

آشنایی با هیپنوتیزم

(جلد دوم)

آشنایی با ماهیت هیپنوتیزم — بحثهای مقدماتی

نوشته: استاد رهبر، نمانگذار مکتب

علوم درونی (تایما)

در ایران و جهان

(اخطار شرعی)

هرگونه کپی، رونویسی و چاپ از روی

مطالب این کتاب و در اختیار دیگران

قرار دادن به هر منظوری شرعاً حرام

است.



سفن آغازین

برای فراگرفتن صحیح علم هیپنوتیزم، شما باید از مطالب بسیاری اطلاع حاصل کرده و به شناخت کاملی از این علم و همچنین خود برسید؛ زیرا که هیپنوتیزم و یا هر قدرت درونی دیگری به واسطه جسم انسان به ظهور می رسد و در حقیقت بدن ما واسطه ای برای انتقال این قدرتهاست.

حتی پیامبران هم بدون این بدن نمی توانستند معجزه ای از خود بروز دهند. پس شناخت صحیح از این علم و همچنین ساختار انسان باعث می شد تا شما این علم را به درستی فراگرفته و در کاربرد آن هم بدون اشتباه عمل کنید.

در جلد اول این کتاب ما به صورت کلی در باره تاریخچه و پیدایش هیپنوتیزم سخن گفتیم، حال در این کتاب قصد داریم تا شما را با ماهیت و حقیقت این علم آشنا سازیم.

بحتهای آینده بسیار شیرین بوده و افق دید شما را از خودتان و جهان هستی بالاتر می برد. با مطالعه این کتاب و کتب بعدی از چیزهای مطلع می شوید که شاید تا به امروز در باره آنها مطلبی از کسی نشنیده بودید، اگر هم چیزهایی شنیده یا خوانده باشید باز هم مطالعه آنها برایتان جذاب خواهد بود. حال با هم

مطالب اصلی کتاب را آغاز می کنیم.

مقدمه ای در باره ماهیت هیپنوتیزم

هیپنوتیزم یک علم بسیار شیرین و جذاب است. اما به اندازه تمام جذابیتی که دارد، به همان اندازه نیز گنگ و مجهول است. زیرا که هیچ کس از ماهیت حقیقی آن خبر ندارد. در زمانهای گذشته فکر می کردند که آن ، عملی جادویی است، بهمین دلیل کسانی را که دست به این کار می زدند از خود می رانند. عده ای هم فکر می کردند که این قدرتی شیطانی است و شیطان پشت سر هیپنوتیزورهاست. زمانی هم فکرمی کردند که استادان هیپنوتیزم جزو قدیسان بوده و خدابه آنها این برتری شگفت انگیز را داده تا بدینوسیله قدرت خود را به دیگران نشان دهد.

خلاصه در هر عصری مردم به تناسب رشد فکری و علمی خود در این باره به گونه ای خاص می اندیشیدند. صدها سال طول کشید تا این علم از پرده خرافات بیرون آمده و به عنوان یک علم حقیقی مطرح شود. اما هنوز که هنوز است ماهیت آن در پرده ابهام باقی مانده و کسی به درستی از آن خبر ندارد. اما نظریاتی در باره آن ارائه شده و هر گروه از دانشمندان و محققان نیز طرف یکی از نظریه های مطرح شده را گرفته اند. ما نیز در ادامه تمام این نظریات را به اطلاع شما خواهیم رساند و در انتها نظر و عقیده خود را نیز اعلام می داریم. حال به توضیح مختصری در باره حالت هیپنوتیزمی توجه کنید.

آشنایی با حالت هیپنوتیزم

هیپنوتیزم حالتی است که با دخالت عاملی خارجی در انسان بوجود می آید. (در این باره بعدها توضیح خواهیم داد). شخصی که تحت تأثیر هیپنوتیزم قرار می گیرد شبیه کسی است که به خواب رفته است ؛ اما این خواب با خواب معمولی تفاوت دارد، زیرا در خواب معمولی انسان صدای کسی را نمی شنود و اگر او را صدا کنند از خواب می پرد. همچنین در خواب معمولی فرد خواب رفته قادر به حرکت نیست و نمی تواند با کسی مکالمه کرده و پاسخ پرسشهای او را بدهد یا ورزش و کار کند.

اما در خواب هیپنوتیزمی همه این کارها با توجه به عمق خواب عملی است. یعنی اگر فرد هیپنوتیزم شده در عمق مناسبی قرار گرفته باشد نه تنها می تواند تمام اعمالی را که گفته شد انجام دهد، بلکه می توان روی او عمل جراحی انجام داد بدون اینکه دردی احساس کند. همچنین در این حالت ما به هسته اصلی وجود هرانسانی دست پیدا می کنیم. آن هسته ، « ضمیر باطن » است. با دسترسی به این قسمت می توان شخص هیپنوتیزم شده را بطور کامل در اختیار گرفت، بنحویکه هر دستوری که به او داده می شود وی اطاعت کند. از آنجا که ضمیر باطن فرمانده اصلی بدن هر کس است و حتی شخصیت و ماهیت افراد هم در این قسمت ساخته می شود، لذا اگر کسی را هیپنوتیزم کنند و بعد به او تلقین کنند که : شما از امروز اسم و فامیلی خودت را به یاد نمی آوری و یا کس دیگری هستی، وی بهمین شکل عمل خواهد کرد.

بطور خلاصه در حالت هیپنوتیزم شخص مثل یک کامپیوتر در اختیار استاد هیپنوتیزم است و وی می تواند او را مطابق میل خود برنامه ریزی کند. البته در این حالت نمی توان فرد را به انجام کار خلافی وادار کرد. زیرا ضمیر باطن هر شخص از یک سیستم حفاظتی برخوردار است. مگر اینکه شخص خلافکار باشد.

حالت هیپنوتیزم بهترین وضعیت برای تغییر دادن شخصیت افراد است. در این وضعیت می توان زندگی یک انسان را از این رو به آن رو کرد. می توان یک شخص ترسو را به انسانی شجاع تبدیل نمود، می توان به یک فرد معتاد تلقین کرد تا دست از مصرف مواد بردارد. به کسی که علاقه ای به تحصیل ندارد تلقین کرد که به درس خواندن علاقه مند شده و تحصیلات خود را تا آخرین مدارج علمی ادامه دهد. حتی هیپنوتیزم می تواند از یک شخص با هوش متوسط یک نابغه بسازد. تمام اینها تئوریهای اثبات شده علمی بوده و داستان تخیلی نیست.

در حالت هیپنوتیزم می توان بسیاری از بیماریهای جسمی و روانی را درمان کرد. همچنین کاری کرد تا زخمها زودتر بهبود یافته و جراحات حاصل از اعمال جراحی و یا برخورد گلوله یا اشیاء تیزی مثل چاقو، با سرعت بیشتری خوب شوند. در این حالت اگر دندان کسی را بکشند جای دندان به سرعت الیتام می یابد و اگر شخص در عمق مناسبی از هیپنوتیزم قرار داشته باشد حتی می توان کاری کرد که زخم در آن واحد خوب شود، انگار که اصلاً زخمی ایجاد نشده بود.

خلاصه کلام اینکه، کارهای بسیار زیادی می توان در این حالت انجام داد که در دوره آموزشی « کار برد عملی هیپنوتیزم در درمان » به تمام آنها پرداخته ایم.

برخورداری از مواهب پایان ناپذیر این علم ، به شرط آگاهی یافتن از ماهیت و تسلط بر چگونگی اجرای آن امکان پذیر است و شما هم می توانید بعد از اینکه این علم را به طریق صحیح آموختید، تمام مسائل گفته شده را روی دیگران آزمایش کنید تا صحت گفته ها در عمل برایتان اثبات شود.

من مطمئنم که الان در درون شما شوق و اشتیاق زیادی به وجود آمده و شاید هم به شدت برانگیخته شده باشید، زیرا هرکسی با مطالعه این مطالب به این فکر می‌افتد که با هیپنوتیزم چه کارهایی که نمی‌شود کرد و چقدر افراد نیازمند را می‌توان یاری نمود تا زندگی سالمی داشته باشند. بله همه اینها هم در حرف و هم در عمل قابل انجام است. اما مشکلاتی وجود دارد که عملاً کار را بسیار سخت می‌سازد. البته چون آن مطالب به بحث این کتاب مربوط نمی‌شود ما هم به آن نمی‌پردازیم، اما بدانید که اگر امکان داشت که تمام مردم بتوانند از مواهب این علم بهره‌مند شوند مسلماً دنیا جای قشنگتری می‌شد و زندگی هم زیباتر. اما متأسفانه همه ما می‌دانیم که در دنیای واقعی زندگی خیلی وحشتناکتر از آن چیزی است که ما فکر می‌کنیم. البته دانستن این مطالب چیزی از ارزشهای این علم بسیار مهم و کار بردی نمی‌کاهد. زیرا ما حداقل می‌توانیم با یاد گرفتن آن به خود و خانواده و فرزندان خویش کمک کنیم و از خویش و آنها، انسانهای بهتری بسازیم.

برای اینکه بهتر بتوانیم از این دانش شگفت‌انگیز استفاده کنیم پس لازم است که بیشتر با آن آشنا شویم. بخش بعدی را با پاسخ به سؤالاتی شروع کرده ایم که می‌دانم برای شما و همه علاقمندان به این علم مطرح می‌شود. با مطالعه مطالب آینده به اطلاعات خوب دست خواهید یافت.

پاسخ به سؤالات

هیپنوتیزم چیست؟

چگونه بوجود می آید؟

آیا هیپنوتیزم یک حالت طبیعی است ؟

چه عواملی در ایجاد آن نقش دارند؟

آیا همه افراد را می توان هیپنوتیزم کرد؟ و یا اینکه آیا همه افراد استعداد فرورفتن در

حالت هیپنوتیزمی را دارند یا خیر؟

آیا همه می توانند آن را یاد بگیرند؟

از هیپنوتیزم در کجاها می توان استفاده کرد؟

هیپنوتیزم چه فوایدی دارد ؟

برای استادی در این علم چقدر زمان و دانش لازم است؟

آیا برای یاد گرفتن هیپنوتیزم باید تمصیلات دانشگاهی داشت ؟

در این بخش به این پرسشها و سؤالات دیگر پاسخ خواهیم داد.

هیپنوتیزم چیست؟

همانگونه که قبلاً توضیح دادیم ، هیپنوتیزم یک حالت است. وضعیتی است که در بدن به وجود می آید. حال در این قسمت بررسی بیشتری روی این حالت انجام می دهیم.

اولین نکته ای که باید در اینجا به آن توجه داشت آن است که، هیپنوتیزم یک حالت دو وجهی است. یعنی هم بدنی و هم مغزی است. برخی از حالتها فقط بدنی و بعضی هم روانی است. اما هیپنوتیزم هر دوی این مشخصات را دارد.

خستگی جسمی یک حالت بدنی است. انسان بر اثر کار و تلاش خسته شده و از پا در می آید. اما افکار و سواسی و یا بیماریهای روانی، حالتی است که در صد درصد روانی هستند و با مغز و دستگاه عصبی ما ارتباط دارند. در ادامه مطلب بیشتر در این باره توضیح خواهیم داد. ابتدا لازم است حالت هیپنوتیزم را بهتر بشناسیم . همانطور که در قبل اشاره گردید. هیپنوتیزم یک علم است. پس بعنوان یک علم باید دارای پایه و اساس و موضوع و حیطه عمل و همچنین دارای تاریخچه و خلاصه تمام مشخصات مربوط به یک علم را دارا باشد. برای فهمیدن بعضی از علوم لازم نیست وارد حواشی زیادی شویم بلکه خیلی راحت میشود رفت سر اصل مطلب. اما درباره هیپنوتیزم از آنجایی که این علم مستقیماً به انسان مربوط میشود و از این نظر که به ایجاد پدیده ای در وجود آدمی میانجامد. پس شایسته است که قبل از آنکه به توضیح و تشریح این علم پردازیم، قدمهایی چند به عقب برگشته و ابتدا وجود خود انسان را مورد بحث و بررسی قرار داده و به شناخت لازم درباره آن برسیم، سپس به توضیح و تفسیر هیپنوتیزم اقدام کنیم. (این روشی است که ما در مکتب تایما همیشه برای بررسی هر مسئله ای قبل از پرداختن به اصل مطلب درپیش میگیریم و همواره

جواب داده است.) قبل از آن باید این مسئله بطور کامل روشن شود که هیپنوتیزم، در اصل حالتی از حالت های روانی و یا نوعی از تواناییهای ذهنی و روحی انسان است که جسم انسان محل تجلی آن است. همانطور که خواب جزء رفتارها و حالت‌های غریزی در وجود انسان است. هیپنوتیزم هم حالتی و پدیده‌ای موجود در ذات انسان است و از بدو تولد تا دم مرگ با اوست. این را گفتیم تا مشخص شود که هیپنوتیزم چیزی نیست که از بیرون وارد جسم انسان بشود و یا ساخته شود. بیشتر باید گفت هیپنوتیزم یک توانایی است که هر انسانی در درون ذهن خود دارد ولی حتی از وجود آن هم آگاه نیست و هیپنوتیزور یا استاد هیپنوتیزم به شخص این آگاهی را میدهد که این توانایی را بشناسد و آن را بکار گیرد.

همانگونه که در قبل گفتیم برای اینکه به این سوال، هیپنوتیزم چیست؟ پاسخ دقیقی داده شود. ابتدا باید به عقب برگردیم و بررسی زیادی را در باره وجود انسان و شناخت ابعاد جسمی و روحی او انجام دهیم تا بتوانیم به نتیجه روشن و واضحی دست یابیم. در ابتدا حالات مختلف روحی و روانی یک انسان سالم و زنده را مورد بررسی قرار میدهم تا به شناخت بیشتری از هیپنوتیزم برسیم. در سطور قبل گفتیم و باز هم بر روی این مسئله تأکید میکنیم که هیپنوتیزم یک پدیده جسمی و ذهنی و روانی است، که از درون انسان نشأت میگیرد و از بدو موجودیت بشر با اوست. در قسمت بعد بیشتر این موضوع را باز میکنیم.

حالات سه گانه انسانی

هر انسان زنده در طول شبانه روز اجباراً این سه حالت ذهنی را به تناوب تجربه میکند و یا در آن قرار میگیرد. این سه حالت عبارتند از: ۱- بیداری ۲- خواب ۳- حالت چُرت زدن بین خواب و بیداری.

بغیر از این سه حالت، وضعیتهایی هم وجود دارد که چون بعید است در هنگام سلامتی شخص رخ دهد، ما آنها را جزو این حالات بحساب نیاوردیم. مانند: بیهوشی و حالت کُما و مرگ مغزی و همچنین حالت خماری و نشگی و مانند آنها. اما یک حالت چهارمی هم وجود دارد که، چون ما خیلی کم با آن برخورد داریم بهمین دلیل اطلاعات ما در باره آن زیاد نیست و آن « **هیپنوتیزم** » است.

سوال: هیپنوتیزم چه حالتی است؟ جواب: هیپنوتیزم هم حالتی مانند یکی از حالت‌های سه گانه ذهن بشری است. اما با این تفاوت که **الف** = خواب نیست. چون برخلاف خواب طبیعی میتوان در این حالت با فردی که هیپنوتیزم شده صحبت کرد و سوال و جواب نمود. **ب** = بیداری هم نیست. زیرا شخص از خود بیخود است و در مراحل عمیقتر هیپنوتیزم حتی از وجود خود هم بیخبر است. **ج** = حالت چُرت هم نیست. زیرا اساساً چُرت زدن بیشتر شبیه به خواب سبک است. اما تشابه هیپنوتیزم با حالت چُرت بیشتر از شباهت با دو حالت دیگر است. فهمیدن اینکه هیپنوتیزم چیست و چگونه حالتی است و چطور ایجاد میشود. حقیقتاً کار آسانی نیست. بلکه به مقدمه چینیهای زیادی احتیاج دارد و ما هم الآن در حال انجام همین کاریم. یعنی سعی داریم قدم به قدم شما را به فهم آن نزدیک کنیم. لطفاً بحث بعدی را هم با دقت دنبال کنید.

آشنایی با جسم انسان

در بحث قبلی گفتیم که هیپنوتیزم حالتی جسمی و روانی است. حال این حالت را از نظر جسمی بررسی می کنیم. پس لازم است در ابتدا نگاهی به کالبد آدمی بیاندازیم. در اینجا ما انسان را از نظر یک سیستم زنده بررسی کرده و به دیگر زوایای آن نمی پردازیم زیرا به بحث ما مربوط نمی شود.

انسان یک موجود زنده است و بدن وی نیز مظهر زنده بودن اوست. بدن ما یک مکانیسم است. ساختاری است که خود آگاهی ما بر فراز آن قرار گرفته است. در توضیح ساختار آدمی باید گفت :

انسان حیوانی است که دارای دو دست و دو پا بوده و به صورت عمود روی پاهای خود ایستاده و حرکت می کند. بدن انسان از بیرون، شامل سر و گردن، سینه و شکم و پاهاست. در درون هم اعضای زیادی این سیستم را سرپا نگه داشته و به وسیله آن ما زنده هستیم. تمام اعضای بدن از سلولهای زنده ساخته شده و بخشی از بدن ما به نام « مغز » که در سر ما جای دارد این سلولها را کنترل می کند. در حقیقت مغز هر کس فرمانده بدن اوست. اما این فقط ظاهر قضیه است. خود مغز هم از سلولهای زنده ساخته شده و تحت نظر یک مغز درونی که هرگز نمی توان او را دید (به این مطالب توجه کنید) قرار دارد. به آن مغز درونی که دیده نمی شود، « شعور درونی » یا « ضمیر باطن » می گویند. در اصل این شعور درونی است که ما را بوجود آورده و کنترل می کند. مغز را هم او می سازد. این عقل درونی در همه جا وجود دارد. در داخل آب، سنگ، خاک، آهن و هر چیز دیگر، همین عقل درونی است که اسپرم مرد را به سمت تخمک زن می کشاند و انسان را می آفریند.

ضمیر باطن هم از نظر جسمی و هم روانی بدن ما و در کل خود ما را تحت نظر داشته و کنترل می کند. بعد از مرگ ما ، مغز از بین می رود ، اما ضمیر باطن نه، خداوند متعال در قرآن می فرماید: **انالله و انا الیه راجعون** . (همه از خدا هستند و به سوی او بر می گردند) .

ضمیر باطن ، تک تک سلولهای بدن ما را تحت کنترل دارد و از اعمال هر عضوی به خوبی آگاه است. اگر کسی بتواند به این بخش مهم از وجود خود که در حقیقت همان « هسته مرکزی » است دست پیدا کند، می تواند خود را از نو متولد سازد. ضمیر باطن هرگز نمی خوابد و بیست و چهار ساعته بدن ما را مراقبت می کند. اگر بدن خسته شود به مغز دستور می دهد تا حالت خواب را القا کند، و وقتی که خستگی برطرف شد، دوباره ما را سر حال و شاد از خواب بیدار می کند.

ضمیر باطن سازنده بدن ماست و از عملکرد هر عضوی بخوبی آگاه است. او دارای نقشه کامل از اعضای بدن است و بهمین دلیل است که وقتی عضوی از ما زخمی می شود وی دوباره آن را به شکل سابق ترمیم می کند. مثلاً وقتی که دست یا پای ما می شکنند او استخوان را وادار می کند تا رشد کند و شکستگی را ترمیم کند، اما زمانی که شکستگی ترمیم می شود دوباره دستور می دهد تا جلوی رشد استخوان گرفته شود، اگر اینگونه نبود ممکن بود قد ما تا صدها متر افزایش پیدا کند. ژنها که خصوصیات وراثتی را انتقال می دهند در اصل درون ضمیر ناخود آگاه قرار دارند. مغز فقط محل مادی آنهاست. اصولاً تمام احساسات ما در شعور درونی قرار داشته و از آنجا کنترل می شود. حال که صحبت به ضمیر باطن رسید، بهتر است نگاهی به آگاهی های سه گانه انسان نیز بیاندازیم.

خودآگاهی و ناخود آگاهی انسان

بطور کلی هر انسانی دارای سه نوع آگاهی به معنی توانایی احساس یا عدم احساس محرکات بیرونی و به زبان ساده تر از خود باخبر بودن یا نبودن میباشد. این سه نوع حالت روانی از نظر ذهنی عبارتند از :

۱- خود آگاهی / ۲- میان آگاهی / ۳- نا خود آگاهی

این مسئله را در دوران جدید، برای اولین باریک عصب شناس اتریشی بنام زیگموند فروید مطرح ساخت. (اینکه میگویم دوران جدید به این علت است که تحقیقات نشان داده است میزان دانش اجداد ما خیلی بیشتر از آن بوده که ما فکر میکنیم و هزاران سال قبل پیشینیان دانشمند ما خیلی جلوتر از فروید و امثال او به این مسئله پی برده بودند. همانگونه که صدها سال قبل از اختراع بمب اتم، «مولانا» در یکی از اشعار خود به این مسئله و شکافتن هسته اتم به صراحت اشاره کرده است). این نظریه که در بخشهای بعدی بدقت مورد بررسی قرار خواهد گرفت بر این مبناست که هر انسانی بغیر از آگاهی و شعوری که در حالت عادی دارد و بوسیله آن از وجود خود مطلع بوده و اعمال ارادیش را بوسیله آن انجام داده و با آن زندگی میکند، دارای دو نوع آگاهی دیگری نیز میباشد که چون در حالت عادی از وجود آنها بی خبر است، بنابر این اطلاعی از بود و نبود آنها ندارد. (از آنجائیکه قبلاً و طریقت مختلف، بطور مفصل به این موضوع پرداخته ایم ، لذا در اینجا اشاره کوتاهی به هر کدام از آنها میکنیم و میگذریم).

خود آگاهی یعنی: همان احساسی که الآن من و شما داریم. بعبارتی اکنون که من در حال نوشتن این کلمات هستم میدانم که کیستم و در حال انجام چه کاری هستم و شما هم که در حال مطالعه این کتاب هستید، میدانید که در حال انجام چه کاری میباشید. پس خود آگاهی یعنی باخبر بودن از خود.

میان آگاهی یعنی: احساسی که مابین با خبری کامل از خود و بیخبری کامل است، مثلاً مانند خواب یا بیهوشی که مابین اینها چرت زدن است. اگر بخواهیم توضیح دقیقتری بدهیم، میان آگاهی حالتی است که ما از وجود خود باخبریم اما نه کامل، اگر بخواهیم درباره حرکات و اعمال بشری این آگاهیها را دخالت دهیم، خود آگاهی مانند این می ماند که من میتوانم به اختیار خود از نوشتن دست بکشم. اما میان آگاهی مانند این است که من میتوانم تا چند دقیقه نفس نکشم. اما نمیتوانم کامل این عمل را متوقف کنم زیرا در اینصورت خواهم مرد. پس اعمال یا حالتی که نیم آن در اختیار ما بوده و نیم آن در تسلط و اراده ما نیست را میان آگاهی مینامند.

نا خود آگاهی یعنی: اینکه ما بطور کل از وجود خود خبر نداشته باشیم. و اگر بخواهیم یک مثال عملی بزنیم. میگوییم، کلیه اعمال و رفتار و احساساتی که ما به صورت ارادی کنترل روی آنها نداریم، میشوند ناخود آگاهی. مثلاً عضلات قلب ما به اراده و اختیار ما منقبض و منبسط نمیشوند. بلکه توسط سیستم اعصاب خود کار کنترل میشوند و این سیستم خود کار زیر نظر ناخود آگاهی ما قرار دارد. یک مثال ساده برای فهم این سه گانه ذهنی، مثال چراغ قوه است. به این صورت که اگر شما نور یک چراغ قوه را بر روی یک دیوار در اطای تاریک بیاندازید. خواهید دید که سه منطقه بوجود میآید.

اول: مرکز این منطقه است که بطور کامل روشن است. این همان خود آگاهی است. **دوم:** قسمت وسط است که مقداری روشن و مقداری تاریک است. این همان نیمه آگاهی است. **سوم:** منطقه تاریک است که نور چراغ به آنجا نرسیده است. و این همان ناخود آگاهی میباشد. دقیقاً درون مغز و ذهن ما هم به اینگونه است.

حال به این توضیح خوب توجه کنید: همانطور که گفتیم ناخود آگاهی انسان کنترل تمام اعمال اتوماتیک و خود کار بدن را بعهده دارد. لذا اگر بتوان به طریقی به این قسمت از ذهن وارد شده و کنترل آن را در دست گرفت، آنگاه می شود بر کل بدن تسلط داشت. این عمل را « **هیپنوتیزم** » میگویند.

