



آلفا، ۳۰۰ برابر حالت عادی‌ست و از آن‌جایی که کلام، انرژی‌ست و انرژی هرگز از بین نمی‌رود، بسیار قدرت دارد و بسته به این‌که ما از کلام مثبت یا منفی استفاده کنیم، همان نوع انرژی را جذب خود و زندگی‌مان می‌نماییم. این تلقینات کلامی، به محض ساطع شدن از ما، طبق «قانون جذب»، به کائنات رفته و بهترین‌ها را جذب کرده و برای‌مان به ارمغان می‌آورد.

فواید تصویرسازی در وضعیت آلفا

ذهن ما انسان‌ها از قدرت بسیار شگفت‌انگیزی برخوردار است و می‌تواند به گذشته‌های دور یا آینده‌های بی‌نهایت سفر کند؛ آن‌هم با سرعتی فراتر از صوت یا حتی نور. ذهن در بی‌زمانی، بی‌مکانی و هوشمندی کامل، واقع است. بنابراین ما قدرت خلق همه‌چیز را -آن‌هم با سرعت بسیار بالا- از طریق ذهن خود داریم. ما با تصویرسازی برای آرزوها یا درمان بیماری‌های‌مان، به آن شرایط انرژی می‌دهیم و هر قدر این تصاویر واضح‌تر، روشن‌تر و مثبت‌تر باشد، امکان تجلی‌یافتن‌شان در زندگی، بیش‌تر خواهد بود.

کاربرد تصویرسازی در مدیتیشن یا مراقبه به‌همراه برخی تکنیک‌ها

درمان یا کاهش چاقی، لاغری، سرطان، میگرن، فشارخون، قند، چربی، اوره، اسیداوریک و کلسترول خون، تنظیم فشارخون و پاک‌سازی عروق و جلوگیری از سگته‌ها به‌خصوص سگته‌های قلبی و مغزی، درمان دردها و بیماری‌های مزمن، درمان فلج اعضا، پاک‌سازی عروق بسته به‌خصوص عروق بسته‌ی قلب، بهبود روابط از طریق تصویرسازی و ارسال عشق به خود و دیگران، ایجاد روابط صمیمانه و عاطفی بین خود و دیگران یا حتی دیگران با هم، تخلیه‌ی انرژی منفی، گرفتن انرژی‌های مثبت و انرژی‌های طبیعت برای مثبت‌تر شدن نوع انرژی‌های‌مان، گرفتن انرژی الهی برای دست‌یابی به آرامش، سلامتی و شفا، برکت، نعمت و آرزوهای به‌حق خود، برآورده کردن آرزوهای مادی و معنوی مانند قبولی در کنکور، به‌دست آوردن اتومبیل و منزل دلخواه، به‌دست آوردن شغل و درآمد دلخواه، بالا بردن سطح درآمد

همان‌طور که در شماره‌ی گذشته ذکر شد، برای انجام مدیتیشن، لازم است ابتدا در وضعیت آلفا قرار بگیریم. این وضعیت فواید بسیاری دارد که در زیر به برخی از آن‌ها اشاره می‌گردد:

فواید وضعیت آلفا:

- بر میزان اعتمادبه‌نفس معنوی (به‌دلیل ارتباط معنوی) افزوده می‌گردد.
- در وضعیت PH خون، تغییر ایجاد می‌شود.
- میزان تلقین‌پذیری، بسیار بالاست (۳۰۰ برابر وضعیت عادی).
- انرژی شفای درون آزاد می‌گردد و درمان خودبه‌خودی، آن‌هم در تمام ابعاد وجودی (از نظر روحی، روانی، ذهنی، فکری، عاطفی، احساسی و جسمی) اتفاق می‌افتد.
- ارتباطی بسیار قوی با عالم معنوی و خدای درون برقرار می‌گردد.
- تمام آرزوها و خواسته‌های مثبت در مورد خود و دیگران به‌دلیل فعال شدن انرژی الهی و بالا رفتن هوش هیجانی، عاطفی و سطح اعتمادبه‌نفس معنوی، برآورده می‌شود.

فواید تلقینات کلامی مثبت در وضعیت آلفا

ما انسان‌ها بسیار تلقین‌پذیر هستیم اما قدرت تلقین در وضعیت

مدیتیشن

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی



پارسی را پاس بداریم



آنچه فرهنگ ما را زنده نگاه داشته، زبان مادری مان است؛ پس تلاش کنیم زبان مادری خود را زنده نگاه داریم و تا می‌توانیم از واژه‌های زبان خودمان بهره ببریم و با آن‌ها گفت‌وگو کنیم و بنویسیم.

