

สรุป The Secret กฎแห่งการดึงดูด

เคล็ดลับที่จะนำไปสู่ความสุขและความสำเร็จของชีวิต โดยเชื่อใน **“Law of Attraction” กฎแห่งการดึงดูด** เพราะจิตของเรามีพลังอำนาจมหาศาล พุดง่ายๆก็คือ ให้คิดแต่สิ่งที่ดี แล้วสิ่งดีๆ จะถูกดึงดูดเข้ามาหาเราเอง



“นี่เป็นช่วงเวลาที่ดีที่สุดที่สุดในประวัติศาสตร์สำหรับการมีชีวิตอยู่ เพราะเป็นครั้งแรกที่มนุษย์เรามีอำนาจถึงขั้นใช้เพียงปลายนิ้วก็หาความรู้ได้”

ความลับที่จะทำให้คุณจะได้เรียนรู้วิธีการใช้ความลับในทุกแง่มุมของชีวิต ทั้งด้านการเงิน สุขภาพ ความสัมพันธ์ ความสุขและปฏิสัมพันธ์ทุกรูปแบบของคุณในโลกนี้ คุณจะเริ่มเข้าใจพลังอำนาจภายในตัวเองที่ถูกปกปิดซ่อนเร้นมานานและสิ่งที่เปิดเผยนี้จะนำมาซึ่งความยินดีในทุกๆด้านชีวิตของคุณ

ความสำเร็จ ทุกอย่างจะเกิดขึ้นได้ เราต้องเข้าใจใน 3 กระบวนการ ดังนี้

กระบวนการที่ 1 : Attraction Process หรือ กระบวนการสร้างแรงดึงดูด

โลกของเรามีแรงดึงดูด ที่เป็นพลังงานที่เราไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า แต่พวกเราสามารถสัมผัสกันได้ ผ่านกระบวนการเกี่ยวเนื่องอื่นๆ ตัวเราเองก็สามารถสร้างแรงดึงดูดได้เหมือนกัน แต่สิ่งที่จะวิ่งเข้ามาหาเรา..คุณต้องการสิ่งที่ดีหรือไม่ดีหละ คงไม่มีใครต้องการสิ่งไม่ดี และคงไม่มีใครไม่ต้องการสิ่งที่ดี ทุกคนต่างต้องการสิ่งที่ดีเข้ามาในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นทางด้านสุขภาพ ทรัพย์สินเงินทอง หน้าที่การงาน ต่างๆก็ล้วนแต่ต้องการสิ่งที่ดี ที่นี้เราจะสร้างแรงดึงดูดอย่างไร ให้มีแต่สิ่งที่ดีเข้ามาหละ

The secret ได้บอกหลักสำคัญของแหล่งแรงดึงดูดสิ่งที่ดี ไว้ดังนี้

1.1 การคิดเชิงบวก (positive thinking):

ทุกความคิดมีแรงดึงดูด เคยสังเกตมั๊ยว่า หากเราคิดคำนึงหรือกังวลเรื่องใดเรื่องหนึ่งบ่อยๆ เรื่องนั้นก็มักเกิดขึ้นจริง ดังนั้น หากเราเปลี่ยนความคิดจากการคิดถึงสิ่งที่ไม่ดีบ่อยๆ เป็นคิดถึงแต่สิ่งที่ดีดี บ่อยๆ คลื่นความคิดเราก็จะแปรเปลี่ยนเป็นแรงดึงดูด ดึงดูดสิ่งที่ดีเข้ามาในชีวิต

ในประเด็นนี้ หากเรามองในทางธรรมแล้ว ก็คงไม่ต่างอะไรกับที่ชอบพูดกันว่า คิดดี ทำดี พุทธิ ..สิ่งที่สะท้อนกลับมาหาเราก็คงดีเหมือนกัน

1.2 รู้เท่าทันความคิดของตัวเอง :

เหมือนเป็นการมีสติ กำหนดรู้ว่า ขณะนี้เราคิดอะไร คิดดีหรือคิดเลว เมื่อเรารู้เท่าทันความคิดเราเมื่อไหร่ เราก็สามารถตัดแยกความคิดเลวออกจากความคิดดีได้ ทำให้เรามีโอกาสที่จะยับยั้งความคิดเลว และดำเนินความคิดดีต่อไป