پس یک تعریف ساده از هیپنوتیزم این شد که: **هیپنوتیزم یعنی مسلط شدن به ذهن و مغز و ضمیر ناخود آگاه هر فرد، به صورتی که مغز شخص فقط فرمانهای استاد هیپنوتیزور را اجرا کند و لا غیر.** خوب حالا شما فکر کنید که آیا این کار شدنی است؟ اگر واقعاً بشود چنین کاری کرد، عواقب و یا منافع چنین عملی چه خواهد بود؟ آیا در این صورت سوژه تبدیل به یک عروسک نمیشود؟ به تمام این سوالات در بخش بعدی پاسخ داده ایم. لطفاً مطالب بعدی را با دقت بیشتری مطالعه کنید.

رابطه هیپنوتیزم با جسم انسان

در بخشهای قبلی در باره اینکه هیپنوتیزم یک عمل ذو وجهی است توضیح دادیم. حال می خواهیم در بعد جسمانی این حالت را بیشتر بررسی کنیم. قبلاً در باره خواب و بیداری صحبت کردیم، حال به شرح حالت هیپنوتیزم می پردازیم.

همانطور که قبلاً توضیح دادیم، هیپنوتیزم حالتی است که در بدن بوجود می آید. اما باید دانست که این حالت، از حالت‌های ذاتی جسم انسان است. یعنی، همانطور که خواب و بیداری از حالت‌های ذاتی ماست و ما از بدو تولد این استعداد را با خود داریم، هیپنوتیزم هم حالتی است که خالق انسان از بدو تولد در وجود او به ودیعه گذاشته است.

حال ممکن است هم اکنون این پرسش برای شما مطرح شود که ما فایده خواب و بیداری را می دانیم، اما فایده هیپنوتیزم را نه، هیپنوتیزم چه فایده ای دارد و چرا باید انسانها به این حالت نیاز داشته باشند. توانایی فرورفتن به حالت هیپنوتیزم فقط برای این در وجود ما گذاشته شده است که، آن تنها راه ارتباطی ما با ضمیر باطن است. حال یک سوال دیگر؟ برای چه ما باید این ارتباط را لازم داشته باشیم؟ و یا ما چه نیازی داریم که با ضمیر باطن ارتباط برقرار کنیم؟ جواب این سؤال خیلی طولانی می شود، اما به صورت خلاصه می توان اینطور جواب داد: فرض کنید ضمیر باطن همان خدای درون انسان است و این قدرت را دارد که هر چه بخواهید برآورده کند، حال مایل نیستید بدانید که چگونه می شود با او ارتباط برقرار کرد و در خواستهای خود را مطرح نمود؟ این راه ارتباطی همان هیپنوتیزم است و راه هیپنوتیزم هم از شاهراه تمرکز فکر می گذرد. به مطلب بعدی توجه کنید.

رابطه عرفا و مرتاضان با هیپنوتیزم

چرا عرفا و مرتاضان و ریاضت کشان از مردم دور شده و درون غارها و جنگلها به ریاضت می پردازند؟ جواب این است : آنها ضمیر باطن را می شناسند و از قدرتهای آن خبردارند. آنها می دانند که اگر بتوانند به آن دست پیدا کنند هر چه که بخواهند می توانند به دست بیاورند. آنها همچنین می دانند که راه رسیدن به ضمیر باطن، هیپنوتیزم و راه رسیدن به هیپنوتیزم هم تمرکز فکر است. حال کدام انسان عاقلی است که بداند در درون خود چه گنج گرانبهایی دارد و نخواهد آن را به دست آورد؟ مسلماً هیچ کس.

اما داشتن تمرکز فکر خوب به این سادگی ها میسر و ممکن نیست، زیرا کارها و اشتغالات روزانه فکر ما را به خود مشغول می سازد و نمی گذارد تا ما به راحتی با ضمیر باطن خود ارتباط برقرار کنیم. طلب و بدهی و کار و کسب درآمد و سروکله زدن با افراد خانواده برای کسی تمرکز فکری باقی نمی گذارد. بهمین دلیل اینها نه ازدواج می کنند و نه کاری دارند و نه به فکر خانه و زندگی اند. شکمشان را با یک لقمه نان که مردم صدقه می دهند پرمی کنند و بیست و چهار ساعته به عبادت و تمرینات تمرکز فکر مشغولند. حال دانستید که چرا اینها تمام عمر در غارها و جنگلها به سر می برند؟ علتش این نیست که می خواهند انسان های عابد و زاهدی باشند، بلکه برعکس اینها عاشق قدرتند. اما آن را از جای اصلی جستجو میکنند. آیا تابحال به القاب درویشان دقت کرده اید! همه آنها اسمشان به کلمه « شاه » ختم می شود. این امر با دوری از دنیامنافات دارد. چگونه کسانی که به دنبال دنیا نیستند القاب شاهانه روی خود می گذارند؟ حال یک نکته مهم، آیا می دانید که انسان در چه رده سنی مطلقاً با ضمیر باطن در ارتباط است و تقریباً هر چه که بخواهد بر آورده می شود؟ جواب این است : دوران کودکی تا سن ۹ سالگی.

کودکان و هیپنوتیزم و رابطه با ضمیر باطن

شاید شما هم این موضوع را شنیده باشید که : **دعای کودکان به اجابت می رسد.** ما در احادیث داریم که حتی ائمه ما هم هر وقت می خواستند دعا کنند، کودکان خود را صدا کرده و از آنها می خواستند آمین بگویند. حال اگر شما از یک روحانی در این باره سؤال کنید، مطمئناً جواب خواهید شنید که : چون کودکان گناه نمی کنند، پس هر دعایی که بکنند خدا اجابت می کند. حال به برگردان این سخن در مکتب تایما دقت کنید: کودکان چون هنوز لایه خود آگاهی ضعیفی دارند، لذا بطور مدام با ضمیر باطن خود در ارتباطند ، بهمین دلیل هر آرزویی که بکنند به احتمال قریب به یقین برآورده می شود.

یک معنی دیگر گناه این است که، این عمل لایه سیاهی روی مسیر ارتباطی بین خود آگاه شخص و نا خود آگاهی می کشد و بهمین دلیل برقراری ارتباط را مشکل می سازد . لذا اگر کسی گناهکار نباشد (مثل کودکان) پس راحت تر می تواند به ضمیر باطن خود مرتبط شود.

حال که شما هم از این راز بزرگ باخبر شدید می توانید از قدرت کودکان خود به نفع خانواده خویش استفاده کنید. بنده خودم این موضوع را بارها امتحان کرده و نتایج عجیبی گرفته ام که یکی را برایتان نقل می کنم.

سالها قبل دو نفر از آشنایان می خواستند از هم جدا شوند، مادر مرحوم من که خدایش بیامرزد از من خواست دخالت کنم، بنده نیز تنها کودک این دو را صدا کرده و در اطاقی با وی گفتگو کردم. از او پرسیدم دوست داری مادر و پدرت با هم آشتی کنند؟ او هم پاسخ داد بله، اما پدرم لج کرده و راضی نمیشه. من از او خواستم هر دعایی که من می کنم او آمین بگوید. در عرض دو روز مشکل حل شد. حال به بحث اصلی خود که ارتباط هیپنوتیزم با جسم انسان بود بر می گردیم.

تا اینجا دانستید که هیپنوتیزم یک پل ارتباطی است که به وسیله آن می توان با ضمیر باطن تماس گرفت. حال در اینجا چندسؤال مهم باقی مانده است که توجه شما را به آن جلب می کنم.

سؤال اول : هیپنوتیزم چگونه در بدن ایجاد می شود؟

سؤال دوم : از نظر آگاهی هیپنوتیزم در کدام لایه اتفاق می افتد؟ خودآگاهی یا میان آگاهی یا ناخودآگاهی؟

سؤال سوم : ارتباط حالت هیپنوتیزم با مغز چگونه است؟

سؤال چهارم : آیا این وضعیت برای بدن خطری ندارد؟

سؤال پنجم : آیا در این حالت کارکردهای اندامهای داخلی یا خارجی تحت تأثیر قرار می گیرد؟ اگر پاسخ مثبت است، این تأثیر مثبت است یا منفی؟

سؤال ششم : تأثیر هیپنوتیزم بر جسم و روح ما کوتاه مدت است یا دراز مدت؟

حال در بخش بعدی به تمام این سؤالات پاسخ می دهیم .

