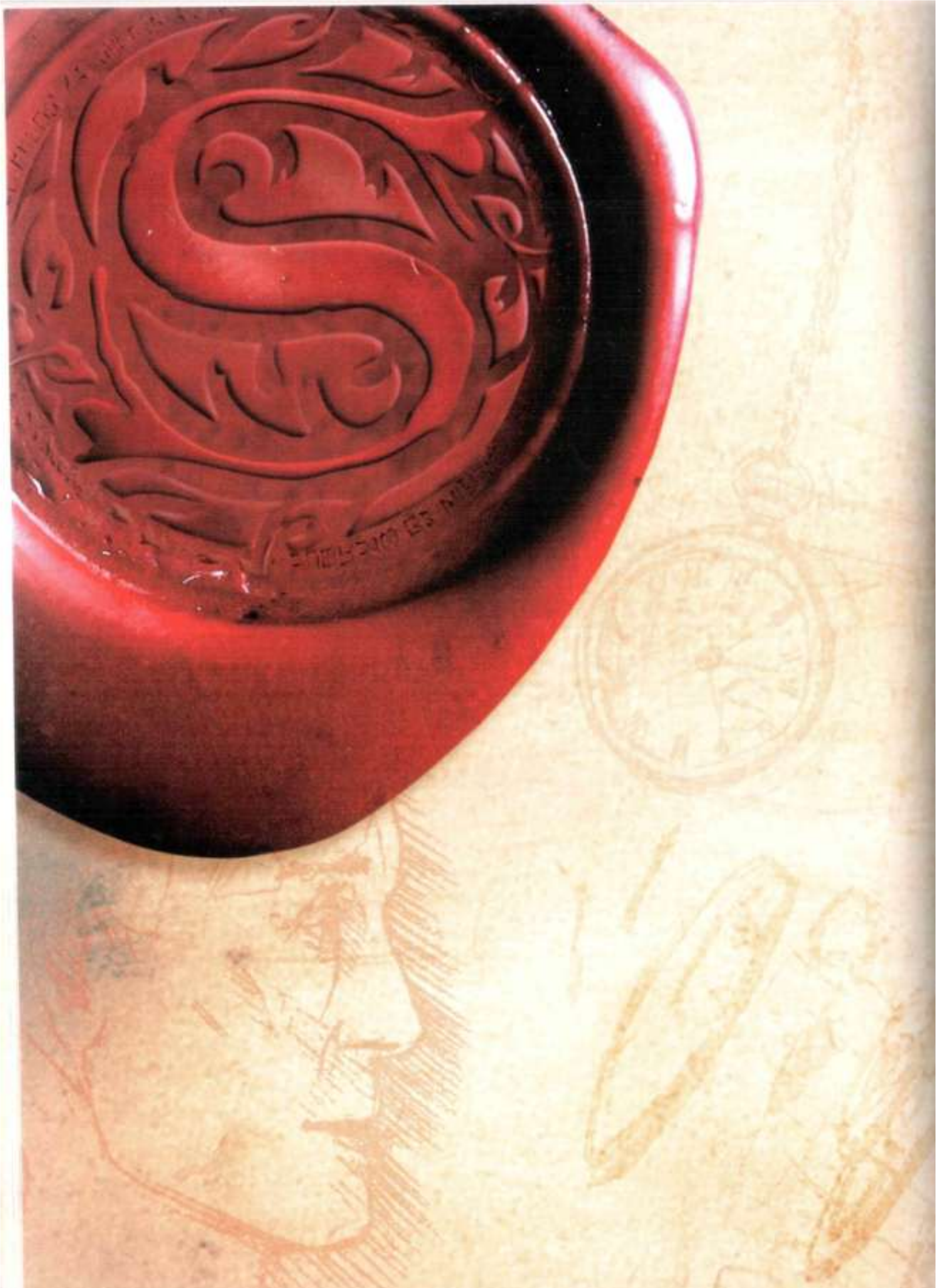
- நீங்கள் என்ன சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை அறிய, நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்று உங்களையே கேட்டுக் கொள்ளுங்கள். நாம் என்ன சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறோம் என்பதை நமக்கு உடனடியாக அறிவிக்கும் சிறந்த சாதனம் நம்முடைய உணர்ச்சிகள்தான்.

- மோசமான உணர்வுடன் இருக்கும் அதே நேரத்தில் நல்ல எண்ணங்களைச் சிந்திப்பது இயலாத காரியம்.

- உங்கள் எண்ணங்கள் உங்களது அலைவரிசையைத் தீர்மானிக்கும். உங்களது உணர்வுகள் நீங்கள் எந்த அலைவரிசையில் இருக்கிறீர்கள் என்பதை உடனடியாக உங்களுக்கு எடுத்துரைக்கும். நீங்கள் மோசமான உணர்வுடன் இருக்கும்போது, மேலும் மோசமான விஷயங்களைக் கவர்ந்திழுக்கும் அலைவரிசையில் இருக்கிறீர்கள். நல்ல உணர்வு நிலையில் இருக்கும்போது, மேலும் நல்ல விஷயங்களைச் சக்தியுடன் கவர்ந்திழுக்கிறீர்கள்.

- இனிய நினைவுகள், இயற்கை, அல்லது உங்கள் உள்ளம் கவர்ந்த இசை போன்ற இரகசிய மனமாற்றிகள், நொடிப்பொழுதில் உங்கள் உணர்வுகளை மாற்றி, உங்கள் அலைவரிசையில் மாற்றம் ஏற்படுத்த வல்லவை.

- அன்பு உணர்வுதான் நீங்கள் வெளிப்படுத்துவதிலேயே மிக உயர்ந்த அலைவரிசை. எவ்வளவு அதிகமான அன்பை உணர்ந்து வெளிப்படுத்துகிறீர்களோ, அவ்வளவு அதிகமான சக்தியை நீங்கள் உற்பத்தி செய்வீர்கள்.



இரகசியத்தைப் பயன்படுத்துவது எப்படி

நீங்கள் ஒரு சிருஷ்டிகர்த்தா. ஈர்ப்பு விதியைப் பயன்படுத்தி நீங்கள் விரும்புவதை உருவாக்க ஒரு சுலபமான செயல்முறை உள்ளது. மாபெரும் ஆசான்களும் அவதாரப் புருஷர்களும் எண்ணற்ற வடிவங்களில் இருக்கும் தங்களுடைய அற்புதமான படைப்புகளின் மூலமாக இப்படிப்பட்டப் படைப்புச் செயல்முறைகளை நம்மோடு பகிர்ந்து கொண்டுள்ளனர். சில சிறந்த ஆசான்கள் பிரபஞ்சம் எப்படி இயங்குகிறது என்பதை எடுத்துரைக்கப் பல கதைகளை உருவாக்கினர். அவர்களின் கதைகளில் உள்ளடங்கி இருந்த ஞானம் வழிவழியாக, பல நூற்றாண்டுகளாகப் பயணித்து, கர்ணபரம்பரைக் கதைகளாயின. இக்கதைகளின் சாராம்சம் வாழ்வியல் உண்மைகள் என்பதை இன்று வாழும் மக்கள் பலரும் உணர்வதில்லை.

ஜேம்ஸ் ரே

உங்களுக்கு அலாவுதீனும் அற்புத விளக்கும் கதை நினைவிருக்கிறதா? அலாவுதீன் விளக்கை எடுத்துத் தேய்த்தவுடன் அதிலிருந்து ஒரு பூதம் கிளம்பும். அப்பூதம் எப்போதும் ஒன்றே ஒன்றைத்தான் கூறும்:

"தங்கள் கட்டளை என் பாக்கியம்!"

தற்போது கூறப்பட்டு வரும் கதையில் அது மூன்றே மூன்று கட்டளைகளைத்தான் நிறைவேற்றும். ஆனால் இக்கதையின் மூலம்வரை சென்று பார்த்தால், கட்டளைகளுக்குக் கணக்கில்லை என்பது புரியும்.

அதைப் பற்றிக் கொஞ்சம் சிந்தியுங்கள்.

இப்பொழுது இந்த உருவகக் கதையை எடுத்து நமது வாழ்வில் பொருத்திப் பார்க்கலாம். இதில் அலாவுதீன்தான் தனக்கு வேண்டியதை எப்போதும் கேட்கிறான் என்பதை நாம் நினைவுபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும். மறுபுறம், பூதத்தின் வடிவில் பிரபஞ்சம். அப்பூதத்தைப் பாரம்பரியம் பல பெயர்களில் அழைத்து வந்துள்ளது. தேவ இரட்சகன், பரப்பிரம்மம். நாம் அதற்கு எந்த அடைமொழி வேண்டுமானாலும் கொடுத்துக் கொள்ளலாம். உங்களுக்கு ஏற்ற ஒன்றை நீங்கள் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளுங்கள். ஆனால் ஒவ்வொரு பாரம்பரியமும் நம்மைவிடப் பெரிய சக்தி ஒன்று இருக்கிறது என்பதைக் கூறி வந்துள்ளது. அப்பூதம் எப்போதும் ஒன்றே ஒன்றைத்தான் கூறும்:

"தங்கள் கட்டளை என் பாக்கியம்!"

உங்களுடைய மொத்த வாழ்க்கையும், அதிலுள்ள ஒவ்வொரு விஷயமும் எப்படி **உங்களால்** உருவாக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பதை இந்த அற்புதமான கதை எடுத்துரைக்கும். இதுவரை உங்களுடைய வாழ்க்கையில் நீங்கள் இட்ட ஒவ்வொரு கட்டளையையும் இந்த அலாவுதீன் பூதம் நிறைவேற்றியுள்ளது. ஈர்ப்பு விதிதான் அப்பூதம். அது எப்போதும் உங்களுடனேயே இருந்து வந்துள்ளது; நீங்கள் சிந்திக்கும், பேசும், செய்யும் ஒவ்வொன்றையும் அப்பூதம் கவனமாகக் கேட்டுக் கொண்டிருக்கிறது. நீங்கள் சிந்திப்பவற்றையெல்லாம் நீங்கள் விரும்புகிறீர்கள் என்றும், நீங்கள் பேசுபவற்றையெல்லாம் நீங்கள் விரும்புகிறீர்கள் என்றும், நீங்கள் மேற்கொள்ளும் செயல்களையெல்லாம் நீங்கள் விரும்புகிறீர்கள் என்றும் அப்பூதம் முடிவு செய்து கொள்கிறது. நீங்கள் பிரபஞ்சத்தின் எஜமான். பூதம் உங்களின் சேவகன். அப்பூதம் உங்களுடைய கட்டளைகளைக் கேள்வி கேட்காமல் ஏற்றுக் கொள்கிறது. நீங்கள் சிந்தித்தவுடனேயே அப்பூதம் உங்களுடைய கட்டளையை நிறைவேற்றுவதற்காக மக்கள், சந்தர்ப்பங்கள் மற்றும் நிகழ்வுகள் மூலமாகப் பிரபஞ்சத்தை உங்களுக்குச் சாதகமாக இயங்க வைக்கத் துவங்குகிறது.

படைப்பியக்கச் செயல்முறை

இரகசியத்தில் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ள படைப்பியக்கச் செயல்முறை, பைபிளின் புதிய ஏற்பாட்டிலிருந்து எடுத்தாளப்பட்டுள்ளது. அது உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் விரும்பிய அனைத்தையும் உருவாக்குவதற்கான சுலபமான வழிகாட்டியாகும். அதில் மூன்று படிகள் உள்ளன.

முதற்படி : கேளுங்கள்

லிசா நிக்கோல்ஸ்

முதற்படி கேட்பது. பிரபஞ்சத்திற்கு ஆணையிடுங்கள். உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்பது பிரபஞ்சத்திற்குத் தெரியட்டும். உங்கள் எண்ணத்திற்குப் பிரபஞ்சம் செயல்விடை அளிக்கும்.

பாப் பிராக்டர்

உங்களுக்கு உண்மையிலேயே என்ன வேண்டும்? உட்கார்ந்து ஒரு காகிதத்தில் உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்று எழுதுங்கள். அதை நிகழ்கால வாக்கியமாக எழுதுங்கள். உங்களுக்கு வாழ்க்கையில் உறவுகள், பணம், நிம்மதி, வேலை போன்ற ஒவ்வொன்றிலும் என்ன வேண்டும், நீங்கள் எப்படி ஆக வேண்டும் என்று விவரித்து, நிகழ்கால வாக்கியமாக எழுதுங்கள். ஒவ்வொரு வாக்கியத்தையும் இப்படித் துவங்குங்கள்: "என் மனம் மகிழ்ச்சியாலும், நன்றிப்பெருக்காலும் நிறைந்துள்ளது. ஏனெனில். . . " (மீதியை நீங்கள் பூர்த்தி செய்து கொள்ளவும்).

உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்பதைத் தேர்வு செய்யும் வாய்ப்பு உங்களுக்கு இருக்கிறது. ஆனால் உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்பது குறித்து நீங்கள் மிகவும் தெளிவாக இருக்க வேண்டும். இது உங்களுடைய வேலை. உங்களிடம் தெளிவு இல்லையெனில், உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அதை ஈர்ப்பு விதியால் கொண்டு வர இயலாது. உங்களுக்கே குழப்பம் இருந்தால் நீங்கள் கலவையான அலைவரிசையை

அனுப்புவீர்கள்; நீங்கள் கவர்ந்திழுப்பவையும் கலவையானவையாகவே இருக்கும். ஒரு வேளை இது உங்களுடைய வாழ்வில் முதல் முறையாக இருக்கலாம். உங்களுக்கு உண்மையிலேயே என்ன வேண்டும் என்று தீர்மானமானமாக முடிவு செய்து கொள்ளுங்கள். நீங்கள் விரும்பியதைப் பெறவும், விரும்பியபடி இருக்கவும், விரும்பியதைச் செய்யவும் எவ்விதத் தடைகளும் இல்லை என்பதை இப்போது நீங்கள் உணர்ந்து கொண்டுள்ளதால், உங்களுக்கு உண்மையிலேயே என்ன வேண்டும் என்று இப்போது கூறுங்கள்.

படைப்பியக்கச் செயல்முறையில் முதற்படி கேட்பது. அதனால் கேட்கப் பழகிக் கொள்ளுங்கள். இப்படிப் போக வேண்டுமா அல்லது அப்படிப் போக வேண்டுமா என்று முடிவு செய்யவேண்டிய ஒரு கட்டத்தில் இருக்கிறீர்கள்; எந்த வழியில் போவது என்று தெரியவில்லையா? கேளுங்கள். இனி நீங்கள் வாழ்க்கையில் எந்த இடத்திலும் தடுமாறி விழத் தேவையில்லை. நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம், கேட்க வேண்டும். அவ்வளவுதான்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

இது படுசுவாரசியமானது. இது பிரபஞ்சத்தை உங்களுடைய பொருட்பட்டியலாக வைத்திருப்பதற்கு ஒப்பானது. அப்பட்டியலைப் புரட்டி, "எனக்கு இந்த அனுபவம் வேண்டும்; அந்தப் பொருள் வேண்டும்; அந்த நபர் மாதிரி ஒருவர் வேண்டும்" என்று கேட்கலாம். பிரபஞ்சத்திடம் நீங்கள் உங்களுக்கு வேண்டியவற்றைத் தொகுத்தளிக்கிறீர்கள். அவ்வளவு சுலபம் இது.

நீங்கள் மீண்டும் மீண்டும் கேட்கத் தேவையில்லை. ஒரு தடவை கேட்டால் போதும். பொருட்பட்டியலைப் பார்த்துத் தேர்ந்தெடுப்பது போலத்தான் இதுவும். அதிலும் நமக்கு வேண்டியவற்றை ஒருமுறைதானே தேர்ந்தெடுப்போம்? ஒருமுறை கேட்டுவிட்டு, சந்தேகப்பட்டு மறுமுறை, அதன்பின் இன்னொரு முறை என்று அதே பொருளை நாம் கேட்பதில்லையே. படைப்பியக்கச் செயல்முறையிலும் அதே போலத்தான் செயல்பட வேண்டும். முதற்படி, உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அதைப் பற்றித் தெளிவாக இருப்பது. தெளிவாகும்போது, அது நீங்கள் ஏற்கனவே அதைக் கேட்டதற்குச் சமமாகி விடுகிறது.

இரண்டாம் படி : நம்புங்கள்

லிசா நிக்கோல்ஸ்

நம்புவது இரண்டாவது படி. நீங்கள் விரும்பியது எதுவோ அது ஏற்கனவே உங்களுடையயாதாகிவிட்டதென்று நம்புங்கள். நான் அதை, அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை என்றழைக்கிறேன். கண்ணுக்குப் புலப்படாத ஒன்றின்மீது இருக்கும் நம்பிக்கை.

ஏற்கனவே அதைப் பெற்றுவிட்டதாக நீங்கள் நம்ப வேண்டும். கேட்டக் கணத்தில் நீங்கள் விரும்பியது உங்களுடையதாகிவிட்டதாக நீங்கள் நம்ப வேண்டும். உங்களுக்கு முழு நம்பிக்கை இருக்க வேண்டும். நீங்கள் ஒரு பொருட்பட்டியலிலிருந்து எதையாவது கேட்டிருந்தால், அது கண்டிப்பாக வரும் என்று உங்களுக்குத் தெரியும் என்ற காரணத்தால், அது குறித்து மேலும் கவலைப்படாமல் உங்கள் வாழ்க்கையைத் தொடர்வீர்கள் இல்லையா?

> *"நீங்கள் விரும்புவது ஏற்கனவே உங்களுடையதாகி*
> *விட்டதாக நினைத்துக் கொள்ளுங்கள்.*
> *தேவைப்படும்போது அது உங்களை வந்தடையும்*
> *என்று நம்பிக்கையோடு இருங்கள். பின் அது தானாக*
> *வரட்டும் என்று காத்திருங்கள். அதைக் குறித்து*
> *எரிச்சலடையாதீர்கள், கவலை கொள்ளாதீர்கள். அது*
> *நம்மிடம் இல்லையே என்று எண்ணாதீர்கள். அது*
> *உங்களுடையது என்று, உங்களுக்குச் சொந்தமானது*
> *என்று, உங்கள் வசம் ஏற்கனவே வந்து*
> *சேர்ந்துவிட்டது என்று எண்ணிக் கொள்ளுங்கள்."*
>
> ***ராபர்ட் கோல்லியர்*** (1885-1950)

நீங்கள் முதலில் கேட்டு, பின் நம்பிக்கை வைத்து, கண்ணுக்குப் புலப்படாத உலகில் அது ஏற்கனவே உங்கள் வசம் இருப்பதாக அறிந்து கொள்ளும் கணத்தில் அதை உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்க மொத்தப் பிரபஞ்சமுமே இடம்பெயரும். அதை இக்கணமே பெறுவது போல

நீங்கள் நடந்து கொள்ள வேண்டும், பேச வேண்டும், சிந்திக்க வேண்டும். ஏன் அப்படிச் செய்ய வேண்டும்? பிரபஞ்சம் ஒரு கண்ணாடி போன்றது. உங்களது ஆதிக்க எண்ணங்களை ஈர்ப்பு விதி பிரதிபலித்து உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்கும். அதனால் அதை ஏற்கனவே பெற்று விட்டதுபோல உங்களை உருவகப்படுத்திக் கொள்வது பொருத்தம்தானே? உங்களுடைய எண்ணங்களில் அது இன்னும் வந்து சேரவில்லை என்பது தொக்கி நின்றால், அது தொடர்ந்து உங்களிடம் வந்து சேராத நிலையில்தான் இருந்து கொண்டேயிருக்கும். அதனால் அது ஏற்கனவே உங்களிடம் இருப்பதாக நீங்கள் நம்ப வேண்டும். அதை நீங்கள் பெற்றுக் கொண்டதாக நம்ப வேண்டும். அப்படி நீங்கள் செய்யும் போது, நீங்கள் அதைப் பெறுவதற்காக, ஈர்ப்பு விதி, அனைத்துச் சந்தர்ப்பங்களையும், மக்களையும், நிகழ்வுகளையும் சக்தியுடன் இயக்கும்.

ஒரு விடுமுறையைப் பதிவு செய்யும்போதோ, ஒரு புதிய கார் வாங்க விண்ணப்பிக்கும்போதோ, ஒரு வீடு வாங்கும்போதோ அவை உங்களுக்குத்தான் என்பதை அறிவீர்கள் இல்லையா? அதே விடுமுறையை அதே காலகட்டத்திற்கு மீண்டும் பதிவு செய்யவோ, அல்லது இன்னொரு காரையும் வீட்டையும் வாங்கவோ மாட்டீர்கள் இல்லையா? நீங்கள் லாட்டரியில் வென்றாலோ, பரம்பரைச் சொத்து ஒன்றைப் பெற்றாலோ, அப்பணம் கைக்கு வருமுன்பே அது உங்களுடையது என்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள். உங்களுடையதுதான் என்ற நம்பிக்கை உணர்வு அது. நீங்கள் விரும்பும் பொருளை, அது உங்களுடையது என்று நம்பி உணர்ந்து, அதை உங்களுடையதாக்கிக் கொள்ளுங்கள். அப்படி நீங்கள் செய்யும்போது நீங்கள் அதைப் பெறுவதற்காக ஈர்ப்பு விதி, அனைத்துச் சந்தர்ப்பங்களையும், மக்களையும், நிகழ்வுகளையும் சக்தியுடன் இயக்கும்.

அந்த நம்பும் கட்டத்தை எப்படி அடைவது? முதலில் நம்புவது மாதிரிப் பாவனை செய்யுங்கள். ஒரு குழந்தையைப் போலப் பாவனை விளையாட்டில் ஈடுபடுங்கள். அது ஏற்கனவே உங்களிடம் இருப்பது போல நடந்து கொள்ளுங்கள். போலி நடிப்பில் ஈடுபடும்போது, அதைப் பெற்றுவிட்டது போல் நீங்கள் நம்பத் துவங்கி விடுவீர்கள். நீங்கள் கேட்கும்போது மட்டுமல்லாது, எல்லாச் சமயங்களிலும் அலாவுதீன் பூதம் உங்களுடைய ஆதிக்க எண்ணங்களுக்கு ஏற்பச் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறது. அதனால்தான் உங்களுக்கு வேண்டியதைக் கேட்ட பிறகு, நீங்கள் தொடர்ந்து நம்புவதையும், வருமென்று தெரிந்திருப்பதையும் தொடர வேண்டியது அவசியமாகிறது. அதனால்

நம்பிக்கை கொள்ளுங்கள். உங்களிடம் ஏற்கனவே உள்ளது முழுவதும் அதன் அடித்தளமாக உள்ள விசுவாசமும்தான் உங்களுடைய மாபெரும் சக்தி. உங்களுக்கு வேண்டியதைப் பெற்றுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று நம்பத் துவங்கியவுடன் மாயாஜாலம் உங்கள் கண்முன் விரியப் போவதைப் பார்க்கத் தயாராகிக் கொள்ளுங்கள்!

> "உங்களது எண்ணத்தில் உங்களுக்கு எது வேண்டுமோ அதைப் பெறுவதற்கான இடத்தை ஒதுக்க நீங்கள் அறிந்திருக்கும் பட்சத்தில், அதை நீங்கள் பெறலாம். உங்கள் வழியாக இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் படைப்புச் சக்தியை உபயோகிக்கக் கற்றுக் கொண்டால், நனவாக முடியாத கனவே இருக்காது. ஒருவருக்கு வேலை செய்யும் வழிமுறைகள், எல்லோருக்குமே வேலை செய்யும். அதிகாரத்திற்கான திறவுகோல், உங்களிடம் ஏற்கனவே இருப்பவற்றைச் சுதந்திரமாக, முழுவதுமாக உபயோகிப்பதில் இருக்கிறது; இன்னும் அதிகமான படைப்புச் சக்தி உங்கள் மூலமாகப் பரவும் விதத்தில் உங்களுடைய மனத்தை இன்னும் விசாலப்படுத்திக் கொள்வதில் இருக்கிறது."

ராபர்ட் கோல்லியர்

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

நீங்கள் வேண்டுவதை உங்களுக்கு நிகழ்த்தித் தருவதற்காகப் பிரபஞ்சம் தன் இருத்தலையே இடம்பெயரச் செய்யத் துவங்கும்.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

நம்மில் பலரும் நமக்கு உண்மையாகவே எது வேண்டும் என்ற விருப்பத்தை நம்முள் ஒருபோதும் அனுமதித்தது இல்லை. அது நம் வாழ்க்கையில் எப்படித் தோன்றப் போகிறது என்பதை நம்மால் பார்க்க முடியாமல் இருப்பதுதான் அதற்குக் காரணம்.

பாப் பிராக்டர்

நீங்கள் கொஞ்சம் ஆய்வில் ஈடுபட்டால், வரலாற்றில் இதுவரை சாதனைகள் புரிந்துள்ள எவரும் தாங்கள் அச்சாதனைகளை எப்படிச் செய்யப் போகிறோம் என்று அறிந்திருக்கவில்லை என்பது புலப்படும். தாங்கள் அதைச் செய்யப் போகிறோம் என்பதை மட்டுமே அவர்கள் அறிந்திருந்தனர்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

நீங்கள் விரும்புபவை உங்கள் வாழ்வில் எப்படி உதிக்கப் போகின்றன என்பதை நீங்கள் அறிந்து கொள்ள வேண்டியதில்லை. அதைச் செய்வதற்காகப் பிரபஞ்சம் தன்னையே எப்படி இடம்பெயர வைத்துக் கொள்ளப் போகிறது என்பதையும் நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியதில்லை.

நீங்கள் விரும்பும் விஷயங்கள் எப்படி நிகழப் போகின்றன, பிரபஞ்சம் அவற்றை எப்படி உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்கப் போகிறது என்பது உங்களுக்குத் தேவையில்லாத விஷயம். அது உங்களுடைய வேலையும் கிடையாது. உங்களுக்காகப் பிரபஞ்சம் அதைச் செய்ய அனுமதியுங்கள். அது எப்படி நிகழப் போகிறது என்பதை நீங்கள் அறிய முற்படும்போது, உங்களிடம் அது ஏற்கனவே இருக்கிறது என்று நீங்கள் நம்பாத நிலையை, நம்பிக்கையின்மையை உள்ளடக்கிய அலைவரிசையை ஒளிபரப்புகிறீர்கள். நீங்கள்தான் அதைச் செய்தாக வேண்டும் என்று நினைக்கிறீர்கள். அதாவது, உங்களுக்காகப் பிரபஞ்சம் அதைச் செய்து கொடுக்கும் என்று நீங்கள் நம்பவில்லை. படைப்பியக்கச் செயல்முறையைப் பொறுத்தவரை 'எப்படி' என்பது முழுக்க முழுக்கப் பிரபஞ்சத்தின் தனி ஆவர்த்தனம். அதில் உங்களுக்குத் துளிக்கூடப் பங்கு கிடையாது.

பாப் பிராக்டர்

எப்படி என்பது முதலில் உங்களுக்குத் தெரியாமல் இருக்கும். பின் அது உங்களுக்குக் காண்பிக்கப்படும். அவ்வழியை நீங்கள் கவர்ந்திழுப்பீர்கள்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

நாம் பிரபஞ்சத்திடம் விண்ணப்பித்திருந்தவற்றை நம்மால் பார்க்க முடியவில்லை என்றால், பெரும்பாலான சமயங்களில் நமக்கு வெறுப்பு ஏற்படுகிறது. சந்தேகம் தலைதூக்கத் தொடங்குகிறது. அச்சந்தேகம் ஏமாற்ற உணர்வைத் தோற்றுவிக்கிறது. அச்சந்தேகத்தை தூக்கி எறியுங்கள். அந்த ஏமாற்ற உணர்வு ஏற்படுவது தவிர்க்க முடியாதது என்பதைப் புரிந்துகொண்டு, அதற்குப் பதிலாக அவ்விடத்தில் "நான் கேட்டது வந்து கொண்டிருக்கிறது என்பதை நான் அறிவேன்," என்ற அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை உணர்வை அரியணை ஏற்றுங்கள்.

மூன்றாம் படி : பெறுங்கள்

லிசா நிக்கோல்ஸ்

மூன்றாவதான கடைசிப் படி பெறுதல் ஆகும். நீங்கள் கேட்டது கிடைக்கும்போது உங்களுக்கு ஏற்படவிருக்கும் உணர்வு குறித்து அற்புதமாக உணரத் துவங்குங்கள். அது வந்து சேரும்போது எப்படி உணர்வீர்களோ அதே உணர்வை இப்போதே ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். அதை இக்கணத்தில் உணருங்கள்.

மார்சி ஷைமாஃப்

இச்செயல்முறையில் நன்றாக உணர்தலும், மகிழ்வாக இருத்தலும் மிக முக்கியமானவை. ஏனெனில் நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக உணரும்போது, உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அந்த அலைவரிசையில் நீங்கள் உங்களை வைத்துக் கொள்கிறீர்கள்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

இது உணர்வுபூர்வமான பிரபஞ்சம். உணர்வுபூர்வமான அடித்தளம் இல்லாமல், நீங்கள் வெறும் அறிவுபூர்வமாக ஒன்றை நம்பினால், அதைக் கவர்ந்திழுக்கப் போதுமான சக்தி உங்களிடம் இருக்காது. அதனால் நீங்கள் உணர்வுபூர்வமாக இருந்தே ஆக வேண்டியது கட்டாயம்.

பிரபஞ்சத்திடம் ஒருமுறை கேளுங்கள். நீங்கள் பெற்றுக் கொண்டுவிட்டதாக நம்புங்கள். பின்னர் அதை ஏற்றுக் கொள்ள நீங்கள் செய்யவேண்டியதெல்லாம் நல்ல மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் இருப்பதுதான். மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் இருக்கும்போது, பெற்றுக் கொள்ளும் அலைவரிசையில் இருப்பீர்கள். சிறப்பான அனைத்தும் உங்களை நோக்கி வரும் அலைவரிசையில் இருப்பீர்கள். கேட்டதைப் பெறுவீர்கள். பெற்றுக் கொண்டால் மகிழ்ச்சியாக உணரும் ஒன்றைத்தானே கேட்பீர்கள்? அதனால் அந்த மகிழ்ச்சியாக உணரும் அலைவரிசையில் ஐக்கியமாகுங்கள். நீங்கள் வேண்டுவது கண்டிப்பாக உங்களுக்குக் கிடைக்கும்.

அந்த அலைவரிசைக்கு நீங்கள் போய்ச் சேருவதற்கான விரைவான வழி இப்படிக் கூறுவதுதான்: "நான் அதை இப்போது பெற்றுக் கொண்டிருக்கிறேன். வாழ்வின் அத்தனைச் சிறப்புகளும் என்னை வந்தடைகின்றன. நான் இப்போது இதை... (நீங்கள் பெற விரும்புவதை இங்கு இட்டு நிரப்பிக் கொள்ளவும்) பெற்றுக் கொண்டிருக்கிறேன்." அந்த உணர்வைக் கொண்டு வாருங்கள். வேண்டியது கிட்டிவிட்டது போன்றே உணருங்கள்.

எனக்குத் தெரிந்தவரை, தான் விரும்புபவற்றை ஆற்றலுடன் தருவித்துக் கொள்பவர்களில் என்னுடைய சினேகிதி மார்சியும் ஒருவர். அவர் எல்லாவற்றையும் உணர்வுபூர்வமாக உணர்வார். தான் கேட்டது தன்னிடம் ஏற்கனவே இருப்பது போன்ற உணர்வை அவர் கொண்டிருப்பார். எப்படி, எப்போது, எவ்விடம் போன்ற கேள்விகளால் அவர் தன்னைக் குழப்பிக் கொள்வதில்லை. அவர் கிடைத்துவிட்டது போல உணர்வார். அது கிடைத்துவிடும்.

அதனால் இப்போது மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் இருங்கள்.

பாப் பிராக்டர்

உங்களால் சாதாரண எண்ணக் குதிரையை நிஜக்குதிரையாக மாற்ற முடிகிறபோது, பெரிய பெரிய மனக்கோட்டைகளைக் கட்டும் நிலையை அடைந்து விடுகிறீர்கள். அதுதான் என் நண்பரே, படைப்பியக்கச் செயல்பாடு.

"மேலும், நீங்கள் விசுவாசமுள்ளவர்களாய் ஜெபத்திலே எவைகளைக் கேட்பீர்களோ அவைகளையெல்லாம் பெறுவீர்கள் என்றார்."

மத்தேயு 21 : 22

"ஆதலால், நீங்கள் ஜெபம் பண்ணும்போது எவைகளைக் கேட்டுக்கொள்வீர்களோ, அவைகளைப் பெற்றுக் கொள்வோம் என்று விசுவாசியுங்கள், அப்பொழுது அவைகள் உங்களுக்கு உண்டாகும் என்று சொல்லுகிறேன்."

மாற்கு 11 : 24

பாப் டாயில்

ஈர்ப்பு விதியைப் படித்தறிந்து அதைப் பயன்படுத்துதல், நீங்கள் விருப்பம் கொண்டிருக்கும் ஒன்றை இப்போதே பெற்றிருக்கும் உணர்வை உண்டாக்க எது தேவை என்று கண்டுகொள்ள உதவும். கார் விற்பனை நிலையத்திற்குச் சென்று, உங்களுக்குப் பிடித்த அந்தக் காரை ஓட்டிப் பாருங்கள். நீங்கள் வாங்க விரும்பும் அந்த வீட்டினுள் நுழைந்து அறை அறையாகச் சுற்றிப் பாருங்கள். அது இப்போதே உங்களுக்குச் சொந்தமாகிவிட்டது போன்ற உணர்வைப் பெற உங்களுக்கு எதுவெல்லாம் தேவையோ அதையெல்லாம் செய்யுங்கள். அந்த உணர்வை அப்படியே நினைவில் வைத்திருங்கள். அதை அடைய நீங்கள் மேற்கொள்ளும் செயல்கள் அனைத்தும் அது உங்களை வந்தடைய உங்களுக்கு வெகுவாக உதவும்.

இக்கணத்தில் அதைப் பெற்றிருப்பது போல நீங்கள் உணர்வதால், அந்த உணர்வு மகிழ்ச்சியான உணர்வாக இருப்பதால், அது வந்துசேர்ந்து விட்டது என்று நீங்கள் நம்புவதால், அது கண்டிப்பாக உங்களை வந்தடையும்.

பாப் டாயில்

அது ஒருவேளை நீங்கள் கண்விழிக்கும்போது உங்கள் முன்னால் இருக்கலாம். அதாவது, அது உங்களது வாழ்க்கையில் வந்து சேர்ந்துவிட்டது என்று அர்த்தம்.

அல்லது அதை அடையச் செயல்படுவதற்கான ஓர் உத்வேகமான எண்ணம் உங்களுக்குத் தோன்றலாம். அப்போது, "அதை இப்படிச் செய்யலாம்தான். ஆனால் அப்படிச் செய்வதை நான் வெறுக்கிறேன்" என்று கண்டிப்பாகக் கூறக்கூடாது. அப்படிச் செய்தால் நீங்கள் சரியான வழியில் போகவில்லை என்று அர்த்தம்.

சமயங்களில் நீங்கள் ஏதாவது நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டியிருக்கலாம். பிரபஞ்சம் உங்களுக்கு அதைக் கொண்டுவர முயன்று கொண்டிருக்கும் அதே போக்கில் நீங்களும் ஈடுபட்டால், அது உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியான உணர்வைக் கொடுக்கும். உயிர்த்துடிப்புடன் இருப்பதாக உணர்வீர்கள். நேரம் அப்படியே ஸ்தம்பித்து விடும். அதை நாட்பூராவும் செய்துகொண்டு இருக்கச் சொன்னாலும் நீங்கள் செய்வீர்கள்.

நடவடிக்கை என்றால், ஒரு சிலருக்கு "வேலை" என்று பொருள் படலாம். ஆனால் உத்வேகமான செயல்பாடு, ஒரு வேலை போல ஒருபோதும் இருக்காது. சாதாரண நடவடிக்கைக்கும் உத்வேகமான செயல்பாட்டிற்கும் வித்தியாசம் உள்ளது. ஒன்றைப் பெற்றுக் கொள்வதற்காகச் செயலில் குதிப்பது உத்வேகச் செயல்பாடு. ஒன்றை நிகழ்த்துவதற்காக முயற்சித்து, அதற்காகச் செயலில் இறங்கினால், பின்னோக்கிப் போய்க்கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று பொருள். உத்வேகமான செயல்பாட்டிற்கு முயற்சி தேவைப்படுவதில்லை; நீங்கள் அற்புதமாக உணர்வீர்கள். ஏனெனில் பெற்றுக் கொள்ளும் அலைவரிசையில் நீங்கள் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

உங்கள் வாழ்க்கையை ஒரு வளைந்தோடும் நதியாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். ஒன்றை நிகழ வைப்பதற்காகச் செயலில் குதிக்கும் போது, நீங்கள் நதியின் நீரோட்டத்திற்கு எதிராகச் செல்வது போல உணர்வீர்கள். அது சிரமமானதாகவும், போராட்டங்கள் நிறைந்ததாகவும் இருக்கும். பிரபஞ்சத்திலிருந்து பெறுவதற்காகச் செயலில் குதிக்கும் போது, அது நதியின் போக்கோடு செல்வதற்குச் சமானம். அதற்கு முயற்சி ஏதும் தேவைப்படாது. அப்படிப்பட்ட உணர்வுதான் உத்வேகமான செயல்பாட்டில், வாழ்க்கை மற்றும் பிரபஞ்சப் போக்கில் போகும்போது ஏற்படும்.

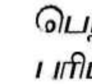
அதைப் பெற்றுக் கொள்ளும் வரை, 'செயலில்' இறங்கியிருந்தோம் என்ற நினைவுகூட உங்களுக்கு ஏற்பட்டிருக்காது. ஏனெனில் அச்செயல்பாடு அவ்வளவு தூரம் மகிழ்வான உணர்வை அளித்திருக்கும். பின்னர் உட்கார்ந்து அசை போட்டுப் பார்க்கும்போது, நீங்கள் விரும்பியதை அடைய, பிரபஞ்சம் எவ்வாறெல்லாம் உங்களை வழிநடத்திச் சென்றுள்ளது, நீங்கள் விரும்பியதை எவ்விதமாக உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்த்தது என்று வியந்து போவீர்கள்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

பிரபஞ்சத்திற்குப் பிடித்தது விரைவான உடனடி நடவடிக்கை. ஒருபோதும் தாமதிக்காதீர்கள். இப்படி இருக்குமோ, அப்படி இருக்குமோ என்று ஊகிக்க முனையாதீர்கள். சந்தேகப்படாதீர்கள். சந்தர்ப்பம் வரும்போது, இப்போதே செயல்படவேண்டும் என்னும் நச்சரிப்பு உணர்வு வரும்போது, உள்ளுணர்வு இதைச் செய் என்று தூண்டும்போது உடனடியாகச் செயல்படுங்கள். அதுதான் உங்கள் வேலை. நீங்கள் செய்ய வேண்டியது அதை மட்டும்தான்.

உங்கள் உள்ளுணர்வை நம்புங்கள். உங்களைத் தூண்டுவது பிரபஞ்சம். பெற்றுக் கொள்ளும் அலைவரிசையில் உங்களோடு பிரபஞ்சம் தகவல் பரிமாற்றம் செய்து கொள்கிறது. உங்களிடம் உள்ளுணர்வுபூர்வமான அல்லது உத்வேகத் தூண்டுதலான உணர்வு ஏற்பட்டால் உடனடியாக அதை நிறைவேற்றுங்கள். நீங்கள் கேட்டவற்றை நீங்கள் பெறுவதற்காக, காந்தசக்தியுடன் பிரபஞ்சம் உங்களைக் கைப்பிடித்து அழைத்துச் செல்வதை உணர்வீர்கள்.

பாப் பிராக்டர்



உங்களுக்குத் தேவையான அனைத்தையும் நீங்கள் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். அது பணமாக இருந்தால் பணத்தை ஈர்ப்பீர்கள். அது மக்கள் என்றால், அதையும் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். அது ஒரு குறிப்பிட்ட புத்தகம் என்றால் அதையும் உங்களை நோக்கி ஈர்ப்பீர்கள். நீங்கள் எதைக் கவர்ந்து இழுக்கிறீர்கள் என்பது குறித்துக் கவனமாய் இருத்தல் நல்லது. ஏனெனில் நீங்கள் விரும்பியவற்றின் உருவத்தை மனத்தில் இருத்திக் கொள்ளும்போது, அவற்றை நோக்கி நீங்கள் கவரப்படுகிறீர்கள். அவை உங்களை

நோக்கிக் கவரப்படுகின்றன. அவை உங்களுடன், உங்கள் மூலமாகப் பௌதீக யதார்த்தத் தளத்தை வந்தடைகின்றன. அதை இயக்குவது ஈர்ப்பு விதி.

நீங்கள் அனைத்தையும் உங்களை நோக்கி இழுக்கும் ஒரு காந்தம் என்பதை நினைவில் வைத்திருங்கள். உங்களுக்கு என்ன தேவை என்பதைத் தெளிவாக உங்கள் மனத்தில் இருத்தும்போது, அப்பொருட்களை உங்கள் வசம் ஈர்க்கும் காந்தமாக நீங்கள் மாறிவிடுகிறீர்கள். பதிலுக்கு நீங்கள் விரும்பும் பொருட்கள் உங்களை நோக்கிக் காந்தசக்தியால் கவரப்படுகின்றன. ஈர்ப்பு விதி நீங்கள் விரும்பியவற்றை உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்ப்பதைக் கண்டு உணர்ந்து, அதை எவ்வளவு அதிகமாக நடைமுறையில் தொடர்ந்து பயன்படுத்துகிறீர்களோ அவ்வளவு பெரிய காந்தமாக நீங்கள் மாறுவீர்கள். ஏனெனில் நீங்கள் நம்பிக்கை, விசுவாசம், மற்றும் அறிதல் ஆகியவற்றின் சக்தியை இதற்கு ஊட்டுகிறீர்கள்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

நீங்கள் எதுவும் இல்லாத நிலையிலிருந்து துவக்கலாம். அதிலிருந்து, வழி ஏதுமற்ற அந்த நிலையிலிருந்து, ஒரு வழி பிறக்கும்.

உங்களுக்குத் தேவைப்படுபவையெல்லாம் நீங்களும், பொருட்களை உங்களுக்குத் தருவித்துத் தரக்கூடிய உங்கள் சிந்தனைத் திறனும் மட்டும் தான். மனித வரலாறு முழுவதும் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட, படைக்கப்பட்ட அனைத்துமே ஒரே ஒரு சிந்தனையிலிருந்துதான் துவங்கின. அந்த ஒரு சிந்தனையிலிருந்து வழி பிறந்தது; புலப்படா தளத்திலிருந்து, புலப்படும் தளத்திற்கு அவை வந்து சேர்ந்தன.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

இரவில் சென்று கொண்டிருக்கும் ஒரு காரைக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். அக்காரின் விளக்கு வெளிச்சம் நூறு, இருநூறு அடி தொலைவு வரைதான் தெரியும். ஆனால் அதன் உதவியுடன், இருட்டில் உங்களால் கலிபோர்னியாவிலிருந்து நியூ யார்க் வரை சென்றுவிட முடியும். ஏனெனில் உங்களுக்குத் தெரிய வேண்டியது எல்லாம் அடுத்த இருநூறு அடிகள் மட்டும்தான்.

அப்படித்தான் வாழ்க்கையும் நம் கண்முன் விரிகிறது. அதற்கு அடுத்த இருநூறு அடி நம் கண்முன் விரியும், அதற்குப்பின் அதற்கு அடுத்த இருநூறு அடி என்று நம்பினால் போதும், உங்கள் வாழ்க்கை தொடர்ந்து உங்கள் கண்முன் விரிந்து கொண்டே வரும். இறுதியாக நீங்கள் உண்மையில் எங்கு சென்று அடைய வேண்டும் என்று விரும்பினீர்களோ அவ்விடத்தை அடைந்து விடுவீர்கள். ஏனெனில் நீங்கள் விரும்பியிருந்தது அதைத்தானே?

பிரபஞ்சத்தை நம்புங்கள், விசுவாசமாயிருங்கள். பற்றுறுதி கொள்ளுங்கள். நம்பிக்கை வையுங்கள். இரகசியம் பற்றிய அறிவை நான் எப்படி திரைக்குக் கொண்டுவரப் போகிறேன் என்பது குறித்து எனக்குத் துளிக்கூட யோசனை இருக்கவில்லை. கடைசியாக அது எப்படி இருக்க வேண்டும் என்ற காட்சியை மனக்கண்ணில் நிலை கொள்ளச் செய்தேன்; அதைத் தெள்ளத் தெளிவாக என் மனத்தில் பார்த்தேன்; என் முழு ஆற்றலுடன் அதை உணர்ந்தேன். **இரகசியம்** திரைப்படத்தை உருவாக்கத் தேவையான அனைத்தும் எங்களிடம் வந்து சேர்ந்தன.

> "முதலடியை நம்பிக்கையுடன் எடுத்து வையுங்கள்.
> மொத்த மாடிப்படியையும் நீங்கள் பார்க்க வேண்டியது
> இல்லை. வெறுமனே முதலடி எடுத்து வையுங்கள்."
> ***டாக்டர் மார்ட்டின் லூதர் கிங் ஜூனியர்*** (1929-1968)

இரகசியமும் உங்களது உடலும்

தாங்கள் அதிகப் பருமனாக இருப்பதாக உணர்பவர்களும், எடையைக் குறைக்க வேண்டும் என்று விரும்புபவர்களும், படைப்பாற்றல் செயல்முறையை எவ்வாறு உபயோகிக்கலாம் என்பது பற்றி இப்போது பார்க்கலாம்.

முதலில் ஒன்றைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். எடைக்குறைப்பு என்பதில் நீங்கள் உங்களது முழுக்கவனத்தையும் செலுத்தினால், இன்னும் அதிகமாக எடையைக் குறைக்க வேண்டிய சூழலை நீங்கள் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். அதனால், 'எடையைக் குறைக்க வேண்டும்' என்ற எண்ணத்தை மனத்தில் இருந்து தூக்கி எறிந்து

விடுங்கள். இக்காரணத்தால்தான் உணவைக் குறைத்து உடல் எடையைக் கட்டுப்படுத்தும் முறைகள் பலன் தருவதில்லை. உங்கள் கவனம் எடைக் குறைப்பில் இருப்பதால் தொடர்ந்து எடையைக் குறைத்துக் கொண்டேயிருக்க வேண்டிய நிலையை நீங்கள் கவர்ந்திழுக்கிறீர்கள்.

இரண்டாவதாக அறிய வேண்டியது, அதிகப் பருமனாக இருக்கும் நிலை உங்கள் எண்ணங்கள் மூலம் உருவானதுதான் என்பது. இதை வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், யாராவது ஒருவர் அதிகப் பருமனாக இருந்தால், அந்த நபர் அறிந்துள்ளாரோ இல்லையோ, அது 'பருமன் குறித்த அவரது எண்ணங்களில்' இருந்துதான் வருகிறது. ஒருவர் ஒல்லியாக இருத்தல் குறித்த எண்ணங்களைக் கொண்டிருக்கும்போது, அவரால் பருமனாக இருக்க முடியாது. ஈர்ப்பு விதியின் நியதி அப்படி!

தைராய்டு சுரப்பி மெதுவாக வேலை செய்கிறது, வளர்சிதை மாற்றம் மெதுவாக இருக்கிறது, அல்லது உடல்வாகு பரம்பரைப் பரம்பரையாக வருவது என்று கூறப்படுபவை எல்லாம் மாறுவேடம் தரித்து வரும் 'பருமன் குறித்த எண்ணங்கள்'தான். இப்படிப்பட்டக் கருத்துக்களில் ஏதாவது ஒன்று உங்களுக்குப் பொருந்தும் என்று நீங்கள் ஏற்றுக் கொண்டு அதை நம்பினால், அது உங்களது அனுபவமாக மாறிவிடும்; நீங்கள் தொடர்ந்து பருமனாக இருந்து வரும் சூழலை உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுப்பீர்கள்.

எனக்கு இரண்டு குழந்தைகள் பிறந்த பிறகு, என் உடல் எடை கூடிவிட்டது. பெண்களுக்குக் குழந்தை பிறந்த பிறகு எடையைக் குறைப்பது சிரமம், அதுவும் இரண்டாவது குழந்தைக்குப் பிறகு மிக மிகச் சிரமம் என்ற தகவல்களைப் படித்ததாலும், காது கொடுத்துக் கேட்டதனாலும் எனக்கு இது ஏற்பட்டது என்பதை நான் அறிவேன். அத்தகைய 'பருமன் குறித்த எண்ணங்களை' நான் வலிந்து கூவி அழைத்து என் அனுபவமாக்கிக் கொண்டேன். நான் உண்மையிலேயே பருமனானேன். அதைக் குறித்துக் கவனம் செலுத்தச் செலுத்த மேலும் மேலும் பருமனானேன். பருமனை நான் கவர்ந்து இழுத்தேன். என் சிறிய உருவத்தில் 143 பவுண்ட் எடை மிகவும் பருமனாகத் தெரிந்தது. இவை அனைத்தும் நான் கொண்டிருந்த 'பருமன் குறித்த எண்ணங்களால்'தான் விளைந்தன.

எடை கூடுவதற்கு உணவுதான் காரணம் என்பது பொதுவான எண்ணமாகும். நானும் என் எடை கூடியதற்குக் காரணம் உணவுதான் என்று எண்ணினேன். இத்தகைய நம்பிக்கையால் எவ்விதப் பலனும் இல்லை. இப்போது நினைத்துப் பார்த்தால் அபத்தமாக இருக்கிறது.

எடை கூடுவதற்குக் காரணம் உணவு அல்ல. எடை கூடுவதற்கு உணவுதான் காரணம் என்னும் உங்களது எண்ணம்தான் அதற்குக் காரணம். எண்ணங்கள்தான் எல்லாவற்றிற்கும் மூல காரணம் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். மற்றவையெல்லாம், அந்த எண்ணத்தின் விளைவாக ஏற்படுபவையே. கச்சிதமான எண்ணங்களைச் சிந்தியுங்கள்; அதன் விளைவு கச்சிதமான எடையாகத்தான் இருக்க முடியும்.

நம்மைக் கட்டுப்படுத்தும் எண்ணங்கள் அனைத்தும் நம்மை விட்டு விலகட்டும். உணவு உங்கள் எடை கூடுவதற்கான காரணமாகாது, அப்படி நீங்கள் சிந்திக்காதவரை.

கச்சிதமான எடை என்பது உங்களுக்கு நல்ல உணர்வை ஊட்டும் எடைதான். மற்ற எவருடைய அபிப்பிராயமும் இங்கு முக்கியமல்ல. எந்த எடை உங்களுக்கு நல்ல உணர்வை ஊட்டுகிறதோ அதுதான் முக்கியம்.

ஒல்லியாக இருந்து கொண்டு கடோத்கஜன் போலச் சாப்பிடும் யாராவது ஒருவரை உங்களுக்குத் தெரிந்திருக்கலாம். அவர் பெருமையாகக் கூறுவார்: “நான் எனக்குப் பிடித்த எதை வேண்டுமானாலும் சாப்பிடுவேன், ஆனால் எப்போதும் சரியான எடையுடனேயே இருப்பேன்.” அதனால் அவர்களிடம் பிரபஞ்சம் என்கிற அலாவுதீன் பூதம் “தங்கள் கட்டளை என் பாக்கியம்” என்று கூறுகிறது.

படைப்பியக்கச் செயல்திட்டத்தைப் பயன்படுத்தி, கச்சிதமான எடையையும் உடலையும் கவர்ந்திழுக்க இந்த மூன்றடுக்குத் திட்டத்தைப் பின்பற்றவும்:

முதற்படி : கேளுங்கள்

நீங்கள் என்ன எடை இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்கள் என்பதைத் தெளிவுபடுத்திக் கொள்ளுங்கள். அந்தக் கச்சிதமான எடை வந்தவுடன் நீங்கள் எப்படி இருப்பீர்கள் என்பதை உங்கள் மனக்கண்ணில் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் விரும்பும் எடையில் உள்ள உங்களது புகைப்படம் இருந்தால் அதை எடுத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அதை அடிக்கடிப் பார்த்து வாருங்கள். அப்படி இல்லையெனில், அப்படிப்பட்ட உருவம் கொண்டவர்களின் படங்களைப் பெற்று அவற்றை அடிக்கடிப் பார்த்து வாருங்கள்.

இரண்டாம் படி : நம்புங்கள்

நீங்கள் அந்தக் கச்சிதமான எடையைப் பெறுவீர்கள் என்று நம்ப வேண்டும். அதை ஏற்கனவே பெற்றுவிட்டதாக உணர வேண்டும். நீங்கள் கற்பனையின் மூலமும், போலியாக நடிப்பதன் மூலமும் பாவனை விளையாட்டு மூலமும் அந்தக் கச்சிதமான எடை உங்களுடையதாகி விட்டதாக உணர வேண்டும். அந்தக் கச்சிதமான எடையை நீங்கள் பெற்றுக் கொண்டிருப்பதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.

நீங்கள் பெற விரும்பும் அந்த எடையை எழுதி, உங்கள் எடை இயந்திரம் எடை காட்டும் இடத்தில் ஒட்டி வைத்து விடுங்கள். அல்லது எடை பார்ப்பதையே நிறுத்தி விடுங்கள். நீங்கள் என்ன கேட்டுள்ளீர்களோ அதற்கு முரண்பாடாக இருக்கும் எண்ணங்கள், வார்த்தைகள், மற்றும் செயல்பாடுகளைத் தவிர்த்து விடுங்கள். தற்போதுள்ள எடைக்கு ஏற்ற உடைகளை வாங்காதீர்கள். நம்பிக்கையுடன், நீங்கள் கச்சிதமான எடை வந்தவுடன் எந்த உடை பொருத்தமாக இருக்குமோ அந்த உடைமீது கவனம் செலுத்துங்கள். கச்சிதமான எடையை ஈர்ப்பது என்பது பிரபஞ்சத்தின் பொருட்பட்டியலில் உள்ளவற்றை வாங்க முனைவதற்கு ஒப்பானது. பொருட்பட்டியலைப் புரட்டுங்கள்; கச்சிதமான எடையைத் தேர்ந்தெடுங்கள்; அது வேண்டும் என்று கேளுங்கள்; அது கண்டிப்பாக உங்களை வந்தடையும்.

நீங்கள் விரும்பிய எடையுடன் இருக்கும் நபர்களைப் பார்த்து, வியந்து பாராட்டி, உள்ளுக்குள்ளாகப் புகழ்ந்து கொள்வதை உங்களுடைய நோக்கமாக ஆக்கிக் கொள்ளுங்கள். அவர்களைத் தேடிச் செல்லுங்கள். அவர்களை வியந்து பாராட்டும்போது, அந்த உணர்வைப் பெறும்போது, அதை நீங்களும் பெற வேண்டி அழைப்பு விடுவிக்கிறீர்கள். நீங்கள் எடை கூடிய மனிதர்களைப் பார்த்தால் அவர்களை உற்றுக் கவனிக்காதீர்கள். உடனடியாக நீங்கள் வரித்துக் கொண்டுள்ள அந்தக் கச்சிதமான உடல் குறித்தக் கற்பனைப் படத்தை நோக்கி மனத்தைத் திருப்பி அதை உணருங்கள்.

மூன்றாம் படி : பெறுங்கள்

நீங்கள் மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் இருக்க வேண்டும். உங்களைப் பற்றி நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக உணர வேண்டும். இது மிகவும் முக்கியமானது.

ஏனெனில் உங்களது உடலைப் பற்றி இப்போது உங்களுக்கு ஒரு மோசமான எண்ணம் இருந்தால், உங்களால் கச்சிதமான எடையைக் கவர்ந்திழுக்க முடியாது. உங்களது உடலைப் பற்றி உங்களிடம் மோசமான உணர்வு இருந்தால், அது ஒரு சக்திமிக்க உணர்வு என்பதால், உங்கள் உடலைப் பற்றி மோசமாக உணரும் எண்ணங்களையே தொடர்ந்து ஈர்த்து வருவீர்கள். நீங்கள் உங்களது உடலைக் குறைகூறிக் கொண்டு, அதில் குற்றம் கண்டுபிடித்துக் கொண்டிருந்தால் நீங்கள் ஒருபோதும் மாற மாட்டீர்கள். உண்மையில், அதிக எடையைத்தான் கவர்ந்து இழுப்பீர்கள். உங்களுடைய உடலின் ஒவ்வொரு அங்குலத்தையும் போற்றிப் புகழுங்கள். உங்களைப் பற்றிய கச்சிதமான விஷயங்களை நினைத்துப் பாருங்கள். சந்தோஷமான எண்ணங்களைப் பற்றிச் சிந்தித்து, உங்களைப் பற்றி மகிழ்வாக எண்ணும்போது, கச்சிதமான எடை குறித்த அலைவரிசையில் நீங்கள் இருப்பீர்கள். அந்தக் கச்சிதம் உங்களிடம் வந்து சேர ஆணையிடுங்கள்.

உணவு உண்ணுவது குறித்து வாலஸ் வாட்டில்ஸ் தனது புத்தகம் ஒன்றில் ஓர் அற்புதமான விஷயத்தைக் குறிப்பிட்டுள்ளார். நீங்கள் உணவு உண்ணும்போது, அதை மென்னுவதில் உங்கள் கவனம் முழுவதையும் செலுத்துமாறு அவர் அதில் பரிந்துரை செய்கிறார். மனத்தை நிகழ்காலத்தில் இருத்தி, உண்ணும் உணர்வை அனுபவிக்க வேண்டும். மனம் வேறு இடத்தில் அலைபாய அனுமதிக்கக் கூடாது. வாயில் போட்டுச் சுவைத்து விழுங்கும் அனுபவத்தில் லயித்துவிட வேண்டும். அடுத்த முறை உணவருந்தும்போது முயற்சி செய்து பாருங்கள். நீங்கள் சாப்பிடும்போது அதிலேயே முழுக்கவனமும் செலுத்தும்போது, உணவின் சுவை பெருகி அற்புதமாகிறது. உங்கள் மனத்தை அலைபாய விட்டால், சுவை காணாமல் போய்விடுகிறது. நாம் உணவு உண்ணும்போது 'அந்த' இடத்தில் இருந்தால், இன்பமான அந்த அனுபவத்தில் மொத்தக் கவனத்தையும் செலுத்தினால், அந்த உணவு நம் உடலில் சரியாகச் செரித்து விடுகிறது என்பதால், அதன் விளைவு கச்சிதமாகத்தான் இருக்க வேண்டும் என்று நான் உறுதியாக நம்புகிறேன்.

என் உடல் எடை குறித்த கதை இப்படி முடிகிறது. இப்பொழுது நான் 116 பவுண்ட் கச்சிதமான எடையைக் கொண்டிருக்கிறேன். நான் விரும்பும் அனைத்தையும் உண்கிறேன். அதனால் உங்களுடைய கவனம் முழுவதும் உங்களது கச்சிதமான எடையில் இருக்கட்டும்.

எவ்வளவு காலம் பிடிக்கும்?

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

மக்கள் யோசித்துக் கொண்டிருக்கும் மற்றொரு விஷயம் இதுதான்: "அந்தக் காரைப் பெற எனக்கு எவ்வளவு காலம் பிடிக்கும்? அல்லது அந்த உறவை, அல்லது அந்தப் பணத்தைப் பெற எனக்கு எவ்வளவு காலம் பிடிக்கும்?" இதற்கு 30 நிமிடம் பிடிக்கும், அதற்கு மூன்று நாட்கள் பிடிக்கும் அல்லது முப்பது நாட்கள் பிடிக்கும் என்று தெரிவிக்கும் விதிமுறைப் புத்தகம் எதுவும் என்னிடம் இல்லை. நீங்கள் எந்த அளவு பிரபஞ்சத்தோடு ஐக்கியப்பட்டு உள்ளீர்கள் என்பதைப் பொறுத்தது அது.

