

# مثبت درمانی

نورمن وینسنت پیل / توراندخت تفلد «مالکی»



نشر دایره

سرشناسه

پیل، نورمن وینسنت، ۱۸۹۸-۱۹۹۳ م.

Peal, Norman Vincent

عنوان و نام پدیدآور : مثبت درمانی / نورمن وینسنت پیل؛ مترجم توراندخت تمدن (مالکی).

مشخصات نشر : تهران: دایره، ۱۳۸۶.

مشخصات ظاهری : ۳۳۲ ص.

شابک : 978-964-6839-18-2

یادداشت : عنوان اصلی: The Power of positive thinking

یادداشت : عنوان روی جلد: افکار مثبت رنگهای زیبا را میبازر

می‌کنند. و ... مثبت درمانی،

موضوع : آرامش ذهنی -- جنبه‌های مذهبی -- مسیحیت

موضوع : موفقیت -- جنبه‌های مذهبی -- مسیحیت

شناسه افزوده : تمدن، توراندخت (مالکی)، ۱۳۱۸ -، مترجم

رده‌بندی کنگره : ۱۳۸۶ ک ۹ ب ۵ / ۵۸۰۸ / ۵۱۳۸۱

رده‌بندی دیویی : ۲۲۸ / ۲

شماره کتابشناسی ملی : ۱۹۴۹۵۶۶

داین کتاب با کاغذ حمایتی منتشر شده است.

نام کتاب : مثبت درمانی

نویسنده : نورمن وینسنت پیل

مترجم : توراندخت تمدن (مالکی)

ناشر : دایره

چاپ نوزدهم: زمستان ۱۴۰۰

شمارگان : ۷۵۰ جلد

چاپ : میران

صحافی : میران

۹۵۰۰۰ تومان

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۶۸۳۹-۱۸-۲

نشر دایره: تهران، خیابان ولیعصر، ایستگاه توانیر، کوچه پله هفتم، پلاک ۱

تلفن: ۸۸۸۷۹۲۴۰، همراه ۰۹۱۲۱۲۲۱۲۴۲

صندوق پستی ۳۹۶-۱۵۷۴۵

www.dayerehgroup.com

در اینستاگرام همراه ما باشید: nashredayereh

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	پیشگفتار
۹	مقدمه
۱۳	فصل یک- به خود ایمان داشته باشید
۳۵	فصل دو- ذهن آرام نیروی فراست
۵۳	فصل سه- چه کنیم تا پیوسته پرتوان و نیرو باشیم
۷۱	فصل چهار- قدرت دعا را بیازمایید
۹۳	فصل پنج- چگونه شادی بیافرینید
۱۱۳	فصل شش- جگر و جنجال و عصبانیت را کنار بگذارید
۱۳۳	فصل هفت- همیشه انتظار بهترینها را داشته باشید تا آن زمانه دست آورید
۱۵۵	فصل هشت- من مغلوب شکست نخواهم شد
۱۷۳	فصل نه- چگونه می توان نگرانی و تشویش را از میان برد
۱۹۱	فصل ده- چگونه می توان مسایل شخصی را حل کرد
۲۰۹	فصل یازده- قدرت ایمان در بازیافتن ندرستی
۲۲۹	فصل دوازده- هرگاه نیروی زندگی در شما دچار نقصان می گردد ...
۲۴۵	فصل سیزده- تجدید فکر و اندیشه می تواند از شما انسانی دیگر بسازد
۲۶۵	فصل چهارده- کسب آرامش جسمی و روحی
۲۸۱	فصل پانزده- چه کنیم تا موارد توجه و علاقه اطرافیان قرار گیریم
۲۹۹	فصل شانزده- تجویزهایی برای تسکین آلام روحی
۳۱۷	فصل هفده- چگونه می توان قدرت مافوق طبیعت را به خود جلب کرد

