

بسمه تعالی

# سخنان بزرگان جهان

گردآوری: رحیم منشادیان



## فصل اول:

۱. من کار خودم را انجام می دهم و تو هم کار خودت را انجام بده، من برای پیروی از انتظارات تو در این دنیا نیستم و تو هم برای پیروی کردن از انتظارات من در این دنیا نیستی و اگر به طور اتفاقی یکدیگر را بیابیم قشنگ است ، وگرنه کاری از دست من بر نمی آید. فردریش پرلز"
۲. همه چیز را می توان از انسان گرفت به جز یک چیز: آخرین آزادی انسان - آزادی انتخاب کردن نگرش خویش در هر شرایط معینی، آزادی انتخاب کردن راه خویش. ویکتور فرانکل"
۳. گاهی فقط به بیمارانم یادآوری می کنم که دیر یا زود مجبور خواهند شد هدف داشتن گذشته بهتر را رها کنند. اروین یالم"
۴. طی چند سال ... شواهد پژوهشی همچنان انباشته می شوند و قویا به این نتیجه گیری اشاره دارند که میزان بالای همدلی در رابطه، احتمالاً قدرتمندترین و قطعاً یکی از قدرتمندترین عواملی است که موجب تغییر و یادگیری می شود. کارل راجرز"
۵. بهترین سال های زندگی همان سال هایی هستند که ما تصمیم می گیریم که بگوییم مشکلات ما برای ما هستند، زمانی که دیگر مادر، جامعه و دیگران را به خاطر آنها سرزنش نمی کنیم، زمانی که یاد می گیریم که این خودمان هستیم که زندگی و سرنوشت مان را کنترل می کنیم. آلبرت ایس"
۶. زندگی به خودی خود به ما درد تحمیل می کند، اما وظیفه ما ساختن شادی است. میلتون اریکسون"
۷. یکی از چیزهایی که روانشناسان قبلاً می گفتند این بود که اگر شما افسرده، مضطرب یا خشمگین هستید، نمی توانید خوشحال باشید. آنها در دو انتهای یک پیوستار بودند، من معتقدم که شما می توانید رنج

بکشید یا بیماری روانی داشته باشید و خوشحال باشید، فقط نه همان لحظه که غمگین هستید. مارتین سلیگمن"

۸. آزادی واقعی، توانایی مکث کردن بین محرک و پاسخ و در این مکث انتخاب کردن است. رولو می"

۹. یادگیری چیزی بیش از فراگیری توانایی فکر کردن است، یادگیری فراگیری توانایی های اختصاصی برای اندیشیدن به انواع چیزهاست. ویگوتسکی"

۱۰. شاید خوشبختی همین باشد که با خودت نگوئی کاش جای دیگری بودم، کار دیگری داشتم، یک آدم دیگری بودم. آلدوس هاکسلی"

۱۱. تا وقتی به این فکر چسبیده اید که دلیل خوب زندگی نکردنتان در بیرون از وجودتان است، هیچ تغییر مثبتی در زندگیتان رخ نمی دهد. اروین دیالوم"

۱۲. ۵ قانون برای داشتن زندگی شادتر: ۱. عاشق خودت باش ۲. کارت رو خوب انجام بده ۳. به کسی آسیب نزن ۴. همیشه ببخش ۵. مثبت باش

۱۳. بزرگترین هدیه ای که می توان به کسی داد زمان است. هنگامی که برای یک نفر وقت می گذاری قسمتی از زندگیت را به او می دهی که دیگر باز پس نمی گیری!

۱۴. چیزی که برای تغییر پیدا کردن یک فرد ضروری است، خودآگاهی اوست. آبراهام مزلو"

۱۵. خاطرات بد هیچ سودی برای ما ندارند و ما نباید نگرهان چیزهایی باشیم که به ما آسیب می زنند. ما رنج و درد آن آسیب را یکبار و یکجا خورده ایم و دیگر قرار نیست هر روز آن را بازسازی کنیم.

۱۶. کسانی که به توانایی های خود اعتقاد و اطمینان دارند به کارهای دشوار به صورت چالش هایی می نگرند که باید بر آنها پیروز شوند نه بصورت تهدیدهایی که باید از آنها اجتناب کند. آلبرت بندورا"

۱۷. اگر تنها چیزی که به همراه داشته باشیم چکش باشد، تمام مشکلات را شبیه میخ میبینیم. آبراهام مزلو"

۱۸. زندگی رنج است و برای ماندن باید معنایی در رنج پیدا کرد. ویکتور فرانکل"

۱۹. هنگامی که احساس می کنید دیگر به آخر خط رسیده اید و حالتان خیلی بد است، بدانید که رویدادی نیک در راه است، رویدادی مهم و شاید مهیج که زندگیت را تغییر خواهد داد.
۲۰. تحقیر کردن دیگران به منظور بزرگتر نمودن خودمان بیشتر ترحم انگیز است تا نفرت انگیز، چون نشان می دهد چقدر ناامیدانه آرزو می کنیم دوستانمان بدارند! لئوبوسکالیا"
۲۱. در همه اینها ما دنبال ثبات و قرار هستیم.. و از این بابت متحمل اضطراب و رنج می شویم، اگر جرات داشته باشیم این قانون را بپذیریم که دنیا بی ثبات است و هیچ چیز پایدار نیست، به آرامش بزرگی می رسیم. اریک فروم"
۲۲. چقدر خوب است که همیشه در زندگیتان کسی را داشته باشید که حتی در نبودنش هم باعث لبخندتان شود! آنا گاوالدا"
۲۳. آدمهای تمام شده را دیگر از نو شروع نکن... نه آنها مثل قبل خواهند بود و نه تو... نه حتی رابطه تان... پائولو کوئیلو"
۲۴. فکر کردن دشوار است به همین دلیل بیشتر مردم قضاوت می کنند. یادمان باشد نگفته ها را همیشه می توان گفت اما گفته ها را نمی توان پس گرفت. کارل گوستاو یونگ"
۲۵. وقتی فخر می فروشی می کنید، به دیگران نشان می دهید از خود مطمئن نیستید. ناپئون هیل"
۲۶. آدم ها رفتاری که باهاشون داشتید را فراموش می کنن، اما احساسی که در آنها بوجود آوردید را از یاد نمی برند.
۲۷. اغلب مردم به قصد فهمیدن گوش نمی دهند، آنها به قصد پاسخ دادن گوش می دهند. استیون کاوی"
۲۸. هرگاه میزان عشق و علاقه بین همسران به هم بیش از میزان نیازشان به یکدیگر باشد، رابطه آنها بهترین نوع رابطه است.
۲۹. کسی که به بیرون از خود نگاه می کند رویاها را می بیند، و اما کسی که به درون خود می نگرند به بیداری می رسد. کارل گوستاو یونگ"

۳۰. من فکر می کردم سال ها باید یکی پس از دیگری سپری شوند تا هر بار انسان یک سال بزرگ تر شود ،اما این طور نیست !گاهی انسان با یک اتفاق در یک شب به اندازه ده سال بزرگ می شود. هاروکی موراگامی "

۳۱. هنگامی که پذیرا و میزبان کسی می شویم ،در واقع پذیرای سرگذشت ها ،ماجراها و اسرار دیگران می شویم. پائولو کوئلیو "

۳۲. هنگامی که فرد خود را وقف فردیت می کند ،غالباً سرمشق می شود و اثر مثبتی بر روی افراد اطراف خود می گذارد. درست همانند جرعه ای که گسترش می یابد، و این معمولاً هنگامی روی می دهد که آدمی نمی خواهد روی دیگران تاثیر بگذارد. کارل گوستاو یونگ "

۳۳. می توانیم تصمیم بگیریم به سختی ها و مصائب اجتناب ناپذیر زندگی از منظر معنا و حکمت نگاه کنیم تا در پس هر ضربه ی روحی و هر لطمه ی جسمی تنومندتر ،مقاوم تر و آگاه تر بیرون بیاییم یا اینکه تصمیم بگیریم در بهترین حالت یک قربانی منفعل با حیاتی پر از غم باشیم. ویکتور فرانکل "

۳۴. مهم نیست چقدر به دیگران نزدیک هستیم ،مهم این است که هر کس باید به تنهایی با زندگی روبه رو شود. اروین یالوم "

۳۵. هرچه زندگی نزیسته مان بیشتر باشد ،اضطراب مرگ نیز بیشتر خواهد بود .هرچقدر بیشتر در کامل تجربه کردن زندگی شکست بخورید ،بیشتر از مرگ خواهید ترسید. اروین یالوم "

