

به نام خداوند جان و خرد



سلام:

من مهناز رحیمی هستم که از سال ۱۳۸۴ در رابطه با توسعه فردی فعالیت دارم و در این مسیر قرار گرفتم و با این علم و دانش آشنا شدم. هر چه بیشتر در این زمینه مطالعه کردم بیشتر علاقه‌مند به این رشته و مسیر شدم.

روزهایی در شرایطی بسیار سخت و ناامید کننده بودم. روزهایی که بواسطه از دست دادن فرزندانم هر روز بیشتر در ناامیدی غرق می‌شدم. در آن روزها دوستی مرا دعوت به این مسیر کرد. ورود به این راه هر روز باعث آگاهی بیشترم می‌شد و در نتیجه حال دلم بهتر شد و شروع کردم به مطالعه کردن، کتاب خواندن و ارتباط داشتن با دوستان آگاه و با بصیرت و درک و شناخت رازها و قانونمندی‌های جهان هستی.

آری هیچ چیز در این دنیا اتفاقی نیست. دردی که باعث شد مرا از خواب غفلت و ناآگاهی بیدار و با دنیایی از آگاهی و بصیرت آشنا کند. دردی که باعث شد به من تلنگری بزند که به گونه‌ای بهتر هم می‌شود زندگی کرد. آری دردی که از سوی خداوند بود و من همچنان می‌توانستم در بهت و ناباوری و افسردگی و غم و گریه بمانم و زندگی را به خودم و اطرافیانم تلخ کنم و همچنان دیگران به من حق بدهند، اما من بواسطه مطالعه‌هایم و آموزش‌هایی که دنبال آنها را گرفتم، باعث شد که مرا به اوج علم و آگاهی ببرد.

در هر دوره و در هر زمان با افراد آگاه بیشتری آشنا شدم. به خودشناسی خود بیشتر پی بردم و در واقع خودم را با آن همه درد و رنج و غم به نوعی پیدا کردم. هر روز بیشتر یاد می‌گرفتم چگونه با خودم و خصوصیات اخلاقی خودم کنار بیایم، چگونه زندگی‌ام را برنامه‌ریزی کنم و چگونه به زندگی دوباره برگردم و دیگر بچه‌هایم را که در سن بلوغ و کودکی بودند را جمع‌وجور کنم و مادری و مدیریت کنم، چگونه این واقعیت زندگی را نپذیرم، یاد گرفتم هیچ حق انتخاب و تصمیم‌گیری ندارم. آری هر روز بیشتر یاد می‌گرفتم.

مرحله به مرحله جلو رفتم، خودم را شناختم و توانستم از خودم یک فرد قدرتمند بسازم که دیگر نه تنها کاری برای خودم کرده بودم، که از آن محیط غم‌انگیز هم بیرون آمده بودم و حالا باید تجربیاتم را در اختیار عزیزانی مثل خودم می‌گذاشتم. هر روز یاد می‌گرفتم و

یاد می‌دادم و هر روز حال دلم بهتر و بهتر می‌شد. هر چه بیشتر حال دل آدمها را خوب می‌کردم، حال دل خودم بهتر می‌شد. مرتب شروع کردم به یاد گرفتن مهارت‌هایی که حال دلم را خوب کند، توانایی‌هایی را نمایان کند، آرزوها و رویاهایی که در سرم داشتم را محقق کند، رضایت خاطر را برایم به ارمغان آورد و معنای خاصی به زندگی ببخشد. مهارت‌هایی که می‌تواند زندگی ارزشمندی را برای خودم و فرزندانم خلق کند.

باید برنامه‌ریزی می‌کردم. داشتم یاد می‌گرفتم که با صبر و حوصله، راهها و مهارت‌هایی را یاد بگیرم که بتوانم از آنها بهره‌مند شوم در جهت یک زندگی شاد و خوب. داشتم یاد می‌گرفتم خودم، خدایم و دیگران را ببخشم. فکر می‌کردم خدایم ناعادل و نامهربان است، جهان بی‌رحم است. این افکار غلط و محدود کننده داشتند مرا در ورطه ترس و ناامیدی غرق می‌کردند اما هر چه بیشتر مطالعه می‌کردم، بیشتر آگاهی‌ام بالاتر می‌رفت.

با اساتید آگاه‌تر بیشتر آشنا می‌شدم و هر لحظه و هر آن دری جدید به رویم باز می‌شد. آشنا شدن با اساتیدی که در جهان داشتند فعالیت می‌کردند و افراد را آگاه می‌کردند. داشتم یاد می‌گرفتم که در زمان حال زندگی کنم، کمتر در گذشته بمانم و به آینده کمتر فکر کنم که باعث استرس شده بود. بیشتر در زمان حال باشم که بتوانم از لحظاتم لذت ببرم و حال دل خوب داشته باشم.

وقت آن بود که دینم را به کائنات ادا کنم. آری در بحران زندگی به من کمک شده بود و حال باید ادای دین می‌کردم. باید آنچه دریافت کرده بودم را با عشق و بدون قید و شرط به کسانی که درد مشترک داشتیم انتقال می‌دادم.

