

# سلام خانم اسکاوول شین

(مجموعه چهار جلدی)

دکتر سید مصطفی زارعی

اثر اول: بازی زندگی و قوانین این بازی

اثر دوم: چگونه از معجزه کلام استفاده کنیم؟

اثر سوم: راز پنهان توفیق

اثر چهارم: نیروی درخواست از خداوند

## فهرست مطالب

- تقدیم به: ..... ۹
- خواننده‌ی عزیز..... ۱۰
- نظرات خوانندگان ارجمند: ..... ۱۱
- داستان تألیف این کتاب ..... ۲۱
- اثر اول: بازی زندگی و قوانین این بازی ..... ۳۰
- از کدام سو؟ ..... ۳۳
- بازی زندگی و قواعد این بازی ..... ۴۱
- ذهن هشیار..... ۴۴
- ذهن نیمه هشیار..... ۴۷
- هشیاری برتر ..... ۴۸
- قانون توانگری ..... ۵۱
- قانون عدم مقاومت ..... ۵۸
- قانون زندگی در لحظه حال ..... ۶۴
- قانون عکس العمل یا کارما..... ۶۷
- قانون سپردن بار ..... ۸۰
- قانون عشق ..... ۸۸
- قانون شهود یا هدایت ..... ۱۰۵
- نقض قوانین و بیماری ..... ۱۱۲
- حضور در سرزمین رسالت ..... ۱۳۲

۱۳۷	اصول موفقیت توحیدی
۱۴۳	سخن پایانی
۱۴۴	فهرست منابع و مآخذ
۱۴۵	اثر دوم: چگ چگونه از معجزه کلام استفاده کنیم؟
۱۴۵	ونه از معجزه کلام استفاده کنیم؟
۱۴۷	مقدمه
۱۵۲	اعجاز کلام
۱۶۴	راز فعال سازی اعجاز کلام
۱۶۷	سخنان ویران‌گر
۱۶۹	دروغ
۱۷۲	عیب جویی
۱۷۴	تمسخر، توهین و تحقیر
۱۷۷	جدال و جرّ و بحث
۱۸۱	نیش و کنایه
۱۸۲	سخن چینی
۱۸۴	لعن و نفرین
۱۸۶	فحاشی و دشنام
۱۸۸	قضاوت کردن درباره دیگران
۱۹۲	سخنان بی‌هوده و لغو‌گویی
۱۹۶	سخنان سازنده و معجزه‌گر
۱۹۷	موفقیت و کامیابی
۲۰۰	نیایش
۲۰۱	جملات تأکیدی

۲۰۵	ثروت‌مندی
۲۰۹	نیایش
۲۱۰	جملات تأکیدی
۲۱۳	شادمانی
۲۱۸	نیایش
۲۱۹	جملات تأکیدی
۲۲۱	ازدواج، عشق و روابط
۲۲۸	نیایش
۲۲۹	جملات تأکیدی
۲۳۰	خردمندی
۲۳۶	نیایش
۲۳۸	جملات تأکیدی
۲۴۲	ایمان
۲۴۷	نیایش
۲۴۹	جملات تأکیدی
۲۵۴	هدایت
۲۶۰	نیایش
۲۶۲	جملات تأکیدی
۲۶۵	سلامتی
۲۶۵	نیایش
۲۶۷	جملات تأکیدی
۲۷۰	سپاسگزاری
۲۷۶	نیایش

۲۷۸	..... جملات تاکیدی
۲۸۰	..... سخن پایانی
۲۸۱	..... فهرست منابع و مآخذ
۲۸۳	..... اثر سوم: راز پنهان توفیق
۲۸۵	..... مقدمه
۲۸۹	..... رمز یک راز
۳۱۳	..... قانون انتظار و تدارک
۳۱۶	..... بازوی حمایت خداوند
۳۲۰	..... بر سر چند راهی
۳۲۶	..... پاسبان دروازه
۳۳۱	..... راه فراوانی
۳۳۵	..... محتاج او محتاج هیچ کس نخواهد بود
۳۴۳	..... با اعجاب بنگر
۳۴۸	..... غنیمت خود را دریابید
۳۵۲	..... اثر چهارم: نیروی درخواست از خداوند
۳۵۵	..... دست‌های پنهان خداوند
۳۶۶	..... جلال خداوند
۳۶۸	..... به دنبال گوهر آگاهی
۳۷۳	..... آرامش و توانگری
۳۷۵	..... فرصت بزرگ شما
۳۸۰	..... بازگشت به سوی خویشتن
۳۸۷	..... سخن پایانی
۳۹۷	..... فهرست منابع

## تقدیم به:

- درگاه پروردگار مهربانم که مرا انسان آفرید، پروردگاری که شمارش الطافش محال است و سپاس نعمت هایش ناممکن.
- روح بزرگ و ملکوتی پدر عزیزم که جایش در کنارم خالی است و یاد خوبی هایش در قلبم همیشگی، پدری که مرا با خدا آشنا کرد و به من درس ایمان، نجابت و دلدادگی آموخت.
- مادر مهربانم که مهرورزی بی دریغش جلوه‌ای از محبت بی قید و شرط خداوند یکتاست، سایه‌اش بر سرم مستدام باد ان شاء الله.
- همسر گرانقدرم که موهبتی الهی است و همواره در مسیر معنویت یاورم بوده و به نتیجه رسیدن تلاش‌هایم جز با صبوری، همراهی و همدلی او ممکن نبود.
- گل‌های زندگی‌ام و فرزندان عزیزم که روشنی چشمم هستند و رهروان راه حقیقت، انسانیت و خدمت ان شاء الله.
- همه معلمان و اساتیدی که برای رسیدنم به موفقیت‌های زندگی و پا نهادن به سرزمین عشق و آگاهی، هر کدام نقشی ایفا نموده‌اند و حقی بس بزرگ به گردنم دارند.
- همه دوستانم و همه عزیزانی که با ارسال نظرات دلگرم‌کننده‌شان نسبت به اثر اول از این کتاب، آتش اشتیاق برای نگاشتن آثار بعدی را در قلبم بر افروختند.
- همه رهپویان راه عشق و آگاهی که به دنبال سرمستی از جام حضور و لقای الهی‌اند و این اثر در این مسیر یاریشان خواهد نمود ان شاء الله.