۳۶. آنچه انجام می دهید معرف شماست ،نه کاری که می گوید انجام خواهید داد. کارل گوستاو یونگ "

۳۷. انگیزه های خود را بطور کامل تشریح کنید ! به این نتیجه خواهید رسید که هرگز هیچ کس کاری را کاملاً به خاطر دیگری انجام نمی دهد .تمام کارها متوجه جهت خود آدم .تمام خدمات برای خود. و تمام عشق ها ،عشق به خود است،شاید بهتر باشد که به عزیزترین و نزدیک ترین کس خود فکر کنید ،عمیق تر حفر کنید و پی خواهید برد که کسی که شما دوست دارید او نیست ،چیزی که شما دوست دارید احساس مطبوعی است که چنین عشقی را در شما بیدار میکند! آدم در نهایت عاشق آرزوها و اشتیاق های خود است. اروین یالوم

۳۸. اگر افراد می توانستند یادبگیرند که آنچه برای من خوب است ،لزومی ندارد برای دیگران هم خوب باشد ،آنگاه دنیای شاد و خوشایندتری می داشتیم...تئوری انتخاب به ما می آموزد که دنیای مطلوب من ،اساس زندگی من است نه اساس زندگی دیگران! ویلیام گلاسر

۳۹. برای خیلی ها مشغولیت زیاد پوششی برای اضطراب درونی و دور نگه داشتن خود از حال و وضع واقعی خودشان است. مثل اینکه اگر دائما در حال حرکت باشند اتفاقی رخ می دهد و مشغول بودن نشان از اهمیت شان است.

۴۰. آنچه از اتفاقات ناگوار زندگی انکار می کنید شما را شکست می دهد و آنچه که قبول می کنید شما را تغییر می دهد. کارل گوستاو یونگ"

۴۱. هستی را نمی توان به تعویق انداخت ، بسیاری از بیماران سرطانی گزارش می کنند که زندگی شان در زمان حال پربارتر شده است. دیگر زندگی کردن را به زمان آینده موکول نمی کنند. دریافته اند که زندگی تنها در اکنون جریان دارد. در واقع نمی توان اکنون را طولانی تر کرد ... همیشه با شماست. حتی لحظه ای که انسان به گذشته خود می نگرد (حتی در آخرین لحظه زندگی ) هنوز زنده است و زنده بودن را تجربه می کند. زمان جاودان اکنون است نه آینده. اروین یالوم

۴۲. قدرتی برتر و نیروی بی حد و مرز بر کاینات سایه افکنده و حکومت می کند . شما بخشی از این قدرت هستید " پرنیتیس مالفورد"

۴۳. نمی توانم چپستی این قدرت را بگویم ، فقط می دانم وجود دارد . الکساندر گراهابل"

۴۴. عشق قدرتی است که گرچه به طور طبیعی دیده نمی شود ، اما به اندازه ی آب یا هوا واقعی است . عشق نیروی کنش ، زندگی و حرکت است ... که مانند جزر و مد دریا در جریان است. پرنیتس مالفورد"

۴۵. عشق قدرتمندترین و در عین حال ، ناشناخته ترین نیروی دنیاست . پیر تیلهارد دوشاردن"

۴۶. قانون جذب یا قانون عشق ... هر دو یکی است . چارلز هانل"

۴۷. در مقابل هر کنش ، واکنش یکسان و در جهت مخالف وجود دارد. اسحاق نیوتن"

۴۸. ببخشید تا به شما بخشیده شود ... زیرا با پیمانۀ ی خودتان برایتان اندازه خواهند گرفت . عیسی مسیح"

۴۹. نمی دانم آیا بشر آگاهانه قانون عشق را دنبال خواهد کرد یا نه ، اما لازم نیست نگرانش باشم . خواه ناخواه این قانون نیز درست مانند قانون جاذبه زمین عمل می کند. ماهاتا گاندی"

۵۰. واژه ای هست که ما را از فشار و رنج زندگی خلاص می کند و آن واژه عشق است . سوفوکل "

۵۱. احساساتان باید فراخوانده شوند تا به افکارتان جان بدهند و افکار را پدید آورند . چارلز هانل "

۵۲. به احساسات و روحیات خود توجه و دقت کنید ، زیرا میان احساسات و زندگی واقعی تان پیوندی ناگسستنی برقرار است. نویل گودارد "

۵۳. تغییر احساس به معنای تغییر سرنوشت است . نویل گودارد "

۵۴. اگر می خواهید به اسرار کاینات پی ببرید ، درباره انرژی ، طول موج و نوسان بیندیشید . نیکولا تسلا "

۵۵. فرقی نمی کند چه اتفاقی برایتان رخ می دهد ، مهم این است که چگونه به آن واکنش نشان دهید .  
اپیکتت - فیلسوف "

۵۶. لحظه ای به افسوس خوردن درباره گذشته تلف نکنید ، زیرا با فکر کردن به اشتباهات گذشته و برانگیختن احساساتتان ، تنها خود را دوباره مبتلا می کنید. نویل گودارد "

۵۷. تمام آنچه به زندگی دیگران می بخشیم ، به زندگی خود ما باز خواهد گشت . ادوین مارکهم "

۵۸. هیچ چیز از بیرون نمی آید ، همه چیز از درون می آید . نویل گودارد "

۵۹. با احساسات مثبت می توانید زندگی را محسوس خود سازید و برای همیشه از هر گزندی در امان باشید . به این طریق نیروی مثبتی می شوید که شرایط ثروت و توازن را جذبتان می کند . چارلز هانل "

۶۰. در امروز زندگی کنید . نه دیروز ، نه فردا . فقط امروز . امروز را با نگرانی درباره ی آینده از دست ندهید .  
جری اسپینلی "

۶۱. هر لحظه از زندگی تان بی نهایت خلاق است و کاینات به غایت گشاده دست است . تنها درخواستی واضح و شفاف بکنید ، حتما آنچه دلتان می خواهد به سویتان می آید . شاکتی گواین "

۶۲. ایمان یعنی باور به آنچه نمی بینید . و پاداش این ایمان ، دیدن آن است . سنت آگوستین "

۶۳. تصور سرچشمه آفرینش است . آنچه را می خواهید ، تصور می کنید . آنچه را تصور می کنید ، اراده می کنید . و در نهایت آنچه را اراده می کنید ، می آفرینید . جورج برنارد شو"
۶۴. این دنیا چیزی نیست جز بوم نقاشی برای تخلیات و تصورات ما . هنری دیوید تورو"
۶۵. تمام راز ذهنی مسلط را در استفاده از قدرت تصور می توان یافت . گریستین دی لارسن "
۶۶. هرگاه احساسات با آرزویتان در تضاد باشد ، این احساس است که پیروز خواهد شد . نویل گودارد "
۶۷. شما از طریق قدرت تفکر و احساسات بر تمام جهان آفرینش حاکم هستید . نویل گودارد "
۶۸. تردیدها به ما خیانت می کنند و موجب می شوند خوبی هایی که حق طبیعی مان است ، از دست بدهیم . ویلیام شکسپیر"
۶۹. می خواهیم در هر شرایطی همچنان شاد و خوشحال باقی بمانم ، زیرا به تجربه دریافتم که بخش بزرگی از شادی و یا اندوه ما نتیجه طرز فکرمان است ، نه شرایطی که در آن قرار داریم . مارتا واشنگتن"
۷۰. در درونتان دنیایی وجود دارد . دنیای فکر و احساسات و قدرت ، روشنایی و زیبایی که گرچه قابل رویت نیست ، اما نیروی آن بسیار قدرتمند است . چارلز هانل "
۷۱. حتی به رفتارهای نابخردانه نیز خردمندانه پاسخ دهید . لائوتسه"
۷۲. سرنوشت مسئله شانس و تصادف نیست ، مسئله انتخاب است . ویلیام جنینگز برایان"
۷۳. این معجزه است که هر بار برای کسانی که عشق می ورزند ، اتفاق می افتد: هرچه بیشتر می بخشند ، بیشتر به دست می آورند . راینر ماریا ریلکه"
۷۴. ما در کائنات به بسامدی تبدیل می شویم که با حقیقت مادی مطابقت دارد . اما در همان مکان حقیقت های موازی بی نهایتی نیز وجود دارد ، پرچه نمی توانیم با آنها هماهنگ شویم . استیون واینبرگ "
۷۵. مرز میان گذشته ، اکنون و آینده ، تنها توهمی بی وقفه است . آلبرت اینشتین"



