

بخوایید تا به شما داده شود

استرو جری هیکس

مترجم: تینا ابوالحسنی

بخواهید تا به شما داده شود
نویسنده: استرو جری هیکس
مترجم: تینا ابوالحسنی
ناشر: نگاه آشنا
طراحی جلد: استودیو کتاب
صفحه آرایی: زیبا کتاب
تاریخ و نوبت چاپ: سوم، ۱۴۰۰
شمارگان: ۵۰۰ نسخه
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۰۱-۵۰-۰



قم، بلوار سمیه، سمیه ۲۶، پلاک ۱۹

۰۲۵-۳۷۸۳۹۸۳۶

۰۲۵-۳۷۸۳۹۸۳۷

۰۲۵-۳۷۷۳۴۹۳۹

۰۹۱۲۱۵۱۰۴۸۴

کلیه حقوق این اثر ترجمه، متعلق به
«انتشارات نگاه آشنا» می باشد و
هرگونه خرید و فروش با مترجم و یا
کپی از متن کتاب غیرقانونی بوده و
قطعاً پیگرد قانونی خواهد داشت.

فهرست مطالب

پیشگفتار از دکتر وین دایر.....	۷
مقدمه	۹
مقدمه‌ای بر آبراهام.....	۱۲
بخش اول: یادآوری چیزهایی که می‌دانیم اما ممکن است فراموش کرده باشیم. ۲۳	
فصل ۱: قدرت لحظه حال خوب	۲۴
فصل ۲: ما سرقولمان هستیم به یادت خواهیم آورد که چه کسی هستی.....	۲۶
فصل ۳: تو آنچه هستی را می‌سازی	۲۹
فصل ۴: چگونه می‌توانم به آن نقطه برسم ؟	۳۲
فصل ۵: درک کردن، مبنای ساده‌ای است که باعث می‌شود همه چیز باهم متناسب باشد.....	۳۵
فصل ۶: قانون جذب، قوی‌ترین قانون در جهان	۳۷
فصل ۷: توسرشار از تفکرات پیشرو و سازنده هستی	۴۲
فصل ۸: تویک گیرنده و فرستنده ارتعاشی هستی	۴۶
فصل ۹: ارزش پنهان شده در واکنش‌های احساسی	۴۹
فصل ۱۰: سه قدم برای رسیدن به آنچه می‌خواهی باشی، می‌خواهی انجام بدهی و یا می‌خواهی داشته باشی	۵۱
فصل ۱۱: با تمرین کردن می‌توانی به یک خالق هدفمند و شادمان تبدیل شوی ..	۵۵
فصل ۱۲: کنترل نقطه تعادل احساسات در دست توست.....	۵۹
فصل ۱۳: به احساسات اجازه بده تا تو را هدایت کنند	۶۳
فصل ۱۴: چیزهایی هستند که از پیش می‌دانستی	۶۷
فصل ۱۵: تویک موجود فوق‌العاده و در حال توسعه هستی، در یک دنیای فوق‌العاده و در حال توسعه، در یک جهان فوق‌العاده و در حال توسعه	۷۱
فصل ۱۶: در این دنیای باشکوه و متنوع، تو نیز در خلق کردن شریک هستی	۷۳
فصل ۱۷: کجا هستی و می‌خواهی کجا باشی ؟	۷۸
فصل ۱۸: به تدریج می‌توانی فرکانس ارتعاشات را تغییر دهی	۸۱
فصل ۱۹: فقط خودت می‌دانی که چه احساسی درباره خودت داری	۸۳

فصل ۲۰: هر وقت که بخواهی آزادی دیگری را مختل کنی به قیمت از دست رفتن آزادی خودت تمام می‌شود	۸۶
فصل ۲۱: تنها ۱۷ ثانیه از ۶۸ ثانیه‌ای که برای کامیابی نیاز داری عقب هستی ..	۹۳
فصل ۲۲: مراتب مختلف راهنمای احساسات	۹۵

بخش ۲: روش‌هایی برای رسیدن به آنچه اکنون به یاد دارید ۱۰۳

معرفی ۲۲ روش ثابت شده برای بهبود نقطه جذب	۱۰۴
روش اول: قدردانی بی اندازه	۱۱۳
روش دوم: جعبه جادویی خلاقیت	۱۲۰
روش سوم: کارگاه خلاقیت	۱۲۴
روش چهارم: واقعیت مجازی	۱۳۲
روش پنجم: بازی شکوفایی	۱۳۹
روش ششم: روش مراقبه	۱۴۲
روش هفتم: ارزیابی رؤیاها	۱۴۹
روش هشتم: کتاب جنبه‌های مثبت	۱۵۴
روش نهم: فیلم نامه نویسی	۱۶۰
روش دهم: روش زیر بشقابی	۱۶۳
روش یازدهم: هدفمندسازی هر بخش	۱۶۶
روش دوازدهم: خوب نمی‌شد اگر...؟	۱۷۲
روش سیزدهم: کدام فکر حس بهتری می‌دهد؟	۱۷۵
روش چهاردهم: روش مرتب کردن شلوغی‌ها برای شفافیت بیش‌تر	۱۸۱
روش پانزدهم: روش کیف پول	۱۸۶
روش شانزدهم: چرخاندن	۱۸۹
روش هفدهم: روش چرخه تمرکز	۱۹۵
روش هجدهم: یافتن جایگاه احساسی	۲۰۳
روش نوزدهم: کنار گذاشتن مقاومت برای رهایی از بدهی‌ها	۲۰۶
روش بیستم: واگذار کردن کار به مدیر	۲۱۱
روش بیست و یکم: بازیابی سلامت طبیعی	۲۱۳
روش بیست و دوم: افزایش درجه احساسات	۲۱۷
سخن آخر	۲۲۳
درباره نویسنده	۲۲۴