காலம் என்பது மாயை. ஐன்ஸ்டீன் அதை நமக்கு எடுத்துரைத்துள்ளார். ஆனால் இதை இப்போதுதான் முதல் முறையாகக் கேள்விப்படுகிறீர்கள் என்றால், அதை உள்வாங்கிக் கொள்வதில் உங்களுக்குச் சிரமம் இருக்கலாம். ஏனெனில் ஒன்றிற்குப் பிறகு மற்றொன்று என்று நடைபெறுவதை நீங்கள் பார்த்துக் கொண்டு இருக்கிறீர்கள். குவாண்டம் இயற்பியலாளர்களும் ஐன்ஸ்டீனும், எல்லாமே ஒரே சமயத்தில் நிகழ்கின்றன என்று கூறுகின்றனர். காலம் என்ற ஒன்று இல்லையென்ற கருத்தைப் புரிந்துகொண்டு அதை ஏற்றுக் கொண்டுவிட்டால், நீங்கள் வருங்காலத்தில் வேண்டும் என்று விரும்பும் அனைத்தும் ஏற்கனவே இருக்கிறது என்பதை உங்களால் உணர முடியும். அனைத்தும் ஒரே சமயத்தில் நிகழ்கிறது என்றால், நீங்கள் விரும்பும் விஷயங்களோடு உங்களின் 'பிரதி' ஏற்கனவே இருக்கிறது!

நீங்கள் விரும்புவதை உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்கப் பிரபஞ்சத்திற்கு ஒரு சொடுக்குப் போடும் நேரம் மட்டுமே போதும். உங்களுக்கு அந்த அனுபவம் தாமதமாகிறது என்றால், அது ஏற்கனவே கிடைத்து விட்டது என்று நீங்கள் நம்புகிற, மனத்தில் அறிந்துள்ள, உணர்ந்துள்ள இடத்தை அடைவதில் உள்ள தாமதம்தான் அதற்குக் காரணமாக இருக்க முடியும். உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அந்த அலைவரிசைக்குச் செல்ல வேண்டியது நீங்கள்தான். பின் அது கண்டிப்பாகத் தோன்றும்.

பாப் டாயில்

பிரபஞ்சத்தைப் பொருத்தவரை அளவு ஒரு விஷயமே அல்ல. அறிவியல் தளத்திலிருந்து பார்த்தால், நாம் கடுகளவு என்று கருதும் ஒன்றை ஈர்ப்பதற்கு ஆகும் சிரமத்தைவிட, மிகப் பெரியது என்று கருதும் ஒன்றை ஈர்ப்பதற்கு ஆகும் சிரமம் ஒன்றும் அதிகமானது அல்ல.

பிரபஞ்சம், அனைத்தையும் முயற்சி ஏதுமின்றித்தான் செய்கிறது. ஒரு புல் வளர்வதற்குச் சிரமப்படுவதில்லை. முயற்சி ஏதும் அதற்குத் தேவைப்படுவதில்லை. அப்படியொரு மாபெரும் வடிவமைப்பு அது.

எல்லாமே உங்கள் மனத்தில் என்ன ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது என்பதைப் பொறுத்தது. நாம் அதற்கு எந்த இடத்தை அளிக்கிறோம் என்பதில் இருக்கிறது. 'இது பெரியது. இதற்குக் காலம் பிடிக்கும். இது மிகச் சிறியது. அதற்கு ஒரு மணிநேரம் போதும்." இவையெல்லாம் நாம் வரையறுத்திருக்கும் விதிகள். பிரபஞ்சத்தைப் பொருத்தவரை விதிகள் எதுவும் கிடையாது. இப்போது அது உங்களிடம் இருப்பதாக உணரும் உணர்வுகளை அளியுங்கள்; அது எதுவாக வேண்டுமானாலும் இருக்கட்டும்; பிரபஞ்சம் அதை உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்கும்.

பிரபஞ்சத்திற்குக் காலம் கிடையாது; அளவு வேறுபாடுகள் கிடையாது. ஒரு டாலரைப் பெறுவது எவ்வளவு எளிதோ, அதே அளவு எளிதானதே ஒரு மில்லியன் டாலரைப் பெறுவதும். அவை இரண்டிற்கும் செயல்முறை ஒன்றுதான். ஒன்று வேகமாக வருவதற்கும் மற்றொன்று தாமதமாக வருவதற்கும் ஒரே ஒரு காரணம்தான் இருக்க முடியும்; ஒரு மில்லியன் டாலர் என்பது ஏராளமான பணம், ஒரு டாலர் என்பது மிகச் சிறியது என்று நீங்கள் நினைப்பதுதான் அதற்குக் காரணம்.

பாப் டாயில்

சிலருக்குச் சிறிய விஷயங்களைப் பெறுவது சுலபமாக இருப்பதால், சிறிய ஒன்றிலிருந்து நாம் துவங்கலாம். உதாரணமாக, ஒரு டம்ளர் காபி. இன்று ஒரு டம்ளர் காபியைக் கவர்ந்திழுக்கப் போவதாக ஒரு சுயப்பிரகடனம் செய்து கொள்ளுங்கள்.

பாப் பிராக்டர்

நீங்கள் வெகு நாட்களாகச் சந்திக்காத ஒரு நண்பருடைய உருவத்தைக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். எப்படியோ யாராவது ஒருவர் அந்த நண்பரைப் பற்றி உங்களிடம் பேசத் துவங்கலாம். அந்த நபர் உங்களைத் தொலைபேசியில் அழைக்கலாம். அல்லது அவரிடமிருந்து கடிதம் வரலாம்.

சிறிய ஒன்றிலிருந்து துவக்குவது, ஈர்ப்பு விதியின் சக்தியை நீங்கள் நேரடியாக அனுபவித்து உணர்ந்து கொள்ள ஓர் எளிய வழியாகும். இதைத் தன் வாழ்வில் செய்த ஓர் இளைஞனின் கதையை நான் உங்களிடம் பகிர்ந்து கொள்கிறேன். அவன் **இரகசியம்** திரைப்படத்தைப் பார்த்துவிட்டு, சிறிய விஷயம் ஒன்றிலிருந்து துவங்கலாம் என்று முடிவு செய்தான்.

அவன் தன் மனத்தில் ஒரு பறவை இறகைக் கற்பனை செய்து கொண்டான். அது தனித்துவமாக இருக்குமாறு பார்த்துக் கொண்டான். அந்த இறகில் தனித்துவமான அடையாளம் ஒன்றையும் கற்பனையாக இட்டுக் கொண்டான். அந்த இறகு அவனை வந்தடையும்போது, அது ஈர்ப்பு விதியை அவன் பயன்படுத்தியதால் வந்த இறகுதான் என்பதைச் சந்தேகத்திற்கு இடமின்றி உறுதி செய்துகொள்வது எளிது என்பதால் அப்படிச் செய்தான்.

இரு தினங்கள் கழித்து, அவன் நியூ யார்க் நகரத் தெருவொன்றிலுள்ள ஓர் உயர்ந்த கட்டிடத்தின் உள்ளே நுழைய இருந்தான். அப்போது தற்செயலாகக் கீழே பார்த்தான். ஏன் அப்படிச் செய்தான் என்பது அவனுக்குத் தெரியாது. அவனது காலடியில் ஓர் இறகு கிடந்தது. அது ஏதோ ஓர் இறகு அல்ல. அவன் கற்பனை செய்து வைத்திருந்த அதே இறகு. அவன் கற்பனையில் குறிப்பிட்டிருந்த அந்தத் தனித்துவமான அடையாளத்துடன்கூடிய இறகுடன் அது அப்படியே ஒத்திருந்தது. அக்கணத்தில் அவனுக்குச் சந்தேகத்திற்கு இடமில்லாமல் ஈர்ப்பு விதியின் உச்சக்கட்டச் செயல்பாடுதான் அது என்பது புரிந்து விட்டது. தன் மனத்தின் சக்தி கொண்டு எதையும் தன்னிடம் இழுக்கக்கூடிய அற்புத ஆற்றலும் திறமையும் தனக்கு இருப்பதை அவன் உணர்ந்து கொண்டான். இப்போது முழு நம்பிக்கையுடன் இன்னும் பெரிய விஷயங்களைப் படைக்க அவன் தயாராகிவிட்டான்.

டேவிட் ஷிர்மர்

முதலீட்டுப் பயிற்சியாளர், ஆசிரியர் மற்றும் செல்வச் செழிப்பு வல்லுனர்

நான் போகுமிடங்களில் எல்லாம் என் காரை நிறுத்த எனக்கு இடம் கிடைக்கும் விதத்தைப் பார்த்து மக்கள் அசந்து போய்விடுவர். இரகசியத்தைப் புரிந்து கொண்டதிலிருந்து இதை நான் செய்து வருகிறேன். என் காரைக் குறிப்பாக எந்த இடத்தில் நிறுத்தவேண்டும் என்பதை என் மன ஓவியத்தில் பதிந்து கொள்வேன். தொண்ணூற்றைந்து சதவீத சமயங்களில் அவ்விடம் எனக்காகக் காத்திருக்கும். மீதி ஐந்து சதவீத சமயம், நான் அடுத்தவர் அவ்விடத்தைக் காலி செய்வதற்காக ஓரிரு நிமிடங்கள் காத்திருக்க நேரிடும். இது எனக்கு ஒவ்வொரு முறையும் நிகழ்கிறது.

"எனக்கு எப்போதும் நான் நினைக்கும் இடத்தில் என் காரை நிறுத்த இடம் கிடைக்கும்" என்று கூறும் ஒருவருக்கு அப்படியே கிடைத்து வருவது ஏன் என்பதை நீங்கள் இப்போது புரிந்து கொண்டிருக்கலாம். அல்லது "நான் உண்மையிலேயே அதிர்ஷ்டசாலி, எனக்கு எப்போதும் வெற்றி கிட்டும்" என்று கூறும் நபர், எல்லா நேரங்களிலும் ஒன்றன் பின் ஒன்றாக எல்லா விஷயங்களையும் எப்படி வென்று வருகிறார் என்பதும் இப்போது உங்களுக்குத் தெளிவாகி இருக்கும். இவர்கள் அதை முன்னதாகவே எதிர்பார்த்து இருக்கின்றனர். பெரிய விஷயங்களை எதிர்பார்க்கத் துவங்குங்கள். அப்படிச் செய்கிறபோது, நீங்கள் உங்களது எதிர்கால வாழ்க்கையை நிகழ்காலத்திலேயே படைக்கத் துவங்குவீர்கள்.

உங்களது நாளைய தினத்தை இன்றே படைத்திடுங்கள்

இன்று நீங்கள் அடுத்துச் செய்யவிருக்கும் செயல் உட்பட, உங்களது வாழ்க்கை முழுவதையும், ஈர்ப்பு விதியை உபயோகித்து உருவாக்கிக் கொள்ளலாம். பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு என்னும் ஆசான் தனது படைப்புகளில் ஈர்ப்பு விதி பற்றியும், அதை எப்படி உபயோகிப்பது என்பது குறித்தும் மிகுந்த நுண்ணறிவுடன் விளக்குகிறார். எந்த ஒரு தினத்தையும் முன்னதாகவே எண்ணத்தால் திட்டமிடுதலின் முக்கியத்துவத்தை அவர் இவ்வாறு எடுத்துரைக்கிறார்:

"'என்னுடைய பயணம் இனிதாக இருக்கப் போகிறது' என்றோ 'என் விஜயம் மகிழ்ச்சிகரமாக அமையப் போகிறது' என்றோ உங்களுக்கு நீங்களே சொல்லிக் கொள்ளும்போது, நீங்கள் அந்த இடத்திற்குச் செல்வதற்கு முன்பாகவே, உங்களது பயணம் அல்லது விஜயம் இனிமையாக இருப்பதை உறுதி செய்யச் சில சக்திகளையும் ஐம்பூதங்களையும் அங்கு அனுப்பி வைக்கிறீர்கள். அதேபோல ஓர் இடத்திற்குச் செல்வதற்கு முன்போ, பயணிப்பதற்கு முன்போ, சாமான்கள் வாங்கச் செல்வதற்கு முன்போ, நீங்கள் மோசமான மனநிலையில் இருந்தாலோ, ஏதாவது கசப்பான அனுபவம் ஏற்படும் என்று பயந்து அல்லது கவலையுற்று இருந்தாலோ, ஏதாவது விரும்பத்தகாத நிகழ்வுகளை ஏற்படுத்திக் கொடுக்குமாறு கண்ணுக்குப் புலப்படாத சக்திகளை நீங்கள் உங்களுக்கு முன்பாகவே அங்கு அனுப்பி விடுகிறீர்கள். நமது எண்ணங்கள், அதாவது நமது மனநிலை, ஒரு விஷயத்தை முன்னதாகவே நல்லதாகவோ கெட்டதாகவோ முடித்து வைக்க எப்பொழுதும் வேலை செய்துகொண்டே இருக்கின்றது."

பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு

பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு இதை 1870களிலேயே எழுதியுள்ளார். எப்படிப்பட்ட ஒரு தீர்க்கதரிசி. ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு நிகழ்வின் முன்பும், அது எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று நாம் விரும்புகிறோம் என்று முன்னதாகவே சிந்திக்க வேண்டியது எவ்வளவு முக்கியம் என்பதை இப்போது உங்களால் தெளிவாகக் கண்டுகொள்ள இயலும். அப்படி உங்களது தினத்தை அது இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும் என்று முன்பே சிந்திக்காமல் செயல்பட்ட சமயங்களில், உங்களுக்கு நேர் எதிர்மாறான விளைவுகள் எற்பட்ட அனுபவங்கள் கண்டிப்பாகக் கிடைத்திருக்கும். அதன் விளைவுகளில் ஒன்று நாம் வேக வேகமாகவும் அவசர அவசரமாகவும் தினசரிக் காரியங்களைச் செய்ய வேண்டியிருப்பது.

நீங்கள் இப்படி வேக வேகமாகவும் அவசர அவசரமாகவும் செயல்படும் போது, உங்களது எண்ணங்களும் செயல்பாடுகளும் பயத்தை

(உதாரணமாக, தாமதமாகிவிடும் என்ற பயத்தை) அடிப்படையாகக் கொண்டு அமைந்துள்ளன என்பதையும், மோசமான விஷயங்கள் நடைபெறுவதை நீங்கள் முன்கூட்டியே உங்களை அறியாமலேயே 'திட்டமிட' முயல்கிறீர்கள் என்பதையும் தெரிந்து கொள்ளுங்கள். நீங்கள் வேகவேகமாகச் செயல்படுவதைத் தொடரும்போது, உங்களை நோக்கி ஒன்றன்பின் ஒன்றாக மோசமான நிகழ்வுகளை ஈர்ப்பீர்கள். அதோடு, நீங்கள் வேக வேகமாகவும் அவசர அவசரமாகவும் இயங்குவதற்கான வருங்காலச் சந்தர்ப்பங்களையும் ஈர்ப்பு விதி உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்கும். நீங்கள் அதை நிறுத்தி விட்டு, அந்த அலைவரிசையிலிருந்து விலகிக் கொள்ள வேண்டும். மோசமான விஷயங்கள் உங்கள் பக்கம் வர வேண்டாம் என்று விரும்பினால், ஒரு சில நொடிகள் எடுத்துக் கொண்டு, உங்களை வேறு அலைவரிசைக்கு மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.

பலர், முக்கியமாக, மேற்கத்தியச் சமுதாயங்களில் 'நேரத்'தைத் துரத்திக் கொண்டிருக்கின்றனர். பின்னர் தங்களுக்குப் போதுமான நேரம் இல்லை என்று புகாரும் செய்கின்றனர். அவர்களிடம் போதுமான நேரம் இல்லாமல் போவதற்கும் ஈர்ப்பு விதிதான் காரணம். எனக்குப் போதுமான நேரமே இல்லை என்ற எண்ணத்துடன் நீங்கள் இதுவரை திரிந்து கொண்டிருந்தால், இனியாவது "நேரம் என்னிடம் தேவைக்கு அதிகமாகவே இருக்கிறது" என்று அழுத்தந்திருத்தமாகப் பிரகடனம் செய்யுங்கள். உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.

பல்வேறு விஷயங்களுக்காகக் காத்திருக்கச் செலவழிக்கும் நேரத்தை உங்களது வருங்கால வாழ்க்கையை உருவாக்குவதற்கான சக்திமிக்க நேரமாக மாற்றிக் கொள்ளலாம். அடுத்து எங்காவது காத்திருக்க வேண்டிய சூழல் ஏற்பட்டால், உங்களுக்கு என்னவெல்லாம் வேண்டும் என்று கற்பனை செய்து கொள்ள அந்நேரத்தைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். இதை நீங்கள் எந்நேரத்திலும், எங்கு வேண்டுமானாலும் செய்ய முடியும். அப்படிச் செய்து உங்களது வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்தையும் நன்னம்பிக்கை மிக்க ஒன்றாக மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்!

உங்களுடைய எண்ணங்கள் மூலமாக உங்களுடைய வாழ்வின் ஒவ்வொரு நிகழ்வையும் முன்கூட்டியே தீர்மானித்துக் கொள்வதை ஒரு தினசரிப் பழக்கமாக ஆக்கிக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் செய்யவிருக்கும் ஒவ்வொரு செயலும் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று முன்கூட்டியே உங்களது எண்ணங்களால் தீர்மானிப்பதன் மூலம், பிரபஞ்சச் சக்திகளை முன்கூட்டியே அனுப்பி அதை முடித்து வைக்கச் செய்கிறீர்கள். அப்படிச் செய்யும்போது நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையை உங்கள் நோக்கப்படி உருவாக்கிக் கொள்கிறீர்கள்.

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- அலாவுதீனின் பூதத்தைப் போல ஈர்ப்பு விதியும் உங்களுடைய ஒவ்வோர் ஆணையையும் நிறைவேற்றும்.

- நீங்கள் விரும்பியவற்றை மூன்று எளிய படிகள் மூலமாக உருவாக்க, படைப்பியக்கச் செயல்முறை உங்களுக்கு உதவும். அவை: கேளுங்கள், நம்புங்கள், மற்றும் பெறுங்கள் ஆகியவை.

- உங்களுக்கு வேண்டியதைப் பிரபஞ்சத்திடம் கேட்கும்போது, உங்கள் விருப்பம் குறித்த தெளிவை நீங்கள் பெறுவதற்கு ஒரு வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. அத்தெளிவு நீங்கள் கேட்டதற்குச் சமானம்.

- நீங்கள் கேட்டது ஏற்கனவே கிடைத்துவிட்டது போல நடந்து கொள்வது, பேசுவது, மற்றும் சிந்திப்பது ஆகியவை நம்பிக்கை கொள்வதாகும். கிடைத்துவிட்டது என்ற அலைவரிசையில் நீங்கள் ஒளிபரப்பும்போது அதை நீங்கள் பெற்றிட ஈர்ப்பு விதி மக்களை, நிகழ்வுகளை, மற்றும் சந்தர்ப்பங்களை ஒருங்கிணைக்கும்.

- உங்களது விருப்பம் நிறைவேறிவிட்ட பிறகு நீங்கள் எப்படி உணர்வீர்களோ அத்தகைய மனஉணர்வை உண்டாக்கிக்கொள்வது பெற்றுக் கொள்ளுதலின் முக்கியமான அம்சம். மகிழ்ச்சியான மனநிலையுடன் இருப்பது, உங்களுக்கு வேண்டியதைப் பெற்றுக் கொள்ளும் அலைவரிசையில் உங்களை வைத்துவிடும்.

- உடல் எடையைக் குறைக்க வேண்டுமானால், கவனத்தை 'எடைக் குறைப்பில்' காட்டாதீர்கள். மாறாக, கச்சிதமான எடையில் உங்களது கவனத்தைக் குவியுங்கள். உங்களுடைய கச்சிதமான எடையை உணர்வுபூர்வமாக உணருங்கள், அது உங்களை நோக்கித் தானாகவே ஓடி வரும்.

- நீங்கள் விரும்புபவற்றை உங்களுக்கு அளித்திடப் பிரபஞ்சத்திற்குச் சொடுக்குப் போடும் நேரம் கூட ஆகாது. ஒரு டாலரைத் தருவிப்பது எவ்வளவு எளிதோ அதே அளவு எளிதானதுதான் ஒரு மில்லியன் டாலரைத் தருவிப்பதும்.

- ஒரு டம்ளர் காபி அல்லது கார் நிறுத்தும் இடம் போன்ற சிறிய விஷயங்களில் துவங்குவது, ஈர்ப்பு விதிமீது நம்பிக்கை ஏற்படச் சிறந்த வழி. ஏதாவது சிறிய விஷயம் ஒன்று தேவை என்று சக்தியுடன் கேளுங்கள். ஈர்க்கக் கூடிய உங்கள் சக்தியை நீங்கள் உணர உணர, பெரிய விஷயங்களை ஈர்ப்பது பெரிய காரியமாக இருக்காது.

- நாளைய தினம் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களோ, அதை முன்கூட்டியே சிந்தனை மூலம் உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள்; உங்களது வாழ்க்கையையும் உங்களது நோக்கப்படி உங்களால் அமைத்துக் கொள்ள முடியும்.

nucleus
N
P
P
N
N
P

ஆற்றல்மிக்கச் செயல்முறைகள்

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

ஏராளமான மக்கள் நிகழ்காலத்தின் சூழற்கைதிகளாக, முடக்கப்பட்டவர்களாக, மாட்டிக் கொண்டவர்களாக உணர்கின்றனர். இச்சமயத்தில் உங்களது சூழல் எதுவாக இருந்தாலும் அது உங்களுடைய தற்போதைய யதார்த்தம்தான். நீங்கள் இரகசியத்தை உபயோகிக்கத் துவங்குவதன் விளைவாக உங்களுடைய தற்போதைய யதார்த்தத்தில் மாற்றம் ஏற்படத் துவங்கும்.

உங்களுடைய தற்போதைய யதார்த்தம் அல்லது உங்களது தற்போதைய வாழ்க்கை, நீங்கள் சிந்தித்துக் கொண்டிருந்த எண்ணங்களினால் ஏற்பட்ட விளைவுதான். நீங்கள் உங்களுடைய எண்ணங்களையும் உணர்வுகளையும் மாற்றத் துவங்கும்போது அவையனைத்தும் முற்றிலுமாக மாறிவிடும்.

> "ஒரு மனிதன் தன்னை மாற்றிக் கொள்ள முடியும்;
> அவனது தலைவிதியை நிர்ணயித்துக் கொள்ள
> இயலும் என்பது சரியான எண்ணத்தின் சக்தி
> குறித்துப் பூரணமாக விழித்துக் கொண்டுள்ள
> ஒவ்வொரு மனத்தின் முடிவுமாகும்."
>
> ***கிறிஸ்டியன் டி லார்சன்*** (1866-1954)

லிசா நிக்கோல்ஸ்

உங்களது சூழலை மாற்ற வேண்டும் என்றால் முதலில் உங்களது சிந்தனையை மாற்ற வேண்டும். உங்களுக்கு வரும் கடிதங்களில் ஒவ்வொரு முறையும் ஏதாவது ஒரு பில் இருக்கும் என்று நீங்கள் எதிர்பார்த்தால் என்ன நடக்கும்? கண்டிப்பாக அது அங்கு இருக்கும். பில் இருக்குமோ என்று பயந்து கொண்டே நீங்கள் ஒவ்வொரு நாளும் வெளியே போகிறீர்கள். நீங்கள் மிகச்சிறந்த எதையும் ஒருபோதும் எதிர்பார்ப்பதில்லை. நீங்கள் கடன் பற்றியே சிந்திக்கிறீர்கள். கடனையே எதிர்பார்க்கிறீர்கள். அதனால் கடன் தலைகாட்டத்தானே செய்யும்? ஒவ்வொரு நாளும் நீங்கள் உங்களுடைய எண்ணத்தை உறுதி செய்கிறீர்கள். கடனைக் கட்டச் சொல்லி ஏதேனும் கடிதம் இன்று வந்திருக்குமா? ஆமாம், வந்திருக்கிறது. வாங்கிய கடனைத் திருப்பிக் கட்டச் சொல்லி இன்று கடிதம் வந்திருக்குமா? ஆமாம், வந்திருக்கிறது. ஏன்? ஏனெனில் நீங்கள் கடனைத் திருப்பிக்கட்டக் கோரும் தகவல்கள் வரும் என்று எதிர்பார்த்து இருந்தீர்கள். அது வந்தது. அதற்குக் காரணம் ஈர்ப்பு விதி உங்களுடைய எண்ணங்களுக்கு எப்போதும் கீழ்ப்படிவதுதான். உங்களுக்கு நீங்களே ஓர் உதவி செய்து கொள்கிறீர்களா? இன்று ஒரு காசோலையை எதிர்பாருங்கள்!

எதிர்பார்ப்பு ஓர் ஆற்றல்மிக்க ஈர்ப்பு சக்தியாகும். ஏனெனில் அது பொருட்களை உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுக்கிறது. பாப் பிராக்டர் கூறுவது போல, "விருப்பம் நீங்கள் விரும்பும் பொருட்களோடு உங்களைத் தொடர்புபடுத்துகிறது; எதிர்பார்ப்பு அதை உங்கள் வாழ்வினுள் இழுத்து வருகிறது." நீங்கள் விரும்புபவற்றை எதிர்பாருங்கள். விரும்பாதவற்றை எதிர்பார்க்காதீர்கள். இக்கணத்தில் நீங்கள் எதை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று கூறமுடியுமா?

ஜேம்ஸ் ரே

நிறையப் பேர் தங்களுடைய தற்போதைய நிலையைப் பார்த்துக் கூறுகின்றனர், "இதுதான் நான்" என்று. அது நீங்கள் அல்ல. அது நீங்களாக இருந்தவர். உதாரணமாக உங்களது வங்கிக் கணக்கில் போதுமான பணம் இல்லை என்றோ அல்லது நீங்கள் விரும்பும் உறவு உங்களிடம்

இல்லையென்றோ அல்லது உங்களது ஆரோக்கியமும் உடல் வலிமையும் சொல்லிக் கொள்கிறாற் போல் இல்லையென்றோ வைத்துக் கொள்ளலாம். அது தற்போதைய நீங்கள் இல்லை; அது உங்களுடைய கடந்த கால எண்ணங்கள் மற்றும் செயல்களின் எச்சம். எனவே நாம் எப்போதும் கடந்தகாலத்தில் மேற்கொண்ட செயல்கள் மற்றும் எண்ணங்களின் எச்சத்தில் தொடர்ந்து வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம். உங்களுடைய தற்போதைய நிலவரத்தைப் பார்த்து, அதை வைத்து உங்களை நீங்கள் விவரித்துக் கொண்டால், அதைவிட மேலாக எதையும் பெற இயலாத ஒரு படுகுழியில் உங்களை நீங்களே தள்ளிவிட்டுக் கொள்கிறீர்கள்.

"இன்றிருக்கும் நாம் நமது எண்ணங்களின் விளைவே."

புத்தர் (கி.மு.563-கி.மு.483)

நான் உங்களுடன் ஒரு செயல்முறையைப் பகிர்ந்து கொள்ள விழைகிறேன். அது மாபெரும் ஆசானான நெவில் கோடார்டு 1954ல் "தி ப்ரூனிங் ஷியர்ஸ் ஆஃப் ரிவிஷன்" என்ற தலைப்பில் அளித்த ஒரு விரிவுரையிலிருந்து எடுத்தாளப்பட்டுள்ளது. இச்செயல்முறை என் வாழ்வில் மிகப் பெரிய தாக்கத்தை ஏற்படுத்தியுள்ளது. ஒவ்வொரு நாளும் தூங்கப் போகும் முன்பு அன்றைய தினம் நடைபெற்ற நிகழ்ச்சிகளைப் சுற்றி நினைத்துப் பார்க்குமாறு நெவில் பரிந்துரை செய்கிறார். ஏதாவது ஒரு சம்பவமோ அல்லது சில கணங்களோ நீங்கள் விரும்பியபடி நடைபெறாதிருந்தால், அவற்றை உங்கள் மனத்திரையில் உங்களுக்கு மகிழ்வுண்டாக்கக் கூடிய விதத்தில் மீண்டும் ஓட விடுங்கள். நீங்கள் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களோ அப்படியே உங்கள் மனத்தில் மீண்டும் படைக்கும்போது, அன்றைய தினத்தின் உங்களது அலைவரிசையைச் சுத்தப்படுத்துகிறீர்கள். அதோடு, அடுத்த நாளுக்காக ஒரு புதிய சமிக்கையையும் புதிய அலைவரிசையையும் ஒளிபரப்புகின்றீர்கள். உங்களுடைய வருங்காலத்திற்கான புதிய படங்களை நீங்கள் வேண்டுமென்றே உருவாக்குகிறீர்கள். அதில் தாமதம் என்ற பேச்சுக்கே இடமில்லை. எப்போது வேண்டுமானாலும் அதை மாற்றிக் கொள்ளலாம்.

நன்றியுணர்தலின் ஆற்றல்மிக்கச் செயல்முறை

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

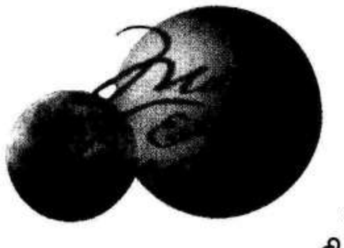
உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றியமைக்கத் துவங்க இக்கணத்தில் எதைச் செய்யலாம்? முதலில் செய்ய வேண்டியது, நீங்கள் எதற்கெல்லாம் நன்றியுடையவர்களாக இருக்கிறீர்கள் என்ற ஒரு பட்டியலைத் தயாரிப்பது தான். அது உங்களுடைய ஆற்றலை இடம் பெயரச் செய்து, உங்களது சிந்தனையில் மாற்றத்தைத் தூண்டும். இப்பயிற்சிக்கு முன்பு நீங்கள் உங்களது புகார்கள் பற்றி, பிரச்சனைகள் பற்றி, உங்களிடம் இல்லாத விஷயங்கள் பற்றிக் கவனம் செலுத்தியிருக்கக் கூடும். இப்பயிற்சிக்குப் பிறகு, நீங்கள் முற்றிலும் வேறான திசையில் செல்வீர்கள். உங்களை மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் வைத்திருக்கும் அனைத்து விஷயங்கள் குறித்தும் நன்றியுணர்வைத் தெரிவிக்கத் துவங்குங்கள்.

"நன்றியுணர்தல், உங்களுடைய முழுமனத்தையும் பிரபஞ்சத்தின் படைப்பாற்றலுடன் ஐக்கியப்படுத்தக் கூடியது என்ற கருத்து உங்களைப் பொறுத்தவரை புதிதாக இருக்குமெனில் அது குறித்து நன்றாகச் சிந்தியுங்கள், அது உண்மையென்பது உங்களுக்குப் புரிந்துவிடும்."

வாலஸ் வாட்டில்ஸ் (1860-1911)

மார்சி ஷைமாஃப்

உங்கள் வாழ்க்கையில் மேலும் அதிகமான நல்ல விஷயங்களைக் கொண்டு வருவதற்கான மிகச் சரியான வழி நன்றியுணர்தல்தான்.



முனைவர் ஜான் கிரே

உளவியலாளர், நூலாசிரியர் மற்றும் சர்வதேசப் பேச்சாளர்

தனது மனைவியிடமிருந்து தான் செய்யும் சிறுசிறு வேலைகளுக்குப் பாராட்டுப் பெறும்போது ஒவ்வொரு ஆணும் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று விரும்புவான் தெரியுமா? மேலும் மேலும் அப்படிப்பட்ட விஷயங்களையே செய்ய விரும்புவான். இது எப்போதும் பாராட்டைப் பற்றியது. அது விஷயங்களைக் கவர்ந்திழுக்கிறது. ஆதரவைப் பற்றி இழுக்கிறது.

டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

எதையெல்லாம் நாம் சிந்திக்கிறோமோ, எதற்கெல்லாம் நன்றியுடையவர்களாக இருக்கிறோமோ, அவற்றை எல்லாம் நாம் நம் வாழ்க்கையில் தருவித்துக் கொள்கிறோம்.

ஜேம்ஸ் ரே

நன்றியுணர்தல், என்னைப் பொறுத்தவரை மிகவும் சக்திவாய்ந்த ஒரு பயிற்சி. தினசரி காலையில் நான் கண்விழித்தவுடன் கூறுவது இதுதான்: "நன்றி." ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் நான் படுக்கையிலிருந்து இறங்கும்போது என் கால் தரையைத் தொட்டவுடன் நான் கூறுவது இதுதான்: "நன்றி." பின் நான் பல் தேய்க்கும்போதும், காலையில் செய்யும் பிற வேலைகளின் போதும், நான் எதற்கெல்லாம் நன்றியுடையவனாக இருக்கிறேன் என்று அலசுவேன். அதை ஏதோ கடமை போல, ஒரு சடங்கு போல நான் செய்வதில்லை. நான் அதை உணர்வுபூர்வமாக, நன்றியுணர்வுடன் வெளியிடுவேன்.

ஜேம்ஸ் ரே தன்னுடைய இந்தச் சக்திமிக்க நன்றியுணர்தல் பயிற்சி பற்றிப் பகிர்ந்து கொண்டதைப் படமாக எடுத்த நாளை நான் ஒருபோதும் மறக்க மாட்டேன். அன்றிலிருந்து ஜேம்ஸின் செயல்முறையை என் வாழ்வுமுறையாக மாற்றிக் கொண்டேன். ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும், அப்புத்தம்புதிய தினத்திற்காக என் நன்றியுணர்தலை உணர்வுபூர்வமாகத் தெரிவிக்காமலும், வாழ்வில் நான் நன்றியுணர்தலோடு இருக்கும்

விஷயங்கள் அனைத்தையும் நினைவுகூராமலும் நான் படுக்கையைவிட்டு எழுந்திருப்பதில்லை. பின் படுக்கையிலிருந்து இறங்கும்போது, ஒரு கால் தரையில் பட்டவுடன் நான் "நன்றி" என்றும், மறுகால் தரையில் பட்டவுடன் "உங்களுக்கு" என்றும் கூறுவேன். குளியலறை நோக்கி எடுத்து வைக்கும் ஒவ்வொரு அடிக்கும் நான் தொடர்ந்து "நன்றி" என்று கூறிக் கொண்டே செல்வேன். நான் குளித்துக் கொண்டிருக்கும்போதும், தயாராகிக் கொண்டிருக்கும்போதும் தொடர்ந்து "உங்களுக்கு நன்றி" என்று கூறிக் கொண்டும், மனப்பூர்வமாக அதை உணர்ந்து கொண்டும் இருப்பேன். அன்றைய தினத்திற்காக நான் தயாராகி இருக்கும்போது நான் ஏற்கனவே நூற்றுக்கணக்கான முறை "நன்றி" என்று கூறியிருப்பேன்.

இப்படிச் செய்வதன் மூலம் நான் என் தினத்தைச் சக்திமிக்க ஒன்றாக உருவாக்கிக் கொள்கிறேன். அன்றைய தினத்திற்கான அலைவரிசையை நிர்ணயித்துக் கொள்கிறேன். படுக்கையிலிருந்து தட்டுத் தடுமாறி எழுந்து அன்றைய தினம் என்னைக் கட்டுப்படுத்த அனுமதிப்பதற்குப் பதிலாக நான் அத்தினம் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று ஒரு நோக்கத்தோடு பிரகடனம் செய்து கொள்கிறேன். ஒரு நாளைத் துவங்குவதற்கு இதைவிடச் சக்தி வாய்ந்த வழியேதும் கிடையாது. உங்கள் வாழ்வின் சிருஷ்டிகர்த்தா நீங்கள்தான். அதனால் உங்களது நாளை ஒரு நோக்கத்துடன் உருவாக்கத் துவங்குங்கள்!

வரலாறு நெடுகிலும் மாபெரும் அவதாரப் புருஷர்களுடைய போதனைகளின் அடிப்படை அம்சமாக 'நன்றியுணர்தல்' இடம்பெற்றுள்ளது. என் வாழ்வை மாற்றியமைத்த, 1910ல் வாலஸ் வாட்டில்ஸால் எழுதப்பட்ட 'தி சயன்ஸ் ஆஃப் கெட்டிங் ரிச்' புத்தகத்தில் இடம்பெற்றிருந்த அத்தியாயங்களிலேயே நீளமானது 'நன்றியுணர்தல்' அத்தியாயம்தான். '**இரகசியம்**' திரைப்படத்தில் இடம்பெற்றிருந்த ஆசான்கள் ஒவ்வொருவரும் நன்றியுணர்தலைத் தங்களது நாளின் ஒரு பகுதியாக ஆக்கிக் கொண்டிருந்தனர். அவர்களில் பலரும் தங்களது நாளை, நன்றியுணர்தல் உணர்வோடும் எண்ணத்தோடும் துவக்குகின்றனர்.

அற்புதமான மனிதரும், வெற்றிகரமான தொழில்முனைவோருமான 'ஜோ சுகர்மேன்', **இரகசியம்** திரைப்படத்தைப் பார்த்துவிட்டு என்னைத் தொடர்பு கொண்டார். அப்படத்தில் தனக்கு மிகவும் பிடித்த பகுதி நன்றியுணர்தல் செயல்முறை பற்றியது என்று அவர் என்னிடம் தெரிவித்தார். அவரது நன்றியுணர்தல் உபயோகம்தான் அவர் தன்

வாழ்வில் சாதித்த அனைத்திற்கும் பங்களிப்பு செய்துள்ளது என்றும் கூறினார். அவர் தன்னை நோக்கி ஈர்த்துக் கொண்ட மாபெரும் வெற்றிகளுக்குப் பிறகும் கூட அவர் தொடர்ந்து தினமும் சிறுசிறு விஷயங்களில் கூட நன்றியுணர்தலைப் பயன்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறார். கார் நிறுத்த இடம் கிடைத்தவுடன் அவர் எப்போதும் 'நன்றி' என்று உணர்வுபூர்வமாகக் கூறத் தவறுவதில்லை. நன்றியுணர்தலின் சக்தியையும், அது தன் வாழ்வில் கொண்டுவந்து சேர்த்த அனைத்துச் சிறப்பான விஷயங்களையும் அவர் அறிந்திருந்ததால், நன்றியுணர்தல் இன்று அவரது வாழ்க்கை முறையாகவே மாறிவிட்டது.

நான் படித்த எல்லாவற்றிலிருந்தும், **இரகசியத்தைப்** பயன்படுத்தி என் வாழ்வில் நான் பெற்ற அனைத்து அனுபவங்களில் இருந்தும் தனித்து மேலோங்கி இருப்பது நன்றியுணர்வின் சக்திதான். **இரகசியத்தைப்** படித்துணர்ந்து ஒரே ஒரு விஷயத்தை மட்டும் பின்பற்றுவது என்று நீங்கள் தீர்மானித்தீர்கள் என்றால், நன்றியுணர்தலைக் கடைபிடியுங்கள் – அது உங்களது வாழ்க்கைமுறை ஆகும் வரை.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

உங்களிடம் ஏற்கனவே இருப்பவை பற்றி நீங்கள் வித்தியாசமாக உணரத் துவங்கியதும், நீங்கள் சிறந்த விஷயங்களை இன்னும் அதிகமாக உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். நீங்கள் நன்றி செலுத்த வாய்ப்பளிக்கும் சந்தர்ப்பங்கள் உங்களுக்கு மேலும் மேலும் கிட்டும். நீங்கள் உங்களைச் சுற்றிலும் உற்று நோக்கி, "நான் விரும்பும் கார் என்னிடம் இல்லை. நான் ஆசைப்படும் வீடு எனக்குக் கிடைக்கவில்லை. நான் ஏங்கிய மனைவி எனக்குக் கிட்டவில்லை. நான் விரும்பிய ஆரோக்கியம் என்னிடம் இல்லை," என்று கூறிக்கொண்டு திரிகிறீர்களா? போதும், போதும், நிறுத்துங்கள்! அவையெல்லாம் உங்களிடம் இல்லாதவை. அதில் கவனம் செலுத்தாமல், ஏற்கனவே உங்களிடம் இருக்கும் நன்றி பாராட்டத்தக்க விஷயங்களில் கவனம் செலுத்துங்கள். அது இதைப் படித்துக் கொண்டிருக்கும் உங்களது கண்களாக இருக்கலாம். உங்களிடம் இருக்கும் நேர்த்தியான உடைகளாக இருக்கலாம். உங்களிடம் ஏற்கனவே இருப்பவை குறித்த நன்றியுணர்வு உங்களிடம் தோன்றும்போது, நீங்கள் விரும்புபவை உங்களை விரைவாக வந்தடையும்.

> "தங்கள் வாழ்க்கையில் மற்ற எல்லாவற்றிலும் சரியான ஒழுங்கைக் கொண்டிருப்பவர்கள் கூட வறுமையில் உழலக் காரணம் அவர்களிடம் நன்றியுணர்தல் இல்லாதிருப்பதுதான்."
>
> *வாலஸ் வாட்டில்ஸ்*

உங்களிடம் ஏற்கனவே இருப்பவை குறித்து நீங்கள் நன்றியற்றவர்களாக இருந்தால், சிறப்பானவற்றை இன்னும் அதிகமாக உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் கொண்டு வருவது இயலாத காரியம். ஏன்? நீங்கள் நன்றியற்றவர்களாக இருக்கும்போது வெளிப்படுத்தும் அனைத்து உணர்ச்சிகளும் எண்ணங்களும் எதிர்மறையானவையாக இருக்கும். அது பொறாமை, காழ்ப்புணர்ச்சி, அதிருப்தி, இல்லாமை போன்ற எந்த உணர்வுகளாகவும் இருக்கலாம். அந்த உணர்வுகள், உங்களுக்கு வேண்டியதைக் கண்டிப்பாகக் கொண்டுவராது. அது நீங்கள் வேண்டாம் என்று நினைப்பவற்றைத்தான் அதிகமாக உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்கும். அந்த எதிர்மறை உணர்ச்சிகள், உங்களுக்கு நல்லது செய்ய இருப்பவற்றைக்கூட உங்களிடம் அண்டவிடாமல் செய்துவிடும். உங்களுக்கு ஒரு புதிய கார் வேண்டும் என்று வைத்துக் கொள்வோம். ஆனால் ஏற்கனவே உங்களிடம் இருக்கும் பழைய கார் மீது உங்களுக்கு நன்றியுணர்வு இல்லையென்றால், அந்த ஆதிக்க உணர்வைத்தான் நீங்கள் பிரபஞ்சத்திற்கு அனுப்பிக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

இப்போது உங்களிடம் இருப்பவை குறித்து நன்றியோடு இருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் நன்றி பாராட்டக்கூடிய அனைத்து விஷயங்கள் குறித்தும் சிந்திக்கத் துவங்கினால், அப்படி நன்றியுணர்தலோடு இருக்கும் மேலும் பல விஷயங்கள் குறித்து வரும் கணக்கற்ற எண்ணங்களால் நீங்கள் ஆச்சரியப்பட்டுப் போவீர்கள். நீங்கள் அதைச் செய்யத் துவங்க வேண்டும். அவ்வளவுதான். ஈர்ப்பு விதி அந்த நன்றிபாராட்டும் எண்ணங்களைப் பெற்றுக் கொண்டு, மேலும் அதே போன்ற எண்ணங்களை உங்களுக்கு அளிக்கும். நன்றியுணர்தல் அலைவரிசையில் நீங்கள் நிலை கொண்டிருப்பீர்கள். வாழ்வின் சிறப்பான அம்சங்கள் உங்களை நோக்கி அணிவகுத்துப் புறப்பட்டு விடும்.

> "நன்றியுணர்தலை தினசரிப் பழக்கமாக்கிக் கொண்டால், அது உங்களது செல்வம் உங்களை வந்தடையும் வாய்க்கால்களில் ஒன்றெனச் செயல்படும்."
>
> *வாலஸ் வாட்டில்ஸ்*

லீ புரோவர்

நூலாசிரியர், ஆசிரியர் மற்றும் செல்வச் சேகரிப்புப் பயிற்சியாளர்

"எதுவுமே சரியாக நடப்பதில்லை," அல்லது "நிலைமை மோசமாகிக் கொண்டிருக்கிறது" என்று புலம்ப நேர்ந்த சூழல்களை நாம் ஒவ்வொருவரும் நம் வாழ்வில் கண்டிப்பாகச் சந்தித்திருப்போம். என் குடும்பத்திலும் அப்படிப்பட்ட ஒரு சூழல் ஏற்பட்டபோது, சாலையோரம் கிடந்த சாதாரணக் கூழாங்கல் ஒன்றை நான் கண்டெடுத்தேன். அதை என் பாக்கெட்டில் போட்டுக் கொண்டு, "இக்கல்லைத் தொடும்போதெல்லாம் நன்றி பாராட்டக்கூடிய ஏதாவது ஒரு விஷயத்தை நினைத்துக் கொள்ளப் போகிறேன்" என்று எனக்கு நானே கூறிக் கொண்டேன். அதனால் ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் எழுந்தவுடன் என் ஒப்பனை மேஜை மீது இருக்கும் அக்கல்லை எடுத்து என் பாக்கெட்டில் போட்டுக் கொண்டு, நான் நன்றியுணர்வுடன் இருக்கும் விஷயங்களை எல்லாம் நினைவுகூர்வேன். அதே போல இரவிலும் என் பாக்கெட்டைக் காலி செய்யும்போது மீண்டும் அதையே செய்வேன்.

இது தொடர்பாக எனக்கு ஓர் அற்புதமான அனுபவம் ஏற்பட்டது. ஒரு சமயம் நான் வைத்திருந்த அக்கல் கீழே விழுந்துவிட்டது. அப்போது என்னுடன் இருந்த தென்னாப்பிரிக்க நண்பர் ஒருவர், "அது என்ன?" என்று கேட்டார். நான் அவருக்கு அக்கல்லைப் பற்றி விவரித்தேன். அவர் அதை 'நன்றியுணர்வுக் கல்' என்றழைத்தார். பின் அவர் தனது சொந்த நாடான தென்னாப்பிரிக்காவுக்குச் சென்று விட்டார். இரண்டு வாரங்கள் கழித்து அவரிடமிருந்து எனக்கு ஒரு மின்னஞ்சல் வந்தது. அதில் அவர், "என் மகன் ஓர் அபூர்வமான வியாதியால் இறந்து கொண்டிருக்கிறான். அது ஒருவிதமான ஈரல் அழற்சி நோய். எனக்காக மூன்று நன்றியுணர்வுக் கற்களை அனுப்ப முடியுமா?" என்று கேட்டிருந்தார். அது நான் தெருவோரம் கண்டெடுத்தக் கல். அதனால் அவருக்கு, "சரி, அனுப்புகிறேன்" என்று பதிலளித்தேன். அக்கற்கள் தனித்துவம் வாய்ந்தவையாக இருக்க வேண்டும் என்ற நினைவோடு அருகிலிருந்த ஒரு நீரோடைக்குச் சென்று சில நல்ல கற்களைப் பொறுக்கியெடுத்து அவருக்கு அனுப்பி வைத்தேன்.

நான்கைந்து மாதங்கள் கழித்து அவரிடமிருந்து பதில் வந்தது. அதில் அவர், "என் மகன் இப்பொழுது தேறிவிட்டான். நன்றாக உள்ளான். உங்களுக்கு இன்னொரு விஷயத்தையும் குறிப்பிட்டாக வேண்டும். ஒரு நன்றியுணர்வுக் கல் தலா பத்து டாலர் வீதம் ஆயிரம் கற்களை விற்று அதை அறக்காரியங்களுக்காக நாங்கள் கொடுத்தோம். உங்களுக்கு எங்கள் நன்றி உரித்தாகுக!" என்று எழுதியிருந்தார்.

ஆகவே, நன்றியுணர்தல் மனப்பான்மையக் கொண்டிருத்தல் மிகவும் முக்கியமானது.

காலம், வெளி, மற்றும் புவியீர்ப்பு விசை ஆகியவற்றைப் பற்றி நாம் கொண்டிருந்த பார்வையை ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டீன் புரட்சிகரமாக மாற்றினார். அவருடைய வறுமையான பின்புலத்தையும், அவரது எளிய துவக்கத்தையும் கணக்கில் எடுத்துக் கொண்டால், அவர் பின்னாளில் இப்படிப்பட்டச் சாதனைகளையெல்லாம் சாதிப்பார் என்று எவரொருவரும் கற்பனை செய்திருக்க முடியாது. **இரகசியம்** பற்றி அவருக்கு நிறையத் தெரிந்திருந்தது. அவர் ஒரு நாளைக்கு நூற்றுக்கணக்கான முறை 'நன்றி' என்று கூறிக்கொண்டேயிருப்பார். அவருக்கு முன்னால் இருந்த அறிவியல் அறிஞர்கள் அளித்த பங்களிப்புகளுக்காக அவர்களுக்கு ஐன்ஸ்டீன் நன்றி தெரிவிப்பார். அது அவரது வேலையில் இன்னும் அதிகமாகக் கற்றுக் கொள்ளவும், சாதிக்கவும் வழிவகுத்தது. இறுதியாக, அவர் இதுவரை வாழ்ந்து வந்த மிகச்சிறந்த அறிவியல் அறிஞர்களில் ஒருவராகத் திகழ்ந்தார்.

உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அதைப் பெற்றுக் கொள்வதை விரைவுபடுத்த, படைப்பியக்கச் செயல்முறையில் நன்றியுணர்தலையும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். படைப்பியக்கச் செயல்முறையின் முதற்படியில் பாப் பிராக்டர், உங்களுக்கு எது வேண்டுமோ அதைக் 'கேளுங்கள்' என்று கூறியிருந்த அறிவுரை நினைவில் இருக்கிறதா? அப்படிக் கேட்கும்போது உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அதை ஒரு நோட்டுப் புத்தகத்தில் எழுதத் துவங்குங்கள். "ஒவ்வொரு வாக்கியத்தையும் இப்படித் துவங்குங்கள்: என் மனம் மகிழ்ச்சியாலும், நன்றிப்பெருக்காலும் நிறைந்துள்ளது. ஏனெனில்..." (மீதியை நீங்கள் பூர்த்தி செய்து கொள்ளவும்).

நீங்கள் விரும்பியவை ஏற்கனவே கிடைத்துவிட்டது போல அதற்கு நன்றி

தெரிவிக்கும்போது, நீங்கள் பிரபஞ்சத்திற்குச் சக்திமிக்கச் சமிக்கையை அனுப்புகிறீர்கள். உங்களை இன்னும் வந்தடையாத ஒன்று குறித்து இப்போதே நன்றியுணர்வுடன் இருப்பதால், அது ஏற்கனவே உங்கள் வாழ்க்கையை வந்தடைத்துவிட்டது என்று அச்சமிக்கை தெரிவிக்கிறது. காலையில் படுக்கையைவிட்டு எழுந்திருக்கும் முன்பு, அன்றைய தினம் ஏற்கனவே முடிந்து விட்டது போல, அந்த நாள் சிறப்பாக அமைந்ததற்காக முன்னதாகவே நன்றி தெரிவிக்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

நான் **இரகசியத்தைக்** கண்டுபிடித்து, அதை இவ்வுலகில் உள்ள ஒவ்வொருவருடனும் பகிர்ந்து கொள்ளும் காட்சியை என் மனத்தில் பதிய வைத்துக் கொண்ட கணத்திலிருந்து, உலக மக்களுக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொண்டுவரவிருக்கும் **இரகசியம்** திரைப்படத்திற்கு ஒவ்வொரு நாளும் நன்றியுணர்தலைத் தெரிவிக்கத் தவறவில்லை. அந்த அறிவை எப்படித் திரைக்குக் கொண்டுவரப் போகிறோம் என்பது குறித்து எனக்கு எந்தவித யோசனையும் அப்போது இருக்கவில்லை. ஆனால் அதற்கான வழியைக் கவர்ந்திழுப்பேன் என்று நான் நம்பினேன். நான் கவனத்தைச் சிதறவிடாமல், எனக்கு முடிவாக என்ன வேண்டுமோ அதிலேயே குறியாக இருந்தேன். முடிவு தெரிவதற்கு முன்பாகவே நான் அது குறித்து ஆழமான நன்றியுணர்ச்சியைக் காட்டினேன். அதுவே என் மனநிலையாக மாறிவிட்டதால், அணையின் மதகுகள் திறந்தாற்போல அனைத்து மாயாஜாலங்களும் என் வாழ்வில் பரவின. **இரகசியம்** திரைப்படக் குழுவினரும் நானும் அன்று உணர்ந்த அந்த ஆழமான நன்றியுணர்வு இன்றுவரை தொடர்கிறது. ஒவ்வொரு கணத்திலும் அந்த நன்றியுணர்வு எதிரொலித்துக் கொண்டிருக்கும் ஒரு குழுவாக நாங்கள் மாறினோம். அதுவே எங்களது வாழ்க்கை முறையானது.

அகக்காட்சிப்படைப்பின் சக்திமிக்கச் செயல்முறைகள்

அகக்காட்சிப்படைப்பு என்னும் செயல்முறையைப் பல நூற்றாண்டுகளாக வாழ்ந்துவந்த மாபெரும் ஆசான்களும், அவதாரப் புருஷர்களும், இன்று நம்மோடு வாழ்ந்துவரும் தலைசிறந்த ஆசான்களும்

போதித்து வந்துள்ளனர். 1912ல் எழுதப்பட்ட சார்லஸ் ஹானலின் 'தி மாஸ்டர் கீ சிஸ்டம்' என்ற புத்தகத்தில், அகக்காட்சிப்படைப்பை முழுமையாக அறிந்து கொள்வதற்காக இருபத்து நான்கு வாரப் பயிற்சிகளை அவர் அளித்துள்ளார். (உங்களது எண்ணங்களை வெற்றி கொள்ள, அவரது மொத்த மாஸ்டர் கீ சிஸ்டம் உதவும்.)

மனச்காட்சிப்படைப்பு மிகவும் சக்திவாய்ந்ததாக விளங்குவதற்குக் காரணம், உங்களுக்கு எது வேண்டுமோ அதை நீங்கள் பெற்றிருப்பது போன்ற காட்சியை உங்கள் மனத்தில் உருவாக்குவதால், அதை இப்போதே பெற்றிருக்கும் உணர்வையும் எண்ணங்களையும் படைக்கிறீர்கள். சுருக்கமாகக் கூறினால், எண்ணங்களைக் காட்சி வடிவில் சக்தியுடன் உருவாக்குவதுதான் அகக்காட்சிப்படைப்பு. அதனால் அது அதே போன்ற சக்தியுள்ள உணர்வுகளையும் உருவாக்குகின்றது. நீங்கள் அகக்காட்சிப்படைப்பில் ஈடுபடும்போது, பிரபஞ்சத்திற்கு ஆற்றல் வாய்ந்த அலைவரிசையை அனுப்பிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஈர்ப்பு விதி அச்சக்தி வாய்ந்த சமிக்கைகளைப் பெற்றுக் கொண்டு, நீங்கள் உங்கள் மனத்தில் எப்படிப் பார்த்தீர்களோ அப்படியே அக்காட்சியை உங்களுக்குத் திருப்பி அனுப்பும்.

முனைவர் டென்னிஸ் வெயிட்லி

நான் அப்போலோ விண்வெளித் திட்டத்திலிருந்து இந்த அகக்காட்சிப்படைப்புச் செயல்முறையைக் கடன் வாங்கி, 1980களிலும் 90களிலும் ஒலிம்பிக் திட்டத்தில் அதை இணைத்தேன். அதற்கு 'விஷுவல் மோட்டார் ரிகர்சல்' என்று பெயர்.

நீங்கள் மனத்தில் காட்சியாக எதைப் படைக்கிறீர்களோ அது உண்மையிலேயே உங்கள் முன் தோன்றும். மனம் குறித்த ஒரு சுவாரசியமான விஷயத்தை உங்களிடம் பகிர்ந்து கொள்கிறேன். நாங்கள் ஒலிம்பிக் ஓட்டக்காரர்கள் சிலரைத் தேர்ந்தெடுத்து அவர்கள் பங்கேற்கவிருந்த ஒலிம்பிக் நிகழ்ச்சிகளில் ஓடுவதை அவர்களுடைய மனத்தில் காட்சியாகக் கற்பனை செய்யுமாறு கூறினோம். அப்போது அவர்களை அதிநவீன பயோஃபீட்பேக் கருவியோடு பிணைத்தோம். அவர்கள் ஓடுதளத்தில் ஓடும்போது எந்தத் தசைகள் எந்த வரிசைக்கிரமத்தில் செயல்படுமோ அதே போன்றே, அவர்கள் கற்பனையாக ஓடும்போதும்

செயல்பட்டதைக் கண்டு பிரமித்துப் போனோம். இது எப்படிச் சாத்தியம்? ஏனெனில் அது உண்மையாக நடைபெறுகிறதா அல்லது கற்பனையில் நடைபெறுகிறதா என்பதை மனத்தால் வேறுபடுத்திப் பார்க்க முடியாது. நீங்கள் மனத்திற்குள் நுழைந்தால், உடலினுள்ளும் நுழையலாம்.

கண்டுபிடிப்பாளர்களையும் அவர்களது கண்டுபிடிப்புகளையும் பற்றிக் கொஞ்சம் நினைத்துப் பாருங்கள். ரைட் சகோதரர்களும் விமானமும். ஜார்ஜ் ஈஸ்ட்மேனும் புகைப்படச் சுருளும். எடிசனும் மின்விளக்கும். அலெக்சாண்டர் கிரகாம் பெல்லும் தொலைபேசியும். ஏதாவது ஒன்று படைக்கப்பட்டதற்கோ கண்டுபிடிக்கப்பட்டதற்கோ ஒரே ஒரு காரணம் தான் இருந்திருக்க முடியும். அதை யாரோ ஒருவர் தன் மனத்தில் காட்சியாகப் பார்த்திருக்க வேண்டும். அதை அவர்கள் தெளிவாகப் பார்த்தனர். அதன் இறுதி வடிவத்தை ஒரு காட்சியாக, ஒரு படமாகத் தங்களது மனச்சிம்மாசனத்தில் அமர்த்தினர். அவர்களது கண்டுபிடிப்புகளை, பிரபஞ்சத்தின் அனைத்துச் சக்திகளும் அவர்கள் மூலமாக இவ்வுலகிற்குக் கொண்டு வந்தன.

இவர்கள் **இரகசியத்தை** அறிந்திருந்தனர். கண்ணுக்குப் புலப்படாத சக்திகள் மீது அவர்களுக்கு அசைக்கவொண்ணாத நம்பிக்கை இருந்தது. தங்களுடைய கண்டுபிடிப்புகளை நிஜ உலகிற்குக் கொண்டுவர, பிரபஞ்சத்தின் உதவியை நாடக்கூடிய சக்தி தங்கள் மனத்தினுள் புதைந்து கிடப்பதை அவர்கள் உணர்ந்திருந்தனர். அவர்களுடைய ஆழமான நம்பிக்கையும் வளமான கற்பனையும் மனித குலத்தின் பரிணாம வளர்ச்சிக்கு வித்திட்டன. இன்று ஒவ்வொரு நாளும் நாம் அதன் பலன்களை அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறோம்.