۷۶. حسی در درخت وجود دارد که عشق شما را درک می کند و به آن پاسخ می دهد. البته حس خوشایندش را به شیوه ی ما یا به شیوه ای که می توانید درک کنیم نشان نمی دهد. پرنیتیس مالفورد "

۷۷. باور به اینکه می توانید ببینید و لمس کنید اصلا باور به حساب نمی آید: اما باور به نادیده ها نشانه ی پیروزی و موهبت است. آبراهام لینکلن "

۷۸. نیرویی قدرتمند، ابدی و نامحدود همه ی ما را به جلو می راند. اما همچنان که همه پیش رانده می شوند، برخی تعلل می کنند و به عقب برمی گردند. آنها ناخودآگاه با این نیرو مخالفت می کنند. پرنیتیس مالفورد "

۷۹. عشق عظیم ترین قدرت روی زمین است و بر همه چیز غلبه می کند. میلدرد لیزت نورمن "

۸۰. گرانبهاترین و باارزش ترین دارایی ها و عظیم ترین قدرت های شما ناپیدا و ناملموس است. هیچ کس نمی تواند آنها را از شما بگیرد، تنها شما می توانید آنها را بدهید. با این بخشش، وفور و فراوانی خواهید کرد. ویلیام کلمنت استوان "

۸۱. اگر بدانید نیرویی در اختیار دارید که هرگز در هیچ زمینه ای شکست نخورده است، آن وقت می توانید با اطمینان از اینکه در مورد شما هم شکست نخواهد خورد، پیش بروید. رابرت کولیر "

۸۲. وقتی انسانی وارد قلمروی عشق می شود، مهم نیست دنیا چقدر کاستی دارد، برای او سرشار و زیبا می شود و تنها مجالی برای عشق ورزیدن. سورن کی یر کگارد "

۸۳. عشق شاه کلیدی است که دروازه های شادی را می گشاید. اولور وندل هولمز "

۸۴. شفافیت ذهن یعنی شفافیت شور و عشق. به همین دلیل است که ذهنی فعال و شفاف با حرارت عشق می ورزد و موارد دلخواهش را به روشنی مب بیند. بلیز پاسکال "

۸۵. ذهن برای کسانی که آنرا تحت اختیار خود ندارند، مانند دشمن عمل می کند. باگاوادگیتا "

۸۶. بدون شکرگزاری نمی توانید از قدرت بیکران کمک بگیرید، زیرا شکرگزاری است که شما را به قدرت متصل می کند. والاس والتز "

۸۷. روزی صد بار به خود یادآوری می‌کنم که زندگی درونی و بیرونی ام در گرو سایر مردم ، چه آنها که مرده اند و چه آنها که زنده اند ، بوده است و باید تلاش کنم به همان میزان که عشق دریافت کرده ام و همچنان دریافت می‌کنم به سایرین ببخشم . آلبرت اینشتین "

۸۸. اگر تنها دعایتان در تمام زندگی سپاس گزارم باشد ، همین کافی است . مایستر ایکهارت "

۸۹. شکرگزاری برای نعمت هایی که دریافت کرده اید ، بهترین تضمین برای ادامه یافتن نعمت هاست . حضرت محمد (ص)

۹۰. اگر به حد کافی آرام و آماده باشیم ، در هر ناامیدی و شکستی به پاداش می‌رسیم . هنری دیوید تورو "

۹۱. در زندگی روزمره به ندرت متوجه می‌شویم که بسیار بیشتر از آنچه می‌بخشیم ، دریافت می‌کنیم و تنها با شکرگزاری است که زندگی سرشار از برکت می‌شود . دیترش بنهوفر "

۹۲. منطق ، شما را از الف به ب می‌برد . اما قدرت تصور شما را به همه جا می‌برد . آلبرت اینشتین "

۹۳. هر آنچه به آن نیاز دارید یا آرزو می‌کنید ، از قبل به شما تعلق دارد . با تصور و احساس تحقق خواسته تان به آرزویتان هستی ببخشید . نویل گودارد "

۹۴. زمانی که پی ببرید هیچ کمبودی وجود ندارد ، تمام دنیا از آن شما خواهد شد. لائوتسه "

۹۵. این اصل اساسی و فطری در تمام موجودات ، در هر فلسفه ، مذهب و علمی است . از قانون عشق هیچ گریزی نیست . چارلز هانل "

۹۶. بگذار زندگی و اوقاتمان خوش باشد . ما خود اوقاتمان را می‌سازیم ، هرگونه باشیم ، اوقاتمان نیز همان گونه است . سنت آگوستین "

۹۷. شما بر اساس کار یا زمانی که صرف آن می‌کنید ، بلکه براساس میزان عشقتان پاداش می‌گیرید . سنت کاترین "

۹۸. احساس رسیدن به آرزویتان را تصور کنید و آن را در وجودتان پرورش دهید. بی درنگ خواسته تان عینیت خواهد یافت. نویل گودارد"

۹۹. مهم نیست چقدر می بخشیم، مهم این است که در آنچه می بخشیم چقدر عشق بگذاریم. مادر ترزا"

۱۰۰. نبوغ بدون عشق ارزشی ندارد. نه خرد به تنهایی، نه هوش به تنهایی، و نه هر دوی آنها از کسی نابغه نمی سازند. عشق روح نبوغ است. نیکولاس فن جکویین"

۱۰۱. اگر به عشق نیاز دارید، بکوشید بفهمید که تنها راه به دست آوردن عشق، اهدای عشق است، هر چه بیشتر بدهید، بیشتر خواهید گرفت و تنها راه عشق ورزی، لبریز کردن خودتان از عشق است تا به نیروی جذب کننده عشق تبدیل شوید. چارلز هانل

۱۰۲. قدرتی برتر و نیروی بی حد و مرز بر کاینات سایه افکنده و حکومت می کند. شما بخشی از این قدرت هستید" پرنیتیس مالفورد"

۱۰۳. نمی توانم چیستی این قدرت را بگویم، فقط می دانم وجود دارد. الکساندر گراهابل"

۱۰۴. عشق قدرتی است که گرچه به طور طبیعی دیده نمی شود، اما به اندازه ی آب یا هوا واقعی است. عشق نیروی کنش، زندگی و حرکت است... که مانند جزر و مد دریا در جریان است. پرنیتیس مالفورد"

۱۰۵. عشق قدرتمندترین و در عین حال، ناشناخته ترین نیروی دنیاست. پیر تیلهارد دوشاردن"

۱۰۶. قانون جذب یا قانون عشق... هر دو یکی است. چارلز هانل"

۱۰۷. در مقابل هر کنش، واکنش یکسان و در جهت مخالف وجود دارد. اسحاق نیوتن"

۱۰۸. ببخشید تا به شما بخشیده شود... زیرا با پیمانۀ ی خودتان برایتان اندازه خواهند گرفت. عیسی مسیح"

۱۰۹. نمی دانم آیا بشر آگاهانه قانون عشق را دنبال خواهد کرد یا نه، اما لازم نیست نگرانش باشم. خواه ناخواه این قانون نیز درست مانند قانون جاذبه زمین عمل می کند. ماهاتا گاندی"

۱۱۰. واژه ای هست که ما را از فشار و رنج زندگی خلاص می کند و آن واژه عشق است . سوفوکل "
۱۱۱. احساساتان باید فراخوانده شوند تا به افکارتان جان بدهند و افکار را پدید آورند . چارلز هانل "
۱۱۲. به احساسات و روحيات خود توجه و دقت کنید ، زیرا میان احساسات و زندگي واقعي تان پيوندی ناگسستنی برقرار است. نویل گودارد "
۱۱۳. تغییر احساس به معنای تغییر سرنوشت است . نویل گودارد "
۱۱۴. اگر می خواهید به اسرار کاینات پی ببرید ، درباره انرژی ، طول موج و نوسان بیندیشید . نیکولا تسلا "
۱۱۵. فرقی نمی کند چه اتفاقی برایتان رخ می دهد ، مهم این است که چگونه به آن واکنش نشان دهید . اپیکتت - فیلسوف "
۱۱۶. لحظه ای به افسوس خوردن درباره گذشته تلف نکنید ، زیرا با فکر کردن به اشتباهات گذشته و برانگیختن احساساتتان ، تنها خود را دوباره مبتلا می کنید. نویل گودارد "
۱۱۷. تمام آنچه به زندگي ديگران می بخشيم ، به زندگي خود ما باز خواهد گشت . ادوين مارکهم "
۱۱۸. هیچ چیز از بیرون نمی آید ، همه چیز از درون می آید . نویل گودارد "
۱۱۹. با احساسات مثبت می توانید زندگي را محسوس خود سازید و برای همیشه از هر گزندی در امان باشید . به این طریق نیروی مثبتی می شوید که شرایط ثروت و توازن را جذبتان می کند . چارلز هانل "
۱۲۰. در امروز زندگي کنید . نه دیروز ، نه فردا . فقط امروز . امروز را با نگرانی درباره ی آینده از دست ندهید . جری اسپینلی "
۱۲۱. هر لحظه از زندگي تان بی نهایت خلاق است و کاینات به غایت گشاده دست است . تنها درخواستی واضح و شفاف بکنید ، حتما آنچه دلتان می خواهد به سویتان می آید . شاکتی گواین "
۱۲۲. ایمان یعنی باور به آنچه نمی بینید . و پاداش این ایمان ، دیدن آن است . سنت آگوستین "