เคยสังเกตตัวเองกันมั๊ย หากเมื่อเราคิดเลว อารมณ์ที่ไม่ดี ก็เกิด แต่หากเมื่อไหร่เรา คิดดี ความสบายใจ อารมณ์ที่ดีก็จะเกิด อารมณ์เป็นสิ่งหนึ่งที่เกิดการกระทำ คนที่ไม่ รู้เท่าทัน ไม่รู้จักควบคุมความคิดเลว อารมณ์เลว ก็จะโกรธง่าย เกลียดง่าย ฉุนเฉียวง่าย สิ่ง เหล่านี้ ถูกถ่ายทอดผ่านใบหน้าและร่างกายออกสู่ภายนอก สิ่งที่สะท้อนจากภายนอกกลับมา หาตัวคุณก็คงไม่ใช่สิ่งดีนักหรอก แต่ในทางกลับกัน คนที่คิดดี รู้เท่าทันระงับความคิดและ อารมณ์เลว สิ่งดีดี จากจิตใจก็จะถูกถ่ายทอดผ่านร่างกายให้แสดงออกมาแต่ในสิ่งดีดี สิ่งที่คุณ ได้รับก็จะเป็นสิ่งดีด้วยเช่นกัน เมื่อคุณรู้สึกดี ความคิดสร้างสรรค์ อารมณ์สร้างสรรค์สิ่งต่างๆก็ จะบังเกิดขึ้น ทำให้คุณสามารถพัฒนาตัวเองทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้อย่างดีขึ้นอย่างไม่ ต้องสงสัย อนาคตของคุณขึ้นกับความคิดของคุณแล้วหละ

สร้างคิดดี อารมณ์ดี โดย รู้จักมีความพึงพอใจ (Scarification) รู้จักชื่นชมผู้อื่น (Appreciation) มีความหวัง (Hope) มีความสุข (Happiness) รู้จักสนุก ร่าเริง(Joy) รู้จัก ขอบคุณ (Gratitude) รู้จักรักทั้งตัวเอง ผู้อื่น และสิ่งอื่นรอบตัว (Love) เป็นต้น

ละทิ้ง ความคิดเลว อารมณ์เลว โดย ตัดความหวาดกลัว (Fear) ความกดดัน เครียด (Depression) ผิดพลาดเลอะเทอะ (Fault) ไม่พอใจขุ่นเคือง (resentment) ความเกลียด (Hate) ความโกรธ (Angry) การตำหนิติเตียน (Criticism) การกล่าวโทษนินทา (Blame) เป็น ต้น

ความเครียด ความคิดเชิงลบ ก่อให้เกิดอารมณ์ที่ขุ่นมัว เศร้าหมอง ส่งผลต่อระดับการทำงาน ของร่างกายและสมองที่ลดลงเสมอ

the secret กระบวนการสร้างสรรค์ (Creative process) ไว้ให้ 3 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 ขั้นตอนการร้องขอ (Ask) : เหมือนคุณมี ตะเกียงวิเศษ เมื่อถูกเจ้ายักษ์ออกมาแล้ว คุณ ต้องร้องขอ คุณต้องคิดให้พลังแห่งจักรวาลรับรู้ว่าคุณต้องการอะไรอย่างแท้จริง แล้วคุณจะได้สิ่งนั้นมา..นั่นแหละ หากสิ่งที่คุณคิด..ไม่ดี..สิ่งที่คุณได้ก็ย่อมไม่ดีเช่นกัน แต่หากคุณคิดดี สิ่งที่คุณได้ย่อมดีเสมอ ในขั้นตอนนี้เทคนิคที่ the secret แนะนำ คือ การเขียนสิ่งดีดี คุณ สามารถเขียนสิ่งดีดี ที่คุณต้องการในสมุดบันทึกได้ทุกวัน เพื่อให้คุณจดจำสิ่งดีดีที่คุณต้องการ มันจะก่อให้เกิดแรงบันดาลใจลึกๆในใจ ให้คุณพยายามทำให้สิ่งที่คุณต้องการจนสำเร็จ

