



سرچشمهٔ بیماری‌ها و دگراندیشی در درمان

مهناز خادم پور

بیماری‌ها که بیشتر اوقات با نشانه‌هایی ظاهری همراه هستند، در واقع دور شدن آدمی از حالت تندرستی و بهزیستی است. تندرستی و بهزیستی خود مفهومی نسبی است که اوج آن، اندازه‌ای از چالاکی و ارتعاش در تن، ذهن و روان است که آدمی در آن حال احساس شادابی می‌کند، کارهای خود را با اشتیاق انجام می‌دهد، ذهنش آرام و خالی از بیم و نگرانی است. زیرا دشواری‌های روزمره را چالشی در راه رشد خود می‌بیند. دلش پرمهر، بی‌نیاز و تهی از بخل، کینه، خشم، انتقام‌جویی و بیزاری است، زیرا در نگاه به دیگران تنها نیکی‌ها را می‌بیند. خاطرش آسوده و دور از زیاده‌خواهی و رشک است، زیرا امروز خود را بهتر از دیروز می‌یابد و شادمان، هدمند و امیدوار در انتظار فردای خویش است.

بیماری‌ها که بیشتر اوقات با نشانه‌هایی ظاهری همراه هستند، در واقع دور شدن آدمی از حالت تندرستی و بهزیستی است. تندرستی و بهزیستی خود مفهومی نسبی است که اوج آن، اندازه‌ای از چالاکی و ارتعاش در تن، ذهن و روان است که آدمی در آن حال احساس شادابی می‌کند، کارهای خود را با اشتیاق انجام می‌دهد، ذهنش آرام و خالی از بیم و نگرانی است. زیرا دشواری‌های روزمره را چالشی در راه رشد خود می‌بیند. دلش پرمهر، بی‌نیاز و تهی از بخل، کینه، خشم، انتقام‌جویی و بیزاری است، زیرا در نگاه به دیگران تنها نیکی‌ها را می‌بیند. خاطرش آسوده و دور از زیاده‌خواهی و رشک است، زیرا امروز خود را بهتر از دیروز می‌یابد و شادمان، هدمند و امیدوار در انتظار فردای خویش است.

با بالا رفتن دانش انسان از آناتومی، فیزیولوژی، آسیب‌شناسی، شناخت میکروب‌ها و ویروس‌ها، تمرکز درمانگرها بر تن بیمار قرار گرفته است. بنابراین در بررسی بیماری‌ها به نشانه‌های آن مانند تب، لرز، ورم، التهاب، اسهال، استفراغ، درد، سوزش، جوش، زخم و اسپاسم توجه شده و بسیاری اوقات موفق به از بین بردن این نشانه‌ها نیز می‌گردند. گاهی نیز این نشانه‌ها خودبه‌خود از میان می‌روند بی‌آن که درک کنیم چرا ایجاد شدند، چه پیامی برای ما داشتند و چگونه ناپدید شدند؟

آرمان درمانگری، نه تنها نابودی سریع نشانه‌های بیماری برای همیشه با پرداختن به ریشهٔ آن‌ها از کوتاه‌ترین، مطمئن‌ترین و کم‌آسیب‌ترین راه‌هاست، بلکه همچنین هدایت بیمار به سوی نقطهٔ اوج تندرستی و بهزیستی است.

درمانگری حرفه‌ای کهن است؛ هزاران سال است که آدمی در پی درمان بیماری‌های گوناگونی است که تن، ذهن و روان او را می‌آزارد.

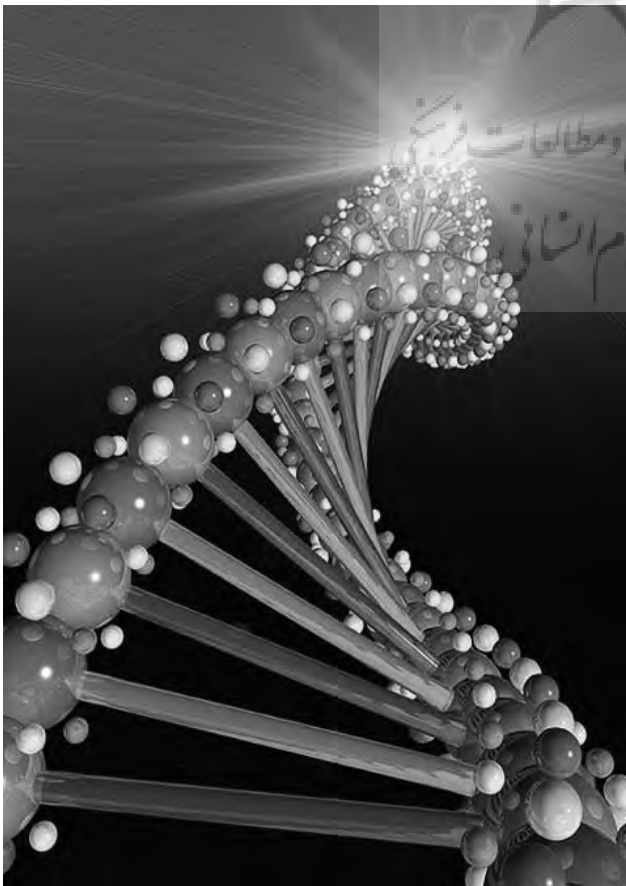
دردوران باستان که شناختی از ساختار و کارکرد تن آدم و عضوهای گوناگون آن نبود، بیماری را ناشی از ورود نیرویی