پیشگفتار از دکتر وین دایر

کتابی که هم‌اکنون در دست دارید شامل قدرتمندترین تعالیمی است که می‌توانید امروزه بر روی کره زمین پیدا کنید. من شخصاً پیام‌هایی که آبراهام در این کتاب بیان کرده که توسط استرو جری در طی این ۱۸ سال جمع‌آوری شده را به‌طور عمیق لمس و تجربه کرده‌ام. درواقع، زمانی که آبراهام از من خواست تا پیشگفتاری برای این کتاب بنویسم عمیقاً احساس افتخار کردم، به نظر من این یک نقطه اوج در انتشارات است. این کتاب در میان تمام نشریات بی‌نظیر است. شما بسیار خوش‌شانس هستید که وارد دنیای افکار انسان‌های دائماً متصل به سرچشمه انرژی می‌شوید. علاوه بر این، تمامی این سخنان به گونه‌ای بیان شده‌اند که شما بتوانید آن را درک کرده و عملی کنید. همچنین طرح اولیه‌ای برای پیاده‌سازی و درک سرنوشتان در اختیار شما قرار می‌دهند. در ابتدا باید بگویم که اگر خیال می‌کنید که این کتاب مناسب شما نیست و هنوز برای پذیرش و عملی کردن راهکارهای آن آمادگی لازم را ندارید به شما توصیه می‌کنم که تنها چند هفته این کتاب را نزد خودتان نگاه دارید. اجازه دهید انرژی همراه این کتاب به درون ذهن و بدن شما نفوذ کند و در وجود شما جاری شود؛ همان چیزی که ما با نام روح می‌شناسیم اما آبراهام آن را با عنوان اتصال ارتعاشی شما با سرچشمه انرژی معرفی می‌کند. این جهان سرشار از ارتعاشات است. همان‌طور که انیشتین اظهار کرده است: «هیچ اتفاقی نخواهد افتاد مگر آنکه چیزی به حرکت درآید». این بدان معناست که هر چیزی در دنیا با یک فرکانس قابل اندازه‌گیری خاص ارتعاش می‌کند. اگر دنیای جامد را به اجزای کوچک‌تر و ریزتر تقسیم کنید، می‌بینید که آنچه جامد به نظر می‌رسد ذرات بسیار کوچکی هستند که در کنار هم در جای خودشان به صورت موزون حرکت می‌کنند ذرات ریز و موزون به علاوه فضاها و خالی. کوانتوم، کوچک‌ترین ذره شناخته شده در جهان، متصل به بزرگ‌ترین چشمه انرژی جهان است و آن قدر سریع مرتعش می‌شود که قدرت از بین بردن کل دنیا را دارد. این انرژی قدرتمند و سریع را انرژی منبع می‌نامند. همه موجودات هستی برگرفته از این انرژی هستند و می‌توانند آن را به چیزهای مختلف، اجسام، ذهن‌ها و ضمیرها انتقال داد. تمامی مشکلات، مریضی‌ها، کمبودها و ترس‌های ما ریشه در دوری از این منبع انرژی دارد. آموزه‌های آبراهام مخصوصاً به منظور کمک برای بازگشت همه جانبه به منبع انرژی است که

از آن به وجود آمده‌ایم و به آن بازمی‌گردیم. این منبع انرژی ظاهراً و احساسی دارد که من در کتاب قدرت خیال به آن پرداخته‌ام. آبراهام در سراسر این کتاب نوید دانش خردمندانه‌ای را می‌دهد که می‌توان به کمک آن همواره به سرچشمه انرژی متصل ماند. به همین دلیل است که من این کتاب را نقطه عطفی در تاریخ انتشارات می‌دانم. شما در ارتباط مستقیم و آگاهانه با مجموعه‌ای از موجودات صادق و باارزش هستید که فقط سلامتی شما را در ذهن دارند. آن‌ها به شما یادآوری می‌کنند که شما از یک منبع خوشبختی و رفاه به وجود آمده‌اید و می‌توانید به آن انرژی ارتعاشی بالاتر دسترسی پیدا کنید و اجازه دهید در همه جنبه‌های زندگی شما بدون هیچ مانعی جریان داشته باشد یا می‌توانید در برابر آن مقاومت کنید و با این کار از همه آن چیزهای تأمین‌کننده و دوست‌داشتنی دور شوید.

چیزی که سعی دارم به شما بفهمانم بسیار حیرت‌انگیز و درعین حال بسیار ساده است - شما از یک منبع عشق و رفاه به وجود آمده‌اید. وقتی انرژی درونی شما با انرژی صلح و عشق همسو باشد، منبع قدرت خود را بازیابی می‌کنید - این قدرت برای برآورده ساختن خواسته‌ها، فراهم آوردن رفاه و خوشبختی، جذب روزی و فراوانی و دسترسی به الهه راهنمایی در قالب افراد مناسب و شرایط کاملاً مناسب را برای شما به ارمغان می‌آورد. این همان کاری است که منبع درونی شما انجام می‌دهد و از آنجا که خودتان نیز از همین منبع نشأت گرفته‌اید، می‌توانید همین کار را انجام دهید و خواهید کرد. من یک روز کامل را شخصاً با آبراهام گذرانده‌ام، همراه استرو جری شام خورده‌ام و به صدها نوار ضبط‌شده از آبراهام گوش داده‌ام، بنابراین شما می‌توانید این را از من به عنوان یک منبع دست‌اول داشته باشید زندگی شما در شرف تغییر است شما به همراه دوتن از معتبرترین و پاک‌ترین انسان‌هایی که تا به امروز دیده‌ام قرار است سفری را آغاز کنید که زندگی‌تان را متحول خواهد کرد. جری و استر هیکس از نقش خود در ارائه این آموزه‌ها به شما همان قدر ترس و اضطراب داشتند که من هنگام نوشتن این پیشگفتار برای آبراهام. من شما به شما پیشنهاد می‌کنم تا این کلمات را با دقت بخوانید و بلافاصله از آن‌ها استفاده کنید. این‌ها مشاهداتی را که من سال‌هاست ارائه داده‌ام خلاصه می‌کنند: «وقتی نوع نگاه به هر چیز را تغییر می‌دهید، چیزهایی که نگاه می‌کنید تغییر می‌کنند.» شما در شرف دیدن دنیای کاملاً جدیدی هستید که دقیقاً در مقابل چشمان شما در حال تغییر و رشد است. این دنیایی است که توسط یک منبع انرژی ایجاد شده است و می‌خواهد شما دوباره به آن متصل شوید و زندگی خوبی داشته باشید. آبراهام، از اینکه اجازه دادی چند کلمه در این کتاب ارزشمند و گران‌بها بگویم، متشکرم. دوست دار همه شما



مقدمه

نوشته جری هیکس

در همین لحظه‌ای که این مقدمه را شروع می‌کنم، خورشید نورش را بر روی شن‌های مالیبو^۱ پاشیده است؛ و انگار این رنگ نیلی صبحگاهی اعماق اقیانوس آرام با لذت تصور اینکه شما قرار است چه اعتبار بزرگی را به وسیله این کتاب دریافت کنید هماهنگ شده است. کتاب بخواهید تا به شما داده شود مشخصاً درباره امر «خواستن» ما است که توسط همه آنچه هست پاسخ داده می‌شود؛ اما در ابتدا چیزی که مهم است این است که ما چگونه درخواست کنیم تا خواسته‌مان برآورده شود البته لازم به ذکر است که این کتاب اولین کتابی است که با اصطلاحات بسیار واضح و روشن، به ما راه حلی ساده و عملی برای نحوه درخواست کردن و نحوه دریافت کردن هر آنچه می‌خواهیم باشیم، می‌خواهیم انجام دهیم یا می‌خواهیم داشته باشیم ارائه کرده است.