- به‌جای **چطور** بگویید **چگونه**
- به‌جای **قفسه** بگویید **گنج**
- به‌جای **کاندیدا** بگویید **نامزد**
- به‌جای **تا حدی** بگویید **تا اندازه‌ای**
- به‌جای **نقیصه** بگویید **کاستی**
- به‌جای **افراد** بگویید **کسانی**
- به‌جای **آن وقت** بگویید **آن گاه**
- به‌جای **مترجم** بگویید **برگرداننده**
- به‌جای **از این قبیل** بگویید **از این دست**
- به‌جای **تخریب** بگویید **ویرانی**
- به‌جای **مخرب** بگویید **ویران‌گر**
- به‌جای **در باب** بگویید **درباره‌ی**
- به‌جای **اصیل** بگویید **ریشه‌دار**
- به‌جای **قابل مهار** بگویید **مهارشدنی**
- به‌جای **بشر** بگویید **آدمی**
- به‌جای **مستتر** بگویید **نهان**
- به‌جای **خاطر نشان** بگویید **یادآوری**
- به‌جای **کنترل** بگویید **مهار**
- به‌جای **در حال حاضر** بگویید **هم‌اکنون**
- به‌جای **مبتنی بر** بگویید **بر پایه‌ی**
- به‌جای **متحد** بگویید **هم‌بسته**
- به‌جای **متمایز** بگویید **جدا**
- به‌جای **به عبارتی** بگویید **به گفته‌ای**
- به‌جای **عالم گیر** بگویید **جهان‌گیر**
- به‌جای **به همین دلیل** بگویید **از این رو**

به کوشش سایت ایرانیان بلژیک

یا ثروت، به‌دست آوردن پست و مقام یا موقعیتی خاص، محبوب و محترم شدن نزد دیگران، داشتن ازدواج موفق و همسری دلخواه و...

درمان از طریق مدیتیشن

تمامی این درمان‌ها به‌دلیل کاهش یا قطع عکس‌العمل جنگ و گریز و فعال شدن عکس‌العمل ریلکس شدن، تغییر هورمون‌ها و علاوه بر آن، کارکردن با انرژی الهی و حیاتی از طریق تنفس، پایین آمدن سطح لاکتات سرم خون، متعادل شدن اعصاب سمپاتیک و پاراسمپاتیک و ضخیم شدن قشر کورتکس مغز فراهم می‌آید:

- کاهش یا درمان انواع آلرژی‌ها به‌دلیل تقویت سیستم ایمنی بدن و درست کارکردن آن
- کاهش و درمان بیماری‌های آسم و مشکلات دستگاه تنفسی
- درمان بیماری‌های روانی و عصبی
- درمان نقرس به‌همراه رژیم غذایی
- درمان عدم کنترل ادرار
- کاهش و درمان اضطراب و افسردگی
- کاهش سطح فشارخون و حفظ سلامت سرخرگ‌ها که موجب جلوگیری از سکته‌ها به‌خصوص سکته‌های قلبی و مغزی می‌گردد.
- کمک به درمان وسواس
- رفع یا کاهش استرس یا فشارهای روانی و در مقابل، ایجاد احساس سرور و نشاط
- درمان یا کاهش احساس حسادت، کینه، خشم و...
- درمان افسردگی به‌دلیل بالا رفتن سطح سروتونین خون و باز شدن مراکز انرژی
- درمان تیک‌های عصبی
- درمان اعتیاد
- درمان خستگی، کسلی، بی‌حوصلگی، خواب‌آلودگی، بی‌قراری، ناآرامی و تنبلی
- بهبود سریع‌تر زخم‌ها، سوختگی‌ها، جراحی‌ها و شکستگی‌ها
- رفع مشکلات جنسی
- رفع مشکلات زنانگی و قاعدگی و سندرم پیش از قاعدگی
- از بین رفتن کیست‌ها
- درمان یا کاهش خشم‌ها و عصبانیت‌ها به‌دلیل کاهش هورمون‌های آدرنالین و نورآدرنالین و افزایش هورمون‌های سروتونین و آندورفین به‌دلیل استفاده از دم و بازدم‌های عمیق



ماری یحیوی

محقق، مترجم و نویسنده

جهت تهیه‌ی کتاب، با دفتر مجله تماس بگیرید.