ขั้นที่ 2 ขั้นตอนแห่งความเชื่อ (Believe) : จงเชื่อในสิ่งดีดี ที่คุณพึงอยากได้ ว่าคุณจะต้อง ได้มา ศรัทธาที่ไม่สั่นคลอนก่อให้เกิดสิ่งที่เป็นจริง เมื่อไหร่ที่คุณพลาดจากหวัง จงเชื่อเสมอว่า หากหวังและพยายามต่อไป วันหนึ่ง ฝันคุณจะเป็นจริง กรณีนี้ คงเข้าตำราคนไทยที่ว่า ความ พยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น หากเราเชื่อ และพยายามทำในสิ่งที่เราเชื่อ สักวัน สิ่ง นั้นจะสำเร็จดังฝัน

ขั้นที่ 3 ขั้นตอนแห่งการรับ (Receive) : เป็นการยอมรับ ทั้งสิ่งที่สมหวังและผิดหวัง การ ผิดหวัง หากเรายอมรับเราสามารถนำมาเป็นบทบทวน ไตร่ตรองได้อีกรอบ แล้วเราจะเห็นถึง

ข้อผิดพลาดอันนำไปสู่แนวทางในการปรับปรุง

1.3 เริ่มต้นวันใหม่ด้วยสิ่งดี :

คุณเคยสังเกตมั๊ย หากวันไหนคุณตื่นมาพร้อมอารมณ์ที่ขมขื่น วันนั้น คุณอาจปวดหัว อะไรก็ดูช่างหงุดหงิดในสายตาของคุณไปเสียทั้งหมด ไม่ว่าจะ เป็นคน การจราจร หรือ สิ่งแวดล้อมต่างๆ แต่ในทางกลับกัน หากคุณสามารถตื่นขึ้นมาพร้อมกันความรู้สึกดีดี สมองคุณก็จะแจ่มใส จิตใจก็จะเบ่งบาน พร้อมทั้งจะมีสติรับรู้เรื่องราวต่างๆในวันนั้น ได้อย่างต่อเนื่องและมีสมาธิในการไตร่ตรองแยกแยะ พิจารณาสิ่งที่ ผิด ถูก ชั่ว ดี ได้ไม่ยาก ซึ่งเมื่อคุณได้กรอง และเลือกที่จะรับแต่สิ่งดีดีแล้ว อารมณ์ก็จะดียิ่งขึ้น สิ่ง que แสดงออกมาจากตัวคุณ ก็ดี สิ่งที่คุณจะได้รับต่อไป ยิ่งดี

เมื่อใดที่เราารู้สึกแย่ ท้อถอย the secret แนะนำให้มองสิ่งที่สวยงาม การได้ฟังเพลงดีดี เพลงเชิงบวก การได้มองเด็กๆที่สดใสร่าเริง การได้ชมดอกไม้สีสวยๆที่กำลังเบ่งบาน การได้เลี้ยงสัตว์ เลี้ยงสุนัข เลี้ยงแมว การได้เล่นกีฬา การได้ออกไปท่องเที่ยว เพราะ the secret เชื่อว่า "เมื่อคนรู้สึกรัก สิ่งดีดีก็จะเข้ามาในชีวิต"

ซึ่งสิ่งเหล่านี้เหมือนกับเราจะรักกันเองนานแล้ว ใช่ป่าว เพราะเราคงได้ยินกันบ่อยๆว่า ความรักทำให้โลกสดใส โลกทั้งใบเป็นสีชมพู ไม่ว่าจะรักแบบไหน แต่ต้องเป็นรักที่บริสุทธิ์ใจ จึงจะไม่เป็นทุกข์...รักทำให้คนสามารถมองโลกได้ในแง่ดีเสมอ...