سال‌ها قبل، هنگامی که در جستجوی جواب‌هایی قابل قبول برای سوالات بی‌پایانم بودم و می‌خواستم بدانم که خدا کیست و فایده زندگی در این جهان چیست به واژه‌ی غیرقابل توصیف برخوردم. به اینجا رسیدم هرچه بیشتر به مفهوم «غیرمادی» نزدیک می‌شویم واژه‌های کمتری برای بیان آن پیدا می‌کنیم؛ بنابراین اگر به درک کامل برسیم یقیناً واژه‌ای برای بیان آن پیدا نخواهیم کرد، در این مرحله از واقعیت زمانی- مکانی جهان غیرمادی با کلمات مادی قابل توصیف نیست.

در طول تاریخ و طی دوران تکامل ما ده‌ها هزار فلسفه، مذهب، آیین و عقیده و مسلک مختلف داشته‌ایم. با این همه علی‌رغم میلیون‌ها اندیشه و نظریه و نتیجه‌گیری و عقایدی که به نسل‌های بعد منتقل شده هنوز نتوانسته‌ایم بر سر یک کلمه که بتواند دنیای غیرمادی را به توصیف درآورد توافق کنیم. در طول تاریخ تعداد کمی مدعی شده‌اند که توانسته‌اند با عالم غیرمادی آگاهانه ارتباط برقرار کنند. بعضی از آن‌ها مورد تکریم قرار گرفته‌اند. بعضی دیگر به شدت به لعن و نفرین گرفتار آمده‌اند. بسیاری هم از ترس این لعن و نفرین مردم جرأت ابراز نظریه‌های خود را پیدا نکرده‌اند.

۱. Malibu یک شهر ساحلی در حومه غربی لس‌آنجلس، کالیفرنیا در آمریکا

حضرت موسی (ع)، حضرت عیسی (ع)، حضرت محمد (ص)، ژاندارک، جوزف اسمیت و ... نام‌های کمی هستند از کسانی که در دنیای انگلیسی‌زبانان شناخته شده‌اند. همه این افراد قادر به ارتباط باهوش غیرمادی بودند اما در زمانی نادرست که دچار سرگذشت مادی وحشتناکی شدند. اگرچه ممکن است هرکدام از ما به صورت مستقیم راهنمایی و کمک‌هایی از بعد غیرمادی در زندگی مان دریافت کرده باشیم اما تنها تعداد کمی هستند که توانسته‌اند مفهومی قابل توصیف با کلمات مادی برای این مکاشفه‌ها از بعد غیرمادی پیدا کنند و از آن تعداد اندک تنها برخی از آن‌ها حاضر هستند که تجربیاتشان را با دیگران به اشتراک بگذارند.

این اطلاعات را به عنوان مقدمه در اختیار شما قرار می‌دهم تا بدانید قرار است درباره چه چیزی در این کتاب مطالعه کنید، همسر من، استر، از همان معدود افرادی هست که توانایی ارتباط با بعد غیرمادی را به کمک تمرین دادن و آرام کردن ذهنش به دست آورده و هرآنچه از بعد غیرمادی درخواست کند پاسخش را می‌بیند. درواقع استر اندیشه‌هایی (نه کلمات) دریافت می‌کند و مثل یک مترجم اسپانیایی-انگلیسی آن افکار (نه کلمات واقعی) را به کمک کلمات اسپانیایی بیان می‌کند و سپس آن‌ها را به انگلیسی بازمی‌گرداند، استر دائماً در حال ترجمه اندیشه‌های غیرمادی به نزدیک‌ترین حالت ممکن بیان مادی آن (به انگلیسی) به صورتی که قابل درک باشند هست.

لطفاً توجه داشته باشید از آنجا که کلمات مادی انگلیسی همیشه برای بیان کامل افکار غیرمادی که استر دریافت می‌کند وجود ندارد، او گاهی اوقات به منظور بیان روش‌های جدیدی از نگاه به زندگی ترکیبات جدیدی از کلمات را به وجود می‌آورد و همچنین کلمات استاندارد را به روش‌های خاصی بیان می‌کند (به عنوان مثال، کلمات را با حروف بزرگ و پررنگ می‌نویسد). به عبارت دیگر، اصطلاح رایج، بهزیستی^۱، به معنای خوشبختی، سلامت یا سعادت‌مند بودن است؛ اما اساس فلسفه غیرمعمول آبراهام به این عنوان بهزیستی در زبان انگلیسی ترجمه شده است. این مربوط به رفاه عمومی جهانی و غیرمادی ما است که به طور طبیعی برای همه ما وجود دارد، مگر اینکه کاری انجام دهیم که آن را از دست بدهیم. (همچنین، در داخل متن، هر کلمه‌ای را که در هیچ فرهنگ لغتی پیدا نخواهید کرد اما معنای آن واضح است - مانند «از پا درآمدن»^۲ یا «فرجام»^۳ را در علامت نقل قول قرار داده‌ایم).

از سال ۱۹۸۶، من و استر سالانه برای ارائه کارگاه‌های آموزشی به حدود ۵۰ شهر سفر کردیم و در آن کارگاه‌ها هریک از شرکت‌کنندگان می‌توانستند درباره هر موضوعی که می‌خواهند صحبت کنند و سؤال بپرسند. هیچ موضوعی محدودیت نداشت. بیش از هزاران نفر آمدند: از گروه‌های مختلف قومی، با طیف‌های مختلف زندگی،

با زمینه‌های مختلف فلسفی و ... همه می‌خواستند زندگی‌شان را به طریقی بهبود دهند، یا مستقیماً برای خودشان، یا غیرمستقیم و باهدف کمک به دیگران؛ و آن هزاران نفر که بیش‌تر خواستند، پاسخ‌ها - از طریق استرهایکس، از سوی آن هوش غیرمادی - داده شد.

و اما این کتاب برای کسانی مثل شما که به دنبال بیش‌تر دانستن درباره فلسفه خوشبختی هستند نوشته شده است.

