



نگریده است و تنها یک نیروی هدایت‌گر درونی می‌باشد. وظایف اصلی این نیم‌کره عبارتند از:

کنترل حرکات سمت چپ بدن، به‌خاطر سپردن تصاویر و چهره‌ها، ایجاد هماهنگی در گفتار و آهنگ کلام، کیفیت آواز خواندن و دشنام‌دادن، کنترل زبان بدن و درک صداها محیط مانند صدای پرندگان، درک موسیقی و نواختن سازها، تفکر همراه با کیفیت‌های فرعی مانند رنگ، بو، مزه و... ثبت خاطرات و هیجانات دوران کودکی، استدلال شهودی، کلی‌نگری، درک منظور و معانی نهفته، گرفتن و پرتاب‌نمودن اشیاء، حفظ تعادل در دوچرخه‌سواری و... ایجاد رؤیا و تصاویر دیداری و هیجانی در خواب و...

از آن‌جا که

فعالیت‌های ذکرشده در نیم‌کره راست، بیش‌تر تحت‌کنترل ارادی نبوده، به آن ذهن ناهوشیار یا ضمیر ناخودآگاه نیز اطلاق می‌گردد. اکنون شواهد بی‌چون‌وچرایی در دست است که نیم‌کره راست به شکلی پیشرفته، با پردازش روانی ارتباط دارد که می‌توان آن را ناخودآگاه نامید.

### دلایل عدم استفاده از

#### نیم‌کره راست مغز:

در مقایسه با ذهن هوشیار که به‌شدت به زبان و افکار کلامی وابسته است، ضمیر ناخودآگاه به اشکال زبانی و تجزیه و تحلیل متکی نیست بنابراین برای ضمیر آگاه که وابسته به

### تقسیم‌بندی ذهن و مغز انسان

ذهن انسان به دو قسمت خودآگاه یا هوشیار و ناخودآگاه یا ناهوشیار تقسیم‌بندی می‌شود. کلیه کارهای ارادی، توسط ضمیر هوشیار و کلیه برنامه‌ریزی‌های غیرارادی و اتوماتیک، تحت فرمان و کنترل ضمیر ناخودآگاه می‌باشد. طبق آخرین نظریه‌ها، ضمیر ناخودآگاه، قسمتی از فعالیت نیم‌کره راست، پشت و قسمت پایین مغز می‌باشد. فعالیت‌های سمت چپ بدن، تحت کنترل نیم‌کره راست و فعالیت‌های راست بدن، تحت کنترل نیم‌کره چپ می‌باشد؛ بدین معنی که در افراد چپ‌دست، نیم‌کره راست فعال است و در افراد راست‌دست، نیم‌کره چپ مغز فعال می‌باشد. در تمامی فعالیت‌ها اعم از فیزیکی و ذهنی، چنان‌چه بتوان از قابلیت‌های دو نیم‌کره استفاده نمود، راندمان مغز دست‌کم به پنج‌برابر حالت عادی خواهد رسید.

دانشمندان طی بررسی‌های متعدد متوجه گردیدند که فعالیت نیم‌کره راست مغز نسبت به نیم‌کره چپ، از وضعیت حساس‌تری برخوردار بوده و قابلیت‌های ظریفی را در انسان تحت کنترل دارد و از آن‌جا که این قابلیت‌ها اغلب تحت کنترل مستقیم فرد نمی‌باشد، این جایگاه از مغز را مکان حضور ضمیر ناخودآگاه قلمداد نموده‌اند.

