

وضعیت ممکن، به وجود آید تا بیماری من از بین برود.»  
اگر می‌خواهید اداره‌ی زندگی را در دست بگیرید، باید به گونه‌ای دیگر عمل کنید. راه کارهای زیر، شما را در رسیدن به این هدف، یاری می‌رساند:

■ **به یقین برسید:**

این‌که بخواهید بیماری را از بین ببرید یا با آن کنار بیایید، روش مناسبی نیست بلکه تنها باید به خود ثابت کنید که اصلاً بیمار نیستید. تکرار کنید که سالم هستید و جریان بیماری، تنها یک دروغ است. با تکتک سلول‌های خود صحبت کنید و با مهربانی، اشعاری در رابطه با سلامتی و توانمندی آن‌ها بخوانید.

■ **نترسید و از کائنات تشکر کنید:**

وقتی به یقین رسیدید که در سلامت به سر می‌برید، دیگر هیچ ترسی به دل راه نمی‌دهید. به خاطر چنین نشانه‌ای، از کائنات تشکر کنید و چنین برداشتی داشته باشید که همیشه باید لحظات را غنیمت شمرد.

■ **آرزوهای تان را به یاد آورید:**

تمام آرزوها و اهداف بلندمدت خود را بار دیگر به یاد آورید. برای نمونه، طرحی برای انرژی‌بخشیدن به مبتلایان بیماری‌های لاعلاج پایه‌ریزی کنید یا کتابی در این باره بنویسید و از این طریق، برای زندگی کردن، انگیزه‌سازی کنید.

■ **ورود ممنوع:**

برای محافظت از ذهن و فکرتان، یک تابلوی «ورود ممنوع» برای افکار منفی در ذهن تان نصب کنید. یک تابلوی «وجود افراد عصبانی و غمگین ممنوع» و همین‌طور یک «لطفاً شاد باشید» در اتاق خود نصب کنید. آهنگ‌های غمگین، کتاب‌های مایوس‌کننده، داستان‌های تأسفبار و تمام مواردی که به شما انرژی منفی می‌دهد را در پشت «ورود ممنوع» قرار دهید و به جای آن‌ها، پذیرای انرژی مثبت، کتاب‌ها و افرادی که به شما روحیه می‌بخشند، باشید.

■ **عبادت کنید:**

با در نظر گرفتن تمام موارد ذکر شده، گاهی دردهای جسمی به سراغ شما می‌آید؛ دردهایی که قابل تحمل و کنترل نیست. در این مواقع، عبادت کنید و به خود ثابت نمایید که خداوند، چاره‌ی هر دردی است.

■ **صحبت کنید:**

با فرصت‌های خود صحبت کنید و به آن‌ها بگویید که قرار است چه کاری برای شما انجام دهند و زمانی را که برای انجام آن کار به آن‌ها می‌دهید، گوشزد کنید. دست خود را روی بدن تان بگذارید و با تکتک سلول‌های تان صحبت کنید و برای‌شان توضیح دهید که باید چه‌طور عمل کنند.

■ **گاهی تنها ماندن، بهتر است:**

اگر در شرایطی قرار گرفتید که هم‌اتاقی تان، فردی سرشار از انرژی منفی بود، در آن شرایط، تنها ماندن، بسیار بهتر است. در جست‌وجوی کسانی باشید که به شما انرژی مثبت می‌دهند و بیش‌تر وقت خود را با آنان بگذرانید.



سیدحسین عباس‌منش

وقتی مدام به مشکلات و بیماری فکر می‌کنید، ذهن تان پیام‌هایی را به سلول‌ها می‌فرستد که باعث بیماری و ضعف جسمی می‌شود. به‌طور یقین، یک ویژگی مشترک در تمام کسانی که بدنی سالم و قوی دارند، وجود دارد و آن، شادی و آرامش است و به همین دلیل، سلول‌هایی که هر لحظه در بدن این افراد تولید می‌شود، بسیار سالم و منظم هستند.

همه‌ی ما داستان‌های زیادی از شفا یافتن بیماران شنیده‌ایم و می‌توانیم ردپایی از ایمان قوی و باور قدرتمندی که آنان در مورد بهبودی‌شان داشته‌اند را در وجودشان پیدا کنیم. همه‌ی آنان با تمام وجود باور داشته‌اند که بهبود پیدا می‌کنند و این افکار زیبا، فرمانی قدرتمند را به تمام سلول‌های بدن‌شان صادر می‌کند که «ای سلول‌هایی که در حال تولید هستید! شما باید در بهترین حالت و

# مدیر زندگی خود باشید