## پیشگفتار

در دنیای لجام گسیخته کنونی که مادیات همه چیز و همه کس را تحت الشعاع قرار داده است. عواطف، احساسات و بشردوستی و نوع پرستی می رود که به فراموشی سپرده شود. در دنیایی که با نهایت ناسف و تعجب مقدس ترین و پاک ترین مناسبات یعنی رابطه پدر-مادر فرزندی دستخوش خلل و سستی زائدالوصفی شده؛ دنیایی که پدرها از فرط استیصال و بیچارگی جگر گوشه خود را می فروشند یا بر اثر نابهنجاری های روانی او را مورد تجاوز یا ضرب و شتم های سبعانه قرار می دهند دنیایی که کودکان معصوم در اثر فشارهای اجتماعی و خانوادگی نگر سنی بسیار پایین دست به خودکشی می زنند در دنیای ماشین و پرشتابی که همه چیز از تعادل و توازن خارج شده سرعتها چند برابر، تلاشهای بی وقفه خستگیها جبران ناپذیر و روحیه ها بیشتر پایین و بیماریهای روانی می رود تا گوی سبقت را از سایر امراض بریاید؛ در دنیایی که فقر و شکستگی جنگ و خونریزی فساد و تباهی هر روز رو به افزایش است و سیر صعودی می پیماید چیزی جز پشتوانه معنوی جز مذهب و نیک اندیشی جز تغییر و تحول درونی نمی تواند بشر را از این همه نابسامانی و از هم گسیختگی و از هم پاشیدگی های روانی نجات دهد.

کتاب «معجزه مثبت اندیشی» راههای بسیار مؤثر سودمند عملی و ساده ای برای تحقق بخشیدن به این آرمان بزرگ و حیاتی ارائه می دهد. خواندن این کتاب روزنه ای به زوایای تاریک شده قلب می گشاید و نور ایمان و امید به آن

می‌تاباند. کتاب حاضر مجموعه‌ای است از رهنمودها و تجارب علمی و عملی که نویسنده آن و هزاران هزار نفر مردم جویای راه حق و حقیقت آنها را بکار بسته و نتیجه گرفته‌اند. خواندن این کتاب تحولی درونی و غوغایی اندرونی در خواننده پدیدار می‌سازد. او را متحول، دگرگون و نهایتاً به سوی خورشید زندگی آنجا که از ابرهای تیره ناامیدی و یأس خبری نیست؛ آنجایی که اتوار حق باشکوه و عظمتی ناگفتنی بر همه ساطع است رهنمون می‌سازد. جلوه‌های حق تیرگیها را می‌زداید و روشنی و امید را جایگزین آن می‌سازد. ایمان دست دردمندان و افتادگان را می‌گیرد و با قدرت و صلاحتی بی‌مانند آنها را برای ادامه راه زندگی نیرومند و استوار می‌سازد. از قدیم شنیده‌ایم که سخن کز دل براید لاجرم بر دل نشیند. نویسنده کتاب کشیسی مؤمن و معتقد، واقعی و اصیل است که آنچه گفته، لمس و تجربه کرده و با تمام وجود به آن ایمان دارد. کتاب او بیش از سی و پنج بار تجدید چاپ شده است، چون حاوی مطالب و رهنمودهایی است که بشر امروز بیش از هر نسخه و دارویی به آن نیازمند است.

در کتاب اشاره‌های زیادی به تعالیم مشیخ و انجیل شده و از آنجایی که در قرآن کریم نیز سوره‌های بسیاری در این مورد وجود دارد، سعی شده هماهنگی و همسانی لازم، در این زمینه به عمل آید و آیاتی هم از قرآن مجید ذکر شود. با امید به اینکه مطالب ارزنده، سودمند و امیدبخش این کتاب بتواند راهگشای همه رهروان حق‌نیازمندان، جوانان و مردم در هر قشر و گروهی باشد؛ ادامه سخن را به نویسنده می‌سپارم.