### وظایف نیم‌کره چپ مغز:

در این قسمت لازم است قابلیت‌ها و عملکرد هر یک از این دو نیم‌کره را بررسی نماییم تا با شناخت آن‌ها، بتوانیم در راه رسیدن به اهداف خود، از آن‌ها بهره‌گیریم. از اصلی‌ترین وظایف نیم‌کره چپ، می‌توان موارد زیر را نام برد:

کنترل قدرت بیان و زبان تکلم و خواندن و نوشتن، کنترل حرکات فیزیکی سمت راست بدن، تفکر به‌صورت کلامی، قابلیت حافظه‌ی کوتاه‌مدت مانند یادآوری نتایج مسابقات، انجام اعمال ریاضی و استدلال‌های منطقی و تحلیلی، انجام اعمال هماهنگ‌کننده مانند رژه رفتن و تایپ کردن، خیال‌بافی، درک و پردازش جزئیات و...

### وظایف نیم‌کره راست مغز:

از آن‌جا که این نیم‌کره دارای قابلیت‌های فوق‌العاده‌ای است، طبق آخرین نظریه‌ها، این قسمت را محل فعالیت ضمیر ناخودآگاه می‌دانند. لازم به‌ذکر است که این ضمیر، جسم فیزیکی نبوده و تاکنون به چشم، مشاهده

# ان.ال.پی

## علم استفاده از مغز برای موفقیت



## تجربه‌ی عشق

روزی مهجوری به شخصی وارد شد که شهره بود به عاشقی. پرسید: «در کلام تو، جز از عشق اثری نیست و همواره گفته‌ای راز خلقت، تنها در این واژه‌ی سه حرفی نهفته است، اما من سال‌هاست در هر کوی و برزن، سراغ آن را گرفته‌ام و نیافته‌ام جز ناکامی. آیا در دیاری دیگر می‌بایست در جست‌وجو باشم یا مراتبی را باید بیمایم و یا این که هنوز آن چنان سختی نکشیده‌ام تا به عشقی درخور و شایسته برسیم؟»

عاشق قدری تأمل کرد و لبخند دل‌نشینی بر لب آورد و جواب داد: «پاسخ تو، هم آری است و هم خیر. در واقع تو در راه بودی و بی‌راهه می‌رفتی. عاشق بوده‌ای و مهجور از آن. گم کرده‌ای داشته‌ای که روز و شب در آغوشت بوده است. سراغ عشق را از همه می‌گرفتی جز از خودت.» مهجور متحیر به میان سخن او پرید و گفت: «چه می‌گویی؟ من هر چه پیش‌تر در سخنان تأمل می‌کنم، کم‌تر درمی‌یابم و آشفتگی‌ام فزونی می‌یابد، قدری روشن‌تر سخن بگوی.» عاشق گفت: «همین شتاب و بی‌قراری‌ات، نشانه‌ی روشنی از عشق است. دراصل، تو عاشقی و خبر نداری. عشق، جست‌وجو کردن نمی‌خواهد، سختی کشیدن نیاز ندارد، عشق تنها چشم‌گشودن و آغوش‌بگشادن می‌خواهد و بس.»

اجازه بده مصداقی به تو بدهم تا اندکی از این آشفتگی به‌درآیی؛ مادر بزرگ پیر و فرتوتی را تصور کن که تمامی شوق و اشتیاقش، خود را به بقالی سرکوجه رساندن است تا از اندک حقوق مستمری خود که حتی کفاف او را نیز نمی‌دهد، دانه‌های ریز و شیرین کشمش بخرد و با شور و شغفی وصف‌ناشدنی، با ریختن این دانه‌ها در دستان کوچک و نحیف نوه‌اش، عشق را به شیرین‌ترین شکل و در اوج تجربه کند.»

عبدالحمید پوراسد  
نویسنده

زبان است، آگاهی یافتن از آن چه در آن سوی مغز می‌گذرد، بسیار مشکل می‌باشد. علاوه بر این، ضمیر آگاه به علت توانایی‌های اختصاصی خود نمی‌تواند همواره اعمال، خاطرات و افکار متعلق به ناخودآگاه را درک و حتی شناسایی کند به گونه‌ای که حس می‌شود این اعمال، ناهوشیارانه ارائه می‌شوند و علت آن، تا اندازه‌ای این است که نیم‌کره‌ی چپ نمی‌تواند اطلاعاتی را که قابل طبقه‌بندی کلامی نیست، دریافت و درک کند، در صورتی که ضمیر ناخودآگاه نه تنها تصویری دوجانبه دربر دارد، بلکه شرح و بیان هیجانات را توسط زبان بدن ارائه می‌دهد.