நீங்கள் ஒருவேளை 'இப்படிப்பட்ட மாபெரும் கண்டுபிடிப்பாளர்களிடம் இருந்தது போன்ற மனம் என்னிடம் இல்லை' என்று யோசித்துக் கொண்டிருக்கலாம். 'அவர்களால் அவற்றைக் கற்பனை செய்ய முடிந்தது, ஆனால் என்னால் முடியாது' என்ற ரீதியில் உங்கள் சிந்தனை போகலாம். உங்களது நினைப்பு உண்மையிலிருந்து வெகு தூரத்தில் இல்லை. ஆனால் இப்புத்தகத்தை நீங்கள் தொடர்ந்து படிக்கும்போது, உங்களிடமும் அவர்களிடமிருந்தது போன்ற அதே மனம் உள்ளது என்பதையும், அதைவிட மேலான விஷயங்களும் உள்ளன என்பதையும் கற்றுக் கொள்வீர்கள்.

மைக் டூலி

நீங்கள் அகக்காட்சிப்படைப்பில் ஈடுபட்டிருக்கும்போது, உங்கள் மனத்தில் அக்காட்சிகளை ஓடவிட்டுக் கொண்டிருக்கும்போது, எப்போதும் இறுதி விளைவை மனத்தில் இருத்தியே அதைச் செய்யுங்கள்.

இதோ ஓர் உதாரணம்: உங்களுடைய கைகளை உங்கள் முன்னால் நீட்டிக் கொள்ளுங்கள். அதன் மேற்புறத்தைப் பாருங்கள். கவனமாக உற்று நோக்குங்கள். உங்கள் தோலின் நிறத்தை, சுருக்கங்களை, இரத்த நாளங்களை, வளையங்களை, விரல் நகங்களை நோக்குங்கள். அவற்றை நன்றாக நுணுக்கமாகப் பாருங்கள். இப்போது உங்கள் கைகளை மெதுவாக மூடத் துவங்குங்கள். அப்படி மூடும் முன்பாக உங்கள் விரல்கள் ஒரு புத்தம்புதிய காரின் ஸ்டியரிங் வீலைப் பிடித்திருப்பதை அகக்காட்சியில் பாருங்கள்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

அது ஒரு முப்பரிமாணக் காட்சி அனுபவமாக விளங்கும். அக்கணத்தில் அதுதான் நிஜம் என்பது போல. உங்களிடம் ஏற்கனவே அது இருப்பதாக நீங்கள் உணர்வதால், நமக்கு எதற்கு இன்னொரு கார் என்று நீங்கள் வியக்கும் அளவு தத்ரூபமாக அது அமையும்.

நீங்கள் அகக்காட்சிப்படைப்பில் ஈடுபடும்போது எந்த நிலையை அடைய வேண்டும் என்பதை முனைவர் ஜோ விட்டாலேயின் வார்த்தைகள் மிகச் சிறப்பாகத் தொகுத்துள்ளன. நீங்கள் கண்களைத் திறந்து இந்தப் பௌதீக உலகிற்குள் மீண்டும் பிரவேசிக்கும்போது உங்களுக்குள் ஒரு மின்னல் வெட்டினால், உங்களது அகக்காட்சிப்படைப்பு நிஜமாகிவிட்டதென்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஆனால் அந்த நிலை நிஜமானது; அந்தத் தளம் உண்மையானது. அங்குதான் எல்லாமே படைக்கப்படுகின்றன. அந்த நிஜத் தளத்தின் விளைவுதான் பௌதீக யதார்த்தம். உங்களது அகக்காட்சிப்படைப்பின் மூலமாக அந்த நிஜப் படைப்புலகினுள் நுழைந்து அதை ஏற்கனவே உணர்ந்துவிட்டீர்கள் என்பதால்தான் அது இனியும் தேவைப்படுவதுபோல உங்களுக்குத் தோன்றுவதில்லை. அத்தளத்தில் எல்லாமே உங்களுக்கு நிகழ்காலத்தில் நிகழ்கிறது. அதை உணரும்போது நீங்கள் அதை அறிந்து கொள்வீர்கள்.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

உணர்வுதான் உண்மையிலேயே ஈர்ப்பை உண்டாக்குகிறது; அகக்காட்சிப்படைப்போ அல்லது எண்ணங்களோ மட்டும் ஈர்ப்பைத் தோற்றுவிப்பதில்லை. நிறையப் பேர், "நான் நன்னம்பிக்கை எண்ணங்களைச் சிந்தித்தாலோ அல்லது எனக்கு வேண்டியதை அகக்காட்சியில் படைத்தாலோ போதும்," என்று நினைக்கின்றனர். ஆனால் அப்படிச் செய்தபிறகு, அபரிமிதமாக இருப்பதாகவோ அன்புடனும் மகிழ்ச்சியுடனும் இருப்பதாகவோ நீங்கள் உணரவில்லை என்றால், அது ஈர்ப்புச் சக்தியை உருவாக்காது.

பாப் டாயில்

அக்காருக்குள் நிஜமாகவே இருக்கிறோம் என்ற உணர்வு நிலையில் நீங்கள் உங்களை இருத்திக் கொள்கிறீர்கள். "எனக்கு அந்தக் கார் கிடைத்தால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும்" என்றோ, "ஒரு நாள் நான் அக்காருக்குச் சொந்தக்காரனாக இருப்பேன்" என்றோ நினைக்கக் கூடாது. ஏனெனில், அது அந்த உணர்வோடு நெருங்கிய தொடர்புடையது. அது இக்கணத்தில் இல்லை. வருங்காலத்தில் உள்ளது. அந்த உணர்வில் நீங்கள் நிலைத்திருந்தால் அது எப்போதும் வருங்காலத்தில்தான் இருந்து கொண்டேயிருக்கும்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

பிரபஞ்சத்தின் சக்தி தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளும் திறந்த கதவாக, உங்களுடைய அந்த உணர்வும் உங்களுடைய அகக்காட்சியும் செயல்படும்.

> "அச்சக்தி என்னவென்று என்னால் கூற இயலாது. ஆனால் அது இருக்கிறது என்பதை மட்டும் நான் அறிவேன்."
>
> *அலெக்சான்டர் கிரஹாம் பெல்* (1847-1922)

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

'எப்படி' என்று கண்டுபிடிப்பது நமது வேலையல்ல. 'எது' என்பதில் காட்டப்படும் நம்பிக்கை மற்றும் அர்ப்பணிப்பு மூலமாக, 'எப்படி' என்பது வெளிப்படும்.

மைக் டூலி

'எப்படி' என்பது பிரபஞ்சத்தின் அதிகார எல்லைக்கு உட்பட்டது. உங்களுடைய கனவை நீங்கள் சுருக்கமாகவும் விரைவாகவும் இணக்கமாகவும் சென்றடையக் கூடிய வழியைப் பிரபஞ்சம் அறியும்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

நீங்கள் பிரபஞ்சத்திடம் ஒரு விஷயத்தை ஒப்படைத்துவிட்டால், அது உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்கப்படும் விதத்தைப் பார்த்துக் கண்டிப்பாகப் பயங்கர ஆச்சரியமும் திகைப்பும் அடைவீர்கள். இங்குதான் மாயாஜாலங்களும் அற்புதங்களும் நிகழ்கின்றன.

நாம் அகக்காட்சிப்படைப்பை மேற்கொள்ளும்போது, ஐம்பூதங்களையும் களத்திற்குள் கொண்டு வருகிறோம் என்பதை **இரகசியத்தைப்** போதிக்கும் ஆசான்கள் அனைவரும் உணர்ந்திருந்தனர். நீங்கள் உங்கள் மனத்திற்குள் காட்சியைக் கண்டு, அதை உணர்வுபூர்வமாக உணரும் போது, இக்கணத்தில் அதை உண்மையிலேயே உடைமையாக்கிக் கொண்டிருப்பது போல உணரும் நம்பிக்கைத் தளத்திற்கு நீங்கள் உங்களை அழைத்துச் செல்கிறீர்கள். 'எப்படி' என்பது குறித்துத் துளிக்கூடக் கவலையின்றி, இறுதி வடிவில் உங்களது முழுக் கவனத்தைச் செலுத்தி, அதை உணர்வுபூர்வமாக உணர்வதன் மூலம் பிரபஞ்சத்தின் மீது நம்பிக்கையையும் விசுவாசத்தையும் ஏற்படுத்துகிறீர்கள். உங்கள் மனத்தில் இருக்கும் காட்சி ஏற்கனவே நடத்தி முடிக்கப்பட்ட ஒன்றாகத் தெரிகிறது. உங்களது உணர்வும் அவ்வாறே இயங்குகிறது. உங்களது மனதும், உங்களுடைய இருத்தலும், அதை ஏற்கனவே நடந்து முடிந்து விட்ட நிகழ்வாகக் கருதுகின்றன. இதுதான் அகக்காட்சிப்படைப்புக் கலை.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

இதை நீங்கள் தினமும் செய்ய வேண்டும் என்று விரும்புவதில் தவறில்லை. ஆனால் அதை ஒரு சடங்காக, சலிப்பூட்டும் வேலையாக ஆக்கிவிடக் கூடாது. இரகசியத்தைப் பொறுத்தவரை இங்கு முக்கியமானது மகிழ்ச்சியான மனநிலை. இந்த மொத்தச் செயல்முறையும் உங்களை மகிழ்ச்சிக் கடலில் ஆழ்த்த வேண்டும். எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு உவகையுடனும், இசைவுடனும், அதி உத்வேகத்துடனும் நீங்கள் இருக்க வேண்டும்.

அகக்காட்சிப்படைப்பைச் செய்யும் ஆற்றல் எல்லோருக்கும் இருக்கிறது. நான் அதை ஒரு சமையலறையின் காட்சியைக் கொண்டு உங்களுக்கு நிரூபித்துக் காண்பிக்கிறேன். ஆனால் இது வேலை செய்ய வேண்டுமானால், நீங்கள் உங்களது மனத்திலிருந்து உங்களுடைய சமையலறை குறித்த அனைத்து எண்ணங்களையும் தூக்கியெறிந்துவிட வேண்டும். உங்களுடைய சொந்தச் சமையலறை பற்றிச் சிந்திக்கவே கூடாது. உங்களது சமையலறையில் இருக்கும் பாத்திர அலமாரி, குளிர்சாதனப் பெட்டி, அடுப்பு, தரையின் அமைப்பு, சுவரின் வண்ணம் போன்றவற்றின் உருவங்களை உங்கள் மனத்திலிருந்து முற்றிலுமாக நீக்கி விடுங்கள்.

இப்பொழுது உங்கள் மனத்தில் உங்களுடைய சமையலறையின் காட்சி, தெளிவாகத் தெரிந்தது இல்லையா? நல்லது. நீங்கள் அகக்காட்சிப்படைப்பைச் செய்து முடித்து விட்டீர்கள்.

> "அவர்கள் அறிந்திருக்கிறார்களோ இல்லையோ,
> ஒவ்வொருவரும் அகக்காட்சிப்படைப்பை
> மேற்கொள்கின்றனர். அகக்காட்சிப்படைப்பு
> வெற்றியின் மாபெரும் இரகசியங்களில் தலையாயது."

ஜெனிவீவ் பெகரென்ட் (1881-1960)

அகக்காட்சிப்படைப்பு குறித்து இதோ ஒரு சுவாரசியமான தகவல். டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி தன்னுடைய சிறப்புக் கருத்தரங்குகளில் இதைப் பகிர்ந்து கொள்கிறார். அவர் தெரிவிப்பது இதுதான்: நிலையாக

இருக்கும் ஒரு காட்சியையோ அல்லது படத்தையோ கற்பனை செய்தால் அதை மனத்தில் நிலைகொள்ளச் செய்வது சிரமம்; அதனால் உங்கள் காட்சியில் ஏராளமான இயக்கங்கள் இருக்கும்படிப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

இதை உறுதி செய்துகொள்ள, நாம் மீண்டும் சமையலறை உதாரணத்தையே எடுத்துக் கொள்ளலாம். இப்போது இப்படிக் கற்பனை செய்யுங்கள். நீங்கள் சமையலறைக்குள் நுழைகிறீர்கள். குளிர்சாதனப் பெட்டியை அணுகி, அதன் கைப்பிடியைப் பிடித்துக் கதவைத் திறந்து, உள்ளே ஒரு குளிரான தண்ணீர் பாட்டிலில் இருப்பதைப் பார்க்கிறீர்கள். கையை உள்ளே விட்டு அதை வெளியே எடுக்கிறீர்கள். அந்தப் பாட்டிலைத் தொடும்போது அதன் குளிர்ச்சி உங்கள் கரங்களைத் தாக்குவதை உணர்கிறீர்கள். ஒரு கையில் பாட்டிலை வைத்துக் கொண்டு மறு கையால் குளிர்சாதனப் பெட்டியை மூடுகிறீர்கள். இப்பொழுது சமையலறையை, இயக்கங்களோடு மனக்கண்முன் பார்ப்பதால், அது சுலபமாகவும் மனத்தில் இருத்திக் கொள்ள உதவுவதாகவும் இருக்கிறது இல்லையா?

> "நாம் உணர்ந்துள்ளதைவிட அதிகமான சக்தியையும்,
> அதிகமான சாத்தியக்கூறுகளையும் நாம்
> கொண்டிருக்கிறோம்; அப்படிப்பட்ட மாபெரும்
> சக்திகளில் ஒன்றுதான் அகக்காட்சிப்படைப்பு ஆகும்."
>
> *ஜெனிவீவ் பெகரென்ட்*

நடைமுறை இயக்கத்தில் சக்திமிக்கச் செயல்முறைகள்

மார்சி ஷைமாஃப்

இப்படிப்பட்ட மாயாஜால வாழ்க்கை வாழ்பவர்களுக்கும், அப்படி இல்லாதவர்களுக்கும் இடையே ஒரே ஒரு வித்தியாசம்தான் உள்ளது. இப்படிப்பட்ட மாயாஜால வாழ்க்கை வாழ்பவர்கள், சில நியதிகளை ஏற்படுத்திக்

> கொண்டவர்கள். அவர்கள் ஈர்ப்பு விதியைப் பயன்படுத்தும் வித்தையைப் பழக்கமாக்கிக் கொண்டவர்கள்; அதனால் அவர்கள் செல்லுமிடங்களிலெல்லாம் மாயாஜாலங்கள் நிகழ்கின்றன. ஏனெனில் அவர்கள் அதை உபயோகிக்க மறப்பதில்லை. அதை ஏதோ ஒருமுறை மட்டும் உபயோகித்துவிட்டு மறந்து விடாமல், எல்லாச் சமயங்களிலும் பயன்படுத்துகின்றனர்.

சக்திமிக்க ஈர்ப்பு விதி குறித்தும் பிரபஞ்சத்தின் அப்பழுக்கற்றச் செயல்பாடு குறித்தும் மிகத் தெளிவாக எடுத்துரைக்கும் இரண்டு உண்மைக் கதைகளை இங்கு பார்ப்போம்.

முதல் கதை ஜீனி என்ற பெண்மணியைப் பற்றியது. அவள் **இரகசியம்** திரைப்படத்தின் ஒளித்தட்டை வாங்கி, அதன் சாராம்சம் தன் உடலின் ஒவ்வொரு அணுவிலும் நுழைய வேண்டும் என்பதற்காகக் குறைந்த பட்சம் தினசரி ஒரு முறையாவது பார்த்து வந்தாள். அவளைப் பாப் பிராக்டர் மிகவும் கவர்ந்தார். அவரைச் சந்தித்தால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும் என்று எண்ணினாள்.

ஒரு நாள் காலையில் ஜீனி தனக்கு வந்த அஞ்சல்களைப் பிரித்துக் கொண்டிருந்தாள். பாப் பிராக்டருக்கு வந்த கடிதத்தைத் தபால்காரர் தவறுதலாக அவளுடைய பெட்டியில் போட்டுவிட்டதைக் கண்டு ஆச்சரியம் அடைந்தாள். அவளுடைய வீட்டிலிருந்து நான்கு வீடுகள் தள்ளித்தான் பாப் பிராக்டர் வசித்து வருவது அவளுக்குத் தெரியாது. அதோடு அவளது வீட்டு எண்ணும், பாப் பிராக்டருடைய வீட்டு எண்ணும் ஒன்றுதான். அவள் அந்தக் கடிதத்தை எடுத்துக் கொண்டு அவருடைய வீட்டிற்குச் சென்றாள். கதவு திறந்தபோது பாப் பிராக்டரே அவள் முன்னால் வந்து நின்றதைக் கண்டு அவளுக்குச் சந்தோஷம் பிடிபடவில்லை. உலகெங்கிலும் பயணம் செய்து சொற்பொழிவாற்றி வருவதால், பாப் பிராக்டர் அத்தி பூத்தாற் போலத்தான் வீட்டில் இருப்பார். இப்படி நேரத்தைக் கனகச்சிதமாக உருவாக்கிக் கொடுத்த பிரபஞ்சத்தின் விந்தையை என்னவென்பது? பாப் பிராக்டரைச் சந்தித்தால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும் என்னும் ஜீனியின் எண்ணத்திலிருந்து, ஈர்ப்பு விதி, மக்களை, சூழல்களை, பிரபஞ்சமெங்கும் வியாபித்திருந்த நிகழ்வுகளை இயக்கி, அது நிகழுமாறு செய்தது.

இரண்டாவது கதை காலின் என்னும் பத்து வயதுச் சிறுவனைப் பற்றியது. அவன் **இரகசியம்** திரைப்படத்தைப் பார்த்திருந்தான். அது அவனுக்கு மிகவும் பிடித்திருந்தது. அவனது குடும்பம் ஒரு வார இறுதி விடுமுறையைக் கழிக்க டிஸ்னி வோர்ல்டுக்குச் சென்றது. முதல் நாள் அங்கு நீண்ட வரிசையில் அவர்கள் காத்துக் கிடக்க நேர்ந்தது. அதனால் அன்று இரவு தூங்குவதற்குச் சற்று முன்பு காலின், "நாளை எல்லாப் பெரிய சாகச விளையாட்டுகளிலும் கலந்து கொள்ள வேண்டும். ஆனால் ஒருபோதும் வரிசையில் காத்திருக்கக் கூடாது" என்று நினைத்துக் கொண்டான்.

அடுத்த நாள் காலையில் அவனும் அவனது குடும்பத்தினரும் எப்காட் மையத்தை, அப்பூங்கா திறக்கும் சமயத்தில் வந்தடைந்தனர். எப்காட்டில் அன்றைய தினத்தின் முதற்குடும்பமாக அவர்கள் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டுள்ளதை ஒரு டிஸ்னி ஊழியர் வந்து அறிவித்தார். முதல் குடும்பம் என்ற முறையில் அவர்களுக்கு முக்கிய விருந்தினர் அந்தஸ்து கிடைத்தது; உடன் வந்து வழிகாட்ட ஓர் ஊழியரும், எல்லாப் பெரிய சாகச விளையாட்டுகளுக்குச் சிறப்பு நுழைவுச் சீட்டுகளும் அவர்களுக்குக் கிடைத்தன. காலின் கேட்டதற்கும் அதிகமாகவே அவனுக்குக் கிடைத்தது.

அன்று காலை எப்காட்டில் நுழைய நூற்றுக்கணக்கான குடும்பங்கள் நின்று கொண்டிருந்தன. தன்னுடைய குடும்பம், முதல் குடும்பமாக ஏன் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டது என்பதில் காலினுக்குத் துளிக்கூடச் சந்தேகம் ஏதும் கிடையாது. **இரகசியத்தை** உபயோகித்ததால்தான் அது நிகழ்ந்தது என்பதை அவன் அறிந்திருந்தான்.

உலகையே மாற்றும் சக்தி உங்களுக்குள் இருக்கிறது என்பதைப் பத்து வயதிலேயே கண்டுபிடித்துவிட்டால் ஒருவரது வாழ்க்கை எப்படி இருக்கும் என்று கற்பனை செய்து பாருங்கள்!

> "உங்களது கற்பனைக் காட்சி பௌதீக வடிவத்தைப்
> பெறுவதை எந்தச் சக்தியாலும் தடுத்து நிறுத்த
> முடியாது, அதை முதலில் பிறப்பித்த உங்களைத் தவிர."
>
> *ஜெனிவீவ் பெரென்ட்*

ஜேம்ஸ் ரே

மக்களின் கவனம் எதிலுமே கொஞ்ச காலம் மட்டுமே நிலைத்திருக்கும். அதில் அவர்கள் வல்லவர்கள். அவர்கள், "நான் மிகுந்த உத்வேகத்துடன் இருக்கிறேன். நான் இந்த நிகழ்ச்சியைப் பார்த்தேன். என் வாழ்க்கையையே மாற்றி அமைக்கப் போகிறேன்" என்று முழங்குவார்கள். ஆனாலும் எதிர்பார்த்த விளைவுகள் ஏற்படாது. நிலமட்டத்திற்குச் சற்றுக் கீழே அது துளிர்த்து வெளியே வரத் தயாராகக் காத்திருக்கும். ஆனால் அந்த நபர் மேல்மட்டத்தைப் பார்த்துவிட்டு, "இது ஒன்றும் சரிப்பட்டு வராது" என்று கூறுவார். என்ன நடக்கும் தெரியுமா? பிரபஞ்சம் இப்படிப் பதிலளிக்கும்: "தங்கள் கட்டளை என் பாக்கியம்." அது துளிர்த்து மேலே வரவே வராது.

நீங்கள் உங்களுடைய மனத்தினுள் ஒரே ஒரு சந்தேகம் நுழைய அனுமதித்துவிட்டால், ஈர்ப்பு விதி அடுத்தடுத்தச் சந்தேகங்களை வரிசையாக அணிவகுத்து நிறுத்தி வைத்து விடும். ஒரு சந்தேக எண்ணம் முளைவிட்டால் அதை உடனடியாகக் கிள்ளி எறிந்து விடுங்கள். அதை வந்த வழியே திருப்பி அனுப்பிவிடுங்கள். "நான் விரும்பியதை இப்போது பெறப் போகிறேன் என்பதை அறிவேன்" என்ற எண்ணத்தால் அவ்விடத்தை நிரப்புங்கள். அதை மனப்பூர்வமாக உணருங்கள்.

ஜான் அஸரப்

நான் ஈர்ப்பு விதி பற்றி அறிந்தவுடன் அதை நடைமுறையில் சோதித்துப் பார்த்துவிட விரும்பினேன். 1995ல் நான் 'அகக்காட்சிக் பலகை' என்ற ஒன்றை உருவாக்கினேன். நான் சாதிக்க விரும்புபவற்றை, அல்லது நான் ஈர்க்க விரும்பும் கார், கைக்கடிகாரம் அல்லது என் கனவு வாழ்க்கைத் துணைவி போன்றவற்றின் படங்களை வெட்டி அப்பலகையில் ஒட்டுவேன். ஒவ்வொரு நாளும் அலுவலகத்தில் உட்கார்ந்து கொண்டு அப்பலகையைப் பார்த்து 'அகக்காட்சிப்படைப்பை' உருவாக்கத் துவங்குவேன். அதை ஏற்கனவே பெற்றுவிட்ட மனநிலைக்கு உண்மையிலேயே நுழைவேன்.

பின்னர் நான் வேறு இடத்திற்குக் குடிபெயர்ந்தேன். நான் என்னுடைய சாமான்களை அட்டைப் பெட்டிகளில் போட்டு

ஓரிடத்தில் கொண்டுபோய் வைத்தேன். அடுத்த ஐந்து வருடங்களில் மூன்று இடங்களுக்கு மாறினேன். பின்னர் கலிபோர்னியா வந்தடைந்து இந்த வீட்டை வாங்கினேன். ஒரு வருடம் செலவழித்து அதைப் புதுப்பித்தேன். பின், ஐந்து வருங்களுக்கு முன்பு நான் அட்டைப் பெட்டியில் போட்டு வைத்திருந்த அனைத்துச் சாமான்களையும் அப்புது வீட்டிற்குக் கொண்டு வந்தேன். ஒரு நாள் காலையில் என் மகன் கீனன் என் அலுவலக அறைக்குள் வந்தான். ஐந்து வருடங்களாகத் திறக்கப்படாமல் இருந்த பெட்டிகளில் சில, வாசலருகே கிடந்தன. "அப்பா, இப்பெட்டிகளில் என்ன இருக்கிறது?" என்று அவன் கேட்டான். அவை என்னுடைய 'அகக்காட்சிப் பலைகைள்' என்று கூறினேன். அவன், "'அகக்காட்சிப் பலகை' என்றால் என்ன?" என்று கேட்டான். "நான் என்னுடைய இலக்குகளை அதில்தான் குறித்துக் கொள்வேன். நான் வாழ்க்கையில் சாதிக்க விரும்புபவற்றை இலக்குகளாக அதில் ஒட்டி வைப்பேன்" என்று பதிலளித்தேன். அவனுக்கு நான் கூறியது புரியவில்லை. அதனால் அவனிடம், "வா, நான் உனக்கு அதைக் காட்டுகிறேன். அப்போதுதான் உனக்கு எளிதாகப் புரியும்" என்று கூறி, பெட்டியருகே அவனை அழைத்துச் சென்றேன்.

நான் அப்பெட்டியைத் திறந்தேன். அதிலிருந்த ஒரு அகக்காட்சிப் பலகையில், நான் ஐந்து வருடங்களுக்கு முன்பு அகக்காட்சிப்படைப்பில் பார்த்த ஒரு வீட்டின் படம் இருந்தது. எனக்கு அதிர்ச்சியளித்த விஷயம் என்னவென்றால், அப்படத்தில் இருந்த வீட்டில்தான் நாங்கள் அப்போது வசித்துக் கொண்டிருந்தோம். அப்படத்தில் இருந்தது 'போன்ற' ஒரு வீடல்ல - படத்தில் இருந்த 'அதே' வீடு. நான் எனக்குத் தெரியாமலேயே என் கனவு வீட்டை வாங்கி, புதுப்பித்து, குடிபுகுந்துள்ளேன். நான் அப்படியே ஆடிப் போய்விட்டேன். அப்படத்தைப் பார்த்து அழத் துவங்கினேன். கீனன், "ஏனப்பா அழுகிறீர்கள்?" என்று கேட்டான். "கடைசியாக நான் ஈர்ப்பு விதி எப்படி வேலை செய்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொண்டேன். இறுதியில் அகக்காட்சிப்படைப்பின் முழு ஆற்றலையும் அறிந்து கொண்டேன். நான் படித்த அனைத்தையும், நான் என்னுடைய வாழ்க்கை முழுவதையும் எப்படி நடத்தி வந்தேன் என்பதையும், என் நிறுவனங்களை எப்படி உருவாக்கினேன் என்பதையும் புரிந்து கொண்டேன். அது

என் வீட்டு விஷயத்திலும் வேலை செய்துள்ளது. நான் என் கனவு வீட்டை வாங்கியிருக்கிறேன்; அதை அறிந்திருக்கக் கூட இல்லை."

"கற்பனைதான் எல்லாம். அது வாழ்க்கையில் வரப்போகும் வசந்தங்களின் முன்னோட்டம்."
ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டீன் (1879-1955)

நீங்கள் உங்கள் அகக்காட்சிப் பலகையை உருவாக்க உங்கள் கற்பனைக் குதிரையைத் தட்டி விடுங்கள். நீங்கள் விரும்பும் பொருட்களின் படங்களை, உங்கள் வாழ்க்கை எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று நீங்கள் விரும்புகிறீர்களோ, அது குறித்த படங்களை அதில் ஒட்டுங்கள். அப்படத்தை ஜான் அஸாரப் செய்தது போல, தினசரி நீங்கள் பார்க்கும் இடத்தில் வைத்திருந்து அதைப் பார்த்துக் கொண்டிருங்கள். அவை ஒவ்வொன்றும் உங்கள் வாழ்வில் மெய்யாகும்போது, அவற்றைப் பெற்றுக் கொண்டு, நன்றியுணர்வை அவற்றிற்குக் காணிக்கையாக்கி விட்டு, அப்படங்களை எடுத்துவிட்டுப் புதிய படங்களை அவ்விடத்தில் ஒட்டுங்கள். குழந்தைகளுக்கு ஈர்ப்பு விதியை அறிமுகப்படுத்த இது மிகச் சிறந்த வழி. உலகெங்கிலும் உள்ள ஆசிரியர்களையும், பெற்றோர்களையும் 'அகக்காட்சிப் பலகை'யின் உருவாக்கம் உத்வேகமூட்டும் என்று நான் நம்புகிறேன்.

இரகசியம் இணையத்தளக் குழுமத்தைச் சேர்ந்த ஒருவர் தன்னுடைய அகக்காட்சிப் பலகையில் **இரகசியம்** திரைப்பட ஒளித்தட்டின் படம் ஒன்றை ஒட்டி வைத்தார். அவர் அத்திரைப்படத்தைப் பார்த்திருந்தார், ஆனால் அதன் ஒளித்தட்டு அவரிடம் இருக்கவில்லை. அவர் தனது அகக்காட்சிப் பலகையைத் தயாரித்து இரண்டு நாட்கள் கழித்து, அந்த இணையத்தளக் குழுவில் செய்திகளை இடம்பெறச் செய்த முதல் பத்து பேருக்கு இலவசமாக **இரகசியம்** திரைப்பட ஒளித்தட்டைத் தருகிறேன் என்று ஓர் அறிவிப்பை வெளியிட நான் உந்தப்பட்டேன். அந்தப் பத்து பேரில் அவரும் ஒருவர். அவர் தனது அகக்காட்சிப் பலகையில் படத்தை ஒட்டி இரண்டு நாட்களுக்குள் **இரகசியம்** திரைப்பட ஒளித்தட்டு அவருக்குக் கிடைத்துவிட்டது. அது ஓர் ஒளித்தட்டோ அல்லது ஒரு வீடோ, எதுவாக வேண்டுமானாலும் இருக்கட்டும்; அதை மனத்தில்

உருவாக்கி நிஜமாகவே பெற்றுக் கொள்ளும்போது கிடைக்கும் உணர்வு அற்புதமானது.

அகக்காட்சியில் பார்த்து அதனால் பயனடைந்த மற்றொரு சக்திமிக்க உதாரணம் என் அம்மா ஒரு புதிய வீடு வாங்கிய அனுபவம் பற்றியது. ஒரு குறிப்பிட்ட வீட்டிற்கு விண்ணப்பித்திருந்த பலரில் என் அம்மாவும் ஒருவர். என் அம்மா அவ்வீட்டைத் தனதாக்கிக் கொள்ள **இரகசியத்தை** உபயோகிக்க முடிவு செய்தார். அவர் உட்கார்ந்து தனது பெயரையும் அப்புதிய வீட்டு முகவரியையும் சேர்த்துப் பலமுறை எழுதினார். அதுதான் அவருடைய முகவரி என்பது போல உணரும்வரை அவர் எழுதுவதை நிறுத்தவில்லை. பின் தனது வீட்டுச் சாமான்களை அவ்வீட்டில் அதனதன் இடத்தில் வைப்பது போலக் கற்பனை செய்தார். இது முடிந்து ஒரு சில மணி நேரங்களுக்குள் அவருக்கு ஒரு தொலைபேசி அழைப்பு வந்தது, அவரது விண்ணப்பம் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டுவிட்டதென்ற செய்தியோடு. அவர் அவ்வீடு தனக்குத்தான் என்பதை மனத்தளவில் அறிந்திருந்ததனால் அது அவருக்குப் பெரிய ஆச்சரியத்தை ஏற்படுத்தவில்லை. எப்பேற்பட்ட ஓர் அனுபவம்!

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்று தீர்மானித்துக் கொள்ளுங்கள். அதைச் சொந்தமாக்கிக் கொள்ள முடியும் என்று நம்புங்கள். அதைப் பெற நீங்கள் தகுதியானவர் என்றும், அதைப் பெறுவது சாத்தியம்தான் என்றும் நம்புங்கள். பிறகு தினசரி பல நிமிடங்களுக்குக் கண்களை மூடிக்கொண்டு அகக்காட்சியில் அதை ஏற்கனவே பெற்றிருப்பது போலக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். அதை ஏற்கனவே சொந்தமாக்கிக் கொண்டிருக்கும் உணர்வோடிருங்கள். அதிலிருந்து மீண்டு வந்து, நீங்கள் ஏற்கனவே மகிழ்ச்சியுடன் அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கும், நன்றியுணர்தலுடன் இருக்கும் விஷயங்கள் மீது கவனம் செலுத்துங்கள். அதை எப்படி உங்களிடம் கொண்டு வந்து சேர்ப்பது என்பதைப் பிரபஞ்சம் அறியும் என்ற விசுவாசத்தோடு, அதைப் பிரபஞ்சத்தின் பொறுப்பில் விட்டுவிட்டு உங்களது வழக்கமான செயல்களைத் தொடருங்கள்.

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- எதிர்பார்ப்பு ஓர் ஆற்றல்மிக்க ஈர்ப்புசக்தி. உங்களுக்கு வேண்டியதை மட்டும் எதிர்பாருங்கள். வேண்டாதவற்றைத் தவிர்த்து விடுங்கள்.

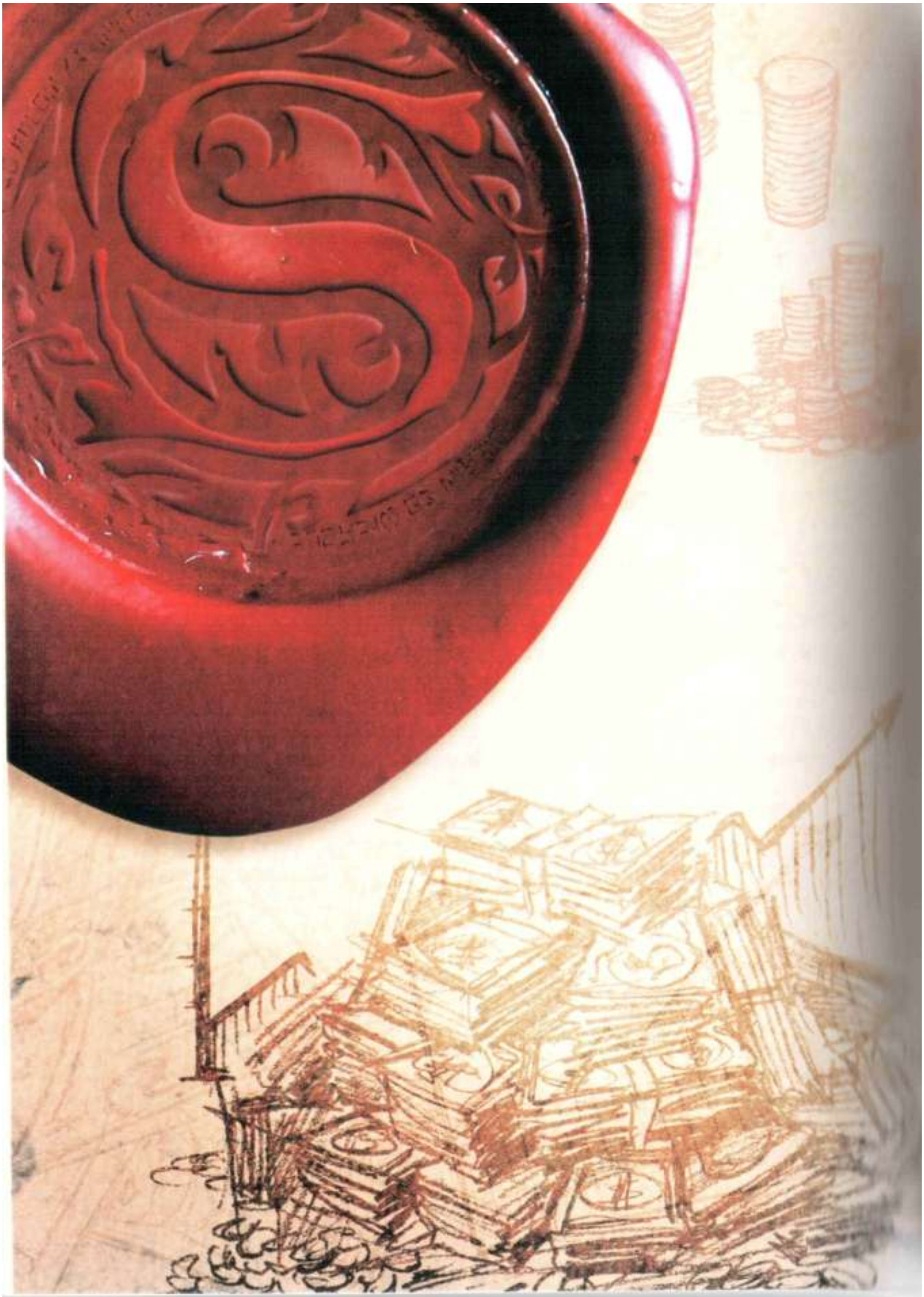
- உங்களுடைய சக்தியைச் சரியான முறையில் இடம்பெயரச் செய்து, நீங்கள் வேண்டுபவற்றை உங்கள் வாழ்வில் அதிகமாகக் கொண்டு வருவதற்குச் சிறந்த செயல்முறை நன்றியுணர்தல் ஆகும்.

- நீங்கள் வேண்டும் என்று விரும்புபவற்றிற்கு, முன்னதாகவே நன்றி தெரிவிக்கும் செயல், உங்களுடைய ஆசைகளை முடுக்கிவிட்டு, பிரபஞ்சத்திற்கு இன்னும் சக்தி வாய்ந்த சமிக்கையை அனுப்பும்.

- உங்களுக்கு வேண்டியதை நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக அனுபவித்துக் கொண்டிருப்பது போன்ற காட்சியை உங்கள் மனத்தில் உருவாக்குவதுதான் அகக்காட்சிப்படைப்பாகும். அகக்காட்சிப்படைப்பில் ஈடுபடும்போது அவற்றை இப்போதே கொண்டிருக்கும் உணர்வையும், சக்திமிக்க எண்ணங்களையும் உருவாக்குகிறீர்கள். நீங்கள் உங்கள் மனக்கண்ணால் என்ன பார்த்தீர்களோ அதே யதார்த்தத்தை ஈர்ப்பு விதி உங்களுக்குத் திருப்பி அளிக்கும்.

- ஈர்ப்பு விதியை உங்களுக்குச் சாதகமாக உபயோகப்படுத்திக் கொள்ள, அதை ஒருமுறை நிகழ்வாக ஆக்காமல், அதை ஒரு பழக்கமாக மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.

- ஒரு நாளின் இறுதியில், தூங்கப் போவதற்கு முன்பு அன்றைய தினத்தின் நிகழ்வுகளை மனக்கண்ணால் பாருங்கள். ஏதாவது ஒரு நிகழ்வோ, அல்லது தருணமோ நீங்கள் விரும்பியபடி அமையவில்லை என்றால் அதை அழித்துவிட்டு, நீங்கள் எப்படி நிகழ வேண்டும் என்று விரும்பியிருந்தீர்களோ அப்படி நடைபெற்றது போல உங்கள் மனத்தில் மாற்றி ஓடவிட்டுப் பாருங்கள்.



பணத்திற்கான இரகசியம்

"மனம் எதை உருவாக்குகிறதோ,
அதை அதனால் அடைய முடியும்."
கிளமென்ட் ஸ்டோன் (1902-2002)

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

இரகசியம் *என்னிடம் பரிபூரண மாற்றத்தைக் கொண்டு வந்தது. ஏனெனில் நான் எதிர்மறையான எண்ணங்களைக் கொண்டிருந்த ஒரு தந்தையுடன்தான் வளர்ந்தேன். பணக்காரர்கள் அனைவரும் பிறரைக் கொள்ளையடித்துச் சொத்துச் சேர்த்தவர்கள், பணம் வைத்திருப்பவர்கள் எல்லாம் ஏதாவது ஒரு வழியில் பிறரை ஏமாற்றியவர்கள் போன்ற எண்ணங்களை அவர் கொண்டிருந்தார். அதனால், பணம் உன்னிடம் இருந்தால் அது உன்னைக் கெடுத்துவிடும்; தீயவர்களிடம் மட்டும்தான் பணம் இருக்கும்; பணம் மரத்தில் காய்ப்பதில்லை போன்ற பணம் குறித்த சில எதிர்மறையான கருத்துக்களோடுதான் நான் வளர்ந்து வந்தேன். "நான் என்ன ராக்கஃபெல்லர் என்று நினைப்பா உனக்கு?" என்பது அவருக்குப் பிடித்த வாசகம். வாழ்க்கை என்பது கடினமானது என்ற தீவிரமான நம்பிக்கையுடனேயே நான் வளர்ந்தேன். நான் கிளமென்ட் ஸ்டோனைச் சந்தித்தபோதுதான் என் வாழ்க்கையில் மாறுதல் ஏற்பட்டது.*

நான் கிளமென்ட் ஸ்டோனுடன் வேலை செய்து கொண்டிருந்தபோது, அவர் என்னிடம், “மிகப் பெரிய இலக்கு ஒன்றை நிர்ணயித்துக் கொள். அது எவ்வளவு பெரிதாக இருக்க வேண்டுமென்றால், அதை நீ சாதித்தவுடன் அது உன்னைப் பிரமிக்க வைக்க வேண்டும். அதோடு நான் அதை உனக்குக் கற்றுக் கொடுத்ததால்தான் நீ அதைச் சாதித்தாய் என்று நீ நம்பும் அளவு அந்த இலக்கு மிகப் பெரியதாக இருக்க வேண்டும்” என்று கூறினார். அப்போது நான் வருடத்திற்கு எட்டாயிரம் டாலர்கள் சம்பாதித்துக் கொண்டிருந்தேன். அதனால், “நான் வருடத்திற்கு ஒரு லட்சம் டாலர்கள் சம்பாதிக்க விரும்புகிறேன்” என்று கூறினேன். அப்போது அதை எப்படிச் செய்யப் போகிறேன் என்பதை நான் துளிக்கூட அறிந்திருக்கவில்லை. என்னிடம் அதற்கானத் திட்டம் எதுவும் இருக்கவில்லை; எந்தவிதமான வாய்ப்பும் இருக்கவில்லை. ஆனால் “நான் அதை நம்பப் போகிறேன், அது உண்மை என்பது போல நடந்து கொள்ளப் போகிறேன், அதைப் பிரபஞ்சத்திற்குச் சமர்ப்பிக்கப் போகிறேன் என்று பிரகடனம் செய்யப் போகிறேன்” என்று கூறினேன். அப்படியே செய்தேன்.

கிளமென்ட் ஸ்டோன் எனக்குக் கற்றுக் கொடுத்தவற்றில் ஒன்று, தினசரி கண்களை மூடி உட்கார்ந்து கொண்டு, இலக்குகளை நீ ஏற்கனவே அடைந்து விட்டதுபோல அகக்காட்சியில் பார்ப்பது. நான் நிஜமாகவே ஒரு லட்சம் டாலர் நோட்டு ஒன்றைத் தயாரித்து அதை என் படுக்கைக்கு மேல் உள்ள உத்தரத்தில் ஒட்டி வைத்தேன். நான் காலையில் அதன் முகத்தில்தான் கண்விழிப்பேன். அது என் நோக்கத்தை எனக்கு நினைவுபடுத்தும். பின் நான் கண்களை மூடிக்கொண்டு அந்த ஒரு லட்சம் டாலர் உருவாக்கக்கூடிய வாழ்க்கை முறையைக் கற்பனை செய்வேன். முதல் முப்பது நாட்களுக்கு எதுவுமே நடைபெறவில்லை. எனக்குப் பிரமாதமான கருத்து எதுவும் உதயமாகவுமில்லை. யாரும் எனக்குப் பணம் தரவும் முன்வரவில்லை.

நான்கு வாரங்கள் கழித்து எனக்குத் திடீரென்று ஒரு லட்சம் டாலர் யோசனை ஒன்று உதித்தது. நான் எழுதியிருந்த ஒரு புத்தகம் அப்போது வெளியாகி இருந்தது. நான் இப்படி யோசித்தேன்: என் புத்தகத்தின் 400,000 பிரதிகள் தலா கால் டாலருக்கு விற்றால், ஒரு லட்சம் டாலர் கிடைக்கும்.

அப்புத்தகம் என்னிடம் கொஞ்ச காலமாக இருந்து வந்தபோதிலும் எனக்கு அந்த யோசனை இதற்கு முன்பு ஒருபோதும் உதிக்கவில்லை. (உங்களுக்கு உத்வேகமான ஓர் எண்ணம் ஏற்பட்டால் அதை நம்பி உடனடியாகச் செயலில் இறங்க வேண்டும் என்பது **இரகசியங்களில்** ஒன்று.) எப்படி நான்கு லட்சம் பிரதிகளை விற்கப் போகிறேன் என்று நான் அறிந்திருக்கவில்லை.

பின் 'நேஷனல் என்குயரர்' என்ற பத்திரிகையை ஒரு பெரிய கடையில் பார்த்தேன். அப்பத்திரிகையை நான் அதற்கு முன்பு அதே இடத்தில் ஆயிரக்கணக்கான முறை பார்த்து இருக்கிறேன். அப்போதெல்லாம் அது வெறும் ஒரு பின்புலமாக மட்டுமே இருந்து வந்துள்ளது. திடீரென்று இப்போது அது துள்ளிக் குதித்து முன்னால் வந்தது போலத் தோன்றியது. அப்பத்திரிகையின் வாசகர்கள் என் புத்தகத்தைப் பற்றி அறிந்தால், கண்டிப்பாக நான்கு லட்சம் பேர் ஓடிச் சென்று என் புத்தகத்தை வாங்குவார்கள் என்று நினைத்தேன்.

ஆறு வாரங்களுக்குப் பிறகு நான் நியூ யார்க்கிலுள்ள ஹன்டர் கல்லூரியில் அறுநூறு ஆசிரியர்களுக்கு ஓர் உரை நிகழ்த்துவதற்காகச் சென்றிருந்தேன். பேச்சு முடிந்ததும் ஒரு பெண்மணி வந்து என்னைச் சந்தித்து, "உங்கள் பேச்சு மிகவும் சிறப்பாக இருந்தது. நான் உங்களைப் பேட்டி எடுக்க விரும்புகிறேன். என் கார்டை வைத்துக் கொள்ளுங்கள்" என்று கூறினார். அவர் 'நேஷனல் என்குயரர்' பத்திரிகைக்குக் கட்டுரைகள் எழுதும் எழுத்தாளர். 'தி டுவைலைட் ஸோன்' பாட்டு என் காதுகளில் ரீங்காரமிட்டது - ஆஹா, இந்த சமாச்சாரம் வேலை செய்கிறது என்பது போல. அக்கட்டுரை வெளிவந்தது. எங்கள் புத்தக விற்பனையும் உயரத் துவங்கியது.

நான் இங்கு குறிப்பிட விரும்புவது,
இப்பத்திரிகை நிருபர் உட்பட வெவ்வேறு வகையான நிகழ்வுகளை என் வாழ்வில் கவர்ந்திழுத்தேன் என்பதைத்தான். அவ்வருடம் நான் ஒரு லட்சம் டாலர்களைச் சம்பாதிக்கவில்லை. நான் தொண்ணூற்று இரண்டாயிரத்து முந்நூற்று இருபத்தேழு டாலர்கள் சம்பாதித்தேன். "இது வேலை செய்யவில்லை" என்று மனமுடைந்து உட்கார்ந்திருந்தேன் என்றா நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள்? இல்லை, நான் "இது நம்ப முடியாத அதிசயம்" என்றுதான்

நினைத்தேன். என் மனைவி என்னிடம், "இது ஒரு லட்சம் டாலருக்கு வேலை செய்தது என்றால் ஒரு மில்லியன் டாலருக்கு வேலை செய்யும்தானே?" என்று கேட்டாள். "எனக்குத் தெரியாது. ஆனால் அப்படித்தான் இருக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன். நாம் முயற்சி செய்யலாம்" என்று பதிலளித்தேன்.

என்னுடைய பதிப்பாளர், என்னுடைய முதல் 'சிக்கன் சூப் ஃபார் தி ஸோல்' புத்தகத்திற்குரிய ராயல்டி தொகைக்கான காசோலையை எழுதும்போது அதில் அவருடைய கையெழுத்துக்குக் கீழே ஒரு புன்னகை முத்திரையையும் இட்டார். ஏனெனில் அது அவர் எழுதிய முதல் மில்லியன் டாலர் காசோலையாக இருந்தது.

நான் சோதிக்க விரும்பியதால், என்னுடைய சொந்த அனுபவத்தில் இருந்தே அதை அறிந்து கொண்டேன். "இந்த இரகசியம் உண்மையிலேயே வேலை செய்யுமா?" நான் அதைச் சோதித்தேன். அது சந்தேகத்திற்கு இடமில்லாமல் வேலை செய்தது. நான் இப்பொழுது என் வாழ்க்கையை ஒவ்வொரு நாளும் அத்தளத்திலிருந்துதான் வாழ்ந்து வருகிறேன்.

இரகசியத்தின் அறிவையும், ஈர்ப்பு விதியின் பயன்பாட்டையும் நீங்கள் உங்கள் வாழ்வின் ஒவ்வொரு பகுதியிலும் பயன்படுத்தலாம். நீங்கள் விரும்பும் எல்லாவற்றையும் பெற நீங்கள் மேற்கொள்ள வேண்டிய செயல்முறை ஒன்றுதான். பணம் அதற்கு விதிவிலக்கல்ல.

பணத்தைக் கவர்ந்திழுக்க வேண்டுமானால் செல்வத்தின் மீது கவனம் செலுத்த வேண்டும். உங்களிடம் போதுமான அளவு பணம் இல்லை என்று நீங்கள் கவனித்து வந்தால், உங்கள் வாழ்க்கைக்குள் பணத்தைக் கொண்டுவருவது இயலாத காரியம். ஏனெனில் போதுமான பணம் இல்லை என்ற எண்ணங்களையே நீங்கள் எண்ணிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். போதுமான பணம் இல்லை என்பதில் கவனம் செலுத்தும் போது அது போன்ற அதிகமான சந்தர்ப்பங்களே உருவாகும். அதனால் பணச் செழிப்பிலேயே நீங்கள் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

நீங்கள் உங்கள் எண்ணங்களின் உதவியுடன் புதிய சமிக்கைகளை அனுப்ப வேண்டும். அந்த எண்ணங்கள் உங்களிடம் தற்போதைய

தேவைக்கும் அதிகமாகப் பணம் உள்ளதாக இருக்க வேண்டும். உங்களுக்குத் தேவைப்படும் பணம் ஏற்கனவே உங்களிடம் இருப்பது போன்ற பாவனையை நீங்கள் செய்ய வேண்டும்; கற்பனைக் குதிரையைத் தட்டிவிட வேண்டும். அது வேடிக்கையாகவும் சுவாரசியமானதாகவும் இருக்கும். விளையாட்டுகள் மூலமாகவும் போலி நடிப்பு மூலமாகவும் அதிகப் பணம் இருப்பது போன்று உணரும்போது, பணம் குறித்த உங்கள் மனநிலை மேம்பாடு அடைகிறது. அது அதிகப் பணம் உங்கள் வாழ்வில் புரள வழிவகுக்கிறது.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டின் கதையால் கவரப்பட்ட **இரகசியம்** திரைப்படக் குழுவினர், www.thesecret.tv என்னும் இணையத்தளத்திலிருந்து தரவிறக்கம் செய்துகொள்ளும் விதத்தில் ஏதும் எழுதப்படாத ஒரு காசோலையை உருவாக்கியுள்ளனர். அது உங்களுக்காகவென்றே உருவாக்கப்பட்ட ஒன்று. அது பிரபஞ்ச வங்கியிலிருந்து வரும் காசோலை. அதில் உங்களது பெயர், தொகை, மற்றும் இதர விபரங்களைப் பூர்த்தி செய்து நீங்கள் தினசரி பார்க்கும் முக்கியமான இடத்தில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அக்காசோலையைப் பார்க்கும்போதெல்லாம், அப்பணத்தை இப்போதே பெற்றிருப்பது போன்ற மனநிலையை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். அப்பணத்தைக் கொண்டு நீங்கள் என்ன செய்வீர்கள், அதைச் செலவழித்து என்னவெல்லாம் வாங்குவீர்கள் என்று கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். அது எத்தகைய சுகானுபவமாக இருக்கிறது என்று உணர்வுபூர்வமாக உணருங்கள். அது உங்களுடையதுதான் என்பதில் உறுதியாக இருங்கள். பிரபஞ்சத்திடம் விண்ணப்பித்துவிட்ட பிறகு அது உங்களுடையதுதானே? **இரகசியக்** காசோலையைப் பயன்படுத்தி மக்கள் தங்களை நோக்கிப் பெரும் பணத்தைக் கவர்ந்திழுத்த நூற்றுக்கணக்கான கதைகள் எங்களை வந்தடைந்துள்ளன. இது ஒரு வேடிக்கையான விளையாட்டு. ஆனால் கண்டிப்பாக வேலை செய்யும் ஒரு விளையாட்டு.

செல்வச் செழிப்பைக் காந்தமாய்க் கவர்ந்திழுங்கள்

யாராவது ஒருவர் தங்களுடைய வாழ்வில் போதுமான பணம் இல்லாதிருக்கிறார் என்றால் அதற்கு ஒரே ஒரு காரணம்தான் இருக்க முடியும். அவர்கள் தங்களுடைய எண்ணங்கள் மூலம் பணம்

அவர்களிடம் வந்து சேர்வதைத் தடுத்துக் கொண்டே இருக்கிறார்கள் என்பதுதான் அக்காரணம். ஒவ்வொரு எதிர்மறையான எண்ணங்களும் உணர்வுகளும், பணம் உட்பட அனைத்துச் சிறந்த விஷயங்களும் உங்களிடம் வந்து சேர்வதைத் தடுத்துக் கொண்டு இருக்கின்றன. பிரபஞ்சம் உங்களிடமிருந்து அப்பணத்தைத் தள்ளி வைத்து இருக்கவில்லை. ஏனெனில் உங்களுக்குத் தேவைப்படும் அனைத்துப் பணமும் தற்போது, இக்கணத்தில் பார்வைக்குப் புலப்படாத உலகில் இருந்து கொண்டுதான் உள்ளது. பணப் பற்றாக்குறை எண்ணத்திலிருந்து தேவைக்கும் அதிகமான பணம் இருக்கிறது என்ற எண்ணத்திற்கு நீங்கள் மாற வேண்டும், அப்படிச் செய்யும்போது தராசு முள் உங்கள் பக்கமாகச் சாயத் துவங்கும்.

உங்களுக்குப் பணம் தேவைப்படும்போது உங்களுக்குள் உண்டாகும் உணர்வு சக்திமிக்கது. அதனால் ஈர்ப்பு விதிப்படி, நீங்கள் அப்படிப்பட்ட தேவை இருந்து கொண்டேயிருக்கும் சூழலை உங்களை நோக்கித் தொடர்ந்து கவர்ந்து இழுத்துக் கொண்டேயிருப்பீர்கள்.

பணம் குறித்து என் அனுபவத்திலிருந்தே என்னால் பேச முடியும். ஏனெனில் **இரகசியத்தை** நான் கண்டுபிடிக்கும் முன்பாக, என் கணக்காளர்கள் என் நிறுவனம் அதிக காலம் தாக்குப் பிடிக்காது என்று கூறினர். பத்து வருடக் கடின உழைப்பிற்குப் பின்பு, நான் கட்டியெழுப்பிய நிறுவனம் என் கண்முன்னாலேயே என் கரங்களில் இருந்து நழுவியோடக் கூடிய நிலையில் இருந்தது. என் நிறுவனத்தைக் காப்பாற்ற எனக்கு அதிகப் பணம் தேவைப்பட்ட போது, அச்சிக்கலில் இருந்து மீள்வது எப்படி என்று புரியாமல் தவித்தேன்.

அப்போதுதான் நான் **இரகசியத்தைக்** கண்டுபிடித்தேன். என் நிறுவனத்தின் நிலைமை உட்பட என் வாழ்வில் உள்ள அனைத்தும் பரிபூரண மாற்றத்தை அடைந்தன. ஏனெனில் நான் சிந்திக்கும் வழிமுறையை மாற்றிக் கொண்டேன். என் கணக்காளர்கள் எண்களிலும் தொகையிலும் தலையை உடைத்துக் கொண்டபோது, நான் என் மனதைச் செழிப்பிலும், எல்லாம் நன்றாக இருக்கின்றன என்ற உணர்விலும் இருத்திக் கொண்டேன். பிரபஞ்சம் அதை அளிக்கும் என்று என் ஒவ்வொரு நாடிநரம்பிலும் நான் அறிந்திருந்தேன். பிரபஞ்சம் அவ்வாறே செய்தது. நான் கற்பனை செய்திராத முறைகளில் அது எனக்கு வாரி வழங்கியது. ஒரு சில சந்தேகங்கள் முளைவிடத்தான் செய்தன. ஆனால் சந்தேகம் பிறந்தவுடன் நான் என்ன விளைவுகளை

விரும்புகிறேனோ அதில் கவனத்தைக் குவித்தேன். நன்றி தெரிவித்தேன். மகிழ்ச்சியாக உணர்ந்தேன். நம்பினேன்.

இரகசியத்திற்கு ஓர் இரகசியம் இருப்பதை நான் உங்களுக்குத் தெரியப்படுத்துகிறேன். வாழ்க்கையில் உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமானாலும் அதைப் பெறக் குறுக்கு வழி, இங்கு, இப்போது, இக்கணத்தில் அது உங்களிடம் இருப்பதாக உணர்வதும் மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் இருப்பதும்தான். உங்கள் வாழ்வில் பணத்தையும் பிறவற்றையும் கொண்டு வருவதற்கான விரைவான வழி அதுதான். அந்த மகிழ்ச்சியான, உவகையான உணர்வைப் பிரபஞ்சத்திற்கு அனுப்பும் செயலில் கவனத்தைச் செலுத்துங்கள். அப்படிச் செய்யும்போது உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியையும் உவகையையும் கொண்டுவந்து சேர்க்கும் மேலும் பல சந்தர்ப்பங்களை உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். அதில் பணச் செழிப்பும் அடங்கும். அதற்கு அந்தச் சமிக்கைகளை அனுப்புவது இன்றியமையாதது. மற்றவற்றை ஈர்ப்பு விதி பார்த்துக் கொள்ளும்.

செல்வச் செழிப்பில் கவனத்தைக் குவியுங்கள்

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

ஏராளமான மக்கள் இப்படிச் சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பதை என்னால் கற்பனை செய்ய முடிகிறது: "நான் என் வாழ்வில் எப்படி அதிகமான பணத்தைக் கவர்ந்திழுப்பது? செல்வத்தையும் செழிப்பையும் பெறுவது எப்படி? நான் நேசிக்கும் வேலையில் இருந்து கொண்டே என் கிரெடிட் கார்டு கடனை என்னால் அடைக்க முடியுமா? ஏனெனில் என் வேலை மூலமாக எனக்கு வரக்கூடிய பணத்திற்கு ஓர் உச்ச வரம்பு இருக்கிறதல்லவா? எப்படி அதிகமான பணத்தைக் கவர்ந்திழுப்பது?" ஒரே வழி பிரபஞ்சத்திடம் விண்ணப்பிப்பதுதான்!

நாம் இரகசியம் புத்தகம் நெடுகிலும் பேசிக் கொண்டிருக்கும் ஒரு விஷயத்திற்கு மீண்டும் போகலாம். பிரபஞ்சத்தின் பொருட்பட்டியலில் இருந்து உங்களுக்கு என்ன தேவையோ அதைக் கேட்பது மட்டும்தான் உங்கள் வேலை. அதில் பணமும் ஒன்றாக இருந்தால், எவ்வளவு

வேண்டும் என்று கேளுங்கள். "அடுத்த முப்பது நாட்களுக்குள் இருபத்தைந்தாயிரம் டாலர்கள் எதிர்பாராத வருவாய் கிடைக்க வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன்" என்று கேளுங்கள். அல்லது, அது நீங்கள் விரும்பும் வேறு எதுவாக வேண்டுமானாலும் இருந்துவிட்டுப் போகட்டும். ஆனால் அது உங்களைப் பொறுத்தவரை நம்பக் கூடியதாக இருக்க வேண்டும்.