در قلب تمام این آموزه‌ها قدرتمندترین قانون جهان، قانون جذب، قرار دارد. در طول ده سال گذشته، ما بسیاری از آموزه‌های آبراهام را در مجلات چهارجلدی «علم آفرینش آگاهانه» منتشر کرده‌ایم که شامل جدیدترین دیدگاه حاصل از سؤال‌هایی است که شرکت‌کنندگان کارگاه‌های هنرپذیرش مطرح کرده بودند؛ و به همین ترتیب ما این فلسفه را براساس سؤال‌ها و نگرش‌هایی که توسط خوانندگان مطرح می‌شود پیش می‌بریم.

این کتاب یک دوره عملی در زمینه عملی معنوی را برای شما فراهم کرده است. این کتاب به صورت گسترده درباره راه‌ها و روش‌ها است اینکه چگونه باشید، چگونه کاری را انجام دهید یا چگونه هر چیزی که مورد رضایتتان هست را داشته باشید. این کتاب همچنین به شما می‌آموزد که چگونه نباشید، انجام ندهید یا چیزی که موجب نارضایتی شما شود را نداشته باشید.

جری

مقدمه‌ای بر آبراهام

از استر هیکس

دوستان ما می‌گفتند که «او با ارواح صحبت می‌کند!». «او هفته آینده اینجا خواهد بود می‌توانی یک ملاقات ترتیب دهی و هرچه می‌خواهی از او بپرسی!» فکر می‌کردم که این آخرین کار در دنیا باشد که دلم بخواهد انجامش دهم تا زمانی که از جری هم‌سرم شنیدم که می‌گفت «ما خیلی مشتاق هستیم که ملاقاتی داشته باشیم. چطور باید ترتیبش را بدهیم؟»

سال ۱۹۸۴ بود، چهار سال از ازدواجمان گذشته بود و در کل این چهار سال هرگز پیش نیامده بود که جروب‌بحث کنیم یا با هم بد حرف بزنیم. دو انسان بسیار شاد و خوشبخت در کنار یکدیگر بودیم و نسبت به هراتفاقی که پیش می‌آمد بسیار سازگار بودیم. تنها چیزی که همیشه من را ناراحت می‌کرد خاطرات سرگرم‌کننده هم‌سرم جری از ۲۰ سال گذشته بود که همراه دوستانش با تخته اوی جا^۱ بازی می‌کردند. اگر ما در رستوران یا هر مکان عمومی دیگری بودیم و من احساس می‌کردم که نوبت به تعریف کردن داستان‌های مذکور رسیده، مؤدبانه (گاهی خیلی هم مؤدبانه نبود)، عذرخواهی می‌کردم و به سمت سرویس بهداشتی بانوان یا بوفه رستوران می‌رفتم یا به سمت ماشی قدم می‌زدم تا وقتی که می‌دانستم آن داستان دیگر تمام شده است. خوشبختانه، جری در نهایت وقتی که می‌دید من آن اطراف هستم دیگر داستان‌هایش را تعریف نمی‌کرد.

من هرگز یک دختر مذهبی نبودم، اما به اندازه کافی در کلاس‌های مدرسه یکشنبه^۲ حضور داشته‌ام تا دلیلی برای ترس از شیطان و اهریمن داشته باشم. به گذشته که فکر می‌کنم، واقعاً مطمئن نیستم که آیا واقعاً معلمان مدرسه یکشنبه در کلاس‌ها به ما آموزش می‌دادند تا از شیطان بترسیم یا این چیزی است که در ذهن من برجسته شده است؛ اما این بیش‌ترین چیزی است که از آن سال‌ها به یاد می‌آورم. بنابراین همان‌طور که تعلیم داده شده بودم از هر امکانی که ربطی به شیطان

۱. اوی جا (Ouija) تخته‌ای صاف و مستطیل است که برای احضار ارواح از آن استفاده می‌شود.

۲. sundayschool مدرسه‌ی یکشنبه که قبل یا بعد از مراسم دینی در کلیسا برای آموزش مذهبی تشکیل می‌شود.

داشت دوری می‌کردم. یک بار زمانی که جوان بودم در یک تاکسی نشسته بودم و اتفاقی چشمم به پنجره عقب ماشین و صحنه‌ای بسیار وحشتناک از فیلم جن‌گیر (فیلمی که شخصاً از دیدنش امتناع داشتم) افتاد و آن صحنه کوتاهی که من بدون صدا دیدم به قدری بر من اثر گذاشته بود که من تا هفته‌ها کابوس می‌دیدم.

یکی از دوستان ما به جری گفته بود که شخصی هست که می‌تواند ترتیب ملاقات با او را برای ما بدهد گفته بود که اسم او شیلا^۱ است. همچنین به جری گفته بود که: «ملاقاتی برایتان ترتیب می‌دهم و خبرش را به شما خواهم داد.» چند روز بعد جری مشغول نوشتن سؤال‌های در ذهنش بود. او می‌گفت از وقتی یک پسر بچه کوچک بوده مشغول جمع‌آوری این سؤالات بوده. من هیچ فهرستی حاضر نکرده بودم و در تمام مدت تنها به این فکر می‌کردم که آیا رفتن به این ملاقات کار درستی است یا خیر. به خاطر دارم که در آن لحظه‌ای که وارد جاده به سمت آن خانه زیبا در فینیکس، آریزونا شدیم به این فکر می‌کردم که خودم را وارد چه ماجرای کرده‌ام؟ به خانه رسیدیم و در آنجا زنی با روی خوش به ما خوش آمد گویی گفت و ما را به سمت پذیرایی زیبای خانه هدایت کرد تا در آنجا منتظر ملاقات از پیش تعیین شده مان بمانیم.

خانه‌ای آرام و ساکت، بسیار بزرگ و ساده، اما به زیبایی مبلمان شده بود. آرامش و احترامی که آن خانه به من می‌داد همانند لحظاتی بود که در کلیسا می‌گذراندم. سپس در بزرگی باز شد و دوزن زیبا با پیراهن و دامن‌های کتان و رنگارنگ و بانشاط، وارد اتاق شدند. به نظر می‌رسید که ما اولین ملاقات آن‌ها بعد از صرف نهار باشیم چرا که هردوی آن‌ها به ظاهر بسیار خوشحال و سر حال بودند. کم‌کم احساس آرامش بیش‌تری می‌کردم. شاید آن قدرها که فکر می‌کردم این ملاقات عجیب پیش نرود.