1.4 อย่างล่งเลกับสิ่งที่จะลงมือทำ :

สิ่งดีดี โอกาสคอยเราอยู่เสมอ เมื่อเราสามารถสร้างแรงดึงดูดได้แล้ว สิ่ง que สะท้อนกลับมา เมื่อเราหยุดคิดอย่างรอบคอบแล้ว อย่างล่งเลที่จะรับ อย่างปล่อยให้โอกาสนั้นหลุดลอย เพราะหากคุณไม่เริ่มผลคงไม่เกิด เราไม่จำเป็นต้องเห็นตลอดทั้งเส้นทางหรือเห็นทางทั้งหมด แต่หากคุณเริ่มและลองดู คุณอาจจะเห็นทางอีกหลายทางซึ่งสามารถนำมาเปรียบเทียบกันได้

1.5 รู้จักพอเพียง :

การรู้จักพอ จะสร้างความสุขที่แท้จริง คนเราทุกวันนี้ ล้วนแต่เอากิเลสเป็นที่ตั้ง อยากได้สิ่งต่างๆมากมายจนเกินความจำเป็น ความพอดี ข้อนี้ คงเข้ากับหลักพุทธศาสนา หรือ แม้กระทั่ง หลักเศรษฐกิจพอเพียง ได้เป็นอย่างดี

เมื่อรู้จักพอ ความสุขก็เกิด ความเหนื่อยล้า แห่งการดิ้นรนก็น้อยลง ทำให้คนมีเวลาที่จะคิดทบทวนไตร่ตรองสิ่งต่างๆในความคิด ได้ดีขึ้น ดังนั้น ความพอเพียงคงแยกกันไม่ออกจากข้ออื่นๆ ที่กล่าวข้างต้น

กระบวนการสร้างแรงดึงดูด โดยสรุปแล้ว หากเราต้องการพบความสุขและความสมหวังที่แท้จริง เราก็ควรมุ่งเน้นที่สร้างแรงดึงดูดที่ดี เราต้องหัดปรับเปลี่ยนความคิดทัศนคติไปในทิศทางที่ดี

หากเราคิดดี ทำดี สิ่ง que สะท้อนออกไปดี สิ่งที่เราได้รับก็จะดี เมื่อทุกคนทำได้ โลกก็จะเป็นสุขและพัฒนาในทิศทางที่ดี...

the secret บอกว่า ทุกวันนี้คนเรามันใช้คำพูดว่า "ต่อต้าน" ในการรณรงค์ต่างๆ ซึ่งทำให้การรณรงค์เหล่านั้นไม่ประสบความสำเร็จซักที ดังนั้น ควรเปลี่ยนคำพูดเชิงลบ จากคำว่า "ต่อต้าน" เป็นคำพูดเชิงบวก คำว่า "ส่งเสริม" คงจะดีกว่า อาทิเช่น

แทนที่จะต่อต้านสงคราม ก็ควรเปลี่ยนเป็น สนับสนุนสันติภาพ

แทนที่จะต่อต้านความยากจนอดอยาก ก็ควรเปลี่ยนเป็น สนับสนุนผู้คนที่ให้มีอาหารกิน

แทนที่จะต่อต้านพรทการเมืองใดเป็นพิเศษ ก็ควรเปลี่ยนเป็น สนับสนุนพรทการเมืองตรงข้ามพรทคนนั้น

หากทุกคนเพิ่งไปยังสิ่งที่ไม่ต้องการ สิ่งนั้นมันคงยังวนเวียนในหัวสมองของทุกคน แล้วในที่สุดมันก็เป็นการตอกย้ำและดึงดูดให้สิ่งที่ไม่ต้องการนั้นเกิดขึ้น เหมือนสุภาษิตไทยว่า "ยิ่งเกลียดยิ่งเจอ" นั่นเอง ดังนั้น ทุกคน ควรเรียนรู้ที่จะสงบนิ่งและละความสนใจไปจากสิ่งที่ไม่ต้องการ

กระบวนการที่ 2 : Gratitude หรือ รู้จักขอบคุณ และชื่นชม

การรู้จักขอบคุณ ขอบคุณสิ่งที่อยู่รอบตัวคุณ สิ่งที่คุณมี สิ่งคุณเป็น ด้วยใจจริง ตัวอย่างเช่น

แทนที่คุณจะมองว่าของขวัญจากเพื่อนมูลค่าน้อยนิด คุณจงมองเสียใหม่ว่า ขอบคุณที่มีเพื่อนที่น่ารัก เพื่อนยังคิดถึงเราเสมอ

แทนที่คุณจะน้อยใจว่าพ่อแม่ดูว่า คุณจงมองเสียใหม่ว่า ขอบคุณที่ทุกวันนี้ยังได้ยินเสียงของพ่อแม่ และท่านยังได้มีทุกขัสขร่วมกันเรา