உங்களுக்குப் பணம் வரக்கூடிய ஒரே வழி, தற்போது நீங்கள் பார்த்துக்கொண்டிருக்கும் வேலைதான் என்று உங்களிடம் ஓர் எண்ணம் ஏற்கனவே இருந்தால் அதை முதலில் தூக்கி எறியுங்கள். தொடர்ந்து அந்த எண்ணங்களைக் கொண்டிருந்தால் எந்த விதமான அனுபவங்கள் கிடைக்கும் என்பது உங்களுக்குத் தெரியும்தானே?

அபரிமிதம் உங்களுக்காகக் காத்து கொண்டிருக்கிறது என்பதையும், பணம் எப்படி வரும் என்ற கேள்வியைக் கேட்பது உங்களது வேலையல்ல என்பதையும் இப்போது புரிந்து கொள்ளத் துவங்கியிருப்பீர்கள். உங்களது வேலை, கேட்பது, நம்புவது, பெறுவது, மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் இருப்பது மட்டும்தான். அவை எவ்வாறு நிகழப் போகின்றன என்ற விபரங்களைப் பிரபஞ்சத்திடம் விட்டுவிடுங்கள்.

பாப் பிராக்டர்

கடனில் இருந்து விடுபடுவதைப் பலர் இலக்காக வைத்துள்ளனர். அது உங்களை என்றென்றும் கடனிலேயே அமிழ்த்தி வைத்திருக்கும். நீங்கள் நினைப்பதைத்தானே கவர்ந்திழுப்பீர்கள்? "கடனில் இருந்து வெளியேறுவது" என்றுதானே நான் நினைத்தேன் என்று நீங்கள் கூறலாம். கடனிலிருந்து வெளியேயோ உள்ளேயோ, உங்களது சிந்தனையெல்லாம் கடன் பற்றியே இருப்பதால், கடனைத் தான் ஈர்ப்பீர்கள். கடனைத் திருப்பி அளிக்க ஒரு தானியங்கிச் செயற்திட்டத்தை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். பின் அதை மறந்துவிட்டுச் செல்வச் செழிப்புக் குறித்து உங்கள் கவனத்தைச் செலுத்துங்கள்.

உங்கள் முன்னால் குவிந்திருக்கும் பில்களை எப்படிக் கட்டப் போகிறோம் என்று தெரியாமல் இருந்தால்கூட அந்தப் பில்கள் மேல் கவனம் செலுத்தாதீர்கள். அது மேலும் அதிகமான பில்களையே

உங்களிடம் கொண்டுவந்து சேர்க்கும். அந்தப் பில்கள் உங்களைச் சுற்றி இருந்தாலும், எப்படி செல்வச் செழிப்பை அடைவது என்பதில் உங்கள் கவனம் முழுவதையும் செலுத்தி உங்களுக்கு ஏற்ற ஒரு வழியைக் கண்டுபிடியுங்கள்.

ஜேம்ஸ் ரே

பல சமயங்களில் பலர் என்னிடம், "நான் என் வருமானத்தை அடுத்த வருடம் இரட்டிப்பாக்க விரும்புகிறேன்" என்று கூறுவதுண்டு. ஆனால் அவர்களுடைய செயலைப் பார்த்தால், அதை நிகழ்த்தப் போகிற காரியங்களில் ஈடுபட்டு இருப்பவர்களின் நடவடிக்கைகள் போல இருக்காது. பின் அவர்கள் நேர் எதிராகத் திரும்பி, "இது நமக்குச் சரிப்பட்டு வராது," என்று கூறுவர். உடனே என்ன நடக்கும்? "தங்கள் கட்டளை என் பாக்கியம்."

"எனக்கு அது கட்டுப்படியாகாது" என்ற வார்த்தைகள் உங்களது உதடுகளில் இருந்து உதிர்ந்து விட்டதென்றால் அதை மாற்றும் சக்தி தற்போது உங்களிடம் இருக்கிறது. "அது எனக்குக் கட்டுப்படியாகும். என்னால் வாங்க இயலும்" என்று அதை மாற்றுங்கள். கிளிப்பிள்ளை போலத் திரும்பத் திரும்பச் சொல்லிக் கொண்டே இருங்கள். அடுத்த முப்பது நாட்களுக்கு உங்களுக்குப் பிடித்த எதைப் பார்த்தாலும் "அது எனக்குக் கட்டுப்படியாகும். என்னால் வாங்க இயலும்" என்று உங்களுக்கு நீங்களே சொல்லிக் கொள்ளுங்கள். உங்களது கனவுக் காரைக் கடந்து செல்லும்போது 'அதை என்னால் வாங்க இயலும்' என்று கூறுங்கள். உங்களுக்குப் பிடித்த விடுமுறை பற்றி நினைத்தவுடன் "அது எனக்குக் கட்டுப்படியாகும்" என்று கூறிக் கொள்ளுங்கள். இப்படிச் சொல்லச் சொல்ல, பணம் குறித்த உங்களது உணர்வு மேம்பாடு அடையும். இதை என்னால் வாங்க இயலும் என்ற நம்பிக்கையை உங்களுக்கு நீங்களே ஊட்டிக் கொள்ளத் துவங்கினால் உங்கள் வாழ்க்கையின் காட்சிகள் மாறும்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

இல்லாமை, பற்றாக்குறை ஆகியவற்றில் கவனம் செலுத்தும்போது நீங்கள் அதைப் பற்றிக் குடும்பத்தினரிடம் புகார் கூறுவீர்கள்; நண்பர்களோடு விவாதிப்பீர்கள்; நம்மிடம் போதுமான அளவு இல்லை

என்று குழந்தைகளிடம் கூறுவீர்கள். "நம்மிடம் அதை வாங்கப் போதுமான அளவு பணம் இல்லை. அதை நம்மால் வாங்க இயலாது" என்று கூறினால், உங்களால் ஒருபோதும் அதை வாங்கவே முடியாது. ஏனெனில் உங்களிடம் இல்லாத சூழல்களையே மேலும் மேலும் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். உங்களுக்குச் செல்வச் செழிப்பு வேண்டுமா? அபரிமிதமான பணம் வேண்டுமா? அபரிமிதத்தில் கவனம் செலுத்துங்கள். செல்வச் செழிப்பில் கவனம் செலுத்துங்கள்.

> "கண்ணுக்குப் புலப்படும் செல்வங்கள் அனைத்தையும் அளிக்கும் ஆன்மீகச் சக்தி ஒருபோதும் தீர்ந்து போவதில்லை. அது உங்களுடனேயே எப்போதும் இருந்து வருகிறது. உங்களது கோரிக்கைக்கு ஏற்பவும் உங்களது விசுவாசத்திற்கு ஏற்பவும் அது விடை பகரும்."
>
> ***சார்லஸ் ஃபில்மோர்*** (1854-1948)

இப்பொழுது உங்களுக்கு **இரகசியம்** தெரியும் என்பதால், செல்வந்தர் யாரையாவது நீங்கள் பார்த்தால், அவரது ஆதிக்கமான எண்ணங்கள் பற்றாக்குறை குறித்து இல்லாமல் செல்வச் செழிப்பு குறித்து இருக்கும் என்பது உங்களுக்குப் புலப்படும். அவர்கள் சுய உணர்வுடனோ அல்லது அது இல்லாமலோ செல்வத்தைத் தங்கள் பக்கம் கவர்ந்திழுத்துள்ளனர். அவர்கள் செல்வச் செழிப்பு குறித்த எண்ணங்களில் கவனம் செலுத்தினர். பிரபஞ்சம் மனிதர்களை, சந்தர்ப்பங்களை, நிகழ்வுகளை மாற்றியமைத்து அவர்களுக்குச் செல்வத்தை வழங்கியுள்ளது.

அவர்களிடம் இருக்கும் செல்வம் உங்களிடமும் இருக்கிறது. உங்களுக்கும் அவர்களுக்கும் உள்ள ஒரே வித்தியாசம், செல்வத்தைக் கொண்டுவந்து சேர்த்த எண்ணங்களை அவர்கள் எண்ணினர். உங்களது செல்வமும் கண்ணுக்குப் புலப்படாத தளத்தில் உங்களுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. அதை நிஜமாக்க நீங்கள் செய்ய வேண்டியது எல்லாம் செல்வத்தைப் பற்றி நினைக்கத் துவங்குவதுதான்!

டேவிட் ஷிர்மர்

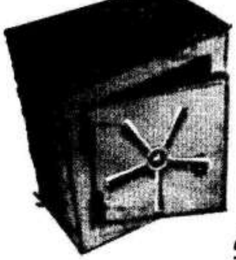
நான் இரகசியத்தைப் புரிந்துகொண்ட புதிதில் தினமும் எனக்கு அஞ்சலில் ஒரு கற்றை பில்கள் வரும். இதை எப்படி மாற்றலாம் என்று நான் எண்ணினேன். நீங்கள் கவனம் செலுத்துவதைத்தான் உங்கள் பக்கம் ஈர்ப்பீர்கள் என்று ஈர்ப்பு விதி கூறுகிறது. அதனால் நான் என் வங்கிக் கணக்கு விபர அறிக்கையை வாங்கினேன். அதில் குறித்திருந்த மொத்தத் தொகையை வெள்ளை வண்ணத்தால் அழித்துவிட்டு அதன்மீது நான் வங்கியில் எவ்வளவு தொகை இருக்க வேண்டும் என்று நினைத்தேனோ அதை எழுதினேன். பிறகு 'அஞ்சலில் காசோலைகள் வருவதாக அகக்காட்சிப்படைப்பில் ஈடுபட்டால் என்ன' என்று நினைத்தேன். அப்படியே செய்தேன். ஒரு மாதத்தில் நிலைமை மாறியது. நம்ப முடியாத அற்புதம் நிகழ்ந்தது. என் அஞ்சலில் காசோலைகள் வந்து கொண்டிருக்கின்றன. ஒரு சில பில்கள் வரும். ஆனால் காசோலைகள் அதைவிட அதிகமாக வரும்.

இரகசியம் திரைப்படம் வெளியிடப்பட்ட பிறகு, அப்படத்தைப் பார்த்த காரணத்தால் தங்களது அஞ்சலில் எதிர்பாராத காசோலைகள் நிறைய வருவதாக ஆயிரக்கணக்கான மக்களிடமிருந்து கடிதங்கள் வந்தன. அவர்கள் டேவிட்டின் கதையைக் கவனமாகக் கேட்டு, அதில் கவனம் செலுத்தியதால், அவர்களும் காசோலைகளைக் கவர்ந்து இழுத்துக் கொண்டனர்.

நானே உருவாக்கிக் கொண்ட இந்த ஒரு விளையாட்டு, எனக்கு வரும் ஏராளமான பில்கள் குறித்த எனது உணர்வுகளை மாற்றியமைத்தது. நான் எனக்கு வரும் பில்களைக் காசோலைகள் என்று நினைத்துக் கொள்வேன். நான் அவற்றைத் திறக்கும்போது, உற்சாகமாக, "இன்னும் அதிகமான பணம். நன்றி! நன்றி!" என்று குதிப்பேன். நான் ஒவ்வொரு பில்லாக எடுத்து அதைக் காசோலையாகக் கற்பனை செய்து கொண்ட பின், அதற்கு இன்னும் சுவாரசியமூட்டுவதற்காக என் மனத்திற்குள் அத்தொகையின் இறுதியில் ஒரு பூஜ்யத்தையும் சேர்த்துக் கொள்வேன். ஒரு நோட்டை எடுத்து 'எனக்கு வந்தவை' என்று அதன் மேற்புறம் எழுதிக் கொள்வேன். பிறகு எனக்கு வந்த பில்களைப் பட்டியலிடுவேன், அந்த பூஜ்யத்தைச் சேர்த்துக் கொண்ட தொகையுடன். பின் ஒவ்வொரு தொகைக்கும் நேராக 'நன்றி' என்று எழுதி, என் கண்களில் நீர் ததும்பும்

வரை நன்றிப்பெருக்குடன் உணர்வேன். பின் அந்த பில்களை எடுப்பேன். இப்போது அதன் தொகை நான் எழுதியிருந்ததை ஒப்பிடும்போது மிகச் சிறியதாகத் தெரியும். அந்தப் பில்களுக்கு நன்றியுணர்வோடு பணத்தைச் செலுத்துவேன்.

வரும் பில்கள் உண்மையில் காசோலைகள் என்று நான் மனபூர்வமாக உணரும் வரை அதைத் திறக்க மாட்டேன். அப்படிச் செய்யாமல் பில்களைத் திறந்து விட்டால், அடிவயிற்றில் ஒரு புரட்டல் உணர்வு ஏற்படும். அந்த உணர்வு, சக்தியுடன் மேலும் அதிக பில்களைக் கொண்டுவரும் என்பதை நான் அறிவேன். என் வாழ்வில் இன்னும் அதிகமான பணத்தை நான் ஈர்க்க வேண்டுமென்றால் அந்த உணர்வைப் போக்கி, மகிழ்ச்சியான உணர்வால் அதை இட்டு நிரப்ப வேண்டும் என்பதும் எனக்குத் தெரியும். கற்றைக் கற்றையான பில்கள் விஷயத்தில் என்னுடைய இந்த விளையாட்டு வேலை செய்தது; அது என் வாழ்க்கையை மாற்றியது. உங்களாலும் இப்படிப்பட்ட விளையாட்டுகளை உருவாக்க முடியும். எது உங்களுக்கு ஏற்றது என்பதை உங்களுடைய உணர்வுகள் உங்களுக்கு எடுத்துரைக்கும். ஒன்று மட்டும் உறுதி: பாவனை செய்தால் முடிவுகள் விரைவாக வரும்.



லோரல் லாங்மியர்

நிதித்திட்டவியலாளர், பேச்சாளர், தனிநபர் மற்றும் நிறுவனப் பயிற்சியாளர்

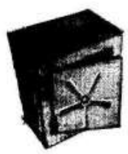
"பணம் வேண்டுமென்றால் கடினமாக உழைக்க வேண்டும்" என்ற அறிவுரைகளுக்கு இடையேதான் நான் வளர்ந்து வந்தேன். அதனால் நான் அதை, "பணம் எனக்குச் சுலபமாகவும் அடிக்கடியும் வருகிறது" என்று மாற்றிக் கொண்டேன். "முதலில் அது பொய் போலத் தோன்றும் இல்லையா?" உங்களுடைய மூளையின் ஒரு பகுதி, "நீ ஒரு பொய்யன். அது கடினம்" என்று கூச்சலிடும். இது ஒரு சிறிய டென்னிஸ் போட்டி போல உங்களுக்கும் உங்கள் மனத்திற்கும் இடையே கொஞ்ச காலம் நடைபெறும்.

"நான் பணத்திற்காகக் கடினமாக உழைக்க வேண்டும், அதைப் போராடித்தான் பெற வேண்டும்" போன்ற எண்ணங்கள் உங்களிடம் இருந்தால், உடனடியாக அவற்றைத் தூக்கி எறிந்துவிடுங்கள். அப்படிச்

சிந்திக்கும்போது அந்த அலைவரிசையில் ஒளிபரப்பப்படுவதால், அவை உங்களது வாழ்வனுபவக் காட்சிகளாக உங்களுக்கே திரும்பி வரும். லோரலின் அறிவுரையை மனத்திற்கொண்டு அந்த எண்ணத்தைத் தூக்கியெறிந்து அவ்விடத்தில், "பணம் எனக்குச் சுலபமாகவும் அடிக்கடியும் வருகிறது" என்ற எண்ணத்தை இட்டு நிரப்புங்கள்.

டேவிட் ஷிர்மர்

செல்வச் சேகரிப்பு என்று வரும்போது அது வெறும் மனநிலைதான். அது நீங்கள் எப்படிச் சிந்திக்கிறீர்கள் என்பதை மட்டும் பொறுத்திருக்கிறது.



லோரல் லாங்மியர்

நான் அளித்துவரும் பயிற்சிகளில் 80 சதவீதம், மக்களின் மனநிலை பற்றியும் அவர்கள் எப்படிச் சிந்திக்கின்றனர் என்பதைப் பற்றியுமே இருக்கும். செல்வச் சேகரிப்பு குறித்துப் பேசும்போது மக்கள் என்னிடம் "உங்களால் வேண்டுமானால் முடியும், என்னால் முடியாது" என்று கூறும்போது அவர்கள் ஏன் அப்படிக் கூறுகின்றனர் என்பதை என்னால் புரிந்துகொள்ள முடிந்தது. ஆனால் மக்கள் பணத்துடன் கொண்டிருக்கும் அக உறவையும், பணத்துடன் அவர்கள் நடத்திக் கொண்டிருக்கும் உரையாடல்களையும் மாற்றக் கூடிய திறன் தங்களுக்கு இருக்கிறது என்பதை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

> "உங்களுக்கு நம்பக் கற்றுக் கொடுக்கப் பட்டுள்ளவைகளைவிட, நீங்கள் அறிந்துள்ளவை முக்கியமானவை என்று தீர்மானிக்கும் தருணத்தில், அபரிமிதம் குறித்த உங்கள் தேடலின் வேகம் அதிகரிக்கும் என்பது ஒரு நல்ல செய்தி. வெற்றி உள்ளிருந்து வருவது, வெளியிலிருந்து அல்ல."
>
> ***ரால்ஃப் வால்டோ எமர்சன்*** (1803-1882)

பணத்தைக் கவர்ந்திழுக்க வேண்டும் என்றால் அதைக் குறித்து உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியான உணர்வு இருக்க வேண்டும். மக்களிடம் பணம் அதிகமாக இல்லாதபோது, அது பற்றாக்குறையாக இருப்பதால் அது குறித்து அவர்களிடம் மகிழ்ச்சியான மனநிலை இல்லாதிருப்பது புரிந்து கொள்ளக் கூடியதே. ஆனால் அந்த எதிர்மறை எண்ணங்கள் அதிகமான

பணம் உங்களை நோக்கி வருவதைத் தடுக்கின்றன. இந்த விஷச் சக்கரத்தை நீங்கள் நிறுத்தியாக வேண்டும். உங்களிடம் ஏற்கனவே இருப்பவை குறித்து நன்றியுணர்வையும், பணம் குறித்து மகிழ்ச்சியான மனநிலையையும் வளர்த்துக் கொள்வது அதற்கு முதற்படி. "என்னிடம் தேவைக்கு அதிகமாகவே இருக்கிறது," "பணத்திற்குக் குறைச்சலே இல்லை, அது என்னை நோக்கி வந்து கொண்டிருக்கிறது," "நான் பணத்தை வசீகரிக்கும் காந்தசக்தி படைத்தவன்," "நான் பணத்தை நேசிக்கிறேன்; பணம் என்னை நேசிக்கிறது," "ஒவ்வொரு நாளும் எனக்கு மேலும் மேலும் பணம் கிடைக்கிறது," "நன்றி. மிக நன்றி. மனமார்ந்த நன்றி," என்று மனப்பூர்வமாக உணர்ந்து கூறுங்கள்.

பணத்தைப் பெற, பணத்தைக் கொடுங்கள்

உங்கள் வாழ்வில் மேலும் அதிகமான பணத்தைக் கொண்டுவர மிகவும் சக்தி வாய்ந்த ஒரு வழிமுறை, பணத்தைப் பிறருக்குக் கொடுத்தல் ஆகும். ஏனெனில் நீங்கள் கொடுக்கும்போது, "என்னிடம் ஏராளமாக இருக்கிறது" என்று கூறுகிறீர்கள். இவ்வுலகிலுள்ள மிகப் பெரிய செல்வந்தர்கள் மிகப் பெரிய நன்கொடையாளர்களாகவும் இருப்பதை அறியும்போது நீங்கள் ஆச்சரியப்பட மாட்டீர்கள். அவர்கள் மிகப் பெரிய தொகைகளைத் தானமாக அளிக்கின்றனர். அவர்கள் அப்படிக் கொடுக்கும்போது, ஈர்ப்பு விதியால் பிரபஞ்சம், அவர்கள் கொடுத்ததைவிடப் பன்மடங்கு அதிகமான பணத்தை வெள்ளமென அவர்களிடம் கொண்டுவந்து கொடுக்கிறது.

"என்னிடம் கொடுப்பதற்குப் போதுமான பணம் இல்லை" என்று சிந்திப்பவரா நீங்கள்? அடடா! உங்களிடம் ஏன் போதுமான பணம் இருப்பதில்லை என்று இப்போது உங்களுக்கு புரிகிறதா? அப்படிப்பட்ட எண்ணம் வந்தால், கொடுக்கத் துவங்குங்கள். கொடுப்பது குறித்த உங்கள் விசுவாசத்தை நீங்கள் நிரூபிக்கும்போது, ஈர்ப்பு விதி, இன்னும் அதிகமாக மற்றவர்களுக்குக் கொடுப்பதற்காக உங்களுக்கு அள்ளிக் கொடுக்கும்.

கொடுப்பதற்கும் தியாகம் செய்வதற்கும் இடையே மிகப்பெரிய வித்தியாசம் இருக்கிறது. மனதார அடுத்தவர்களுக்குக் கொடுக்கும்போது நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக உணர்வீர்கள். ஆனால் தியாகம் அப்படிப்பட்ட உணர்வுகளைத் தோற்றுவிப்பதில்லை. அதனால் அவை இரண்டையும் போட்டுக் குழப்பத் தேவையில்லை. அவை ஒன்றுக்கொன்று

முரண்பாடானவை. ஒன்று பற்றாக்குறையையும் மற்றொன்று தேவைக்கு அதிகமாக இருப்பதையும் பறை சாற்றுகின்றன. தியாகம் காலப்போக்கில் காழ்ப்புணர்வில் கொண்டுபோய் விட்டுவிடும். மனதாரக் கொடுப்பது, நீங்கள் செய்யும் மகிழ்ச்சிகரமான செயல்களில் ஒன்று. ஈர்ப்பு விதி அந்தச் சமிக்கையைப் பெற்றுக் கொண்டு இன்னும் சிறப்பானவற்றை உங்கள் வாழ்வில் கொண்டு வந்து சேர்க்கும். உங்களால் இரண்டிற்கும் இடையே உள்ள வித்தியாசத்தைக் கண்டிப்பாக உணர முடியும்.

ஜேம்ஸ் ரே

ஏராளமாகப் பணம் சம்பாதித்துள்ள பலரை நான் அறிவேன். ஆனால் அவர்களது உறவு நிலைகள் மோசமாக இருக்கும். அது மெய்யான செல்வமல்ல. பணத்தின் பின்னால் சென்று, நீங்கள் பணக்காரராகலாம். ஆனால் அது நீங்கள் மெய்யான செல்வத்தை ஈட்டுவதை உறுதி செய்யாது. பணம் செல்வத்தின் ஒரு பகுதியல்ல என்று நான் கூறுவதாக நீங்கள் எடுத்துக் கொள்ளக்கூடாது. கண்டிப்பாக அது ஒரு பகுதிதான். ஆனால் அது ஒரு சிறு பகுதி மட்டுமே.

ஆன்மீகத்தில் திளைக்கும் வேறு பலரையும் நான் சந்திக்கிறேன். ஆனால் அவர்கள் எப்போதும் ஓட்டாண்டிகளாகவும் ஆரோக்கியமற்றவர்களாகவும் விளங்குகின்றனர். அதுவும் மெய்யான செல்வமல்ல. வாழ்க்கை என்றால், அது எல்லா விதத்திலும் அபரிமிதமானதாகத்தான் இருக்க வேண்டும்.

செல்வமும் ஆன்மீகமும் தண்ணீரும் எண்ணெயும் போல என்ற நம்பிக்கை உங்களுள் ஊறிக் கிடக்கிறதா? காதரீன் பான்டர் எழுதியுள்ள 'தி மில்லியனர்ஸ் ஆஃப் தி பைபிள் சீரீஸ்' புத்தகங்களைப் படிக்குமாறு உங்களுக்கு நான் பரிந்துரை செய்கிறேன். அந்த அற்புதமான புத்தகங்களைப் படித்தால், ஆபிரகாம், ஐசக், ஜேகப், ஜோசப், மோசஸ் மற்றும் ஏசு கிறிஸ்து ஆகியோர் வெறும் ஆன்மீகப் போதகர்களாக மட்டுமல்லாமல் கோடீஸ்வரர்களாகவும் இருந்தனர் என்பதையும், இன்றைய கோடீஸ்வரர்களால்கூட நினைத்துப் பார்க்க முடியாத அளவு செல்வச்செழிப்பான வாழ்க்கை முறையைக் கடைபிடித்து வந்தனர் என்பதையும் கண்டுபிடிப்பீர்கள்.

அந்த இராஜாங்கத்தின் வாரிசு நீங்கள். செல்வச் செழிப்பு உங்களது

பிறப்புரிமை. உங்களால் கற்பனை செய்துகூடப் பார்க்க முடியாத அளவு, வாழ்வின் அனைத்துப் பகுதிகளிலும் அபரிமிதத்தைப் பெறுவதற்கான திறவுகோல் உங்களிடம் உள்ளது. நீங்கள் விரும்பும் அனைத்துச் சிறப்பான பொருட்களுக்கும் நீங்கள் தகுதியானவர்தான். நீங்கள் விரும்பும் அனைத்தையும் உங்களுக்கு வழங்கப் பிரபஞ்சம் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. ஆனால் அவற்றை நீங்கள் கேட்டுப் பெற வேண்டும். இப்பொழுது நீங்கள் **இரகசியத்தையும்** அறிவீர்கள். உங்களது எண்ணங்களும் உணர்வுகளும்தான் அந்தத் திறவுகோல். அத்திறவுகோல் உங்கள் வாழ்நாள் முழுவதும் உங்கள் கைகளில்தான் இருந்து வந்துள்ளது.

மார்சி ஷைமாஃப்

மேற்கத்தியக் கலாச்சாரத்தில் உள்ள பலர், வெற்றிக்காகப் போராடிக் கொண்டிருக்கின்றனர். அவர்களுக்கு அற்புதமான வீடு வேண்டும்; அவர்களது தொழில் சிறக்க வேண்டும்; இன்னும் பிற பொருட்களும் வேண்டும். இவை நாம் உண்மையாக விரும்புகிற மகிழ்ச்சிக்கு உத்தரவாதம் அளிக்க வேண்டியக் கட்டாயமில்லை என்று எங்களது ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. ஆனால் நாம் இத்தகையப் புறப்பொருட்கள் நமக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொண்டுவரும் என்று சிந்தித்துக் கொண்டு அவற்றைத் துரத்திக் கொண்டு திரிகிறோம். அது பின்னோக்கிச் செல்வதாகும். நீங்கள் முதலில் மகிழ்ச்சி, அக அமைதி, அக நோக்கு ஆகியவற்றின் பின்னால் போக வேண்டும். பிற எல்லாப் புறப்பொருட்களும் தானாகவே உங்கள் முன் தோன்றும்.

உங்களுக்கு வேண்டிய யாவும் அக உலகிலிருந்து வருபவை. புற உலகானது விளைவுகளால் ஆன ஓர் உலகு. அது வெறும் எண்ணங்களின் விளைவு. உங்களுடைய எண்ணங்களையும் அலைவரிசையையும் மகிழ்ச்சியின் அடிப்படையில் அமைத்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்குள் குடிகொண்டிருக்கும் மகிழ்ச்சி மற்றும் உவகையின் உணர்வுகளைப் பிரகாசிக்கச் செய்து, உங்களுடைய முழுச் சக்தியுடன் அதைப் பிரபஞ்சத்திற்கு ஒளிபரப்புங்கள். இவ்வுலகிலேயே சொர்க்கத்தின் அனுபவத்தைப் பெறுவீர்கள்.

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- பணத்தைக் கவர வேண்டுமா? செல்வத்தின் மீது கவனத்தைக் குவியுங்கள். பணத்தின் பற்றாக்குறை மீது நீங்கள் கவனம் செலுத்தினால், அதிகப் பணத்தை உங்கள் வாழ்க்கையில் கொண்டுவருவது இயலாத காரியமாகிவிடும்.

- உங்களுக்குத் தேவைப்படும் பணம் உங்களிடம் ஏற்கனவே இருப்பது போன்று பாவனை செய்வதும், கற்பனை செய்து கொள்வதும் அதைப் பெற உதவும். செல்வம் இருப்பது போன்ற விளையாட்டில் ஈடுபடுங்கள். பணம் குறித்த உங்களது மனநிலை மேம்படும்; அந்த மனநிலை இன்னும் சிறப்பானவை உங்கள் வாழ்க்கையை நோக்கிப் பாய வழி வகுக்கும்.

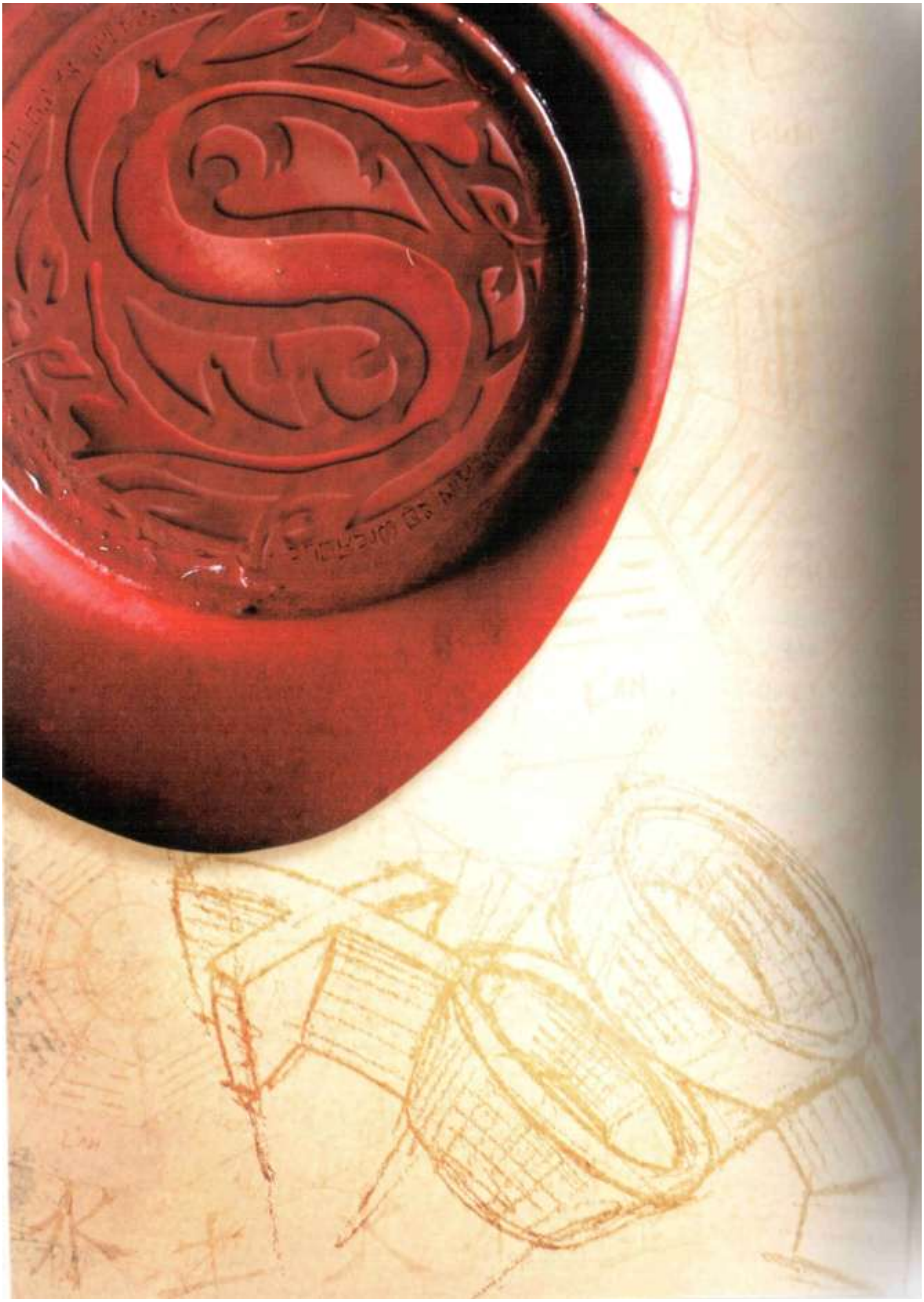
- தற்போது மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் உணர்வு உங்கள் வாழ்வில் இன்னும் அதிகமான பணத்தை விரைவாகக் கொண்டுவரச் சிறந்த வழி.

- நீங்கள் விரும்பும் அனைத்தையும் நோக்கி உங்களுக்குள், "இது எனக்குக் கட்டுப்படியாகும். அதை என்னால் வாங்க முடியும்" என்று கூறிக்கொள்வதை ஒரு நோக்கமாக ஆக்கிக் கொள்ளுங்கள். அது உங்களது எண்ணங்களை மாற்றி, பணம் குறித்த உங்களது மனநிலை மேம்பட உதவும்.

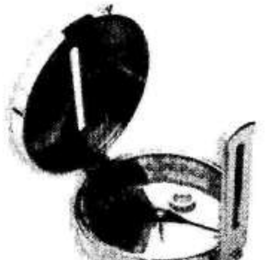
- உங்கள் வாழ்வில் மேலும் பணத்தைக் கொண்டுவர வேண்டுமெனில் அதைப் பிறருக்குக் கொடுங்கள். நீங்கள் பணம் குறித்துப் பெருந்தன்மையாக இருந்து, அதைப் பிறருடன் மனமகிழ்ச்சியோடு பகிர்ந்து கொள்ளும்போது, "என்னிடம் ஏராளமான பணம் இருக்கிறது" என்று தெரிவிக்கிறீர்கள்.

- உங்களது அஞ்சலில் காசோலைகள் வருவதாக அகக்காட்சியில் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

- செல்வம் ஒரு பக்கமும், தரித்திரம் ஒரு பக்கமும் இருக்கும் தராசில், செல்வத்தின் பக்கம் உங்கள் எண்ணம் இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். செல்வச் செழிப்பு பற்றியே சிந்தியுங்கள்.



உறவு மேம்பாட்டிற்கான இரகசியம்



மேரி டயமன்ட்

ஃபெங் சுயி வல்லுனர், ஆசிரியர் மற்றும் பேச்சாளர்

நாம்தான் நமது பிரபஞ்சத்தின் சிருஷ்டிகர்த்தா, நாம் உருவாக்க விரும்பும் ஒவ்வொரு அபிலாஷையும் நமது வாழ்வில் வந்து சேரும் என்பதைத்தான் இரகசியம் எடுத்துரைக்கிறது. நமது அபிலாஷைகள், எண்ணங்கள் மற்றும் உணர்வுகள் நிஜத் தளத்தில் வந்து சேரும் என்பதால் அவை மிகவும் முக்கியமானவை.

நான் ஒரு நாள் பிரபல கலை இயக்குனர் ஒருவருடைய வீட்டிற்குச் சென்றிருந்தேன். அவர் ஒரு திரைப்படத் தயாரிப்பாளரும்கூட. அவரது வீட்டின் ஒவ்வொரு மூலையிலும் ஓர் அழகான ஓவியம் இருந்தது. அவை அனைத்திலும் மெல்லிய துணி போர்த்தியிருந்த அரைநிர்வாணமான பெண் ஒருத்தி இடம்பெற்றிருந்தாள். ஆனால் அவள், 'நான் உங்களைப் பார்க்கவில்லை' என்பது போல முகத்தைத் திருப்பிக் கொண்டிருந்தாள். நான் அவரிடம், "உங்கள் காதல் வாழ்க்கையில் பிரச்சனை இருக்கலாம் என்று நினைக்கிறேன்" என்று கூறினேன். உடனே அவர், "உங்களுக்கு ஞான திருஷ்டி உண்டா?" என்று கேட்டார். "அப்படியெல்லாம் ஒன்றுமில்லை. இங்கே

பாருங்கள். இங்குள்ள ஏழு இடங்களிலும் ஒரே பெண்ணின் படம் இடம்பெற்றுள்ளது," என்று கூறினேன். அதற்கு அவர், "எனக்கு அப்படிப்பட்ட ஓவியங்கள் மிகவும் பிடிக்கும். அவை எல்லாவற்றையும் நான்தான் வரைந்தேன்" என்று கூறினார். நான், "அது இன்னும் மோசம். ஏனெனில் நீங்கள் உங்களது படைப்பாற்றல் திறமை முழுவதையும் அதில் கொட்டியுள்ளீர்கள்" என்று கூறினேன்.

அவர் ஒரு கவர்ச்சிகரமான மனிதர். அவரைச் சுற்றி எப்போதும் நடிகைகள் கூட்டம் இருந்தது; ஏனெனில் அவரது வேலை அப்படி. ஆனால் அவரது வாழ்வில் காதல் என்ற வசந்தம் மட்டும் ஏனோ வீசவேயில்லை. "உங்களுக்கு என்ன வேண்டும்?" என்று நான் கேட்டேன். அவர், "ஒரு வாரத்திற்கு மூன்று பெண்களுடன் 'டேட்டிங்' செய்ய வேண்டும்" என்று பதிலளித்தார். "அப்படியானால் அதை ஓவியமாக வரையுங்கள். மூன்று பெண்களுடன் நீங்கள் இருப்பது போல ஓவியம் வரைந்து வீட்டின் ஒவ்வொரு மூலையிலும் தொங்க விடுங்கள்" என்று கூறினேன்.

ஆறு மாதம் கழித்து நான் அவரைப் பார்த்தபோது, "உங்களது காதல் வாழ்க்கை இப்போது எப்படி இருக்கிறது?" என்று வினவினேன். "பிரமாதமாக இருக்கிறது. இப்போது பல பெண்கள் என்னுடன் 'டேட்டிங்' வைத்துக் கொள்ள விரும்பி என்னை அழைக்கிறார்கள்" என்றார். "அதைத்தானே நீங்கள் விரும்பினீர்கள்?" என்று நான் கேட்டேன். "நான் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன். பல வருடங்களாக எனக்குப் பெண்கள் கிடைக்காமல் இருந்தனர். இப்பொழுது வாரத்திற்கு மூன்று பேர். அவர்கள் எனக்காகத் தங்களுக்குள் அடித்துக் கொள்கிறார்கள்." "நீங்கள் கொடுத்து வைத்தவர்" என்றேன். பிறகு அவர் என்னிடம், "நான் இப்போது திருமணம் செய்து கொள்ள விரும்புகிறேன். காதலிக்க விரும்புகிறேன்" என்று கூறினார். "அப்படியானால் அதை வரையுங்கள்" என்று கூறினேன். அவர் அழகான காதல் நயமிக்க உறவை ஓவியமாக வரைந்தார். ஒரு வருடம் கழித்து மணமுடித்துக் கொண்டார். இப்பொழுது மிகவும் சந்தோஷமாக இருக்கிறார்.

அவர் தனது விருப்பத்தைத் தெளிவாக வெளியே தெரிவித்ததால் அது நடைபெற்றது. அவர் இதை விரும்பியிருந்தும்கூட, பல வருடங்களாக இது நடைபெறாமல் இருந்ததற்குக் காரணம், அவரது விருப்பம்

பௌதீக உருப்பெருவதில் இருந்த தடைதான். அவரது புறப்பரிமாணமாக விளங்கிய அவரது வீடு, எப்போதும் அவரது விருப்பத்திற்கு முரண்பாடாக இருந்து வந்துள்ளது. இக்கருத்தைப் புரிந்து கொண்டால், நீங்கள் அதை உங்களுக்குச் சாதகமாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

தனது வாடிக்கையாளர் ஒருவரைப் பற்றிய மேரி டயமன்டின் கதை, **இரகசியத்தின்** போதனைகளை ஃபெங் சுயி எவ்வாறு பிரதிபலிக்கிறது என்பதற்குச் சிறந்த எடுத்துக்காட்டு. நாம் நமது எண்ணங்களைச் செயல்படுத்தும்போது, அவை எவ்வளவு படைப்பாற்றலுடன் விளக்குகின்றன என்பதை அது எடுத்துரைக்கிறது. நாம் மேற்கொள்ளும் அனைத்துச் செயல்களுக்கும் முன்னால் ஓர் எண்ணம் உள்ளது. நாம் பேசும் வார்த்தைகளையும், நாம் உணரும் உணர்வுகளையும், நாம் மேற்கொள்ளும் செயல்களையும் நமது எண்ணங்கள்தான் உருவாக்குகின்றன. குறிப்பாகச் செயல்பாடுகள் சக்திமிக்கவை; ஏனெனில் அவைதாம் நம்மைச் செயல்பட வைக்கத் தூண்டிய எண்ணங்கள்.

பல சமயங்களில் நம்முள் ஆழமாகப் புதைந்து கிடக்கும் எண்ணங்கள் பற்றி நாம் தெரிந்து கொள்ளாமலேயே இருப்போம். ஆனால் நாம் மேற்கொண்டுள்ள செயல்பாடுகளை வைத்து நாம் என்ன சிந்தித்துக் கொண்டிருந்தோம் என்பதைக் கூறிவிடலாம். அத்திரைப்படத் தயாரிப்பாளரின் கதையில் அவருடைய ஆழமான எண்ணங்கள் அவருடைய செயலிலும், சுற்றுப்புறத்திலும் வெளிப்பட்டன. அவர் பல பெண்களை ஓவியங்களாக வரைந்திருந்தார். ஆனால் அவர்கள் அனைவரும் அவரைப் பார்க்காமல் வேறுபுறம் திரும்பியிருந்தனர். அவரது ஆழமான எண்ணங்கள் எதுவாக இருந்திருக்கும் என்பதை உங்களால் ஊகிக்க முடிகிறதா? பல பெண்களுடன் 'டேட்டிங்' செய்ய விரும்புவதாக அவரது வார்த்தைகள் தெரிவித்தாலும், அவரது ஆழமான எண்ணங்கள் அவரது ஓவியங்களில் பிரதிபலிக்கவில்லை. அவரது செயல்பாடுகளை வலுக்கட்டாயமாக மாற்ற அவர் முயன்ற போது, தனக்கு என்ன வேண்டுமோ அதில் அவரது எண்ணங்கள் முழுவதும் குவிய அது வழி வகுத்தது. அப்படிப்பட்ட ஒரு சிறிய மாற்றத்தின் மூலம் அவர் தனது விருப்பத்தைத் தெளிவாக வரைந்து, ஈர்ப்பு விதி மூலம் அதை நிஜமாக்கவும் செய்தார்.

நீங்கள் வாழ்க்கையில் ஏதாவது ஒன்றைக் கவர்ந்திழுக்க விரும்பினால், உங்களது விருப்பத்தோடு, உங்கள் செயல்கள் முரண்படாதவாறு

பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். இது குறித்த மிகச் சக்திவாய்ந்த ஓர் உதாரணத்தை **இரகசியம்** திரைப்படத்தின் ஆசான்களில் ஒருவரான மைக் டூலி கொடுத்துள்ளார். 'லீவரேஜிங் தி யூனிவர்ஸ் அன்ட் என்கேஜிங் தி மேஜிக்' என்னும் அவரது பயிற்சி வகுப்பில் அவர் இதைப் பற்றிக் குறிப்பிட்டுள்ளார். தனக்கு ஏற்றக் கச்சிதமான வாழ்க்கைத் துணையைக் கவர்ந்திழுக்க விரும்பிய ஒரு பெண்ணின் கதை அது. அவள் எல்லா விஷயங்களையும் சரியாகவே செய்தாள். தனக்கு வரப் போகிறவர் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பது குறித்து அவளிடம் தெளிவு இருந்தது. அவரது குணாதிசயங்களின் விபரமான பட்டியல் ஒன்றையும் அவள் தயாரித்தாள். அவரை மனத்தில் உருவகப்படுத்திக் கொள்ளவும் செய்தார். இவை எல்லாம் இருந்தும், மாப்பிள்ளையை மட்டும் காணவில்லை.

ஒரு நாள் அவள் வீடு திரும்பி, தனது காரை நிறுத்திவிட்டு அதிலிருந்து இறங்கியபோது அவளுக்குப் பொறிதட்டியது. தன்னுடைய செயல்களுக்கும் விருப்பங்களுக்கும் இடையே முரண்பாடு நிலவுவதை அவள் கவனித்தாள். அவளது வீட்டில் இரண்டு கார்களை நிறுத்த இடம் இருந்தும் அவள் தனது காரை நட்டநடுவில் நிறுத்தி இருந்தாள். அப்படியானால் 'அவர்' தனது காரை எங்கு நிறுத்துவார்? தான் கேட்டது தனக்குக் கிடைக்கும் என்பதில் தனக்கு நம்பிக்கையில்லை என்று பிரபஞ்சத்திற்குத் தெரிவிப்பது போலல்லவா அவளது நடவடிக்கைகள் அமைந்திருந்தன! அதனால் அவள் அவ்விடத்தைச் சுத்தப்படுத்தி, இன்னொரு கார் நிறுத்த மறுபுறம் இடம் விட்டு, தனது காரை ஓர் ஓரமாக நிறுத்தினாள். அவள் உடனே தனது படுக்கையறைக்குச் சென்று தனது உடை அலமாரியைத் திறந்து பார்த்தாள். அது துணிக் கடலாக இருந்தது. அவளுடைய காதல் நாயகனின் உடைகளுக்கு அங்கு இடம் இருக்கவில்லை. அவள் தனது ஆடைகளில் சிலவற்றை எடுத்துவிட்டு அங்கு கொஞ்சம் இடத்தைக் காலி செய்தாள். அவள் வழக்கமாகத் தனது கட்டிலின் நடுவில் படுப்பாள். பின் அவள் அதை மாற்றி, வரப் போகிறவருக்கு இடம் விட்டு, 'தனது' பக்கம் படுக்கத் துவங்கினாள்.

இப்பெண்மணி தன் கதையை ஒரு விருந்தின்போது மைக் டூலியிடம் கூறினாள். அவளது இருக்கைக்கு அருகில் அன்று அமர்ந்திருந்தது வேறு யாருமல்ல; அவளது கனவு நாயகன்தான். தனது வாழ்க்கைத் துணைவன் ஏற்கனவே வந்துவிட்டது போல நடந்து கொண்டு, அது தொடர்பான சக்திமிக்க நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டவுடன் அவன் அவளது வாழ்க்கையில் தோன்றினான். இன்று அவர்கள் இருவரும் மணமுடித்துச் சந்தோஷமாக வாழ்கின்றனர்.

'ஏற்கனவே நடந்துவிட்டது போலச் செயலாற்று'வதற்கு இன்னோர் எளிய உதாரணம் என் சகோதரி கிலென்டாவின் கதை. அவள் **இரகசியம்** திரைப்படத்தின் தயாரிப்பு மேலாளராகப் பணியாற்றி வந்தாள். அச்சமயம் அவள் ஆஸ்திரேலியாவில் வேலை பார்த்துக் கொண்டு அங்கு வசித்து வந்தாள். அவள் என்னுடன் அமெரிக்காவிற்கு வந்து என்னுடைய அலுவலகத்தில் பணியாற்ற விரும்பினாள். கிலென்டா **இரகசியம்** குறித்து நன்கு அறிந்திருந்த காரணத்தால், தான் விரும்பியவற்றை நிகழ வைக்க எதுவெல்லாம் தேவையோ அதையெல்லாம் சரியாக மேற்கொண்டாள். ஆனால் மாதங்களோ ஓடிக் கொண்டிருந்தன. அவள் ஆஸ்திரேலியாவை விட்டுக் கிளம்பிய பாடில்லை.

கிலென்டா தனது நடவடிக்கைகளை அலசினாள். தான் கேட்டது 'ஏற்கனவே கிடைத்து விட்டது போல' அவள் நடந்து கொள்ளவில்லை என்பதைக் கண்டுபிடித்தாள். அவள் உடனே சக்திமிக்க நடவடிக்கைகளில் இறங்கினாள். அங்கிருந்து புறப்படுவதற்கான எல்லா நடவடிக்கைகளிலும் ஈடுபட்டாள். தான் உறுப்பினராக இருந்த சங்கங்களில் இருந்து விலகிக் கொண்டாள். தனக்குத் தேவைப்படாதவற்றை எல்லாம் தானம் கொடுத்தாள். தனது பெட்டிகளை வெளியே எடுத்து, கொண்டுபோக வேண்டிய சாமான்களை அவற்றில் அடுக்கினாள். நான்கு வாரங்களுக்கு உள்ளாகவே அவள் அமெரிக்கா வந்து எங்கள் அலுவலகத்தில் வேலை செய்யத் துவங்கினாள்.

நீங்கள் பிரபஞ்சத்திடம் என்ன கேட்டிருந்தீர்கள் என்பதை நினைவுகூருங்கள். உங்களது தற்போதைய நடவடிக்கைகள் நீங்கள் எதிர்பார்ப்பதைப் பிரதிபலிப்பதாக இருக்கின்றனவா என்பதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள். எக்காரணம் கொண்டும் அதில் முரண்பாடு இருக்கக் கூடாது. அது ஏற்கனவே கிடைத்துவிட்டாற் போல நடந்து கொள்ளுங்கள். இன்று நீங்கள் கேட்டது கிடைத்துவிட்டால் எப்படிச் செயல்படுவீர்களோ அப்படி நடந்து கொள்ளுங்கள். உங்களுடைய ஆற்றல்மிக்க எதிர்பார்ப்புகளைப் பிரதிபலிக்கும் விதமான நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுங்கள். உங்கள் விருப்பத்தின் பூர்த்தியை வரவேற்கும் விதத்தில் அதற்கான இடத்தை ஒழித்துக் காலி செய்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அப்படிச் செய்யும்போது நீங்கள் வலுவான எதிர்பார்ப்புச் சமிக்கைகளைப் பிரபஞ்சத்திற்கு அனுப்புகிறீர்கள்.

உங்களுடைய முதற்கவனமும் முழுக்கவனமும் உங்கள்மீதே இருக்கட்டும்

லிசா நிக்கோல்ஸ்

உறவுகளுக்கு இடையே முக்கியமாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டியது யார் உள்ளே வருகிறார்கள் என்பதுதான். அதில் உங்களது வாழ்க்கைத் துணை மட்டும் சம்பந்தப்பட்டிருக்கவில்லை. முதலில் நீங்கள் உங்களைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஜேம்ஸ் ரே

உங்களது தோழமையை நீங்களே பாராட்டாவிட்டால் மற்றவர்கள் பாராட்ட வேண்டும் என்று நீங்கள் எப்படி எதிர்பார்க்க முடியும்? ஈர்ப்பு விதி அல்லது **இரகசியத்தின்** *சாராம்சமே அதை உங்கள் வாழ்வில் கொண்டுவருவது தானே? நீங்கள் அதைத் தெளிவாக, தெள்ளத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். இக்கேள்வி குறித்துச் சற்று சிந்திக்குமாறு உங்களை நான் கேட்டுக் கொள்கிறேன்: மற்றவர்கள் உங்களை எப்படி நடத்த வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிறீர்களோ அப்படித்தான் நீங்கள் உங்களை நடத்திக் கொண்டிருக்கிறீர்களா?*

மற்றவர்கள் உங்களை எப்படி நடத்த வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிறீர்களோ அப்படி உங்களை நீங்களே நடத்திக் கொள்ளாவிட்டால், உங்களால் எதையும் மாற்ற முடியாது. உங்களது நடவடிக்கைகள் சக்திவாய்ந்த எண்ணங்கள் என்பதால், நீங்கள் உங்களை மரியாதையுடனும் அன்புடனும் நடத்திக் கொள்ளாவிட்டால், நீங்கள் அவ்வளவு முக்கியத்துவம் அற்றவர், தகுதியற்றவர் என்ற சமிக்கைகளைத்தான் அனுப்பிக் கொண்டிருப்பீர்கள். அவை தொடர்ந்து வெளிப்பட்டுக் கொண்டே இருப்பதால், மக்கள் உங்களை நன்றாக நடத்தாத அனுபவங்கள்தான் அதிகமாகும். மக்கள் வெறும் விளைவுதான். உங்கள் எண்ணங்கள்தான் காரணகர்த்தா. நீங்கள் உங்களை அன்புடனும் மரியாதையுடனும் நடத்த வேண்டும். அப்போது நீங்கள் அப்படிப்பட்ட சமிக்கைகளை அனுப்புவீர்கள். உடனே ஈர்ப்பு விதி மொத்தப் பிரபஞ்சத்தையுமே மாற்றியமைத்து நீங்கள் எப்பொழுதும் உங்களை மதிக்கும், மரியாதை தரும் மக்களால் சூழப்பட்டிருப்பதை உறுதி செய்யும்.

ஏராளமான மக்கள் அடுத்தவர்களுக்காகத் தங்களை மெழுகுவர்த்திகளாக ஆக்கிக் கொள்கின்றனர். எவ்வளவு பெரிய தவறு! உங்களைத் தியாகம் செய்து கொள்தல் என்பது பற்றாக்குறை எண்ணங்களில் இருந்து உதிக்கும் ஒன்று. ஏனெனில், "இங்கு இருப்பது எல்லோருக்கும் போதுமானதாக இல்லை. அதனால் நான் அது இல்லாமல் இருந்து கொள்கிறேன்" என்று நீங்கள் சிந்திக்கிறீர்கள். அதுவொன்றும் மகிழ்ச்சியான மனநிலை அல்லவே. அது விரைவில் காழ்ப்புணர்ச்சியில் கொண்டு வந்து விடும். எல்லோருக்கும் தேவைப்படும் எல்லாமே அபரிமிதமாக இருக்கிறது. ஒவ்வொரு தனிநபரும் தங்களது விருப்பம் எதுவோ அதைப் பிரபஞ்சத்திடம் கேட்டுப் பெற வேண்டும். நீங்கள் அடுத்தவருக்காக எதையும் கேட்டுப் பெற முடியாது. ஏனெனில் அடுத்தவருக்காகச் சிந்திக்கவோ உணரவோ உங்களால் முடியாது. உண்மையில் நீங்கள் கவனம் செலுத்த வேண்டிய நபர் **நீங்கள்தான்**. நீங்கள் மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் இருப்பதை உங்களது முன்னுரிமையாக ஆக்கிக் கொண்டால், அந்த அற்புதமான அலைவரிசை பிரகாசம் அடையும். உங்களைச் சுற்றி இருப்பவர்கள் அனைவருடைய மனத்தையும் தொட்டுவிடும்.

முனைவர் ஜான் கிரே

நீங்கள் உங்களுடைய தீர்வாக ஆகி விடுங்கள். அடுத்தவரைச் சுட்டிக் காட்டி, "நீ எனக்குக் கடமைப்பட்டிருக்கிறாய். எனக்கு இன்னும் அதிகமாகக் கொடுக்க வேண்டும்" என்று கூறாதீர்கள்." மாறாக உங்களுக்கு நீங்களே அதிகமாகக் கொடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அதற்காகத் தனியாக நேரம் ஒதுக்கிக் கொள்ளுங்கள். பொங்கி வழிந்தோடும் அளவு உங்களை நிரப்பிக் கொள்ளுங்கள். அது நீங்கள் அடுத்தவருக்கு வாரிக் கொடுப்பதற்கு வசதியாக இருக்கும்.

"அன்பைப் பெற வேண்டுமா... உங்களை
அன்பால் மூழ்கடித்துக் கொள்ளுங்கள்
நீங்கள் ஒரு காந்தமாக மாறும் வரை."

சார்லஸ் ஹானல்

நம்மைக் 'கடைசியாக' வைத்துக் கொள்ளுமாறு நம்மில் பெரும்பாலானோருக்குக் கற்றுக் கொடுக்கப்பட்டிருப்பதால், தகுதியற்றவர்கள் என்ற உணர்வையும் மதிப்பற்றவர்கள் என்ற

உணர்வையும் நாம் கவர்ந்திழுத்துக் கொண்டுள்ளோம். அது நம்முள் ஊறிவிட்டதால், நாம் அப்படிப்பட்ட சூழல்களையே மேலும் மேலும் கவர்ந்திழுத்து வருகிறோம். அந்தச் சிந்தனையை நீங்கள் மாற்ற வேண்டும்.

> "நாம் நம்மீதே எல்லையற்ற அன்பு செலுத்த வேண்டும் என்ற கருத்து சிலரைப் பொறுத்தவரை விநோதமான, கடினமான, குரூரமான, இரக்கமற்ற ஒன்றாகத் தோன்றக் கூடும். இதை வேறு ஒரு கோணத்திலும் பார்க்கலாம். மதபோதனைகள் மாற்றானுக்கு முதலிடம் தனக்கு இரண்டாமிடம் என்று கூறினாலும், இரண்டாமிடத்தில் உள்ள தனக்கு நிலையான நன்மை ஏற்படுத்துவதற்கு உள்ள ஒரே வழி தனக்கு முதலிடத்தைக் கொடுத்துக்கொள்வதுதான்."
>
> *பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு*

உங்களை நீங்களே நிரப்பிக் கொள்ளாவிட்டால், அடுத்தவர்களுக்குக் கொடுக்க உங்களிடம் எதுவும் இருக்காது. அதனால் **உங்களை** முன்நிறுத்துதல் முக்கியம். உங்களது சந்தோஷத்திற்கு முதலிடம் கொடுங்கள். அவரவர்களுடைய சொந்த மகிழ்ச்சிக்கு அவரவர்களே பொறுப்பு. உங்களுடைய மகிழ்ச்சியைக் கவனித்துக் கொள்வதன் மூலமும், உங்களை மகிழ்ச்சியுடன் வைத்திருப்பவற்றைச் செய்வதன் மூலமும் நீங்கள் உங்களைச் சுற்றிலும் இருப்பவர்களுக்கு மகிழ்வூட்டுபவராக விளங்குவீர்கள். உங்களது வாழ்வில் இடம் பெற்றுள்ளவர்களுக்கும், ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் ஒளிவீசும் ஓர் உதாரணமாகத் திகழ்வீர்கள். நீங்கள் மகிழ்ச்சியால் மலர்ந்திருக்கும்போது, அடுத்தவருக்குக் கொடுக்க வேண்டும் என்று யோசிக்கக் கூட வேண்டியதில்லை. அது இயல்பாகவே நிரம்பி வழிந்தோடும்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

நான் என் சொந்த அழகைப் பார்க்கத் தவறிவிட்டதால், என் துணைவர் எனக்கு என் அழகைக் காட்டுவார் என்று கருதி, பல உறவுகளில் இறங்கி அயர்ந்தேன். நான்

வளர்ந்து கொண்டிருந்தபோது, என்னுடைய கதாநாயகிகளெல்லாம் பயோனிக் உமன், வொன்டர் உமன் மற்றும் சார்லீஸ் ஏஞ்சல்ஸ் போன்றோர். அவர்கள் அனைவரும் அற்புதமாக இருந்த போதிலும் அவர்கள் என்னைப் போல இருக்கவில்லை. நான் 'லிசா'வின் காதல் வலையில் விழும்வரை, என்னுடைய காப்பிக்கொட்டை நிறத் தோல், முழு உதடுகள், உருண்டையான இடுப்பு, கருண்ட சுருள் முடி ஆகியவற்றை நானே நேசிக்கும் வரை, உலகிலுள்ள பிறர் எவரும் என்மீது நேசம் கொண்டிருக்கவில்லை.

நீங்கள் ஏன் **உங்களை** நேசிக்க வேண்டும் என்றால், அப்படிச் செய்யாதவரை மனமகிழ்வான உணர்வை ஏற்படுத்திக் கொள்வது இயலாத காரியம். நீங்கள் உங்களைப் பற்றி மோசமாக எண்ணிக் கொண்டு இருந்தால், பிரபஞ்சம் உங்களுக்கு அளிக்கத் துடித்துக் கொண்டிருக்கும் அன்பையும் பிற நன்மைகளையும் நீங்களே தடுத்துக் கொண்டு இருக்கிறீர்கள் என்று பொருள்.