افزون بر آن، هنوز نمی‌دانیم چرا برخی بیماری‌ها چندین



ژن ها در واقع شماری از برنامه ها یا قابلیت ها هستند. این برنامه ها تنها با دریافت سیگنال از پیرامون به اجرا درمی آیند. به دیگر سخن، قابلیت ژن ها در صورت دریافت سیگنال جلوه گر می شود. سیگنال های بیرونی که توسط پنج حس ما دریافت می شوند، ارتعاش موج های انرژی با بسامدهای گوناگون هستند که بر پایه اطلاعات پیشین ذخیره شده توسط مغز رمزگشایی می گردند. چهار میلیارد رشته عصبی موج های الکترومغناطیس را به مغز انسان انتقال می دهند که همه آن ها در حافظه (ذهن ناخودآگاه) ثبت و نگهداری می شوند. ذهن خودآگاه ما توانایی پردازش تنها دوهزار بیت (bit) از این سیل اطلاعات را در هر ثانیه دارد و سایر رویدادها در "ناخودآگاه" انبار می شوند. ضمیر ناخودآگاه گنجینه همه اطلاعات، تجربه ها و خلق و خویهای آموخته شده، طرح واره های ذهنی، باورها و اندیشه های ماست.

دانش جدید در زمینه های فیزیک و بیولوژی ثابت می کند که اندیشه ها و باورهای ما بر ماده فیزیکی اثر می گذارند.



سال یا حتی همه عمر دوام می یابند و چرا تن ما نمی تواند خود را بر پایه نمونه سالم (Deoxyribo Nucleic Acid) DNA بازسازی کرده و بیماری را از میان ببرد؛ در حالی که می دانیم شرح دقیق ویژگی های بخش های گوناگون تن ما در DNA ذخیره شده و یاخته های بخش های گوناگون تن ما بر پایه آن اطلاعات ذخیره شده به طور منظم از نو زاده می شوند. این نوزایی هر روز، هر چند هفته یا چندماه یک بار و برای شماراندکی از یاخته ها هر چند سال یک بار انجام می شود. به دیگر سخن، هیچ یک از یاخته (سلول) های تن امروز یک نفر، یاخته های چندسال پیش او نیست. پس پرسش این است که چرا بیشتر اوقات یاخته های نو نیز همان بیماری کهنه را دارند؟ چرا دستگاه ایمنی بدن و مکانیزم ترمیم حاکم بر تن ما همواره موفق به نابودی بیماری و بازسازی بافت ها و اندام ها نمی شوند؟

از سوی دیگر به نظرمی رسد گونه های بی شماری از بیماری ها به طور روزافزون در حال تغییر و تبدیل به شکل های پیچیده تری هستند. دانشمندان سخت می کوشند تا این بیماری ها را به یاری متدولوژی علمی شناسایی کنند. اما هنوز شناخت دقیق و کامل از ریزه کاری های پیچیده تن آدمی و ریشه های اختلال در آن ها وجود ندارد.

تن هریک از ما از ۵۰ تا ۷۵ تریلیون یاخته تشکیل شده که درون مایع میان بافتی شناور هستند. یاخته ها با سیگنال های الکترومغناطیس به یکدیگر پیام می دهند و به این شکل با هم در پیوند و گفت و گو هستند. این پیام ها هم از پیرامون و هم از درون که شامل کدهای DNA در ژن ها نیز هستند، سرچشمه می گیرند. سیگنال ها موجب جنبش پروتئین ها (بسیست گونه آمینواسید) می شوند. بیش از هفتاد هزار پروتئین در هر یاخته انسان وجود دارد. ترکیب و تعداد آن ها، اندازه و ساختار یاخته را تعیین می کند. جنبش پروتئین ها نشانه کار، رفتار و در واقع حیات یاخته ها می باشد. بنابراین هر یاخته یک واحد زنده و فعال است که همانند مینیاتور یک انسان دارای پوست یا غشا (cell membrane)، مغز و سامانه های گوارشی، تنفسی، گردش خون، دفع و... است.

