

به نام هستی بخش

۲۰۴۷۳۶۵

# محدودیت صفر

جلد اول

راز نهفته‌ی مردم هاوایی برای حصول ثروت،  
سلامتی، آرامش و فراز از آن

جو ویتالی

نویسنده‌ی کتاب پر فروش عامل جذب

ترجمه: ویدا گرمی

  
بهار سبز

ناشر کتاب‌های

روانشناسی، مدیریت و کارآفرینی،

بازاریابی و فروش

میرشداسه: ریوال، جو، ۱۹۵۲ - م.

Vitale, Joe

عنوان و نام پدیدآور: محدودیت صفر: راز نهفته مردم هارایی برای حصول ثروت، سلامتی، آرامش و فراوانی آن

ترجمه و پیداکرمی: اثر جو ویتالی؛ ترجمه و پیداکرمی

محلخصات نشر: تهران: بهار سبز، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۲۴۲ ص.، ۲۱×۲۸.۵، م.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۰۴-۵

وضعیت فهرست نویسی: ایبا

یادداشت: عنوان اصلی

Zero limits : the secret Hawaiian system for wealth, health, peace, and more. c2007.

موضوع: مولفیت -- جنبه های مذهبی

موضوع: Success -- Religious aspects

کرمی، ویدال، ۱۳۶۵ -- مترجم

vida karami

ردیف بندی کنگره: BL۶۵

ردیف بندی دیویی: ۲۰۴.۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۹۰۰۲۱۲



## محدودیت صفر

راز نهفته‌ی مردم هارایی برای حصول ثروت، سلامتی، آرامش و فراوانی آن

### جو ویتالی

ترجمه: ویدال کرمی

ویراستار: گروه ویراستاران نشر بهار سبز

طراح جلد: مهدی نوشیروانی

صفحه آرا: علی طباطبایی

نوبت چاپ: اول، پاییز ۱۳۹۸

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی: صاحب

چاپ و صحافی: گنج شایگان

قیمت: ۳۹۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۰۴-۵

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، کوچه بهشت آیین، پلاک ۱۰

تلفن: ۰۲۱-۲۲۶۲۲۹۰۱؛ کد پستی: ۱۳۱۴۹۶۳۹۹۳

پست الکترونیک: [info@baharesabz.ir](mailto:info@baharesabz.ir)

حق چاپ محفوظ است.

مرکز تخصصی تولید کتاب  
**BOOKALA**  
[www.bookala.ir](http://www.bookala.ir)

## سخن مترجم

سرچشمه ز من گیرد  
گر من نشوم، میرد  
آمال فرومی ریزد  
بین سلطنت سرمد!

آرامش و آزادی  
گرم بشوم، گشتم  
از خاطره‌ها برخیز  
با جان به کنون آمیز

خواننده‌ی گرامی،

اگر این کتاب را در دست داشته و قصد خواندنش را دارید، بدانید که شما به خواندن این کتاب دعوت شده‌اید. شما به دریافت این پیام دعوت شده‌اید، شما به دریافت آرامش دعوت شده‌اید. اگر این کتاب را خواندید و پیام آن را درک کردید، خوشحال باشید و تبریک مرا بپذیرید چون شما برای پاک بودن انتخاب شده‌اید. شما برای انتشار پیام ارزشمند این کتاب انتخاب شده‌اید. شما برای گسترش پیام صلح درونی انتخاب شده‌اید. چه رسالتی بالاتر از این!

زندگی فرصت خودسازی است. زندگی مجالی است تا فوت کوزه‌گری را یاد بگیریم. حرف؛ پاک شدن و متعال شدن است نه غرق شدن. شما با تغییر خود، ارتعاش تغییر را به کائنات ارسال می‌کنید. با بالا بردن ارتعاش و سطح انرژی خود، این ارتعاش را به دنیای بیرون نیز منتقل کرده و این‌گونه به ارتقا خرد و آگاهی جمعی کمک می‌کنید. زمین به حال خوبمان نیاز دارد. درونمان به صلح و آرامش پس از طوفان نیاز دارد تا سایه‌اش را بر جهان بیرون نیز بيفکنند.