நீங்கள் உங்களைப் பற்றி நன்றாக உணராதபோது, உங்கள் வாழ்க்கையை நீங்களே உறிஞ்சிக் கொண்டிருப்பது போன்ற உணர்வு ஏற்படும். ஆரோக்கியம், செல்வச் செழிப்பு, அன்பு உட்பட வாழ்வின் அனைத்துச் சிறப்புகளும், மகிழ்ச்சியான மனநிலை அலைவரிசையில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. நீங்கள் **உங்களைப்** பற்றி மோசமாக எண்ணினால், **உங்களை** அப்படிப்பட்ட உணர்விலேயே வைத்திருக்கக்கூடிய மக்கள், சூழல் மற்றும் சந்தர்ப்பங்களையே உங்களை நோக்கி ஈர்ப்பீர்கள்.

நீங்கள் உங்கள் கவனத்தை மாற்றி, **உங்களைப்** பற்றிய உன்னதமான விஷயங்கள் குறித்துச் சிந்திக்க வேண்டும். **உங்களிடம்** உள்ள சிறப்புகளைப் பார்க்கப் பழகிக் கொள்ளுங்கள். அப்படிச் செய்யும்போது ஈர்ப்பு விதி மேன்மேலும் உங்களுக்கு அவற்றை அளிக்கும். நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் **உங்களிடமுள்ள** ஏதேனும் ஒரு சிறப்பைக் குறித்துத் தொடர்ந்து சிந்தித்து வர வேண்டும். அவ்வளவுதான். அதே போன்ற இன்னும் அதிகமான எண்ணங்களை ஈர்ப்பு விதி **உங்களுக்கு** அளிக்கும். **உங்களைப்** பற்றிய சிறந்த விஷயங்களைத் தேடுங்கள். தேடினால் கண்டிப்பாகக் கிடைக்கும்.

பாப் பிராக்டர்

உங்களைப் பற்றிப் பிரமாதமான ஒன்று இருக்கிறது. நான் என்னையே நாற்பத்து நான்கு ஆண்டுகள் படித்து வருகிறேன். சில சமயங்களில் எனக்கு நானே முத்தம் கொடுத்துக் கொள்ளத் தோன்றும். நீங்கள் உங்களையே நேசிக்கக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். இங்கு நான் தற்பெருமை குறித்துப் பேசவில்லை. உங்களைக் குறித்து நீங்கள் கொண்டிருக்கும் ஆரோக்கியமான சுயமரியாதை பற்றிக் குறிப்பிடுகிறேன். நீங்கள் உங்களை நேசிக்கக் கற்றுக் கொண்டால், பிறரை நேசிப்பது தானாகவே வந்துவிடும்.

மார்சி ஷைமாஃப்

உறவுகளில் நாம் பொதுவாக அடுத்தவர்களைப் பற்றிக் குறை கூறுவதே வழக்கம். உதாரணமாக, "என் சக ஊழியர்கள் சோம்பேறிகள். என் கணவர் என்னைப் பைத்தியமாக ஆக்கி விடுகிறார். என் குழந்தைகள் படுத்தும் பாடு தாங்க முடியவில்லை" போன்றவற்றைக் கூறலாம். இவையெல்லாம் அடுத்தவர் மீது செலுத்தப்படும் கவனம். உறவுகள் உண்மையிலேயே நீடித்து நிலைத்து இருக்க வேண்டுமானால், அடுத்தவரிடம் நாம் காணும் குறைகளில் கவனம் செலுத்தக் கூடாது. மாறாக அவர்களிடம் மெச்சக் கூடியதாக உள்ளவற்றில் கவனம் செலுத்த வேண்டும். குறை கூறினால் அது விசுவரூபம் எடுத்து நம்மைத்தான் ஆட்டிப் படைக்கும்.

நீங்கள் உங்கள் உறவுகளில் மிகக் கடுமையான சூழலை எதிர்கொள்ளும் சமயங்களில்கூட, உதாரணமாக, இருவருக்கும் எந்த விஷயத்திலும் ஒத்து வரவில்லை, வாழ்க்கை எதிர்பார்த்தது போல இல்லை, முரண்பாடுகள் நிலைமையைத் தாண்டி விட்டன போன்ற நிலையில் கூட, உறவுகளை மீண்டும் சரி செய்ய இயலும். ஒரு காகிதத்தை எடுத்துக் கொண்டு அடுத்த முப்பது நாட்களுக்கு, அந்த நபரிடம் நீங்கள் மெச்சும் விஷயங்கள் என்னென்ன இருக்கின்றனவோ அவற்றையெல்லாம் எழுதுங்கள். அவர்களை நீங்கள் ஏன் நேசிக்கிறீர்கள் என்பதற்கான காரணங்கள் அனைத்தையும் எழுதுங்கள்.

உதாரணமாக, அவர்களது நகைச்சுவையுணர்வு, அவர்கள் எவ்வளவு பரிவாக இருக்கிறார்கள் போன்றவை. நீங்கள் அவர்களுடைய சிறப்பு அம்சங்களை ஏற்றுக் கொண்டு அவர்களை மெச்சுவதில் கவனம் செலுத்தும்போது, அதைத்தான் மேலும் பெறுவீர்கள். உங்களது பிரச்சனை பகவலனைக் கண்ட பனிபோல உருகி ஓடிவிடும்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

பல சமயங்களில் உங்களுடைய சந்தோஷத்தை உருவாக்க நீங்கள் பிறருக்குச் சந்தர்ப்பம் அளிப்பீர்கள். பெரும்பாலான நேரங்களில் அவர்கள், நீங்கள் எதிர்பார்க்கும் விதத்தில் அதை உருவாக்குவது இல்லை. ஏன் தெரியுமா? ஏனெனில் உங்களுடைய மகிழ்ச்சியையும் உங்களுடைய பேரானந்தத்தையும் கட்டுப்படுத்த ஒரே ஒருவரால் மட்டும்தான் முடியும். அது நீங்கள்தான்! உங்களுடைய சந்தோஷத்தைக் கட்டுப்படுத்த உங்களுடைய வாழ்க்கைத் துணைவரால், உங்கள் குழந்தைகளால், உங்கள் பெற்றோரால்கூட முடியாது. உங்களது சந்தோஷத்தைப் பங்கு போட்டுக் கொள்ள அவர்களுக்கு ஒரு வாய்ப்பு அளிக்கப்பட்டுள்ளது. அவ்வளவுதான். உங்களுடைய மகிழ்ச்சி உங்களுக்குள்தான் உறைந்துள்ளது.

உங்களுடைய மகிழ்ச்சி, அன்பின் அலைவரிசையில் உள்ளது. இருப்பதிலேயே மிக உயர்ந்த, அதிக சக்தி வாய்ந்த அலைவரிசை அன்புதான். நீங்கள் அன்பை உங்கள் கரங்களில் பொத்தி வைத்துக் கொள்ள முடியாது. அதை உங்கள் இதயத்தில்தான் உணர முடியும். மக்களின் மூலமாக அன்பு வெளிப்படுத்தப்படலாம். ஆனால் அது ஓர் உணர்வு. அந்த அன்புணர்ச்சியை உருவாக்கும் உங்களது திறன் எல்லையற்றது. அன்பு செலுத்தும்போது நீங்கள் பிரபஞ்சத்துடன் முழுவதுமாக ஐக்கியம் அடைந்து விடுகிறீர்கள். முடிந்தவர்களிடத்தில் எல்லாம் அன்பு செலுத்துங்கள். முடிந்தவரையெல்லாம் நேசியுங்கள். நீங்கள் அன்பு செலுத்தும் மற்றும் அன்பை உணரும் விஷயங்களில் மட்டுமே கவனம் செலுத்துங்கள். அது பன்மடங்காகப் பெருகி உங்களை நோக்கித் திரும்பி வரும். நீங்கள் அன்பு செலுத்த மேலும்

அதிகமானவற்றை ஈர்ப்பு விதி உங்களுக்கு அளித்தே ஆக வேண்டும். நீங்கள் அன்புணர்வின் கதிர்களை வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருந்தால், மொத்தப் பிரபஞ்சமுமே உங்களுக்காக எல்லாவற்றையும் செய்வது போலவும், அனைத்து மகிழ்ச்சியான விஷயங்களையும் உங்களை நோக்கிச் செலுத்துவது போலவும், எல்லா நல்லவர்களையும் உங்களை நோக்கி நகர்த்துவது போலவும் தோன்றலாம். உண்மையும் அதுதான்.

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- உறவு ஒன்றைக் கவர்ந்திழுக்க நீங்கள் விரும்பினால், உங்களுடைய எண்ணங்கள், வார்த்தைகள், செயல்கள் மற்றும் சூழல்கள் ஆகியவை உங்களுடைய விருப்பத்தோடு முரண்படாமல் இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

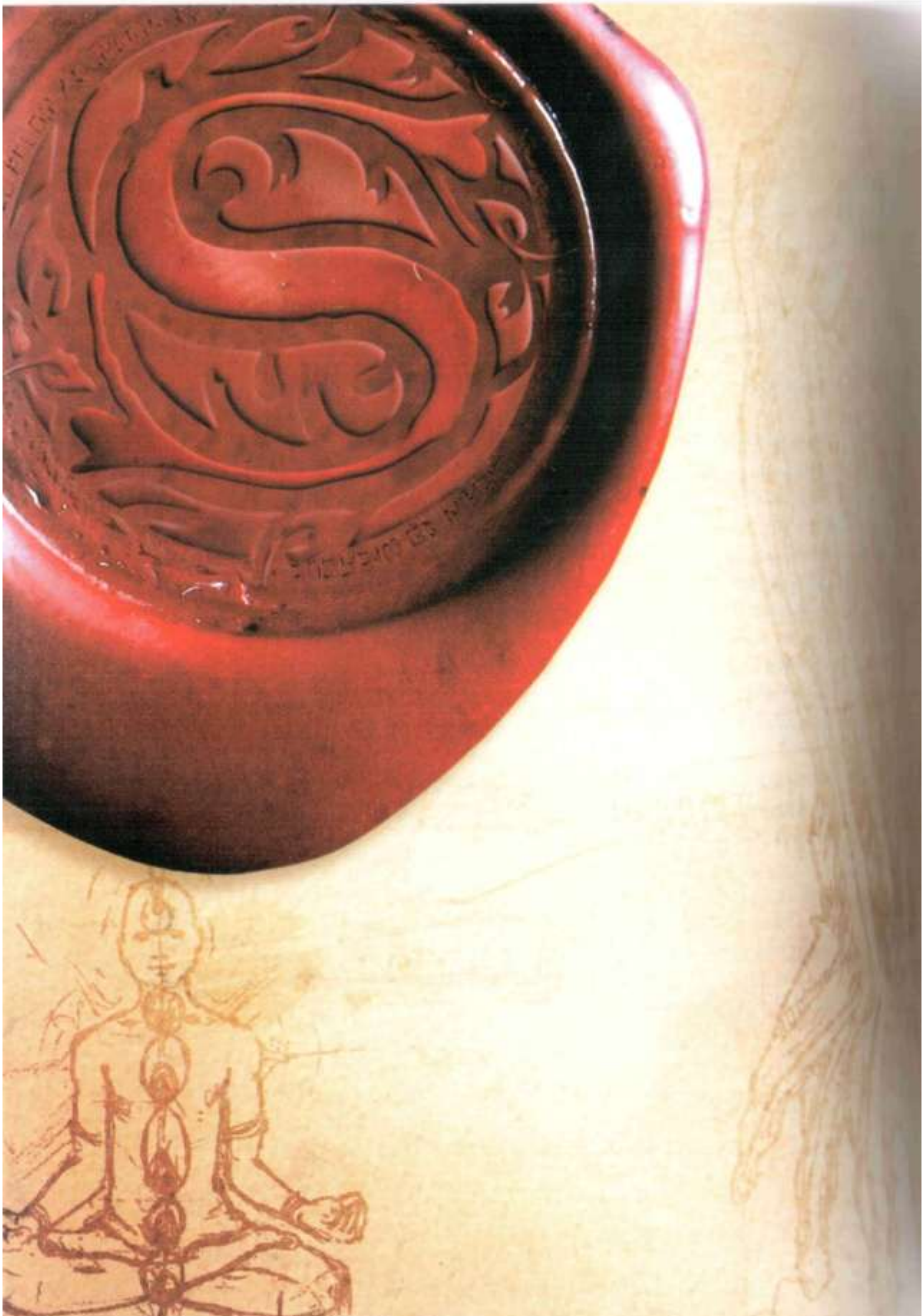
- உங்களுடைய முதற்கவனமும் முழுக்கவனமும் உங்கள்மீதே இருக்கட்டும். உங்களை நீங்களே நிரப்பிக் கொள்ளாவிடில், மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்க உங்களிடம் எதுவும் இருக்காது.

- உங்களுக்கு நீங்களே அன்பும் மரியாதையும் செலுத்திக் கொள்ளுங்கள். உங்களிடம் அன்பும் மரியாதையும் செலுத்தும் நபர்களை நீங்கள் கவர்ந்திழுப்பீர்கள்.

- நீங்கள் உங்களைப் பற்றி மோசமாக உணரும்போது, அன்பைத் தடுக்கிறீர்கள்; அதோடு, உங்களைத் தொடர்ந்து அந்நிலையிலேயே வைத்திருக்கும் நபர்களையும் சூழல்களையும் கவர்ந்து இழுக்கிறீர்கள்.

- உங்களிடம் நீங்கள் நேசிக்கும் குணங்களில் கவனம் செலுத்துங்கள். உங்களிடம் இருக்கும் மேலும் அதிகமான சிறப்புகளை ஈர்ப்பு விதி உங்களுக்குக் காட்டும்.

- ஓர் உறவு சரியாகச் செயல்பட வேண்டும் என்றால், அடுத்தவரிடம் நீங்கள் மெச்சும் விஷயங்களில் கவனம் செலுத்துங்கள்; அவர்களுடைய குற்றங்குறைகள் மீது அல்ல. அவர்களிடம் உள்ள வலுவான அம்சங்களில் கவனம் செலுத்தினால், அவற்றை மேலும் அதிகமாக நீங்கள் பெறுவீர்கள்.



ஆரோக்கியத்திற்கான இரகசியம்

முனைவர் ஜான் ஹேகலின்

குவாண்டம் இயற்பியலாளர் மற்றும் பொதுநலத் திட்ட வல்லுனர்

உண்மையில் நமது உடல் நமது எண்ணங்களால் உருவான ஒன்றுதான். நமது எண்ணங்களும், உணர்ச்சிகளும் நமது உடலின் பௌதீகத் தன்மையையும், அதன் அமைப்பையும், இயக்கத்தையும் எவ்வளவு தூரம் உண்மையில் தீர்மானிக்கிறது என்பதை மருத்துவ அறிவியலில் இப்போது நாம் புரிந்து கொள்ளத் துவங்கியுள்ளோம்.

டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

பிணிநீக்கக் கலையில் 'பிளேஸ்போ விளைவு' என்று ஒன்று இருக்கிறது. பிளேஸ்போ என்பது நமது உடலில் எந்தவிதமான விளைவையோ அல்லது தாக்கத்தையோ ஏற்படுத்தாது என்று கருதப்படும் சர்க்கரை மாத்திரை போன்ற ஒரு மாத்திரை.

நோயாளியிடம் இது மற்ற மாத்திரைகளைப் போலப் பலனளிக்கவல்ல ஒரு மாத்திரை என்று தெரிவிக்கப்படும். சமயங்களில் அந்நோயைக் குணமாக்க

வடிவமைக்கப்பட்டிருக்கும் மாத்திரைகள் உண்டாக்கும் அதே விளைவை இந்த பிளேஸ்போ மாத்திரைகள் ஏற்படுத்துவதைக் கண்டிருக்கிறோம். குணமாக்கும் கலையில் மிக அதிகமான பங்கை வகிப்பது மனித மனமே என்று கண்டறியப்பட்டுள்ளது. சமயங்களில் அது மருந்துகளைவிட மேலாக வேலை செய்கிறது.

இரகசியத்தினுடைய பரிமாணத்தின் பிரம்மாண்டம் குறித்து நீங்கள் உணரத் துவங்குவதால், உடல் ஆரோக்கியம் உட்பட மனித குலத்தின் சில குறிப்பிட்ட நிகழ்வுகளின் பின்னால் உள்ள உண்மைகளைத் தெள்ளத் தெளிவாக நீங்கள் புரிந்து கொள்ளத் துவங்குவீர்கள். பிளேஸ்போ விளைவு அப்படிப்பட்ட சக்திமிக்க, புலன்களால் புரிந்து கொள்ள முடியாத செயல்பாடுகளில் ஒன்று. அந்தப் பிளேஸ்போ மாத்திரை, வியாதியைக் குணப்படுத்தும் என்று நோயாளி நினைத்து உண்மையாகவே நம்பினால், அவர்கள் நம்புவதைப் பெறுவர். வியாதி குணமாகும்.

டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

ஒரு நோயாளி ஒரு குறிப்பிட்ட நோயால் அவதிப்படுகிறார். அவருக்கு முன் இரு வழிகள் உள்ளன. ஒன்று வழக்கமான மருந்துகளை உபயோகிப்பது. மற்றொன்று அவரது மனத்தில் எது அந்த நோயை உருவாக்கியுள்ளது என்பதைக் கண்டறியும் மாற்று மருத்துவம். நோயாளி மிக மோசமாக, சாவை எட்டிப் பார்க்கும் நிலையில் இருந்தால், செய்யக் கூடிய புத்திசாலித்தனமான முடிவு, மருந்துகளை உபயோகிப்பதுதான் என்பது வெளிப்படை. அதோடு கூடவே மனத்தைப் பற்றிய ஆய்வையும் அவர்கள் மேற்கொள்ளலாம். அதனால் நீங்கள் மருந்துகளை ஒதுக்கித் தள்ள வேண்டியதில்லை. எல்லா விதமான குணமாக்கும் வழிமுறைகளுக்கும் இங்கு இடமிருக்கிறது.

மருந்துகளோடு சேர்ந்து, மனத்தின் மூலமாகக் குணமாக்குதலும் இணைந்து இசைவுடன் வேலை செய்ய முடியும். வலி இருக்கும் பட்சத்தில், மருந்துகளை உபயோகிப்பது அந்த வலியைக் குறைக்கும். அது நோயாளி தனது உடல் ஆரோக்கியத்தின் மீது மிகுந்த ஆற்றலோடு கவனம் செலுத்த அனுமதிக்கும். ஒருவருடைய வாழ்க்கையில்

அவர்களைச் சுற்றி வெளியே என்ன நிகழ்ந்தாலும், "கச்சிதமான உடல் ஆரோக்கியம் குறித்த சிந்தனை" யை அவர்கள் தனிப்பட்ட முறையில் தங்களுக்குள்ளாகவே செய்து கொள்ளலாம்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

பிரபஞ்சம் அபரிமிதத்தின் ஒப்பற்ற வடிவம். நீங்கள் திறந்த மனத்துடன் பிரபஞ்சத்தின் அபரிமித உணர்வை அணுக முடிந்தால், மகிழ்ச்சி, பேரானந்தம் மற்றும் பிரபஞ்சம் உங்களுக்கு அளிக்கக் காத்திருக்கும் சிறந்த உடல் ஆரோக்கியம், நல்ல செல்வச் செழிப்பு, நல்ல குணநலம் ஆகிய பிற சிறந்த விஷயங்களை நீங்கள் அனுபவிப்பீர்கள். ஆனால் எதிர்மறை எண்ணங்களால் நீங்கள் உங்களைப் பூட்டிவைத்துக் கொண்டால், நீங்கள் அசௌகரியத்தை உணர்வீர்கள், வேதனையை உணர்வீர்கள், வலியை உணர்வீர்கள்; ஒவ்வொரு நாளையும் கடத்துவது பெரும்பாடாக இருப்பதாக உணர்வீர்கள்.

டாக்டர் பென் ஜான்சன்

மருத்துவர், நூலாசிரியர் மற்றும் உயிர்ச்சக்தி மருத்துவத்தில் முன்னோடி

நம்மிடையே ஆயிரக்கணக்கான வியாதிகளும் விதவிதமான நோய் நிர்ணய முறைகளும் உள்ளன. சிக்கலே அங்குதான் எழுகிறது. வியாதிகள் அனைத்தும் ஒரே ஒரு காரணத்தால்தான் ஏற்படுகின்றன. அதுதான் மன இறுக்கம். மன இறுக்கம் அதிகரிக்கும்போது நம் உடலில் இருக்கும் பல்வேறு இணைப்பியக்கச் சங்கிலிகளின் கண்ணிகளில் ஏதேனும் ஒன்று தெறித்து விடுகிறது.

எல்லா மன இறுக்கங்களும் ஒரே ஓர் எதிர்மறை எண்ணத்திலிருந்துதான் உண்டாகின்றன. சரியாகச் சோதிக்கப்படாமல் நம்மிடம் இருந்து வெளியேறிவிடும் அந்த ஓர் அவநம்பிக்கையான எண்ணத்திலிருந்து அது துவங்குகிறது. பிறகு அதே போன்ற அதிகமான எண்ணங்கள் படையெடுக்கின்றன. மன இறுக்கம் ஏற்படும் வரை இந்த எண்ணப் பெருக்கம் தொடர்கிறது. விளைவு மன உளைச்சலாக இருந்தாலும்,

அதன் காரணகர்த்தா ஒரு சிறு எதிர்மறை எண்ணம்தான். ஆனால் நீங்கள் எதை உருவாக்கியிருந்தாலும் உங்களால் அதை மாற்ற முடியும். அதற்குத் தேவையெல்லாம் முதலில் ஒரு நேர்மறையான எண்ணம்தான். அதைத் தொடர்ந்து மற்றொரு நேர்மறையான எண்ணம்.

டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

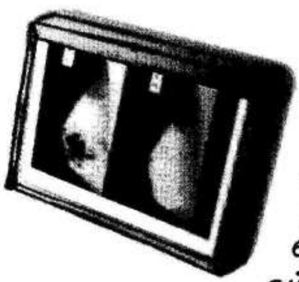
நாம் ஏற்றத்தாழ்வான கண்ணோட்டம் கொண்டிருப்பதையோ, நாம் அன்புடனும் நன்றியுடனும் இல்லை என்பதையோ நாம் அறிந்து கொள்ள உதவ நமக்குத் தகவல் அளிக்கும் விதமாகவே நோயை நமது உடற்கூறு உருவாக்குகிறது. அதனால் அதை அறிவிக்கும் விதமாக நம் உடல் நமக்கு அனுப்பும் சமிக்கைகளையும் அறிகுறிகளையும் கண்டு கலங்கத் தேவையில்லை.

நம்முடைய வாழ்வில் இடம்பெற்றுள்ள எதிர்மறைகள் அனைத்தையும், அவை எந்த வடிவத்தில் இருந்தாலும், அன்பும் நன்றியுணர்வும் கரைத்து விடும் என்று டாக்டர் டிமார்ட்டினி கூறுகிறார். அன்பும் நன்றியுணர்வும் மலைகளை இடம்பெயரச் செய்ய வல்லது; கடல்களைப் பிரிக்க வல்லது; அற்புதங்களைப் படைக்க வல்லது. அது வியாதிகளைக் கரைக்கவும் வல்லது.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

அடிக்கடி இக்கேள்வி கேட்கப்படுகிறது: "ஒரு மனிதன் தன் உடலென்னும் கோவிலில் ஒரு வியாதியைத் தருவித்துக் கொண்டு இருப்பானேயானால், அல்லது அவனுடைய வாழ்வில் ஏதோ ஒரு அசௌகரியத்தை உண்டாக்கிக் கொண்டிருப்பானேயானால், 'சரியான' சிந்தனையின் சக்திகொண்டு அதை முறியடித்து விட முடியுமா?" அதற்கான பதில்: ஆமாம், கண்டிப்பாக முடியும்.

சிரிப்பு ஒரு அருமருந்து



கேதி குட்மேன்: ஒரு சொந்தக் கதை

எனக்கு மார்புப் புற்றுநோய் இருக்கிறது என்று மருத்துவர்கள் கண்டறிந்தனர். நான் இதயபூர்வமாக, என்னுடைய வலுவான நம்பிக்கையின் உறுதுணையுடன், அது ஏற்கனவே குணமாக்கப்பட்டு விட்டதாக நம்பினேன். ஒவ்வொரு நாளும் நான், "என்னைக் குணப்படுத்தியமைக்கு நன்றி" என்று கூறுவேன். இதைத் தொடர்ந்து நிறுத்தாமல் கூறிக்கொண்டேயிருப்பேன். நான் குணமாக்கப்பட்டுவிட்டதாக மனப்பூர்வமாக நம்பினேன். என் உடலில் ஒருபோதும் புற்றுநோய் இருந்திருக்கவில்லை என்பது போல என்னை நோக்கினேன்.

நான் என்னைக் குணப்படுத்தச் செய்து கொண்ட முறையில் ஒன்று, வேடிக்கையான நகைச்சுவையான திரைப்படங்களைப் பார்த்தது. நான் நிறுத்தாமல் சிரித்துக் கொண்டேயிருந்தேன். நமது உடலில் மன இறுக்கத்தை உண்டாக்காமல் பார்த்துக் கொள்வது அவசியம். ஏனெனில் ஒரு நோயைக் குணப்படுத்திக் கொண்டிருக்கும்போது, நீங்கள் செய்யக் கூடிய மோசமான விஷயங்களில் ஒன்று மன இறுக்கத்தைத் தோற்றுவித்துக் கொள்வதுதான்.

எனக்கு நோய் இருப்பதைக் கண்டுபிடித்து, சுமார் மூன்று மாதங்களில் நான் முழுக்குணம் அடைந்தேன். அது கதிர்வீச்சு அல்லது வேதிச் சிகிச்சை போன்ற எதுவும் மேற்கொள்ளப்படாமலேயே நடந்தது.

இந்த அழகான, உத்வேகமூட்டும் கேதி குட்மேனின் கதை மூன்று பிரம்மாண்டமான சக்திகளின் செயல்பாடுகளை எடுத்துரைக்கிறது. நன்றியுணர்தலின் குணமாக்கும் சக்தி; நம்பிக்கையின் பெறுதல் சக்தி; நம்முடைய உடலில் உள்ள நோய்களைக் கரைக்கக்கூடிய சிரிப்பு மற்றும் மகிழ்வுணர்வின் சக்தி.

கேதி குட்மேன், நார்மன் கசின்ஸ் என்பவருடைய கதைகளைப் பற்றிக் கேள்விப்பட்டிருந்ததால், சிரிப்பையும் தனது நோய்க் குணமாக்குதலின் ஒரு பகுதியாகச் சேர்த்துக் கொண்டிருந்தார்.

குணப்படுத்தவே முடியாத ஒரு நோய் நார்மன் கசின்ஸுக்கு இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. ஒரு சில மாதங்களே அவர் வாழ்வார் என்று மருத்துவர்கள் அவருக்குக் கெடு வைத்தனர். மூன்று மாதங்களுக்கு அவர் செய்ததெல்லாம் ஒன்றே ஒன்றுதான். நகைச்சுவைப் படங்களைப் பார்த்து வயிறு குலுங்கச் சிரித்துக் கொண்டேயிருந்தார். அந்த மூன்று மாதத்தில் அந்த வியாதி சொல்லாமல் கொள்ளாமல் விடைபெற்றுப் போய்விட்டது. மருத்துவர்கள் அவர் குணமானதை அதிசயம் என்று வர்ணித்தனர்.

சிரித்துச் சிரித்து, நார்மன் கசின்ஸ் எல்லா எதிர்மறை விஷயங்களையும் தனது உடம்பிலிருந்து வெளியேற்றினார். வியாதியும் வெளியேறிவிட்டது. நகைச்சுவை உண்மையிலேயே ஓர் அருமருந்து தான்.

டாக்டர் பென் ஜான்சன்

நாம் எல்லோரும் 'சுயப் பிணிநீக்கம்' என்னும் அடிப்படைத் திட்டத்தோடுதான் பிறந்துள்ளோம். உங்களுக்கு ஒரு காயம் ஏற்பட்டால் அது தானாகவே சரியாகி விடுகிறது. உங்களுக்கு ஒரு நுண்ணுயிரித் தாக்குதல் ஏற்படும்போது, உடலின் நோய்த்தடுப்பு அமைப்பு அந்த நுண்ணுயிரியை அழித்து, நோயைக் குணமாக்குகிறது. நோய்த்தடுப்பு அமைப்பின் நோக்கமே குணமாக்குதல்தான்.

பாப் பிராக்டர்

ஆரோக்கியமான உணர்வுபூர்வமான நிலையில் இருக்கும் ஓர் உடலில் வியாதியால் குடியிருக்க முடியாது. உங்களது உடல் ஒவ்வொரு நொடியிலும் இலட்சக்கணக்கான உயிரணுக்களைக் களைந்து கொண்டிருக்கிறது. அதே போல இலட்சக்கணக்கான உயிரணுக்களை உற்பத்தி செய்து கொண்டும் இருக்கிறது.

முனைவர் ஜான் ஹேகலின்

உண்மையில் நமது உடலின் பகுதிகள் ஒவ்வொன்றும் தினமும் புதுப்பிக்கப்பட்டு வருகின்றன. சில பகுதிகள் ஓரிரு மாதங்களை எடுத்துக் கொள்கின்றன. வேறு சில பகுதிகள் ஒரு சில வருடங்களை எடுத்துக் கொள்கின்றன. ஒரு சில வருடங்களில் நாம் ஒவ்வொருவரும் புத்தம் புதிய பௌதீக உடல் ஒன்றைக் கொண்டிருக்கிறோம்.

அறிவியல் நிரூபித்துள்ளபடி, ஒரு சில வருடங்களுக்குள் நமது மொத்த உடல் முற்றிலும் மாற்றி அமைக்கப்படுகிறது என்றால், சீர்கேடும் வியாதியும் எப்படித் தொடர்ந்து வருடக்கணக்காக நம் உடலில் வாசம் புரிய முடியும்? நமது எண்ணத்தாலும், நோயைக் கண்டுகொண்டு அதன்மீது நாம் காட்டும் அக்கறையாலுமே அது நமது உடலில் தங்கியிருக்கிறது.

கச்சிதமான எண்ணங்களை எண்ணுங்கள்

முழுமை குறித்த எண்ணங்களை எண்ணுங்கள். இசைவான எண்ணங்களைக் கொண்டிருக்கும் ஓர் உடலில் வியாதி தங்கியிருக்காது. நீங்கள் முழுமையைப் பேணப்போவதால் நீங்கள் உங்களை நோக்கி அதைக் கவர வேண்டும். வியாதி, வறுமை மற்றும் மகிழ்ச்சியின்மை உட்பட மனித குலத்தின் அனைத்துத் துன்பங்களுக்கும் காரணம் முழுமையற்ற எண்ணங்களே. எதிர்மறையான எண்ணங்களை எண்ணும்போது, நாம் நமக்கே உரித்தான பாரம்பரியத்திலிருந்து நம்மை வெட்டிக் கொள்கிறோம். "நான் எப்போதும் முழுமையான எண்ணங்களையே சிந்திக்கிறேன். நான் எதிலும் முழுமையையே பார்க்கிறேன். நான் முழுமையின் மொத்த வடிவம்," என்று ஒருமித்த நோக்குடன் பிரகடனம் செய்யுங்கள்.

நான் என் உடலில் இருந்து விறைப்புத் தன்மையையும் வளைந்து கொடுக்காத தன்மையையும் வெளியேற்றி விட்டேன். என் உடலை நான் எளிதில் வளையக் கூடிய ஒன்றாகவும், குழந்தையின் உடலைப் போலக் கச்சிதமான ஒன்றாகவும் கற்பனை செய்து அதில் முழுக்கவனம்

செலுத்தினேன். என் உடலில் இருந்த விறைப்புத் தன்மையும் மூட்டு வலிகளும் மாயமாய் மறைந்து விட்டன. இதை நான் உண்மையிலேயே இரவோடு இரவாகச் செய்து முடித்தேன்.

வயதாதல் குறித்த நம்பிக்கை நம் எல்லோருடைய மனத்திலும் இருக்கிறது. குறுகிய காலத்திற்குள்ளாகவே நாம் புதிய உடலைக் கொண்டிருக்கிறோம் என்று அறிவியல் விளக்குகிறது. வயதாதல் என்பது நமக்கு நாமே ஏற்படுத்திக் கொண்ட, நம்மைச் சுருக்கிக் கொள்ளும் எண்ணம். அத்தகைய எண்ணங்களை உங்கள் மனத்தில் இருந்து அப்புறப்படுத்துங்கள். நீங்கள் எத்தனைப் பிறந்த நாட்களைக் கொண்டாடியிருந்த போதிலும், உங்கள் உடல் ஓரிரு மாதங்கள் ஆன ஒன்றுதான் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். நீங்கள் ஏன் உங்களுடைய அடுத்தப் பிறந்த நாளை, முதலாவது பிறந்த நாளாகக் கொண்டாடக் கூடாது? நீங்கள் வயதாதலை உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுக்க விரும்பாதவரை, அறுபது மெழுகுவர்த்திகளைக் கொண்டு அலங்கரித்து உங்களது கேக்கை வெட்டாதீர்கள். துரதிர்ஷ்டவசமாக, மேற்கத்தியச் சமுதாயம் வயது குறித்து அதீத கவனம் செலுத்துகிறது. ஆனால் உண்மையில் வயது என்ற ஒன்று கிடையாது.

முழுமையான, ஆரோக்கியமான நிலை, கச்சிதமான உடல், கச்சிதமான எடை, மாறாத இளமை ஆகியவற்றை நீங்கள் உங்கள் சிந்தனை மூலம் அடையலாம். அதைத் தொடர்ச்சியான முழுமை குறித்த எண்ணங்களைச் சிந்தித்துக் கொண்டேயிருப்பதன் மூலம் எட்டலாம்.

பாப் பிராக்டர்

உங்களுக்கு ஒரு நோய் இருந்து, நீங்கள் அதில் கவனம்
செலுத்தி, அதைப் பற்றிப் பிறரிடம் பேசிக்
கொண்டிருப்பதன் மூலம் மேலும் அதிகமாக
அவ்வியாதியின் அணுக்களை உற்பத்தி செய்கிறீர்கள்.
நீங்கள் முழுமையான ஆரோக்கியமான உடலில்
வசிப்பதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள்.
வியாதிகளை மருத்துவம் கவனித்துக் கொள்ளட்டும்.

ஏதாவது ஒரு வியாதி வந்துவிட்டால் மக்கள் பெரும்பாலும் செய்கிற

காரியம் அதைப் பற்றியே எப்பொழுதும் பேசிக் கொண்டிருப்பதுதான். அதற்குக் காரணம் அதைப் பற்றியே அவர்கள் எந்நேரமும் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கின்றனர். அதனால் அவர்கள் அதற்கு வார்த்தை வடிவம் கொடுக்கின்றனர். நீங்கள் சிறிது நலமற்று இருந்தால் அதைப் பற்றிப் பேசவே பேசாதீர்கள். அது உங்களுக்கு இன்னும் அதிகமாக வரவேண்டுமென்றால் மட்டுமே பேசுங்கள். அதற்குப் பொறுப்பு உங்களது எண்ணங்கள்தான் என்பதை உணர்ந்து கொண்டு, "நான் பிரமாதமாக இருப்பதாக உணர்கிறேன், நான் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன்" என்று எவ்வளவு தடவை முடியுமோ அவ்வளவு தடவை கூறிக் கொள்ளுங்கள். அதை மனதார உணருங்கள். உங்களது மனநிலை அவ்வளவு மகிழ்ச்சியாக இல்லாதபோது, யாராவது ஒருவர் நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்கள் என்று கேட்டால், மகிழ்வான மனநிலையை உண்டாக்கக்கூடிய எண்ணங்களை நீங்கள் சிந்திக்க உங்களுக்கு நினைவுபடுத்தியமைக்காக அவருக்கு நன்றி கூறுங்கள். உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களோ அதை மட்டும் பேசுங்கள்.

உங்களால் ஜலதோஷத்தையோ வேறு வியாதிகளையோ "பிடித்து"க் கொள்ள முடியாது நீங்கள் அப்படி நினைத்துக் கொள்ளாதவரை. அப்படி நினைத்தால், அதற்கு நீங்கள் உங்கள் எண்ணத்தின் மூலம் வரவேற்பு விழா நடத்துகிறீர்கள் என்று பொருள். மக்கள் தங்களுடைய வியாதிகளைப் பற்றிப் பேசும்போது கேட்டுக் கொண்டு இருப்பதன் மூலமும் வியாதியை வரவேற்கலாம். அப்படி நீங்கள் கேட்டுக் கொண்டிருக்கும்போது, உங்களது கவனம் முழுவதும், எண்ணம் முழுவதும் அந்த வியாதியின் மீதே இருக்கிறது. ஏதாவது ஒன்றின் மீது நமது எண்ணத்தைக் குவிக்கும்போது நாம் அதற்கு விண்ணப்பிக்கிறோம். அதன் மூலம் கண்டிப்பாக நீங்கள் அவர்களுக்கு உதவி செய்வதில்லை. மாறாக அவர்களுடைய வியாதிக்கு ஆற்றல் சேர்க்கிறீர்கள். நீங்கள் உண்மையிலேயே அவருக்கு உதவி செய்ய நினைத்தால், உங்களால் முடிந்தால், உரையாடலை மாற்றி நல்ல விஷயங்களைப் பற்றிப் பேசுங்கள். அப்படி முடியாவிட்டால் அந்த இடத்தைக் காலி செய்து விடுங்கள். அப்படி வெளியேறும்போது, அந்த நபர் நலமாக இருப்பது போன்ற காட்சியை உங்கள் எண்ணத்தில் தோற்றுவித்து, மனப்பூர்வமாக உணர்ந்து அதைப் பிரபஞ்சத்திடம் அனுப்பி விடுங்கள்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

ஒரே வியாதியால் பீடிக்கப்பட்ட இரண்டு நபர்கள் இருப்பதாக வைத்துக் கொள்வோம். அதில் ஒருவர் மகிழ்ச்சி குறித்துக் கவனம் செலுத்த முடிவு செய்கிறார், அவர் நம்பிக்கையையும் நல்லது நடக்கும் என்ற எண்ணத்தையும் தேர்ந்தெடுத்து மகிழ்ச்சியோடும் நன்றியுணர்வோடும் இருக்க வேண்டியதற்கான அனைத்துக் காரணங்கள் மீதும் கவனம் செலுத்துகிறார். மற்றொருவர் வியாதி, வலி, சுயபச்சாதாபம் ஆகியவற்றில் முழுக் கவனத்தையும் செலுத்துகிறார்.

பாப் டாயில்

தங்களுடைய நலமின்மையின் அறிகுறியிலும், எது தவறாகப் போய்விட்டது என்ற ஆராய்ச்சியிலும் முழுக்கவனத்தையும் செலுத்தும்போது, அவர்கள் அது என்றென்றும் நீடித்திருக்க வழி செய்கின்றனர். நலமின்மையிலிருந்து, நலமாயிருத்தல் நோக்கித் தங்களது கவனத்தை மாற்றாதவரை, குணமாதல் நடைபெறாது. ஏனெனில் அதுதான் ஈர்ப்பு விதி.

> "ஒவ்வொரு வெறுப்புணர்வு எண்ணமும் நமது உடலில் நாம் விதைத்துக் கொள்ளும் மோசமான விஷயம் என்பதை நாம் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்."
>
> *பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு*

முனைவர் ஜான் ஹேகலின்

சந்தோஷமான எண்ணங்கள் மகிழ்ச்சியான உயிர்வேதியலுக்கு இட்டுச் செல்லும்; உவகை பொங்கும், ஆரோக்கியம் கொப்பளிக்கும் ஓர் உடலுக்கு வழி வகுக்கும். எதிர்மறை எண்ணங்களும் மன இறுக்கமும் நமது உடலை மிக மோசமாகச் சீர்கேடு அடைய வைப்பதாகவும், நமது மூளையின் இயக்கத்தைப் பாதிப்பதாகவும் அறியப்பட்டுள்ளது. ஏனெனில் நமது எண்ணங்கள் தொடர்ந்து நமது உடலை மறுதொகுப்புச் செய்து கொண்டிருக்கின்றன; மறு சீரமைப்பில் ஈடுபட்டுள்ளன; மறு உருவாக்கத்தில் குதித்துள்ளன.

உங்களது உடலில் இதுவரை எதைத் தருவித்து வைத்திருக்கிறீர்களோ அதைப் பற்றிக் கவலைப்படத் தேவையில்லை. அதைக் கண்டிப்பாக மாற்றி விடலாம். உள்ளும் புறமும் முதலில் மகிழ்ச்சியான எண்ணங்களைச் சிந்தியுங்கள். மகிழ்ச்சியாக இருக்கத் துவங்குங்கள். மகிழ்ச்சி என்பது உணர்வுபூர்வமான ஒரு நிலை. உங்களது விரல் நுனி 'மகிழ்ச்சியாக இருத்தல்' என்ற பொத்தானை அழுத்தட்டும். உங்களைச் சுற்றி என்ன வேண்டுமானாலும் நடந்து கொள்ளட்டும். நீங்கள் அந்தப் பொத்தானில் இருந்து உங்களது விரலை எடுக்கவே எடுக்காதீர்கள்.

டாக்டர் பென் ஜான்சன்

மன இறுக்கத்தை உங்களது உடலில் இருந்து வெளியேற்றி விடுங்கள். பின் உங்களது உடல் எதற்காக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளதோ அதைச் செய்யும். சுயமாகக் குணப்படுத்திக் கொள்வதுதான் அது.

வியாதியை ஒழித்துக் கட்ட நீங்கள் போராட வேண்டியதில்லை. எதிர்மறை எண்ணங்களை வெளியேற்றும் எளிய செயலின் மூலம் நீங்கள் உங்களது இயல்பான ஆரோக்கிய உடல்நிலை உங்களுள் தழைக்க வழி செய்யலாம். உங்கள் உடல் தானாகவே தன்னைக் குணப்படுத்திக் கொள்ளும்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

சிறுநீரகங்கள் மீண்டும் முளைவிட்டுள்ளதை நான் கண்டுள்ளேன். புற்று நோய்கள் கரைந்துள்ளதையும், இழந்த பார்வைகள் மீண்டுள்ளதையும் நான் பார்த்திருக்கிறேன்.

இரகசியத்தை அறியும் முன்னர் நான் மூன்று வருடங்களாக, படிப்பதற்கு மூக்குக் கண்ணாடி அணிந்து வந்துள்ளேன். ஒரு நாள் இரவு, **இரகசியம்** குறித்த அறிவு பல நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்பாக இருந்தது பற்றி ஆராய்ந்து கொண்டிருந்தபோது, நான் என்ன படித்துக் கொண்டிருக்கிறேன் என்பதை அறிய என் மூக்குக் கண்ணாடியை எடுத்தேன். திடீரென்று அப்படியே ஸ்தம்பித்துப் போய் நின்றேன். ஆஹா, நாம் என்ன காரியம் பண்ணிவிட்டோம் என்ற புரிதல் என்னை இடியெனத் தாக்கியது.

வயதாக ஆக, கண்பார்வை மங்கும் என்று சமுதாயம் கற்றுக் கொடுத்த பாடத்தை நானும் கவனமாகக் கேட்டு வந்துள்ளேன். ஒரு புத்தகத்தையோ செய்தித்தாளையோ படிக்கத் தங்கள் கைகளை முன்னால் நீட்டி வைத்துக் கொள்ளும் பலரை நான் பார்த்திருக்கிறேன். வயதாகும் போது கண் பார்வை மங்கும் என்ற கருத்தை என் சிந்தனையில் ஏற்றியதன் மூலம் அதை என்னிடம் வரவழைத்து விட்டேன். நான் அதை வேண்டுமென்றே செய்யவில்லை. ஆனால் நான்தான் அதற்குக் காரணம். நான் எனக்கு வரவழைத்துக் கொண்டவற்றை எனது எண்ணங்கள் மூலம் மாற்ற முடியும் என்பதை அறிந்திருந்ததால், உடனடியாக நான் இருபத்தியோரு வயதாக இருந்தபோது எப்படி நன்றாகப் பார்த்தேனோ அவ்வளவு தெளிவாகப் பார்ப்பது போலக் கற்பனை செய்து கொண்டேன். இருளான உணவகங்களில், விமானங்களில், எனது கணினியில் நான் தெளிவாகவும் இலகுவாகவும் பார்க்க முடிவதை மனத்திரையில் போட்டுப் பார்த்துக் கொண்டேன். "என்னால் தெளிவாகப் பார்க்க முடிகிறது, என்னால் தெளிவாகப் பார்க்க முடிகிறது" என்று மீண்டும் மீண்டும் கூறிக் கொண்டேன். தெளிவான பார்வை கொண்டுள்ளமைக்காக உற்சாகமான மனநிலையையும் உருவாக்கிக் கொண்டேன். நன்றியுணர்வுடன் இருந்தேன். மூன்று நாளில் என் பார்வைக்குறை நிவர்த்தியாகி விட்டது. இப்போது என்னால் மூக்குக் கண்ணாடி இல்லாமலேயே தெளிவாகப் படிக்க முடிகிறது.

இரகசியம் நிரைப்படத்தில் தோன்றிய ஆசான்களில் ஒருவரான டாக்டர் பென் ஜான்சனிடம், நான் இப்படிச் செய்தேன் என்று கூறியபோது அவர் என்னிடம், "மூன்று நாட்களில் நீங்கள் அதைச் செய்திருக்க வேண்டுமானால், உங்களது கண்களுக்கு என்ன நேர்ந்திருக்க வேண்டும் என்பதை நீங்கள் புரிந்துள்ளீர்களா?" என்று வினவினார். நான், "தெரியாது. நல்ல வேளை நான் அறிந்திருக்கவில்லை. அதனால் அந்த எண்ணம் என் மூளைக்குள் புகவேயில்லை. என்னால் முடியும் என்று நான் அறிந்திருந்தேன். அதை விரைவாகச் செய்ய முடியும் என்றும் அறிந்திருந்தேன்" என்று பதிலளித்தேன். (சில சமயங்களில் குறைவான தகவலே சிறந்தது!)

டாக்டர் பென் ஜான்சன், தனது உடலில் இருந்த "குணப்படுத்த முடியாத" வியாதியைக் குணப்படுத்தியிருந்தார். அவருடைய கதையை ஒப்பிடும்போது, என் பார்வைக் குறை மீட்பு ஒன்றும் பெரிய விஷயமாக

எனக்குப் படவில்லை. உண்மையில் நான் என் பார்வை ஒரே நாளில் சரியாகி விடும் என்று எதிர்பார்த்திருந்தேன். அதனால் என் மனத்தில் மூன்று நாட்கள் என்பது ஓர் அற்புதமாகவே படவில்லை. பிரபஞ்சத்தைப் பொறுத்தவரை, அது காலமும் அளவும் இல்லாத ஒன்று என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஒரு நோயைக் குணப்படுத்துவது ஒரு முகப்பருவைக் குணப்படுத்துவது போல் சுலபமானது. செயல்முறையில் மாற்றம் ஏதும் கிடையாது; வேறுபாடு நமது மனத்தில் மட்டும்தான் இருக்கிறது. உங்கள் உடலில் ஏதாவது உபாதைகளை நீங்கள் வரவழைத்துக் கொண்டிருந்தால், அதை உங்கள் மனத்தில் ஒரு முகப்பரு அளவு சிறியதாகச் சுருக்கிக் கொள்ளுங்கள்; எதிர்மறையான எண்ணங்களைத் துரத்துங்கள்; பின் முழுமையான ஆரோக்கியம் குறித்துக் கவனம் செலுத்துங்கள்.

குணப்படுத்த முடியாதது என்பதே கிடையாது

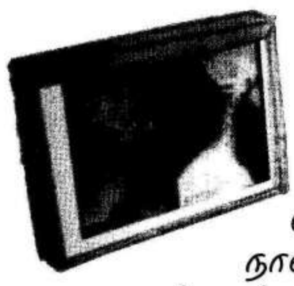
டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

குணப்படுத்தவே முடியாதது என்று கூறப்பட்டால், அதற்குப் பொருள் 'அதை உள்ளிருந்து குணப்படுத்தலாம்' என்று நான் எப்போதுமே கூறி வந்துள்ளேன்.

குணப்படுத்த முடியாதது என்று ஒன்றும் கிடையாது என்பதை நான் அறிவேன். அதை நம்பவும் செய்கிறேன். ஏதாவது ஒரு காலகட்டத்தில் குணப்படுத்த முடியாதவை என்று முத்திரை குத்தப்பட்டிருந்த வியாதிகள் பின்னாளில் குணமாக்கப்பட்டுள்ளன. எனக்காக நான் உருவாக்கிக் கொண்டுள்ள உலகிலும், என் மனத்திலும் 'குணப்படுத்த முடியாதது' என்பதே கிடையாது. நான் உருவாக்கிக் கொண்டுள்ள இந்த உலகில் ஏகப்பட்ட இடம் இருக்கிறது. என்னோடும், ஏற்கனவே இங்கு இருப்பவர்களோடும் வந்து இணைந்து கொள்ளுங்கள். இந்த உலகில் 'அற்புதங்கள்' தினசரி நிகழ்வுகள். ஒட்டுமொத்த அபரிமிதத்தால் இவ்வுலகு நிரம்பி வழிகிறது. அங்கு அனைத்துச் சிறப்பான விஷயங்களும் ஒவ்வொருவருக்குள்ளும் உறைந்து கிடக்கின்றன. நான் சொர்க்கத்தை வர்ணிப்பது போல உள்ளதா? ஆமாம், அது உண்மைதான்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

உங்களது வாழ்க்கையை உங்களால் மாற்றிக் கொள்ள முடியும். உங்களையே நீங்கள் குணப்படுத்திக் கொள்ள முடியும்.



மோரிஸ் குட்மேன்

நூலாசிரியர் மற்றும் சர்வதேசப் பேச்சாளர்

என் கதை 1981 மார்ச் மாதம் 10ம் தேதி துவங்குகிறது. அந்த நாள் என் மொத்த வாழ்க்கையையும் மாற்றி விட்டது. அந்த நாளை என்னால் ஒருபோதும் மறக்க முடியாது. நான் ஓட்டிக் கொண்டிருந்த விமானம் திடீரென்று விழுந்து நொறுங்கியது. உடலின் எப்பகுதியையும் அசைக்க முடியாத நிலையில் நான் மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்டேன். என் முதுகெலும்பு நொறுங்கியிருந்தது. கழுத்தருகே இருந்த முதல் இரண்டு தண்டெலும்புகள் உடைந்திருந்தன. விழுங்கும் திறன் பாதிக்கப்பட்டிருந்தது. சாப்பிடவோ குடிக்கவோ முடியாது. என் உதரவிதானம் மோசமாகப் பாதிக்கப்பட்டிருந்தது. என்னால் மூச்சுவிட முடியவில்லை. என்னால் செய்ய முடிந்ததெல்லாம் கண்களை இமைப்பது மட்டும்தான். நான் வாழ்நாள் முழுவதும் படுத்தப் படுக்கையாக இருக்க வேண்டியதுதான் என்றும், கண் இமைப்பதைத் தவிர வேறு எதையும் செய்ய முடியாது என்றும் மருத்துவர்கள் கூறிவிட்டனர். அது என்னைப் பற்றி 'அவர்கள்' கொண்டிருந்த பார்வை. அவர்கள் என்னைப்பற்றி என்ன நினைத்துக் கொண்டிருந்தார்கள் என்பது குறித்து நான் கவலைப்படவில்லை. என்னைப் பற்றி 'நான்' என்ன நினைத்துக் கொண்டிருந்தேன் என்பதுதான் முக்கியம். நான் மீண்டும் இயல்பு நிலைக்குத் திரும்பி மருத்துவமனையிலிருந்து 'நடந்து' வெளியே போவதை என் மனத்தில் ஒலிஒளிக் காட்சியாக வடித்திருந்தேன்.

மருத்துவமனையில் இருந்தபோது என் வசம் இருந்த ஒரே விஷயம் என்னுடைய மனம்தான். உங்கள் மனம் உங்கள் கைகளில் இருந்தால், நீங்கள் எதை வேண்டுமானாலும் சீர் செய்து விடலாம்.

என்னைச் செயற்கைச் சுவாசக் கருவியோடு இணைத்திருந்தனர். என் உதரவிதானம் பாதிக்கப்பட்டிருந்ததால் என்னால் மீண்டும் தன்னிச்சையாகச் சுவாசிக்க இயலாது என்று மருத்துவர்கள் கூறினர். 'ஆழமாக மூச்சு விடு, ஆழமாக மூச்சு விடு' என்று ஒரு சிறு குரல் என்னுள் ஒலித்துக் கொண்டேயிருந்தது. இறுதியில் என்னைச் செயற்கைக் கருவியிலிருந்து விடுவித்தனர். அது எப்படி நிகழ்ந்தது என்று அவர்களுக்குப் புரியவில்லை. என் குறிக்கோளிலிருந்தும் என் முன்னோக்குப் பார்வையிலிருந்தும் என்னைத் திசைதிருப்பும் எதையும் என் மனத்திற்குள் அனுமதிக்கும் நிலையில் நான் இல்லை.

கிறிஸ்துமஸ் தினத்தன்று மருத்துவமனையில் இருந்து நடந்து வெளியே செல்வதென்று ஓர் இலக்கை நிர்ணயித்துக் கொண்டேன். அப்படியே செய்யவும் செய்தேன். என் இரண்டு கால்களாலும் நடந்து மருத்துவமனையில் இருந்து வெளியேறினேன். அது சாத்தியமேயில்லை என்று அவர்கள் கூறினர். அந்த நாளை என்னால் மறக்க முடியாது.

வாழ்க்கையில் ஏதாவது ஒரு விதத்தில் பாதிக்கபட்டிருப்பவர்களுக்கு என் வாழ்க்கையிலிருந்து ஒரு செய்தி சொல்ல விரும்பினால், அவர்கள் என்னவெல்லாம் சாதிக்க முடியும் என்று கூற விரும்பினால், நான் அதை ஆறு வார்த்தைகளில் இப்படிக் கூறுவேன்: "தான் எப்படிச் சிந்திக்கிறானோ அப்படியே ஆகிறான் மனிதன்."

மோரிஸ் குட்மேன் 'அதிசய மனிதன்' என்று அழைக்கப்பட்டவர். அவரது கதையை **இரகசியத்திற்காகத்** தேர்ந்தெடுத்ததற்குக் காரணம், மனித மனத்தின் எல்லையற்ற சாத்தியக் கூற்றையும், பிரமிக்க வைக்கும் அதன் சக்தியையும் அது எடுத்துரைப்பதால்தான். நாம் எதைச் சிந்திக்கிறோமோ அதைக் கொண்டுவரக் கூடிய சக்தி நம்முள் இருக்கிறது என்பதை மோரிஸ் அறிந்திருந்தார். எல்லாமே சாத்தியம். சிந்தனை, கற்பனை, மற்றும் மனதார உணர்தல் ஆகியவற்றின் மூலமாக இழந்துபோன தங்களுடைய ஆரோக்கியத்தை மீட்டெடுக்க ஆயிரக்கணக்கானவர்களுக்கு மோரிஸ் குட்மேனின் கதை உத்வேகம் அளித்துள்ளது.

இரகசியம் திரைப்படம் வெளியான பிறகு, அப்படத்தைப் பார்த்ததனால் தங்களுடைய உடலில் இருந்த பல்வேறுபட்ட வியாதிகள் கரைந்து, மறைந்து போனதைக் குறிப்பிட்டு எங்களுக்கு வந்த ஆயிரக்கணக்கான அற்புதக் கதைகளால் நாங்கள் திக்குமுக்காடிப் போனோம். நீங்கள் நம்பும்போது எதுவுமே சாத்தியம்.

ஆரோக்கியம் குறித்த இவ்வத்தியாயத்தை டாக்டர் பென் ஜான்சனின் மேற்கோளோடு முடிக்கிறேன்: "நாம் இப்போது உயிர்ச்சக்தி மருத்துவத்தின் சகாப்தத்தில் இருக்கிறோம். பிரபஞ்சத்தில் உள்ள அனைத்திற்கும் அலைவரிசை இருக்கிறது. நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் ஓர் அலைவரிசையை மாற்ற வேண்டும் அல்லது அதற்கு நேர் எதிரான அலைவரிசை ஒன்றை உருவாக்க வேண்டும். உலகில் உள்ள எதையும் அவ்வளவு சுலபமாக மாற்றிக் கொள்ளலாம். அது ஏதாவது ஒரு வியாதியாக இருக்கலாம் அல்லது உணர்ச்சி தொடர்பான ஒரு பிரச்சனையாக இருக்கலாம். அது எதுவாக வேண்டுமானாலும் இருந்துவிட்டுப் போகட்டும். எவ்வளவு பெரிய பிரம்மாண்டமான விஷயம் இது! நாம் இதுவரை எதிர்கொண்டதிலேயே மிகப் பெரியது இதுதான்."

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- ஈர்ப்பு விதியின் நடைமுறைச் செயல்பாட்டின் நிரூபணம்தான் பிளேஸ்போ விளைவு. ஒரு நோயாளி, ஒரு மாத்திரை தன்னைக் குணப்படுத்தும் என்று நம்பினால், தான் நம்புவதைப் பெறுகிறார். குணமாகிறார்.

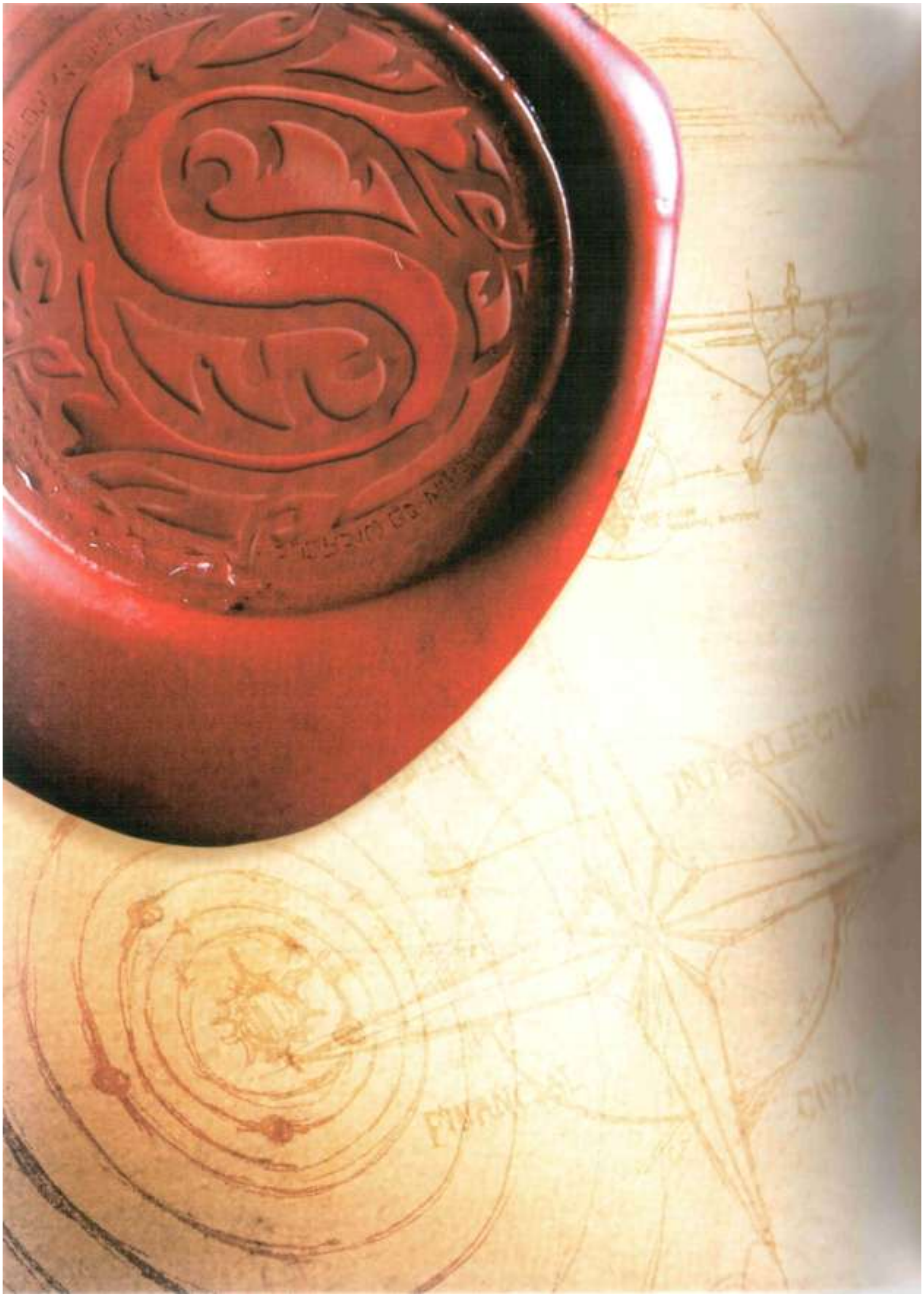
- வெளியில் என்ன நடந்தாலும் பரவாயில்லை; ஆரோக்கியத்தின் மீது முழுக் கவனம் செலுத்துவதை நாம் ஒவ்வொருவரும் நம்முள் செய்து கொள்ளலாம்.