سعی کردم به دوستانی که در غم و رنج بودن، آنچه یاد گرفته بودم را یاد دهم. شروع کردم به همایش‌ها و سمینارها رفتن و از هر طریقی که می‌فهمیدم می‌توانم اطلاعات و آگاهی‌ام را بالا ببرم، دریغ نمی‌کردم. هر روز بیشتر و بیشتر می‌آموختم و برای اینکه جایی را برای دریافت بیشتر داشته باشم، همه را بی‌دریغ می‌بخشیدم و یاد می‌دادم. هر چه بیشتر با دیگران و خودم، با صداقت رفتار و عمل می‌کردم، بیشتر دریافت می‌کردم.

فرزندانم دیگر بزرگ شده بودند و زمانی که سومین فرزندم خواست کنکور بدهد و به دانشگاه برود من نیز با علاقه‌ای که به مطالعه پیدا کرده بودم تصمیم گرفتم وارد دانشگاه شوم و تحصیلاتم را ادامه دهم.

در دانشگاه پذیرفته شدم و شروع به خواندن درس مدیریتی در مقطع کارشناسی کردم و در واقع هم، کلاس‌ها و دوره‌های اساتید توسعه فردی را دنبال می‌کردم و هم، رشته دانشگاهی‌ام را می‌خواندم و هر روز باعث خوشحالی و رضایت خودم و کارهای خودم می‌شدم.

در طی این مدت به فکر افتادم تجربه‌هایم را بنویسم و در قالب کتابی به همه ارائه دهم کتابی که بیشتر تجربه‌ها و دلنوشته‌هایم، ۳۰ صفحه اول آنرا شامل شد و بعد تجربه‌هایی که در طی این مسیر آموخته بودم. بله کتابی به نام «کیمیا دخترم» نوشتم مجوز آن را از وزارت ارشاد گرفتم و به چاپ رساندم. با این کار احساس بهتری پیدا کردم که دینی به خودم، به کیمیایم و به جهان هستی ادا کردم.

این کتاب در حال حاضر موجود می‌باشد و در تلاش هستم تا آن را در نقاط مختلف کشور در دسترس علاقه‌مندان قرار دهم.

در صورت تمایل فعلاً می‌توانم به وسیله پست به دست عزیزانی که مایل به مطالعه آن هستند، برسانم.

در نهایت اخیراً در شبکه اجتماعی اینستاگرام هم فعالیت می‌کنم تا از این طریق هم تجربه‌هایم را در اختیار عزیزان که مایل به استفاده از آن هستند، بگذارم. آدرس اینستاگرام و کانال تلگرامی‌ام را در پایان این مینی بوک در اختیارتان خواهم گذاشت تا بتوانید به راحتی با من در ارتباط باشید. در طی این مدت، فعالیت‌های زیادی که کرده‌ام و آنچه آموختم را اول روی خودم تجربه کردم و بعد از اینکه خودم به آرامش و حال دل خوب رسیدم، به عزیزانی که در این مسیر با من همراه شدند نیز، آموزش دادم. همراهان من نیز به آرامش رسیدند و حال دلشان خوب شد. کسانی که به واسطه دردها و رنج‌هایشان در کوچه پس کوچه‌های زندگی گم شده بودند، به یک فرد قدرتمند، توانا و مستقل تبدیل شدند. اکنون به واسطه صفحه اینستاگرام، کتابم و دوره‌هایی که در پیجم می‌گذارم با افتخار اعلام می‌کنم، چه خودم چه کسانی که به آنها آموزش داده‌ام به آرامش رسیده‌اند و توانسته‌اند از خودشان یک فرد مستقل، توانمند و آگاه بسازند و برای نسل‌های بعدی‌شان مفید و موثر باشند. فرزندان موفق، خلاق و توانمند پرورش دهند، ارتباط‌های سالم و دوستانه با عزیزانشان، پدر و مادرشان و خواهر و برادرشان داشته باشند و در کل توانسته‌اند به دستاوردهای خوب مالی برسند.

پس با افتخار دوره‌هایی که می‌تواند ریشه‌ای برایتان کار کند و کمبودهای اخلاقی، ترس، غم، عدم عزت نفس و اعتماد به نفس، تنبلی و نگرانی را بهبود دهد و شما را با خود واقعی‌تان آشنا کند را در اختیارتان می‌گذارم. دوره‌هایی که با تجربه به دست آورده‌ام به راحتی در اختیارتان قرار می‌دهم تا شما هم بتوانید زندگی شاد، خوشحال و پرباری را تجربه کنید و به دستاوردهای عالی و خوبی برسید.

این مینی بوک فقط برای آشنایی من با شماست.

راههای ارتباط با من صفحه اینستاگرام و کانال تلگرامی من می‌باشد.

در حال حاضر اگر تمایل به تهیه کتاب «کیمیا دخترم» را دارید در پیج اینستاگرامی من پیغام بگذارید تا در اسرع وقت کتاب را برای شما ارسال کنم.

اینستاگرام: mahnaz_rahimii

کانال تلگرام: