# the secret

by rhonda byrne · Language: UR

Summary by booksummaryai.com — https://booksummaryai.com/country/ur/the-secret

## Overview

کرتی ہے جو ہر وقت کام کر رہا ہے، اور یہ کہ ہم اس سے واقف ہوں یا نہ ہوں، یہ ہماری زندگیوں کو تشکیل دے رہا ہے۔ چاہے وہ دولت، صحت، تعلقات یا خوشی ہو۔ یہ کائنات کی ایک بنیادی طاقت کے طور پر کشش کے قانون کی وضاحت اپنی حقیقت کو تخلیق کرنے کی طاقت رکھتا ہے۔ یہ قارئین کو سکھاتی ہے کہ وہ اپنی خواہشات کو کیسے ظاہر کریں، زندگی میں مثبت یا منفی تجربات لاتے ہیں۔ کتاب کا بنیادی پیغام یہ ہے کہ انسان اپنے خیالات اور احساسات کے ذریعے ہے جو "کشش کے قانون" کے تصور کو پیش کرتی ہے۔ یہ قانون بیان کرتا ہے کہ مثبت یا منفی خیالات کسی شخص کی راز" رونڈا بائرن کی ایک خود مددگار کتاب

بن گئی ہے جس نے لاکھوں لوگوں کو اپنی سوچ کے انداز کو تبدیل کرنے اور اپنی خواہشات کو پورا کرنے کے لیے متاثر کیا ہے۔ داری لیں اور اپنے خیالات کی طاقت کو استعمال کرتے ہوئے اپنے خوابوں کی زندگی بنائیں۔ یہ ایک ایسی تحریک کا حصہ سے کرتی ہے جو اس قانون پر یقین رکھتے ہیں۔ "راز" کا مقصد قارئین کو بااختیار بنانا ہے کہ وہ اپنی زندگیوں کی ذمہ یہ تصورات کو آسان زبان میں پیش کرتی ہے اور ان کی تائید مختلف اساتذہ، فلسفیوں اور سائنسدانوں کے اقتباسات کرنا چاہیے کہ وہ اسے حاصل کر سکتا ہے، اور پھر اس کے لیے شکر گزار ہونا چاہیے جیسے کہ وہ پہلے ہی حاصل ہو چکا ہو۔ پر زور دیتی ہے کہ اپنی خواہشات کو حاصل کرنے کے لیے، کسی کو واضح طور پر یہ جاننا چاہیے کہ وہ کیا چاہتا ہے، یہ یقین کتاب اس بات

## Key Takeaways

کشش کا قانون ہمیشہ کام کرتا ہے، چاہے آپ اس پر یقین کریں یا نہ کریں۔

آپ کے خیالات چیزوں میں بدل جاتے ہیں، لہذا مثبت سوچ پر توجہ دیں۔

اپنی خواہشات کو کائنات سے مانگیں، یقین رکھیں کہ آپ انہیں حاصل کر سکتے ہیں، اور پھر انہیں حاصل کریں۔

شکر گزاری کا اظہار کریں جیسے کہ آپ کی خواہشات پہلے ہی پوری ہو چکی ہیں۔

اپنے آپ کو ان لوگوں اور حالات سے گھیر لیں جو آپ کے مقاصد کی حمایت کرتے ہیں۔

اپنے خوابوں کو حقیقت بنانے کے لیے بصری تصور اور تصدیق کا استعمال کریں۔

منفی خیالات اور احساسات سے بچیں کیونکہ وہ ناپسندیدہ نتائج کو اپنی طرف متوجہ کرتے ہیں۔

آپ اپنی زندگی کے خالق ہیں اور آپ کے پاس اسے تبدیل کرنے کی طاقت ہے۔

## Chapter Summaries

### راز کا انکشاف

کرو، حاصل کرو" کے طور پر پیش کیا گیا ہے۔ یہ فلم "دی سیکرٹ" کا بھی ذکر کرتا ہے جس نے اس تصور کو مقبول کیا۔ دیتا ہے کہ وہ اپنی خواہشات کو کیسے اپنی طرف متوجہ کر سکتے ہیں، اور اس کے بنیادی اصولوں کو "مانگو، یقین سے واقف تھے، اور یہ راز کائنات کے سب سے طاقتور قوانین میں سے ایک ہے۔ یہ حصہ قارئین کو یہ سمجھنے کی دعوت

سوچ کے ذریعے اپنی زندگی کو تخلیق کرتے ہیں۔ کتاب میں دعوی کیا گیا ہے کہ تاریخ کے عظیم مفکرین اور رہنما اس راز قانون" (Law of Attraction) کا تعارف کرایا گیا ہے۔ یہ بتایا گیا ہے کہ ہمارے خیالات حقیقت بن جاتے ہیں، اور ہم اپنی اس حصے میں "کشش کے

**راز کو آسان بنانا**

آپ نہیں چاہتے۔ منفی خیالات منفی تجربات کو اپنی طرف متوجہ کرتے ہیں، جبکہ مثبت خیالات مثبت نتائج لاتے ہیں۔ کے خیالات کا جواب دیتی ہے، اس لیے ضروری ہے کہ آپ اس بات پر توجہ مرکوز کریں جو آپ چاہتے ہیں، نہ کہ اس پر جو کہ آپ ایک مقناطیس کی طرح ہیں جو آپ کے غالب خیالات کو اپنی طرف کھینچتا ہے۔ اس میں کہا گیا ہے کہ کائنات آپ کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہے۔ "جیسا سوچو گے، ویسا پاؤ گے" کا اصول یہاں مرکزی حیثیت رکھتا ہے۔ یہ زور دیتا ہے ہے، یہ بتاتے ہوئے کہ ہر سوچ ایک فریکوئنسی خارج کرتی ہے جو کائنات میں پھیل جاتی ہے اور اسی طرح کی فریکوئنسی یہ حصہ کشش کے قانون کی مزید وضاحت کرتا

**راز کو کیسے استعمال کریں**

تیار رکھیں اور متاثر کن اقدامات کریں۔ کائنات "کیسے" کی پرواہ نہیں کرتی، یہ صرف آپ کی خواہش کو پورا کرتی ہے۔ کے جذبات کو محسوس کریں۔ شک یا خوف کو اپنے اوپر حاوی نہ ہونے دیں۔ حاصل کرو: اپنے آپ کو حاصل کرنے کے لیے لکھنا ایک مؤثر طریقہ ہے۔ یقین کرو: اس طرح عمل کریں جیسے آپ کو اپنی خواہش پہلے ہی مل چکی ہے۔ اس کے حصول ,Ask)۔ مانگو: اپنی خواہشات کو واضح طور پر بیان کریں، جیسے کہ آپ کائنات کو کوئی حکم دے رہے ہوں۔ انہیں استعمال کرنے کے لیے تین مراحل پر مشتمل ایک عمل پیش کرتا ہے: "مانگو، یقین کرو، حاصل کرو" (Believe, Receive یہ حصہ راز کو عملی طور پر

**طاقتور عمل**

نمائندگی کے لیے تصاویر اور الفاظ کا ایک بورڈ بنانا۔ مثبت اقرار: اپنی خواہشات کے بارے میں مثبت بیانات دہرانا۔ کی طرح محسوس کریں۔ یہ آپ کے دماغ کو یہ یقین دلاتا ہے کہ یہ پہلے ہی ہو چکا ہے۔ ویژن بورڈز: اپنے اہداف کی جسمانی ہیں، مزید نعمتوں کو اپنی طرف متوجہ کرتا ہے۔ تصور: اپنی مطلوبہ حقیقت کی ذہنی تصاویر بنائیں اور انہیں حقیقت سے تیز ترین طریقہ سمجھا جاتا ہے۔ شکر گزاری کی ڈائری رکھنا اور ان تمام چیزوں کے لیے شکر گزار ہونا جو آپ کے پاس طریقے سے استعمال کرنے کے لیے کئی طاقتور تکنیکیں بیان کی گئی ہیں۔ شکر گزاری: یہ توانائی کو تبدیل کرنے کا سب اس حصے میں کشش کے قانون کو مؤثر

**پیسے کا راز**

ہیں اور اس پر یقین کرتے ہیں۔ یہ دینے کے اصول پر بھی زور دیتا ہے – جتنا آپ دیتے ہیں، اتنا ہی آپ کو واپس ملتا ہے۔ کرتے ہیں۔ یہ "کائنات سے چیک" کی مشق کو بھی متعارف کراتا ہے، جہاں آپ کائنات سے ایک بڑی رقم کا چیک لکھتے کرنے کا احساس کرنا چاہیے۔ بلوں کے بارے میں شکایت کرنے کے بجائے، ان خدمات کے لیے شکر گزار ہوں جو وہ فراہم پر زور دیتا ہے۔ یہ تجویز کرتا ہے کہ آپ کو اپنی خواہش کے مطابق رقم کی تصویر کشی کرنی چاہیے اور اسے پہلے ہی حاصل پیسے کو اپنی طرف متوجہ کرنے کے لیے، یہ حصہ دولت کی کمی کے بجائے کثرت پر توجہ مرکوز کرنے کی اہمیت

**تعلقات کا راز**

کی ذمہ داری لیں۔ اپنے مثالی ساتھی یا بہتر تعلقات کا تصور کریں، اور انہیں پہلے ہی اپنی زندگی میں محسوس کریں۔ جیسا سلوک کرتے ہیں، کائنات بھی آپ کے ساتھ ویسا ہی سلوک کرتی ہے۔ دوسروں کو الزام دینے کے بجائے، اپنے جذبات مرکوز کرنے کے بجائے، ان کی خوبیوں پر توجہ دیں۔ سب سے پہلے خود سے محبت کرنا ضروری ہے، کیونکہ آپ اپنے آپ سے زور دیتا ہے کہ آپ کو خود وہ شخص بننا چاہیے جسے آپ اپنی طرف متوجہ کرنا چاہتے ہیں۔ دوسروں میں خامیوں پر توجہ مثالی تعلقات کو اپنی طرف متوجہ کرنے کے لیے، یہ حصہ اس بات پر

### صحت کا راز

گڈمین کی کہانی، جس نے کینسر سے خود کو شفا دی، اس حصے میں ایک متاثر کن مثال کے طور پر پیش کی گئی ہے۔ کا طریقہ کار سمجھا جاتا ہے۔ خود کو صحت مند اور توانا تصور کریں، اور اس احساس کو اپنے اندر پیدا کریں۔ مورس شفا یابی میں کتنی اہم ہے۔ بیماری پر توجہ مرکوز کرنے کے بجائے، بہترین صحت پر توجہ دیں۔ جسم کو ایک خود شفا یابی خیالات ہمارے جسم پر گہرا اثر ڈالتے ہیں۔ پلیسبو اثر کو اس بات کے ثبوت کے طور پر پیش کیا گیا ہے کہ دماغ کی طاقت یہ حصہ اس بات پر روشنی ڈالتا ہے کہ ہمارے

### دنیا کا راز

اور ہم اپنی اجتماعی سوچ کے ذریعے اسے بہتر بنا سکتے ہیں۔ مثبت خیالات اور جذبات دنیا میں مثبت تبدیلی لاتے ہیں۔ کرتے ہیں، تو اس کی طاقت بہت زیادہ ہوتی ہے۔ یہ اس بات پر زور دیتا ہے کہ ہم سب دنیا کی حالت کے ذمہ دار ہیں آہنگی پر توجہ مرکوز کی جائے، نہ کہ جنگ، غربت یا بیماری پر۔ جب بہت سے لوگ ایک ہی مثبت مقصد پر توجہ مرکوز کے تصور کو بیان کرتا ہے اور یہ کہ ہم سب آپس میں جڑے ہوئے ہیں۔ یہ تجویز کرتا ہے کہ دنیا کے لیے امن، کثرت اور ہم یہ حصہ اجتماعی شعور

### آپ کا راز

دیتا ہے اور یہ سمجھنے میں مدد کرتا ہے کہ آپ کائنات کے ساتھ مل کر کام کر رہے ہیں۔ آپ کی سوچ ہی آپ کی تقدیر ہے۔ زندگی میں کچھ بھی تخلیق کرنے کے قابل بناتی ہے۔ یہ آپ کو اپنی اندرونی طاقت اور صلاحیت کو پہچاننے کی ترغیب بے عیب ہے۔ آپ اپنے جسم یا اپنے حالات سے کہیں زیادہ ہیں۔ آپ کے اندر ایک لامحدود طاقت موجود ہے جو آپ کو اپنی بتاتا ہے کہ آپ ایک روحانی ہستی ہیں، لامحدود اور طاقتور۔ آپ اپنی حقیقت کے خالق ہیں۔ آپ کا حقیقی نفس کامل اور یہ حصہ قارئین کو ان کی حقیقی فطرت سے آگاہ کرتا ہے۔ یہ