تعدیل لازم در بدن برای هماهنگی با محیط ایجاد کرد. ذهن همواره در حال شکل دادن به بیولوژی است؛ اندیشه های ما، چه مثبت و چه منفی، ژن ها و بنابراین بیولوژی ما را تحت تأثیر قرار داده و کنترل می کنند. اندیشه های ما پخش می شوند و در افرادی که با آن ها سروکار داریم، اثر می گذارند. دانش کهن بیولوژی ژن ها را مانند حافظه ای که تنها قابل خواندن است، می پنداشت و هر برنامه ژن ها را غیر قابل تغییر می دانست. پژوهش های نو نشان داده است که این حافظه هم قابل خواندن و هم قابل نوشتن است. یعنی می توان برنامه های ژن ها را بازنویسی و تغییر داد. بنابراین ما قربانی ژن های خود نیستیم. به طور مثال اگر شخصی با ژن سرطان زایی زاده شود، تا هنگامی که آن ژن فعال نگردد، هرگز دچار بیماری سرطان نمی شود. اندیشه ها، باورها و احساسات ما در فعال شدن ژن ها و در درازمدت در تغییر قابلیت های آن ها نقش اساسی دارند. درک اثر اندیشه ها و احساسات ما بر ژن هایمان فرصت بی همتایی برای بالا بردن سطح تندرستی و بهزیستی و در نهایت خوشبختی ماست.

مولانا در اهمیت اندیشه های انسان چنین می سراید:

ای برادر تو همان اندیشه ای

مابقی تو استخوان و ریشه ای

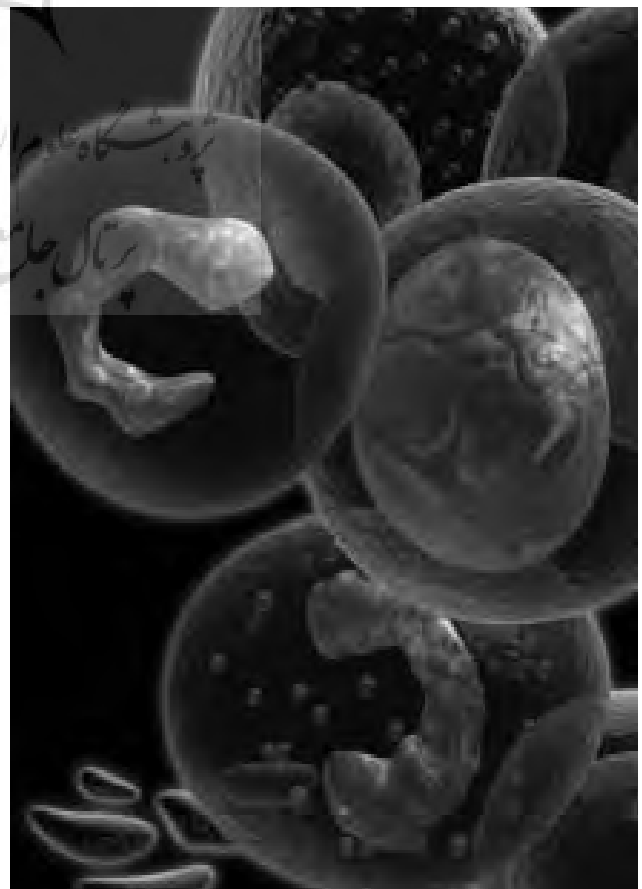
گر گلست اندیشه تو، گلشنی

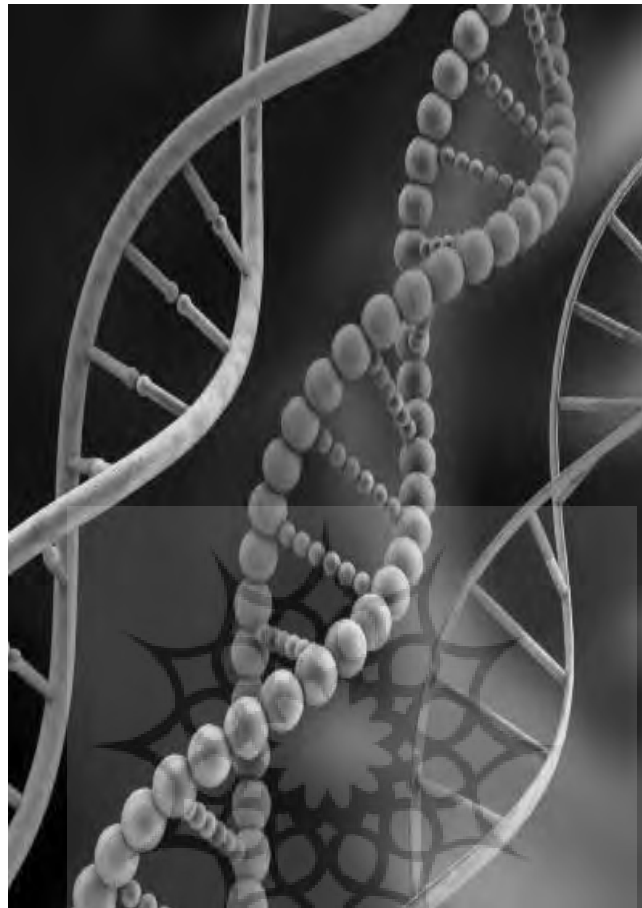
و ربود خاری، توهیمه گلخنی

به طور مشخص آن چه بیماری ها را ایجاد می کند، فشارهای روانی (استرس) است. استرس ناشی از یک روز شلوغ و پرکار یا خستگی کارهای روزانه نیست؛ می توانیم از کار زیاد خسته شویم اما حالت روحی آرام و مثبتی داشته باشیم. بسیاری افراد با وجود انجام کارهای گوناگون و پذیرفتن چندین مسئولیت هم زمان، دچار استرس نمی شوند در حالی که برخی نیز به محض تلاقی دو کار یا هم زمانی دو موضوع احساس استرس می کنند. در این حالت، نیروهای مخالف ضمیرناخودآگاه فرد را از دوسو می کشانند. ضمیرناخودآگاه در برابر دو خواست هم زمان قرار می گیرد که مخالف هم هستند؛ از این رو پریشان می شود زیرا نمی تواند تصمیم به انتخاب یکی از آن دو بگیرد،

آزمایش ها نشان داده است که باورها و انتظاراتی نظاره گرها در آزمایشگاه، ویژگی ها، حرکات و رفتارهای اتم ها و مولکول های ماده مورد آزمایش را تغییر می دهند. به دیگر سخن، میدان الکتریکی اندیشه های ما، بر جهان اثر می گذارد. بر همین پایه، ما توانایی آن را داریم که بفرایند درمان و برقراری تندرستی خود تأثیر فراوان بگذاریم.

در ۲۵ سال گذشته دانشمندان دریافته اند که چگونه ادراک حسی و تفسیر ما از اطلاعات پیرامونمان که از فیلتر باورهایمان می گذرد، در رفتار ژنتیک ما اثر می گذارد؛ یعنی در واقع ژن ها خود را با محیط تطبیق می دهند. این ادراک حسی (و در واقع باورهای ما) سطح مشترک بیولوژی و پیرامون ماست. درک حسی درست از پیرامون موجب هماهنگی بیولوژی با جهان می گردد و درک نادرست موجب برنامه ریزی اشتباه ژن ها و سرانجام بروز بیماری ها و دشواری ها می شود. بنابراین با هوشیاری نسبت به آن چه در ذهن ما جریان دارد و تغییر مثبت در آن می توان نه تنها بیماری ها را ریشه کن، بلکه





در نتیجه استرس ایجاد می شود. ضمیرناخودآگاه در برخورد با دو باور ارزشی متضاد وارد دور معیوبی می گردد و حالت پریشانی در ذهن آگاه ایجاد می کند و در پی آن، نشانه های بیماری جلوه گر می شوند. کار یاخته ها همواره یا در راستای رشد و تولید مثل است و یا به هنگام احساس خطر در صدد دفاع و حفاظت از خود برمی آید. هرچه فعالیت بدن برای حفاظت و گریز از خطر بیشتر باشد، انرژی کمتری برای رشد باقی می ماند. به هنگام فعالیت های در راستای رشد، اندام های قلب، ریه،

وشیوه زندگی ماست. در این جا هفت گام برای پیشگیری از بیماری و بالا بردن سطح تندرستی پیشنهاد می شود:

۱- آرزوها و خواسته هایتان را بررسی کنید و انگیزه ای برای جوش و خروش و راهی برای رسیدن به خواسته های خود بیابید. به جای اندیشه به آن چه نمی خواهید و از آن بیزارید، توجه خود را به آن چه می خواهید و امیدوارید به دست آورید، جلب کنید و با اشتیاق هدف خود را دنبال کنید. به جای تمرکز بر دشواری ها، به کاوش در میان راه حل ها و

گوارش، جگر، پانکراس و به دیگر سخن اندام های اندرونی به کار می افتند. در حالی که در هنگام بروز خطر و احساس نگرانی، خون از اندام های درونی به سوی استخوان ها و ماهیچه ها جریان می یابد. به هنگام بیم، تشویش و استرس، در سامانه ایمنی هم که در حالت طبیعی به حفاظت بدن از خطرهای داخلی می پردازد، اختلال ایجاد می گردد. عوامل بیماری زا مانند باکتری، ویروس، قارچ و انگل نیز که همواره در انتظار فرصتی برای حمله به اندام ها هستند، در چنین شرایطی امکان آسیب زدن به بدن را پیدا می کنند.

پس بدین ترتیب درمی یابیم که:

— باورهای ما سرچشمه بیماری ها و رفتارزن ها و یاخته هاست.

— ما دارای نیروی تغییر رفتار زن های خود هستیم و قربانی آن ها نیستیم. این مسئولیت خود ماست که از این نیرو سود جوییم و فرمانده زن های خود باشیم. چاره کار در تغییر نگرش

انتخاب بهترین آن ها بپردازید.

۲- هدف ها و باورهای مغایر و مخالف باهم را در خود کشف کنید. یک راه برای کشف آن ها، توجه به حس ها و موارد استرس و تغییر حالت روحی خودتان، بررسی دلایل آن ها، توجه به احساسات ایجاد شده در تن خود و هم زمانی و پیوند این احساسات با اندیشه هایتان است. آیا فکر و احساس منفی شما مربوط به مکان ها، آدم ها، کارها و موقعیت های خاصی است؟ احساسات منفی می توانند نمایانگر هدف ها و باورهای مغایری باشند که در ذهن شما در هم تنیده اند. برای یافتن سرچشمه باورها، به رویدادهای گذشته در زندگی خود توجه کنید. بیش از ۹۵ درصد زندگی افرادی عادی تحت تأثیر اندیشه ها و باورهای پنهان در ضمیرناخودآگاه آن هاست که پیش از سنین کودکی بر اثر کنش و واکنش با دیگران و تحت تأثیر پیرامون خود در ذهن آن ها کاشته شده و به مرور زمان به صورت عادت ها و یا برنامه هایی درآمده اند که خود به خود



تکنیک ریکی (reiki) و انجام مرتب آن است.
۵- برای تغییر شیوه زندگی در راستای بهبود تندرستی و بهزیستی، در خود اشتیاق بیافرینید. برای نهادینه کردن آن در درون خود، یک نهضت تندرستی آغاز کنید: به انجام کارهای بدنی، ورزش، شل کردن عضلات (relaxation)، یوگا، تمرین های تنفسی و مراقبه بپردازید.

۶- یک رژیم روانی مناسب بگیرید که مؤثرتر و مهمتر از رژیم غذایی برای تندرستی و بهزیستی است. رقص و پوشیدن لباس های رنگین به شما احساس شادابی می دهد. هنگامی که اندیشه ای منفی از ذهنتان می گذرد، مچ خود را بگیرید، لبخند بزنید، رویداد خوشایندی را به یاد بیاورید و شادی را در خود بیافرینید. نگذارید درگیر جنگ درونی شوید. نظاره گر اندیشه های خود باشید. پذیرش رویدادها و بخشش اشتباهات دیگران، ذهن شما را آرام می سازد. فراموش نکنید بر آن چه تمرکز کنید، گسترش می یابد،

بنابراین کوشش کنید که همواره ذهنیت مثبت داشته باشید. از گفت و گوهای ناامیدکننده و کسالت آور و هم نشینی با افراد منفی باف دوری گزینید و با افراد شادمان و امیدوار معاشرت کنید. هر وقت احساس ناامیدی و دلسردی می کنید، به تشویق دیگران بپردازید زیرا این کار خودبه خود روحیه شمارا مثبت خواهد ساخت. به جای اندیشه

به آن چه ندارید، بر آن چه دارید تمرکز کنید. دفتر روزانه سپاسگزاری فراهم کنید و در آن، از آن چه دارید، سپاسگزاری کنید. این کار در شما احساس خوشبختی می آفریند. هنگامی که به خوشبختی خود ایمان بیاورید، موارد بیشتری از نیکبختی را به سوی خود جذب می کنید. با اندیشه های نیک و تصویرسازی مثبت می توانید بسیاری از بیماری ها

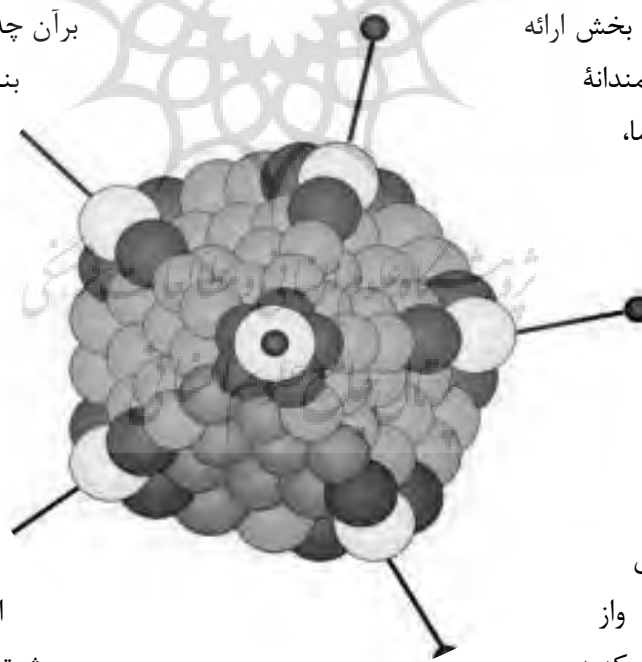
با محرک های خاصی به اجرا درمی آیند. مغزحتی در دوران جنینی در رحم مادر اطلاعات پیرامونی را که شامل حالات روحی و رفتار مادر است، ضبط می کند. ذهن انسان مانند یک کوه یخی شناور در اقیانوس است که قله بیرون از آب آن به منزله ذهن آگاه و هویت فرد، و بخش اصلی و بزرگ پنهان در آب آن به منزله ضمیر ناخودآگاه است. یکی از راه های مؤثر و سریع برای کشف باورهای پنهان در ضمیر ناخودآگاه، استفاده از تکنیک "آواتار" می باشد.

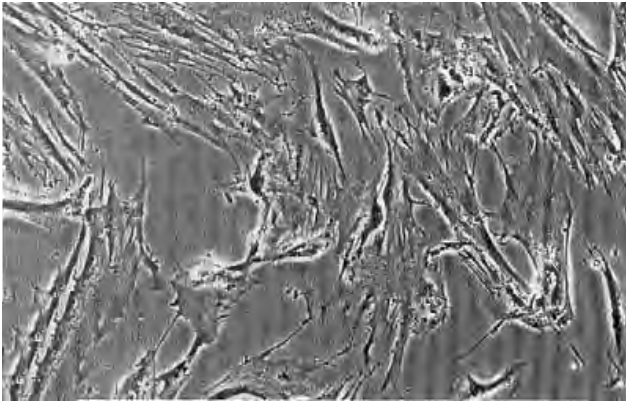
۳- به جنگ درونی پایان دهید. هنگامی که به دهدف، اندیشه یا باور ارزشی مغایر با هم در ذهن خود پی بردید، آن ها را بررسی، ارزیابی و اولویت بندی کنید و آگاهانه تصمیم بگیرید که کدام را نگاه داشته و کدام را رها کنید. برنامه وجدول زمان بندی برای انجام کارها و رسیدن به هدف هایتان تهیه کنید. تکنیک های نیرومندی در دوره "آواتار"

در جهت آفرینش باورهای توان بخش ارائه می گردد که برای انتخاب هوشمندانه هدف های مناسب حال شما، زدودن باورهای ناکارآمدی که شما را محدود و پریشان حال ساخته و از رسیدن به هدف هایتان بازمی دارند، مفید و سودمندند.

۴- برای تندرستی خود اولویت قائل شوید؛ بیاموزید که چه کارهایی را باید برای بهبود تندرستی انجام دهید و از انجام چه کارهایی خودداری کنید و

سپس به رها ساختن عادت های زیانمند و ایجاد عادات سودمند بپردازید. گام های لازم را برای تغییر اندیشه ها، باورها و شیوه زندگی در راستای بهبود تندرستی بردارید. در این صورت است که می توانید زندگی شاداب تر، سالم تر و عمر درازتری داشته باشید. یکی از راه های مؤثر پیشگیری از بیماری ها و بالابردن سطح تندرستی و بهزیستی، آموختن





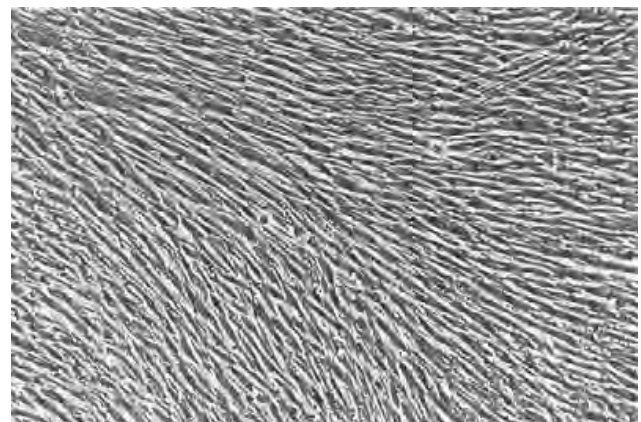
را از خود دور کنید. بیشتر بیماری‌ها روان‌تنی هستند و ریشه در استرس، نگرانی و خشم درونی دارند. پندارنیک، گفتارنیک و کردارنیک راز تندرستی و بهزیستی خود و دیگران است.

۷- بگذارید مهر، آرامش، شادی و رضایت از وجود خودتان سرچشمه بگیرد. آن‌ها را بیرون از خود جست‌وجو نکنید. گوهر وجود شما از عشق و سرور و سکون مایه گرفته است. انتظار یافتن آن‌ها در پیرامون و طلب آن‌ها از دیگران می‌تواند شما را دلسرد و آزرده خاطر سازد. نگذارید ذهن شما درگیر باید و نبایدهای بیهوده، نتیجه‌گیری‌های عمومی مانند "هرگز، همواره، همه" و بازی "آیا می‌توانم؟ آیا نمی‌توانم؟ آیا می‌توانست؟ چه می‌شد اگر؟ اگر می‌توانستم؟ آیا باید؟ آیا نباید؟ و..." شود و شما را دچار تردید، بلا تکلیفی و انتظارات بیهوده غم‌انگیز سازد. بررسی کنید که این اندیشه‌ها از کجا سرچشمه می‌گیرند؟ از ابزار گوناگون و متخصصین روانکاو برای کاوش در ضمیر پنهان و پالایش ذهن و روان سودجویید.

سخن آخر

از مباحث بالا می‌توان چنین نتیجه گرفت که بر پایه ادراک حسی ما از پیرامون خود:

- ۱- یاخته‌ها به رفتار، جنبش، کنش و واکنش می‌پردازند.
- ۲- ژن‌های مناسب انتخاب و برنامه‌های آن‌ها اجرا می‌شوند.
- ۳- برنامه‌های شماری از ژن‌ها بازنویسی و تغییر می‌یابند و تکامل ژن‌ها و تکوین یاخته‌ها برای تطابق با پیرامون خود صورت می‌گیرد. در واقع در هر یاخته ژنی وجود دارد که وظیفه آن، بازنویسی، تغییر ژن‌ها و ایجاد ژن‌های نو در صورت لزوم



برای بقای آن یاخته در محیط موجود است. ادراک حسی ما از پیرامون تحت تأثیر اندیشه‌ها و باورهای ما قرار دارند. سیگنال‌های الکترومغناطیسی دریافت شده توسط یاخته‌ها، در مغز تفسیر می‌شوند و برای این کار از فیلتر باورها و سامانه ارزشی ما گذر کرده و سپس فرمان‌های لازم از مغز به یاخته‌ها داده می‌شوند. به دیگر سخن، باورها، تعبیر و تفسیرها و ادراک ما همچون فیلتری میان واکنش یاخته‌ها و ورودی‌های پیرامونی قرار می‌گیرند. بنابراین تن ما و تندرستی ما تحت تأثیر باورهای ماست؛ این ما هستیم که می‌توانیم با شناخت باورهای خود، تندرستی مان را بهبود بخشیم:

جهان را نه مهرباست با کس نه کین

بود مرد داننده، بخت آفرین

نه تنها رفتار ما (واکنش و جنبش یاخته‌ها) بر پایه باورهای ماست، بلکه فعال شدن ژن‌ها و مهم‌تر از آن، مهندسی ژنتیک در وجود ما بر پایه این باورها صورت می‌گیرد.