## خواننده‌ی عزیز

کتابی که پیش رو دارید، کتابی است الهام بخش و سراسر نور. هر سطر بلکه هر کلمه آن اگر به گوش جان شنیده شود، آغاز فصل جدیدی از پالایش روح و ارتباط عاشقانه‌ی با خداوند یکتا را نوید می‌دهد.

قبل از آن که خواندن این کتاب را آغاز کنید، لازم دانستم یادآور شوم که در این عالم چیزی به نام تصادف و اتفاق وجود ندارد و ما هنگامی که از سلسله قوانین و علل پشت پرده یک پدیده ناآگاهیم، آن را به حساب اتفاق و تصادف می‌گذاریم. اگر اکنون این کتاب را در دست دارید، بی‌شک توسط خداوند یکتا برای آغازی جدید دعوت شده‌اید.

این تولد دوباره را صمیمانه به شما تبریک می‌گویم و در این جشن تولد با شکوه این کتاب را با جهانی عشق به همه شما عزیزان تقدیم می‌کنم. باشد که پس از خواندن آن، خدا را در قلبتان احساس کنید و برای همیشه میزبان و سرشار از عشق آن معشوق بی‌همتا گردید.

با سپاس و آرزوی

عشق، شادی، تندرستی و موفقیت

برای همه بشریت

## نظرات خوانندگان ارجمند:

محبوبه گندم‌آبادی، دکترای مدرسی معارف، استاد دانشگاه

همه ما انسان‌ها در این دنیای خاکی احساس تنهایی و بی‌قراری می‌کنیم و فطرتاً تا به گمشده خود نرسیم آرامش نمی‌گیریم. آن گمشده باورهای حقیقی توحیدی است که امروزه جایش را با باورهای ظاهری و قرار دادی عوض کرده و زندگی بسیاری از انسان‌ها را بی‌معنا و پراز استرس و اضطراب نموده است. خدای را شاکرم که آشنایی با کتاب و کارگاه‌های خودآگاهی توحیدی آقای دکتر سید مصطفی زارعی من را در شاهراهی به سوی این باورهای صحیح قرار داد.

افسانه جود دوست، فعال فرهنگی

زمستان سال ۱۳۸۱، فرزندم را در حادثه‌ای از دست دادم. قطعاً نیازی نیست وضعیت روحی‌ام را توصیف نمایم. اردیبهشت سال ۸۲ مادر یکی از بچه‌های مهد کودکم، با یک هفته تأخیر، هدیه روز معلم را با عذرخواهی آورد، زیرا تمام این چند روز به دنبال کتابی بود که تأکید داشت می‌تواند برای من موثر باشد و این‌گونه بود که با کتاب خانم اسکاول شین آشنا شدم و آن کتاب از آن زمان تا امروز روی پاتختیم در کنار قرآنم قرار گرفت و در تمام این سال‌ها وقتی به نکاتی در آن کتاب می‌رسیدم با خود می‌گفتم، این مطالب بلکه کامل‌تر از آن در کتاب مقدس خودمان یعنی قرآن وجود دارد، کاش روزی این تطبیق انجام شود.

تا این که روزی در کانالی دیدم که کتابی با نام سلام خانم اسکاول شین به چاپ رسیده، همان چیزی که خواسته بودم به دستم رسیده بود و خداوند را بابت این نعمت شاکرم.

محمد امین روحانی‌نژاد، کارشناس ارشد علوم سیاسی

تا چندی پیش با این که فرد سخت کوشی بودم نه از تحصیلاتم راضی بودم نه از شغلم نه از وضعیت مالی‌ام، نه از روابط فردی و اجتماعی‌ام. افسرده و ناراحت و متحیر از اینکه بعد از این همه تلاش، چرا در زندگی شانس نیاوردم.

از زمانی که با آموزه‌های نویسنده‌ی ارجمند کتاب حاضر آشنا شدم معنای زندگی برایم تغییر کرد، شغلم را عوض کردم و وضع مالی‌ام روز به روز در حال بهتر و بهتر شدن است،



روابط خانوادگی و اجتماعی‌ام تغییر کرد، سلامتی‌ام را بعد از سال‌ها دوباره به دست آوردم و از همه مهم‌تر، حال درونی‌ام خوب شد. حالا دیگر آدمی هستم خوشحال، امیدوار و راضی. انسان‌ها گاهی شاهد یک اتفاق تعیین‌کننده هستند که همه‌ی زندگی و آینده‌شان را تحت تاثیر قرار می‌دهد. بعضی‌ها هر ۱۰ سال یک بار، بعضی‌ها هر ۲۰ سال یک بار و بعضی‌ها هم در همه‌ی عمرشان فقط یک بار. ولی من از زمان آشنایی با آثار نویسنده‌ی عزیز کتاب حاضر – و البته با تلاش برای به‌کار بستن آنها در زندگی – طی مدت کوتاهی، انواع موفقیت‌ها و تحولات مثبت را تجربه کردم و همچنان تجربه می‌کنم.

از خداوند بنده نواز بابت آشنایی با جناب آقای دکتر زارعی و آثار ارزشمند ایشان بی‌نهایت سپاسگزارم و امیدوارم این لطف الهی شامل حال سایر بندگان تشنه‌ی آگاهی هم بشود.

### صالحه عطائی، کارشناس علوم اجتماعی

بسیاری مواقع ما در زندگی با مشکلاتی مواجه می‌شویم که علتش نداشتن یک شاغول یا خط‌کشی است که به‌وسیله‌ی آن بتوانیم رفتار درست را انتخاب کنیم و نهایتاً بازخورد مناسب بگیریم.

به نظرم این کتاب همان شاغول و خط‌کش است که ابزار درست اندیشیدن را به ما آموزش می‌دهد.

من انواع و اقسام مشکلات از جمله اضطراب و استرس و روابط خانوادگی نامتوازن و افسردگی را در زندگی‌ام تجربه کرده‌ام و با خواندن کتاب سلام خانم اسکاوِل شین و البته در کنارش شرکت در کارگاه استاد زارعی توانستم ریشه‌ی مشکلاتم را پیدا کنم و آن را برطرف کنم. مدتی است که زندگی سرشار از آرامش و رضایت را تجربه می‌کنم و از استاد عزیز سپاسگزارم...