۱۲۳. تصور سرچشمه آفرینش است. آنچه را می خواهید، تصور می کنید. آنچه را تصور می کنید، اراده می کنید. و در نهایت آنچه را اراده می کنید، می آفرینید. جورج برنارد شاو"
۱۲۴. این دنیا چیزی نیست جز بوم نقاشی برای تخلیات و تصورات ما. هنری دیوید تورو"
۱۲۵. تمام راز ذهنی مسلط را در استفاده از قدرت تصور می توان یافت. گریستین دی لارسن"
۱۲۶. هرگاه احساسات با آرزویتان در تضاد باشد، این احساس است که پیروز خواهد شد. نویل گودارد  
"
۱۲۷. شما از طریق قدرت تفکر و احساسات بر تمام جهان آفرینش حاکم هستید. نویل گودارد"
۱۲۸. تردیدها به ما خیانت می کنند و موجب می شوند خوبی هایی که حق طبیعی مان است، از دست بدهیم. ویلیام شکسپیر"
۱۲۹. می خواهم در هر شرایطی همچنان شاد و خوشحال باقی بمانم، زیرا به تجربه دریافتم که بخش بزرگی از شادی و یا اندوه ما نتیجه طرز فکرمان است، نه شرایطی که در آن قرار داریم. مارتا واشتگتن"
۱۳۰. در درونتان دنیایی وجود دارد. دنیای فکر و احساسات و قدرت، روشنایی و زیبایی که گرچه قابل رویت نیست، اما نیروی آن بسیار قدرتمند است. چارلز هانل"
۱۳۱. حتی به رفتارهای نابخردانه نیز خردمندانه پاسخ دهید. لائوتسه"
۱۳۲. سرنوشت مسئله شانس و تصادف نیست، مسئله انتخاب است. ویلیام جنینگز برایان"
۱۳۳. این معجزه است که هر بار برای کسانی که عشق می ورزند، اتفاق می افتد: هرچه بیشتر می بخشند، بیشتر به دست می آورند. راینر ماریا ریلکه"
۱۳۴. ما در کائنات به بسامدی تبدیل می شویم که با حقیقت مادی مطابقت دارد. اما در همان مکان حقیقت های موازی بی نهایتی نیز وجود دارد، پرچه نمی توانیم با آنها هماهنگ شویم. استیون واینبرگ  
"
۱۳۵. مرز میان گذشته، اکنون و آینده، تنها توهمی بی وقفه است. آلبرت اینشتین"

۱۳۶. حسی در درخت وجود دارد که عشق شما را درک می کند و به آن پاسخ می دهد. البته حس خوشایندش را به شیوه ی ما یا به شیوه ای که می توانیم درک کنیم نشان نمی دهد. پرنیتیس مالفورد"
۱۳۷. باور به اینکه می توانید ببینید و لمس کنید اصلا باور به حساب نمی آید: اما باور به نادیده ها نشانه ی پیروزی و موهبت است. آبراهام لینکلن"
۱۳۸. نیرویی قدرتمند، ابدی و نامحدود همه ی ما را به جلو می راند. اما همچنان که همه پیش رانده می شوند، برخی تعلل می کنند و به عقب برمی گردند. آنها ناخودآگاه با این نیرو مخالفت می کنند. پرنیتیس مالفورد"
۱۳۹. عشق عظیم ترین قدرت روی زمین است و بر همه چیز غلبه می کند. میلدرد لیزت نورمن"
۱۴۰. گرانبهاترین و باارزش ترین دارایی ها و عظیم ترین قدرت های شما ناپیدا و ناملموس است. هیچ کس نمی تواند آنها را از شما بگیرد، تنها شما می توانید آنها را بدهید. با این بخشش، وفور و فراوانی خواهید کرد. ویلیام کلمنت استوان"
۱۴۱. اگر بدانید نیرویی در اختیار دارید که هرگز در هیچ زمینه ای شکست نخورده است، آن وقت می توانید با اطمینان از اینکه در مورد شما هم شکست نخواهد خورد، پیش بروید. رابرت کولیر"
۱۴۲. وقتی انسانی وارد قلمروی عشق می شود، مهم نیست دنیا چقدر کاستی دارد، برای او سرشار و زیبا می شود و تنها مجالی برای عشق ورزیدن. سورن کی یر کگارد"
۱۴۳. عشق شاه کلیدی است که دروازه های شادی را می گشاید. اولور وندل هولمز"
۱۴۴. شفافیت ذهن یعنی شفافیت شور و عشق. به همین دلیل است که ذهنی فعال و شفاف با حرارت عشق می ورزد و موارد دلخواهش را به روشنی مب بیند. بلیز پاسکال"
۱۴۵. ذهن برای کسانی که آنرا تحت اختیار خود ندارند، مانند دشمن عمل می کند. باگاوادگیتا"
۱۴۶. بدون شکرگزاری نمی توانید از قدرت بیکران کمک بگیرید، زیرا شکرگزاری است که شما را به قدرت متصل می کند. والاس والتز"

۱۴۷. روزی صد بار به خود یادآوری می‌کنم که زندگی درونی و بیرونی ام در گرو سایر مردم ، چه آنها که مرده‌اند و چه آنها که زنده‌اند ، بوده است و باید تلاش کنم به همان میزان که عشق دریافت کرده‌ام و همچنان دریافت می‌کنم به سایرین ببخشم . آلبرت اینشتین "

۱۴۸. اگر تنها دعایتان در تمام زندگی سپاس گزارم باشد ، همین کافی است . مایستر ایکهارت "

۱۴۹. شکرگزاری برای نعمت‌هایی که دریافت کرده‌اید ، بهترین تضمین برای ادامه یافتن نعمت‌هاست . حضرت محمد (ص)

۱۵۰. اگر به حد کافی آرام و آماده باشیم ، در هر ناامیدی و شکستی به پاداش می‌رسیم . هنری دیوید تورو "

۱۵۱. در زندگی روزمره به ندرت متوجه می‌شویم که بسیار بیشتر از آنچه می‌بخشیم ، دریافت می‌کنیم و تنها با شکرگزاری است که زندگی سرشار از برکت می‌شود . دیترش بنهوفر "

۱۵۲. منطقی ، شما را از الف به ب می‌برد . اما قدرت تصور شما را به همه جا می‌برد . آلبرت اینشتین "

۱۵۳. هر آنچه به آن نیاز دارید یا آرزو می‌کنید ، از قبل به شما تعلق دارد . با تصور و احساس تحقق خواسته‌تان به آرزویتان هستی ببخشید . نویل گودارد "

۱۵۴. زمانی که پی ببرید هیچ کمبودی وجود ندارد ، تمام دنیا از آن شما خواهد شد . لائوتسه "

۱۵۵. این اصل اساسی و فطری در تمام موجودات ، در هر فلسفه ، مذهب و علمی است . از قانون عشق هیچ‌گریزی نیست . چارلز هانل "

۱۵۶. بگذار زندگی و اوقاتمان خوش باشد . ما خود اوقاتمان را می‌سازیم ، هرگونه باشیم ، اوقاتمان نیز همان‌گونه است . سنت آگوستین "