- சிரிப்பு, மகிழ்ச்சியைக் கவர்ந்திழுக்கிறது; எதிர்மறை விஷயங்களை வெளியேற்றுகிறது; அதிசயமான குணமாதல்களுக்கு வழி வகுக்கிறது.

- எண்ணங்கள் மூலமும், வியாதிகளைக் கவனித்து அதற்குக் கவனம் அளிப்பதன் மூலமும், நாம் நம் உடலில் வியாதிகள் நிலைத்திருக்க வழி வகுக்கிறோம். உங்களுக்கு எப்போதாவது உடல்நலக் குறைவு ஏற்பட்டால், அது குறித்துப் பேசாதீர்கள். அவ்வியாதி மேலும் பெருக வேண்டுமென்றால் மட்டும் பேசுங்கள். மக்கள் வியாதி பற்றிப் பேசுவதைக் கவனிக்கும்போது நீங்கள் அதற்கு ஆற்றல் அளிக்கிறீர்கள். மாறாக உரையாடலை நல்ல விஷயத்திற்குத் திருப்புங்கள்; அவர்கள் நல்ல ஆரோக்கியத்துடன் இருப்பதாக உங்கள் மனத்தில் உருவகப்படுத்தி, அந்தச் சக்திமிக்க எண்ணங்களைப் பிரபஞ்சத்திற்கு அனுப்புங்கள்.

- வயதாதல் குறித்த சில நம்பிக்கைகள் நம் மனத்தில் ஆழப் பதிந்துள்ளன. அவற்றை உங்களது மனத்திலிருந்து வெளியேற்றிவிட வேண்டும். ஆரோக்கியம் மற்றும் மாறாத இளமை குறித்துக் கவனம் செலுத்துங்கள்.

- வயதாதல் மற்றும் வியாதி குறித்துச் சமுதாயம் கொண்டிருக்கும் கருத்துகளுக்குச் செவி சாய்க்காதீர்கள். எதிர்மறையான எண்ணங்களால் உங்களுக்கு ஒரு பிரயோஜனமும் கிடையாது.



உலகிற்கான இரகசியம்

லிசா நிக்கோல்ஸ்

மக்கள் தாங்கள் விரும்பும் பொருட்களைப் பார்த்து, "ஆமாம், எனக்கு அது பிடித்திருக்கிறது, எனக்கு அது வேண்டும்" என்று கூறுவது வழக்கம். ஆனால் அவர்கள் தாங்கள் விரும்பாத விஷயத்தைப் பார்க்கும்போதும் அதைத் தங்களால் ஒழிக்க முடியும், தவிர்க்க முடியும், வேரோடு கிள்ளி எறிய முடியும் என்ற மனப்பான்மையுடன் அதை அணுகுவதன் மூலம், அதைவிட அதிகம் இல்லாவிட்டாலும் கூட, அதே அளவு சக்தியை அதற்கு அளிக்கின்றனர். நம்முடைய சமுதாயத்தில் நாம் ஏராளமான விஷயங்களை எதிர்த்துப் போராடுவதில் திருப்தி அடைகிறோம். புற்றுநோய் ஒழிப்புத் திட்டம், வறுமை ஒழிப்புத் திட்டம், போரை எதிர்த்துப் பேரணி, போதைப் பொருட்களுக்கு எதிரான சட்டம், பயங்கரவாதத் தடுப்புச் சட்டம், வன்முறைக்கு எதிரான கருத்தரங்கு, இப்படிப் பல. நாம் விரும்பாத எல்லாவற்றிற்கும் எதிராகப் போராடுவதை வழக்கமாக்கிக் கொண்டுள்ளோம். உண்மையில் அது இன்னும் அதிகமாகப் போராடுவதற்கு வழி வகுக்கிறது.

ஹேல் ட்வாஸ்கின்

ஆசிரியர் மற்றும் 'தி செடோனா மெத்தட்' நூலாசிரியர்

நாம் எவற்றில் கவனம் செலுத்துகின்றோமோ அவற்றை உருவாக்குகிறோம். ஒரு

போரைக் குறித்தோ, சண்டைச் சச்சரவுகள் குறித்தோ அல்லது பிறரது துன்பங்கள் குறித்தோ நாம் கோபம் கொண்டிருந்தால், நாம் அதற்கு நம்முடைய சக்தியை அளிக்கிறோம். நாம் நம்மை உந்தித் தள்ளுகிறோம். ஆனால் அது எதிர்ப்பையே உருவாக்குகிறது.

"நீங்கள் எதிர்ப்பது வலுக்கும்."

கார்ல் ஜங் (1875-1961)

பாப் டாயில்

நீங்கள் எதிர்ப்பது வலுப்பதற்குக் காரணம், நீங்கள் ஒன்றை எதிர்க்கும்போது, "நான் இதை விரும்பவில்லை, ஏனெனில் அது எனக்கு இப்படிப்பட்ட உணர்வை ஏற்படுத்துகிறது, அதாவது நான் இப்போது அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கும் உணர்வை ஏற்படுத்துகிறது" என்று கூறுகிறீர்கள். அதாவது, "நான் இந்த உணர்வை விரும்பவில்லை" என்ற வலுவான உணர்ச்சிகளை வெளியிடுகிறீர்கள். உடனே அது உங்களை நோக்கித் திரும்பிப் படையெடுத்து விடுகிறது.

எதையும் எதிர்ப்பது என்பது, ஏதாவது ஓர் அலைவரிசை மூலம் ஒளிபரப்பப்பட்டுவிட்ட ஒரு படத்தை, அதற்குப் பிறகு மாற்ற முயல்வதற்கு ஒப்பானது. அது வீணான முயற்சி. நீங்கள் உள்முகமாக நோக்கி, உங்கள் எண்ணங்களின் உதவியுடன் புதிய படங்களை உருவாக்க வேண்டும்.

ஏற்கனவே நடந்துவிட்ட ஒன்றை நீங்கள் எதிர்க்கும்போது அதற்கு அதிக சக்தியையும் ஆற்றலையும் சேர்க்கிறீர்கள். அது பல மடங்காகப் பயங்கரமாகப் பெருக உதவுகிறீர்கள். அப்படிச் செய்யும்போது அந்த நிகழ்ச்சியோ அல்லது சூழலோ பெரியதாகத்தான் வளரும். ஏனெனில் அதுதான் பிரபஞ்ச விதி.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

போர் எதிர்ப்பு இயக்கங்கள் அதிகமான போரையே உருவாக்குகின்றன. போதை மருந்து எதிர்ப்பு இயக்கங்கள் அதிகமான போதை மருந்துகளையே உருவாக்குகின்றன. ஏனெனில் நாம் எதை வேண்டாம் என்று நினைக்கிறோமோ அதில்தான் கவனம் செலுத்தி வருகிறோம்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

ஏதாவது ஒன்றை ஒழிக்க வேண்டும் என்றால் நாம் அதன் மீது கவனம் செலுத்த வேண்டும் என்று மக்கள் நினைக்கிறார்கள். நம்பிக்கை, அன்பு, அபரிமிதத்தில் வாழ்தல், கல்வி அல்லது அமைதி ஆகியவற்றில் கவனம் செலுத்தாமல், இப்படிப்பட்டப் பிரச்சனைகளுக்கு நமது ஆற்றல் அனைத்தையும் அளிப்பது எவ்வளவு தூரம் சரியென்று உங்களுக்குப் படுகிறது?

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

இது குறித்து அன்னை தெரசாவின் கருத்துக்கள் அற்புதமானவை. அவர் ஒருமுறை, "போர் எதிர்ப்பு ஊர்வலம் எதிலும் நான் ஒரு போதும் கலந்து கொள்ள மாட்டேன். அமைதிப் பேரணி இருந்தால் கூப்பிடுங்கள்" என்று கூறினார். அன்னை தெரசா **இரகசியத்தை** *அறிந்திருந்தார். அதைப் புரிந்து வைத்திருந்தார். அவர் உலகிற்கு எவ்வளவு பெரிய சொத்தை அளித்துள்ளார் என்பதைப் பாருங்கள்!*

ஹேல் ட்வாஸ்கின்

நீங்கள் போரை எதிர்ப்பவராக இருந்தால், அமைதி விரும்பியாக மாறுங்கள். பட்டினியை எதிர்ப்பவராக இருந்தால் அபரிமிதத்தின் ஆதரவாளராக மாறுங்கள். உங்களுக்கு ஓர் அரசியல்வாதியைப் பிடிக்கவில்லை எனில், அவருக்கு எதிரானவரை ஆதரியுங்கள். பெரும்பாலான சமயங்களில் மக்கள் யாரை எதிர்க்கிறார்களோ அவர்கள் வெற்றி பெற்று விடுவதற்குக் காரணம் ஆதரிப்பவர், எதிர்ப்பவர் ஆகிய எல்லோருடைய ஆற்றலும் கவனமும் அவர்கள் மீது செலுத்தப்படுவதால்தான்.

இவ்வுலகிலுள்ள அனைத்தும் ஒரே ஒரு எண்ணத்திலிருந்துதான் துவங்கியிருக்கின்றன. பெரிய விஷயங்கள் நிகழ்ந்த பிறகு, அதிகமான மக்கள் அவற்றைப் பற்றியே எண்ணிக் கொண்டிருப்பதால், அவை இன்னும் பெரிதாகின்றன. பின் அந்த எண்ணங்களும் உணர்ச்சிகளும் அந்நிகழ்வுகள் நிலைத்திருக்கவும், இன்னும் பெரிதாக வளரவும் உதவுகின்றன. நாம் அதை நம்

மனத்தில் இருந்து எடுத்து எறிந்துவிட்டு, அதற்குப் பதிலாக அன்பில் கவனம் செலுத்தினால் அது ஆவியாகி மறைந்து விடும்.

> "இதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்: இது மிக அற்புதமான விஷயம். அதே சமயம் புரிந்து கொள்வதற்குச் சிரமமான ஒன்றும் கூட. எப்படிப்பட்டச் சிரமமாக இருந்தாலும், அது எங்கிருந்தாலும், யார் அதனால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தாலும், உங்களைத் தவிர நோயாளி வேறு ஒருவரும் கிடையாது; உங்கள் விருப்பம் என்னும் உண்மை மெய்ப்படும் என்பதில் உறுதியாக இருக்க வேண்டியதைத் தவிர நீங்கள் செய்ய வேண்டியது வேறொன்றுமில்லை."
>
> *சார்லஸ் ஹானல்*

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

உங்களுக்கு எது வேண்டாம் என்பதைத் தெரிந்து கொள்வதில் பிரச்சனை ஒன்றும் கிடையாது. ஏனெனில் 'இதுதான் நான் விரும்பியது' என்று கண்டுபிடிக்க அது உங்களுக்கு உதவுகிறது. ஆனால் உண்மை என்னவென்றால், உங்களுக்கு எது வேண்டாம் என்பதைப் பற்றி அதிகமாகப் பேசப் பேச, அல்லது அது எவ்வளவு மோசம் என்று குறிப்பிடக் குறிப்பிட, அதைப் பற்றி எப்போதும் படிக்கப் படிக்க, மேலும் மேலும் அதை நீங்கள் உருவாக்குகிறீர்கள்.

எதிர்மறையான விஷயங்களில் கவனம் செலுத்துவதன் மூலம் நீங்கள் உலகிற்கு உதவிட முடியாது. உலகிலுள்ள எதிர்மறை நிகழ்வுகள்மீது நீங்கள் கவனம் செலுத்தும்போது, நீங்கள் அதைப் பெருக்க உதவுவதோடு மட்டுமல்லாது, உங்களது வாழ்க்கையில் எதிர்மறையான விஷயங்களை மேலும் அதிகமாகக் கவர்ந்திழுக்கவும் வழிசெய்கிறீர்கள்.

நீங்கள் விரும்பாத ஒன்றைப் பற்றியக் காட்சி உங்கள் மனத்தில் தோன்றினால், உங்களது எண்ணத்தை மாற்றிப் புதிய சமிக்கைகளை அனுப்புவதற்கான சங்கேதக் குறிப்பாக அதை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

அது ஒரு உலகப் பிரச்சனையாக இருந்தால், அதை மாற்றும் சக்தி உங்களிடம் கிடையாது என்று நினைக்க வேண்டாம். உங்களிடம் அனைத்து சக்தியும் இருக்கிறது. அனைவரும் சந்தோஷமாக இருப்பதில் கவனம் செலுத்துங்கள். உணவு அபரிமிதமாக இருப்பதில் கவனம் செலுத்துங்கள். எது வேண்டுமோ அதற்கு உங்கள் எண்ணங்களின் சக்தியை அளியுங்கள். உங்களைச் சுற்றி என்ன வேண்டுமானாலும் நிகழட்டும். அன்பு, நலம் போன்ற உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துவதன் மூலம் உலகிற்கு ஏராளமானவற்றைக் கொடுக்கக்கூடிய திறன் உங்களிடம் இருக்கிறது.

ஜேம்ஸ் ரே

பலமுறை மக்கள் என்னிடம் இப்படிக் கூறியுள்ளனர்: "ஜேம்ஸ், எனக்கு நாட்டு நடப்புகள் தெரிந்திருக்க வேண்டுமே." அது உண்மைதான். ஆனால் நீங்கள் தகவல் வெள்ளத்தால் மூழ்கடிக்கப்பட வேண்டிய அவசியமில்லையே?

நான் **இரகசியத்தைக்** கண்டுபிடித்தவுடன், இனி தொலைக்காட்சிச் செய்திகளைப் பார்ப்பதில்லையென்றும், செய்திப் பத்திரிகைகளை வாசிப்பதில்லையென்றும் முடிவு செய்தேன். ஏனெனில் அது மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் என்னை வைத்திருக்க எனக்கு உதவுவதில்லை. மோசமான செய்திகளை ஒளிபரப்பும் தொலைக்காட்சி அமைப்புகளும், மோசமான செய்திகளை வெளியிடும் செய்திப் பத்திரிகைகளும் குற்றம் சாட்டப்பட வேண்டியவை அல்ல. ஓர் உலகளாவிய சமூகம் என்ற முறையில் நாம் அனைவரும் அதற்குப் பொறுப்பேற்க வேண்டும். ஒரு சுவாரசியமான விஷயம் தலைப்புச் செய்தியாக வரும்போது, நாம் அதிகமான செய்திப் பத்திரிகைகளை வாங்குகிறோம். தேசிய மற்றும் சர்வதேசப் பேரழிவுகள் ஏற்படும்போது, தொலைக்காட்சி பார்ப்போர் எண்ணிக்கை விண்ணைத் தொடுகிறது. ஒரு சமுதாயம் என்ற முறையில் நாம் அதைத்தான் விரும்புகிறோம் என்பதால் செய்திப் பத்திரிகைகளும், தொலைக்காட்சி நிறுவனங்களும் போட்டி போட்டுக் கொண்டு மோசமான செய்திகளை நமக்கு விற்க முயல்கின்றன. ஊடகங்கள் வெறும் விளைவுகள்தான். நாம்தான் காரணகர்த்தா. இது ஈர்ப்பு விதியின் தேரோட்டம்!

நமக்கு என்ன வேண்டும் என்பதில் கவனம் செலுத்தி, நாம் புதிய சமிக்கைகளை அனுப்பினால், செய்தி நிறுவனங்கள் தாங்கள் அளித்து வருபவற்றை மாற்றிக் கொள்ளும்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

ஆழ்ந்த அமைதியுடன் இருக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். அதோடு உங்களுக்கு எது வேண்டாமோ அதிலிருந்தும் அதைச் சூழ்ந்திருக்கும் உணர்வுகளிலிருந்தும் உங்களது கவனத்தைத் திருப்பி, நீங்கள் எந்த அனுபவத்தை பெற விரும்புகிறீர்களோ அதில் கவனத்தைக் குவியுங்கள் கவனம் போகுமிடம் சக்தி பாயும்.

"உண்மைகளைச் சிந்தியுங்கள். அந்த சிந்தனைகள் தான் உலகப் பஞ்சத்தின் உணவாக அமையும்."

ஹோராசியோ போனர் (1808-1889)

உங்களது வெறும் இருத்தலின் மூலமாக மட்டுமே நீங்கள் கொண்டிருக்கும் தனிச் சிறப்பான சக்தியை நீங்கள் புரிந்து கொள்ளத் துவங்கியுள்ளீர்களா? உங்களை மகிழ்வான மனநிலையில் வைத்திருக்கும் சிறந்த விஷயங்களில் நீங்கள் கவனம் செலுத்தும்போது, இவ்வுலகிற்குச் சிறந்த விஷயங்களைக் கொண்டு வருகிறீர்கள். அதே சமயம் சிறப்பானவற்றை உங்கள் வாழ்விலும் கவர்ந்திழுக்கத் துவங்குகிறீர்கள். மகிழ்வான மனநிலையில் இருக்கும்போது, நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையை மேன்மைப்படுத்துகிறீர்கள். உலகையும் மேன்மையடையச் செய்கிறீர்கள்.

ஈர்ப்பு விதி கனகச்சிதமாய் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் ஒரு விதி.

டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

வெளியுலக அபிப்பிராயங்களை விட, உங்களுக்குள் உறைந்திருக்கும் குரலும், முன்னோக்கும் தெளிவாக, சத்தமாக, ஆழமாக ஒலிக்கத் துவங்கும்போது, நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையை வெற்றி கொண்டு விட்டீர்கள்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

உலகத்தை மாற்றுவதோ, உங்களைச் சுற்றியுள்ள மக்களை மாற்றுவதோ உங்கள் வேலையல்ல; பிரபஞ்சத்தின் உள்ளிருக்கும் தங்கு தடையற்றப் போக்கோடு போவதும், அதனுள் இருக்கும் உலகத்தில் அதைக் கொண்டாடுவதும்தான் உங்களது வேலை.

நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையின் எஜமான். பிரபஞ்சம் உங்களது ஒவ்வொரு கட்டளையையும் நிறைவேற்றி வைக்கிறது. நீங்கள் விரும்பாதவை உங்கள் வாழ்க்கையில் தோன்றினால் அதற்குப் பொறுப்பேற்றுக் கொண்டு, முடிந்தால் அவை முக்கியமானவையல்ல என்று கருதி அவற்றைப் போகவிட்டு விடுங்கள். பின்னர் உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ, அது குறித்தப் புதிய எண்ணங்களைச் சிந்தித்து, உளப்பூர்வமாக உணர்ந்து, அவை நிறைவேறிவிட்டதற்காக நன்றி செலுத்துங்கள்.

அபரிமிதமான பிரபஞ்சம்

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

எப்போதும் என்னிடம் கேட்கப்படும் கேள்விகளில் ஒன்று, இரகசியத்தை ஒவ்வொருவரும் பயன்படுத்தி, பிரபஞ்சத்தை ஒரு பொருட்பட்டியலாகப் பாவித்தால், எல்லாப் பொருட்களும் தீர்ந்துவிடாதா? எல்லோரும் வங்கியை நோக்கி ஓடி அதைத் திவாலாக்கிவிட மாட்டார்களா?

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

இரகசியத்தைக் கற்றுக் கொடுப்பதிலுள்ள சிறப்பு என்னவென்றால், எல்லோருக்கும் போதுமான அளவிற்கும் அதிகமாகவே நன்மை பயக்கும் விஷயங்கள் இங்கு இருக்கின்றன என்பதை எடுத்துரைப்பதுதான்.

மனித குலத்தின் மனத்தில் புகுந்து, விஷக்கிருமியாய்ச் செயல்படும் பெரிய பொய் ஒன்று, இங்கு உலா வந்து கொண்டிருக்கிறது. "எல்லோருக்கும் கிடைக்கக்கூடிய அளவில் மாபெரும் எண்ணிக்கையில் சிறப்பான

விஷயங்கள் இங்கு இல்லை. பற்றாக்குறை பரவலாக உள்ளது. கட்டுப்பாடுகள் கடுமையாக நிலவுகின்றன. தட்டுப்பாடுகள் தாராளமாக இருக்கின்றன" என்பதுதான் அந்த மாபெரும் பொய். மக்கள் பயத்திலும், பேராசையிலும், கஞ்சத்தனத்திலும் வாழ அது வழி வகுத்துள்ளது. அந்தப் பயம், பேராசை, கஞ்சத்தனம், மற்றும் பற்றாக்குறை குறித்த எண்ணங்கள் அவர்களது வாழ்வனுபவங்களாக ஆகிவிடுகின்றன. அதாவது, உலகம் ஆலகால விஷத்தை விழுங்கியுள்ளது.

உண்மை என்னவென்றால் எல்லோருக்கும் போக மீதியிருக்கும் அளவு, நல்லவைகள் கொட்டிக் கிடக்கின்றன. போதுமானதற்கும் மேலாகப் படைப்புமிக்கக் கருத்துகள் உலவுகின்றன. போதுமானதற்கும் மேலாகச் சக்தி நிலவுகிறது. போதுமானதற்கும் மேலாக அன்பு நிறைந்திருக்கிறது. போதுமானதற்கும் மேலாக மகிழ்ச்சி கொலுவீற்றிருக்கிறது. தன்னுடைய எல்லையற்ற சக்தியை அறிந்துள்ள ஒரு மனத்திலிருந்துதான் இவையனைத்தும் பிறக்கின்றன.

போதுமான அளவு இல்லை என்று நாம் எண்ணுவதற்குக் காரணம், வெளியில் பார்ப்பவை அனைத்துமே வெளியிலிருந்துதான் வருகிறது என்று நாம் கருதுவதால்தான். அப்படி நினைத்தால், பற்றாக்குறைகளையும் கட்டுப்பாடுகளையும்தான் நீங்கள் பார்ப்பீர்கள். எல்லாமே புறத்திலிருந்து வருவதில்லை, அகத்திலிருந்து புறப்படும் சிந்தனையிலிருந்தும் உணர்விலிருந்தும்தான் வருகின்றன என்பதை நீங்கள் இப்போது அறிவீர்கள். உங்கள் மனம்தான் எல்லாவற்றின் படைப்புச் சக்தியுமாக விளங்குகிறது. அப்படி இருக்கும்போது பற்றாக்குறை என்பது எவ்வாறு சாத்தியம்? சாத்தியமே இல்லை. உங்களது சிந்தனைத் திறனுக்கு எல்லை கிடையாது. அதே போல, சிந்தனை மூலம் நீங்கள் சிருஷ்டிக்கக்கூடிய பொருட்களுக்கும் எல்லை இருக்க முடியாது. இது மற்ற எல்லோருக்கும் பொருந்தும். இதை உண்மையில் ஆழமாக அறிந்திருக்கும் பட்சத்தில், தனது எல்லையற்ற இயல்பை உணர்ந்திருக்கும் ஒரு மனத்திலிருந்துதான் நீங்கள் சிந்திக்கிறீர்கள்.

ஜேம்ஸ் ரே

வாழ்க்கை என்பது அபரிமிதமாக இருக்க வேண்டும் என்று இதுவரை இப்பூமியில் தங்கள் காலடித் தடத்தைப் பதித்துள்ள மகான்கள் ஒவ்வொருவரும் கூறியுள்ளனர்.

"இந்த விதியின் சாராம்சம் இதுதான். நீங்கள் அபரிமிதத்தைச் சிந்திக்க வேண்டும்; அபரிமிதத்தைப் பார்க்க வேண்டும்; அபரிமிதத்தை உணர வேண்டும்; அபரிமிதத்தை நம்ப வேண்டும். எந்த விதமான குறுகலான எண்ணங்களும் உங்களது மனத்தை அண்டாது இருக்கட்டும்."

ராபர்ட் கோல்லியர்

ஜான் அஸரப்

வளங்கள் குறைந்துவிட்டன என்று நாம் நினைக்கத் துவங்கும்போது, அதே காரியங்களைச் சாதிக்கக் கூடிய புதிய வளங்களை நாம் கண்டுபிடித்து வருகிறோம்.

வளங்களை வெளிக்கொண்டு வருகிற மனித மனத்தினுடைய சக்திக்குச் சிறந்த உதாரணமாக பெலீஸ் எண்ணெய்வளக் குழுவினரின் உண்மைக் கதை திகழ்கிறது. பெலீஸ் இயற்கை ஆற்றல் நிறுவனத்தின் இயக்குனர்கள், புகழ்பெற்ற டாக்டர் டோனி குவின்னால் பயிற்றுவிக்கப்பட்டவர்கள். டோனி குவின் மனிதநல உடலியல் பயிற்சியில் வல்லுனர். டாக்டர் குவின் அளித்திருந்த மனச்சக்திப் பயிற்சியின் உதவியுடன் அந்நிறுவனத்தின் இயக்குனர்கள், பெலீஸ் ஒரு வெற்றிகரமான எண்ணெய் வள நாடாக உருவெடுக்கும் என்று தங்கள் மனத்தில் பதிய வைத்திருந்த படத்தில் பெரும் நம்பிக்கை கொண்டிருந்தனர். 'ஸ்பானிஷ் லுக் அவுட்' என்னும் பகுதியில் எண்ணெய் தோண்டும் தைரியமிக்க முடிவை அவர்கள் எடுத்தனர். ஒரு வருடத்திற்குள்ளாக அவர்களது கனவும், முன்னோக்கும் நனவானது. ஐம்பதிற்கும் மேற்பட்ட நிறுவனங்கள் எண்ணெயைக் கண்டுபிடிக்கத் தவறிய இடத்தில், பெலீஸ் இயற்கை ஆற்றல் நிறுவனம் அபரிமிதமான அளவில் அதிகத் தரம் வாய்ந்த எண்ணெயைக் கண்டுபிடித்தது. தங்கள் மனச் சக்தியில்

நம்பிக்கை வைத்திருந்த அசாதாரணமான ஒரு சிறு குழுவினரால், பெலீஸ், எண்ணெய் வள நாடாக மாறியது.

வளத்திற்கோ பிறவற்றிற்கோ குறைச்சல் இல்லை. அந்தக் கட்டுப்பாடு நம் மனத்தில்தான் உள்ளது. எல்லையற்றப் படைப்புச் சக்திக்கு நமது மனத்தைத் திறந்து விடும்போது, நாம் அபரிமிதத்தைக் கோரிப் பெறுகிறோம். அப்போது முற்றிலும் புதிய உலகம் ஒன்று நமக்காகத் திறந்து விடப்படுகிறது.

டாக்டர் ஜான் டிமார்ட்டினி

நம்மிடம் பற்றாக்குறை உள்ளது என்று கூறுவதற்குக் காரணம், நாம் நமது முன்னோக்குப் பார்வையை விரிவுபடுத்தாததும் நம்மைச் சுற்றியுள்ளவற்றைப் பார்க்காததும் ஆகும்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

மக்கள் தங்களுடைய இதயம் சுட்டிக்காட்டும் வழியில் வாழத் துவங்கி, தங்களுக்குப் பிடித்தமானவற்றின் பின்னால் போகும்போது, அவர்கள் அனைவரும் ஒரே விஷயத்தின் பின்னால் போவதில்லை. இதுதான் இதிலுள்ள சிறப்பு. நம் எல்லோருக்கும் பென்ஸ் கார் தேவையில்லை. நம் எல்லோருக்கும் ஒரே நபர் தேவைப்படுவதில்லை. நம் எல்லோருக்கும் ஒரே விதமான அனுபவங்களோ, ஒரே விதமான உடைகளோ, ஒரே விதமான பொருட்களோ தேவைப்படுவதில்லை. நம் எல்லோருக்கும் ஒரே விதமான. . . (நீங்களே நிரப்பிக் கொள்ளுங்கள்) தேவைப்படுவதில்லை.

கீர்த்தி வாய்ந்த இக்கிரகத்தில் உங்கள் வாழ்க்கையை நீங்களே படைத்துக் கொள்ளக் கூடிய அற்புதமான சக்தியோடு இருந்து வருகிறீர்கள். **உங்களுக்காக** எதை வேண்டுமனாலும் உருவாக்கிக் கொள்ளும் மகாசக்தி உங்களிடம் உள்ளது. ஏனெனில் உங்களது சாதிக்கும் திறனுக்கு எவ்விதக் கட்டுப்பாடுகளும் எல்லைகளும் கிடையாது. ஆனால் உங்களால் அடுத்தவருடைய வாழ்க்கையை அவர்களுக்காகச் சிந்திக்க முடியாது. உங்களது கருத்தை அடுத்தவர் மீது திணிக்க நீங்கள் முற்பட்டால், அதே

போன்றவற்றை **உங்களை** நோக்கி நீங்கள் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். அதனால் அவரவர் விரும்பும் வாழ்க்கையை அவரவர்களே உருவாக்கிக் கொள்ளட்டும்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

எல்லோருக்கும் போதுமான அளவு எல்லாமே இருக்கிறது. அதை நீங்கள் நம்பினால், அதை உங்களால் பார்க்க முடிந்தால், அதை நம்பிச் செயலில் இறங்கினால், அது உங்களுக்காகத் தோன்றும்.

> *"உங்களிடம் ஏதாவது இல்லாதிருந்தால், நீங்கள் வறுமைக்கோ வியாதிக்கோ பலியாகி இருந்தால், அதற்குக் காரணம் உங்களிடமிருக்கும் சக்தியை நீங்கள் புரிந்து கொள்ளவோ அல்லது அதை நம்பவோ இல்லை என்பதுதான். பிரபஞ்சம் உங்களுக்குக் கொடுக்கிறதா என்பதல்ல இங்கு கேள்வி. பிரபஞ்சம் எவ்விதப் பாகுபாடுமின்றி அனைவருக்கும் அனைத்தையும் அளிக்கத் தயாராக உள்ளது."*
>
> *ராபர்ட் கோல்லியர்*

பிரபஞ்சம் ஈர்ப்பு விதி மூலமாக, எல்லாவற்றையும் எல்லோருக்கும் அளிக்க முன்வருகிறது. உங்களுக்கு என்ன தேவையோ அந்த அனுபவத்தைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கான திறன் உங்களிடம் உள்ளது. உங்களுக்கும் பிறருக்கும் போதுமான அளவு அங்கு இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களா? அப்படியானால், "எல்லாமே அபரிமிதமாக இருக்கிறது; எல்லையற்று இருக்கிறது" என்பதைத் தேர்ந்தெடுத்து நம்புங்கள். நம் ஒவ்வொருவரிடமும் நமது எண்ணங்கள் மற்றும் உணர்வுகள் மூலமாக, அந்த எல்லையற்ற மூலத்திலிருந்து நாம் விரும்புபவற்றைப் பெறக்கூடிய சக்தி இருக்கிறது. அதனால் **உங்களுக்காக** நீங்களே தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளுங்கள். ஏனெனில் உங்கள் ஒருவரால்தான் அதைச் செய்ய முடியும்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

நீங்கள் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்பதற்காக, எல்லாமே - அனைத்து அன்பும், அனைத்து மகிழ்ச்சியும், அனைத்து அபரிமிதமும், அனைத்துச் செழிப்பும், அனைத்துப் பேரானந்தமும் - உங்களுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கின்றன. அதற்கான பசியை நீங்கள் வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அப்படி நீங்கள் செயல்படும்போது பிரபஞ்சம் நீங்கள் விரும்பும் ஒவ்வொன்றையும் உங்களுக்கு அளிக்கும். உங்களைச் சுற்றியிருக்கும் அழகான அற்புதமான விஷயங்கள் அனைத்தையும் ஆராதனை செய்யுங்கள். ஆசிர்வதியுங்கள். அதே சமயம் உங்கள் எதிர்பார்ப்பிற்கு ஏற்ப இயங்காதவற்றைப் பற்றிக் குறை கூறுவதிலும் குற்றம் கூறுவதிலும் உங்கள் சக்தியை விரயம் செய்யாதீர்கள். எல்லாவற்றையும் அரவணையுங்கள். நீங்கள் விரும்புபவற்றை மேன்மேலும் பெறுவீர்கள்.

லிசாவின் 'ஆராதனை செய்யுங்கள், ஆசிர்வதியுங்கள்' என்ற வார்த்தைகள் எடைக்கு எடைத் தங்கத்திற்குச் சமானமானவை. உங்கள் வாழ்க்கையில் உள்ள அனைத்தையும் ஆராதனை செய்யுங்கள். ஆசிர்வதியுங்கள். ஆராதனையும் ஆசிர்வதிப்பும் செய்யும்போது நீங்கள் மிக உயர்ந்த அன்பின் அலைவரிசையில் இயங்குகிறீர்கள். பைபிளில், யூதர்கள் தங்கள் வாழ்வில் ஆரோக்கியம், செல்வம் மற்றும் மகிழ்ச்சி ஆகியவற்றைக் கொண்டுவர ஆசிர்வாதத்தை உபயோகித்துள்ளனர் என்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. அவர்கள் ஆசிர்வாதத்தின் அருமையை உணர்ந்திருந்தனர். பெரும்பாலான மக்கள் அடுத்தவர்களை ஆசிர்வதித்த ஒரே தருணம் அவர்கள் தும்மல் போட்ட தருணங்களாக மட்டுமே இருப்பது எவ்வளவு பெரிய துரதிர்ஷ்டம்! அவர்கள் தங்களிடம் இருந்த ஒரு மாபெரும் சக்தியை முழுவதுமாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளத் தவறிவிட்டனர். அகராதி, ஆசிர்வாதம் என்பதற்கு "தெய்வ அனுக்கிரகத்தை வேண்டிப் பெற்று நலம் மற்றும் செழிப்பை வழங்குவது" என்று பொருள் கூறுகிறது. அதனால் ஆசிர்வாதம் அளிப்பதை உங்கள் வாழ்வில் ஓர் அம்சமாக்கிக் கொள்ளுங்கள். எல்லோரையும் ஆசிர்வதியுங்கள். எல்லாவற்றையும் ஆசிர்வதியுங்கள். அதே போல், பிறரை அல்லது பிறவற்றை ஆராதனை செய்யும்போது நீங்கள் அன்பை

அளிக்கிறீர்கள்; அந்த உயர்ந்த அலைவரிசையிலிருந்து இயங்கும்போது அது நூறு மடங்காக உங்களுக்குத் திரும்பி வரும்.

ஆராதனையும் ஆசிர்வதிப்பும் எல்லா எதிர்மறைச் செயல்களையும் கரைத்து விடுவதால், உங்கள் எதிரிகளையும் ஆராதனை செய்யுங்கள்; ஆசிர்வதியுங்கள். உங்கள் எதிரியை நிந்தித்தால் அது திரும்பி வந்து உங்களைத் தாக்கும். அவர்களை ஆராதித்து, அவர்களுக்கு ஆசிர்வாதத்தை வழங்கும்போது, எதிர்மறையானவை மறைகின்றன. ஆராதனையின் அன்பும், ஆசிர்வாதத்தின் நேசமும் உங்களிடம் திரும்பி வரும். அப்படிச் செய்யும்போது நீங்கள் ஒரு புதிய அலைவரிசைக்குள் நுழைவீர்கள்; சிறப்பானவை உங்களை வந்தடையும்.

முனைவர் டென்னிஸ் வெயிட்லி

பெரும்பாலான கடந்த காலத் தலைவர்கள், இரகசியத்தின் பெரும் பகுதியைத் தவற விட்டு விட்டனர். அது, மற்றவர்களுக்கு ஆற்றல் அளிப்பதும் அவர்களோடு பகிர்ந்து கொள்வதும் ஆகும்.

நாம் உயிர்த்துடிப்புடன் உலா வர, இதைவிடச் சிறந்த தருணம் வரலாற்றில் இருக்க முடியாது. அறிவைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கான சக்தி நம்முடைய விரல்நுனியில் காத்துக் கொண்டிருப்பது மனிதகுல வரலாற்றிலேயே இதுதான் முதன் முறை.

இந்த அறிவின் உதவியுடன் நீங்கள் இவ்வுலகின் மெய்மையையும் உங்களின் மெய்மையையும் உணரத் துவங்குகிறீர்கள். உலகிற்கான **இரகசியம்** குறித்த சிறப்பான கண்ணோட்டங்கள் எனக்கு ராபர்ட் கோல்லியர், பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு, சார்லஸ் ஹானல் மற்றும் மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித் ஆகியோரின் போதனைகளில் இருந்து கிடைத்தது. இப்புரிதலில் இருந்து பூரண சுதந்திரம் பிறந்தது. அதே சுதந்திர பூமிக்கு உங்களாலும் வந்தடைய முடியும் என்று நான் உண்மையாக நம்புகிறேன். அப்படி உங்களால் செய்ய

முடியுமானால், உங்களுடைய இருத்தலினாலும், உங்களுடைய எண்ணத்தின் சக்தியாலும், நீங்கள் இவ்வுலகிற்கும் வருங்கால மனிதகுலச் சந்ததியினருக்கும் சிறப்பான நன்மைகளைக் கொண்டு வருவீர்கள்.

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- எதிர்ப்பது வலுக்கும். ஏனெனில் நீங்கள் மிகுந்த உணர்ச்சியுடன் அதில் கவனம் செலுத்துவீர்கள். எதை மாற்ற வேண்டுமானாலும், நீங்கள் உங்களுடைய உள்முகமாக அணுகி உங்களுடைய எண்ணங்கள் மற்றும் உணர்வுகள் மூலமாகப் புதிய சமிக்கையை வெளிப்படுத்துங்கள்.

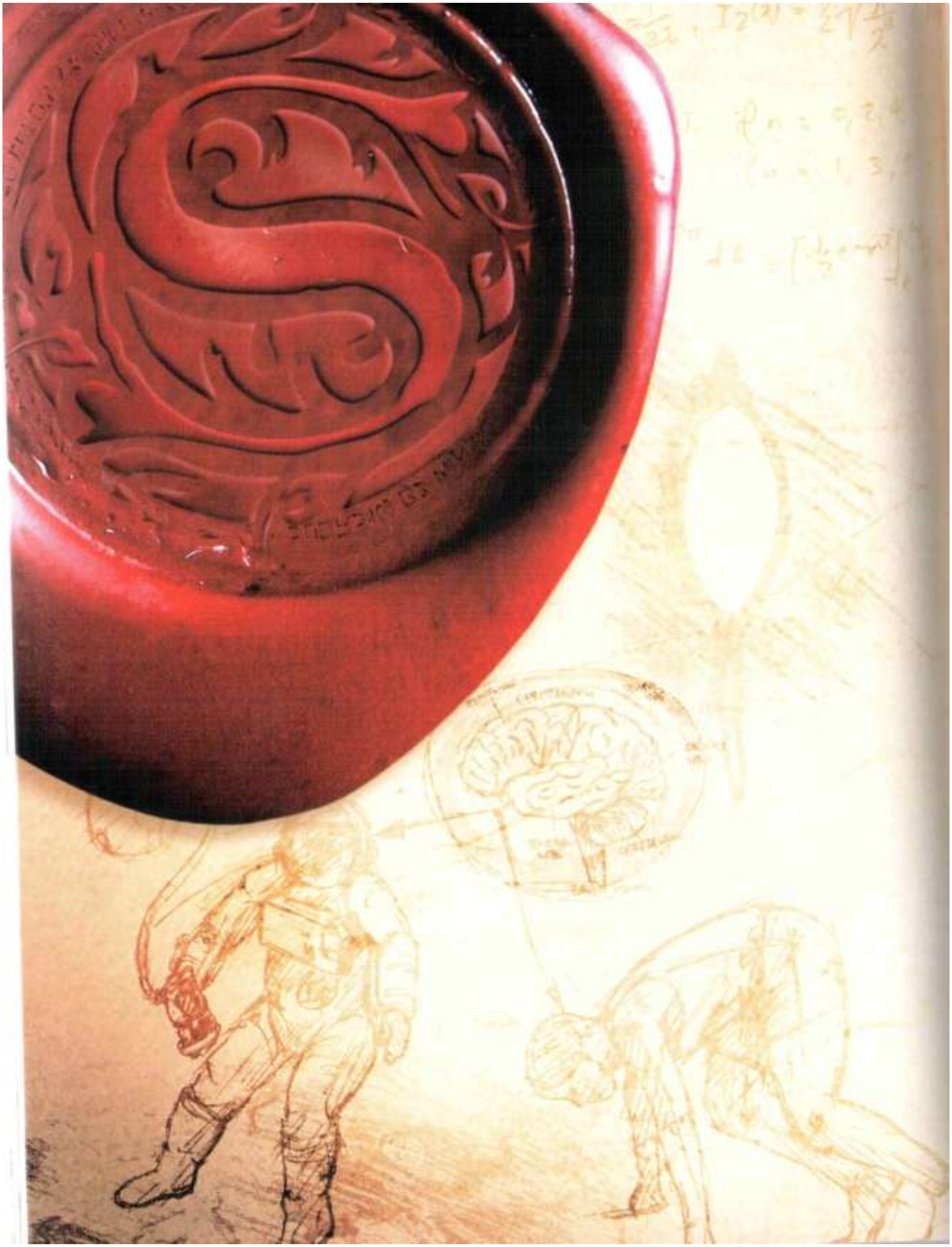
- எதிர்மறையான விஷயங்களில் கவனம் செலுத்துவதன் மூலம், உலகிற்கு உங்களால் எவ்விதத்திலும் உதவி செய்ய முடியாது. உலகின் எதிர்மறை நிகழ்வுகளில் கவனம் செலுத்தும்போது நீங்கள் அதற்கு மேலும் சக்தியளிப்பதோடு, உங்களுடைய வாழ்வினுள்ளும் எதிர்மறையான விஷயங்களைக் கொண்டு வருகிறீர்கள்.

- உலகின் பிரச்சனைகளில் கவனம் செலுத்துவதற்குப் பதிலாக, உங்களது ஆற்றலையும் கவனத்தையும், நம்பிக்கை, அன்பு, அபரிமிதம், கல்வி, மற்றும் அமைதி ஆகியவற்றிற்கு அளியுங்கள்.

- நல்ல விஷயங்கள் ஒருபோதும் தீர்ந்து போகாது. ஏனெனில் எல்லோருக்கும் போக உபரியாகவும் ஏராளம் உள்ளது. வாழ்க்கை அபரிமிதமாக இருத்தல் வேண்டும்.

- உங்களுடைய எண்ணங்கள் மற்றும் உணர்வுகள் மூலமாக எல்லையற்ற மூலத்தை அணுகக் கூடிய திறனும், அதை உங்களது அனுபவமாக மாற்றிக் கொள்ளும் சக்தியும் உங்களிடம் இருக்கிறது.

- உலகிலுள்ள சகலத்தையும் ஆராதனை செய்யுங்கள்; ஆசிர்வதியுங்கள். அப்படிச் செய்யும்போது எதிர்மறை விஷயங்களையும் பிணக்குகளையும் கரைத்துவிடுவீர்கள். மிக உயர்ந்த அலைவரிசையான அன்பின் அலைவரிசையோடு உங்களை இசைவாகப் பொருத்திக் கொள்வீர்கள்.



உங்களுக்கான இரகசியம்

முனைவர் ஜான் ஹேகலின்

நம்மைச் சுற்றிலும் இருப்பவற்றைப் பார்க்கும்போது, ஏன், நம் சொந்த உடலைப் பார்க்கும்போது கூட, நம் கண்களுக்குப் புலப்படுவது வெளியே தலைகாட்டும் மிகச் சிறிய பகுதிதான். உள்ளே மறைந்திருக்கும் விஷயங்கள் ஏராளம், ஏராளம்!

பாப் பிராக்டர்

நான் இப்போது கூறப்போவது குறித்து ஒரு நிமிடம் யோசியுங்கள். உங்கள் கைகளை உற்று நோக்குங்கள். அது உறுதியான ஒன்றாகத் தெரிகிறதல்லவா? ஆனால் உண்மையில் அது அப்படி அல்ல. சக்திமிக்க நுண்பெருக்கியின் கீழே அதை வைத்துப் பார்த்தால், ஆற்றலால் அதிர்ந்து கொண்டிருக்கும் ஒரு தொகுதியாகத்தான் அது தெரியும்.

ஜான் அஸரப்

அனைத்தும் அச்சசலாக ஒரே விஷயத்தால் ஆனதுதான் - அது உங்களது கைகளாக இருக்கட்டும், கடலாக இருக்கட்டும், ஒரு விண்மீனாக இருக்கட்டும்.

டாக்டர் பென் ஜான்சன்

எல்லாமே ஆற்றல்தான். அதை இன்னும் கொஞ்சம் புரிந்து கொள்ள உங்களுக்கு உதவுகிறேன். முதலில் பிரபஞ்சம், பின் நமது பால்வெளி மண்டலம், பின் நமது கிரகம்,

பிறகு மனிதன், அவனது உடலுறுப்புகள், பிறகு உயிரணுக்கள், பின் அணு மூலக் கூறுகள், பிறகு அணுக்கள். இறுதியாக ஆற்றல். சிந்தனையைத் தூண்ட ஏகப்பட்டத் தளங்கள் இருக்கின்றன. ஆனால் பிரபஞ்சத்தில் உள்ள அனைத்துமே ஆற்றல்தான்.

நான் **இரகசியத்தைக்** கண்டுபிடித்தபோது இந்த அறிவை அறிவியலும் இயற்பியலும் எவ்வாறு புரிந்து கொண்டுள்ளன என்று அறிய விரும்பினேன். நான் கண்டுபிடித்தது என்னைப் பெருவியப்பில் ஆழ்த்தியது. இக்காலகட்டத்தில் வாழ்ந்து வருவதிலுள்ள பரவசமான விஷயங்களில் ஒன்று குவாண்டம் இயற்பியல் மற்றும் நவீன அறிவியலின் கண்டுபிடிப்புகள், **இரகசியத்தின்** போதனைகளோடும், மனித வரலாறு முழுவதும் வாழ்ந்துவந்த மகான்கள் அறிந்திருந்த அறிவோடும் முற்றிலுமாக ஒத்திசைவாக இருப்பதுதான்.

நான் அறிவியலையோ, இயற்பியலையோ பள்ளியில் படித்திருக்கவில்லை என்றாலும், குவாண்டம் இயற்பியல் புத்தகங்களைப் படித்தபோது என்னால் அவற்றை நன்றாகவே புரிந்து கொள்ள முடிந்தது. அதற்குக் காரணம் நான் அவற்றை அறிந்து கொள்ள விரும்பியதுதான். குவாண்டம் இயற்பியலைக் கற்றுக் கொண்டது, ஆற்றல் தளத்தின் கண்ணோட்டத்திலிருந்து **இரகசியத்தை** இன்னும் ஆழமாகப் புரிந்து கொள்ள உதவியது. **இரகசியத்தின்** அறிவிற்கும் நவீன அறிவியலின் கோட்பாடுகளுக்கும் இடையே கச்சிதமான தொடர்பு இருப்பதை அறியும்போது, நிறைய பேருக்கு அவர்களுடைய நம்பிக்கை வலுவடைகிறது.

நீங்கள் பிரபஞ்சத்திலேயே சக்தி வாய்ந்த ஒளிபரப்புக் கோபுரமாக விளங்குகிறீர்கள் என்று நான் முன்பு குறிப்பிட்டிருந்தேன் அல்லவா? அதை இங்கு விளக்குகிறேன். எளிய வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், ஆற்றல் ஒரு குறிப்பிட்ட அலைவரிசையில் அதிர்கிறது. நீங்களும் ஆற்றலின் ஒரு வடிவமாக இருப்பதால், நீங்களும் ஒரு குறிப்பிட்ட அலைவரிசையில் அதிர்வுறுகிறீர்கள். உங்களது அதிர்வலையை நிர்ணயிப்பது குறிப்பிட்ட நேரத்தில் நீங்கள் என்ன நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள், என்ன உணர்வுகளை வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதுதான். நீங்கள் விரும்பும் அனைத்துப்

பொருட்களும் ஆற்றலினால் ஆனதால் அவையும் அதிர்வுற்றுக் கொண்டிருக்கும். எல்லாமே ஆற்றல்தான்.

இங்கு ஒரு 'ஆஹா' அம்சம் இடம் பெறுகிறது. உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்று நீங்கள் சிந்திக்கும்போது, நீங்கள் அந்த அலைவரிசையில் வெளிப்படுத்துகிறீர்கள்; அதாவது நீங்கள் வேண்டும் என்று விரும்பும் பொருளின் ஆற்றலை அந்த அலைவரிசையில் அதிர்வடையச் செய்து, அதை **உங்களிடம்** இழுத்து வருகிறீர்கள். நீங்கள் உங்களுக்கு வேண்டியது குறித்து கவனத்தைக் குவிக்கக் குவிக்க, அப்பொருளின் அணுக்களுடைய அதிர்வை மாற்றி, அது **உங்களுக்காக** அதிர்வுறுமாறு செய்கிறீர்கள். பிரபஞ்சத்திலேயே நீங்கள்தான் மிகவும் சக்தி வாய்ந்த ஒளிபரப்புக் கோபுரமாக விளங்குகிறீர்கள். அதற்குக் காரணம் உங்களுடைய எண்ணங்களின் மூலமாக உங்களது ஆற்றலை ஒருமுகப்படுத்தி, நீங்கள் கவனக்குவிப்பு செய்பவற்றின் அதிர்வுகளை மாற்றி, அவற்றைக் காந்தம் போல உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுக்கக்கூடிய சக்தி உங்களுக்கு வழங்கப்பட்டுள்ளது என்பதால்தான்.

உங்களுக்கு வேண்டியவற்றைக் குறித்துச் சிந்தித்து, அவை குறித்து மகிழ்ச்சியான மன உணர்வுடன் இருக்கும்போது, நீங்கள் உடனே அந்த அலைவரிசைக்கு மாறி விடுகிறீர்கள். அது அப்பொருட்களின் ஆற்றலை உங்களை நோக்கி அதிர வைக்கிறது. அது பின்னர் உங்களது வாழ்வில் தோன்றுகிறது. ஈர்ப்பு விதி, ஒத்தவை தன்னை ஒத்தவற்றையே ஈர்க்கும் என்று கூறுகிறது. நீங்கள் ஓர் ஆற்றல்மிக்கக் காந்தம். அதனால் நீங்கள் விரும்பும் எல்லாவற்றையும் மின்னாற்றலாக மாற்றி உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திருக்கிறீர்கள்; அதேபோல உங்களையே மின்னாற்றலாக மாற்றி அப்பொருட்களை ஈர்க்கிறீர்கள். மனிதர்கள் ஒவ்வொருவரும் தங்களுடைய சொந்தக் காந்த ஆற்றலைத் தாங்களே நிர்வகித்துக் கொள்கின்றனர். ஏனெனில் ஒருவரால் மற்றொருவருக்காகச் சிந்திக்கவோ, உணரவோ முடியாது. எண்ணங்களும் உணர்வுகளும்தான் நமது அலைவரிசைகளை உருவாக்குகின்றன.

கடந்த நூறு ஆண்டுகளில் ஏற்பட்டுள்ள அறிவியல் கண்டுபிடிப்புகளின் உதவி ஏதும் இல்லாமல், நூறு வருடங்களுக்கு முன்னால், சார்லஸ் ஹானல், பிரபஞ்சம் எவ்வாறு இயங்குகிறது என்பதைத் தெள்ளத் தெளிவாக அறிந்திருந்தார்.

> "பிரபஞ்ச மனம் பேரறிவுடையது மட்டுமல்ல, அது ஒரு பருப்பொருளும் கூட. ஈர்ப்பு விதியின் மூலம் மின்னணுக்களை, அணுக்களாக உருப்பெறச் செய்வதற்காக ஒன்றிணைக்கும் ஈர்ப்புசக்தியுள்ள ஒரு பருப்பொருள் அது. அந்த அணுக்கள் அதே விதியைப் பயன்படுத்தி ஒன்றிணைந்து அணுமூலக்கூறுகளை உருவாக்குகின்றன. அணுமூலக்கூறுகள் புறவடிவப் பொருட்களாகப் பரிணமிக்கின்றன. அதனால் அவ்விதிதான் அணுவை மட்டுமல்லாது, உலகத்தையும், பிரபஞ்சத்தையும், உங்களது கற்பனாசக்தி வடிவமைக்கக் கூடிய எந்தவொரு கருத்தாக்கத்தையும் பௌதீகத் தளத்தில் இடம் பெறச் செய்தலுக்குப் பின்னால் உள்ள படைப்புச் சக்தி என்பதை அறிந்துகொள்கிறோம்."
>
> *சார்லஸ் ஹானல்*

பாப் பிராக்டர்

நீங்கள் எந்த நகரத்தில் வசிக்கிறீர்கள் என்பது முக்கியமல்ல; உங்கள் ஒருவரது உடலில் உள்ள சக்தியைக் கொண்டு மொத்த நகரத்தையும் ஒரு வாரத்திற்கு ஒளியேற்றலாம்.

> "இச்சக்தி குறித்து உணர்வுபூர்வமாக அறிந்து கொள்ள வேண்டுமானால், மின்னோட்டம் பெற்றுள்ள ஒரு கம்பியாக ஆகவேண்டும். பிரபஞ்சம்தான் அந்த மின்னோட்டக் கம்பி. ஒவ்வொரு நபரின் வாழ்விலும் இடம்பெறும் அனைத்துச் சூழல்களையும் சந்திக்கத் தேவையான சக்தி அதனூடாகப் பாய்ந்து சென்று கொண்டு இருக்கிறது. தனிநபரின் மனம், பிரபஞ்ச மனத்தைத் தொடும்போது, அது பிரபஞ்சத்தின் அனைத்துச் சக்தியையும் பெற்றுக் கொள்கிறது."
>
> *சார்லஸ் ஹானல்*

ஜேம்ஸ் ரே

பெரும்பாலான மக்கள் இப்பூதவுடலைக் கொண்டு தங்களை வரையறுத்துக் கொள்கின்றனர். ஆனால் நீங்கள் அப்பூதவுடல் அல்ல. நுண்பெருக்கி மூலமாகப் பார்த்தால் நீங்கள் ஓர் ஆற்றல் தளமாகத்தான் தெரிவீர்கள். ஆற்றல் பற்றி நாம் அறிந்துள்ளது இதுதான்: நீங்கள் ஒரு குவாண்டம் இயற்பியலாளரிடம் சென்று, "உலகைப் படைத்தது எது?" என்று கேட்டால், அதற்கு அவர், "ஆற்றல்" என்று பதிலளிப்பார். அவரிடம், "அப்படியானால் ஆற்றலை விவரியுங்கள்," என்று கேட்டால், "சரி, ஆற்றலை ஆக்கவோ அழிக்கவோ முடியாது. அது எப்போதும் இருந்து வந்துள்ளது, அப்படியே இருந்து வரும். இதுவரை இருந்து வந்தவை எல்லாம் எப்போதுமே இருந்து வந்துள்ளன. அவை வடிவத்திற்குள் நுழைகின்றன. வடிவத்தின் ஊடாக இயங்குகின்றன. வடிவத்திலிருந்து வெளியேறுகின்றன" என்று கூறுவார். நீங்கள் ஓர் இறையியலாளரிடம் சென்று, "பிரபஞ்சத்தைப் படைத்தது யார்?" என்ற கேள்வியைக் கேட்டால், அதற்கு அவர், "இறைவன்" என்று பதிலளிப்பார். "சரி, இறைவனைப் பற்றி விளக்குங்கள்" என்று கேட்டால், அதற்கு அவர், "இறைவன் எப்போதும் இருந்திருக்கிறார். இருந்து வந்துள்ளார். அவரை ஒருபோதும் ஆக்கவோ அழிக்கவோ முடியாது. எப்போதும் எப்படி இருந்தாரோ அப்படியே இருப்பார். அவர் வடிவத்திற்குள் நுழைவார். வடிவத்தின் ஊடாக இயங்குவார். வடிவத்திலிருந்து வெளியேறுவார்" என்று பதிலளிப்பார். இவை இரண்டும் ஒரே மாதிரியான விளக்கங்கள்தான். வார்த்தைப் பிரயோகங்களில்தான் வேறுபாடு.

என்புதோல் போர்த்திய இப்பூதவுடல்தான் 'நீங்கள்' என்று நினைத்துக் கொண்டு இருக்கிறீர்களா? மறுபடியும் சிந்தியுங்கள். நீங்கள் ஓர் ஆன்மா. மாபெரும் சக்திவெளியில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் ஓர் ஆற்றல் தளம்.

இவையெல்லாம் எப்படி உங்களை ஓர் ஆன்மாவாக ஆக்கிவிடும்? என்னைப் பொறுத்தவரை, இக்கேள்விக்கான பதில், **இரகசியத்தின்** போதனைகளின் ஒப்பற்ற அம்சங்களில் ஒன்றாகும். **நீங்கள்தான் ஆற்றல்.** ஆற்றலை அழிக்கவோ உருவாக்கவோ முடியாது. ஆற்றல் தன் வடிவத்தை

மட்டுமே மாற்றிக் கொள்கிறது. உங்களது மெய்யான சாராம்சம், **உங்களது** புனிதமான ஆற்றல் எப்போதுமே இருந்து வந்துள்ளது, இனியும் இருந்து வரும். நீங்கள் ஒருபோதும் 'நீங்களாக' இல்லாமல் போக முடியாது.

மனத்தின் மிகமிக ஆழத்தில் இதை நீங்கள் அறிவீர்கள். நீங்கள் இல்லாத நிலையை உங்களால் கற்பனை செய்ய முடியுமா? நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையில் கண்டறிந்த, அனுபவித்த அனைத்தும் எப்படியிருந்தாலும், நீங்கள் இல்லாத நிலையை உங்களால் கற்பனை செய்ய முடியுமா? முடியவே முடியாது. ஏனெனில் அது சாத்தியமேயில்லை. நீங்கள் அழிவற்ற ஆற்றல்.

ஒரே பிரபஞ்ச மனம்

முனைவர் ஜான் ஹேகலின்

பிரபஞ்சம், எண்ணத்திலிருந்துதான் வெளிப்படுகிறது என்பதையும், நம்மைச் சுற்றி இருக்கும் பருப்பொருட்கள் அனைத்தும் உருமாற்றமடைந்த எண்ணங்கள்தான் என்பதையும் குவாண்டம் இயக்கவியல் உறுதி செய்துள்ளது. குவாண்டம் அண்டவியலும் இதை மெய்ப்பித்துள்ளது. இறுதியில் நாம்தான் பிரபஞ்சத்தின் மூலம். நேரடி அனுபவம் மூலம் அச்சக்தியை நாம் அறிந்து கொள்ளும்போது, அதைப் பயன்படுத்தி நம்மால் மேன்மேலும் சாதிக்க முடியும். எதை வேண்டுமானாலும் படைக்க இயலும். நம்முள் உறைந்திருக்கும், இறுதியில் பிரபஞ்சத்தை வழிநடத்தும், பிரபஞ்சமாகி இருக்கும் ஆத்ம ஞானத்திலிருந்து, எதையும் அறிந்து கொள்ளலாம்.