### زندگی کا راز

زور دیتا ہے کہ زندگی ایک شاندار تحفہ ہے اور آپ کو اسے مکمل طور پر جینا چاہیے، اپنی تمام خواہشات کو پورا کرتے ہوئے۔ کو سب سے اعلی فریکوئنسی سمجھا جاتا ہے جو مزید مثبت تجربات کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہے۔ یہ حصہ اس بات پر آپ کے پاس کائنات کی لامحدود طاقت ہے۔ سفر کو گلے لگائیں اور ہر لمحے سے لطف اندوز ہوں۔ شکر گزاری اور محبت کرنے کی ترغیب دیتا ہے۔ یہ کہتا ہے کہ کوئی حد نہیں ہے اور آپ اپنی زندگی میں کچھ بھی حاصل کر سکتے ہیں، کیونکہ یہ آخری حصہ زندگی کے مقصد کو خوشی کے طور پر بیان کرتا ہے۔ یہ موجودہ لمحے میں جینے اور اپنی خوشی کی پیروی

## Themes

- کشش کا قانون
- مثبت سوچ
- شکر گزاری
- ذہن کی طاقت
- خود کو بااختیار بنانا

## Frequently Asked Questions

### راز کس بارے میں ہے؟

خواہشات کو حاصل کرنے کے لیے اس کائناتی قانون کو کیسے استعمال کریں، چاہے وہ دولت، صحت، یا تعلقات ہوں۔ کو تخلیق کرتے ہیں، اور مثبت سوچ مثبت نتائج کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہے۔ کتاب قارئین کو سکھاتی ہے کہ وہ اپنی خود مددگار کتاب ہے جو کشش کے قانون کے گرد گھومتی ہے۔ یہ بتاتی ہے کہ ہمارے خیالات اور احساسات ہماری حقیقت راز" رونڈا بائرن کی ایک

**کیا راز پڑھنے کے قابل ہے؟**

یا اپنے مقاصد کو حاصل کرنے کے لیے ایک نئی حکمت عملی تلاش کر رہے ہیں تو یہ کتاب آپ کے لیے مفید ہو سکتی ہے۔ پیش کرتی ہے۔ اگر آپ اپنی سوچ کے انداز کو تبدیل کرنے، اپنی زندگی میں مزید مثبت چیزوں کو اپنی طرف متوجہ کرنے، ہاں، بہت سے قارئین کے لیے "راز" پڑھنے کے قابل ہے۔ یہ ایک سادہ اور متاثر کن انداز میں کشش کے قانون کے تصور کو

**راز کس کو پڑھنا چاہیے؟**

بھی مفید ہے جو اپنی سوچ کی طاقت کو سمجھنا اور اسے اپنی خواہشات کو پورا کرنے کے لیے استعمال کرنا چاہتے ہیں۔ کرنے کے لیے ایک نیا نقطہ نظر تلاش کر رہے ہیں، یا کشش کے قانون کے تصور میں دلچسپی رکھتے ہیں۔ یہ ان افراد کے لیے راز" ان لوگوں کو پڑھنا چاہیے جو اپنی زندگی میں مثبت تبدیلی لانا چاہتے ہیں، اپنے مقاصد کو حاصل

**راز کو پڑھنے میں کتنا وقت لگتا ہے؟**

ایک ہی نشست میں پڑھ سکتے ہیں، جبکہ کچھ اسے آہستہ آہستہ پڑھنا اور اس کے تصورات پر غور کرنا پسند کرتے ہیں۔ سے 3 گھنٹے لگتے ہیں۔ یہ ایک نسبتا مختصر کتاب ہے جس میں سادہ زبان اور براہ راست پیغام ہے۔ بہت سے قارئین اسے راز" کو پڑھنے میں اوسطا 2

## Best Quotes

**“The Law of Attraction states that like attracts like.”**

دی سیکرٹ کا انکشاف

ہے۔ یہ ہمارے خیالات اور احساسات پر بھی لاگو ہوتا ہے، جو ہماری زندگی میں اسی طرح کے تجربات کو راغب کرتے ہیں۔ یہ جملہ "دی سیکرٹ" کا بنیادی اصول بیان کرتا ہے، کہ کائنات میں ہر چیز اپنی جیسی چیزوں کو اپنی طرف کھینچتی

**“Your thoughts become things.”**

دی سیکرٹ کا انکشاف

ہوتے بلکہ ان میں حقیقت بننے کی طاقت ہوتی ہے۔ یہ ہمیں اپنے خیالات پر قابو پانے اور مثبت سوچنے کی ترغیب دیتا ہے۔ یہ کتاب کا ایک مرکزی خیال ہے جو بتاتا ہے کہ ہمارے خیالات محض خیالات نہیں