۱۵۷. شما بر اساس کار یا زمانی که صرف آن می کنید ، بلکه براساس میزان عشقتان پاداش می گیرید . سنت کاترین "
۱۵۸. احساس رسیدن به آرزویتان را تصور کنید و آن را در وجودتان پرورش دهید . بی درنگ خواسته تان عینیت خواهد یافت . نویل گودارد"
۱۵۹. مهم نیست چقدر می بخشیم ، مهم این است که در آنچه می بخشیم چقدر عشق بگذاریم . مادر ترزا"
۱۶۰. نبوغ بدون عشق ارزشی ندارد . نه خرد به تنهایی ، نه هوش به تنهایی ، و نه هر دوی آنها از کسی نابغه نمی سازند . عشق روح نبوغ است . نیکولاس فن جکویین"
۱۶۱. اگر به عشق نیاز دارید ، بکوشید بفهمید که تنها راه به دست آوردن عشق ، اهدای عشق است ، هر چه بیشتر بدهید ، بیشتر خواهید گرفت و تنها راه عشق ورزی ، لبریز کردن خودتان از عشق است تا به نیروی جذب کننده عشق تبدیل شوید . چارلز هانل"
۱۶۲. تقدیر و سرنوشت شما در اختیار خودتان است.
۱۶۳. هدف نهایی زندگی تسلط بر سرنوشت و رسیدن به آرزوهاست.
۱۶۴. آن کس که خویشتن را نشناسد ، به هلاک خویش بکوشد ، کسی که خودش را بشناسد ، پروردگارش را می شناسد . آیا می پنداری که جسم کوچکی هستی ، در حالی که بزرگترین عالم در وجودت هست . امام علی (ع)
۱۶۵. ارزنده ترین مرحله خرد ، خودشناسی است . امام رضا (ع)
۱۶۶. تمام پیامبران و ادیان الهی سعی در شناساندن این گوهر داشتند و اسلام به عنوان کامل ترین دین الهی ، انسان را با ارزش ترین موجود هستی (اشرف مخلوقات) و نماینده خداوند در زمین توصیف کرده است . بقره - ۳۰
۱۶۷. سیسرون می گوید : هر انسانی خودش را کمتر از هر چیز می شناسد و خودشناسی برای انسان کاری بسیار دشوار است.



۱۶۸. دلیل ای همه احترام به انسان چیست؟ در قرآن خداوند بیان می کند " ما " از روح خود در او دمیدم "حجر-۲۹"
۱۶۹. خداوند تمام اسما الهی را به انسان آموخت "بقره-۳۰" و آن گاه تمام هستی را فرا خواند تا امانتی را به ایشان بسپارد. تمام مخلوقات شانه خالی کردند جز انسان "احزاب-۷۲"
۱۷۰. دوش دیدم که ملائک در میخانه زدند گل آدم بسرشتند و به پیمانانه زدند ساکنان حرم ستر و عفاف ملکوت با من راه نشین باده مستانه زدند آسمان بار امانت نتوانست کشید قرعه فال به نام من دیوانه زدند
۱۷۱. بدین دلایل بود که انسان تقدس و برتری یافت و سجده او بر ملائک واجب گردید.
۱۷۲. می دانید که انسان دارای دو بعد مادی و غیر مادی است و برتری او به دلیل بعد روحانی و ذهنی اوست .
۱۷۳. نیروی عظیم درون انسان هنوز ناشناخته است و انسان برای نیاز هایش دائما به عوامل بیرونی رجوع می کند.
- سالها دل طلب جام جم از ما می کرد و آنچه خود داشت ، ز بیگانه تمنا می کرد
۱۷۴. خداوند دو چیز را بسیار عظیم آفرید . یکی آسمان را و از آسمان عظیم تر انسان را." امام علی (ع)"
۱۷۵. زمانی که با نیروهای عظیم درون خود آشنا شوید و حتی ذره ای از آن را به کار گیرید ، تحولی عظیم در زندگی خود ایجاد می کنید.
- اندر ضمیر دلها گنجی نهان نهادیم کز دل اگر برآید در آسمان ننگجد  
ای نسخه اسرار الهی که تویی وی آینه جمال شاهی که تویی  
بیرون ز تو نیست ، هر چه درعالم هست از خود بطلب هر آنچه خواهی که تویی
۱۷۶. در روی زمین چیزی بزرگتر از انسان وجود ندارد و در انسان چیزی بزرگتر ذهن.

۱۷۷. ضمیر ناخودآگاه: این بخش فقط در هنگام بیداری فعال است و اعمال ارادی انسان را کنترل می کند و وظایفی چون تفکر ، تجزیه و تحلیل ، استدلال و تصمیم گیری را بر عهده دارد.

۱۷۸. ضمیر ناخودآگاه "شعور باطن": این بخش عظیم ذهنی ، همیشه حتی در خواب فعال است و تمام اعمال غیر ارادی انسان را کنترل می کند. سیستم عصبی خودکار سمپاتیک و پاراسمپاتیک نیز که کنترل فعالیت های درونی مانند گردش خون ، ضربان قلب، هضم غذا ، تکثیر و مرمت سلول ها و ... بر عهده دارد.

۱۷۹. فروید ذهن انسان را به یک کوه یخ شناور تشبیه می کند که قسمی بیرون از آب را خودآگاه و قسمت داخل آب را ناخودآگاه توصیف می کند.

۱۸۰. ضمیر ناخودآگاه مسبب تمام عادات مثبت و منفی انسان است . هر کاری که مدتی تکرار شود ، در ناخودآگاه ضبط شده و عادت رفتاری می شود.

۱۸۱. همان طور که خودآگاه منبع اندیشه است ، ناخودآگاه منبع قدرت است.

۱۸۲. اگر خودتان را برنامه ریزی نکنید ، توسط دیگران و شرایط محیط برنامه ریزی خواهد شد.

۱۸۳. در انتخاب دوست تاکید بسیار شده است :

از موزه پیر صحبت این حرفست که از مصاحب ناجنس احتراز کنید.

۱۸۴. دانشمندان ماورالطبیعه ( متافیزیک) معتقدند که جوهر اصلی تشکیل دهنده جسم انسان و تمام اشیا مادی ، انرژی و اطلاعات است. به قول هائف اصفهانی:  
چشم دل باز کن که جان بینی آنچه دیدنی است آن بینی  
دل هر ذره را که بشکافی آفتابیش در میان بینی

۱۸۵. تمام آنچه را که در اطراف خود می بینید و گمان می کنید که خودشان ایجاد شده اند ، بازتاب اندیشه های خودتان است.

ای برادر تو همه اندیشه ای مابقی تو استخوان و ریشه ای  
گر بود اندیشه ات گل ، گلشنی ور بود خاری ، تو همیشه گلخنی

۱۸۶. به هر چیزی که بیشتر فکر کنید و روی آن تمرکز کنید و احساساتتان شدیداً درگیر آن شود ، به سوی شما جذب می شود.
۱۸۷. اگر همه کارهایی را که می توانیم انجام دهیم ، آگاه بودیم ، از خودمان شگفت زده می شویم.  
ادیسون "
۱۸۸. سرنوشت شما تا حدود زیاد در اختیار و کنترل شماست.
۱۸۹. شما با انتخاب ها و تصمیمات خود آینده را می سازید.
۱۹۰. مسئولیت زندگیتان را بعهده بگیرید و بدانید مسئول اتفاق های زندگی تان خودتان هستید .وقتی مسئولیت بعهده گرفتید .می پذیرید و می توانید تغییر کنید. " رحیم منشادیان "
۱۹۱. بهترین راه پیش بینی آینده ، خلق کردن آن است. پیتر دراگر "
۱۹۲. همه می خواهند شاد ، سالم ، پرآوازه ، و در کارشان موفق شوند . اما تنها راهی که می توانید به همه خواسته های خود برسید این است که آینده خود را خلق کنید.
۱۹۳. هدف شما باید این باشد که از آنچه دنیا به شما ارزانی می کند به بهترین شکل استفاده نمایید.
۱۹۴. در مجموع ، می توان گفت در دنیا به دو نوع آدم برخورد می کنیم .یکی آنهایی که فعال هستند ، و دیگری کسانی که انفعالی عمل می کنند . تنها حدود ۱٪ مردم عامل هستند و با آنکه این اشخاص به شدت در اقلیت به سر می برند در همه زمینه ها حرکتها و تکانها را ایجاد می کنند.
۱۹۵. افراد عامل مسئولیت نتایج کارشان را هم متقبل می شوند . اینها جرئت به خرج می دهند تا در شرایط ریسک و نامطمئن قدمی به جلو بردارند.
۱۹۶. وقتی تصمیم می گیرید که آینده خود را خلق کنید ، به این اقلیت زنده و شاداب می پیوندید.
۱۹۷. امیدواری راهکاری برای موفقیت نیست . زندگی شما گرانبها تر و مهم تر از آن است که به شانس و اتفاق واگذار شود.