من از معجزات این کتاب هیچ نمی‌گویم، از تجربیاتم نمی‌گویم، و از زیبایی‌هایی که برایم به دنبال داشت. همین قدر بگویم که یقین

دارم این کتاب پاسخ خداوند به درخواست راه‌گشایی‌هایم بود، پاسخ به رفع سردرگمی‌هایم. فقط باید بند بندش را خواند و حل‌اجی کرد. با همه‌ی وجودتان آن را بخوانید. حتی شده دوباره و سه‌باره آن را بخوانید تا پیامش را به درستی دریافت کنید. و عمیقاً بر این باورم که دعوت‌شدگان می‌خوانند و انتخاب‌شدگان درک می‌کنند. بخوانید و درک کنید تا آرامشی بی‌پدیل، افق دیدی بی‌نظیر، و جهانی امن در درونتان بیابید. به این کتاب دل بدهید و به آن اعتماد کنید تا ببینید چطور همه چیز در بهترین مسیر خود قرار می‌گیرد.

همانند موزنا سیمثونا بنیانگذار هواپونوپونوی مدرن، دکتر هیو لن و دکتر وایتلی نویسنده‌ی این کتاب، من مترجم، ناشر گرامی، دست‌اندرکاران پخش و فروش این کتاب و همچنین شما خوانندگان عزیز، همه در این طرح الهی نقشی ایفا می‌کنیم. به خود بی‌ایم که در انتشار این پیام سهیم هستیم.

از این‌که این کتاب را برای تغییر زندگی‌تان انتخاب کرده‌اید سپاسگزاریم!

منتظر معجزه‌ها باشید.

آرامش من!

حد و مرزی عشق را در کار نیست...

# فهرست مطالب

۴	سخن مترجم
۸	پیش گفتار
۸	نقطه‌ی شروع آرامش
۱۰	مقدمه
۱۰	راز کائنات
۱۹	آغاز ماجراجویی
۲۹	پیدا کردن عجیب‌ترین درمانگر جهان
۳۹	اولین گفتگوی ما
۴۷	حقیقت نکان دهنده‌ی مقاصد و نیت ما
۶۱	چه استثنائاتی وجود دارند؟
۷۷	دوست دارم
۹۷	صرف شام با روح الهی
۱۱۱	شواهد
۱۳۵	چطور به نتایج سریع‌تری دست یابیم؟
۱۴۷	چگونه ثروت بیشتری به دست آوریم؟
۱۶۵	ذهن‌های دیر باور می‌خواهند بدانند
۱۷۷	انتخاب، نوعی محدودیت است

- ۱۹۹ سیگار، همبرگر، کشتن روح الهی
- ۲۱۵ حقیقت پشت پرده
- ۲۲۷ کلام آخر: سه مرحله‌ی بیداری
- ۲۳۲ پیوست اول: اصول اساسی محدودیت صفر
- ۲۳۹ پیوست دوم: چگونه خود (یا دیگران) را شفا دهیم و به سلامتی، ثروت و شادی دست یابیم؟
- ۲۴۲ پیوست سوم: چه کسی مسئول است؟
- ۲۶۱ درباره‌ی نویسندگان
- ۲۶۳ چطور همین حالا محدودیت صفر را تجربه کنیم؟
- ۲۶۴ منابع آنلاین

### نقطه‌ی شروع آرامش

خانم مورنا نالاماکو سیمئونای دوست داشتنی، خالق و اولین استاد برجسته خودیابی به روش هواپونوپونو<sup>۱</sup>، کارتی با محتوای آرامش از من سرچشمه می‌گیرد، روی میز کارش داشت.

در طول سفر و کارم با مورنا (از دسامبر ۱۹۸۲ تا آن روز شوم در کیشهایم آلمان در فوریه ۱۹۹۲) شاهد آرامش و صفت ناپذیر او بودم. حتی وقتی جسم بی‌جانم در بستر مرگ آرمیده بود، سکوت اعجاب‌آورش جلوه‌گر بود.

این خوش‌شانسی و افتخار من بود که در نوامبر ۱۹۸۲ تعلیمات مورنا را دریافت کردم و به مدت یک دهه از حضور او بهره بردم. از آن زمان به بعد مشغول پاک‌سازی ذهن و روح خود بوده‌ام. باعث شمع و خوشحالی من است که با مساعدت دوست عزیزم جووایتلی اکنون این پیام به گوش همه مردم جهان می‌رسد.

1. Mormah Nalamaku Simeona  
2. Ho'oponopono

اما حقیقت این است که رسالت من انتقال این پیام به شماست  
چراکه ما همه یکی هستیم (روح واحدی داریم) و همه این اتفاقات در  
درون ما شکل می‌گیرند.

آرامش من  
دکتر ایها یاکالا هیولن  
رئیس سابق بنیاد من، رهایی از دنیا  
[www.hooponopono.org](http://www.hooponopono.org)  
[www.businessbyyou.com](http://www.businessbyyou.com)