**“Ask, Believe, Receive.”**

دی سیکرٹ کو کیسے استعمال کیا جائے

کہ اپنی خواہشات کو واضح طور پر مانگیں، ان کے پورا ہونے پر یقین رکھیں، اور پھر انہیں حقیقت بنتے ہوئے حاصل کریں۔ یہ "دی سیکرٹ" میں بیان کردہ تخلیقی عمل کے تین اہم مراحل ہیں۔ یہ ہمیں سکھاتا ہے

**“Gratitude is the great multiplier.”**

گزار ہوتے ہیں جو ہمارے پاس ہیں، تو کائنات ہمیں مزید ایسی چیزیں فراہم کرتی ہے جن کے لیے ہم شکر گزار ہو سکیں۔ یہ جملہ شکرگزاری کی طاقت کو اجاگر کرتا ہے۔ کتاب کے مطابق، جب ہم ان چیزوں کے لیے شکر

**"What you think about, you bring about."**



پر مرکوز ہوتے ہیں، ہم انہیں اپنی زندگی میں کھینچ لاتے ہیں۔ یہ ہمیں اپنی سوچ کو مثبت رکھنے کی تلقین کرتا ہے۔ یہ جملہ قانون کشش ثقل کا ایک اور سادہ بیان ہے، جو واضح کرتا ہے کہ ہماری توجہ اور خیالات جن چیزوں

**"Every thought has a frequency."**



اسی فریکوئنسی کی چیزوں کو اپنی طرف کھینچتی ہیں، اس طرح ہمارے خیالات ہماری حقیقت کو تشکیل دیتے ہیں۔ یہ جملہ بتاتا ہے کہ ہمارے خیالات توانائی کی لہریں پیدا کرتے ہیں جو کائنات میں پھیل جاتی ہیں۔ یہ لہریں

**"The universe is always saying yes to you."**



کے بارے میں واضح اور مثبت رہنے کی ترغیب دیتا ہے، کیونکہ کائنات ہمیشہ ہماری مرضی کے مطابق کام کرتی ہے۔ اس بات پر زور دیتا ہے کہ کائنات ہمارے ہر خیال اور خواہش کا جواب مثبت انداز میں دیتی ہے۔ یہ ہمیں اپنی خواہشات یہ جملہ

**"Feel good now."**



ہمیں پہلے ہی سے خوشی اور مثبت جذبات محسوس کرنے کی ضرورت ہے۔ یہ ہمارے جذباتی وائبریشن کو بلند کرتا ہے۔ یہ ایک کلیدی مشورہ ہے جو کتاب میں دیا گیا ہے۔ یہ ہمیں سکھاتا ہے کہ اپنی خواہشات کو اپنی طرف راغب کرنے کے لیے،

**"You create your own reality."**



کو تشکیل دیتے ہیں۔ یہ ہمیں اپنی زندگی کی ذمہ داری لینے اور اسے اپنی مرضی کے مطابق ڈھالنے کی طاقت دیتا ہے۔ جملہ اس بات پر زور دیتا ہے کہ ہم اپنی زندگی کے خالق خود ہیں۔ ہمارے خیالات، احساسات اور یقین ہی ہماری حقیقت یہ

**"The Secret is the Law of Attraction."**

کشش ثقل ہی ہے۔ یہ قانون کائنات کا ایک بنیادی اصول ہے جو ہر وقت کام کرتا ہے اور ہماری زندگی کو متاثر کرتا ہے۔ یہ کتاب کے عنوان کا براہ راست جواب ہے، جو واضح کرتا ہے کہ "راز" دراصل قانون

**“There is no limit to what you can have.”**

پیسے کا راز

جو کچھ بھی چاہتے ہیں، اسے حاصل کر سکتے ہیں، بشرطیکہ ہم قانون کشش ثقل کو صحیح طریقے سے استعمال کریں۔ کائنات کی لامحدود فراوانی پر یقین رکھنے کی ترغیب دیتا ہے۔ یہ بتاتا ہے کہ ہماری خواہشات کی کوئی حد نہیں ہے اور ہم یہ جملہ