แทนที่คุณจะมองว่าอาหารมีอยู่น้อยเกินไป กินไม่อิ่ม คุณจงมองเสียใหม่ว่า ขอบคุณที่ทุกวันนี้คุณยังมีข้าวมีอาหารให้ได้กิน

แทนที่คุณจะมองว่างานหนักเหนื่อย เงินเดือนน้อย คุณจงมองเสียใหม่ว่า ขอบคุณที่คุณยังมีงานทำยังมีเงินเดือนใช้

แทนที่คุณจะมองว่าเข้านี้รถติดน่าเบื่อ เบื้องน้ำมัน คุณจงมองเสียใหม่ว่า ขอบคุณที่คุณโชคดียังมีรถขับ ขอบคุณที่ฝนไม่ตกซ้ำลงมาอีก ขอบคุณที่ได้ที่นั่งบนรถเมล์ ขอบคุณที่ได้ยินถือเป็นการออกกำลังกายอีกวัน เป็นต้น

หากคุณสามารถมองสิ่งรอบตัวในมุมที่ดีได้ คิดเชิงบวกกับสิ่งเหล่านั้นได้ และสามารถขอบคุณสิ่งเหล่านั้นได้ และชื่นชมอย่างจริงจัง คุณก็จะสามารถสร้างแรงดึงดูดที่ดี ให้กับชีวิตคุณได้ไม่ยาก

กระบวนการที่ 3 : Visualize หรือ รู้จักสร้างภาพ

การสร้างภาพในที่นี้ ไม่ได้หมายถึงการให้โกหกหลอกลวง สร้างภาพให้ดูดี ในสายตาคนอื่น แต่การสร้างภาพในที่นี้ หมายถึง การสร้างจินตนาการแห่งความหวังของคุณให้เป็นภาพออกมา เช่น

หากคุณต้องการมีบ้านสวย คุณลองวาดภาพบ้านในฝันของคุณออกมาดูซิ คุณก็จะมีความหวัง แรงบันดาลใจ พลังในจิตใจให้เกิดความพยายามในการสร้างสรรค์แนวทางที่จะให้ได้มาซึ่ง บ้านในฝันของคุณ

ไม่เฉพาะสิ่งของ แม้แต่บุคคลหากเราฝันมันก็อาจเป็นจริง เชื่อได้ว่า ข้อนี้ ทุกคนก็คงเคยฝันถึง คนในอุดมคติ ที่คุณสามารถเอาเป็นแบบอย่างได้ ความลับข้อนี้ มันอาจถูกเปิดเผยมานานแล้ว แต่เพียงแต่เรายังไม่ทราบเท่านั้นเองว่า มัน คือ ช่องทางแห่งความสำเร็จ

การสร้างภาพ มันก็เหมือนเป็นการสะกดจิตตัวเอง ด้วยภาพ ที่อาจสร้างขึ้นมาในสมอง ใน จิตใจ หรือ วาดออกมาให้เห็นจริงๆในวัสดุใดใด การสร้างภาพ ไม่ได้จำเพาะเพียงรูปภาพ แต่หมายรวมถึง ภาพของอักษรที่ร้อยเรียงคำพูด การกระทำของทั้งตัวเราเองและคนอื่นที่เรา ต้องการขอบคุณและชื่นชม เช่น หากคุณมองภาพดีดี หรือเขียนคำชื่นชมลูก สามิ ภรรยา เจ้านาย ลูกน้อง ทุกวัน ก็จะทำให้คุณมีทัศนคติและความสัมพันธ์ที่ดีต่อพวกเค้า เป็นต้น

หากคุณได้เพ่งมอง และรู้จักชื่นชมภาพเหล่านี้ทุกวัน แรงดึงดูดภายในจิตใจคุณก็จะถูกสร้าง ขึ้น สิ่งที่คุณฝันก็จะบังเกิด ดังนั้น หากคุณสร้างภาพในใจ ในสมอง ในความคิด ที่เป็นสิ่งดีดี สิ่งที่น่าชื่นชม ปรกิริยาต่างๆของคุณก็จะแสดงออกมากับสิ่งเหล่านั้นดี ปัญหาความขุ่นใจก็จะ ถูกกลบเลือนออกไป แล้วสิ่งดีดี ก็จะบังเกิดขึ้นกับคุณอย่างแน่นอน