۱۹۸. چگونه زندگی کنیم که خوشبخت شویم؟ این سوال را تمام عمر باید از خودتان پرسید.
۱۹۹. اگر شما همان کار آدمهای موفق را بکنید هیچ عاملی نمی تواند سبب شود که به نتایج متفاوت از آنها برسید. و اگر کار آنها را نکنید، هیچ چیز دیگری نمی تواند به شما کمک کند.
۲۰۰. به زبان ساده قانون علت و معلول می گوید همه چیز به دلیلی اتفاق می افتد. برای هر اتفاقی دلیل یا دلایلی وجود دارد. خواه شما این دلایل را بدانید و یا ندانید یا با آنها موافق نباشید. هیچ چیزی اتفاقی صورت خارجی پیدا نمی کند.
۲۰۱. اگر سکه ای را پرتاب کنید همیشه ۵۰٪ احتمال شیر و ۵۰٪ احتمال خط دارد بنابراین طی زمان می توانید امکان شیر یا خط بودن را پیش بینی کنید.
۲۰۲. اگر تحصیلات خوبی داشته باشید، اگر شغلی را که انتخاب می کنید با استعدادها و توانمندی های شما همخوانی داشته باشد، اگر پیوسته بکوشید بر میزان مهارت های خود بیفزایید، موفقیتی که نصیب شما می شود ارتباطی با بخت و اقبال نخواهد داشت.
۲۰۳. قانون علت و معلول را اسحاق نیوتون بیان کرد یعنی هر عملی عکس المعلى دارد برابر و مخالف آن. به عبارت دیگر اعمال ما پیامد هایی دارند.
۲۰۴. بخش دیگری از قانون علت و معلول مربوط به کاشت و برداشت می شود. به عبارت دیگر، هر چه بکارید همان را برداشت می کنید. هر چه را که در زمین بگذارید، همان را درو می کنید. زندگی شما در امروز نتیجه کارهای دیروز شماست.
۲۰۵. قوانین علت و معلول و عکس العمل، کاشت و برداشت، واقعیاتی بی چون و چرا و ازلی هستند.
۲۰۶. شما مسئولیت خلق کردن آینده خود را دارید. و البته در این میان دیگران شما را به داشتن بخت و اقبال بلند متصف خواهند کرد.
۲۰۷. اگر کسی با اطمینان خاطر در راستای رویاهایش حرکت کند و بکوشد تا آن زندگی را که در ذهن خود تجسم کرده حیات ببخشد، به موفقیتی باور نکردنی می رسد. هنری دیوید تورنو

۲۰۸. ذهن شما از قدرت فراوانی برخوردار است و می توانید با آن هرچه را که می خواهید ، به دست آورید . توانایی شما در استفاده کردن از قدرت شگفت انگیز ، خلاق و سازنده تواناییهای فکری ، آنچه را که برای شما اتفاق می افتد ، تعیین می کند.
۲۰۹. اندیشه ها علت و شرایط معلول هستند.
۲۱۰. طبق قانون جذب شما یک مغناطیس زنده هستید و اشخاص ، شرایط ، نقطه نظرها و منابع را هماهنگ با اندیشه های قالب خود جذب می کنید.
۲۱۱. قانون جذب یک قانون عینی است و ذهنی نیست و خنثی و بی طرف است . خود به خود و به دور از احساس و عاطفه عمل می کنند.
۲۱۲. برای اینکه موفق و سعادتمند شوید ، باید صرفاً درباره آنچه می خواهید فکر کنید .باید خودتان را آموزش دهید که به آنچه می خواهید فکر کنید و به آنچه نمی خواهید فکر نکنید.
۲۱۳. قانون باور می گوید : آنچه را با تمام وجود باور کنید ، تبدیل به واقعیت شما می شود.
۲۱۴. شکسپیر می گوید فکر همه چیز را می شناسند.
۲۱۵. می توانید به با نگاه کردن اشخاص به طرز فکر آنها پی ببرید.
۲۱۶. هدف شما باید این باشد تا از همه شگفتی های دنیای نوین بهره بگیرید تا آینده خود را طراحی و آن را خلق کنید.
۲۱۷. بزرگترین محدودیت های شما بیرونی نیستند ، درونی هستند.
۲۱۸. تنها محدودیت های شما آنهایی هستند که شما آنها را در مورد خود می پذیرید.
۲۱۹. نمی توانید چیزی را با تمام وجود بخواهید و هم زمان با آن توانایی به دست آوردن آن را نداشته باشید.
۲۲۰. قانون انتظارات : آنچه را با اطمینان خاطر انتظار داشته باشید ، پیش بینی می شود که به حقیقت می پیوندد.

۲۲۱. هنری فوردم زمانی گفت : اگر فکر کنید می توانید کاری را انجام دهید یا فکر کنید که نمی توانید در دو صورت درست فکر کردید.
۲۲۲. ناپلئون هیل با مطالعه روی ۵۰۰ ثروتمند به این نتیجه رسید که وجه مشترک همه آنها انتظار مثبت بود.
۲۲۳. هر اندیشه یا هدفی را که در ذهن هوشیار خود بپذیرید ، ذهن نیمه هوشیار شما آن را به عنوان یک فرمان یا دستورالعمل می پذیرد.
۲۲۴. قانون ارتباط : دنیای بیرون شما تصویر آینه دنیای درون شماست.
۲۲۵. شما دنیا را نه به آن شکلی که هست ، بلکه به آن شکلی که شما هستید و می خواهید تماشا می کنید.
۲۲۶. قانون معادل ذهنی : آنچه را در زندگی خود تجربه می کنید معادل ذهنی آن چیزی است که در ذهن خود ایجاد می کنید.
۲۲۷. شما نمی توانید همه دنیا را کنترل کنید . نمی توانید همه جنبه ها و جزئیات زندگی نوین را کنترل کنید و همچنین نمی توانید سال های پشت سر و پیش رو را کنترل کنید . اما می توانید لحظه اکنون خود را کنترل کنید.
۲۲۸. از آنجایی که نسبت به محیط خود حساس هستید ، باید مراقب اطلاعاتی که به ذهن شما می رسد باشید.
۲۲۹. عامل دیگری که می تواند بر بخت بلند و موفقیت شما بیفزاید قبول مسئولیت کامل در قبال خود و همه اتفاقاتی است که برای شما رخ می دهد.
۲۳۰. اصل خلق ارزش نقش مهمی در دستیابی شما به موفقیت دارد. بر اساس این قانون : ثروت در نتیجه افزایش ارزش حاصل می شود. تلاش برای بهتر کردن زندگی دیگران منبع اصلی و راستین پردوام و پایا و خلق ثروت

۲۳۱. روانشناسی یک علم است و نه تنها موضوع جدیدی نیست ، بلکه می توان گفت : از اولین علمی است که انسان ها به آن پرداخته اند و نه تنها به صورت کلاسیک مورد بررسی قرار گرفته است ، بلکه تمام ادیان الهی که بر سه اصل توحید، نبوت و معاد استوار هستند .یعنی رابطه انسان با خالق و آینده اش ، انسان با خویشتن خود، مباحثی ارائه می دهند.
۲۳۲. فراموش نکن که همیشه پیشرفت ها مدیون تحمل سختی هاست.
۲۳۳. موفقیت ما در این است که همیشه خطوط قرمز دیگران را رعایت کنیم.
۲۳۴. اگر از دوستت ناراحتی به او بگو تا دوام دوستیتان تضمین شود.
۲۳۵. موفقیت تو در پرتوی دوست خوبی است که داری ، قدر آن را بدان
۲۳۶. روابط عمومی قوی داشتن از راز های موفقیت هر شخص است.
۲۳۷. همیشه و در همه جا با رویی خوش با دوست دارانت برخورد کن.
۲۳۸. بلندترین نردبان پیشرفتت را کسی بنا می کند که بیشترین اشتباهات را به تو می گوید.
۲۳۹. تحلیل صحیح خطای دیگران واکسینه شدن در برابر آن اشتباه است.
۲۴۰. رعایت کردن حقوق دیگران موفقیتی است که سعادت ابدی را در پی دارد.
۲۴۱. یکی از راز های موفقیت اعتدال است ، حتی در مادیات نیز آن را رعایت کن.
۲۴۲. از عوامل موفقیت جلب اعتماد دیگران است ، حتی نسبت به کسانی که تو آنها را اصلا قبول نداری.
۲۴۳. برای پیشرفت در موفقیت هایت ، رعایت آداب و اخلاق را در خود تقویت نما.
۲۴۴. بزرگترین پل پیروزی و موفقیت تو ، هوش و ذکاوت تو است آن را تقویت کن.
۲۴۵. همت خود را باور کن یم که مردان بزرگ ، با همت بلند به جایی رسیده اند.