**“The power is within you.”**

آپ کا جسمانی راز

اندر موجود ہے۔ ہمیں بیرونی عوامل پر انحصار کرنے کے بجائے اپنی اندرونی طاقت اور خیالات پر توجہ مرکوز کرنی چاہیے۔ یہ جملہ اس بات پر زور دیتا ہے کہ ہماری زندگی کو بدلنے کی تمام طاقت ہمارے

## Questions & Answers

### دی سیکرٹ" کا مرکزی خیال کیا ہے؟

طرف راغب کرتی ہیں۔ یہ ہمیں سکھاتا ہے کہ ہم اپنی سوچ کو مثبت رکھ کر اپنی حقیقت کے خالق خود بن سکتے ہیں۔ خیالات اور احساسات مقناطیسی لہریں پیدا کرتے ہیں جو کائنات سے اسی طرح کے تجربات، حالات اور لوگوں کو اپنی میں ان چیزوں کو اپنی طرف کھینچتے ہیں جن کے بارے میں ہم سب سے زیادہ سوچتے ہیں۔ کتاب کے مطابق، ہمارے "دی سیکرٹ" کا مرکزی خیال قانون کشش ثقل (Law of Attraction) ہے، جو یہ کہتا ہے کہ ہم اپنی زندگی

### قانون کشش ثقل کیا ہے اور یہ کیسے کام کرتا ہے؟

کے نتیجے میں ہماری سوچ حقیقت کا روپ دھار لیتی ہے۔ یہ قانون ہر وقت کام کرتا ہے، چاہے ہمیں اس کا علم ہو یا نہ ہو۔ توانائی کی لہریں کائنات میں بھیجتے ہیں۔ یہ لہریں اسی فریکوئنسی کی چیزوں کو اپنی طرف کھینچتی ہیں، جس ہیں"۔ یہ ہمارے خیالات اور احساسات پر لاگو ہوتا ہے۔ جب ہم کسی چیز کے بارے میں سوچتے ہیں، تو ہم اس سے متعلقہ قانون کشش ثقل ایک کائناتی اصول ہے جو کہتا ہے کہ "ایک جیسی چیزیں ایک جیسی چیزوں کو اپنی طرف کھینچتی

### "دی سیکرٹ" کے مطابق اپنی خواہشات کو حاصل کرنے کے تین مراحل کیا ہیں؟

"دی سیکرٹ" میں اپنی خواہشات کو حاصل کرنے کے لیے تین مراحل پر مشتمل ایک "تخلیقی عمل" بیان کیا گیا ہے:

مانگیں (Ask): اپنی خواہشات کو واضح طور پر جانیں اور کائنات سے مانگیں۔

یقین کریں (Believe): مکمل یقین رکھیں کہ آپ کی خواہش پوری ہو چکی ہے اور اس کے لیے شکر گزار ہوں۔

اپنے آپ کو اس احساس کے لیے کھول دیں کہ آپ کی خواہش حقیقت بن چکی ہے اور اس کے مطابق عمل کریں۔ حاصل کریں (Receive):

### شکرگزاری کی اہمیت "دی سیکرٹ" میں کیا ہے؟

لیے ہم شکر گزار ہو سکیں۔ شکرگزاری ہماری موجودہ صورتحال کو بہتر بناتی ہے اور مزید فراوانی کے دروازے کھولتی ہے۔ مثبت فریکوئنسی پر ہوتے ہیں۔ یہ مثبت فریکوئنسی کائنات سے مزید ایسی چیزوں کو اپنی طرف کھینچتی ہے جن کے دیا گیا ہے۔ کتاب کے مطابق، جب ہم ان چیزوں کے لیے شکر گزار ہوتے ہیں جو ہمارے پاس پہلے سے موجود ہیں، تو ہم ایک "دی سیکرٹ" میں شکرگزاری کو ایک انتہائی طاقتور عمل قرار

**تصور (Visualization) کا کیا کردار ہے؟**

خواہش کو حقیقت میں بدلنے میں مدد کرتا ہے۔ یہ ہمیں اپنی خواہش کے ساتھ جذباتی طور پر جڑنے میں مدد دیتا ہے۔ کرتے ہیں اور اس کے ساتھ مثبت جذبات وابستہ کرتے ہیں، تو ہم کائنات میں ایک طاقتور سگنل بھیجتے ہیں جو اس کو حقیقت بنتے ہوئے واضح طور پر اپنے ذہن میں دیکھنا شامل ہے۔ جب ہم اپنی خواہش کو حقیقت کی طرح محسوس تصور (Visualization) قانون کشش ثقل کو استعمال کرنے کا ایک اہم طریقہ ہے۔ اس میں اپنی خواہش

