



۴۴ جمله الهام‌بخش از دکتر وین دایر

دکتر وین دایر،  
نویسنده، سخنران و  
آموزگار معنوی که  
نوشته‌ها و سخن‌هایش  
الهام‌بخش افراد زیادی  
در سراسر دنیا بوده  
است.

[armitasoleimani.ir](http://armitasoleimani.ir)

۱

زندگی کن، خودت باش، لذت ببر، عشق بورز.

۲

نمی توانی مطابق میل همه باشی و طبق قوانین دیگران زندگی کنی و درعین حال شادمان و از آرامش درونی برخوردار باشی.

۳

معیار ارزیابی زندگی تو آنچه می اندوزی نیست، بلکه آنچه بخشش می کنی است.



۴

کالبدت، گاراژی است که روح را در آن پارک می کنی.

۵

همه ما مقصدی داریم. به دقت انجام دادن کاری که در هر لحظه می دانیم چطور انجامش دهیم، به زندگی های ما شکل می دهد.

۶

وقتی را صرف مشاهده ی حیوانات کن. آنچه فرامی گیری زندگی ات را غنی می کند.



۲

۷

مقابله با هر چیز تو را تضعیف می کند، اما همراهی با آن به تو اقتدار می بخشد.

۸

اگر نمی دانستی چندساله هستی، احساس می کردی چند سال داری؟

۹

برای ساختن زندگی ای که دوست داری فرصت کم نیست، فقط اراده می خواهد.



۴۴ جمله الهام‌بخش از دکتر وین دایر

۱۰.

آنچه مانع ارتقای تو شود بی‌ارزش است.

۱۱

تو خالق افکار هستی. به این معنی که به شیوه‌ای ماورایی تو خالق  
زندگی‌ات هستی.

۱۲

حیات را غنیمت بشمار و با تمام وجود زندگی کن.



۱۳

دنیا یا طرز زندگی مردم در دنیا نیست که تو را ناخرسند می‌کند. تلقی تو از افراد و رویدادهای دنیا تو را ناخرسند می‌کند.

۱۴

هر چیزی که با آن بجنگیم فقط ما را تضعیف می‌کند و نمی‌گذارد فرصت‌هایی را که در موانع وجود دارند مشاهده کنیم.

۱۵

برای تغییر دادن خودت، ببین از چه می‌ترسی و از چه متنفری. از آنجا شروع کن.



۱۶

فقط و فقط خودت افکارت را برمی گزینی.

۱۷

تو می توانی زندگی ات را به یک اثر هنری بدیع و باشکوه تبدیل کنی.  
کلید آن، افکارت است. بخش سحرآمیز و نادیدنی ات که بعد  
معنویات به شمار می آید.

۱۸

نیازی نیست تلاش کنی همه را راضی نگه داری. فقط لازم است  
خودت راضی باشی.



۱۹

استفاده از نیروی تخیل، یکی از قوی‌ترین و مؤثرترین راهکارها برای تحقق خواسته‌های توست.

۲۰

وقتی به قدر کافی از آرامش درونی برخوردار باشی و به خودت احساسی کاملاً مثبت داشته باشی، تسلط دیگران بر تو و ملعبه‌ی دست دیگران قرار گرفتن تو تقریباً ناممکن می‌شود.

۲۱

روزهای ما، جریان گران‌بهای زندگی ماست.



۲۲

تو کاملی، تو بی نظیری، تو در هر لحظه ای که زنده هستی کاملی.

۲۳

وقتی بر سر محدودیت های بحث می کنی، آنچه نصیبت می شود محدودیت است.

۲۴

به جسمت گوش کن، آنچه را لازم است بدانی به تو می گوید.



۲۵

هر چه بیشتر تلاش کنی خودت باشی، بیشتر در زندگی احساس هدفمندی و ارزشمندی می کنی.

۲۶

در درون همه ما چاهی بی انتها وجود دارد که بیش تر از آنچه تصور می کنیم در آن خلاقیت نهفته است.

۲۷

وقتی درمی یابی آنچه در فکرش باشی متجلی می شود، کاملاً مراقب فکر کردنت خواهی بود.



۲۸

قربانی شدن عادت است.

۲۹

حتی در زندان، طرز تفکرت روزنه‌ی آزادی توست. هیچ کس نمی‌تواند آن را از تو بگیرد.

۳۰

به خاطر داشته باش ویکتور هوگو گفته است: هیچ چیز نیرومندتر از تجربه‌ای نیست که در طول زمان حاصل شده است.



۳۱

تو در تمام دنیا بی نظیری.

۳۲

اگر نود درصد پزشکان به ارتباط تن-روان اعتقاد نداشته باشند،  
چطور از پس انجام کارشان برمی آیند؟

۳۳

افراد عصبی به دنبال مشکل می گردند، آنان می خواهد اوضاع بدتر  
شود. آنان می خواهند ثابت کنند حق با آنان هست.



۳۴

نیازی نداری به هرکسی اجازه بدهی وارد زندگیت شود، مگر آنکه با عشق و هماهنگی بیاید.

۳۵

همان باش که می خواهی و بدان عده ای خوششان می آید و عده ای دیگر نه.

۳۶

هیچ راهی برای رسیدن به موفقیت وجود ندارد. موفقیت طرز تلقی درونی است که ما وارد سعی و تلاش هایمان می کنیم.



۳۷

نگرانی یعنی تلف کردن زمان حال با فکر کردن درباره‌ی آینده‌ای که در اختیار تو نیست.

۳۸

احساس گناه داشتن، کوشش برای از بین بردن لحظات حال در نتیجه‌ی کاری است که در گذشته انجام داده‌ای.

۳۹

به جای آنکه از دست دنیا به همین شکلی که هست دیوانه شوی، آن را بپذیر و هر کاری که می‌توانی در جهت بهبود آن انجام بده.



۴۴ جمله الهام‌بخش از دکتر وین دایر

۴۰

خوشبختی و موفقیت فرایندهایی درونی هستند که ما وارد زندگی می‌کنیم،  
نه چیزی که از بیرون می‌گیریم.

۴۱

استقلال رأی، یکی از بزرگ‌ترین درس‌های زندگی برای کسانی است که  
در راه روشنگری گام نهاده‌اند.

۴۲

در زندگی، دیگران همان‌طور با تو رفتار می‌کنند که به آنان بیاموزی.



۴۴ جمله الهام بخش از دکتر وین دایر

۴۳

یک بار خانمی از من پرسید: موانع خوشبختی من کدامند؟ گفتم:  
تصور اینکه مانعی بر سر راه توست.

۴۴

وقتی آنچه دیگران درباره تو فکر می کنند سبب می شود از فعالیت باز  
بمانی، انگار اعتراف کرده ای عقیده شما نسبت به من بسیار مهم تر از  
عقیده ی خودم نسبت به خودم هست.