۲۴۶. چهره خوشروی خود را از مردم دریغ نکنیم که از بخشش پول برایشان بهتر است.
۲۴۷. آیا می دانید ، اشک چشم ما خود عاملی برای موفقیت ماست.
۲۴۸. شهرهای بزرگ را برای زندگی انتخاب کن تا موفقیت های روز افزون خود را ببینی.
۲۴۹. هر چه کار سخت تر باشد ، امید به موفقیت ها بیشتر است.
۲۵۰. با رجوع مکرر به درگاه خداوند ، از پشتوانه ماورایی در موفقیت هایمان بهره مند شویم.
۲۵۱. اشتباهات خود را هر چه سریع تر کنار بگذار که امروز و فردا کردن برای کارهای سمی خطرناک است.
۲۵۲. کارهایت را با دقت انجام بده تا به کمک دیگران نیازمند نباشی.
۲۵۳. از دوستان صبور و بردبار در کنار خود استفاده کن که به آرامش تو می افزایند.
۲۵۴. برای خوشبختی ، همنشینی با اهل علم را در برنامه زندگیت قرار بده .
۲۵۵. گوشه گیری را رها کن و با مردم تعامل کن که موفقیت های تو در جامعه ظهور و بروز پیدا می کند.
۲۵۶. مطمئن باش جوینده یابنده است ، پس با فکر امروز ، فردا را طراحی کن.
۲۵۷. اگر می خواهی مردم تو را خدمت کنند ، احترام به آنان را فراموش نکن.
۲۵۸. به وعده هایت پایبند باش که در موفقیت های دیگران شریک خواهی بود.
۲۵۹. برای رسیدن به پیروزی سه عامل را فراموش نکن: ۱. رازداری ۲. مشورت ۳. دور اندیشی
۲۶۰. از وقت و دارایی خود کمال بهره را ببر و کارهایت را به تاخیر مینداز.



۲۶۱. آرامش در این دو نکته است : با دوستان مروت با دشمنان مدارا.
۲۶۲. کسی که از اشتباهات گذشته عبرت گیرد ، از شکست نردبانی برای موفقیت می سازد.
۲۶۳. به برنامه های دیگران کمتر فکر کن چرا که از فکر در برنامه ریزی خودت باز خواهی ماند.
۲۶۴. در مقابل پیشرفت دیگران به جای ناراحتی با الگوپذیری به موفقیت شان پی ببریم.
۲۶۵. راه سربلندی ، گذشتن از اشتباهات دیگران و کمک کردن به آنهاست.
۲۶۶. اگر می خواهی در نهایت احترام و عزت باشی ، هیچ گاه محبت به دیگران را از یاد مبر.
۲۶۷. خوبی کردن به دیگران از اصلی ترین کلید های موفقیت توست ، آن را دریاب.
۲۶۸. با محبت کردن ، افراد آزاده را در اسارت خود در بیاور.
۲۶۹. اگر می خواهی از ذلت به اوج بررسی خوبی کردنت را فراوان کن.
۲۷۰. ملاک و معیار عزت و ذلت ، حق و حقیقت است ، آن را فراموش نکن.
۲۷۱. خود را شبیه انسان های موفق کن تا معجزه این شباهت را به چشم ببینی.
۲۷۲. رمز با شخصیت بودن در رعایت ادب است ، آداب را خوب بیاموز.
۲۷۳. اگر می خواهی بلند همت باشی ، صبر و وقار را شعار خود قرار بده .
۲۷۴. به هرکس خود را نیازمند نشان دهی خود را اسیر او کرده ای ، پس مراقب رفتارت باش.
۲۷۵. نیاز هم نوع خود را بر طرف کن تا موفقیت تو در سایه لطف الهی تضمین شود.
۲۷۶. پیروزی تو بر دشمن وقتی قطعی خواهد بود که او را به خود وابسته کرده باشی.
۲۷۷. راه را درست انتخاب کن تا بدون لغزش به موفقیت بررسی.

۲۷۸. کلید رسیدن به خوبی ها ، رعایت حیا و عفت در گفتار و رفتار می باشد.
۲۷۹. کار کم ولی با کیفیت تو را به هدف خواهد رساند.
۲۸۰. تمرکز در یک موضوع را ملکه فکر خود کن تا شیرینی موفقیت را بچشی.
۲۸۱. یکی از دارایی های تو شرافت خانوادگی ات است ، حرمت آنرا نگهدار.
۲۸۲. برای اینکه ما از بندگی همه آزاد گردیم ، باید همه بنده قانون باشیم. سیسرون"
۲۸۳. هر کجا آزادی هست، آنجا میهن من است ، ولی آزادی خیلی زیاد هم ، مطلوب نیست ، هر چه زیادش بد است. شوپنهاور"
۲۸۴. همه ی کشمکش ها و تحمل آلام و مشقات -خواه عاقلانه و خواه مخالف عقل - به خاطر آزادی است . توماس کارلایل"
۲۸۵. گرایش به آزادی ، در برتری مردم است. تایستوس"
۲۸۶. هرکس قادر به تملک و اداره نفس خود باشد ، آزادی حقیقی را بدست آورده است. پرسلیس"
۲۸۷. همه باید بدانند و یقین کنند و تسلیم شوند که بنی آدم آفریده شده و آدم از خاک به وجود آمده است . و همه با هم یکسان و برابرند . یعنی سفید و سیاه و توانگر و تهی دست و شاه و گدا ، کوچکترین تفاوتی در برابر آزادی و مساوات نخواهند داشت . حضرت محمد (ص)
۲۸۸. قبل از هر آزادی ، به من نعمت آزادی دانستن ، فکر کردن ، باور کردن و از روی حق و وجدان سخن گفتن را عطا کنید. جان میلتنون"
۲۸۹. کسی که زن ثروتمند بگیرد در واقع آزادی خود را فروخته است. مثل آلمانی"
۲۹۰. در خاک حاصلخیز آزادی است که ملکات فاضله انسانی ریشه می گیرد و پرورش می یابد. چالز فوکس"

۲۹۱. انسان تا زمانی که در اطراف خود ظلم و جور می بیند ، سعادت حقیقی نخواهد داشت. صادق هدایت"
۲۹۲. هر کس از روی افکارش شناخته می شود. چخوف"
۲۹۳. مقدس ترین چیزها برای انسان ، سلامت روح ، هوش و آزادی است.
۲۹۴. دانشگاه تمام استعداد افراد ، از جمله بی استعدادی را آشکار می کند.
۲۹۵. سراسر زندگی انسان را باید از خود گذشتگی تشکیل دهد. چخوف"
۲۹۶. در جهان فقط روح است که جاودان و لا تغییر است. چخوف"
۲۹۷. در زندگی تان یک بار هم شده ، خود را از قید بندها آزاد کنید. چخوف"
۲۹۸. انسان باید مومن یا در جستجوی ایمان باشد والا زندگی تهی خواهد بود. چخوف"
۲۹۹. کسی که آفریدن را چشیده باشد ، ممکن نیست از چیز دیگری لذت ببرد . چخوف"
۳۰۰. خوشبختی در انسانیت و انسان بودن است . چخوف"
۳۰۱. رنج هایی وجود دارند که سبب می شود انسان ایمانش را به زندگی و حتی به خودش از دست بدهد. چخوف"
۳۰۲. ترکیب تحصیل با فقر ، از کیفیت عالی روحی گواهی می دهد. چخوف
۳۰۳. روح آزادی همین که در وجود فردی راه پیدا کرد دیگر نمی شود ریشه کنش کرد . چخوف"
۳۰۴. خوشبختی در آن است که لحظه ها را دریابیم.
۳۰۵. سکوت موثرترین و برنده ترین سلاح در نبرد است چخوف"