அச்சக்தியை நாம் நேர்மறையாக உபயோகப்படுத்தப் போகிறோமா அல்லது எதிர்மறையாக உபயோகப்படுத்தப் போகிறோமா என்பதைப் பொறுத்தே ஆரோக்கிய அடிப்படையிலான உடலையும், நம்மைச் சுற்றியிருக்கும் சூழலையும் உருவாக்குகிறோம். நாம் சிருஷ்டிகர்த்தாக்கள். நாம் நம்முடைய சொந்தத் தலைவிதியை மட்டும் நிர்ணயிப்பதில்லை; இறுதியாக, பிரபஞ்சத்தின்

தலைவிதியையும் நிர்ணயிக்கிறோம். அதாவது நாம் பிரபஞ்சத்தையே படைப்பவர்கள். உண்மையில், மனித ஆற்றலுக்கு எல்லையேதும் கிடையாது. அந்த ஆழமான இயக்க நிலையை எவ்வளவு தூரம் புரிந்து கொண்டு பயன்படுத்துகிறோமோ, அந்த அளவு நமது சக்தியை அதிலிருந்து பெறலாம். அது உண்மையில் நாம் எந்த அளவு வரைச் சிந்திக்கிறோம் என்பதைப் பொறுத்தது.

முனைவர் ஹேகலின், பிரபஞ்சத்தை விவரித்த வழியிலேயே, மிகச் சிறந்த மகான்களும் அவதார புருஷர்களும் விவரித்துள்ளனர். ஒரே ஒரு பிரபஞ்ச மனம் மட்டும்தான் உண்டு. அது இல்லாத இடம் என்று எதுவும் கிடையாது. அது எல்லாவற்றிலும் நிறைந்துள்ளது. அந்த மனம் அனைத்து அறிவாய், அனைத்து ஞானமாய், அனைத்து முழுமையாய், எல்லாவற்றிலும், எல்லா இடத்திலும் ஒரே நேரத்தில் நிலை கொண்டுள்ளது. அனைத்தும் அந்த ஒரே ஒரு பிரபஞ்ச மனம்தான் என்றால், அது எல்லா இடத்திலும் வியாபித்துள்ளது என்றால், அது உங்களுக்குள்ளும் இருக்கிறது என்றுதானே பொருள்?

உங்களைப் பொறுத்தவரை இப்புரிதலால் என்ன பயன் என்பதை உங்களுக்கு நான் விவரிக்க முனைகிறேன். எல்லாவிதமான சாத்தியக் கூறுகளும் ஏற்கனவே இருக்கின்றன என்பதுதான் அதன் அர்த்தம். வருங்காலத்தில் நிகழ இருக்கும் அனைத்து அறிவும், அனைத்துப் புதிய கண்டுபிடிப்புகளும், அனைத்துக் கண்டறிதல்களும் சாத்தியக் கூறுகளாகப் பிரபஞ்ச மனத்தில், மனிதமனம் தன்னை நோக்கி அதை இழுத்துக் கொள்வதற்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கின்றன. வரலாற்றில் நிகழ்ந்துள்ள அனைத்துக் கண்டுபிடிப்புகளும் படைப்புகளும், அந்த நபர்கள் அறிந்திருந்தார்களோ இல்லையோ, அப்பிரபஞ்ச மனத்திலிருந்துதான் அவர்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுக்கப்பட்டுள்ளன.

நீங்கள் அவற்றைப் பிரபஞ்ச மனத்திலிருந்து எப்படிக் கவர்ந்திழுக்க முடியும்? அது குறித்த விழிப்புணர்வின் மூலமாகவும், உங்கள் அபாரமான கற்பனா சக்தியின் உதவியுடனும், நீங்கள் அதைச் சாதிக்கலாம். பூர்த்தி செய்யப்படுவதற்காகக் காத்திருக்கும் தேவைகள் எங்கிருக்கின்றன என்று சுற்றிப் பாருங்கள். இதைச் செய்வதற்கு ஒரு புதிய கண்டுபிடிப்பு நம்மிடம் உள்ளதா அல்லது அதைச் செய்வதற்கு ஒரு

மாபெரும் கண்டுபிடிப்பு சாத்தியமா என்று கற்பனை செய்யுங்கள். முதலில் தேவைகளைக் கண்டுபிடியுங்கள். பின் அதன் நிவர்த்தி, நிஜத்தில் வந்துவிட்டதாகக் கற்பனை செய்யுங்கள். அக்கண்டுபிடிப்பை எப்படி நிகழ்த்துவது என்று நீங்கள் மண்டையை உடைத்துக் கொள்ள வேண்டியது இல்லை. பிரபஞ்ச மனம் அந்தச் சாத்தியக்கூற்றைத் தன்னகத்தே கொண்டுள்ளது. நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் இறுதியாக என்ன வேண்டுமோ அதை மனத்தில் இருத்திக் கொண்டு அத்தேவை பூர்த்தியாகிவிட்டதாகக் கற்பனை செய்ய வேண்டும். அவ்வளவுதான். அதை நீங்கள் நிகழ்த்தி விடுவீர்கள். அதைக் கேட்டு, மனப்பூர்வமாக உணர்ந்து நம்பும்போது அது உங்களை வந்தடையும். கணக்கிலடங்காத கருத்தாக்கங்கள், நீங்கள் கண்டுபிடித்து நிஜமாக்கப்படுவதற்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கின்றன. நீங்கள் அவையனைத்தையும் உங்களது அகஉணர்வு நிலையில் நிலைபெறச் செய்துள்ளீர்கள்.

"தெய்வீக மனம் மட்டும்தான் ஒரே யதார்த்தம்."

சார்லஸ் ஃபில்மோர்

ஜான் அஸரப்

நாம் எல்லோரும் ஒருவரோடு ஒருவர்
இணைக்கப்பட்டுள்ளவர்கள். நாம் அதைப் பார்ப்பதில்லை.
புறவெளி என்றும் அகவெளி என்றும் எதுவும்
தனித்தனியாக இல்லை. பிரபஞ்சத்திலுள்ள அனைத்தும்
ஒன்றுக்கொன்று தொடர்பானவை. அங்கு பிரிக்க
முடியாத ஒரே ஆற்றல் தளம்தான் உள்ளது.

நீங்கள் எந்த வழியில் பார்த்தாலும் இறுதி விளைவு ஒன்றுதான். நாம் அனைவரும் ஒன்று. ஒருவருக்கு ஒருவர் தொடர்புடையவர்கள். நாம் அனைவரும் ஒரே ஆற்றல் தளத்தின் ஒரு பகுதி, அல்லது ஓர் உயரிய மனத்தின் அல்லது ஒரே அகஉணர்வு நிலையின் அல்லது ஒரே படைப்பியக்க மூலத்தின் ஒரு பகுதியே. அதை எந்தப் பெயர் கொண்டு வேண்டுமானாலும் அழைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஆனால் நாம் அனைவரும் ஒன்றுதான்.

நாம் அனைவரும் ஒன்று என்ற புரிதலோடு இப்போது நீங்கள் ஈர்ப்பு விதியை நோக்கினால், அதன் கனகச்சிதமான தன்மையை உங்களால் பாராட்ட முடியும்.

மற்றொருவரைப் பற்றிய உங்களது எதிர்மறை எண்ணங்கள், அப்படியே திரும்பி வந்து உங்களை ஏன் பாதிக்கிறது என்பது உங்களுக்கு இப்போது புரிந்திருக்கும். ஏனெனில் நாம் அனைவரும் ஒன்றே. எதிர்மறை எண்ணங்களையும் உணர்வுகளையும் வெளிப்படுத்தி அவற்றை உங்களை நோக்கி வரவழைத்தால் ஒழிய, உங்களுக்கு நீங்களே தீங்கு விளைவித்துக் கொள்ள முடியாது. எதை வேண்டுமானாலும் தேர்ந்தெடுக்கக் கூடிய சுதந்திர மனம் உங்களுக்கு வழங்கப்பட்டுள்ளது. ஆனால் எதிர்மறை எண்ணங்களை எண்ணி, எதிர்மறை உணர்வுகளைக் கொண்டிருந்தால், நீங்கள் மூலத்திலிருந்தும், அனைத்து நன்மைகளிலிருந்தும் விலகிவிடுகிறீர்கள். எதிர்மறையான உணர்ச்சிகள் ஒவ்வொன்றையும் குறித்து யோசித்துப் பார்த்தால், அவை பயத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டிருப்பதைக் கண்டுபிடிப்பீர்கள். மற்றவர்களிடம் இருந்து உங்களை விலக்கிப் பார்க்கும் எண்ணத்தால்தான் அவை ஏற்படுகின்றன.

போட்டி மனப்பான்மை, பிரித்துப் பார்த்தலின் சிறந்த உதாரணம். முதலில் போட்டி போடுதல் என்பது பற்றாக்குறை மனப்பான்மையால் வருகிறது; அதாவது எல்லோருக்கும் போதுமான அளவு இல்லை என்ற மனப்பான்மையால் வருகிறது. அதனால் இருப்பதைப் பெற நமக்குள் முட்டி மோதிக்கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. போட்டியில் ஈடுபடும்போது உங்களால் ஒருபோதும் வெல்ல முடியாது. நீங்கள் வெற்றி பெற்றவராக நினைத்துக் கொண்டாலும் கூட, போட்டியில் ஈடுபடும்போது, ஈர்ப்பு விதியால் மேலும் அதிகமான நபர்களையும் அதிகமான சூழல்களையும் வாழ்க்கையின் எல்லா அம்சங்களிலும் **உங்களுக்கு** எதிராகப் போட்டியிடக் கவர்ந்திழுக்கிறீர்கள். முடிவில் நீங்கள் அதில் தோற்பீர்கள். நாம் எல்லோரும் ஒன்று என்பதால், நீங்கள் **உங்களுடனேயேதான்** போட்டி போட்டுக் கொள்கிறீர்கள். நீங்கள் உங்கள் மனத்திலிருந்து போட்டி மனப்பான்மையை எடுத்தெறிந்துவிட்டு, படைப்பாற்றல் மிக்க மனமாக அதை மாற்ற வேண்டும். உங்களது கனவுகளிலும், உங்களது முன்னோக்குப் பார்வையிலும் மட்டும் கவனம் செலுத்துங்கள். போட்டி மனப்பான்மையைக் குப்பைத் தொட்டியில் விட்டெறியுங்கள்.

பிரபஞ்சம், எல்லாவற்றையும் விநியோகிக்கும் பிரபஞ்ச விநியோகிப்பாளர். அனைத்துமே பிரபஞ்சத்திடமிருந்துதான் வருகின்றன. அவை ஈர்ப்பு விதியின் உதவியுடன் மக்கள், சந்தர்ப்பங்கள் மற்றும் நிகழ்வுகள் மூலமாக உங்களுக்கு விநியோகிக்கப்படுகின்றன. ஈர்ப்பு விதியை விநியோக விதியாக உருவகப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். வற்றாத ஓரிடத்திலிருந்து உங்களுக்கு வேண்டியதைப் பெற்றுக் கொள்ள வழிசெய்யும் விதி அது. உங்களுக்கு வேண்டியது குறித்துக் கச்சிதமான அலைவரிசையில் நீங்கள் ஒளிபரப்பும்போது, கச்சிதமான மக்கள், கச்சிதமான சந்தர்ப்பங்கள், கச்சிதமான நிகழ்வுகளை நீங்கள் உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். அது கச்சிதமாக வந்து சேர்ந்துவிடும்.

நீங்கள் விரும்புபவற்றை உங்களுக்கு அளிப்பது மக்கள் அல்ல. அப்படிப்பட்ட நம்பிக்கை உங்களிடம் குடிகொண்டிருந்தால், நீங்கள் பற்றாக்குறை அனுபவங்களைத்தான் பெறுவீர்கள். ஏனெனில் நீங்கள் வெளியுலகத்தையும், மக்களையும்தான் விநியோகிப்பாளர்களாகப் பார்க்கிறீர்கள். உண்மையான விநியோகம், புலனுக்குப் புலப்படாத தளத்திலிருந்துதான் வருகிறது. அதை நீங்கள் பிரபஞ்சம், பரப்பிரம்மம், இறைவன், ஆதிபகவன் அல்லது வேறு எந்தப் பெயரிட்டும் அழைத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் வேண்டியதைப் பெறும்போது அதை நீங்கள் ஈர்ப்பு விதியின் மூலமும், பிரபஞ்ச விநியோகத்தின் அலைவரிசையோடு ஐக்கியப்பட்டு இருந்ததன் மூலமும், உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுத்துள்ளீர்கள் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். எல்லாவற்றிலும் வியாபித்து இருக்கும் பிரபஞ்ச உணர்வு நிலையானது. மக்களை, சந்தர்ப்பங்களை மற்றும் நிகழ்வுகளை மாற்றி இயக்கி அதை உங்களுக்குக் கொடுக்கிறது. ஏனெனில் அதுதான் விதி.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

பெரும்பாலான சமயங்களில் இப்பூத உடலாலும், பௌதீக இருப்பாலும் நமது கவனம் சிதறிவிடுகிறது. உங்கள் ஆன்மாவைத் தற்காலிகமாகச் சிறை வைத்திருக்கும் ஒரு சாதனம்தான் உங்கள் உடல். உங்களது ஆன்மா மிகப்பெரியது. நீங்கள் ஆதியும் அந்தமும் அற்றவர். கச்சிதமாக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ள மனித வடிவிலான கடவுள் நீங்கள்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

ஆன்மீக ரீதியாகக் கூறினால் நாம் கடவுளைப் போல உருவாக்கப்பட்டுள்ள அவரது பிம்பம். பிரபஞ்சம் தனது உணர்வு நிலையை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளும் மற்றொரு வழிதான் நாம் என்றும் கூறலாம். மலர்ந்து கொண்டிருக்கும் சாத்தியக் கூறுகளின் முடிவற்ற தளம் என்றும் கூறலாம். இவை அனைத்தும் உண்மைதான்.

"உங்களுடையதில் தொண்ணூற்று ஒன்பது சதவீதம் பார்க்க முடியாதது, தொட முடியாதது."

ஆர். பக்மின்ஸ்டர் ஃபுல்லர் (1895-1983)

நீங்கள் பௌதீக உடலில் உள்ள ஒரு கடவுள். தோலாடையணிந்து உலா வரும் ஆன்மா. அழிவற்ற வாழ்வின் வெளிப்பாடு. பிரபஞ்ச வஸ்து. சக்தியின் வடிவம். உள்ளத்தின் உருவகம். இக்கிரகத்தில் **உங்களையே** *உருவாக்கிக் கொண்ட சிருஷ்டிகர்த்தா.*

ஜேம்ஸ் ரே

நீங்கள் படைப்பு மூலத்தின் வடிவாய், பிம்பமாய் உருவாக்கப்பட்டுள்ளவர் என்று ஒவ்வொரு பாரம்பரியமும் உங்களிடம் கூறியுள்ளது. உங்களுக்குத் தெய்வ வல்லமை உண்டு, இவ்வுலகைப் படைக்கும் சக்தி இருக்கிறது என்று அதற்குப் பொருள். அது உண்மைதான்.

நீங்கள் உங்கள் வாழ்வின் இக்கட்டம்வரை, உங்களுக்குத் தகுதியான அற்புதமான விஷயங்களைப் படைத்திருக்கலாம்; அல்லது அப்படி இல்லாமலும் இருக்கலாம். நீங்கள் இக்கேள்விக்குச் சற்று செவிசாய்க்குமாறு நான் உங்களைக் கேட்டுக் கொள்கிறேன். "உங்கள் வாழ்வின் தற்போதைய நிலை நீங்கள் உண்மையிலேயே விரும்பிய ஒன்றாக இருக்கிறதா? அது உங்களுடைய தகுதிக்கு ஏற்றதாக இருக்கின்றதா?" அப்படியில்லை எனில், அதை மாற்றிக் கொள்ள இதுதான் சரியான தருணம். ஏனெனில் அதைச் செய்யக்கூடிய சக்தி உங்களிடம் இருக்கிறது.

"எல்லாச் சக்தியும் உள்ளிருந்து வருபவைதான். அதனால் அவை நம் கட்டுப்பாட்டில்தான் உள்ளன."

ராபர்ட் கோல்பியர்

நீங்கள் உங்களின் கடந்தகாலம் அல்ல

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

பெரும்பாலான மக்கள் தங்களை வாழ்வின் பலியாடுகளாக உணர்கின்றனர். அவர்கள் அதற்குத் தங்களது கடந்த காலச் சம்பவங்களின் மீதோ, மோசமாக நடத்திய பெற்றோர் மீதோ அல்லது சீர்கெட்டக் குடும்பத்தில் வளர்ந்த சூழல் மீதோ பழி போடுவர். எண்பத்தைந்து சதவீதக் குடும்பங்கள் ஏதாவது ஒரு வழியில் சீர்கெட்டு உள்ளதாக உளவியலாளர்கள் கருதுகின்றனர். அப்படியானால் ஏதோ உங்களது நிலை மட்டும்தான் மோசம் என்று நீங்கள் இனியும் கருதிக் கொண்டிருக்க முடியாது.

என் பெற்றோர் குடி அடிமைகள். என் தந்தை என்னைச் சரியாக நடத்தியதில்லை. எனக்கு ஆறு வயதாக இருக்கும் போது என் அன்னை அவரை விவாகரத்து செய்து விட்டார். ஏதோ ஒரு விதத்தில் நம் ஒவ்வொருவருடைய கதையும் இப்படித்தான் இருக்கிறது இல்லையா? இங்கு முக்கியமான கேள்வி, இப்பொழுது நாம் என்ன செய்யப் போகிறோம்? இப்பொழுது எதைத் தேர்ந்தெடுக்கப் போகிறோம்? முடிந்து போன கதையைப் பற்றியே பேசிக் கொண்டிருக்கப் போகிறோமா? அல்லது உங்களுக்கு இனி என்ன வேண்டும் என்பதைப் பற்றிக் கவனம் செலுத்தப் போகிறோமா? தங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்பதில் மக்கள் கவனம் செலுத்தும்போது, அவர்கள் விரும்பாததை அவர்களை விட்டு விலகி ஓடி விடுகிறது. விரும்புவது பெருகுகிறது. மற்றது மாயமாய் மறைந்து விடுகிறது.

> "தனது வாழ்வின் இருண்டகால நினைவில் வாழும்,
> தனது துரதிர்ஷ்டங்களிலும் தோல்விகளிலும்
> முத்துக்குளித்துக் கொண்டிருக்கும் மனிதன், அதே
> போன்ற துரதிர்ஷ்டவசமான சந்தர்ப்பங்களும்
> ஏமாற்றமான நிகழ்வுகளும் வருங்காலத்தில் தனக்கு
> வரவேண்டும் என்று பிரார்த்திக்கிறான்.
> வருங்காலத்தில் துரதிர்ஷ்டத்தை மட்டுமே நீங்கள்
> பார்ப்பீர்களேயானால், நீங்கள் அதற்காகவே
> வேண்டிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்; கண்டிப்பாக
> அதை அடையவும் செய்வீர்கள்."
>
> *பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு*

உங்கள் வாழ்க்கையை அசைபோட்டு, கடந்த காலக் கஷ்டங்களில் கவனம் செலுத்தினால், அதே போன்ற கஷ்டமான சந்தர்ப்பங்களை இன்னும் அதிகமாக உங்கள் வாழ்க்கைக்குள் கொண்டு வருவீர்கள். அவை என்னவாக வேண்டுமானாலும் இருந்து விட்டுப் போகட்டும். அவற்றை விட்டொழியுங்கள். இதை உங்களுக்காகச் செய்யுங்கள். கடந்த காலச் சம்பவம் குறித்து யாராவது ஒருவர்மீது நீங்கள் வன்மம் பாராட்டிக் கொண்டிருந்தாலோ அல்லது அவரைக் குற்றம் சொல்லிக் கொண்டிருந்தாலோ, அதனால் உங்களுக்குத்தான் கெடுதல். உங்களுக்குத் தகுதியானது என்று நீங்கள் கருதும் ஒரு வாழ்க்கையை, உங்களுக்காக உருவாக்கிக் கொள்ள உங்கள் ஒருவரால்தான் முடியும். நீங்கள் திட்டமிட்டு உங்களுக்கு வேண்டியதில் கவனம் செலுத்தும்போது, மகிழ்ச்சியான மனவுணர்வை வெளிப்படுத்தும்போது, ஈர்ப்பு விதி அதற்கு விடை பகரும். நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம், துவங்க வேண்டியது மட்டும்தான். அதைச் செய்யும்போது தேவலோகத்தின் கதவுகள் உங்களுக்காகத் திறந்து விடப்படும்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

நீங்கள்தான் உங்கள் தலைவிதியை நிர்ணயிக்கப் போகிறவர். கதாசிரியரும் நீங்கள்தான்; கதையை எழுதப் போவதும் நீங்கள்தான். எழுத்தாணி உங்கள் கையில். நீங்கள் எதைத் தேர்ந்தெடுக்கிறீர்களோ அதுதான் கதையின் போக்கு; அதுதான் கதையின் முடிவு.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

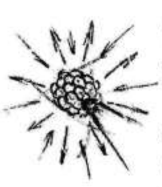
ஈர்ப்பு விதியின் மிகச்சிறப்பான அம்சம் யாதெனில், நீங்கள் தற்போது எங்கிருக்கிறீர்களோ அந்த இடத்திலிருந்தே துவங்கலாம்; சீரான நல்ல எண்ணங்களைச் சிந்திக்கத் துவங்கலாம்; இணக்கமான, மகிழ்ச்சியான உணர்வுகளை உங்களுக்குள் உருவாக்கத் துவங்கலாம். ஈர்ப்பு விதி அதற்கேற்றவாறு உங்களுக்காகச் செயல்படத் துவங்கும்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

"பிரபஞ்சத்தில் எல்லாமே போதுமானதற்கும் மேலாக உபரியாகவே இருக்கின்றன" போன்ற, இதுவரை இல்லாத வித்தியாசமான நம்பிக்கைகள் இப்போது உங்களுக்கு உதிக்கலாம். அல்லது "எனக்கு முதுமை குறைகிறது, இளமை கூடுகிறது" என்று நம்பத் துவங்கலாம். ஈர்ப்பு விதியைப் பயன்படுத்தி, நமக்கு எப்படி வேண்டுமோ அப்படி உருவாக்கிக் கொள்ளலாம்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

பரம்பரைப் பழக்க வழக்கங்கள், சமுதாய நம்பிக்கைகள், கலாச்சாரக் குறியீடுகள் போன்றவற்றிலிருந்து உங்களை முழுமையாக விடுதலை செய்து கொண்டு, உலகில் பரவியிருக்கும் சக்தியைவிட உங்களுக்குள் உறைந்திருக்கும் சக்தி மிக மிக அதிகம் என்பதைச் சந்தேகத்திற்கு இடமில்லாமல் நிரூபித்துக் கொள்ளலாம்.



முனைவர் ஃப்ரெட் ஆலன் உல்ஃப்

"இது கேட்பதற்கு நன்றாக இருக்கிறது. ஆனால் என்னால் இதைச் செய்ய முடியுமா?" என்று நீங்கள் யோசித்துக் கொண்டிருக்கலாம். அல்லது, "அவன் என்னை இதைச் செய்ய விடமாட்டான்!" அல்லது, "அவள் இதற்கு ஒருபோதும் சம்மதிக்க மாட்டாள்" அல்லது, "அதைச் செய்யப் போதுமான பணம் என்னிடம் இல்லை" அல்லது, "அதைச் செய்யும் அளவு நான் பலசாலியில்லை" அல்லது, "என்னால் அது முடியாது, என்னால் இது முடியாது, என்னால் அதைச் செய்ய முடியாது, என்னால் இதைச் செய்ய முடியாது," என்று சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கலாம்.

அந்த ஒவ்வொரு "என்னால் முடியாது"ம் ஒரு படைப்பு!

"என்னால் முடியாது" என்று நீங்கள் சொல்லும்போது அது குறித்து விழிப்பாய் இருத்தல் நல்லது; அப்படிச் சொல்லும்போது எதை உருவாக்கப் போகிறீர்கள் என்பது பற்றியும் சிந்திக்க வேண்டும். ஆலன் உல்ஃப் நம்மோடு பகிர்ந்து கொண்ட சக்திமிக்க இக்கண்ணோட்டத்தைப் போலவே, "நான்" என்ற வார்த்தைக்கு உள்ள சக்தி குறித்து, சிறந்த போதகர்கள் அனைவரும் ஒருமித்தக் கருத்தைக் கொண்டுள்ளனர். நீங்கள் "நான்" என்று கூறும்போது, அதைத் தொடர்ந்து வரும் வார்த்தைகள் மிகப்பெரும் சக்தியுடன் அதைப் படைக்க அறைகூவல் விடுக்கின்றன. ஏனெனில் நீங்கள் அதை ஓர் உண்மையாகப் பிரகடனம் செய்கிறீர்கள். அதை உறுதியுடன், நம்பகத் தன்மையுடன் தெரிவிக்கிறீர்கள். அதனால் நீங்கள் "நான் களைப்பாயிருக்கிறேன்" என்றோ, "நான் திவாலாக உள்ளேன்" என்றோ , "நான் உடல் நலம் குன்றியிருக்கிறேன்" என்றோ, "நான் தாமதமாகச் சென்று கொண்டிருக்கிறேன்" என்றோ, "நான் பருமனாக இருக்கிறேன்" என்றோ, "நான் வயதானவனாக இருக்கிறேன்" என்றோ கூறும்போது, காத்திருக்கும் அலாவுதீனின் பூதம் உடனே "தங்கள் கட்டளை என் பாக்கியம்" என்று கூறிவிடும்.

இதைத் தெரிந்துகொண்ட பிறகு, மிகச் சக்திவாய்ந்த இந்த 'நான்' என்ற வார்த்தையை நமக்குச் சாதகமாக உபயோகித்துக் கொள்ளலாம் என்பது உங்களுக்கு ஒரு சிறந்த யோசனையாகப் படுகின்றதல்லவா? "நான் சிறப்பானவற்றைப் பெற்றுக் கொண்டிருக்கிறேன்", "நான் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன்", "நான் அபரிமிதமாக இருக்கிறேன்", "நான் ஆரோக்கியமாக இருக்கிறேன்", "நான் அன்பில் திளைக்கிறேன்", "நான் எப்போதும் சரியான நேரத்திற்குச் சென்றுவிடுகிறேன்", "நான் என்றென்றும் இளமையாக இருக்கிறேன்", "நான் ஒவ்வொரு நாளும் உற்சாகமிக்க ஆற்றலால் நிரம்பி வழிகிறேன்" போன்றவற்றைச் சொன்னால் என்ன?

நான் முன்பு குறிப்பிட்டிருந்த, சார்லஸ் ஹானலின் 'தி மாஸ்டர் கீ சிஸ்டம்' என்னும் புத்தகத்தில், அவர் ஒவ்வொரு மனிதனும் விரும்பும் அனைத்தையும் உள்ளடக்கிய ஒரு சுயப்பிரகடனம் இருக்கிறது என்று கூறுகிறார். இச்சுயப்பிரகடனம் எல்லா விஷயங்களிலும், இணக்கமான ஏற்புடைய சூழ்நிலைகளைக் கொண்டுவரும் என்று கூறிய அவர், மேலும்

இவ்வாறு தெரிவிக்கிறார்: "அதற்குக் காரணம் அச்சுயப்பிரகடனம் மெய்மையின் வழிப்படி அமைந்துள்ளது. மெய்மை இருக்குமிடத்தில் தவறுகளும், பிணக்குகளும் வாசம் புரிய முடியாது."

அவர் தெரிவிக்கும் சுயப்பிரகடனம் இதுதான்: "நான் முழுமையானவன். கச்சிதமானவன். வலுவானவன். சக்தி மிக்கவன். அன்பானவன். இசைவானவன். மகிழ்வானவன்."

புலனுக்குத் தெரியாத இடத்திலிருந்து நீங்கள் வேண்டுபவற்றை நிஜத்திற்குக் கொண்டுவருவது மலைப்பான காரியமாகப் படலாம். அப்படி நேர்ந்தால், இந்தச் சுருக்கு வழியைப் பயன்படுத்துங்கள். உங்களுக்கு வேண்டியதை ஒரு முழு உண்மையாகப் பாருங்கள். நீங்கள் கேட்ட அடுத்தக் கணமே, ஒளியின் வேகத்தில் அது உங்களை வந்தடையும். ஏனெனில் அது பிரபஞ்ச ஆன்மீகத் தளத்தில் ஓர் உண்மையாக உலா வந்து கொண்டிருக்கிறது. அதோடு அத்தளம் மட்டும்தான் நிஜம். நீங்கள் உங்கள் மனத்தில் எதையாவது உருவாக்கி, அது 'உண்மை'யென்று மனப்பூர்வமாக உணரும்போது, அது நிஜத்தில் தோன்றாமல் இருக்கக்கூடும் என்ற பேச்சிற்கே இடமில்லை.

> "இவ்விதி உங்களுக்காகச் செய்யக் கூடிய
> விஷயங்களுக்கு எல்லையே கிடையாது; உங்களுடைய
> சொந்த முழுமையில் நம்பிக்கை வையுங்கள்; ஏற்கனவே
> நிகழ்ந்துவிட்ட உண்மையாக அதை வரித்துக்
> கொள்ளுங்கள்."
>
> *சார்லஸ் ஹானல்*

ஹென்றி ஃபோர்டு தனது முன்னோக்குப் பார்வையில் கண்ட மோட்டார் வாகனத்தை இவ்வுலகிற்குக் கொண்டுவரும் முயற்சியில் ஈடுபட்டிருந்தபோது, இப்படிப்பட்ட ஒரு "விபரீதமான" கற்பனையைத் துரத்தும் பைத்தியக்காரன் என்று, அவரைச் சுற்றியிருந்தவர்கள் அவரைப் பரிகசித்தனர். தன்னை ஏளனம் செய்தவர்கள் அறிந்திராத ஒன்றை ஹென்றி ஃபோர்டு அறிந்திருந்தார். அவர் **இரகசியத்தை** அறிந்திருந்தார். பிரபஞ்ச விதியை அறிந்திருந்தார்.

"உங்களால் முடியும் என்று சிந்தித்தாலும் சரி, முடியாது என்று சிந்தித்தாலும் சரி, இரண்டுமே சரிதான்."

ஹென்றி ஃபோர்டு (1863 - 1947)

உங்களால் முடியும் என்று நினைக்கிறீர்களா? இப்பேரறிவின் உதவியால், உங்களுக்கு வேண்டிய எதையும் உங்களால் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்; நீங்கள் நினைக்கும் எதையும் சாதிக்க முடியும். கடந்த காலத்தில் நீங்கள் எவ்வளவு திறமைசாலியாக இருந்துள்ளீர்கள் என்பதை நீங்கள் குறைவாக மதிப்பிட்டிருக்கலாம். இப்பொழுது நீங்கள்தான் உயரிய மனம் என்பதையும், அந்த மூல மனத்திலிருந்து உங்களுக்கு வேண்டியது எதையும் பெறலாம் என்பதையும் உணர்ந்துள்ளீர்கள். நீங்கள் விரும்பும் எதையும் நீங்கள் சாதிக்கலாம். எந்த விதமான கண்டுபிடிப்புகளாகட்டும், எந்த விதமான உத்வேகமாகட்டும், எந்த விதமான விடைகளாகட்டும், எதுவாக இருந்தாலும் அதை அடையலாம். விவரித்தலுக்கு அப்பாற்பட்ட மேதை நீங்கள். அதை உங்களுக்கே மீண்டும் மீண்டும் சொல்லிக் கொள்ளுங்கள். உண்மையில் நீங்கள் யாரென்பதை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

இதற்கு ஏதாவது எல்லையிருக்கிறதா? இல்லவே இல்லை. நாம் எல்லையற்ற சக்தியுடையவர்கள். உச்சக்கட்ட வரம்பு எதுவும் கிடையாது, இக்கிரகத்தில் உள்ள ஒவ்வொரு மனிதனின் உள்ளும் உறைந்திருக்கும் திறன்கள், திறமைகள், இயற்கையாகக் கிடைத்த வரப்பிரசாதங்கள், மற்றும் சக்திக்கு எல்லையே கிடையாது.

உங்கள் எண்ணங்கள் குறித்து விழிப்பாய் இருங்கள்

உங்களுடைய சக்தியானது, அச்சக்தியை நீங்கள் கொண்டிருக்கிறீர்கள், அதை நீங்கள் உங்களுடைய அக உணர்வு நிலையில் நிலைகொள்ள வைத்திருக்கிறீர்கள் என்ற அறிதலில்தான் அடங்கியிருக்கிறது.

உங்களது மனத்திற்கு நீங்கள் கடிவாளம் இடாவிட்டால் அது தறிகெட்டு ஓடும் குதிரையைப் போலாகிவிடும். அது கடந்தகால மோசமான எண்ணங்களைத் தோண்டியெடுத்து அவற்றை உங்கள் வருங்காலத்திற்குள் புகுத்துவதன் மூலம், உங்களை உங்களது கடந்தகால எண்ணங்களுக்கும், உங்களது வருங்கால எண்ணங்களுக்கும் இழுத்துச் செல்லக் கூடியது. தறிகெட்டு ஓடும் அந்த எண்ணங்கள், கூடவே படைத்தலையும் செய்து கொண்டிருக்கும். நீங்கள் அறிதலோடு கூடிய விழிப்புணர்வோடு இருக்கும்போது, நிகழ்காலத்தில் இருக்கிறீர்கள். என்ன சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை அறிந்திருக்கிறீர்கள். உங்கள் எண்ணங்களை உங்கள் கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டு வந்துள்ளீர்கள். அங்குதான் உங்களது சக்தி மையம் கொண்டுள்ளது.

ஆனால் எப்படி அந்த அறிதலை, அந்த விழிப்புணர்வைப் பெறுவது? “நான் இப்பொழுது என்ன சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறேன்? நான் இப்பொழுது என்ன உணர்ந்து கொண்டிருக்கிறேன்?” என்று நின்று நிதானித்துக் கேட்டுக் கொள்வது ஒரு வழி. அக்கேள்வியைக் கேட்டக் கணத்திலேயே நீங்கள் விழிப்புணர்வு பெற்றுவிடுவீர்கள்; ஏனெனில் உங்கள் மனம் உங்களை நிகழ்காலத்திற்கு அழைத்து வந்துவிடுகிறது.

எப்போது சிந்தித்துக் கொண்டிருந்தாலும், ‘இப்போது’ என்ற கணத்திற்கு அதைத் திரும்ப அழைத்து வந்து விடுங்கள். அதை ஒரு நாளில் நூற்றுக்கணக்கான முறை செய்யுங்கள். ஏனெனில் உங்களது சக்தி, அதை நீங்கள் அறிந்துள்ளதில்தான் இருக்கிறது என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித், இச்சக்தி பற்றி மிக அழகாக இப்படித் தொகுத்துக் கூறுகிறார்: “நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டும் என்பதை நினைவில் வைத்திருங்கள்!” இவ்வார்த்தைகள் என் வாழ்வின் தேசிய கீதமாகவே மாறிவிட்டது.

நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டும் என்பதை நினைவில் வைத்திருக்கும் பொருட்டு மேலும் விழிப்புணர்வு பெற உதவுவதற்காக நான் பிரபஞ்சத்திடம், என் மனம் என்னிடம் சொல்லாமல் கொள்ளாமல் ஊர் சுற்றக் கிளம்பிவிடும் போதெல்லாம், அதை நிகழ்காலத்திற்குக் கொண்டுவர எனக்குச் செல்லமாக ஒரு குட்டு வைக்குமாறு வேண்டுகோள் விடுத்தேன். நான் எதிலாவது இடித்துக் கொள்வது, எதையாவது தவற விடுவது, திடீர்ச் சத்தம், எச்சரிக்கை ஒலி, அழைப்பு

மணியோசை போன்ற பல ரூபங்களில் அந்தச் செல்லக் குட்டுகள் வருகின்றன. என் மனம் தறிகெட்டு ஓடத் துவங்கிவிட்டது, இறுக்கிப் பிடித்து நிகழ்காலத்திற்குத் திருப்பு என்று எனக்கு சமிக்கைகள் அனுப்பப்படும். அவற்றைப் பெற்றவுடன் நான் உடனடியாகப் போட்டதைப் போட்டது போல விட்டுவிட்டு, என்னை நானே கேட்டுக் கொள்வேன்: "நான் இப்போது என்ன சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறேன்? எந்த உணர்வை அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறேன்? நான் விழிப்புணர்வுடன் இருக்கிறேனா?" அதைச் செய்தவுடனேயே நான் விழிப்புணர்வு பெற்றுவிடுவேன். நீங்கள் விழிப்புணர்வு பெற்றுள்ளீர்களா என்று உங்களையே நீங்கள் கேட்கும் தருணத்தில் அதைப் பெற்று விடுவீர்கள். 'இங்கு' வந்துவிடுவீர்கள்.

> *"சக்தியின் உண்மையான இரகசியம்,*
> *அச்சக்தியை உணர்ந்துள்ளதில்தான் இருக்கிறது."*
>
> ***சார்லஸ் ஹானல்***

இரகசியத்தின் சக்தி குறித்த புரிதல் உங்களுக்குக் கிடைத்து அதை உபயோகிக்கத் துவங்கும்போது, உங்களது அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை கிடைத்துவிடும். ஈர்ப்பு விதி குறித்த ஆழமான புரிதல் உங்களுக்கு ஏற்படத் துவங்கும்போது, கேட்பதை நீங்கள் ஒரு பழக்கமாக ஆக்கிக் கொள்ளுங்கள். அப்படிச் செய்யும்போது, அவை ஒவ்வொன்றிற்கும் உங்களுக்குப் பதில் கிடைக்கும். இப்புத்தகத்தைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் நீங்கள் அதைத் துவங்கலாம். உங்களுடைய வாழ்வில் உங்களுக்கு ஒரு பதிலோ, வழிகாட்டுதலோ, வேறு ஏதாவது உதவியோ தேவைப்படுகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். அக்கேள்வியைக் கேளுங்கள். பதில் வருமென்று நம்புங்கள். பின் இப்புத்தகத்தின் ஏதாவது ஒரு பக்கத்தை விரியுங்கள். அப்படித் திறக்கும்போது அதே பக்கத்தில் நீங்கள் கேட்ட கேள்விக்கான விடையும் வழிகாட்டுதலும் இருக்கும்.

உண்மை என்னவென்றால், உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் பிரபஞ்சம் உங்களுக்குப் பதிலளித்துக் கொண்டேதான் இருக்கிறது. உங்களைச் சுற்றியுள்ள அனைத்தையும் குறித்து விழிப்புணர்வாக இருங்கள். ஏனெனில், நாளின் ஒவ்வொரு கணத்திலும், உங்கள் கேள்விகளுக்கான

பதில்கள் உங்களுக்கு அனுப்பப்பட்டுக் கொண்டேயிருக்கின்றன. எந்தெந்த வழிகளில் அவை வரும் என்று சொல்ல முடியாது. அவை கணக்கில் அடங்கா. உங்கள் கவனத்தை ஈர்க்கும் ஒரு பத்திரிகைத் தலைப்புச் செய்தியாக அது இருக்கலாம்; அல்லது வேறு யாராவது பேசும்போது தெறித்த வார்த்தைகளாக இருக்கலாம்; அல்லது வானொலியில் ஒலிக்கும் ஒரு பாடலாக இருக்கலாம்; கடந்து செல்லும் லாரியின் விளம்பர வாசகமாக இருக்கலாம். நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டும் என்பதை நினைவில் வைத்திருங்கள். விழிப்புணர்வு அடையுங்கள்.

நான் என்னுடைய வாழ்க்கையிலும், பிறருடைய வாழ்க்கையிலும் இருந்து, பொதுவாக நாம் நம்மைப் பற்றி அவ்வளவு உயர்வான எண்ணங்களைக் கொண்டிருப்பதில்லை என்பதையும், நாம் நம்மை முற்றிலுமாக நேசிப்பதில்லை என்பதையும் கண்டுபிடித்தேன். நம்மை நாமே நேசிக்காது இருத்தல், நாம் விரும்புபவற்றில் இருந்து நம்மைப் பிரித்து வைக்கும். நம்மை நாமே நேசிக்காமலிருக்கும்போது, நாம் உண்மையிலேயே அவற்றை எட்டி உதைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம்.

நாம் வேண்டும் என்று விரும்புவது அனைத்தும், அன்பினால் ஊக்குவிக்கப்படுகிறது. அவற்றை, அந்த இளமையை, அந்தப் பணத்தை, அந்தக் கச்சிதமான நபரை, வேலையை, உடலை, அல்லது ஆரோக்கியத்தைப் பெற்றிருக்கும் போது நமக்குக் கிடைக்கும் அன்பு உணர்வை அனுபவிக்கத்தான் அது தேவைப்படுகிறது. நாம் நேசிக்கும் விஷயங்களைக் கவர்ந்திழுக்க, நாம் அன்பை ஒளிபரப்ப வேண்டும்; அப்போது அவை உடனடியாக நம் வாழ்க்கையில் தோன்றும்.

மிக உயர்ந்த அலைவரிசையான அன்பை ஒளிபரப்ப வேண்டுமானால், நீங்கள் உங்களையே நேசிக்க வேண்டும் என்பதுதான் இதிலுள்ள சிக்கல். பலருக்கு அது சிரமமான ஒன்று. நீங்கள் புற உலகில் உங்கள் கவனத்தைச் செலுத்தி, அதில் இப்பொழுது உள்ளவற்றைப் பார்த்தால், நீங்கள் சறுக்கி விடுவதற்கான வாய்ப்புகள் நிறையவே உள்ளன. ஏனெனில், இப்பொழுது உங்களைப் பற்றி நீங்கள் பார்ப்பதும் உணர்வதும், கடந்தகாலத்தில் நீங்கள் உங்களைப் பற்றி யோசித்ததன் விளைவுதான். நீங்கள் உங்களையே

நேசிக்காவிட்டால், கடந்தகாலத்தில் நீங்கள் உங்களிடம் கண்ட அதே குற்றங்குறைகளைத்தான் இப்போதுள்ள உங்களிடத்திலும் காண்பீர்கள்.

உங்களை முழுவதுமாக நேசிக்க **உங்களது** புதிய பரிமாணத்தில் நீங்கள் முழுக்கவனம் செலுத்த வேண்டும். உங்களினுள் உறைந்திருக்கும் அக உணர்வு நிலையின் மீது கவனம் செலுத்த வேண்டும். ஒரு நிமிடம் எடுத்துக் கொண்டு அமைதியாய் அமருங்கள். **உங்களுள்** வாசம் புரியும் வாழ்க்கையின் அக ஒளியை உணர முயலுங்கள். நீங்கள் அந்த அக ஒளியின் மீது கவனம் செலுத்தச் செலுத்த, அது உங்களிடம் தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளும். அது பரிசுத்தமான அன்பின் உணர்வு. பேரானந்தத்தின் உணர்வு. முழுமையின் உணர்வு. அக ஒளி **உங்களது** முழுமை. அந்த அக ஒளிதான் **உங்களது** நிதர்சனம். அந்த அக ஒளியில் உங்கள் கவனத்தைக் குவிக்கக் குவிக்க, அந்த அக ஒளியை உணர்ந்து, அதன் மீது அன்பு செலுத்தி, அதைப் போற்றப் போற்ற, நீங்கள் உங்களை முழுமையாய் நேசிக்கத் துவங்குவீர்கள். இப்படி நேர்வது ஒரு வேளை உங்கள் வாழ்வில் முதன்முறையாகக்கூட இருக்கலாம்.

நீங்கள் உங்களை விமர்சனக் கண்ணோட்டத்தோடு பார்க்கும் ஒவ்வொரு முறையும், உடனடியாக உங்களுடைய கவனத்தை உங்களுள் உறைந்திருக்கும் அந்த அக ஒளி மீது செலுத்துங்கள். அதன் முழுமை தன்னைத் தானாகவே **உங்களிடம்** வெளிப்படுத்திக் கொள்ளும். இதை நீங்கள் செய்யும்போது, உங்களது வாழ்வில் நீங்கள் உங்களை நோக்கித் கவர்ந்திழுத்து வைத்துள்ள அனைத்துக் குறைகளும் கறைகளும் கரைந்து போய்விடும். ஏனெனில் அந்த அக ஒளியின் முன்னால் இந்தக் குறைபாடுகளால் நிற்க முடியாது. நீங்கள் உங்களுடைய கச்சிதமான கண்பார்வையை மீட்டெடுக்க விரும்புகிறீர்களோ, வியாதிகளைக் குணமாக்க விரும்புகிறீர்களோ, உடல் நலத்தைத் திரும்பப் பெற விரும்புகிறீர்களோ, ஏழ்மையைப் போக்கிச் செழிப்பைக் கொண்டுவர விரும்புகிறீர்களோ, வயதாதலையும் சீர்கேடுகளையும் புரட்டிப் போட விரும்புகிறீர்களோ, அல்லது எதிர்மறையானவற்றை ஒழித்துக்கட்ட விரும்புகிறீர்களோ, உங்களுள் இருக்கும் அந்த அக ஒளியின் மீது கவனம் செலுத்துங்கள். அதை நேசியுங்கள். முழுமை உங்கள் முன் தோன்றித் தரிசனம் தரும்.

"'நான்' என்பது கனகச்சிதமான முழுமை என்பது
மூல மெய்மை. உண்மையான 'நான்' ஆன்மீகமானது;
அது கச்சிதத்தை விட ஒருபோதும் குறைவாக
இருக்கச் சாத்தியமேயில்லை. அதற்குப்
பற்றாக்குறையோ, வரைமுறையோ, அல்லது
நோயோ இருக்க எள்ளளவும் சாத்தியமில்லை."

சார்லஸ் ஹானல்

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- அனைத்துமே ஆற்றல்தான். நீங்கள் ஆற்றலால் ஆன காந்தம். அதனால் நீங்கள் எல்லாவற்றையும் மின்காந்த ஆற்றலாக உங்களை நோக்கி இழுக்கிறீர்கள். நீங்கள் வேண்டுபவற்றை நோக்கி உங்களையும் மின்காந்த ஆற்றலாக மாற்றிக் கொள்கிறீர்கள்.

- நீங்கள் ஓர் ஆன்மா. ஓர் ஆற்றல். ஆற்றலை ஆக்கவோ அழிக்கவோ முடியாது. அது தன் வடிவத்தை மட்டும் மாற்றிக் கொள்ளும். அதனால் உங்களது பரிசுத்தமான சாராம்சம் எப்பொழுதும் இருந்து வந்துள்ளது. எப்பொழுதும் அப்படியே இருந்து வரும்.

- பிரபஞ்சமானது எண்ணத்திலிருந்து பிறக்கிறது. நாம் சிருஷ்டி கர்த்தாக்கள். நாம் நமது தலைவிதியை மட்டும் நிர்ணயிப்பதில்லை; பிரபஞ்சத்தின் தலைவிதியையும் சேர்த்து நிர்ணயிக்கிறோம்.

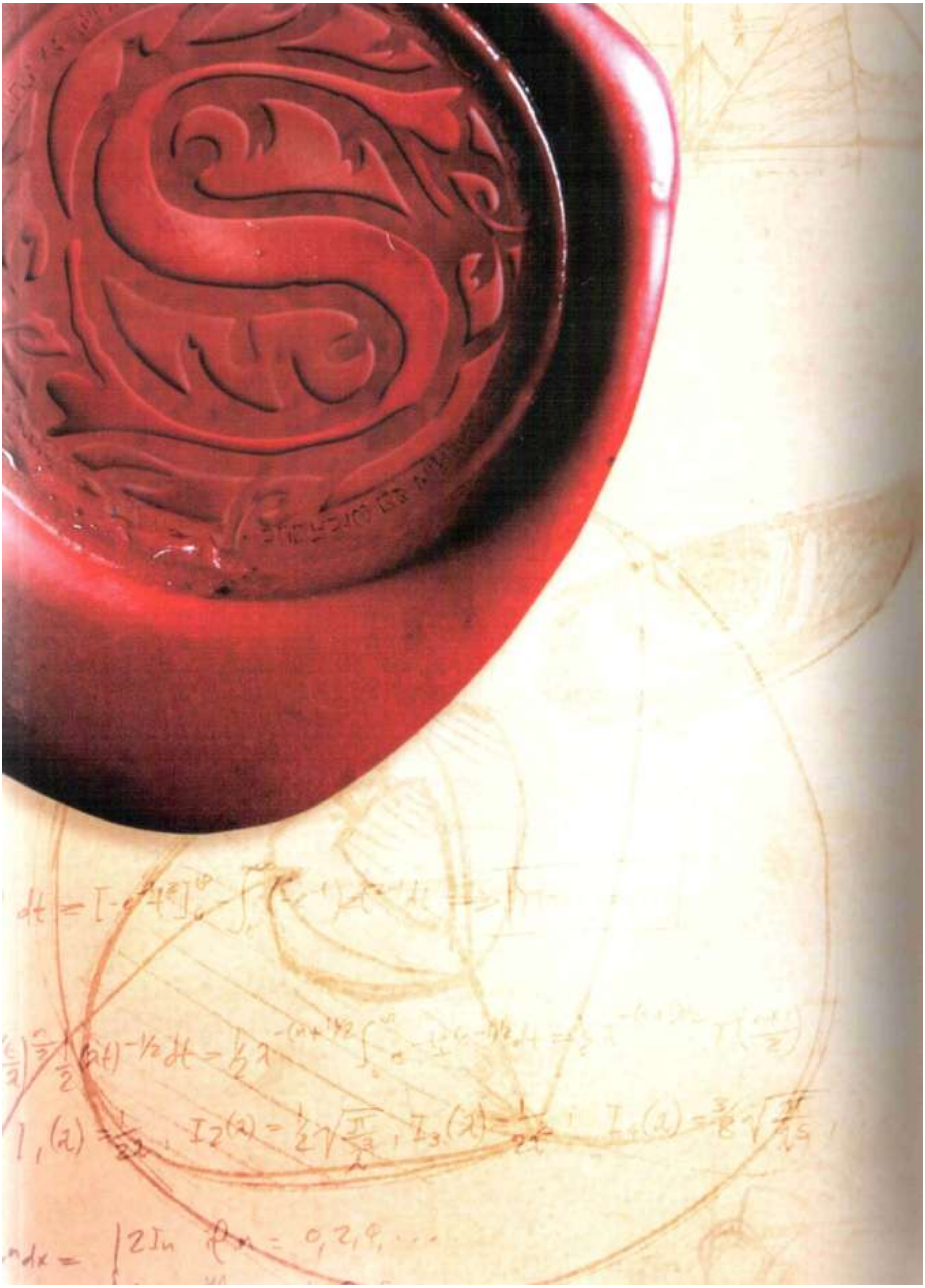
- கணக்கிலடங்கா எண்ணிக்கையில் புதுக் கருத்துக்களும், புதிய யோசனைகளும் உங்களுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கின்றன. அனைத்து அறிவும், அனைத்துக் கண்டுபிடிப்புகளும் பிரபஞ்ச மனத்தில் சாத்தியக் கூறுகளாக உலா வந்து கொண்டிருக்கின்றன. மனித மனம் அதிலிருந்து எடுத்துக் கொள்வதற்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கின்றன. நீங்கள் அனைத்தையும் உங்களது அக உணர்வு நிலையில் அடக்கி வைத்திருக்கிறீர்கள்.

- நாம் அனைவரும் ஒருவரோடு ஒருவர் தொடர்புடையவர்கள். நாம் அனைவரும் ஒன்றே.

- உங்களது கடந்தகாலக் கஷ்டங்கள், கலாச்சாரக் குறியீடுகள், சமுதாய நம்பிக்கைகள் ஆகியவற்றின் பிடியிலிருந்து மீளுங்கள். உங்களுக்குத் தகுதியென்று கருதும் வாழ்க்கையை உங்களுக்காக உருவாக்கிக் கொள்ளும் வல்லமை உங்களுக்கு மட்டும்தான் உள்ளது.

- உங்களது அபிலாஷைகளை நிஜமாக்க ஒரு சுருக்கு வழி உள்ளது. அது நீங்கள் என்ன வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களோ அதை மூல உண்மையாகப் பார்ப்பது.

- உங்களது சக்தி உங்களது எண்ணத்தில்தான் உள்ளது. அதனால் விழிப்புடன் இருங்கள். வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், "நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டும் என்பதை நினைவில் வைத்திருங்கள்!"



வாழ்க்கைக்கான இரகசியம்

நீல் டொனால்டு வால்ஷ்

நூலாசிரியர், சர்வதேசப் பேச்சாளர் மற்றும் ஆன்மீகத் தூதுவர்

உங்களது வாழ்வின் நோக்கம் இதுதான், வாழ்வின் திட்டம் இதுதான் என்று கடவுள் எழுதி வைத்தக் கரும்பலகை எதுவும் வானத்தில் கிடையாது. "நீல் டொனால்டு வால்ஷ் - இருபத்தியோராம் நூற்றாண்டின் முற்பகுதியில் வாழ்ந்து வந்த ஒரு கவர்ச்சியான மனிதர்..." என்று அறிவிக்கும் கரும்பலகை வானத்தில் இல்லை. அந்த வாக்கியத்தின் கோடிட்ட இடத்தை நாம்தான் பூர்த்தி செய்து கொள்ள வேண்டும். நான் இங்கு இப்பூமியில் என்ன செய்து கொண்டிருக்கிறேன், ஏன் இங்கு இருக்கிறேன் என்பதைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டியது மட்டும்தான் நான் செய்ய வேண்டியது. அந்தக் கரும்பலகையைக் கண்டுபிடித்து, கடவுள் எனக்காக என்ன திட்டம் வைத்துள்ளார் என்பதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். ஆனால் ஒரு சிக்கல். அப்படிப்பட்டக் கரும்பலகை எதுவும் உண்மையில் கிடையாது.

அப்படியானால் உங்களது வாழ்வின் நோக்கம் என்ன? நீங்கள் உங்கள் வாழ்வின் நோக்கம் என்று எதைக் கூறுகிறீர்களோ அதுதான் உங்கள் வாழ்க்கையின் நோக்கம். நீங்கள் உங்களுக்காக எதை வகுத்துக் கொள்கிறீர்களோ அதுதான் உங்கள் வாழ்வின் திட்டம். நீங்கள் எப்படிப் படைக்கிறீர்களோ அப்படித்தான் இருக்கும் உங்களது வாழ்க்கை. இப்பொழும் சரி, எப்பொழுதும் சரி எவரொருவரும் அதை எடை போடப் போவதில்லை.

உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அதை உங்களது வாழ்க்கைக் கரும்பலகையில் நீங்கள்தான் எழுதிக் கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் கடந்த காலச் சுமைகளைக் கொண்டு அப்பலகையை நிறைத்து வைத்திருந்தால், அதை முழுவதுமாக அழித்துவிடுங்கள். உங்களுக்கு ஒத்துவராத, நீங்கள் போற்றாத கடந்த கால நினைவுகள் அனைத்தையும் அழித்து விடுங்கள். உங்களைத் தற்போது நீங்கள் இருக்கும் இடத்திற்கும், ஒரு புதிய துவக்கத்திற்கும் அழைத்து வந்தமைக்காக அதற்கு நன்றியுடையவராக இருங்கள். இப்பொழுது சுத்தமாகத் துடைக்கப்பட்டுள்ள ஒரு கரும்பலகை உங்களிடம் உள்ளது. நீங்கள் இங்கிருந்து, இக்கணத்தில் இருந்து உங்கள் வாழ்க்கையைத் துவக்குங்கள். உங்களது மகிழ்ச்சியைக் கண்டுபிடியுங்கள். வாழ்வாங்கு வாழுங்கள்!

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

நான் இன்று இருக்கும் நிலைக்கு வர எனக்குப் பல வருடங்கள் பிடித்தன. அதற்குக் காரணம், வாழ்க்கையில் நான் பெரிதாகச் செய்ய வேண்டிய ஏதோ ஒன்று இருக்கிறது, அதைச் செய்யாவிட்டால் கடவுளுக்கு என் மீது திருப்தி ஏற்படாது என்ற கருத்துடனேயே நான் வளர்ந்து வந்தேன்.

மகிழ்ச்சியாக இருப்பதும், அதை வாழ்வனுபவமாக்குவதும்தான் என் வாழ்வின் முதன்மையான நோக்கம் என்பதைப் புரிந்து கொண்டதும், எனக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொண்டு வருபவற்றை மட்டுமே நான் செய்யத் துவங்கினேன். நான் இப்படிக் கூறுவதுண்டு: "நீங்கள் செய்பவற்றில் வேடிக்கையும், விநோதமும், கூத்தும், கும்மாளமும் இல்லை என்றால், அதைச் செய்யாதீர்கள்!"

நீல் டொனால்டு வால்ஷ்

மகிழ்ச்சி, அன்பு, சுதந்திரம், உவகை, சிரிப்பு. இதுதான் எல்லாம். ஒரு மணி நேரம் உட்கார்ந்து தியானம் செய்தால் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சி ஏற்படுமாயின் முதலில் அதைச் செய்யுங்கள். ஒரு சலாமி சான்ட்விச்சைச் சாப்பிட்டால் பேரானந்தமாக இருக்குமாயின், உடனே அதைச் செய்யுங்கள்.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

நான் என் செல்லப் பூனையைக் கொஞ்சும்போது மகிழ்ச்சிகரமான மனநிலையில் இருக்கிறேன். அதனால் நான் தொடர்ந்து அந்த மனநிலையிலேயே இருக்க விரும்புகிறேன். எனக்கு அதுதான் தேவை என்பதால், அதைத்தான் நான் வேண்டுகிறேன். நான் வேண்டுவதால் அது என் வாழ்வில் உதயமாகிறது.

உங்களுக்கு எது மகிழ்வைக் கொண்டுவருமோ, எவற்றை நீங்கள் மனப்பூர்வமாக நேசிக்கிறீர்களோ அவற்றைச் செய்யுங்கள். உங்களுக்கு எது மகிழ்ச்சியைக் கொண்டுவரும் என்பது உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், "எது எனது மகிழ்ச்சி?" என்ற கேள்வியைக் கேளுங்கள். அதைக் கண்டுபிடித்து அதற்கு விசுவாசமாக நீங்கள் இருக்கும்போது, ஈர்ப்பு விதி உங்கள் மீது மகிழ்ச்சி மழை பொழிந்து உங்களை மூச்சுத் திணற வைக்கும். நீங்கள் மகிழ்ச்சியால் பிரகாசித்துக் கொண்டிருப்பதால், மகிழ்ச்சியான விஷயங்கள், மகிழ்ச்சியான மக்கள், மகிழ்ச்சியான சூழல், மகிழ்ச்சியான நிகழ்வுகள், மற்றும் மகிழ்ச்சியான சந்தர்ப்பங்களை ஈர்ப்பு விதி உங்கள் வாழ்வில் கொண்டுவந்து கொட்டும்.

முனைவர் ஜான் ஹேகலின்

அக மகிழ்வுதான் வெற்றிக்கான எரிபொருள்.

இக்கணத்தில் சந்தோஷமாக இருங்கள். மனமகிழ்வான உணர்வைப் பெறுங்கள். அது ஒன்றுதான் நீங்கள் செய்ய வேண்டியது. இப்புத்தகத்திலிருந்து அது ஒன்றைத்தான் நீங்கள் பெற்றீர்கள் என்றால், **இரகசியத்தின்** முக்கியமான பகுதி உங்களுக்குக் கிடைத்துவிட்டது என்று வைத்துக் கொள்ளலாம்.