خیلی زود ما را به یک اتاق خواب زیبا که سه صندلی نزدیک پای تخت قرار داشت دعوت کردند. شیلا لبه تخت نشسته بود و دستیار او روی یکی از صندلی‌ها نشست و یک ضبط صوت کوچک روی میز کنار او قرارداد. من و جری روی دو صندلی دیگر نشستیم و خودم را برای هر اتفاقی که قرار بود بیفتد آماده کردم.

دستیار توضیح داد که شیلا قصد دارد خود را رها کند و از حالت هوشیاری خارج شود و پس از آن تئو، آن موجود غیرمادی، ما را راهنمایی می‌کند. وقتی این اتفاق افتاد، ما آزاد خواهیم بود در مورد هر چیزی که می‌خواهیم صحبت کنیم.

شیلا در لبه تخت دراز کشیده بود و فقط چند قدم از جایی که ما نشسته بودیم فاصله داشت؛ نفس عمیق کشید. طولی نکشید، شخصی با صدای غیر معمول ناگهان گفت: «این آغاز است، نه؟ سؤالی دارید؟»

من به جری نگاه کردم، امیدوار بودم که او برای شروع آماده باشد، زیرا می دانستم که من آماده نیستم با هرکسی که در آن لحظه با ما صحبت می کرد صحبت کنم. جری به جلو خم شد؛ او برای پرسیدن اولین سؤالش بسیار مشتاق بود. وقتی صحبت های تئوبه آرامی از دهان شیلا خارج می شد، آرام شدم. درحالی که می دانستم این صدای شیلا است که می شنویم، اما به نوعی می دانستم که چیزی به غیر از شیلا منبع این پاسخ های شگفت انگیز است.

جری می گفت که از پنج سالگی مشغول جمع آوری سؤال هایش بوده و تا جایی که توانست سوا لاتش را سریع پرسید. مهلت ۳۰ دقیقه ای ما بسیار سریع تمام شد، اما در همان زمان کوتاه، بدون اینکه کلمه ای حرف زده باشم ترسی که از این تجربه داشتم کاملاً از بین رفت و سراسر وجودم را احساس بهزیستی فراگرفته بود که قبل از آن تجربه نکرده بودم.

پس از بازگشت در ماشین، به جری گفتم: «من واقعاً دوست دارم فردا برگردم. چیزهایی هست که می خواهم بپرسم.» جری از اینکه قرار ملاقات دیگری در کار بود خوشحال شد زیرا سؤالات بیش تری در لیست خود داشت.

تقریباً نیمی از قرار ملاقات بعدی ما گذشته بود که جری با اکراه دقایق باقی مانده جلسه را در اختیار من قرارداد، از تئوپرسیدم: «چگونه می توانیم به طور مؤثرتری به اهداف خود برسیم؟» او در پاسخ به من گفت: «با مراقبه و باورها».

من هرگز با مراقبه برخوردی نداشتم و حتی نمی دانستم چه افرادی این کارها را انجام می دهند. در حقیقت، وقتی به این کلمه فکر می کردم، در ذهنم افرادی را تصور می کردم که روی تخته میخی دراز کشیده اند، روی زغال داغ راه می روند، سال ها روی یک پا می ایستند یا در فرودگاه برای مقداری پول التماس می کنند. به همین دلیل پرسیدم: «منظورت از مراقبه چیست؟»

جواب کوتاه بود و حتی شنیدن آن کلمات هم احساس خوبی در من ایجاد کرد. «در یک اتاق ساکت بنشین. راحت ترین لباس های خودت را بپوش و روی دم و بازدمت تمرکز کن. زمانی که ذهنت سرگردان شد، فکر کردن را رها کن و بار دیگر روی دم و بازدمت تمرکز کن. اگر دو نفری این کار را بکنید نیروی آن بیش تر خواهد بود.» وقتی کلمات از دهان شیلا / تئو جاری می شدند، احساس می کردم که آن ها دارند تا هسته وجودم نفوذ می کنند. عشقی درون من جاری شد که قبلاً همانندش را احساس نکرده بودم. ترس من از بین رفته بود. من و جری هر دو احساس فوق العاده ای داشتیم. من پرسیدم که: «آیا ما می توانیم دخترمان تریسی را هم برای ملاقات با شما بیاوریم؟» «اگر خودش می خواهد، اما الزامی برای شما (جری و استر) نیست. شما حالا دیگر خودتان یک کانال ارتباطی هستید.»

این جمله برای من هیچ معنایی نداشت. باورم نمی شد که به این سن (۳۰)

سالگی) رسیده‌ام اما همچین چیزی را، بر فرض درست بودن، نمی‌دانم. نوار ضبط صدا متوقف شد و ما عمیقاً ناراحت بودیم که این تجربه فوق‌العاده به پایان رسیده است. دستیار شیلا از ما پرسید که به عنوان آخرین سؤال: «آیا می‌خواهید بدانید نام راهنمای معنوی شما چیست؟» من هرگز به این سؤال فکر نکرده بودم چون نمی‌دانستم که چیزی تحت عنوان راهنمای معنوی وجود دارد، اما این سؤال به نظر سؤال جالبی می‌آمد از آنجا که من ایده فرشتگان نگهبان را همواره دوست داشتم. پس پرسیدم: «بله خواهش می‌کنم نام او را بگویید؟»

تئو گفت: «آن را به طور مستقیم برای تو خواهیم فرستاد، تویک تجربه غیب شنوی خواهی داشت و از آن آگاه می‌گرددی.»

کنجکاوشده بودم که تجربه غیب شنوی چیست؟ اما قبل از آن که بتوانم چیزی بپرسم تئو با صدایی تحلیل رفته گفت: «خداوند به تو نظر کرده است!» سپس شیلا چشمانش را باز کرد و نشست و مکالمه عجیب ما با تئو به پایان رسید.

پس از آنکه من و جری خانه را ترک کردیم، به سمت یکی از کوه‌های فینیکس رانندگی کردیم، به ماشین تکیه دادیم و غروب خورشید را تماشا کردیم. هیچ ایده‌ای نداشتیم که در آن روز چه تغییری درون ما رخ داده است. فقط این را می‌دانستیم که احساس فوق‌العاده‌ای داشتیم.

وقتی به خانه برگشتیم، من دو تصمیم قوی داشتم: مراقبه انجام دهم و نام راهنمای معنوی‌ام را پیدا کنم.

بنابراین ما لباس‌های راحتی‌مان را پوشیدیم، پرده‌های پذیرایی را کشیدیم و روی دو صندلی راحتی بزرگ نشستیم، در حالی که بینمان یک قفسه قرار داشت. دوست داشتیم تا این کار را باهم انجام دهیم اما احساس عجیبی داشت و آن قفسه بنا بر دلایلی کمک کرد تا آن حس عجیب را بپوشانیم.