### زهرا مهربان، درمانگر

خواندن این کتاب سراسر خیر، نور، آگاهی و برکت برای من نقطه‌ی تحول عظیم و سکوی پرتابی در رسیدن به خواسته‌های مادی، معنوی و روحانی‌ام بود. همیشه حق خودم می‌دانستم

که آرام، شاد، موفق و ثروتمند باشم تا بتوانم بعد از چشیدن طعم شیرین خوشبختی، بر دیگران نیز اثرگذار باشم و به عبارتی به بندگان خداوند خدمت کنم اما راه رسیدن به آن را نمی دانستم. می دانستم که خدای مهربان روزی، راه رسیدن به این خواسته‌ی ارزشمند را به رویم می‌گشاید. این کتاب نقطه‌ی شروع من برای رسیدن به آن آرزوی همیشگی ناب بود. البته بعد از شرکت در کارگاه بی‌نظیر خودآگاهی توحیدی، مسیرم کاملاً روشن شد و محتوای کتاب برایم کاملاً واضح و آشکار گردید.

من اکنون به لطف خدای مهربانم درونی آرام، قلبی شاد و پرازعشق به بندگانم دارم و روز به روز بر توفیقاتم در حوزه‌ی رسالتم افزوده می‌شود.

### حسین اباذری

من کتاب چهار اثر از فلورانس اسکاول شین را بارها و بارها مطالعه کرده بودم و همیشه آرزو می‌کردم همانطور که خانم اسکاول شین مفاهیم کتاب مقدس مسیحیان را برای حل مشکلات انسان‌ها به بیانی کاربردی ارائه نموده، ای کاش، یک نویسنده و متفکر هم‌وطن پیدا می‌شد که بتواند به همان سبک، مفاهیم کتاب مقدسمان را به بیانی زیبا و کاربردی برای ما ارائه کند.

بسیار خوشحالم که جناب دکتر زارعی با توجه به تبحر و تخصصی که دارند، به زیبایی توانستند این کار را با قلمی بسیار زیبا و روان انجام دهند.

من که کتاب چهار اثر را بارها مطالعه کرده‌ام و سر فصل‌های آن را همواره در زندگی‌ام مورد توجه قرار داده‌ام و توانستم شکست‌های گذشته‌ام را جبران نمایم، اکنون با این کتاب می‌توانم ارتباط موثرتر و بهتری برقرار کنم و این برایم بسیار مهم است.

پیشنهاد می‌کنم این کتاب را به دوستانتان نیز معرفی کنید زیرا واقعاً یک کتاب انسان‌ساز و بسیار بسیار اثرگذار است.

### م. نیک روش

این کتاب در اوج سردرگمی و ناآرامی‌هایم به دستم رسید. با اجرا کردن قوانینی که در این کتاب یاد گرفتم به طرز عجیبی شرایط زندگی و درونم متحول شد. آرامش به قلب و روحم برگشت و بعد از شرکت در کارگاه‌های حضوری، این احساس چندین برابر و کامل‌تر شد.

چنان نوری در قلبم به وجود آمد که حتی اطرافیانم این انرژی را دریافت کرده بودند و به من می‌گفتند چقدر آرام شده‌ای و چقدر انرژی مثبت داری...  
بیماری‌هایی که داشتم نظیر افسردگی، اضطراب و بی‌خوابی و کابوس‌هایی که باعث ایجاد استرس شدید شده بود به سرعت شفا یافت و زندگی‌ام بعد از این آگاهی سراسر عشق، نور، برکت، آرامش، سلامتی و موفقیت شده و هنوز کلمه‌ای در وصف این حال خوبم پیدا نکرده‌ام.

### فاطمه صادقی

کتاب خوب و خوانای شما که با قلم خوب و روانی نوشته‌اید زندگی مرا متحول کرد. از هنگامی که از کارگاه و کتاب شما استفاده کرده‌ام به آرامش و خدانشناسی که همیشه در پی آن بودم رسیدم.  
از خداوند سپاسگزارم که مرا توسط دخترم هدایت کرد و او بود که مشوق من شد تا از کتاب و کارگاه‌های شما استفاده کنم.

### الهام سیرجانی

خداوند را از دریچه‌ای دیگر ببینید و درک کنید!  
بزرگترین نکته‌ای که این کتاب و شرکت در کارگاه به من آموخت، مهربانی بی‌حد و مرز خداوند یکتاست. با خواندن این کتاب جهان را از دید دیگری درک خواهید کرد.

### س. ص

این کتاب بی‌نظیرترین کتابی بود که من در تمام عمرم مطالعه کرده‌ام. با هر سطر از آن جواب یک سوال در زندگی‌ام را گرفتم. خدا را شاکرم که با هر بار خواندن مجدد این کتاب، متوجه مطالب جدیدی از آن شدم گویی بار اول است که کتاب را مطالعه می‌کنم.

### افسانه سیرجانی، هنرمند

خدا را شکر می‌کنم برای خواندن این کتاب عالی، هر سطر و هر مبحث این کتاب راهگشای من در زندگی‌م بود و بسیار بسیار در عبور از چالش‌های زندگی‌م به من کمک کرد، حضور در کارگاه و خواندن کتاب، حس نابی از عشق خداوند را در من ایجاد کرده به طوری که با عشق خدا در تمام لحظات زندگی‌م می‌کنم، خدا را برای قرار گرفتن در این مسیر زیبا شاکرم.

انسیه عباسیان، ۱۵ ساله، محصل

از نظر من کتاب سلام خانم اسکاؤل شین بیش از آن که یک کتاب باشد، یک انرژی محسوب می‌شود. انرژی که در هر کلمه نهفته شده و سبب آگاه شدن خواننده از قدرت ذهن و اراده خود است.

خواندن این کتاب تاثیر شگفت در روحیه خواننده می‌گذارد و گویا او را به سمت تغییر و تحول درونی خود می‌برد که این تحول درونی، دنیای بیرونی او را نیز دگرگون می‌نماید.

**ریحانه حسین پور**

کتاب سلام خانم اسکاؤل شین بسیار زیباست و باعث شد که من انگیزه داشته باشم تا به هدفم برسم، خدا را بابت این نعمت سپاسگزارم.

**جابر روشن، دکوراتور داخلی ساختمان**

این کتاب باعث شد دریچه‌ی قلبم به جهان گشوده شود و من تنها عشق الهی را ازین دریچه ببینم.

**چشم دل بگشای تا جهان بینی**

**آنچه نادیدنی است آن بینی**

**مریم عرفانیان، کارشناس پرستاری**

من با این کتاب دوباره به زندگی برگشتم. این راه کارها را در کتاب چهار اثر از فلورانس اسکاؤل شین هم خوانده بودم ولی استاد، به زیبایی و بسیار کاربردی به آیات قرآن استناد کرده بودند و من توانستم با قرآن و کتاب استاد به مشکلاتم فایق آیم. خدا را شکر می‌کنم که از طریق دوستم مرا با این کتاب آشنا کرد.

**راحله طاهری**

من با خواندن این کتاب به آرامش قلبی رسیدم و با خدای خودم صمیمی‌تر شدم و توانستم با توانایی‌های خودم آشنا گردم. سعی می‌کنم از تمام موارد آموزنده آن در زندگی‌ام استفاده کنم.

من با این کتاب به خدا و توانایی‌های خودم بیشتر ایمان آوردم. پاسخ تمام سؤالاتی که ذهنم را درگیر کرده بود را در این کتاب یافتم. اکنون می‌توانم بدون هیچ نگرانی، در لحظه‌ی حال زندگی کنم.

#### ۱. علوی، بازنشسته آموزش و پرورش

من قبلاً کتاب چهار اثر خانم اسکاؤل شین را خوانده بودم اما بعد از شرکت در کارگاه حضوری و خواندن این کتاب، تازه دریچه‌ای از نور به رویم باز شد. بعد از آسمانی شدن همسرم، بیماری چنان بر من غلبه کرد که منجر به دیالیز شد اما بعد از کارگاه و مطالعه این کتاب فردی آرام و به خداوند نزدیک و شاهد معجزات فوق‌العاده هستم. من غده‌ای در سرم داشتم که خوشبختانه از بین رفت. اکنون زندگی برایم رنگ دیگری دارد زیرا با آموزه‌های این کتاب، مسیر یکتاپرستی را در پیش گرفته‌ام.

#### فاطمه اکبرزاده

کتاب سلام خانم اسکاؤل شین از جمله کتاب‌های بی‌نظیری است که به خوبی جهان بینی ناب توحیدی را با اصول روانشناسی تلفیق کرده و در راستای این هدف از قرآن و روایات بسیار زیبا و کمتر شنیده شده از اهل بیت نیز بهره برده است. از مطالعه‌ی کتاب، بسیار لذت بردم و در موارد زیادی، اصول این کتاب را به کار بردم و به نتایج خوبی رسیدم.

#### سید محسن ابراهیمی، کارشناس ارشد مدیریت

هرچند من کتاب‌های انگیزشی زیادی مطالعه کرده‌ام ولی کتاب سلام خانم اسکاؤل شین ویژگی‌های خاصی داشت که برام جالب بود. یکی از نکات خوب و مهم آن موضوع محوری کتاب است.

نکته‌ی ظریف دیگری که می‌توان برای این کتاب ارزشمند بیان کرد ارتباط دادن تمام موضوعات متن کتاب به آیات قرآن و روایات معصومین می‌باشد به گونه‌ای که شما در حالی که کتاب را می‌خوانید گویا آیات قرآن را مرور می‌کنید. متن کتاب نیز بسیار گویا و روان تنظیم شده است. با این که در کارگاه‌ها شرکت کرده‌ام اما با مرور این کتاب گویا دوباره سرکلاس استاد نشسته‌ام و تولدی دوباره یافته‌ام.

### محمد رایین شجاعیان ۱۱ ساله، محصل

من در این کتاب به دست آوردن زندگی: سلامتی، ثروت، موفقیت و... را یاد گرفتم. من از زمانی که در کارگاه شرکت نموده و این کتاب را خوانده‌ام، زندگی با شکوهی را شروع کرده‌ام.

پیشنهاد می‌کنم این کتاب را با دقت بخوانید و در کارگاه نیز شرکت کنید، زندگی‌تان عوض می‌شود.

### م.ج، ارشد الهیات، دبیر

زمانی که خواندن این کتاب را شروع کردم، به یک احساس شعف و شادی درونی در وجودم رسیدم که تا بحال آن را تجربه نکرده بودم و همچنین راهکارهای موثر و زیادی را در زندگی به من نشان داد.

همه انسان‌ها دوست دارند به اهداف و آرزوهای خود برسند اما حتماً به یک راهنما نیاز دارند، تاراه صحیح را در زمانی کوتاه به آن‌ها نشان دهد، چرا که فقط یک بار فرصت زندگی داریم و جبران این فرصت امکان پذیر نیست. این کتاب همان راهنمایی است که از مسیری مطمئن، راه را به شما نشان می‌دهد.

### یگانه سادات ابراهیمی، طراح لباس

من با مطالعه این کتاب آگاهی‌های بسیاری دریافت کردم و از آن در زندگی بهره بردم و حتی گاهی که برخی دوستانم که از من مشورت خواستند، توانستم تنها با ارسال یک پاراگراف یا حتی یک سطر از این کتاب آن‌ها را نیز راهنمایی کنم زیرا عبارات و محتوای کتاب، بسیار دقیق و واضح است.

### ز.ص، آرایشگر

به دنبال یک تکه پازل گمشده می‌گشتم تا آموزش‌هایی که از استادان ثروت، آرامش و اعتماد به نفس طی دوره‌های مختلف دیده بودم با اعتقادات مذهبی خودم تطابق دهم که این کتاب، بسیار زیبا و با اسناد محکم از قرآن و احادیث و با روشی بسیار ساده و قابل هضم و بدون پیچیدگی برای من همه چیز را روشن کرد.

من در این کتاب به چرایی تمام کارهایی که باید انجام می‌دادم رسیدم و آن را هدیه‌ای الهی می‌دیدم و از خواندنش لذت می‌بردم و خیلی زود، شرکت در کارگاه خودآگاهی توحیدی نیز روزی ام شد که دستاوردهای بزرگی برای من و خانواده‌ام داشت.