هنگامی که نیم‌کره‌ی راست، افکار را تولید و ارسال می‌کند، گاهی ضمیر خودآگاه متحیر می‌ماند که این اطلاعات از کجا آمده و معنی آن چیست، به این علت که این افکار ریشه در بصیرت، شهود و قدرت تجسم خلاق دارد و نیم‌کره‌ی چپ از درک آن عاجز است.

ذهن هوشیار، به‌راستی قدرتی گران‌بهاست ولی مهم‌ترین بخش ذهن نمی‌باشد. این قسمت نه تنها مسؤول بسیاری از فعالیت‌های روزمره‌ی ما نیست بلکه در آن‌ها مشارکتی هم ندارد زیرا بسیاری از اعمال، با وساطت ضمیر ناخودآگاه صورت می‌پذیرد. ممکن است نیم‌کره‌ی راست یا ضمیر ناخودآگاه اشتباه کند ولی ضمیر آگاه با استفاده از استدلال می‌تواند ضمیر ناخودآگاه را برنامه‌ریزی نماید و در هر صورت، این دو متصل به یکدیگرند. به همین دلیل در برخی کشورها، موسیقی به‌خصوص ساز پیانو را از دوران کودکی به‌صورت اجباری آموزش می‌دهند تا استفاده از نیم‌کره‌ی راست و هماهنگی بین این دو نیم‌کره برقرار گردد.

به‌طور کلی ضمیر ناخودآگاه، قسمتی از فعالیت مغز می‌باشد که مطابق با برنامه‌های نوشته‌شده در آن، همانند یک رایانه برای ما کار انجام می‌دهد. مطالعه‌ی ضمیر ناخودآگاه، پرده از تمامی اسرار تن و روان و قدرت‌های درونی و بیرونی انسان برمی‌دارد و ما را در راه رسیدن به کمال واقعی، قدرت، آرامش و سلامتی در زندگی راهنمایی می‌کند. ضمیر ناخودآگاه یا ذهن ناهوشیار، به‌طور مطلق یک هدایت‌گر درونی است و رسیدن به هر چیز اعم از ثروت، مقام، معنویت، سلامتی، عشق، روحیه و انگیزه بدون شناخت آن، امکان‌پذیر نخواهد بود. این ضمیر و نیروی درونی، از دوران جنینی تا لحظه‌ی مرگ، انسان را برای رسیدن به اهداف مثبت و منفی در زندگی هدایت می‌کند اما کم‌تر کسی یافت می‌شود که بتواند علائم و زبان آن را درک نموده و بتواند از آن به‌عنوان یک هدایت‌گر و مشاور درونی بهره‌مند گردد.

هرچه در اعماق ضمیر ناخودآگاه بیش‌تر مطالعه نماییم، بیش‌تر به قدرت‌های درونی انسان پی خواهیم برد. هیچ قدرت درونی، روحی و جسمی و موفقیت‌های مادی و معنوی، بدون شناخت و برنامه‌ریزی آن امکان‌پذیر نخواهد بود مگر آن که این برنامه‌ریزی در اثر یک تعلیم و تربیت درست و صحیح صورت‌پذیرد، در غیر این صورت، محیط و منابع آموزشی مانند پدر و مادر، معلم و رسانه‌های گوناگون، این برنامه‌ریزی را به‌صورت اتوماتیک برای ما انجام خواهند داد.

ادامه دارد...



استاد امیرحسین غروی

فارغ التحصیل در ان.ال.پی - هیپنوتیزم اریکسونی و اناگرام  
www.kanoonnlp.com