## فصل دوم:

### برگزیده ی احادیث از ائمه اطهار (ع)

۱. به راستی که خداوند متعال عملی را قبول نمی کند ، مگر آنچه به طور خالص برای او و جهت رضای او انجام شود. حضرت محمد (ص)
۲. آدمی با گفتارش سنجیده می شود و با رفتارش ارزیابی می گردد ، پس چیزی بگو که کفه اش سنگین باشد و کاری کن که ارزشمند باشد . امام علی (ع)
۳. چه بد بنده ای است که دو رو و دو زبان باشد ، در حضور برادرش او را ستایش کند و در غیاب از او بدگویی کند. امام باقر (ع)
۴. هرکس غذایش کم باشد ، بدنش سالم می ماند و کسی که پرخوری کند ، بدنش بیمار و سنگدل می شود . رسول اکرم (ص)
۵. هیچ قطره ای نزد خداوند عز و جل محبوب تر نیست از دو قطره : قطره خونی که در راه او ریخته شود و قطره اشکی که در تاریکی شب برای جلب رضای خدا جاری گردد. امام سجاد (ع)
۶. کسی که در جوانی چیزی بیاموزد همانند نقش در سنگ پایدار می ماند. رسول اکرم(ص)
۷. حضرت علی (ع) به هنگام وفات ، ضمن وصایای خود به امام حسن مجتبی (ع) فرمود: فرزندم در تلاش معاش و انجام عبادات میانه رو باش و از زیاده روی پرهیز کن و در حدود طاقت و توانت فعالیت کن تا بتوانی برای همیشه انجام دهی.

۸. از دروغ کوچک و بزرگ بپرهیزید ، جدی یا شوخی ، زیرا آدمی وقتی دروغ کوچکی گفت جرات می کند دروغ بزرگ بگوید. امام سجاد (ع)
۹. ای گروه جوانان : شرف انسانی خود را با ادب محافظت نمایید و سرمایه ی گرانبهای دین خود را با علم و دانش ، از دستبرد ناپاکان بر کنار نگهدارید.
۱۰. دوست ندارم جوانی از شما مسلمانان را ببینم مگر این که فعالیت روزانه او با یکی از این دو حالت آغاز شود . یا عالم و تحصیلکرده باشد یا متعلم و دانشجو ، پس اگر هیچکدام نبود در ادای وظیفه کوتاهی کرده است . امام صادق (ع)
۱۱. هر جوان مومن که قرآن را تلاوت کند ، قرآن با گوشت و خونس آمیخته گردد. امام صادق (ع)
۱۲. سه چیز بر هر مسلمانی لازم است : غسل روز جمعه و مسواک زدن و استعمال بوی خوش. پیامبر اکرم(ص)
۱۳. از دوستی با کسی که اندیشه ای سست دارد و عملی زشت و ناپسند دارد دوری کن ، زیرا مقیاس سنجش شخصیت هرکس را دوست او تشکیل می دهد. امام علی (ع)
۱۴. خیر و سعادت برای کسی است که اخلاقی پسندیده و خویش پاک و باطنش نیکو و ظاهرش خوب باشد. رسول اکرم (ص)
۱۵. ای اباذر دو رکعت نماز با آرامش و توجه بهتر است از شب زنده داری که آدمی در آن حال بی توجه و در غفلت باشد . رسول اکرم (ص)
۱۶. سه چیز است که همه مردم به آن نیازمندند . امنیت ، عدالت و رفاه. امام صادق (ع)
۱۷. با قرآن مانوس شوید و آن را پیشوا و رهبر خویش قرار دهید ، همانا که قرآن گفتار پروردگار جهان هاست. رسول اکرم (ص)
۱۸. پایبند نماز باشید و از آن محافظت کنید و زیاد نماز بخوانید و به وسیله نماز به خدا تقرب بجوید . امام علی (ع)
۱۹. مباد که از گناه خشنود شوی ، زیرا خشنودی از نافرمانی خدا از ارتکاب آن بدتر است . امام سجاد (ع)

۲۰. آنچه را برای خود نمی پسندی ، برای دیگران هم نپسند و آنچه را برای خود دوست داری برای دیگران نیز دوست مدار. رسول اکرم (ص)

۲۱. دانش بجوید ، اگر چه در چین یا دورترین نقطه دنیا باشد ، زیرا طلب دانش بر هر مسمانی واجب است . رسول اکرم (ص)

۲۲. مومن برادر مومن است ، چشم بینا و راهنمای اوست . به او خیانت نمی کند و نسبت به او ستم روا نمی دارد و با او نیرنگ و خدعه نمی کند و وعده پوچ و خالی نمی دهد. امام صادق (ع)

۲۳. کسی که به دیگران دانش بیاموزد مانند دانش اندوزان پاداش دارد ، بلکه فضیلت استاد از دانش آموز بیشتر تست ، پس دانش را از دانشوران فرا گیرید و شما نیز به برادران دینی خود بیاموزید همانطور که دانشمندان به شما آموختند. امام باقر (ع)

۲۴. هر که کار آخرتش را اصلاح کند ، خداوند کار دنیای او را اصلاح خواهد کرد . امام علی (ع)

۲۵. هر که بخاطر خدا دوستی ورزد و به خاطر خدا دشمنی کند و به خاطر خدا عطا و بخشش کند ، در شمار کسانی است که ایمان او به سر حد کمال رسیده است. امام صادق (ع)

۲۶. نیکی به پدر و مادر واجب است ، اگر چه مشرک باشند . ولی نباید دستوراتی که معصیت خداوند را در بر دارد اطاعت کرد . امام رضا (ع)

۲۷. به کسی که به شما احسان می کند پاداش دهید و اگر نمی توانید تشکر کنید که تشکر و سپاس خود نوعی پاداش است. رسول اکرم (ص)

۲۸. خوش رویی و گشاده رویی (در برخورد های اجتماعی) مایه جلب محبت مردم و قرب به خداوند است. امام باقر (ع)

۲۹. اگر به کفاف زندگی اکتفا کنی ، کمترین مال دنیا بی نیازت می کند و اگر به کفاف زندگی اکتفا نکنی تمام ثروت دنیا نمی تواند تو را غنی و بی نیاز سازد. امام صادق (ع)

۳۰. اگر می خواهی مورد احترام باشی به نرمی و ملایمت بر خورد کن و اگر می خواهی مورد تحقیر و اهانت باشی ، تندى و خشونت در پیش گیر. امام صادق (ع)

۳۱. از عقل راهنمایی بخواهید تا هدایت شوید و از دستوراتش سرپیچی نکنید که پشیمان خواهید شد . رسول اکرم (ص)

۳۲. از علما سوال کنید و با حکما هم سخن شوید و با فقرا همنشینی کنید. رسول اکرم (ص)

۳۳. با نفس خود مجاهده کن تا آن را از هوی و هوس های ناروایش بازداری ، زیرا مجاهده ی با نفس مانند جهاد با دشمن ، بر تو واجب است . امام کاظم (ع)

۳۴. هیچ یک از شما شرم نکنند ، وقتی که از آنچه نمی دانست سوال شد بگو : نمی دانم. امام علی (ع)

۳۵. همانا بخیل ترین مردم کسی است که از سلام کردن دریغ کند و عاجزترین مردم کسی است که از دعا کردن عاجز باشد. رسول اکرم (ص)

۳۶. خداوند ایمان را واجب فرمود برای پاک شدن از شرک و نماز را برای پاکیزه شدن از تکبر و خودپسندی. حضرت زهرا (س)

۳۷. کسی که از گناه توبه کند مانند شخص بی گناه است و کسی که از گناه آمرزش طلبد ولی گناه را ادامه دهد ، مانند کسی است که پروردگارش را مسخره می کند. رسول اکرم (ص)

۳۸. سلامت ، نیرومندی ، فراغت ، جوانی ، نشاط و بی نیازی خود را فراموش نکن و از این سرمایه های عظیم در جهت آخرت بهره برداری کن. امام صادق (ع)

۳۹. نیرومندی به کشتی گرفتن نیست ، بلکه نیرومند کسی است که هنگام خشم بر نفس خود غالب شود و غضبش را فرو نشاند. رسول اکرم (ص)

۴۰. از ما نیست کسی که به حساب خود نرسد . همه روزه اگر کار خوب کرده ، از خدا افزایش آن را بخواهد و اگر بد کرده از خدا طلب بخشش نماید و توبه کند. امام کاظم (ع)

۴۱. کسی که نسنجیده با دیگران طرح دوستی می ریزد ناچار باید به رفاقت اشرار و افراد فاسد تن دهد. امام علی (ع)