**"دی سیکرٹ" منفی خیالات اور احساسات کے بارے میں کیا کہتا ہے؟**

یہ ہمیں سکھاتا ہے کہ اگر ہم اپنی زندگی میں مثبت نتائج چاہتے ہیں تو ہمیں اپنی سوچ اور جذبات کو مثبت رکھنا ہوگا۔ ہے کہ ہمیں اپنی سوچ کو جان بوجھ کر مثبت رکھنا چاہیے اور منفی خیالات کو پہچان کر انہیں مثبت میں بدلنا چاہیے۔ کشش ثقل کے تحت کام کرتے ہیں اور اپنی جیسی منفی چیزوں کو اپنی طرف کھینچتے ہیں۔ کتاب اس بات پر زور دیتی "دی سیکرٹ" کے مطابق، منفی خیالات اور احساسات بھی قانون

**"دی سیکرٹ" کے مطابق پیسہ اور فراوانی کیسے حاصل کی جا سکتی ہے؟**

اور تصور کریں کہ آپ کے پاس پہلے ہی کافی پیسہ ہے، تاکہ کائنات اسی طرح کی فراوانی کو آپ کی طرف راغب کرے۔ رکھیں، یہ یقین رکھیں کہ آپ دولت کے مستحق ہیں، اور شکرگزاری کا اظہار کریں۔ اپنے آپ کو امیر محسوس کریں ہے۔ اس کے لیے ضروری ہے کہ آپ پیسے کی کمی کے بجائے فراوانی پر توجہ مرکوز کریں۔ پیسے کے بارے میں مثبت خیالات "دی سیکرٹ" کے مطابق، پیسہ اور فراوانی کو قانون کشش ثقل کے ذریعے حاصل کیا جا سکتا

**"دی سیکرٹ" صحت اور تندرستی کے بارے میں کیا مشورہ دیتا ہے؟**

کرنا چاہیے، اور شکر گزار ہونا چاہیے کہ ہم صحت مند ہیں۔ مثبت سوچ اور یقین شفا یابی کے عمل کو تیز کر سکتا ہے۔ ہیں۔ اس کے بجائے، ہمیں مکمل صحت اور تندرستی کا تصور کرنا چاہیے، اپنے جسم کے ہر خلیے کو صحت مند محسوس ہماری جسمانی صحت پر گہرا اثر ڈالتے ہیں۔ اگر ہم بیماری کے بارے میں سوچتے ہیں، تو ہم اسے اپنی طرف کھینچتے "دی سیکرٹ" صحت اور تندرستی کے بارے میں یہ مشورہ دیتا ہے کہ ہمارے خیالات

**کتاب میں "اعمال" (Action) کا کیا کردار ہے؟**

کو بھیجتی ہے۔ یہ اعمال آپ کو آپ کی خواہش کے قریب لے جاتے ہیں اور قانون کشش ثقل کے ساتھ ہم آہنگ ہوتے ہیں۔ ذریعے کرنے کا احساس ہوتا ہے۔ یہ صرف بیٹھ کر انتظار کرنے کے بجائے، ان مواقع اور اشاروں پر عمل کرنا ہے جو کائنات آپ کے طور پر بیان کیا گیا ہے۔ یہ وہ اعمال ہیں جو آپ کو اپنی خواہشات کی تکمیل کے لیے اندرونی رہنمائی یا الہام کے "دی سیکرٹ" میں اعمال کو "متاثر کن اعمال" (Inspired Action)

**"دی سیکرٹ" میں "احساسات" (Feelings) کی اہمیت کیا ہے؟**

اپنی طرف راغب کر سکیں۔ احساسات آپ کے خیالات کی تصدیق کرتے ہیں اور کائنات کو ایک واضح سگنل بھیجتے ہیں۔ ہمیں سکھاتی ہے کہ ہمیں جان بوجھ کر اچھے احساسات پیدا کرنے کی کوشش کرنی چاہیے تاکہ ہم اپنی مطلوبہ چیزوں کو مطلب ہے کہ آپ اپنی خواہشات کے ساتھ ہم آہنگ ہیں، جبکہ برے احساسات کا مطلب ہے کہ آپ اس سے دور ہیں۔ کتاب "دی سیکرٹ" میں احساسات کو ایک طاقتور اشارہ سمجھا جاتا ہے کہ آپ کس فریکوئنسی پر ہیں۔ اچھے احساسات کا