ข้อคิดจากคำคม ใน The secret

"Whatever you're thinking and feeling today is creating your future" "อะไรก็ตามที่คุณ คิดและรู้สึกในวันนี้ คือ สิ่งที่สร้างอนาคตของคุณ"

"Your thought and you feeling create your life"

"ความคิดและความรู้สึกของคุณ สร้างชีวิตคุณ"

"You create your own universe as you go along"

"คุณสามารถสร้างจักรวาลของคุณเองได้ ในทุกขณะที่คุณดำเนินชีวิต"

" Take the first step in faith you don't have to see the whole staircase just take the first step"

"เริ่มก้าวแรกด้วยความศรัทธา คุณไม่จำเป็นต้องเห็นขั้นบันไดทั้งหมด คุณแค่เริ่มต้นที่ก้าวแรก"

"When you want to change your circumstance you must first to change your thinking"

"หากคุณต้องการสิ่งที่เป็นอยู่รอบตัวคุณ คุณต้องเปลี่ยนความคิดคุณเป็นอันดับแรก"

"Imagination is everything. It is the preview of life coming attractions"

"จินตนาการคือทุกสิ่ง มันเปรียบเสมือนภาพของชีวิต ที่กลายเป็นแรงดึงดูด"

"Whatever the mind of man can conceive, it can achieve"

"อะไรก็ตาม ที่จิตใจของคนสามารถคิดได้ มันก็สามารถนำมาครอบครองได้"

"We are a creator of our universe"

"พวกเราคือผู้สร้างสรรค์จักรวาลของพวกเราเอง"

"Energy flows when attention goes"

"พลังงานจะไหลลื่น เมื่อความมุ่งมันเกิดขึ้น"

"The relationship will really work, we need to focus on what we appreciate about the other person, not only complaining about"

"ความสัมพันธ์จะดำเนินไปด้วยดี หากคุณรู้จักชื่นชมสิ่งที่คุณประทับใจบ้าง ไม่ใช่เพียงแค่การบ่น ดุด่า หรือตำหนิ"

"We can not control other people, no matter how are we try"

"เราไม่สามารถควบคุมผู้อื่นได้ ไม่ว่าเราจะพยายามมากซักแค่ไหนก็ตาม"

" All power is from within and is therefore under our own control"

"พลังอำนาจทั้งหมดมาจากภายใน ฉะนั้นมันควรอยู่ภายใต้การควบคุมของเรา"

" You are the designer of your destiny. You are the writther who write your story.

The pen is in your hand and the outcome is whatever that you choose"

"คุณคือผู้ออกแบบชะตาชีวิตของตัวเอง คุณคือผู้แต่งเรื่องราวของตัวเอง ปากกาอยู่ในมือของคุณแล้ว และผลท้ายสุดที่ได้ ก็ขึ้นกับที่คุณจะเลือกเอง"

"เป็นไปได้ที่ใครจะรู้สึกแย่ ในขณะที่คิดอะไรดีๆ" ... Charles Haanel

"สิ่งที่คุณต่อต้าน จะยิ่งทานทน" ... Carl Jung (1875-1961)

“ไม่ว่าคุณจะทำอะไรก็ได้ หรือคิดว่าทำอะไรไม่ได้ คุณก็คิดถูกทั้งนั้น” .. Henry Ford (1863-1947)

สุดท้ายนี้ โปรดจงฟังระลึกอยู่เสมอว่า...