முனைவர் ஜான் கிரே

உங்களை மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் எது வைத்திருக்கிறதோ, அது மேலும் மகிழ்ச்சியூட்டும் நிகழ்வுகளை எப்போதும் உங்களுக்கு வாரி வழங்கிக் கொண்டேயிருக்கும்.

நீங்கள் இக்கணத்தில் இப்புத்தகத்தைப் படித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். இதை உங்களுடைய வாழ்வில் ஈர்த்தது நீங்கள்தான். இது உங்களுக்கு மகிழ்வான மனநிலையை உண்டு பண்ணும் எனில், இதை எடுத்துக் கொண்டு அதைப் பயன்படுத்துவதா வேண்டாமா என்பதை நீங்கள்தான் முடிவு செய்ய வேண்டும். இது மனமகிழ்வைத் தரவில்லையெனில் இதை விட்டுவிடுங்கள். உங்கள் இதய சுருதியை மீட்டக் கூடிய வேறொன்றைக் கண்டுபிடியுங்கள்.

இரகசியத்தின் ஞானம் உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. அதை வைத்துக் கொண்டு என்ன செய்வது என்பதை நீங்கள்தான் முடிவு செய்ய வேண்டும். **உங்களுக்காக** நீங்கள் எதைத் தேர்ந்தெடுத்தாலும் அது சரியாகத்தான் இருக்கும். அதைப் பயன்படுத்தலாம் என்று முடிவு செய்தாலும் சரி, அதைப் பயன்படுத்த வேண்டியதில்லை என்று முடிவு

செய்தாலும் சரி, முடிவெடுப்பது நீங்கள்தான். அச்சுதந்திரம் உங்களுக்கு உள்ளது.

> "உங்களுக்கு எது பேரானந்தத்தைத் தருகிறதோ அதைச் செய்யுங்கள். வெறும் சுவர்கள் மட்டும் இருக்கும் இடத்தில், பிரபஞ்சம் உங்களுக்காகக் கதவுகளைத் திறந்துவிடும்."
>
> *ஜோசப் கேம்பெல்*

லிசா நிக்கோல்ஸ்

நீங்கள் உங்களுக்குப் பேரானந்தத்தைக் கொடுப்பதைப் பின்பற்றி நடக்கும்போது, எப்பொழுதும் மகிழ்ச்சி துள்ளிக் குதிக்கும் வீதியில் மட்டும் உலா வருவீர்கள். பிரபஞ்சத்தின் அபரிமிதம் உங்களுக்காகத் திறந்துவிடப்படும். நீங்கள் அன்பு செலுத்துபவர்களுடன் உங்கள் வாழ்க்கையைப் பகிர்ந்து கொள்ளத் துடிப்பீர்கள்; உங்களது பரவசம், பேருவகை, பேரானந்தம் ஒரு காட்டுத் தீயாகப் பரவும்.

முனைவர் ஜோ விட்டாலே

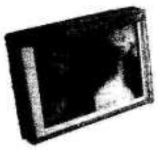
இதைத்தான் நான் எப்போதும் செய்து வருகிறேன். எனக்குப் பரவசம் அளிப்பவற்றை, எனக்குப் பேருவகை தருபவற்றை, எனக்கு ஊக்கமளிப்பவற்றைச் செய்து வருகிறேன். நாள் முழுவதும் அதைத்தான் செய்து வருகிறேன்.

பாப் பிராக்டர்

வாழ்க்கையைக் கொண்டாடுங்கள். ஏனெனில் வாழ்வு மகத்தானது. அது ஒரு கிடைத்தற்கரிய யாத்திரை.

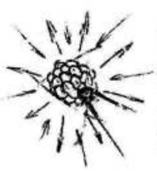
மேரி டயமன்ட்

நீங்கள் ஒரு வித்தியாசமான யதார்த்தத்தில், வித்தியாசமான வாழ்க்கையை வாழ்வீர்கள். "நீங்கள் அப்படி என்ன வித்தியாசமாகச் செய்கிறீர்கள்?" என்று மக்கள் உங்களைப் பார்த்துக் கேட்பார்கள். ஒரே வித்தியாசம், நீங்கள் ஓர் இரகசியப் பட்டதாரி என்பதுதான்.



மோரிஸ் குட்மேன்

உங்களால் இதைச் செய்ய முடியாது, நீங்கள் இப்படி ஆக முடியாது, நீங்கள் இதைப் பெற முடியாது என்று ஒரு சமயம் மக்கள் கூறியவற்றையெல்லாம் இப்போது உங்களால் செய்ய முடியும்.



முனைவர் ஃப்ரெட் ஆலன் உல்ஃப்

நாம் இப்பொழுது ஒரு புதிய சகாப்தம் நோக்கி, அதில் தாண்ட வேண்டியக் கடைசிக் கடல் நோக்கிச் சென்று கொண்டிருக்கிறோம். 'ஸ்டார் டிரெக்' கூறுவது போல அது விண்வெளியாக இருக்காது. அது மனித மனமாக இருக்கும்.

முனைவர் ஜான் ஹேகலின்

எல்லையற்ற ஆற்றலுடன் கூடிய, எல்லையற்ற சாத்தியக் கூறுகளுடன் உள்ள ஒரு வருங்காலம் என் கண்முன்னால் விரிகிறது. நாம் நமது மனத்தின் ஆற்றலில் வெறும் ஐந்து சதவீதத்தை மட்டுமே உபயோகித்துக் கொள்கிறோம் என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். சீரியக் கல்விப் பயிற்சி மூலம், நூறு சதவீத மனித ஆற்றலின் உபயோகம் சாத்தியம்தான். மக்கள் தங்களது முழு ஆற்றலை உபயோகித்துக் கொள்ளும் ஓர் உலகத்தைக் கற்பனை செய்து பாருங்கள். நாம் எங்கு வேண்டுமானாலும் போகலாம்; என்ன வேண்டுமானாலும் செய்யலாம்; எதை வேண்டுமானாலும் சாதிக்கலாம்.

நம்முடைய அற்புதமான பூமியில் இக்காலகட்டம்தான் வரலாற்றின் மிகவும் பரவசமூட்டும் காலகட்டம். ஒவ்வொரு துறையிலும், மனித முயற்சியின் ஒவ்வொரு தளத்திலும், சாத்தியமற்றவை சாத்தியமாகப் போவதைக் கண்டு நாம் பூரிக்கப் போகிறோம். நமக்கு நாமே வரித்துக் கொண்ட எல்லைகள் குறித்த எண்ணங்களைத் தூக்கியெறிந்துவிட்டு, நாம் எல்லையற்றவர்கள் என்பதை உணரும்போது, விளையாட்டு, ஆரோக்கியம், கலை, தொழில்நுட்பம், அறிவியல், மற்றும் படைப்பாற்றலின் அனைத்துத் தளங்களிலும், கரைபுரண்டு ஓடும் மனித குலத்தின் மகிமையை உணரப் போகிறோம்.

உங்களது உன்னதத்தை ஆரத்தழுவுங்கள்

பாப் பிராக்டர்

உங்களது தேடுதலில் உள்ள நல்லவற்றை மட்டும் பாருங்கள். ஒவ்வொரு மதப் புத்தகமும் நமக்கு அதைத்தான் போதிக்கின்றது. ஒவ்வொரு சிறந்த தத்துவப் புத்தகமும், ஒவ்வொரு சிறந்த தலைவரும், இதுவரை அவதரித்த சிறந்த மகான்களும் இதைத்தான் கூறுகின்றனர். தேடிப்போய் மெய்யறிவார்ந்தவர்களிடம் இருந்து கற்றுக் கொள்ளுங்கள். இப்புத்தகத்தின் மூலமாக அவர்களில் பலர் உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளனர். அவர்கள் அனைவரும் ஒரு விஷயத்தைப் புரிந்து வைத்திருந்தனர். அவர்கள் இரகசியத்தை அறிந்திருந்தனர். இப்போது நீங்களும் இரகசியத்தைப் புரிந்து கொண்டுள்ளீர்கள். அதை எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு உபயோகிக்கிறீர்களோ அவ்வளவுக்கு அவ்வளவு அதை இன்னும் செம்மையாகப் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

இரகசியம் உங்களினுள் உள்ளது. உங்களினுள் உறைந்திருக்கும் இச்சக்தியை உபயோகிக்க உபயோகிக்க, இன்னும் சிறப்பானவற்றை நீங்கள் உங்களை நோக்கிக் கவர்ந்திழுப்பீர்கள். நீங்கள் அதற்கு மேலாகவும் அதைப் பயிற்சி செய்யத் தேவையிருக்காத ஒரு கட்டத்தைக் கண்டிப்பாக அடைவீர்கள். ஏனெனில் நீங்களே அந்தச் சக்தியாய், அந்த முழுமையாய், அந்த ஞானமாய், அந்த அறிவாய், அந்த அன்பாய், அந்த ஆனந்தமாய் மாறிவிட்டிருப்பீர்கள்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

"மகிழ்ச்சியாக இருக்க உனக்கு எல்லா உரிமையும் உண்டு" என்று 'ஏதோவொன்று' உங்களிடம் தொடர்ந்து கூறிக் கொண்டேயிருந்ததால்தான், நீங்கள் உங்கள் வாழ்வின் இக்கட்டத்தை வந்தடைந்துள்ளீர்கள். நீங்கள் இவ்வுலகிற்குப் பெருமை சேர்க்கவும், அதன் மதிப்பைக் கூட்டவும் அவதரித்துள்ளீர்கள். நேற்றைய தினத்தைவிட இன்று சிறப்பாகவும் மேன்மையாகவும் விளங்கவே உங்களது ஜீவிதம்.

நீங்கள் கடந்துவந்த ஒவ்வொன்றும், நீங்கள் செலவழித்த ஒவ்வொரு நொடியும் இப்போது, இங்கே, இத்தருணத்திற்காகத்தான் உங்களைத் தயார் செய்துள்ளன. இப்போது நீங்கள் அறிந்தவற்றைக் கொண்டு, இன்றிலிருந்து உங்களால் என்ன செய்ய முடியும் என்று கற்பனை செய்து பாருங்கள். உங்கள் தலைவிதியை நிர்ணயிப்பது நீங்கள்தான்

என்பதை அறிவீர்கள். இன்னும் நீங்கள் செய்ய வேண்டியது எவ்வளவு இருக்கிறது? இன்னும் நீங்கள் ஆக வேண்டியது எவ்வளவு இருக்கிறது? உங்களது வெறும் இருத்தலால் இன்னும் எவ்வளவு பேரை ஆசிர்வதிக்க இருக்கிறீர்கள்? அத்தருணத்தில் என்ன செய்யப் போகிறீர்கள்? அத்தருணத்தை எப்படிப் பெற்றுக் கொள்ளப் போகிறீர்கள்? உங்களது நடனத்தை வேறு யாராலும் ஆட முடியாது; உங்களது பாடலை வேறு யாராலும் பாட முடியாது; உங்களது கதையை வேறு யாராலும் எழுத முடியாது. நீங்கள் யார், என்ன செய்கிறீர்கள் என்பது இக்கணத்தில் துவங்குகிறது.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

நீங்கள் ஒரு மாமனிதர் என்று நான் நம்புகிறேன். உங்களிடம் அற்புதமான ஏதோ ஒன்று இருக்கிறது. உங்கள் வாழ்க்கையில் உங்களுக்கு இதுவரை என்ன நடந்திருந்த போதிலும், நீங்கள் எவ்வளவு இளமையாக அல்லது முதுமையாக உங்களை வரித்துக் கொண்டிருந்தாலும், நீங்கள் "சரியான சிந்தனையை"ச் சிந்திக்கத் துவங்கிவிட்டால், உங்களினுள் உறைந்திருக்கும் அந்த 'ஏதோவொன்று', இவ்வுலகைக் காட்டிலும் பெரிதாய் இருக்கும் அந்த மாபெரும் சக்தி உருப்பெறத் துவங்கும். அது உங்களது வாழ்க்கையை ஆக்கிரமித்துக் கொள்ளும். அது உங்களுக்கு அன்னமிடும். வழிகாட்டும். பாதுகாக்கும். உங்களது இருத்தலை நீடித்திருக்கச் செய்யும் - நீங்கள் அதை அனுமதிக்கும் பட்சத்தில்! இதை நான் உறுதியாக அறிவேன்.

உலகம் தன் அச்சில் சுழல்வது **உங்களுக்காகத்தான்**. ஆழ்கடல் விம்முவதும் தாழ்வதும் **உங்களுக்காகத்தான்**. பறவைகள் பாடுவதும் **உங்களுக்காகத்தான்**. சூரியன் காலைவணக்கம் கூறுவதும் மாலைவணக்கம் தெரிவிப்பதும் **உங்களுக்காகத்தான்**. விண்மீன்கள் கண்சிமிட்டுவதும் **உங்களுக்காகத்தான்**. நீங்கள் பார்க்கும் ஒவ்வொரு அழகான விஷயமும், நீங்கள் உணரும் ஒவ்வொரு அற்புதமான விஷயமும் **உங்களுக்காகத்தான்**. உங்களைச் சுற்றிப் பாருங்கள். **நீங்கள்** இல்லாமல் அவை எதுவுமே சாத்தியமில்லை. நீங்கள் யார் என்று இதுவரை எப்படி நினைத்திருந்தாலும், **நீங்கள்** உண்மையில் யார் என்ற மெய்மையை இப்போது அறிவீர்கள். நீங்கள் பிரபஞ்சத்தின் சக்கரவர்த்தி. அந்த இராஜாங்கத்தின் வாரிசு. வாழ்வின் முழுமை. **இரகசியம்** அறிந்தவர்.

ஆனந்தம் உங்களிடம் குடிகொள்ளட்டும்!

> "ஏற்கனவே இருந்த, இருக்கும், இருக்கப் போகும் அனைத்திற்குமான விடை **இரகசியம்தான்**."
>
> ***ரால்ஃப் வால்டோ எமர்சன்***

இரத்தினச் சுருக்கமாய் இரகசியம்

- உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அதை உங்களது வாழ்க்கைக் கரும்பலகையில் எழுதுங்கள்.

- நீங்கள் இப்போது செய்ய வேண்டிய ஒரே ஒரு காரியம், மகிழ்ச்சியான மனநிலையில் இருப்பது மட்டும்தான்.

- உங்களுள் உறைந்திருக்கும் சக்தியை நீங்கள் பயன்படுத்தப் பயன்படுத்த, உங்களின் ஊடாக அதிகமான சக்தியைக் கவர்ந்திழுப்பீர்கள்.

- உங்களது உன்னதத்தை ஆரத்தழுவும் நேரம் இதுதான்.

- நாம் ஒரு மகத்தான சகாப்தத்தின் நடுவில் இருக்கிறோம். நம்மை இழுத்துப் பிடித்து வைத்திருக்கும், நம்மைக் கட்டுப்படுத்தும் எண்ணங்கள் நம்மை விட்டுப் போக நாம் அனுமதிக்கும்போது, ஒவ்வொரு படைப்புத் துறையிலும், மனிதகுலத்தின் உண்மையான உன்னதத்தை நாம் அனுபவிப்போம்.

- நீங்கள் நேசிப்பதைச் செய்யுங்கள். உங்களுக்கு ஆனந்தத்தை அளிப்பது எதுவென்று உங்களுக்குத் தெரியாதிருந்தால், "எது என் ஆனந்தம்?" என்று கேளுங்கள். நீங்கள் உங்களது ஆனந்தத்திற்கு அடிமையாகும்போது, ஆனந்தமான விஷயங்கள் அருவியாய்க் கொட்டும். ஏனெனில் நீங்கள் ஆனந்தக் கதிர்களால் ஒளிர்கிறீர்கள்.

- இப்போது இரகசியத்தை நீங்கள் முழுமையாய்க் கற்றுக்கொண்டுள்ளீர்கள். அதை வைத்து என்ன செய்வது என்பது உங்கள் பொறுப்பு. நீங்கள் எதைத் தேர்ந்தெடுத்தாலும் அது சரியானதாகத்தான் இருக்கும். அச்சக்தி முழுக்க முழுக்க உங்களுக்கே உரித்தாகட்டும்.

பங்களித்தோர் குறிப்புகள்

ஜான் அஸரப்

முன்பு ஆதரவற்றத் தெருவோரச் சிறுவனாக இருந்த ஜான் அஸரப் (John Assaraf), இன்று பிரபலமான சர்வதேச நூலாசிரியர், விரிவுரையாளர் மற்றும் தொழில்முனைவோருக்கு, சிறப்பான வாழ்க்கை வாழ்ந்துகொண்டே பெரும் சொத்துக்களைக் குவிக்க உதவுவதில் தன்னை ஈடுபடுத்திக் கொண்டுள்ள வியாபார ஆலோசகர். மனித மூளை, குவாண்டம் இயற்பியல் மற்றும் வியாபாரத் தொழில் உத்திகள் ஆகியவை எப்படி ஒருவரது தொழிலிலும், சொந்த வாழ்க்கையிலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன என்ற ஆய்விற்குக் கடந்த இருபத்தைந்து ஆண்டுகளாகத் தன்னை அர்ப்பணித்துக் கொண்டவர். தான் கற்றுக் கொண்டவற்றை வைத்து, பல மில்லியன் டாலர்கள் பெறுமானமுள்ள நான்கு நிறுவனங்களை அடிமட்டத்தில் இருந்து துவக்கி நடத்தி வருகிறார். தன்னுடைய தனித்துவமான வியாபார நிர்மாணம் மற்றும் பணம் பண்ணும் யோசனைகளை உலகெங்கிலும் உள்ள தொழில்முனைவோரோடும், சிறுதொழில் முதலாளிகளோடும் பகிர்ந்து கொள்கிறார். அவரது இணையத்தளம்: www.onecoach.com.

மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்

மதங்கடந்த முற்போக்குவாதியாகவும் சார்பற்றவராகவும் விளங்கும் முனைவர் பெக்வித் (Michael Bernard Beckwith) 1986ல் அகபே சர்வதேச ஆன்மீக மையத்தை நிறுவினார். உள்ளூரில் அதற்குப் பத்தாயிரம்

உறுப்பினர்களும், உலகமெங்கும் ஆயிரக்கணக்கான நண்பர்களும் ஆதரவாளர்களும் இருக்கின்றனர். திபெத்தியத் தலைவரான தலாய் லாமா, இலங்கைச் சர்வோதயா அமைப்பின் நிறுவனரான ஏ.டி.அரியரத்னே, மகாத்மா காந்தியின் பேரனான அருண் காந்தி போன்ற ஆன்மீக வழிகாட்டிகளுடன் சர்வதேசக் கூட்டங்களில் பங்கேற்கிறார். அசோசியேஷன் ஃபார் குளோபல் நியூ தாட் என்ற அமைப்பின் இணை நிறுவனர். மனிதகுலம் தன் முழு ஆற்றலை அடைய வழிகாட்டுவதற்காக ஆண்டுதோறும் நடத்தப்படும் அவ்வமைப்பின் கூட்டம், அறிவியலாளர்கள், பொருளாதார வல்லுனர்கள், கலைஞர்கள், மற்றும் ஆன்மீகத் தலைவர்கள் ஆகியோரை ஒன்றிணைக்கிறது.

முனைவர் பெக்வித் தியானத்தையும் அறிவியல்பூர்வமான பிரார்த்தனையையும் கற்றுக் கொடுக்கிறார். ஆன்மீக முகாம்களை நடத்துகிறார். கருத்தரங்குகளிலும் மாநாடுகளிலும் பேசுகிறார். லைஃப் விஷனிங் புராசஸ் என்ற ஆன்மீகச் சேவையை அவர் உருவாக்கியுள்ளார். 'இன்ஸ்பிரேஷன்ஸ் ஆஃப் தி ஹார்ட்', '40 டே மைன்ட் ஃபாஸ்ட் சோல் ஃபீஸ்ட்' மற்றும் 'எ மேனிஃபெஸ்டோ ஆஃப் பீஸ்' ஆகிய புத்தகங்களை எழுதியுள்ளார். அவரது இணையத்தளம்: www.Agapelive.com.

ஜெனிவீவ் பெகரென்ட் (சுமார் 1881 - 1960)

'மென்டல் சயன்ஸ்' புத்தகத்தின் ஆசிரியரும், துவக்க நிலை ஆன்மீக மெய்யறிவு ஆசான்களில் ஒருவராகவும் விளங்கிய ஜட்ஜ் தாமஸ் ட்ரோவர்டுடன் படித்தவர் ஜெனிவீவ் பெகரென்ட் (Genevieve Behrend). தாமஸ் ட்ரோவர்ட் இவரைத் தனது ஒரே மாணாக்கராகத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொண்டார். பின் ஜெனிவீவ், முப்பத்து ஐந்து ஆண்டுகளாக வட அமெரிக்காவில் மன அறிவியல் பற்றிக் கற்றுக் கொடுத்ததோடு, அது குறித்துச் சொற்பொழிவாற்றவும், அதைத் தொழிலாக நடத்தவும் செய்தார். பிரபலமான 'யுவர் இன்விசிபிள் பவர்' மற்றும் 'அட்டெயினிங் யுவர் ஹார்ட்ஸ் டிசயர்' புத்தகங்களையும் அவர் எழுதியுள்ளார்.

லீ புரோவர்

மூல மதிப்பு, அனுபவம், பங்களிப்பு மற்றும் சொத்துக்கள் ஆகியவற்றை அதிகாரப் பரவலாக்கும் அமைப்பு முறைகளை வியாபார நிறுவனங்கள், அறக்கட்டளைகள், குடும்பங்கள் மற்றும் தனிநபர்களுக்கு அளிக்கும், சர்வதேச ஆலோசனை அமைப்பான 'எம்பவர்டு வெல்த்' என்ற அமைப்பின் நிறுவனரும் தலைமை நிர்வாக அதிகாரியுமாவார் லீ புரோவர் (Lee Brower). குவாட்ரன்ட் லிவிங் ஆலோசகர்களின் சர்வதேச இணைப்பகத்திற்கு உரிமமும் பயிற்சியும் வழங்கும் குவாட்ரன்ட் லிவிங் எக்ஸ்பீரியன்ஸ் என்ற நிறுவனத்தையும் தோற்றுவித்துள்ளார். 'வெல்த் மேனேஜ்மென்ட் அன்ட் பிரிசர்வேஷன்' புத்தகத்தின் இணை ஆசிரியர். 'தி புரோவர் குவாட்ரன்ட்' புத்தகத்தின் ஆசிரியர். அவரது இணையத்தளங்கள்: www.empoweredwealth.com. மற்றும் www.quadrantliving.com.

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு

ஜாக் கேன்ஃபீல்டு (Jack Canfield), 'தி சக்சஸ் பிரின்சிபிள்ஸ்' புத்தகத்தின் ஆசிரியர். 10 கோடிக்கும் மேல் விற்றுச் சாதனை படைத்த, 'நியூ யார்க் டைம்ஸ் பெஸ்ட் செல்ல' ரான 'சிக்கன் சூப் ஃபார் தி சோல்' புத்தக வரிசையின் இணை ஆசிரியர். தொழில்முனைவோர், பெரும் நிறுவனத் தலைவர்கள், மேலாளர்கள், விற்பனையாளர்கள், ஊழியர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்கள் போன்றவர்களுக்கு வெற்றி விதிகளைக் கற்றுக் கொடுப்பதில் அமெரிக்காவில் முதன்மையானவராகத் திகழ்கிறார். இலட்சக்கணக்கானோர் தங்களது கனவுகளை நனவாக்க ஜாக் கேன்ஃபீல்டு உதவியுள்ளார். அவரது இணையத்தளம்: www.jackcanfield.com.

ராபர்ட் கோல்லியர் (1885-1950)

ராபர்ட் கோல்லியர் (Robert Collier) ஏராளமாக எழுதிக் குவித்த வெற்றிகரமான அமெரிக்க எழுத்தாளர். அவருடைய 'தி சீக்ரெட் ஆஃப் தி ஏஜஸ்' மற்றும் 'ரிச்சஸ் வித்தின் யுவர் ரீச்' ஆகிய புத்தகங்கள் உட்பட அவரது அனைத்துப் புத்தகங்களும், மெய்யறிவு குறித்த அவரது ஆழமான ஆய்வின் அடிப்படையிலும், வெற்றி, மகிழ்ச்சி மற்றும் அபரிமிதம் ஆகியவை எவரொருவராலும் எளிதாகவும் உரிமையோடும் சாதிக்கப்படக் கூடியவை என்ற அவரது சொந்த நம்பிக்கையின் அடிப்படையிலும் எழுதப்பட்டவை. இப்புத்தகத்தில் எடுத்தாளப்பட்டுள்ள மேற்கோள்கள் ஏழு தொகுதிகளாக வெளிவந்த 'தி சீக்ரெட் ஆஃப் தி ஏஜஸ்' புத்தகத்திலிருந்து எடுக்கப்பட்டவை. அதற்கு ராபர்ட் கோல்லியரின் அறக்கட்டளை பெருந்தன்மையுடன் ஒப்புதல் அளித்திருந்தது.

டாக்டர் ஜான் எஃப் டிமார்ட்டினி, டி.சி., பி.எஸ்ஸி.

ஒரு காலத்தில் கற்கும் திறனில் குறைபாடுடையவராகக் கருதப்பட்ட ஜான் டிமார்ட்டினி (Dr. John F. Demartini) இன்று ஒரு மருத்துவர், தத்துவ இயலாளர், நூலாசிரியர், மற்றும் சர்வதேசப் பேச்சாளர். பல ஆண்டுகளாக அவர் தண்டெலும்பு நோய் தீர்க்கும் மருத்துவராகத் தொழில் செய்து வந்தார். சிறந்த தண்டெலும்பு மருத்துவராகவும் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டுக் கௌரவிக்கப்பட்டவர்; இப்போது அவர் உடல்நல மருத்துவர்களுக்கு ஆலோசகராக இருந்து வருவதோடு, பிணி நீக்கம் மற்றும் தத்துவ இயல் ஆகியவை குறித்து எழுதிக் கொண்டும், சொற்பொழிவாற்றிக் கொண்டும் இருக்கிறார். தனிநபரிடம் பரிபூரண மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் அவரது செயல்முறைகள் ஆயிரக்கணக்கானவர்கள் தங்கள் வாழ்வில் சீரிய ஒழுங்கையும் மகிழ்ச்சியையும் பெற உதவியுள்ளன. அவரது இணையத்தளம்: www.drdemartini.com.

மேரி டயமன்ட்

மேரி டயமன்ட் (Marie Diamond) சர்வதேசப் புகழ்பெற்ற 'ஃபெங் சுயி' வல்லுனர். அவர் தனது இளம் வயதில் பெற்றுக் கொண்ட இந்த அறிவை மேலும் பட்டை தீட்டி, கடந்த இருபது வருடங்களுக்கும் மேலாகத் தொழில்முறையாக அதைச் செய்து வருகிறார். அவர் எண்ணற்ற ஹாலிவுட் பிரபலங்கள், திரைப்பட இயக்குனர்கள், தயாரிப்பாளர்கள், இசைத் துறையைச் சார்ந்தவர்கள் மற்றும் பிரபல நூலாசிரியர்கள் ஆகியோருக்கு ஆலோசனைகளை வழங்கியுள்ளார். பொது நலத்தில் ஈடுபட்டிருக்கும் பல பிரபலமானவர்களுக்கு அவர்களது வாழ்வில் எல்லாத் துறைகளிலும் வெற்றி பெற உதவியுள்ளார். ஒரு தனிநபரின் சூழலோடு ஈர்ப்பு விதியைப் பொருத்திக் கொள்ள உதவும் விதத்தில் அவர் 'டயமன்ட் ஃபெங் சுயி', 'டயமன்ட் டௌசிங்' மற்றும் 'இன்னர் டயமன்ட் ஃபெங் சுயி' போன்றவற்றை உருவாக்கியுள்ளார். அவரது இணையத்தளம்: www.mariediamond.com.

மைக் டூலி

மைக் (Mike Dooley) ஒரு முழுநேர ஆசானோ அல்லது பேச்சாளரோ கிடையாது. தன்னை அவர் ஒரு வாழ்க்கைச் சாகசக்காரர் என்று அழைத்துக் கொள்கிறார். பெரும் நிர்வாக நிறுவனங்களில் வேலை செய்தபோதும், தொழில்முனைவராக இருந்தபோதும் வெற்றிகரமாக இயங்கி வந்துள்ளார். அவர் 'பிரைஸ் வாட்டர் ஹவுஸ்' நிறுவனத்திற்காக உலகெங்கும் வேலை செய்து கொண்டிருந்தார். 1989ல் தனித்துவமான பரிசுப் பொருட்களை மொத்தமாகவும் சில்லறையாகவும் விற்பனை செய்யும் 'டோட்டல் யுனீக் தாட்ஸ்' என்ற அமைப்பை நிறுவினார். அது ஒரு பிராந்தியச் சங்கிலித் தொடர் விற்பனையமைப்பாக வளர்ந்தது. அமெரிக்காவிலுள்ள பெரிய டிபார்ட்மென்டல் ஸ்டோர்கள் அவரது பொருட்களை விற்றன. ஜப்பான், சவுதி அரேபியா மற்றும் சுவிட்சர்லாந்து ஆகிய இடங்களில் இருந்த விநியோக மையங்கள் மூலமாகப் பத்து இலட்சம் டிஷர்ட்டுகள் விற்கும் அளவு உலகளாவிய வாடிக்கையாளர்களுக்கு அவரால் சேவை செய்ய முடிந்தது. 2000த்தில் அவர் தனது நிறுவனத்தை

இணையத்தளத்தில் இயங்கும் ஓர் ஊக்குவிப்பு மற்றும் தத்துவார்த்த சாகசக் கிளப்பாக மாற்றினார். அதில் தற்போது 169 நாடுகளைச் சேர்ந்த 60,000 உறுப்பினர்கள் உள்ளனர். 'நோட்ஸ் ஃப்ரம் தி யூனிவர்ஸ்' என்ற தலைப்பில் மூன்று தொகுதிகளாக வெளிவந்த பிரபலமான புத்தகம் உட்பட, பல புத்தகங்களை அவர் எழுதியுள்ளார். அவரது ஆடியோ திட்டமான, 'இன்ஃபினிட் பாஸிபிலிடீஸ்: தி ஆர்ட் ஆஃப் லிவிங் யுவர் டிரீம்ஸ்' சர்வதேசப் புகழ் பெற்றது. அவரது இணையத்தளம்: www.tut.com.

பாப் டாயில்

'வெல்த் பியான்ட் ரீசன்' திட்டத்தை பாப் டாயில் (Bob Doyle) உருவாக்கி நடத்தி வருகிறார். ஈர்ப்பு விதி மற்றும் அதன் நடைமுறைச் செயல்பாடு குறித்த, சக்திவாய்ந்த பல்லூடகப் பாடத்திட்டம் அது. உங்களது வாழ்வில் ஈர்ப்பு விதியை ஒரு நோக்கத்தோடு பயன்படுத்தி, செல்வம், வெற்றி, உறவுகள் மற்றும் நீங்கள் விரும்பும் ஏனைய பிற விஷயங்களைப் பெறுவதற்கு அவர் உதவுகிறார். அவர் ஈர்ப்பு விதியின் பின்னால் உள்ள அறிவியல் குறித்துக் கவனம் செலுத்தி வருகிறார். அவரது இணையத்தளம்: www.wealthbeyondreason.com.

ஹேல் ட்வாஸ்கின்

'நியூ யார்க் டைம்ஸ் பெஸ்ட் செல்லர்'ராக விளங்கிய 'தி செடோனா மெத்தட்' என்ற புத்தகத்தின் ஆசிரியரான ஹேல் ட்வாஸ்கின் (Hale Dwoskin), மக்கள் தங்களைப் பிடித்து இழுத்து வைத்துக்கொண்டிருக்கும், தங்களைக் கட்டுப்படுத்தும் எதிர்மறையான நம்பிக்கைகளில் இருந்து விடுபட்டு, தங்களது இதயபூர்வமான ஆசைகளை அடைய உதவி வருகிறார். உங்களைக் கட்டுப்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் வலிமைமிக்க உணர்வுகள், நம்பிக்கைகள், மற்றும் மனப்போக்குகள் ஆகியவற்றை வெளியேற்றுவதைக் கற்றுத் தரும் ஒரு சக்திமிக்க உத்திதான் 'செடோனா மெத்தட்'. அவர் இதைக் கடந்த முப்பது வருடங்களாக உலகெங்கும் பெரும் நிறுவனங்களில் இருந்து தனிநபர் வரை அனைவருக்கும் கற்றுக் கொடுத்து வருகிறார். அவரது இணையத்தளம்: www.sedona.com.

மோரிஸ் குட்மேன்

1981ல் தனது விமானம் விழுந்து நொறுங்கிய விபத்தில் கொடூரமான காயங்கள் ஏற்பட்டு, அதிலிருந்து மீண்டதால் "அதிசய மனிதன்" என்று அழைக்கப்பட்டவர் மோரிஸ் குட்மேன் (Morris Goodman). அப்போது அவரால் ஒருபோதும் நடக்கவோ, பேசவோ, இயல்பான வாழ்க்கையை மேற்கொள்ளவோ முடியாது என்று மருத்துவர்கள் கூறினர். ஆனால் இன்று, குட்மேன் உலகமெங்கும் பயணம் செய்து தனது நம்பமுடியாத கதையைக் கூறி, ஆயிரக்கணக்கான மக்களுக்கு உத்வேகத்தை அளித்து வருகிறார். சுயப்பிணிநீக்கம் பற்றித் தனது சொந்த அனுபவத்தை இப்புத்தகத்தில் கூறியுள்ள அவரது மனைவி கேதி குட்மேன், **இரகசியம்** திரைப்படத்திலும் தோன்றியுள்ளார். மோரிஸின் இணையத்தளம்: www.themiracleman.org.

ஜான் கிரே, பிஎச்.டி.

மூன்று கோடிப் பிரதிகள் விற்றுச் சர்வதேச விற்பனைகளில் சாதனை படைத்த 'மென் ஆர் ஃப்ரம் மார்ஸ், விமன் ஆர் ஃப்ரம் வீனஸ்' என்ற பிரபலமான புத்தகத்தின் ஆசிரியர் ஜான் கிரே (John Gray). அவர் இலட்சக்கணக்கில் விற்பனையான மேலும் பதினான்கு நூல்களை எழுதியுள்ளார். அவர் நடத்தி வரும் கருத்தரங்குகளில் பல்லாயிரக்கணக்கானவர்கள் பங்கேற்று வருகின்றனர். ஆண்களும் பெண்களும் தங்களுடைய தனிப்பட்ட வாழ்விலும், தொழில்முறை வாழ்விலும் ஒருவரை ஒருவர் புரிந்து கொண்டு, மதித்து, தங்களுக்கிடையேயான வேறுபாடுகளைப் போற்றி உணர்ந்து கொள்ள உதவுவதைத் தன் நோக்கமாகக் கொண்டிருக்கிறார். அவரது சமீபத்தியப் புத்தகம் 'தி மார்ஸ் அன்ட் வீனஸ் டயட் அன்ட் எக்சர்சைஸ் சொல்யூஷன்'. அவரது இணையத்தளம்: www.marsvenus.com.

சார்லஸ் ஹானல் (1866-1949)

வெற்றிகரமான அமெரிக்கத் தொழிலதிபராகத் திகழ்ந்த சார்லஸ் ஹானல் (Charles Haanel) பல புத்தகங்களை எழுதியுள்ளார். அவை அனைத்தும் அவரது சொந்தக் கருத்துக்களையும், தன் வாழ்வில் வெற்றி பெற அவர் பயன்படுத்திய செயல்முறைகளையும் அடிப்படையாகக்

கொண்டிருந்தன. அவரது புகழ்பெற்ற புத்தகமான 'தி மாஸ்டர் கீ சிஸ்டம்' 1912ல் வெளியிடப்பட்டபோது பிரபலமாக இருந்த அதே அளவு இன்றளவும் பிரபலமாக இருந்து வருகிறது.

ஜான் ஹேகலின், பிஎச்.டி.

முனைவர் ஜான் ஹேகலின் (John Hagelin), உலகப் புகழ்பெற்ற குவாண்டம் இயற்பியலாளர், கல்வியாளர் மற்றும் பொதுநலத் திட்ட வல்லுனர். அவருடைய 'மேனுவல் ஃபார் எ பெர்பக்ட் கவர்ன்மென்ட்' என்ற புத்தகம், உலகிலுள்ள முக்கியச் சமுதாயச் சுற்றுச்சூழல் பிரச்சனைகளை எப்படித் தீர்ப்பது என்பது பற்றியும், இயற்கை விதியின் இசைவோடு கூடிய திட்டங்களைக் கொண்டு உலக அமைதியை எப்படி உண்டாக்கலாம் என்பது பற்றியும் எடுத்துரைக்கிறது. சமுதாயத்திற்குப் பெரும் பங்களிப்புகளை அளித்து வரும் அறிவியல் அறிஞர்களுக்கு வழங்கப்பட்டு வரும் கௌரவமிக்க விருதான 'கில்பி அவார்டு' அவருக்கு வழங்கப்பட்டது. அவர் 2000த்தில் நடைபெற்ற அமெரிக்கப் பொதுத் தேர்தலில் 'நேச்சுரல் லா பார்ட்டி' யின் சார்பில் அதிபர் பதவிக்குப் போட்டியிட்டார். இன்று நம் பூமியில் உள்ள தலைசிறந்த அறிவியலறிஞர்களில் அவரும் ஒருவர் என்று பலர் கருதுகின்றனர். அவரது இணையத்தளம்: www.hagelin.org.

பில் ஹாரிஸ்

பில் ஹாரிஸ் (Bill Harris) முழுநேரப் பேச்சாளர், ஆசிரியர் மற்றும் தொழிலதிபர். மனித மனத்தின் செயல்பாடுகள் மற்றும் அதன் மற்ற உத்திகள் பற்றியப் பழங்கால மற்றும் தற்கால ஆய்வுகள் குறித்துப் படித்த பில் ஹாரிஸ், 'ஹோலோ சிங்க்' என்ற அமைப்பைத் துவக்கினார். அது ஒரு ஆடியோ தொழில்நுட்பம். அது தியானத்தின் ஆழமான நிலையில் கிடைக்கும் பலன்களைப் பெற உதவுகிறது. அவரது நிறுவனமான 'சென்டர் பாயின்ட் ரிசர்ச் இன்ஸ்டிடியூட்' உலகெங்கிலுமுள்ள ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் மகிழ்ச்சியாக, மன அழுத்தமற்ற வாழ்க்கையை வாழ உதவியுள்ளது. அவரது இணையத்தளம்: www. centerpointe.com.

டாக்டர் பென் ஜான்சன், எம்.டி., என்.எம்.டி., டி.ஓ.

முதலில் மேற்கத்திய மருத்துவத்தில் பயிற்சி பெற்ற டாக்டர் பென் ஜான்சன் (Dr. Ben Johnson), தனது உயிரை அச்சுறுத்திய ஓர் உடல்நலக் குறைவிலிருந்து மாற்று மருத்துவத்தை உபயோகித்து மீண்டு வந்ததும், உயிர்ச்சக்தி மருத்துவம் மூலம் நோய்த் தீர்விற்கு வழிவகுக்கும் மருத்துவ முறைகளில் ஈடுபாடு கொண்டார். டாக்டர் அலெக்ஸ் லாய்டின் கண்டுபிடிப்பான 'ஹீலிங் கோட்ஸ்' என்று அழைக்கப்பட்ட குணப்படுத்தும் முறையில் அவர் தன் முழுக்கவனத்தையும் செலுத்தினார். இன்று அவரும் டாக்டர் லாய்டும் இணைந்து உருவாக்கிய 'தி ஹீலிங் கோட்ஸ் கம்பெனி' அவர்களது கருத்துக்களைப் பரப்பி வருகிறது. அவரது இணையத்தளம்: www.healingcodes.com.

லோரல் லாங்மியர்

'லிவ் அவுட் லவுட்' என்ற அமைப்பின் நிறுவனர் லோரல் லாங்மியர் (Loral Langemeier). அந்த அமைப்பு, மக்கள் தங்கள் பொருளாதார இலக்குகளை அடையத் தேவையான ஆதரவையும், கல்வியையும் வழங்கி வருகிறது. ஒருவருடைய மனப்பான்மைதான் செல்வச் செழிப்பை உருவாக்குவதில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது என்பது அவரது நம்பிக்கை. பலர் பெரும் பணக்காரர்களாக ஆவதற்கு அவர் உதவியுள்ளார். லோரல் தனிநபர்களுக்கும் பெரும் நிறுவனங்களுக்கும் அளித்து வரும் சொற்பொழிவுகளின் மூலம் தனது அறிவையும் நிபுணத்துவத்தையும் பகிர்ந்து கொள்கிறார். அவரது இணையத்தளம்: www.liveoutloud.com.

பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு (1834-1891)

பிரென்டிஸ் மல்ஃபோர்டு (Prentice Mulford) நவீன சிந்தனை இயக்கத்தைத் தோற்றுவித்த முன்னோடியும் எழுத்தாளரும் ஆவார். அவர் தனது வாழ்க்கையின் பெரும்பகுதியை,

சமுதாயத்திலிருந்து ஒதுங்கியிருந்து, ஒரு துறவியைப் போல் வாழ்ந்து வந்தார். மனித மனம் மற்றும் ஆன்மீக விதிகள் குறித்து எழுதப்பட்ட அவரது படைப்புகள் எண்ணற்ற எழுத்தாளர்களிடமும் ஆசிரியர்களிடமும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தின. அவரது படைப்புகளில் 'தாட்ஸ் ஆர் திங்ஸ்' என்ற புத்தகமும் 'தி வொயிட் கிராஸ் லைப்ரரி' என்ற கட்டுரைத் தொகுப்பும் அடங்கும்.

லிசா நிக்கோல்ஸ்

லிசா நிக்கோல்ஸ் (Lisa Nichols) தனிநபருக்கு ஊக்கமளிப்பது குறித்து முழுமூச்சாகப் பாடுபட்டு வருகிறார். 'மோட்டிவேட்டிங் தி மாஸஸ்' மற்றும் 'மோட்டிவேட்டிங் தி டீன் ஸ்பிரிட்' என்ற அமைப்புகளின் முதன்மை நிர்வாக அதிகாரியாக அவர் செயல்பட்டு வருகிறார். இந்த இரு அமைப்புகளும் பெண்கள், தொழில்முனைவோர், மற்றும் பருவ வயதினரின் வாழ்க்கையில் குறிப்பிடத்தக்க மாற்றத்தைக் கொண்டுவருவதற்காக அமைக்கப்பட்டதாகும். அதோடு அவை கல்வியமைப்பு, பெரும் நிறுவனங்கள், தனிநபர் ஊக்குவிப்பு நிறுவனங்கள், மற்றும் விசுவாச அடிப்படையில் அமைந்த திட்டங்கள் ஆகியவற்றுக்கும் சேவை அளித்து வருகின்றன. லிசா பிரபலமான 'சிக்கன் சூப் ஃபார் தி ஆப்பிரிக்கன் அமெரிக்கன் சோல்' புத்தகத்தின் இணை ஆசிரியர். அவரது இணையத்தளம்: www.lisa-nichols.com.

பாப் பிராக்டர்

பாப் பிராக்டரை (Bob Proctor) வந்தடைந்த ஞானம் தலைமுறை தலைமுறையாகக் கடந்து வந்து அவரை அடைந்துள்ளது. அது ஆன்ட்ரூ கார்னகியிலிருந்து நெப்போலியன் ஹில்லுக்கு வந்தது. ஹில் அதை ஏர்ல் நைட்டிங்கேலுக்கு அளித்தார். ஏர்ல் நைட்டிங்கேல் அந்த ஞானக் கிரீடத்தைப் பாப் பிராக்டருக்கு அணிவித்தார். பாப் பிராக்டர் கடந்த நாற்பது வருடங்களாக மனிதமன ஆற்றல் துறையில் இயங்கி வந்துள்ளார். அவர் உலகமெங்கும் சுற்றி, **இரகசியத்தைக்** கற்றுக் கொடுத்து வருகிறார். நிறுவனங்களும் தனிநபர்களும் ஈர்ப்பு விதியைப் பயன்படுத்தித் தங்களுடைய வாழ்க்கையில் அபரிமிதத்தையும் செழிப்பையும் உண்டாக்க உதவி

வருகிறார். 'யு வேர் பார்ன் ரிச்' என்ற சர்வதேசப் புகழ்பெற்ற புத்தகத்தை எழுதியுள்ளார். அவரது இணையத்தளம்: www.bobproctor.com.

ஜேம்ஸ் ஆர்தர் ரே

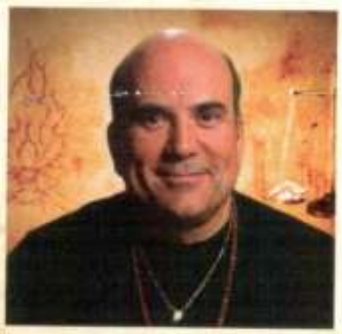
மெய்யான செல்வம் மற்றும் அபரிமிதக் கொள்கைகளை நீண்ட காலமாக ஆராய்ந்து வந்த ஜேம்ஸ் ரே (James Arthur Ray), 'சயன்ஸ் ஆஃப் சக்ஸஸ்' மற்றும் 'ஹார்மோனிக் வெல்த்' ஆகியவற்றை உருவாக்கியுள்ளார். பொருளாதாரம், உறவு, அறிவு, உடல்நலம், மற்றும் ஆன்மீகம் ஆகிய அனைத்திலும் எல்லையற்ற விளைவுகளை எப்படிப் பெறுவது என்பதை அவை மக்களுக்குக் கற்றுக் கொடுக்கின்றன. அவர் உருவாக்கியிருக்கும் தனிநபர் திறன் செயல்முறைகள், பெரும் நிறுவனப் பயிற்சித் திட்டங்கள், மற்றும் பயிற்சி உபகரணங்கள் ஆகியவை உலகளாவிய விதத்தில் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. மெய்யான செல்வம், வெற்றி, மற்றும் மனித ஆற்றல் குறித்து அவர் தொடர்ந்து பேசி வருகிறார். பல கிழக்கத்திய, பழங்குடி சார்ந்த, இரகசிய மதப்பாரம்பரியங்களிலும் அவர் வல்லுனர். அவரது இணையத்தளம்: www.jamesray.com.

டேவிட் ஷிர்மர்

டேவிட் (David Schirmer) வெற்றிகரமாக விளங்கும் பங்குச் சந்தை வர்த்தகர், முதலீட்டாளர், மற்றும் முதலீட்டுப் பயிற்சியாளர். அவர் கருத்தரங்குகள், கருத்துப் பட்டறைகள் மற்றும் வகுப்புகள் நடத்தி வருகிறார். செல்வம் சேர்ப்பதற்கு ஏற்ற மனநிலையை வளர்த்துக் கொள்வதன் மூலம் எல்லையற்ற வருமானத்தை எப்படி உருவாக்குவது என்று அவரது நிறுவனமான 'டிரேடிங் எட்ஜ்' கற்றுத் தருகிறது. ஆஸ்திரேலிய வெளிநாட்டுப் பங்குச் சந்தை மற்றும் பொருட் சந்தையின் போக்கு குறித்து அவரது கணிப்புகள் துல்லியமாக இருப்பது அவருக்கு நற்பெயரை ஈட்டித் தந்துள்ளன. அவரது இணையத்தளம்: www.tradingedge.com.au.

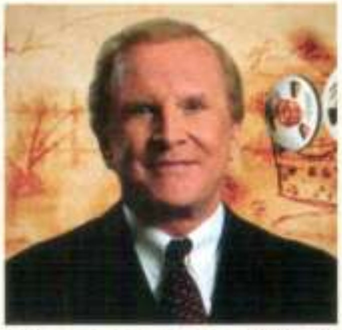
மார்சி ஷைமாஃப், எம்பிஏ

மார்சி ஷைமாஃப் (Marci Shimoff), 'சிக்கன் சூப் ஃபார் தி உமன்ஸ் சோல்' மற்றும் 'சிக்கன் சூப் ஃபார் தி மதர்ஸ் சோல்' ஆகிய இரண்டு மிகப்பெரிய வெற்றிப் புத்தகங்களின் இணை ஆசிரியர். தனிநபர் வளர்ச்சி மற்றும் மகிழ்ச்சி குறித்து உணர்ச்சி பொங்கப் பேசக் கூடிய சிறந்த ஊக்குவிப்புப் பேச்சாளர் அவர். குறிப்பாக, பெண்களின் வாழ்க்கையை உயர்த்துவது குறித்து அவர் தனது செயல்பாடுகளை முடுக்கி விட்டுள்ளார். பெண்களுக்குச் சுயமதிப்பு மற்றும் உத்வேகமிக்கத் திட்டங்களை அளித்து வரும் 'தி எஸ்டீம் குரூப்' நிறுவனத்தின் இணை நிறுவனரான அவர், அதன் தலைவராகவும் செயல்பட்டு வருகிறார். அவரது இணையத்தளம்: www.marcishimoff.com.



முனைவர் ஜோ விட்டாலே, எம்எஸ்சி.டி.

இருபது வருடங்களுக்கு முன் நடைபாதையோரம் வசித்து வந்த ஜோ விட்டாலே (Dr. Joe Vitale), இன்று உலகின் தலைசிறந்த விற்பனை வல்லுனர்களில் ஒருவராகக் கருதப்படுகிறார். வெற்றி மற்றும் அபரிமிதக் கோட்பாடுகள் குறித்து ஏராளமான புத்தகங்களை அவர் எழுதியுள்ளார். அதில் 'லைஃப்ஸ் மிஸ்ஸிங் இன்ஸ்டிரக்ஷன் மானுவல்', 'ஹிப்னாடிக் ரைட்டிங்' மற்றும் 'தி அட்ராக்டர் ஃபேக்டர்' ஆகிய புத்தகங்கள் அடங்கும். அவர் மெய்யறிவியலில் முனைவர் பட்டம் பெற்றுள்ளார். அவர் ஓர் அதிகாரபூர்வமான ஹிப்னோதெரபிஸ்ட்; தொழில்ரீதியாக மெய்யறிவியலைப் பயன்படுத்துபவர்; கிறித்தவ மதபோதகர் மற்றும் 'சீ காங்' பிணி நீக்குபவர். அவரது இணையத்தளம்: www.mrfire.com.



முனைவர் டென்னிஸ் வெயிட்லி, பிஎச்.டி.

முனைவர் வெயிட்லி (Dr. Denis Waitley) புகழ்பெற்ற அமெரிக்க நூலாசிரியர், விரிவுரையாளார், மற்றும் உயர் மனித ஆற்றல் சாதனைத் துறை ஆலோசகர். விண்வெளி வீரர்களுக்குப் பயிற்சியளிக்க அமெரிக்க விண்வெளி அமைப்பான 'நாசா' அவரை அமர்த்திக் கொண்டது. பின்னர் அவர் அதே திட்டத்தைக் கொண்டு ஒலிம்பிக் ஓட்ட வீரர்களுக்கும் பயிற்சியளித்தார். 'தி சைக்காலஜி ஆஃப் வின்னிங்' என்பது சுயவளர்ச்சித் துறையில் மிகச்சிறந்த திட்டமாகும். அவர் பதினைந்து புத்தகங்களை எழுதியுள்ளார். அதில் பல, சர்வதேசப் புகழ்பெற்றவை. அவரது இணையத்தளம்: www.waitley.com.

நீல் டொனால்டு வால்ஷ்

நீல் டொனால்டு வால்ஷ் (Neale Donald Walsch) நவீன யுக ஆன்மீகத் தூதுவர். மூன்று தொகுதிகளாக வந்த, உலகப் பிரசித்தி பெற்ற அவரது 'கான்வர்சேஷன்ஸ் வித் காட்' புத்தகங்கள் நியூ யார்க் டைம்ஸ் புத்தக விற்பனைப் பட்டியலில் பல சாதனைகளை முறியடித்தன. அவர் இதுவரை இருபத்தியிரண்டு புத்தகங்களைப் படைத்துள்ளார். கூடவே பல ஆடியோ மற்றும் வீடியோக்களையும் தயாரித்துள்ளார். நவீன ஆன்மீகம் குறித்தத் தகவல்களை உலகம் முழுவதும் எடுத்துச் செல்கிறார். அவரது இணையத்தளம்: www.nealedonaldwalsch.com.

வாலஸ் வாட்டில்ஸ் (1860-1911)

அமெரிக்காவில் பிறந்த வாலஸ் வாட்டில்ஸ் (Wallace Wattles) 'நவீன சிந்தனை'க் கோட்பாடுகள் குறித்து எழுதத் துவங்கும் முன்பு, பல வருடங்களை மதங்கள் மற்றும் தத்துவங்களைப் பற்றிப் படிக்கச் செலவிட்டிருந்தார். செழிப்பு மற்றும் வெற்றி

பற்றிப் போதித்து வரும் இன்றைய பல ஆசான்களின் மீது அவரது படைப்புகள் ஏற்படுத்தியிருக்கும் தாக்கம் குறிப்பிடத்தக்கது. அவரது உலகப் புகழ்பெற்ற புத்தகமான 'தி சயன்ஸ் ஆஃப் கெட்டிங் ரிச்', 1910ல் வெளியிடப்பட்டது.

ஃப்ரெட் ஆலன் உல்ஃப், பிஎச்.டி.

ஃப்ரெட் ஆலன் உல்ஃப் (Fred Alan Wolf) கொள்கை இயற்பியலில் முனைவர் பட்டம் பெற்ற ஒரு இயற்பியலாளர், எழுத்தாளர் மற்றும் விரிவுரையாளர். அவர் உலகெங்கும் உள்ள பல்கலைகழகங்களில் பாடம் எடுத்துள்ளார். குவாண்டம் இயற்பியல் மற்றும் அகமன உணர்வு ஆகியவற்றில் அவர் மேற்கொண்ட ஆய்வுகள் அவரது எழுத்துக்கள் மூலமாகப் பரவலாக அறியப்படுகின்றன. அவர் பன்னிரண்டு புத்தகங்களை எழுதியுள்ளார். அதில் தேசியப் புத்தகப் பரிசு பெற்ற 'டேகிங் தி குவாண்டம் லீப்' புத்தகமும் அடங்கும். இன்று அவர் தொடர்ந்து எழுதிக் கொண்டும், உலகம் முழுவதும் சுற்றிச் சொற்பொழிவுகள் நிகழ்த்திக் கொண்டும் இருக்கிறார். அதோடு குவாண்டம் இயற்பியலுக்கும் அகமன உணர்வுக்கும் இடையே உள்ள உறவு குறித்து வசீகரமான ஆய்விலும் மூழ்கி இருக்கிறார். அவரது இணையத்தளம்: www.fredalanwolf.com.

இரகசியம் உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும்
அன்பையும் ஆனந்தத்தையும்
கொண்டுவந்து சேர்க்கட்டும்.

உங்களுக்காகவும் உலகிற்காகவும்
நான் மனதார வேண்டுவது இதைத்தான்.

மேலும் அனுபவம் பெற,
www.thesecret.tv.
இணையத்தளத்திற்கு வருகை தாருங்கள்.

நம் ஒவ்வொருவரையும் போலவே
இந்நூலாசிரியர் ரோன்டா பைர்னும்
தன்னுடைய சொந்தப் புரிதல் குறித்த
பயணத்தில் ஈடுபட்டிருந்தார்.
அப்பயணத்தின் போக்கில் அவர்,
நூலாசிரியர்கள், மதபோதகர்கள்,
ஆசான்கள், திரைப்படப்
படைப்பாளிகள், வடிவமைப்பாளர்கள்,
பதிப்பாளர்கள் ஆகியோர் அடங்கிய
மிகச் சிறந்த குழுவை, இரகசியத்தை
உலகிற்கு வெளிப்படுத்துவதற்காக
ஒருங்கிணைத்தார். தனது முன்னோக்கு
பார்வையின் மூலமாக அவர்
கோடிக்கணக்கான மக்களுக்கு
ஆனந்தத்தைக் கொண்டுவந்து
சேர்த்துள்ளார்.

இதற்குப் பங்களித்தவர்கள்:
ஜான் அஸரப்,
மைக்கேல் பெர்னார்டு பெக்வித்,
லீ புரோவர், ஜாக் கேன்ஃபீல்டு,
டாக்டர் ஜான் எஃப் டிமார்ட்டினி,
மேரி டயமன்ட், மைக் டூலி, பாப் டாயில்,
ஹேல் ட்வாஸ்கின், மோரிஸ் குட்மேன்,
முனைவர் ஜான் கிரே,
முனைவர் ஜான் ஹேகலின்,
பில் ஹாரிஸ், டாக்டர் பென் ஜான்சன்,
லோரல் லாங்மியர், லிசா நிக்கோல்ஸ்,
பாப் பிராக்டர், ஜேம்ஸ் ஆர்தர் ரே,
டேவிட் ஷிர்மர், மார்சி ஷைமாஃப்,
முனைவர் ஜோ விட்டாலே,
முனைவர் டென்னிஸ் வெயிட்லி,
நீல் டொனால்டு வால்ஷ், மற்றும்
முனைவர் ஃப்ரெட் ஆலன் உல்ஃப்.

Copyright © 2006 TS Production LLC,
through TS Ltd., Luxembourg Branch.
THE SECRET text mark and THE SECRET
logo are trademarks of TS Production LLC,
through TS Ltd., Luxembourg Branch.

Jacket design by Gozer Media P/L,
directed by The Secret.

BODY, MIND AND SPIRIT

ஒரு மாபெரும் இரகசியம் உங்கள் கரங்களில் தவழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது...

இந்த மாபெரும் இரகசியம் தலைமுறை தலைமுறையாக எண்ணற்ற முறை கைப்பற்றப்பட்டு, மறைக்கப்பட்டு, தொலைக்கப்பட்டு, திருடப்பட்டு, ஏராளமான பணத்திற்காக வாங்கப்பட்டு, இறுதியாக நம்மை வந்தடைந்துள்ளது. கண்டுபிடிப்பாளர்கள், இறையியலாளர்கள், அறிவியலறிஞர்கள் மற்றும் மாபெரும் சிந்தனாவாதிகள் ஆகியோருடன் சேர்ந்து, இப்புராதன இரகசியத்தின் மகத்துவத்தை வரலாற்று நாயகர்களில் மிகப் பிரபலமானவர்கள் சிலரும் புரிந்து வைத்திருந்தனர். அவர்களில் பிளாட்டோ, கலீலியோ, பீத்தோவன், எடிசன், கார்னெகி, ஐன்ஸ்டீன் ஆகியோரும் அடங்குவர். இப்போது அந்த இரகசியம் உலகின் பார்வைக்காக முதன்முறையாக வெளிப்படுத்தப்படுகிறது.

"இரகசியத்தைப் படிப்படியாக நீங்கள் புரிந்து கொள்ளும்போது, நீங்கள் விரும்பும் அனைத்தையும் பெறுவது எப்படி, வேண்டிய நிலைகளை அடைவது எப்படி, விரும்பியவற்றைச் செய்வது எப்படி என்பதை அறிந்து கொள்வீர்கள். உண்மையில் நீங்கள் யார் என்பதைத் தெரிந்து கொள்வீர்கள். உங்களுக்காகக் காத்திருக்கும் பிரம்மாண்டத்தையும் உணர்ந்து கொள்வீர்கள்." - முன்னுரையிலிருந்து

இரகசியம் திரைப்படம் குறித்து மேலும் தகவலறிய
www.thesecret.tv இணையத்தளத்திற்கு வருகை தாருங்கள்.

₹295

ISBN 978-81-8322-205-1

MANJUL www.manjulindia.com