### "دی سیکرٹ" کے مطابق، ہم اپنی موجودہ ناپسندیدہ صورتحال سے کیسے نمٹ سکتے ہیں؟

کی طرف موڑ دیں۔ یہ آپ کو اس صورتحال سے باہر نکلنے اور اپنی مطلوبہ حقیقت کو تخلیق کرنے میں مدد دے گا۔ گزار ہوں۔ اپنی موجودہ صورتحال کو نظر انداز کریں یا اسے کم اہمیت دیں، اور اپنی توانائی کو مثبت خیالات اور تصورات پر توجہ مرکوز کرنا بند کر دیں۔ اس کے بجائے، اپنی توجہ ان چیزوں پر مرکوز کریں جو آپ چاہتے ہیں اور ان کے لیے شکر "دی سیکرٹ" کے مطابق، اپنی موجودہ ناپسندیدہ صورتحال سے نمٹنے کے لیے ضروری ہے کہ آپ اس

### "دی سیکرٹ" میں "کائنات" (The Universe) سے کیا مراد ہے؟

کے طور پر بھی سمجھی جا سکتی ہے جو ہر چیز کو ممکن بناتی ہے اور ہر خواہش کو پورا کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ جو ہمارے ہر سگنل کو سنتی ہے اور اسے حقیقت میں بدلنے کے لیے کام کرتی ہے۔ یہ خدا، اعلی طاقت، یا کائناتی توانائی ذہین اور فراوانی سے بھرپور قوت ہے جو ہمارے خیالات اور احساسات کا جواب دیتی ہے۔ یہ ایک ایسی طاقت ہے "دی سیکرٹ" میں "کائنات" سے مراد ایک ایسی لامحدود،

### "دی سیکرٹ" کے مطابق، ہم اپنی زندگی میں خوشی اور مسرت کیسے بڑھا سکتے ہیں؟

ہیں جو مزید خوشی کے تجربات کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔ اپنی سوچ اور جذبات کو مثبت رکھنا ہی خوشی کا راز ہے۔ کا تصور کریں جو آپ کو خوشی دیں گی۔ جب آپ خوشی محسوس کرتے ہیں، تو آپ ایک مثبت فریکوئنسی پر ہوتے احساسات پیدا کریں۔ ان چیزوں پر توجہ مرکوز کریں جو آپ کو خوش کرتی ہیں، شکرگزاری کا اظہار کریں، اور ان چیزوں "دی سیکرٹ" کے مطابق، اپنی زندگی میں خوشی اور مسرت بڑھانے کے لیے ضروری ہے کہ آپ جان بوجھ کر اچھے

### "دی سیکرٹ" میں "طاقتور عمل" (Powerful Process) کیا ہے؟

فریکوئنسی کو بلند کرنے اور کائنات سے اپنی مطلوبہ چیزوں کو اپنی طرف راغب کرنے کا ایک منظم طریقہ فراہم کرتا ہے۔ کو واضح کرنے، ان پر یقین رکھنے، اور انہیں حقیقت بنتے ہوئے محسوس کرنے میں مدد دیتا ہے۔ یہ ہمیں اپنی جذباتی فعال طور پر استعمال کرتے ہیں۔ اس میں شکرگزاری، تصور، اور مثبت یقین شامل ہیں۔ یہ عمل ہمیں اپنی خواہشات "دی سیکرٹ" میں "طاقتور عمل" سے مراد وہ طریقے ہیں جن کے ذریعے ہم قانون کشش ثقل کو

### دی سیکرٹ" کا حتمی وعدہ کیا ہے؟" :Spoiler

کنٹرول حاصل کرنے اور ایک ایسی حقیقت تخلیق کرنے کی طاقت دیتا ہے جو آپ کے خوابوں کے مطابق ہو۔" :Spoiler ہر خواہش کو پورا کر سکتے ہیں، چاہے وہ صحت، دولت، تعلقات یا خوشی سے متعلق ہو۔ یہ آپ کو اپنی زندگی پر مکمل یہ کتاب وعدہ کرتی ہے کہ اگر آپ قانون کشش ثقل کو سمجھ کر اور اسے صحیح طریقے سے استعمال کریں، تو آپ اپنی دی سیکرٹ" کا حتمی وعدہ یہ ہے کہ آپ اپنی زندگی کے مکمل خالق ہیں۔