قوانین تئو را به خاطر داشتم: در یک مکان آرام بنشینید، یک لباس راحت بپوشید و بر روی دم و بازدمتان تمرکز کنید. ساعت را برای ۱۵ دقیقه تنظیم کردیم، چشمانم را بستم و سعی کردم کاملاً آگاهانه نفس بکشم. در ذهنم پرسیدم: راهنمای معنوی من کیست؟ و سپس نفس‌هایم را شمردم، دم و بازدم، دم و بازدم. بلافاصله، کل بدنم بی‌حس شد. حتی نمی‌توانستم بینی‌ام را از انگشت پایم تشخیص دهم. احساس عجیب اما بسیار راحتی بود که از آن لذت می‌بردم. حس می‌کردم بدنم به آرامی در حال چرخیدن است در حالی که می‌دانستم روی صندلی نشسته بودم. ساعت زنگ خورد و ما را هوشیار کرد. من گفتم: «بیا دوباره انجامش دهیم.»

بار دیگر، چشمانم را بستم، نفس‌هایم را شمردم و دوباره از سرتا نوک انگشتانم بی‌حس و کرخت شدند؛ و دوباره زنگ ساعت ما را به خودمان آورد. من گفتم: «بیا دوباره انجامش دهیم.»

ساعت‌مان را برای یک ۱۵ دقیقه دیگر تنظیم کردیم و من دوباره تمام بدنم بی حس و کرخت شد؛ اما این بار، چیزی، یا شخصی، درونم نفس می‌کشید. از نگاه من، مثل یک عشق هیجان‌انگیز در اعماق وجودم حرکت می‌کرد. چه احساس خارق‌العاده‌ای! جری بعداً می‌گفت که صدای آرام من را که حاصل از رضایت بوده می‌شنیده، به او گفتم که من در خلسه شناور بودم.

وقتی ساعت متوقف شد و از حالت مراقبه خارج شدم، بسیار سریع و ناشمرده حرف می‌زدم. احتمالاً وزوز کردن کلمه بهتری برای آن تجربه باشد. نزدیک یک ساعت، مشغول وزوز کردن بودم به حدی که تلاش می‌کردم تا تنها به حالت عادی و هوشیاری خودم بازگردم.

در آن لحظه، من متوجه نبودم که چه اتفاقی در حال رخ دادن است، اما حالا می‌دانم که این اولین تجربه ارتباط من با آبراهام بود. با این حال که در آن زمان نمی‌دانستم چه اتفاقی افتاده، اما می‌دانستم هر چیزی که هست، خوب است! و دلم می‌خواهد که دوباره اتفاق بیافتد.

بنابراین من و جری تصمیم گرفتیم که هر روز ۱۵ دقیقه مراقبه کنیم. فکر نمی‌کنم که در نه ماه بعد از آن حتی یک روز را هم از دست داده باشیم. من در هر بار مراقبه بی‌حسی و انفصال را حس می‌کردم اما هیچ چیز عجیب و غریب دیگری در حین مراقبه‌هایمان اتفاق نیفتاد. سپس درست قبل از عید شکرگزاری^۱ ۱۹۸۵، در حین مراقبه، سرم شروع کرد به آرامی از سمتی به سمت دیگر حرکت کردن. برای چند روز بعد از آن نیز در حین مراقبه حرکت آرام سرم در جهات مختلف ادامه داشت. احساسی بسیار دوست‌داشتنی بود انگار که در حال پرواز بودم.

سپس، سه روز بعد از شروع آن حرکات جدید در هنگام مراقبه، من متوجه شدم که حرکات سرم نامنظم نیست، بلکه بینی من مثل قلمی بود که در هوا حروفی را می‌نوشت. «م-ن-و-پ» حروفی بودند که متوجه‌شان شدم.

با فریاد جری را صدا زدم و گفتم: «من با بینی‌ام حروفی را می‌نویسم!» احساس هیجان‌انگیزی داشتم. تمام بدنم از این انرژی غیرمادی که درونم جاری شده بود مرموز شد.

جری سریع یک دفترچه برداشت و در آن حروفی را که در هوا می‌نوشتیم را نوشت: «من آبراهام هستم. راهنمای معنوی تو.»

آبراهام برای ما توضیح داد که «آن‌ها» تعداد زیادی هستند که در کنار هم جمع شده‌اند. آن‌ها خودشان را به صورت ضمیر جمع خطاب می‌کنند چرا که یک ضمیر آگاه جمعی هستند. آن‌ها توضیح دادند این که در آغاز با عبارت من آبراهام هستند

۱. Thanksgiving یک تعطیلی ملی در آمریکا و کانادا است و در این روز مردم به شکرانه برداشت محصولات جشنی برگزار می‌کنند.

با من سخن گفتند به این دلیل بوده که توقع من از راهنمای معنوی، فردی بوده است اما تعداد آن‌ها بسیار زیاد است، به معنای واقعی کلمه صحبت می‌کنند، اما با یک صدا، همچنین در همه موارد باهم همفکری می‌کنند.

به نقل از آبراهام: آبراهام مثل شما انسان‌ها یک ضمیر آگاه منفرد و تنها نیست. آبراهام ضمیر آگاه جمعی است. یک اجتماع غیرمادی از هوشیاری، هنگامی که یکی از شما سؤالی می‌پرسد (به سبب آن‌که تنها یک انسان، استر، است که کلام ما را بیان یا ترجمه کند) تمامی ضمیرهای آگاه باهم جمع می‌شوند تا جواب شما را پیدا کنند و طوری پاسخ را انتقال دهند که به نظر برسد تنها یک خط فکری وجود دارد، به همین علت است که شما فکر می‌کنید آن ضمیر آگاه منفرد است. ما دارای ابعاد متعدد، وجه‌های مختلف و چندین ضمیر آگاه هستیم.

آبراهام توضیح داد که آن‌ها کلمات را در گوش من زمزمه نمی‌کنند تا من آن‌ها را برای دیگران تکرار کنم، بلکه آن‌ها توده‌ای از افکار را، مثل سیگنال‌های رادیو، می‌فرستند که من آن‌ها را در سطوح ناهشیاریم دریافت می‌کردم. سپس من آن‌ها را به کلمات قابل درک ترجمه می‌کردم. من کلماتی که از دهانم جاری می‌شد را «می‌شنیدم» اما در روند ترجمه آن یا زمانی که خاطراتم را مرور می‌کردم هیچ هوشیاری نداشتم و نمی‌دانستم چه اتفاقی در حال رخ دادن است.