** หากต้องการลดน้ำหนัก อย่างมุ่งคิดถึงการ ลดน้ำหนัก แต่จงรวมศูนย์ความคิดไปที่ น้ำหนักที่เหมาะสมที่สุดสำหรับคุณ จงรู้สึกถึงความรู้สึกยามที่น้ำหนักตัวของคุณพอเหมาะที่สุด แล้วคุณก็จะได้น้ำหนักตัวเท่านั้น ** จักรวาลไม่ต้องใช้เวลาในการนำมาซึ่งสิ่งที่คุณปรารถนา จะหนึ่งดอลลาร์หรือล้านดอลลาร์ก็จ่ายพอกัน

** สิ่งที่ปรากฏในปัจจุบันของคุณ เป็นผลจากการกระทำในอดีตของคุณนั่นเอง**

หลายครั้งที่คุณพยายามให้สิ่งบางสิ่ง คนบางคน สถานที่บางสถานที่ สร้างความสุขให้คุณแต่ความสุขนั้นกลับไม่เกิดขึ้น เพราะแท้จริงแล้ว สิ่งเดียว คนเดียว และสถานที่เดียวที่จะสร้างความสุขอย่างแท้จริงให้กับคุณนั้น คือ **ใจของคุณเอง ตัวของคุณเอง เท่านั้น**

** มันไม่ใช่หน้าที่ของคุณที่จะเปลี่ยนแปลงโลกใบนี้ มันไม่ใช่หน้าที่ของคุณที่จะเปลี่ยนผู้คนรอบๆตัวคุณ งานและหน้าที่ของคุณ คือ ทำตัวให้สอดคล้อง เหมาะสม เพียงพอ และ พอใจ กับ สิ่งที่คุณเป็นอยู่ และมุ่งมั่นให้ดีขึ้น**

** ทุกสิ่งคือพลังงาน เปลี่ยนแปลงถ่ายเทได้ จิตใจเท่านั้นที่สามารถควบคุม และเปลี่ยนแปลง ทิศทางของพลังงานได้ คุณจะถ่ายเทให้พลังงานวิ่งไปจุดใด ทิศทางใด ดีหรือเลว ก็ขึ้นกับตัวคุณ**

** คุณเป็นต้นตอของพลังงานทั้งหมดในโลก คุณ คือ พระเจ้า ที่ปรากฏภายในร่างของมนุษย์ที่ถูกสร้างขึ้นมาอย่างสมบูรณ์แบบ**

** พลังงานไร้พรหมแดนฉันท์ใด ศักยภาพไร้ขอบเขตฉันท์นั้น คุณจะเดินทางไปได้ทุกที่ที่ตราบนานเท่าที่คุณหวัง**

** สร้างวันของคุณไว้ล่วงหน้า ด้วยการคิดถึงวิถีทางที่คุณต้องการให้วันของคุณดำเนินไป แล้วคุณสามารถสร้างชีวิตของคุณเองได้จากความตั้งใจ

** ความสามารถทั้งหมด ความปิติทั้งหมด ความรักทั้งหมด ความสมบูรณ์ทั้งหมด ความเจริญรุ่งเรืองทั้งหมด มีพร้อมอยู่แล้วและรอคอยให้คุณมาคว้ามันไป เมื่อคุณกระหายมัน อยากรได้มัน คุณต้องตั้งใจจริง และเมื่อคุณตั้งใจจริง และปรารถนาอย่างแรงกล้าถึงสิ่งนั้นที่คุณต้องการ สิ่งนั้นจะมาหาคุณ จงจดจำความสวยงามที่อยู่รอบตัวคุณ อวยพร ขอบคุณและชื่นชมมัน ในอีกด้านหนึ่งสำหรับสิ่งที่ยังไม่เป็นไปอย่างที่คุณต้องการให้เป็นในตอนนี จงอย่างทุ่มเท

พลังงานให้กับมัน อย่าตำหนิ อย่าบ่น จงยินดีกับทุกสิ่งที่คุณต้องการและได้รับแล้วคุณจะมีมันมากขึ้นอีก**

**** เริ่มฝึกจากสิ่งเล็กๆน้อยๆ ก่อน เช่น กาแฟสักถ้วย หรือที่จอดรถ นี่เป็นวิธีง่ายๆ ที่จะช่วยให้คุณได้สัมผัสกับการทำงานของกฎแห่งการดึงดูด จงตั้งใจและจริงจังที่จะดึงดูดอะไรสักอย่างทีละเล็กละน้อย เมื่อคุณได้ประจักษ์ในพลังดึงดูดของตนเองแล้ว คุณก็สามารถยกระดับขั้นสู่การสร้างอะไรที่ใหญ่กว่านั้นได้**

ที่มา : DVD เรื่อง "The secret"