### عاطفه میرکیانی

از زمانی که کتاب را مطالعه کردم زندگی من عوض شد، یاد گرفتم که کمتر به چیزهای منفی فکر کنم. سعی میکنم تا جایی که می‌توانم با همه کسانی که روبرو می‌شوم بهتر و زیباتر رفتار کنم، مخصوصاً نزدیکترین افراد یعنی همسر و فرزندانم و نتیجه آن را هم به خوبی می‌بینم. یاد گرفتم شکرگزار خداوند باشم و از آینده نیز ترسی نداشته باشم چرا که خداوند قبل از من آنجاست.

پس با توکل به ذات بی‌همتای خداوند سعی در از بین بردن خصوصیات اخلاقی بدی که در خود نمی‌پسندم دارم و مطمئن هستم که خداوند نیز در این راه مرا یاری خواهد کرد.

### حدیثه مولوی، نقاش

من حس گمشدگی در خودم داشتم و روز به روز اوضاع روحی‌ام بدتر می‌شد و در مرداب نفس شیطانی غرق می‌شدم و خودم متوجه نمی‌شدم تا این که به لطف خدا با این کتاب آشنا شدم و طی گذراندن کارگاه‌های حضوری، خدای واقعی و خود واقعی‌ام را پیدا کردم که باعث آرامشم شد.

### آذر معین

این کتاب، بهترین کتابی بود که می‌توانم با جرأت بگویم درس‌های بسیاری از آن فرا گرفتم و در زندگی‌ام به کار بردم. ثمره مطالعه‌ی این کتاب اعتماد به نفس و آرامش است. این که فقط به خدا ایمان و اعتقاد قلبی داشته باشیم که او چاره‌ساز و پروردگار عالم است و همه چیز در دست توانای اوست و اگر به او اعتماد کنیم و ترس‌ها را بزداییم، می‌توانیم از چالش‌های زندگی با سرعت عبور کنیم.

### محمدیاسین شجاعیان، ۱۶ ساله، محصل

این کتاب، حس حال خوبی به خواننده می‌دهد. همه چیز را دقیق برایت توضیح می‌دهد. هنگام خواندن این کتاب، مطالبی یاد گرفتم که در دیگر کتاب‌ها نبود آن هم با ارجاع به آیات قرآن. به نظر من این کتاب با بقیه کتاب‌ها فرق دارد، حالت را دگرگون می‌کند.

### فاطمه شبیانی

کتاب سلام خانم اسکاول شین که در آن از مصادیق قرآنی استفاده شده بود برای من بسیار شیرین و قابل درک بود، توضیحات ارزشمند شما در این کتاب باعث تغییرات عمده‌ای در تفکرات من شد و باعث شد تا بتوانم غم و اندوه گذشته را تا حدودی کنار بگذارم و ترس‌های آینده را هم به خوبی از ذهنم خارج کردم و تا می‌توانم از زندگی در لحظه حال لذت می‌برم، بیماری‌هایم بهبود یافته و دیگر از بیماری رنج نمی‌برم.

### جواد شجاعیان، خواننده

پس از مطالعه‌ی این کتاب پی بردم که یک عمر، در آغوش خداوند خواب بودم و در خواب در حال بازی با شیطان، غافل از این که در آغوش چه کسی هستم و خدا را سپاسگزارم که خدا بیدارم کرد و محکم‌تر از قبل مرا در آغوش خود فشرد و به من فهماند که دیگر نگران نباش، تو فقط به من توکل کن و حرکت کن، بقیه راه با من.

### فاطمه جهانشیری، دانشجو

این کتاب با متن روان و دلنشینی که داشت، برای من عالی بود و واقعا در امتداد کتاب چهار اثر خانم اسکاول شین و تکمیل‌کننده‌ی آن محسوب می‌شد. من قبلاً کتاب چهار اثر را مطالعه کرده بودم و ابهاماتی در ذهنم داشتم. این کتاب، سوالات و ابهامات ذهنی‌ام را به خوبی بر طرف نمود.

### مرضیه افشاری

نوشتن را بسیار دوست دارم و برایم تفریحی لذت بخش است ولی مدتی بود کتاب نخوانده بودم و بیشتر ترجیح میدادم اوقات فراغت‌ام را با حل جدول پر کنم. تا این که دخترم کتاب سلام خانم اسکاول شین را به من داد و گفت بخوانید جالب است.



بعد از شرکت در کارگاه‌های استاد، ترغیب شدم کتاب را بخوانم بسیار عالی بود محتوای کتاب پر بود از امید به دور از یاس و ایمان به دور از شک و آرامش به دور از نگرانی‌های روزانه. پذیرفتم که زندگی افسوس گذشته و دلهره آینده نیست و متذکر نعمت‌هایی در زندگی‌ام شدم که تا به حال متوجه هیچ کدام نبودم. اکنون در سن ۵۴ سالگی با خود می‌اندیشم که ای کاش ۴۰ سال قبل و در سن ۱۴ سالگی به این آگاهی دست می‌یافتم تا در بهترین سال‌های عمرم از زندگی لذت بیشتری می‌بردم و راه را اشتباه نمی‌رفتم اما باز هم خدای را شاکرم که مرا در این راه قرار داد.

### فاطمه یوسفی

من علیرغم مطالعه‌ی کتاب‌هایی در همین زمینه و آشنایی مختصری با قوانین خوشبختی، هیچ‌گاه به درک عمیق و باور قابل قبولی نرسیده بودم. بعد از مطالعه کتاب سلام خانم اسکاول شین که با بیانی ساده، زیبا و رسا نگاشته شده و در آن از آیات و روایات استفاده شده بود، به جرات می‌توانم بگویم آن را بهترین کتابی یافتم که تاکنون با فطرت و باورهای من همسو و هم جهت بود. از امتیازات این کتاب آن است که درک مطالب و آموزه‌های آن برای هر رده‌ی سنی آسان و قابل فهم است.