آبراهام توضیح داد که آن‌ها اکثر اوقات این توده‌های فکری را برای من می‌فرستند، اما من بسیار تلاش می‌کردم تا از راهبردهای تثبیت‌شده کنم همان‌طور که گفته بود: «زمانی که ذهنت سرگردان می‌شود که مطمئناً خواهد شد، افکار را رها کن و بر نفس کشیدن تمرکز کن» - به همین علت بود که من هرگاه فکری به ذهنم می‌رسید، هرچه سریع‌تر آن را رها می‌کردم و دوباره بر دم و بازدم‌هایم تمرکز می‌کردم. حدس می‌زنم تنها راهی که آن افکار می‌توانستند به من برسند نوشتن حروف در هوا بود. آبراهام می‌گوید آن احساس شگفت‌انگیزی که در بدنم موج می‌زد وقتی فهمیدم حروف کلمات را در هوا می‌نویسم، در حقیقت شادی آن‌ها از یافتن راه ارتباط آگاهانه با من بود.

روند ارتباطی ما خیلی سریع پس از چند هفته پیشرفت کرد. نوشتن کلمات در هوا بسیار روند طولانی داشت، اما جری آن قدر از این روش واضح و مداوم انتقال اطلاعات خوشش آمده بود که گاهی نیمه‌شب من را از خواب بیدار می‌کرد تا سوا لاتش را از آبراهام بپرسم.

اما یک شب احساس کردم انرژی قوی بازوان، دست‌ها و انگشتان من را تکان می‌دهد. من و جری نشسته بودیم و مشغول فیلم دیدن بودیم که ناگهان انگشتان دستم با سرعت بالایی شروع به ضربه زدن کردند. این ضربات به حدی بود که احساس کردم باید به سمت ماشین تحریر تصحیح کننده‌ام بروم، به محض اینکه انگشتانم را روی صفحه کلید ماشین تحریر گذاشتم، دستانم شروع کردند به حرکت و

فشار دادن کلیدها به صورتی که انگار شخصی می خواست بداند این ماشین تحریر چگونه کار می کند و هر حرف کجا قرار دارد. سپس دست هایم شروع کردند به تایپ کردن: هر حرف و هر شماره را بارها و بارها تایپ کرد. بعد از آن کلمات روی کاغذ شکل گرفتند: من آبراهام هستم. هدایت گر روح تو. اینجا هستم تا با تو کار کنم. من تو را دوست دارم. ما باهم کتابی خواهیم نوشت.

ما متوجه شدیم که من می توانم در حالی که دستانم را روی صفحه کلید ماشین تحریر قرار داده ام ذهنم را رها کنم، به همان روشی که هنگام مراقبه انجام می دادم تا آبراهام (از این پس آبراهام را به نمایندگی تمام ضمائر آگاه به کار می بریم.) بتواند به سؤالاتی که جری از او درباره همه چیز می پرسد پاسخ دهد. یک تجربه فوق العاده بود. آن ها بسیار باهوش، دوست داشتنی و در دسترس بودند! هر زمانی، روز یا شب فرقی نمی کرد آن ها آنجا بودند تا درباره هر چیزی که بخواهیم با ما سخن بگویند.

یک روز بعد از ظهر، هنگام رانندگی در آزادراه فینیکس، احساسی دردهان، چانه و گردنم داشتم، احساسی شبیه به خمیازه کشیدن. احساس بسیار قوی بود، به حدی که نتوانستم آن را فرو بنشانم. داشتیم از کنار و از بین دو کامیون بزرگ دور می زدیم و به نظر می رسید هر دو هم زمان می خواستند از خط خودشان خارج شوند و وارد خط ما شوند، من لحظه ای فکر کردم که آن ها می خواهند از روی ما رد شوند؛ و در همان لحظه، اولین کلماتی که آبراهام از زبان من گفت، منفجر شد: «از خروجی بعدی برو!».

ما از آزادراه خارج شدیم و در محوطه زیر یک پل هوایی پارک کردیم. جری و آبراهام ساعت ها باهم صحبت کردند. وقتی آبراهام به سؤالات جری پاسخ می داد، چشمانم محکم بسته بودند و سرم به طور موزون بالا و پایین می رفت.

چطور این اتفاق شگفت انگیز برای من افتاده است؟ گاهی اوقات، وقتی به آن فکر می کنم، به سختی می توانم باور کنم که واقعیت دارد. به نظر می رسد یکی از چیزهایی است که در افسانه ها می گویند - تقریباً مثل لمس کردن یک چراغ جادو. گاهی نیز، به نظر می رسد طبیعی ترین و منطقی ترین تجربه در جهان است.

بعضی اوقات به سختی به یاد می آورم که زندگی قبل از آنکه آبراهام وارد زندگی مان شود چگونه بود. من، جز در چند مورد، همواره به عنوان یک انسان شاد شناخته شده ام. من کودکی فوق العاده ای داشتم، بدون هیچ آسیب جدی، همراه با دو خواهر دیگر، از پدر و مادری مهربان و دوست داشتنی به دنیا آمدم. همان طور که اشاره کردم، من و جری حدود چهار سال بود که با خوشحالی ازدواج کرده بودیم و از هر نظر، همیشه خوشبخت زندگی می کردم. من خودم را فردی پراز سؤالات بی پاسخ توصیف نمی کردم. در واقع، من اصلاً سؤالات زیادی نمی پرسیدم و در مورد بسیاری از موضوعات نظرات قاطعانه ارائه نمی دادم. برعکس، جری پراز سؤالات هیجان انگیز

بود. او یک خواننده حریص بود، همیشه به دنبال ابزار و فن‌هایی بود که بتواند آن‌ها را به دیگران منتقل کند تا به آن‌ها کمک کند زندگی شادتری داشته باشند. تا به امروز، من هرگز کسی را ندیده‌ام که بیش‌تر از جری بخواهد به دیگران کمک کند تا زندگی موفق‌تری داشته باشند.

دلیل اینکه من و جری ترکیب عالی‌ای برای انجام این کار باهم هستیم این است که میل شدید جری آبراهام را احضار می‌کند و نظرندادن یا عصبی نشدن من باعث می‌شود دریافت‌کننده خوبی برای احضار باشم.