سؤال اول : هیپنوتیزم چگونه در بدن ایجاد می شود؟

همانطور که قبلاً گفتیم، هیپنوتیزم حالتی است که شبیه به خواب طبیعی است اما با آن فرق دارد. در این حالت شخص ظاهراً به خواب رفته است، اما قسمتی از وجود او بیدار است و آن هم ضمیر باطن است. شروع آن با خسته شدن چشم و شل شدن اعضای داخلی بدن است. در این حالت که تمرکز فکر افزایش پیدا می کند شخص به یک نوع حالت رخوت و سستی کشیده شده و کم کم خود آگاهی را به کناری گذاشته و از خود بیخود می شود.

اگر دگر هیپنوتیزمی در کار باشد، استاد ممکن است از شخص بخواهد که به یک شیء نورانی نگاه کند. سپس وی شروع به تلقین می کند و آرام آرام چشمان بسته شده و به خواب فرو می رود.

در این حالت بدن شخص شل شده و قلب آرام تر می تپد. همچنین فشار خون پائین می آید و فرد به خواب رفته آرامش زیادی را احساس می کند. زیرا درحالتی که عضلات وی شل شده، اعصاب راحتتر کار می کنند و فشار عصبی از روی بدن برداشته می شود. (این حالت فوق العاده برای افراد عصبی مفید است). از نظر ذهنی هم این حالت پیش می آید:

هیپنوتیزم در محدوده ناخود آگاهی یا وابسته به آن است. بنابراین برای اینکه شخصی هیپنوتیزم شود باید خود آگاهی خود را کنار گذاشته و از خود بی خود شود. این کار با توجه به تلقینات ارائه شده صورت می گیرد. سرانجام لحظه ای می رسد که شخص از خود بیخود شده و ضمیر باطن فعال شده و در دسترس قرار می گیرد. از این لحظه به بعد هر سؤالی که از فرد بشود این ضمیر باطن است که حرف می زند.

ارتباط هیپنوتیزم با مغز

در محدوده خود آگاهی و از نظر جسمی ، عضوی که با هیپنوتیزم ارتباط مستقیم دارد مغز است. حال وقت آن رسیده که اندکی با چگونگی کار این عضو مهم آشنا شویم.

آشنایی با کارکرد مغز و تولید امواج مغزی

اگر به یاد داشته باشید قبلاً گفتیم که انسان بصورت طبیعی در یکی از این سه حالت بسر میرسد. خواب ، بیداری ، چُرت، و گفتیم که هیپنوتیزم چهارمین حالت است. و باز اگر بیاد داشته باشید، در همانجا فرق این حالتها را هم بیان کردیم. حال میخواهیم ببینیم، فرق حالت هیپنوتیزم با بقیه این حالات در چه چیز است و در آن حالت چه اتفاقی در بدن می افتد.

برای فهم این حالت ابتدا باید با مغز و کارکرد آن آشنا شد. مغز انسان مرکز فرماندهی بدن هر شخص بوده و مانند یک سلطان قدرتمند، بر مملکت بدن فرمان میراند و این کار را با سلسله اعصاب انجام میدهد.

وزن مغز انسان تنها ۲٪ (دو در صد) وزن بدن است. اما یاخته های فعال آن ۲۰٪ (یک پنجم) اکسیژنی را که خون باخود دارد به مصرف می رساند. در هر دقیقه بیش از یک لیتر خون از مویرگهای مغز میگذرد. چنانچه خون به بافتهای مغز نرسد، آنها به فاصله چند دقیقه می میرند. خوردن و خوابیدن ، آشامیدن و هر کاری که یک انسان انجام میدهد، هر یک دارای الگوهای دوره ای و مراکز بخصوصی در مغز هستند. همچنین مغز به دو نیمکره راست و چپ تقسیم میشود. سمت راست بدن را نیمکره چپ کنترل میکند و سمت چپ را نیمکره راست. نیمکره راست مغز از نظر کاری با نیمکره چپ تفاوت دارد. بدین صورت

که نیمکره چپ بیشتر حسابگرایانه و دقیق عمل میکند. اما نیمکره راست در گیر مسائل احساسی است. در این صورت باید گفت از آنجائیکه تخیل به نیمکره راست مغز مربوط میشود، پس هیپنوتیزم هم بیشتر با این سمت در ارتباط باشد. حال به بحث امواج مغزی میرسیم.

شاید تا کنون چیزی در باره امواج مغزی شنیده باشید. اگر تا بحال در این باره چیزی بگوشتان نخورده، باید بدانید که مغز انسان دارای نوسانات و امواج است. برای فهم بهتر این مطلب لازم است که ابتدا با مفهوم نوسان و امواج آشنا شویم. اما قبل از آن به یاد بیاورید که در بحث منشأ خلقت گفتیم که هستی از حرکت بوجود آمده است و از آنجائیکه مغز یک تشکیلات کاملاً زنده است، پس حرکت دارد و حرکت هم تولید ارتعاش و امواج مینماید. در سطور آینده بطور مفصل به این مسئله پرداخته ایم.

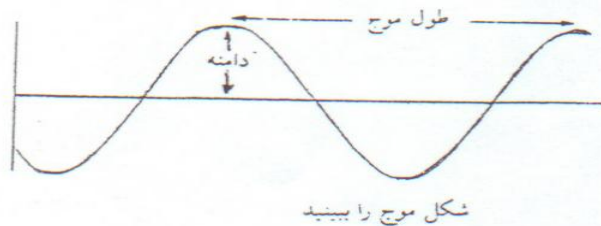
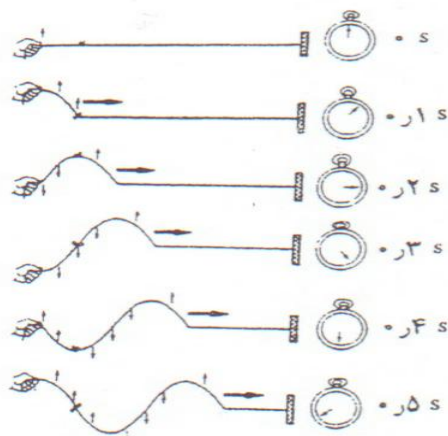
امواج و ارتعاشات

مفاهیم اولیه : برای آشنایی با این مبحث ناگزیر هستیم کلمات و واژه هایی را به کار گیریم که دائماً از زبان همه شنیده میشود و نوعی کاربرد نادرست در زبان عامیانه پیدا کرده، اما در این بحث معنای دقیق آنها مد نظر ماست. تعاریفی نظیر ارتعاش، فرکانس، امواج، طول موج، تداخل امواج و ... را به دقت مطالعه نموده و با درک مطلب به مراحل بعدی وارد شوید.

ارتعاشات : حرکتهای رو به جلو و عقب یا بالا و پایین را که خود بخود و سریع تکرار می شوند را ، ارتعاش مینامند. شخص به سختی میتواند در یک ثانیه دست خود را بیش از ۵ بار به ارتعاش در آورد و تازه این ارتعاش صدایی هم بهمراه ندارد. اما گاهی ارتعاشاتی وجود دارند که به قدری سریع هستند که دیدن و یا شمردن آنها امکان پذیر نیست و بصورت یک حرکت محو و لرزان و یا صدا قابل درک میباشند.

تعریف فرکانس یا (بسامد): تعداد ارتعاشات ایجاد شده در یک ثانیه را بسامد یا فرکانس ارتعاش مینامند. برای مثال اگر وسیله ای یک ارتعاش کامل را در یک ثانیه انجام دهد فرکانس آن یک دور در ثانیه یا یک هرتز است. اگر کمتر از ۲۰ ارتعاش در یک ثانیه اتفاق بیافتد نمیتوان آن را با گوش خود و بعنوان صوت شنید. تعداد نوسانات اگر به ۳۳ بار در ثانیه برسد تشکیل امواج صوتی را میدهند. یعنی بوسیله گوش انسانها قابل درک میگردد. اگر تعداد ارتعاشات بیشتر از ۲۰ / ۱۰۰۰ بار در یک ثانیه باشد برای گوش اغلب انسانها زبان آواراست و نمی توان آن را بعنوان صوت شنید. (از این مورد برای بمبهای صوتی استفاده می شود) وقتی ما حرف می زنیم فرکانس صدای ما ترکیبی از ارتعاشات با فرکانس ۱۰ / ۱۰۰۰ بار در ثانیه تولید میکند. در آلات موسیقی ۱۶ / ۱۰۰۰ بار در ثانیه ارتعاش وجود دارد. بطور کلی محدوده شنوایی برای گوش انسان در حدود ۲۰ تا ۲۰ / ۱۰۰۰ بار ارتعاش در ثانیه است.