بیشتر اوقات بخش اعظم ژن‌ها به طور طبیعی سالم و تنها درصد اندکی معیوب هستند. چنانچه سیگنال‌های منفی از پیرامون دریافت نشوند، ژن‌های معیوب مانند ژن‌های سرطان‌زا یا ژن‌های حامل صفاتی چون تب‌هکاری هرگز فعال نگشته و برنامه آن‌ها به اجرا در نمی‌آید. از سوی دیگر بر اثر دریافت سیگنال‌های منفی از پیرامون، بدن ما برای هماهنگی با محیط نه تنها می‌تواند ژن‌های بیماری‌زا را فعال سازد، بلکه حتی می‌تواند ژن‌های جدید بیماری‌زا تولید کند. روان‌شناسان معتقدند که بیش از هفتاد درصد اندیشه‌های ما منفی و یا بیهوده است. بنابراین چنانچه به



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

مجله علمی-پژوهشی

تغییرنگرش و ایجاد باورهای توان بخش نپردازیم، مهندسی در نتیجه فرداماده ابتلا به بیماری هاست. ژنتیک ما فرایندی زیان آور برای تندرستی خواهد بود. یاخته های تن انسان تنها دوگروه از کارها را انجام می دهند؛ برپایه سیگنال های مثبت، یاخته ها در راستای رشد و سازندگی فعالیت می کنند. مهم ترین سیگنال برای رشد یاخته ها، مهر، همدلی و شوق زندگی است. عشق حتی بیش از خوراک موجب رشد و سازندگی می شود. از سوی دیگر، یاخته ها برپایه سیگنال های منفی مانند بیم، تشویش و استرس، در راستای حراست (ستیزیا گریز) فعالیت می کنند که در این راه، ماهیچه ها و استخوان ها به کار می افتند. هر چه بر میزان این فعالیت حفاظتی و گریز از خطر افزوده گردد، از فعالیت پیش رونده رشد و سازندگی کاسته شده، کار ارگان های درونی ضعیف می گردد.

در نتیجه فرداماده ابتلا به بیماری هاست. مهر و عشق گوهر وجود ماست. اما اندیشه های منفی و نفس امّاره (ego) ما را از آن دور می سازد. با درک این حقیقت که گوهر وجود همه ما انسان ها یکی است، احساس تنهایی، جدایی، دشمنی، رقابت، بخل، بیم و ناامنی از میان می رود و جای آن را احساس یگانگی، امنیت، مهر، نوع دوستی، رفاقت، همکاری و آرامش می گیرد. دانش نوین به یک میدان یا ماتریس انرژی که همه چیز را در جهان به هم پیوند می زند و همه موجودات از آن جان می گیرند، اشاره دارد؛ برخی آن را نور ایزدی یا خالق یکتا می نامند. انسان ها با زبان دل و بصیرت ذاتی توانایی برقراری پیوند با این میدان انرژی و سهیم گشتن در آفرینش پدیده های نو در جهان را دارا هستند.



نه تنها انسان ها به صورت فردی رشد یافته و به سوی کمال پیش می روند، بلکه این پیروزی فرصت بی همتایی برای تکامل جمعی انسان و دگر دیسی اوبه عنوان گونه ای نو از موجودات خواهد بود که شاید آن هنگام بتوان به راستی وی را "اشراف مخلوقات" نامید. این شاید تنه راه بیرون رفتن از بحران های اجتماعی، امنیتی و سیاسی جامعه امروز بشری باشد. جامعه بشری اگر خواهان نابودی نیست و اگر آرامش و امنیت می خواهد، می باید در این دگر دیسی پیروز گردد. نیکبختانه موج های نوید بخش آگاهی و هشیاری جمعی در جهان، نشان از پیشرفت در راستای چنین تکاملی دارند.

MKHADEMPOUR@yahoo.com

انسان هایی که جامعه بشری را می سازند، مانند یاخته هایی هستند که در مجموع تن یک انسان را تشکیل می دهند. همچنان که یاخته ها برای بقای خود ناگزیرند خود را تعدیل و با پیرامون هماهنگ ساخته و تکامل یابند، جامعه بشری نیز برای بقای خود بایستی با آگاهانه زیستن، خود را برای هماهنگی با پیرامون تعدیل ساخته و به تکامل برسد.

زمان برای اندیشه های نو فرارسیده است. با درک اثر اندیشه ها و باورها بر ژن ها، می توان سیگنال های مناسبی برای فعال سازی ژن های معنوی و جلوه گردن صفت هایی مانند مهرورزی و همدلی فرستاد. هنگامی که این ژن ها فعال شوند،

منابع:

- ۱- Sixth sense: Unlocking your ultimate mind power, Laurie Nadel
- ۲- Spontaneous power of belief: Shattering the paradigm of false limits , Gregg Barden
- ۳- The new biology, The biology of belief, The biology of perception, Bruce Lipton
At: www.BruceLipton.com

۴- آگاهانه زیستن: پیدایش و گسترش آواتار/ هاری پالم/ ترجمه مهناز خادم پور/ نشر همگامان

۵- زیست انرژی: دانش و کاربرد ریگی/ نوشته مهناز خادم پور و کوروش زعیم/ انتشارات ایران مهر