## داستان تألیف این کتاب

خوشبختی یعنی رضایتمندی و لذت بردن از زندگی و این نیاز اساسی هر انسانی است، اما از درون ناآرام هستم و در جستجوی خوشبختی. از آنجا که همه به دنبال خوشبختی اند، من نیز مانند همه... می‌نشینم و با خود می‌اندیشم که برای خوشبختی چه مقدماتی لازم است و چه چیزی را باید فراهم کنم؟ تحصیلات عالی، ازدواج موفق، شغل خوب، منزل مسکونی، ماشین، موقعیت اجتماعی و... به ذهن متبادر می‌شود. قدم در راه می‌گذارم و یکی پس از دیگری به آنچه برای رسیدن به آرامش و شادی درونی و احساس رضایت کامل از زندگی ترسیم کرده‌ام دست می‌یابم.

در نخستین گام تحصیلات عالی خود را در مقطع کارشناسی به پایان می‌رسانم، سپس ازدواج، ادامه تحصیل در یکی از بهترین دانشگاه‌های کشور در مقطع کارشناسی ارشد، یافتن شغلی با درآمد مناسب، خرید خودرو و منزل، ادامه تحصیل و اخذ مدرک دکتری، تدریس در دانشگاه، شرکت در آزمون جذب هیأت علمی و پذیرفته شدن به عنوان عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی و کسب موقعیت اجتماعی عالی...

یکی پس از دیگری هر آنچه را که عامل خوشبختی، آرامش و رضایتمندی در زندگی می‌دانم کسب می‌نمایم، اما پس از هر موفقیت و مقصدی که از پیش تعریف کرده‌ام به خود می‌آیم و می‌بینم دستاورد حاصل شده تنها در حد یک مسکن بوده، در اندازه‌ی شادی آوری کوتاه مدت و آن آرامش پایدار، شادی درونی، رضایتمندی و خوشبختی که توقع داشتم به دست نیامده است.

بی‌درنگ به خود می‌گویم مقصد جدیدی تعریف و هدف دیگری را ترسیم کن تا به آن برسی و آرامش و رضایتمندی از زندگی و خوشبختی را تضمین کنی... طرحی

جدید برای تغییرات بیرونی به دنبال خوشبختی... اما نه! گویا هر چه جلوتر می‌روم اضطراب، نگرانی و دغدغه‌های ذهنی‌ام بیشتر و عمیق‌تر می‌شود. حتی گاهی خاطرات گذشته‌ام را مرور می‌کنم و افسوسِ دوره‌ای را می‌خورم که در ظاهر دستاوردهای امروز را نداشتم، اما احساسم بسیار بهتر از اکنون بود و به اصطلاح «خوش‌تر» بودم...

به راستی چرا چنین است؟ بازی انتظار خوشبختی در آینده به قدری تکراری شده که نتیجه آن از قبل معلوم است. خدایا این بازی تا کی ادامه خواهد داشت؟ سوالی که دائم ذهنم را مشغول می‌دارد و پاسخش را واقعاً نمی‌دانم. خدایا کمک کن... چه کاری باید انجام می‌دادم که نداده‌ام؟ اکنون باید چه کنم؟ آیا باید باز همان بازی را ادامه دهم؟ آن‌هم با نتیجه‌ای محتومی که هربار تجربه کرده‌ام؟

نه... دیگر نمی‌خواهم خودم را گول بزنم، باید راه دیگری وجود داشته باشد و چون اراده کرده‌ام و با همه وجود خواسته‌ام، آن را خواهم یافت... شک ندارم!  
یافتم... آری یافتم آنچه را به دنبالش بودم و از خدا خواستم...

دوستی دارم بسیار صمیمی و همفکر... شاید او نیز با همین دغدغه، راهی را رفته بود که همه چیز برایش تغییر کرده بود. آنچه توجهم را جلب کرده بود این بود که برخلاف گذشته، هر گاه او را می‌دیدم و حالش را می‌پرسیدم، پاسخش این بود: عالی‌ام، خیلی عالی... اوایل از خود می‌پرسیدم آیا واقعا راست می‌گوید یا مزاح می‌کند یا از تکنیک تلقین استفاده می‌کند؟! اما او را بسیار خوب می‌شناختم،

۱ امام علی (ع): «مَنْ طَلَبَ شَيْئًا، نَالَهُ أَوْ بَعْضَهُ» جوینده چیزی یا به آن یا به بخشی از آن، خواهد

اصلاً اهل این حرف‌ها نبود... چنین بود که با خود فکر کردم حتماً باید قضیه‌ای داشته باشد.

تا این که آن دوست، در یک نشست شبانه‌ی خانوادگی، به روش متفاوتی از بازی زندگی اشاره کرد که کاملاً با روش بیشتر مردم فرق داشت. بیشتر مردم بازی زندگی برای رسیدن به خوشبختی را این‌گونه طراحی می‌کنند که هدف عبارت است از رسیدن به آرامش، احساس رضایت‌مندی و خوشبختی. در این نگاه، رسیدن به هدف در گرو فراهم نمودن مسیر و شرایط بیرونی است.

در این روش از بازی، تصور بر این است که وظیفه من تغییر شرایط بیرونی و وظیفه عوامل بیرونی، رساندن من به خوشبختی است... و این همان بازی نادرستی است که نتیجه‌اش از قبل معلوم است.

در مدل جدید بازی که واقعاً شگفت‌انگیز است، وظیفه من تحول درونی و رسیدن به احساس خوب و حرکت در مسیر است و وظیفه شرایط بیرونی، هماهنگی فزاینده و تطبیق با آنچه من اراده کرده‌ام و می‌خواهم و در مسیرش حرکت می‌کنم!

دو روز بعد کتابی به دستم رسید که بزرگترین تلنگر زندگی‌ام را به من زد و مسیر زندگی‌ام را تغییر داد. کتابی که مسیر زندگی هزاران نفر را تغییر داده بود. کتابی که محور اصلی آن را توحید و یکتاپرستی عملی یافتیم و آن کتاب «چهار اثر از فلورانس اسکاول شین» بود.

---

۱- «ان الله لا یغیر ما بقوم حتی یغیروا ما بانفسهم». (رعد ۱۱) همانا خداوند شرایط محیط پیرامونی هیچ مردمی را تغییر نمی‌دهد مگر این که آنان محتوای درونی خویش را تغییر دهند.

بانوی مسیحی و امریکایی که سالیان بسیار در مقام نقاشی معنویت‌گرا و سخنران، نامی پرآوازه داشت و به هزاران تن از مردمان برای گشودن گره‌ها و از بین بردن دشواری‌های زندگی یاری رساند.