تعریف موج: موج، حرکت یک آشفتگی یا یک تغییر شکل در ماده است که با گذشت زمان، شکل ظاهری آن عوض میشود. ترسیم یک موج به هنگام حرکت بر روی کاغذ کار مشکلی است. موقعیت یک موج به هنگام حرکت در طول طناب در شکل زیر نشان داده شده است :



مقداری که طناب از وضع تعادل یا موقعیت اصلی خود به سمت بالا یا پایین حرکت داده میشود، دامنه یا

جابجایی مینامند.

سرعت انتشار موج: یک برآمدگی روی شکل بالا را در نظر بگیرید. مسافتی که یک برآمدگی در مدت

یک ثانیه طی میکند سرعت انتشار آن موج می نامند که بر حسب متر بر ثانیه اندازه گیری می شود.

فرکانس یا بسامد موج : تعداد برآمدگیهایی است که در مدت یک ثانیه از مقابل یک شخص ناظر

عبور میکند و بر حسب هرتز بیان می شود.

طول موج: فاصله میان دو برآمدگی متوالی را طول موج می نامند و بر حسب متر اندازه گیری میشود.

این تعاریف در مورد همه امواج، از قبیل امواج روی سطح آب، امواج صوتی، امواج رادیویی و امواج نوری و..... صدق میکند.

تداخل امواج: هنگامی که دو موج یا چند موج به هم می رسند، داخل یکدیگر فرو می روند و با هم

ترکیب می شوند و در مجموع یک آشفتگی جدیدتر ایجاد می نمایند. گاهی نقاطی در اثر خنثی شدن

یک موج توسط موج دیگر به وجود می آید و گاهی امواج نه تنها یکدیگر را خنثی نمی کنند بلکه با هم

ترکیب شده و دامنه بیشتری را تولید میکنند و گاهی یکدیگر را تضعیف میکنند.

امواج الکترو مغناطیسی: برخی از امواج برای انتقال خود، به یک محیط مادی مانند آب، هوا، طناب

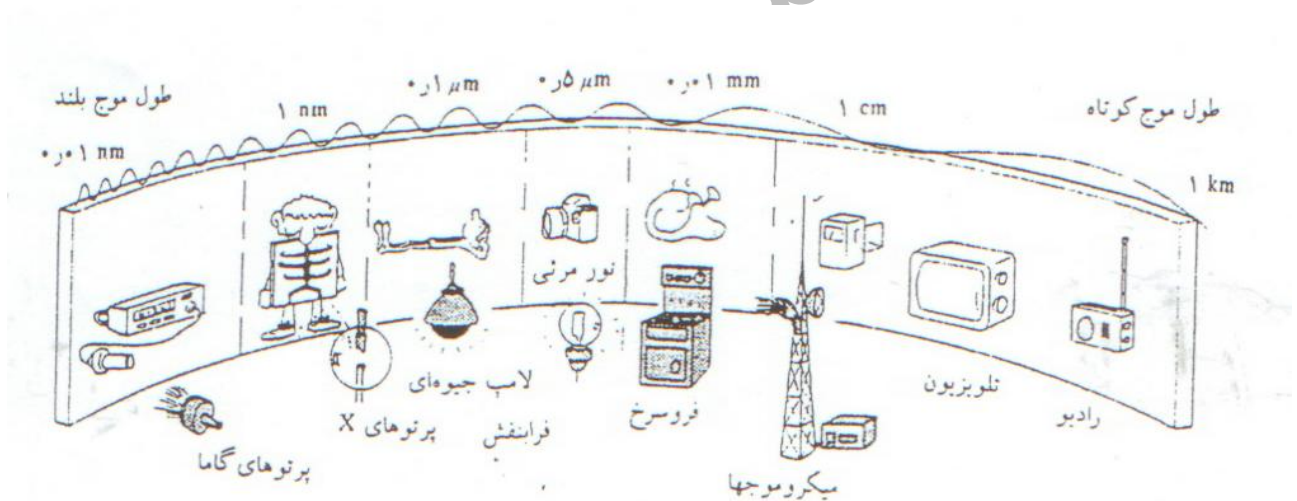
نیاز دارند اما نوع دیگری از امواج نیز وجود دارند که در خلاء نیز می توانند منتقل شوند. (در خلاء

هیچگونه ماده ای وجود ندارد) این امواج را امواج الکترو مغناطیسی می نامند. فضای اطراف ما پر از این

مواج است که طول موجهای متفاوتی دارند و در تمام جهات منتشر می شوند. امواج الکترو مغناطیسی بر

حسب طول موجی که دارند آثار مختلفی نیز ایجاد میکنند زیرا حامل انرژی هستند که با گیرنده های

مختلف قابل ردیابی میباشند. امواجی که با چشم معمولی دیده می شوند، **امواج نوری** نامیده میشوند که دارای طول موج مشخصی هستند. امواجی که پوست بدن را گرم میکنند **امواج فرو سرخ** یا **مادون قرمز** نام دارند. امواجی که رنگ پوست بدن را قهوه ای میکنند **امواج فرا بنفش** یا **ماوراء بنفش** نامیده می شوند. برخی از امواج الکترو مغناطیسی می توانند به طور مستقیم از بدن عبور کنند. این امواج، پرتوهای **ایکس و گاما** نام دارند. امواجی که توسط گیرنده های رادیویی و تلویزیون دریافت می شوند و طول موجشان نسبتاً بلندتر است **امواج رادیویی** می نامند. بطور کلی سرعت امواج الکترو مغناطیسی با سرعت نور برابر است. شکل ذیل طیف امواج الکترو مغناطیسی را نشان می دهد.



میکرو موج : میکرو موجها قسمتی از امواج الکترو مغناطیسی هستند که طول موج آنها حدود چند سانتی متر است و امواجی بدون صدا هستند. از پرتو میکرو موج برای انتقال مکالمات تلفن بین شهری و موبایل و ارتباطات ماهواره ای استفاده میکنند.

یک پرتو میکرو موج قادر است تعداد زیادی مکالمات را از یک سیم حمل کند. بار سال این پرتو به ماهواره ای که بین دو قاره قرار دارد، تصاویر تلویزیونی را میان دو قاره منتقل می کنند. یک ماهواره پرتوها را دریافت می کند و قبل از انتقال به گیرنده های روی زمین، آنها را تقویت میکند. همچنین از این امواج در مایکروفرها برای پختن سریع غذا استفاده میگردد. چنانچه در مسیر چنین امواجی قرار بگیریم مغز و اندامهای داخلی بدن ما نیز پخته می شوند. هنگام کار با این امواج باید احتیاط را رعایت کرد.

امواج رادیویی: طول موج آنها بین چند میلی متر تا چند کیلومتر است و برای حمل پیامها و تصاویر تلویزیونی به سراسر دنیا استفاده میشود. با استفاده از امواج رادیویی، پیامهای زمینی را به سفینه ها و ایستگاههای فضایی ارسال می نمایند. ارسال پیام توسط این نوع امواج، بدون صدا و با سرعت نور انجام می گیرد. امواج رادیویی به باندهای مختلف دسته بندی می شوند که هر باند کاربرد مخصوص بخود را دارد. یک دستگاه رادیو می تواند از راه دور، باند امواج کوتاه و متوسط را نیز بگیرد.

میدان انرژی: هر منبع انرژی بر محیط خود نیرویی اعمال می کند که بر کلیه اشیاء آن محیط تأثیر گذار است. این تأثیرات وسیله خطوطی تصور می شود که از آن منبع جاری شده اند. فضایی که انرژی در آن جاری است و بر مکان و اشیاء تأثیر می گذارد را میدان انرژی می نامند.

خوب حال که با این توضیحات دقیق متوجه شدید که نوسان و موج و طول موج چیست. بحث خود را از امواج مغزی پی میگیریم. همانطور که در قبل گفتیم مغز هم از خود امواجی را تولید و انتشار میدهد. دانشمندان به وسیله آزمایشات بسیار پی برده اند که پنج سیستم نوسانی در مغز انسان وجود دارد که عبارتند از:

- ۱- سیستم قلب و آئورت: تولید کننده ارتعاشات در ستون فقرات و جمجمه با فرکانس ۷ هرتز
 - ۲- امواج جمجمه‌ای و مغزی: امواج سطحی صوتی با فرکانس در حدود کیلو هرتز (۱۰۰۰ هرتز)
 - ۳- امواج ایستاده در درون بطن های مغز: امواج صوتی با فرکانس بالا
 - ۴- مدار دورانی در قشر حسی مغز: با فرکانس ۷ هرتز
 - ۵- امواج حاصل از میدان مغناطیسی نیمکره های مغز: در نیمکره راست مغز میدان مغناطیسی وجود دارد که از سمت جلوه عقب و جهت آن از شمال به جنوب است. همچنین در نیمکره چپ بالعکس و از جنوب به شمال که مربوط به جریان کانالهای انرژی در بدن است. جریانات گردشی و تداخل امواج سبب ایجاد ضربان منظم مغناطیسی می شود که در حالت آرامش ۷ هرتز است.
- از آنجا که مغز مانند یک دستگاه گیرنده و فرستنده امواج عمل میکند، وقتی بعنوان یک فرستنده بریک فرکانس خاص دائمی تنظیم شود. امواجی که از میدانهای محیط اطراف بعنوان یک گیرنده دریافت می کند بر فرکانس یکنواخت آن تأثیر گذاشته و مغز قادر است این تفاوت فرکانسها و به طور کلی تأثیرات را ردیابی و شناسائی و به اطلاعات قابل درک ترجمه نماید.

امواج مغزی

همانطور که در قبل گفتیم مغز از خود امواجی را تولید کرده و منتشر میکند. حال جالب است بدانید که مغز در حالت‌های مختلف از آگاهی امواج مختلف و متفاوتی را تولید میکند. مثلاً امواجی را که مغز در حالت بیداری تولید میکند با امواجی که در حالت خواب منتشر میکند کاملاً متفاوت است. ایضاً در حالت هیپنوتیزم هم ماهیت این امواج تغییر مییابد. این امواج را با هم بررسی میکنیم.

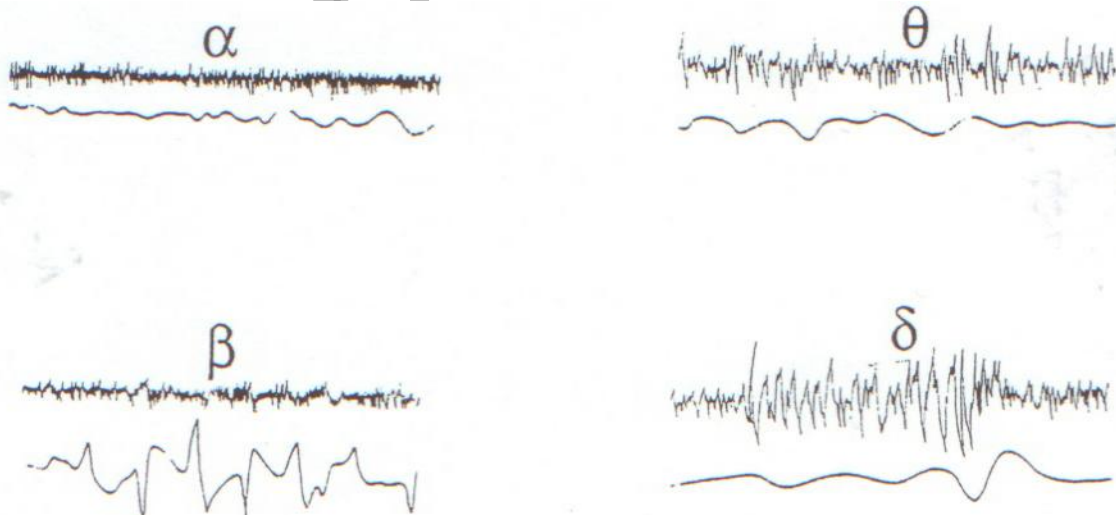
امواج آلفا (α): سطحی از امواج مغزی است که فرکانس آن نصف فرکانس امواج مغز در حالت بیداری کامل است. این امواج در حالت هیپنوتیزم یا تمرکز و خلسه و آرامش کامل تولید میگردد. در این حالت احساسات طبیعی، صلح، راحتی، صفا و آرامش سراسر وجود انسان را فرا میگیرد و اتفاقات خوشایندی در بدن رخ میدهد در این حالت اعضا و سیستمهای آسیب دیده شروع به احیا و باز سازی خود نمودند و فشار خون و نبض به طبیعی ترین وضعیت خود می رسد. در این هنگام بسته به عمق هیپنوتیزم و یا تمرکز فکر شخص می توان برخی از واکنشهای نیمه آگاه و حتی ناخود آگاه روان را که بطور خودکار در بدن عمل می نماید را نیز تحت کنترل گرفت. مثلاً در این شرایط میتوان تلقین برای بیحسی نموده و عمل جراحی انجام داد. در اویش در کردستان در این حالت تیغ ریش تراشی را می بلعند و دوباره بالا می آورند و یا در این حالت شیشه خورد شده را مانند نقل و نبات می خورند. این حالت همان حالت ذن در مکاتب فلسفی و همان حالت خلسه و جذبه عرفانی است. در این حالت بود که منصور حلاج میگفت: فارغ از خود شدم و کوس انالحق بزدم. بیشتر اختراعات در این حالت رخ میدهد.

امواج بتا (B): فرکانس امواج مغزی در حالت بیداری کامل از ۱۴ تا ۲۱ سیکل در ثانیه است که آن را سطح امواج «بتا» میگوییم. برون گرایی و نگرانی واضطراب، تمرکز بر محیط اطراف و افکار منطقی مربوط به این سطح است.

زمانی که در بستر قرار گرفته و به خواب می رویم، فرکانس این امواج کاهش می یابد. در حالتی که با آسودگی و با چشمانی بسته در رختخواب خود می آرامیم، فرکانس امواج مغزی به ۷ تا ۱۴ سیکل در ثانیه کاهش می باید که همان سطح آلفاست.

امواج تتا (Θ): وقتی که به تدریج خواب عمیقتر می شود نزول امواج مغزی بین ۴ تا ۷ ارتعاش در ثانیه است که حالت « تتا » می نامند. خلاقیت و رویا بینی در این سطح انجام می گیرد.

امواج دلتا (δ): در عمیقترین حالت خواب، فرکانس امواج مغزی ۴ سیکل در ثانیه یا پایین ترین است که آن را « دلتا » گویند.



همانگونه که در قبل گفتیم امواج آلفا در حالت هیپنوتیزم تولید میشوند. پس هر وسیله و روشی که بتواند در مغز این امواج را تولید کند ما را نیز هیپنوتیزم خواهد کرد. در بخش آموزش خود هیپنوتیزم باز هم درباره این موضوع بایکدیگر گفتگو خواهیم کرد. اما در اینجا بطور مختصر به تولید این امواج میپردازیم.

شیوه ایجاد امواج آلفا: رو به بالا نگرستن باعث تحریک مغز در جهت تولید هر چه بیشتر امواج آلفا میگردد. با نگاه کردن به آسمان حرکات بصری از حوزه بینایی خارج میگردد و سطح فعالیت نیمکره راست مغز افزایش می یابد.

پرده نمایش ذهن در حدود ۲۰ درجه بالای سطح افق و بالای دو چشم و زیر دو ابرو قرار دارد. با برهم زدن تمرکز چشم و خیره ماندن به یک جای نامشخص نیز میتوان وارد سطح آلفا شد. همچنین از طریق تصویر سازی ذهنی و تفکرات کلامی مثبت، انرژی شفا بخش را می توان رها ساخت. ذهن علاوه بر اینکه منبعی سرشار از حساسیتها، ترسها، امیال نامطلوب و عادات ناخواسته و دیر پا ست. منبعی از الهامات، نبوغ و کمالات، خلاقیتها و انرژیهای روحی است که زندگی ما را غنی تر می سازد.

نحوه کار برد امواج مغزی: در سطح امواج آلفا ما با دنیای غیرمادی و معنوی یا دنیای اثرات سروکار داریم و این امواج، تأثیر گذار هستند. در فرکانس مغزی ۲۰ سیکل در ثانیه (بتا) عملکرد انسان در بعد عینی و خارجی است. اما در فرکانس مغزی ۱۰ سیکل در ثانیه (آلفا) تنظیم تشعشعات افکار انسانی، هم عینی هم ذهنی است.

برای مثال، اشیاء و موجودات بیجان، میدان تشعشعات کلی و ثابتی دارند که به راحتی توسط تشعشعات ساده دیگر و هاله های تنظیم کننده افکار انسانی، تحت تأثیر قرار گرفته و تغییر می یابند. یعنی تأثیر پذیرند. تنظیم یک میدان انرژی چه عینی و چه ذهنی، به معنای افزودن و کاستن این میدان ثابت است. بصیرتی نیاز است تا در تنظیم این میدان دخالت نماید.

انسان با سطح امواج مغزی بتا با قصد تأثیر بر موضوعات و اشیاء قادر است در فاصله ای محدود و معین بر اشیاء جاندار و بیجان تأثیر بگذارد. اما در سطح فرکانس مغزی ۱۰ سیکل در ثانیه، تأثیر گذاری هم در فاصله معین و محدود و هم تا فواصل نامحدود امکان پذیر است. بحث امواج مغزی تا همینجا کافی است. حال به بقیه بحث می پردازیم .

پاسخ به بقیه سؤالاها

در خلال بحثهای گذشته به سه سؤال پاسخ دادیم. حال به بقیه پرسشها می پردازیم.

سؤال چهارم: آیا این وضعیت (هیپنوتیزم) برای بدن خطری ندارد؟

پاسخ: هیپنوتیزم برای بدن هیچ خطری ندارد. اما اگر کسی از ناراحتی قلبی یا فشارخون و یا هر نوع بیماری شدید دیگری رنج می برد و یا از دستگاه هایی که به قلب متصلند (مثل باطری) استفاده می کند و یا بیماریهای روانی و ترسهای شدید (مثل ترس از تنهاماندن) دارد، باید قبلاً استاد را در جریان گذاشته و با مشورت با پزشک معالج اقدام به این کار بنماید.

سؤال پنجم: آیا در این حالت کارکردهای اندامهای داخل یا خارجی تحت تأثیر قرار می گیرد؟ اگر پاسخ مثبت است، این تأثیر مثبت است یا منفی؟

پاسخ: بله، در هنگام هیپنوتیزم تمام اعضای بدن تحت تأثیر این حالت قرار می گیرند و اثر آن هم مفید است. مثلاً چین و چروکها بخاطر شل شدن عضلات صاف می شود. گردش خون و کارکرد قلب بهتر می شود.

سؤال ششم: تأثیر هیپنوتیزم بر جسم و روح ما کوتاه مدت است یا دراز مدت؟

پاسخ: اگر منظور مداوا باشد، باید گفت: درمان با هیپنوتیزم دائمی است و اثرات عالی دارد. همچنین از نظر روحی هم اثرات فوق العاده ای روی روان اشخاص دارد که تا مدتها باقی می ماند. حال اجازه دهید نتیجه بحثهای گذشته تا کنون را جمع بندی کنیم.

نتیجه مباحث گذشته

تا اینجا دانستید که هیپنوتیزم حالتی ذاتی است و از بدو تولد با ماست. همچنین مشخص شد که این حالت هیچ خطری برای بدن ما ندارد. درباره رابطه آن با ضمیر باطن هم مفصل توضیح دادیم و مشخص شد که در حقیقت هیپنوتیزم تنها واسطه و بهترین راه برای برقراری ارتباط با آن است .

درباره فواید هیپنوتیزم هم هر چند که بعدها بیشتر توضیح خواهیم داد، اما تا اینجا مشخص شد که با کمک هیپنوتیزم می توان زندگی افراد را بطور کامل تغییر داد و از آنها اشخاص نویی بوجود آورد . زیرا که هیپنوتیزم ما را با ضمیر باطن متصل می کند و ضمیر باطن هم فرمانده جسم و روح ماست. پس هر کس که با آن ارتباط برقرار کند می تواند به آن دستورات تازه ای ارائه دهد و آن را از نو برنامه ریزی کند.

در باره امواج مغزی و کارکرد مغز در حالت هیپنوتیزم هم توضیح دادیم و مشخص شد که هر چیزی که بتواند تولید امواج آلفا را در مغز بیشتر کند به ایجاد حالت هیپنوتیزم کمک بیشتری می کند .

حال در اینجا لازم می دانم که به چند پرسش که از بخشهای قبلی باقی مانده پاسخ دهیم، سپس به سراغ به بقیه مطالب خواهیم رفت.

پاسخ به چند سؤال

چه عواملی در ایجاد هیپنوتیزم نقش دارند؟

سکوت و آرامش و محیط آرام و تمرکز فکر و آسودگی خود فرد ، از مهمترین عواملی هستند که در ایجاد این حالت مؤثرند. در درجه بعد هر چقدر تسلط استادبیشتر باشد این حالت بهتر و سریعتر ایجاد شده و به شکل خوبی پایان خواهد پذیرفت .

آیا همه افراد را می توان هیپنوتیزم کرد؟ و یا اینکه آیا همه افراد استعداد فرورفتن در حالت هیپنوتیزمی را دارند یا خیر؟

همه افراد توانایی فرو رفتن در این حالت را دارند ، اما به دلایل زیادی هر کس را نمی شود هیپنوتیزم کرد و همه هم به عمق آن نمی رسند.

آیا همه می توانند آن را یاد بگیرند؟

هر کس که از هوش متوسط و علاقه و سواد کافی برخوردار باشد می تواند هیپنوتیزم را فرا بگیرد.

از هیپنوتیزم در چه اموری می توان استفاده کرد؟

هیپنوتیزم محدودیت استفاده ندارد و در هر کاری می توان از آن استفاده کرد.

برای استادی در این علم چقدر زمان و دانش لازم است؟

اگر کسی بخواهد به صورت حرفه ای این علم را فرا بگیرد ، در درجه اول اگر می تواند باید با مهاجرت به یکی از کشورهای پیشرفته دنیا (مثل امریکا - انگلیس - فرانسه) آن را به صورت علمی و در دانشگاه بیاموزد. اما اگر توانایی این کار را ندارد، بهتر است با فراگیری زبان خارجی از طریق مکاتبه ای هم با انجمنهای هیپنوتیزم خارجی مکاتبه کرده و از دانش مدرن آن بهره مند شود. بطور کلی یادگیری این علم هم مثل هر دانش دیگری به چندسال زمان نیاز دارد. استعداد و میزان گیرایی افراد است که طول زمان فراگیری را تعیین می کند.

آیا برای یاد گرفتن هیپنوتیزم باید تمصیلات دانشگاهی داشت ؟

اگر شخصی بخواهد هیپنوتیزم را به صورت حرفه ای و برای درمان بیماران به کار ببرد، باید دانش آموخته رشته پزشکی یا روانشناسی بالینی یا تکنولوژی آموزشی برای کار با دانش آموزان باشد. در غیر این صورت دولت جلوی کار وی را خواهد گرفت.

هیپنوتیزم چه فوایدی دارد ؟

فواید هیپنوتیزم را در خلال بحثهای گذشته بیان کردیم. اما باید توجه داشت که فواید آن آنقدر زیاد است که به وصف در نمی آید. در کتب آینده و در جای خود باز هم در این باره صحبت خواهیم کرد. حال به قسمت پایانی این کتاب می رسیم و آن هم نظریات دانشمندان در باره علت ایجاد حالت هیپنوتیزم در بدن است که اساس کتب آینده را تشکیل می دهد.

نظریات دانشمندان در باره ماهیت هیپنوتیزم

بطور کلی، دانشمندان در باره ایجاد این حالت به چند نظریه معتقدند. ما عناوین نظریات را در اینجا آورده و توضیح مفصل در باره هر کدام را به کتب بعدی واگذار خواهیم کرد. این عناوین عبارتند از:

بخش اول - عقیده طرفداران ((نیروی روحی یا مغناطیس انسانی)) در ایجاد هیپنوتیزم.

بخش دوم - عقیده طرفداران ((تلقین)) در ایجاد هیپنوتیزم.

بخش سوم - عقیده طرفداران ((بازتاب شرطی)) در ایجاد هیپنوتیزم.

بخش چهارم - عقیده طرفداران ((تمرکز فکر)) در ایجاد هیپنوتیزم.

بخش پنجم - نظریات متفرقه، از قبیل سیر قهقرایی و وجود عامل ترس، اطاعت پذیری از بزرگان، بی ارادگی و غیره، در ایجاد هیپنوتیزم.

بخش ششم - نتیجه نهایی و نظر آخرین.

در کتب بعدی مشروح این نظریات را به اطلاع شما خواهیم رساند. موفق باشید.