جری، حتی در اولین ملاقاتش با آبراهام بسیار مشتاق بود، زیرا عمق خرد و وضوح پیشنهاد آن‌ها را درک می‌کرد. در طول این سال‌ها، اشتیاق او به پیام‌های آبراهام کمترین کاهشی پیدا نکرده است. هیچ‌کس در اتاق بیش‌تر از جری از گفته‌های آبراهام لذت نمی‌برد.

در ابتدای تعاملاتمان با آبراهام، ما واقعاً نمی‌فهمیدیم چه اتفاقی می‌افتد و هیچ راهی برای شناختن شخصی که با جری صحبت می‌کرد نداشتیم، اما بازهم هیجان‌انگیز و فوق‌العاده شگفت‌انگیز بود - و البته عجیب و غریب. آن قدر عجیب به نظر می‌رسید که اطمینان داشتم اکثر افرادی که می‌شناختیم آن را درک نخواهند کرد. آن‌ها حتی نمی‌خواستند درک کنند. در نتیجه، من از جری قول گرفتم که راز شگفت‌انگیز ما را به کسی نگوید.

احتمالاً حالا مشخص است که جری به این قول عمل نکرده، اما از این بابت ناراحت نیستم. هیچ‌کس به اندازه ما دوست نداشت در یک اتاق با افرادی باشد که می‌خواهند با آبراهام گفتگو کنند. آنچه ما اغلب از افرادی که با آبراهام از طریق کتاب‌ها، فیلم‌ها، مجموعه‌های صوتی، کارگاه‌ها یا وب‌سایت ما آشنا می‌شوند می‌شنویم این است: «ممنونم که به من کمک کردید آنچه را که همیشه می‌دانستم را به یاد بیاورم» و «این به من کمک کرد تا همه قطعات حقیقت را که در طول راه یافته‌ام کنار هم جمع کنم. این به من کمک کرده است تا همه چیز را درک کنم!»

به نظر نمی‌رسد آبراهام علاقه‌مند به پیش‌بینی آینده ما باشد، گرچه من معتقدم که آن‌ها می‌دانند آینده ما چیست، اما در عوض آن‌ها معلمانی هستند که ما را از هرکجا که هستیم به هرکجا که می‌خواهیم باشیم راهنمایی می‌کنند. آن‌ها برای ما توضیح داده‌اند که تصمیم‌گیری در مورد آنچه ما باید انجام دهیم وظیفه آن‌ها نیست، بلکه کار آن‌ها این است که ما را در دستیابی به هر آنچه می‌خواهیم کمک کنند. به گفته خودش: آبراهام قرار نیست که کسی را به سمت یا دور از هر چیزی هدایت کند. ما می‌خواهیم شما در مورد خواسته‌های خود تمام تصمیمات را بگیرید. تنها آرزوی ما برای شما این است که راه رسیدن به خواسته‌هایتان را کشف کنید.

از موارد دلخواه من بین کسانی که با آبراهام صحبت کرده‌اند پسر نوجوانی بود که تازه به صدای ضبط شده‌ای گوش داده بود که در آن آبراهام به برخی از سؤالاتی که نوجوانان می‌پرسیدند، می‌پرداخت. پسر گفت: «در ابتدا، من باور نمی‌کردم که استرواقعاً به جای آبراهام صحبت می‌کند؛ اما وقتی نوار و پاسخ‌های آبراهام به آن سؤالات را شنیدم، پس از آن می‌دانستم که آبراهام واقعی است، زیرا هیچ قضاوتی وجود نداشت. من اعتقاد دارم که هیچ شخصی نمی‌تواند این قدر عاقل، باانصاف و بدون قضاوت باشد.»

برای من، این سفر با آبراهام بسیار شگفت‌انگیزتر از آن بود که بتوانم با کلمات توصیفش کنم. من آن احساس خوشبختی که به کمک آموخته‌هایم از آن‌ها پیدا کرده‌ام را ستایش می‌کنم. من عاشق این هستم که راهنمایی‌های دلسوزانه آن‌ها همیشه احساس قدرت‌پذیری در من ایجاد می‌کند. من دوست دارم زندگی بسیاری از دوستان عزیزمان (و دوستان جدید) را ببینم و با استفاده از آنچه آبراهام به آن‌ها می‌آموزد، پیشرفت کنم. من عاشق این هستم که موجودات ارزشمند و دوست‌داشتنی هر زمان که اراده کنم به ذهنم می‌آیند و همیشه آماده و مایل به کمک برای درک ما از هر چیزی هستند.

(بعلاوه، چندین سال پس از ملاقات ما با شیلا و تئو، جری به دنبال نام تئودر فرهنگ لغت گشت. او با خوشحالی به من اعلام کرد: تئوبه معنای الهه است، این چقدر عالی و جالب است! وقتی به آن روز شگفت‌آور فکر می‌کنم ناخودآگاه لبخند می‌زنم، روزی که برای ما یک نقطه عطف فوق‌العاده بود. در آنجا من نگران تعامل با شرو شیطان بودم، در حالی که در واقع در راه گفتگو با یک روح مقدس بودم!)

در روزهای اولیه کار با آبراهام، مخاطبان ما می‌خواستند که ما رابطه خود با آبراهام را توضیح دهیم. «اولین ملاقات شما چگونه اتفاق افتاد؟ چگونه رابطه خود را حفظ می‌کنید؟ چرا آن‌ها شما را انتخاب کردند؟ چگونه سخنران چنین خرد عمیقی دارد؟» بنابراین، من و جری در ابتدای هر سخنرانی یا مصاحبه رادیویی یا تلویزیونی چند دقیقه وقت برای پاسخ دادن به این سؤالات صرف می‌کردیم؛ اما من همیشه نسبت به این قسمت از سخنرانی مان بی‌تاب می‌شوم. من فقط می‌خواهم ذهنم را رها کنم تا آبراهام هوشیار شود و آن چیزی که من و جری به خاطرش آنجا بودیم صورت پذیرد. در نهایت، ما یک صدای ضبط شده رایگان از معرفی آبراهام ایجاد کردیم که مردم می‌توانند در اوقات فراغت به آن گوش دهند که جزئیات چگونگی شروع و تکامل تجربه‌مان با آبراهام را توضیح می‌دهد. (اکنون آن مقدمه ۷۴ دقیقه‌ای را به عنوان یک بارگیری رایگان در سایت www.abraham-hicks.com، وب‌سایت تعاملی خود، قرار داده‌ایم تا توضیح دهد که ما چه کسانی هستیم و قبل از ملاقات با آبراهام چه می‌کردیم.) ما هر دو از سهم خود در روند دریافت پیام آبراهام به شکلی که توسط