وی سال‌ها در نیویورک، الهیات و معارف دینی تدریس می‌کرد. افراد بی‌شماری در کلاس‌های ایشان شرکت می‌کردند و از این راه، پیام معنویت را به بخش گسترده‌ای از مردم می‌رساند. وی در سال ۱۹۴۰ از دنیا رفت اما آثار وی همچنان برای بسیاری جذاب و نجات بخش است.

واقعیت این است که همه ادیان الهی از یک نقطه مشترک آغاز می‌کنند و اگر این پله مشترک به درستی فهم شود، بسیاری از مشکلات پیروان ادیان مختلف برطرف خواهد شد. آن پله مشترک، یکتاپرستی است.

به راستی شایسته است که همه ادیان الهی در کنار یکدیگر قرار گیرند و عهد بندند که جز خدای یکتا را نپرستند و به او شرک نورزند و به هیچ کس جز خداوند یکتا در زندگی خود قدرت و نقش ندهند.<sup>۱</sup>

آنچه من در کتاب خانم شین یافتم، توحید و یکتاپرستی و اعتماد مطلق به خداوند یکتا بود و تاکید بر این اصل که اعتماد به خداوند متعال بهای دست

---

۱- «قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ تَعَالَوْا إِلَى كَلِمَةٍ سَوَاءٍ بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمْ أَلَّا نَعْبُدَ إِلَّا اللَّهَ وَلَا نُشْرِكَ بِهِ شَيْئًا وَلَا يَتَّخِذَ بَعْضُنَا بَعْضًا أَرْبَابًا مِنْ دُونِ اللَّهِ...» (آل عمران ۶۴) بگو: ای اهل کتاب، بیایید از آن کلمه حق که میان ما و شما یکسان است پیروی کنیم که به جز خدای یکتا را نپرستیم، و چیزی را با او شریک قرار ندهیم، و برخی را به جای خدا به ربوبیت نگیریم.

یافتن به هر چیز گرانها و نردبانی برای رشد و رسیدن به بهترین‌ها در زندگی است.<sup>۱</sup> این اصل، مبنا و اساس ادیان الهی است که در دین من نیز به عنوان یک مسلمان مورد تاکید ویژه قرار گرفته بود.

از آن روز به بعد برای تحقق توحید عملی در زندگی‌ام، همه‌ی تلاش خود را به کار بستم و تاکنون هر روز و هر روز معجزات شگفت‌انگیز آن را مشاهده کرده‌ام و صدها نفر نیز پس از آشنایی با این سبک از زندگی به صورت معجزه‌آسا به خواسته‌های خود در ابعاد مختلف رسیده و گمشده خود را یافته‌اند و این معجزات تا زمانی که به این شیوه زندگی کنیم، پایانی نخواهد داشت...

مدرک تحصیلی من دکتری بود و سال‌ها مطالعات گسترده‌ای در حوزه‌های مختلف بخصوص، معنویت و روانشناسی که مورد علاقه‌ام بود، انجام داده بودم. به محض ورود به مدار زندگی توحیدی به صورت عملی، با دریایی از دریافت‌های بی‌نظیر مواجه شدم که هدیه‌ی خداوند مهربان به پاس ورود به مرحله توحید عملی بود.

همه مطالعات و داشته‌های قبلی، دائماً به صورت کاربردی به کمکم می‌آمد تا به سرعت قوانین جدیدی را کشف کنم و به اجرا در آوردم و نتایج بی‌نظیر آن را تجربه نمایم.

آرامشی عمیق و توصیف‌ناپذیر بر همه وجودم حاکم شد. در اثر معکوس رفتن مسیر زندگی، بخشی از سلامتی‌ام را از دست داده بودم که به محض تجربه کردن

---

۱- امام جواد (ع): «الْبَقَّةُ بِاللَّهِ تَمَنَّ لِكُلِّ غَالٍ وَ سَلَّمَ إِلَى كُلِّ عَالٍ» اعتماد به خدا، بهای هر چیز گران بها است؛ و نردبانی به سوی بلندی‌ها است. (بحارالانوار، ج ۷۵، ص ۳۶۴)

بازی زندگی به روش جدید، با سرعتی فزاینده و به طرز معجزه‌آسا به سرزمین سلامتی هدایت شدم و سلامتی‌ام را به طور کامل باز یافتم.

درهای نعمت و برکت خداوند به رویم باز شد. هر روز با جدیت و دلگرمی بیشتری این مسیر را ادامه می‌دهم و هر روز، تجربیات زیبایی به دست می‌آورم که هیچ‌گاه در زندگی نداشته‌ام و این مسیر همچنان ادامه دارد.

سال‌ها دل طلب جام جم از ما می‌کرد  
آنچه خود داشت ز بیگانه تمنا می‌کرد

به سرعت تصمیم گرفتم، دیگرانی را که با عطشی فزاینده به دنبال راهی برای رسیدن به خوشبختی (آرامش، سلامتی، موفقیت و ثروت) می‌گردند و در جستجوی آن از هیچ تلاشی دریغ نمی‌کنند، با این مسیر جدید آشنا کنم. زیرا من همه انسان‌ها را عضو یک خانواده می‌دانم و آرزویم، خوشبختی به معنای واقعی برای همه بشریت است که خانواده خدایند.<sup>۱</sup>

از نزدیکترین بستگانم آغاز کردم و کمک کردم الگوی خودآگاهی توحیدی را فرا گیرند و روز به روز آرامش و سلامتی، موفقیت و خوشبختی بیشتری را تجربه کنند و این دایره به تدریج وسیع‌تر و وسیع‌تر گردید و گسترش یافت و تاکنون صدها نفر در شهرهای مختلف کشور و حتی خارج از کشور با استفاده از محتوای ناب و کاربردی ارائه شده در دوره‌ها و کارگاه‌های تخصصی، از مشکلات مختلف رهایی یافته‌اند.

---

۱- پیامبر اکرم (ص): «الخلق کلهم عیال الله فأحبهم إلى الله عز وجل أنفعهم لعیاله» تمام مخلوقات عیال خدا هستند و محبوب‌ترین مردم نزد خداوند کسی است که بیشترین سود را به عیال خداوند رساند. (نهج الفصاحه، ج ۱، ص ۴۷۷)

ناآرامی‌ها و افسردگی‌های شدید به شادی درونی پایدار و آرامش توحیدی بدل شد، بیماری‌های صعب‌العلاج مانند تومور مغزی، میگرن، ام‌اس، نارسایی کلیه، دردهای مفاصل و... به فضل و عنایت خدای مهربان شفا یافت و افراد متعددی در مسیر استعداد ویژه خود قرار گرفتند و با از بین بردن موانع درونی موفقیت، استعداد و ظرفیت ویژه خود را شکوفا نموده و فصل جدیدی از زندگی را رقم زدند که سراسر عشق، لذت، شادی، تاثیرگذاری، موفقیت و ثروت است.

یکی از اقداماتی که برای گسترش هرچه بیشتر الگوی خودآگاهی توحیدی به عنوان یک الگوی شگفت‌انگیز از زندگی ضروری یافتم، پرداختن به راهکارهای تحقق یکتاپرستی به صورت کاربردی و عملی در زندگی از منظر قرآن، سنت پیامبر (ص) و اهل بیت (ع) به عنوان آخرین کتاب آسمانی و آخرین دین الهی بود. این کتاب را نیز به پاس قدردانی از زحمات خانم فلورانس اسکاوول شین به عنوان یک بانوی مسیحی موحد «سلام خانم اسکاوول شین» نام نهادم و به نوبه خود تلاش کردم تا کمک کنم همه کسانی که با هر دین، مذهب و مکتبی در جستجوی معنویت، یکتاپرستی، اتصال به نیروی بیکران جهان هستی و سعادت و خوشبختی هستند، از منظر اسلام نیز به عنوان یکی از ادیان الهی و ابراهیمی، بدور از تعصب‌های دینی - مذهبی و با محتوایی جذاب و سرشار از عشق به همه بشریت با الگوی خودآگاهی توحیدی به صورت عملی آشنا گردند و با تکیه، اعتماد و اتصال به خداوند یکتا، قدرت درونی خویش را کشف نمایند و به هر آنچه شایسته‌اند برسند.

این کتاب به شما قوانین معنوی شاد، سرفراز و موفق زیستن را می‌آموزد تا موانع درونی خود را به خوبی شناسایی نمایید و در زدودن آن بکوشید.



از آنجا که برخی از این قوانین و موانع، بسیار بسیار مهم هستند و لایه‌های مختلفی در درون انسان دارند، این دسته از قوانین و موانع بارها در جای جای کتاب یادآوری شده است و این تکرار به خاطر آن است که پاکسازی ضمیر ناخودآگاه با روش‌های گوناگونی امکان‌پذیر است که یکی از مهم‌ترین آن‌ها تکرار است.

بر اساس علوم درون‌شناختی، برای نهادینه کردن باور و اندیشه‌ای جدید در ضمیر ناخودآگاه، حداقل ۲۱ نوبت تکرار لازم است. از این رو ممکن است برخی مطالب را در کتاب بارها با مثال‌ها و تعابیر مختلف بیابید تا ناخودآگاه شما این موضوع را بپذیرد و اثر آن را در ارتقاء سطح زندگی خود ببینید.

اکنون این شما بیاید و این روش زندگی یکتاپرستانه که همسو شدن با همه کائنات<sup>۱</sup> است در مسیر رشد، تعالی و خوشبختی به معنای واقعی.

هنگامی که در یکتاپرستی با همه کائنات همسو شوید و شروع به حرکت کنید، همه عالم هستی فرمانبردار شما است و به ناچار برای رساندن شما به زیباترین‌ها با شما همسو می‌گردد.<sup>۲</sup>

۱- «تُسَبِّحُ لَهُ السَّمَاوَاتُ السَّبْعُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ إِنَّهُ كَانَ حَلِيمًا غَفُورًا» (اسراء/۴۴) آسمان‌های هفتگانه زمین و هر که در آنهاست، تسبیح خداوند را می‌گویند و هیچ چیز نیست مگر آنکه با ستایش، از او به پاکی یاد می‌کند، ولی شما تسبیح آنها را نمی‌فهمید. همانا او بردبار و آمرزنده است.

۲- «وَسَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مِنْهُ ۚ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ» (جاثیه/۱۳) خداوند آنچه در آسمانها و آنچه در زمین است همه را، از سوی خودش، برای شما مسخر ساخته، راستی را که در این کار، نشانه هاست برای آنان که می‌اندیشند.

هم اکنون انتخاب کنید زیرا همه چیز از یک انتخاب آغاز می‌شود. شما شایسته بهترین‌ها در زندگی هستید پس فقط خدا را انتخاب کنید و چه انتخابی از این زیباتر و مطمئن‌تر؟ اگر او را انتخاب کنید و شریک برایش قائل نشوید راه نجات را یافته‌اید و بی‌شک بهترین و زیباترین زندگی را تجربه خواهید نمود.<sup>۱</sup>

این کتاب با هدف گسترش یکتاپرستی و توحید عملی و خدمت به خانواده ۷/۵ میلیاردی، حاصل تمامی پژوهش‌ها، اندوخته‌ها و تجربیات خود را در اختیار شما عزیزان قرار خواهد داد تا جویندگان واقعی حقیقت و سعادت، این مسیر را با سرعت هرچه بیشتر بپیمایند و به هرآنچه شایسته‌اند برسند.

سبک زندگی توحیدی با هیچ روشی قابل مقایسه نیست زیرا خداوند یکتا با هیچ موجودی قابل مقایسه نیست.

شما اراده کرده‌اید که بهترین باشید و با قلبی پاک فقط خداوند یکتا را به عنوان مطمئن‌ترین تکیه‌گاه انتخاب نموده‌اید پس بی‌تردید بهترین‌ها در انتظار شماست.

با آروزی خوشبختی برای همه بشریت

سیدمصطفی زارعی

---

۱- امام علی (ع): «أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا خَالِصًا تَحْيُوا بِهِ أَفْضَلَ الْحَيَاةِ وَتَسْلُكُوا بِهِ طُرُقَ النَّجَاةِ» خدا را خالصانه یاد کنید تا بهترین زندگی را داشته باشید و با آن راه نجات و رستگاری را به پیمایید. (غرر الحکم و درر الکلم ح ۳۶۳۳)