



درس‌هایی از خودشناسی و خودسازی دانش هیپنوتیزم و مانیه تیزم (جزوه هفتم)

نویسنده : فریدون فریور
منبع: <http://hipnotism.ir>



عزیزان من:

امیدوارم که به پیشرفت‌های خود پی برده، تاکنون توانسته‌اید مرتباً برنامه‌ی روزانه را انجام داده، دستورات لازم را هم کاملاً مراعات می‌کنید، همین سبب پیشرفت شما است، تا حال هر چه تمرین و دستور داده شده با کمال میل و اراده به مرحله‌ی اجرا رسانیده‌اید. باز هم به تمرینات ادامه دهید نتایج صحیح و مثبتی که به دست می‌آورید، دیگر آن را از دست ندهید. باید به تدریج تمام ساعات روز شما، حتی وقت خوابیدن و استراحت شما، با اراده‌ی شما انجام گیرد، حال می‌پردازم به قسمت دیگر از آموزش که مربوط به ارزش مادی عامل و یا مانیه تیزور می‌باشد و به نام حرکات دست یا پاس‌ها شناخته شده و یکی از اعمالی است که در هیپنوتیزم و مانیه تیزم از آن استفاده می‌کنند.

درس هفتم

حرکات دست یا پاس‌ها

یاد گرفتن این دانش برای کسانی که اهل علم و مطالعه هستند بسیار بسیار ساده بوده و در کتاب‌های مختلف علمی از این مباحث منعکس بوده و می‌توانند در تکمیل گفتارهایم از آنها نیز استفاده نمایند. موضوع این که در جمع این گفته‌ها اسراری است که هنوز استادان زیست‌شناسی پی به حقایق آنها نبرده‌اند. از

مجموع تنفس عمیق، تلقین به نفس، اراده و نگاه علمی به وجود آمده که مرتاض و ریاضت‌کش با شهامت می‌گوید:

- چنانچه بتوانم یک شهیق و زفیر را در مدت 24 ساعت انجام دهم مثل زمین در یک شبانه روز، 12 ساعت نفسم را فرو برم، 12 ساعت دیگر نفسم را از ریه‌ها خارج کنم، می‌توانم با اراده‌ی خود، محور زمین را تغییر دهم، زمین را در فضای لایتناهی به سوی دیگر برانم.

ریه‌ها کار می‌کنند، قلب کار می‌کند، خون در رگ‌ها می‌گردد. معده و کبد، لوزالمعده، هر یک به نوبت خود فعالیت می‌کنند، وظایفی دارند و همیشه شبانه روز به این وظایف عمل می‌کنند. هر یک از این‌ها از قوانینی اطاعت می‌برند اما هنوز انسان حیران است، چون کاملاً از نظر علمی برای انسان دانشمند هنوز روشن نشده، در نتیجه‌ی این همکاری‌ها بین دستگاه‌های مختلف بدن، نیرویی را به ما معرفی می‌کنند که وقتی می‌پرسند آن چیست؟ پاسخ می‌دهیم و یا می‌شنویم که آن روح است. روح یک امر خدایی است تا بشر در راه علم و دانش قدم گذاشته، آزمایشگاه‌ها، کارخانه‌ها و دیگروسایل شناخته شده و ساخته شده که در دست دارد، نمی‌توانند کاملاً آن را به ما معرفی کنند.

با این همه تفصیل و فعالیت‌های گوناگون، بدن انسان را به یک آهن‌ریا تشبیه می‌کنند. قوانینی بر آن تجمیل کرده، به آن قطب مثبت و منفی قایل شده و در حالات مختلف از آن استفاده می‌برند. از آنها هم پیروی کرده نتایج مثبتی می‌گیرند، مانیه‌تیزور با پیروی و مراعات این قوانین و ارابه‌ی تمریناتی، این نیروی مغناطیسی را در خود تقویت کرده. با تلقین و اشاراتی و دخالت دادن اراده‌ی خود،

بر آن تغییر مسیر داده می‌تواند بدین وسیله خواسته‌های خود را از معمول بخواهد، یا این‌که بیماری‌های مختلفی را بدین وسیله بهبودی بخشد. حال می‌خواهیم راجع به این اشارات و حرکات دست صحبت کرده، قوانین مربوط به مغناطیس را شرح دهیم.

مغناطیس بدن انسان دارای دو قطب مثبت و منفی است، به شرح زیر:

- طرف روی انسان دارای نیروی مغناطیسی مثبت است.
- در نتیجه طرف پشت دارای نیروی مغناطیسی منفی می‌باشد.
- سمت راست بدن دارای نیروی مثبت است.
- طرف چپ نیروی مغناطیسی منفی دارد.
- نیروی مغناطیسی بدن، از نوک تیز اعضای بدن بیشتر ساطع می‌شود، مثل نوک انگشتان و دماغ و غیره.

به طور کلی با توجه به شرح بالا، در تمام بدن انسان، این دو قطب مشخص است، هر عضوی به تنهایی هر دو قدرت را دارا هستند، منتهی طرف جلو و راست نیروی مثبت بیشتر است، در سمت پشت و چپ نیروی منفی زیاد می‌باشد. در موارد بخصوص از هر دو نیرو می‌توان استفاده نمود.

از قوانین آهن‌ریا این‌که:

- دو نیروی هم‌نام همدیگر را دفع می‌کنند.
- برعکس دو نیروی مخالف (مثبت و منفی) یکدیگر را جذب می‌کنند.
- اگر ما دست راست خود را که دارای نیروی مثبت است در پیشانی معمول بگذاریم چون آن هم دارای نیروی مثبت می‌باشد، با توجه به قانون فوق، یک

عمل دفع انجام گرفته تا این که در معمول عمل دفع انجام گیرد حالتی به او دست می‌دهد که آن را اصطلاحاً خواب می‌نامند. خواب کردن معمول به عبارت دیگر این که عمل دفع را صورت داده و حالت خواب ایجاد شده است، در حقیقت آن خواب نیست، بلکه يك حالت است که در نتیجه‌ی عمل دفع مغناطیسی آن رادر بدن معمول ایجاد کرده‌ایم.

دانشمندانی که در این دانش کار کرده‌اند نظر می‌دهند که قوانین این دو نوع مغناطیس (حیوانی، معدنی) به هم شبیه هستند، ولی باید اذعان کرد ماهیت این دو نوع مغناطیس کاملاً یکی است، نمی‌توان بدان (نوع) گفت و به هم تشبیه کرد، بلکه يك نیرو بوده و به طور کلی کاینات را در برگرفته، تأثیرات موجودات در یکدیگر موجودیت آنها را تأمین و تضمین می‌نماید. رشته‌ای است که از هر طرف به هم تافته، کائنات را به وجود آورده، با نیروی نامریی خود، جاذبه، اساس انتظام آنها را نگهداری می‌نماید.

در گذشته عقاید مسموم را رد می‌کردند، ولی هم اکنون آن اصول را به کار گرفته‌اند. در کشورهای متمدنی، به وسیله‌ی مغناطیس، بیماران را تداوی و معالجه می‌کنند. اگر حقیقتی نبود این آثار به وجود نمی‌آمد پس در مجموع فعالیت‌های بدنی که قسمتی از آنها در اختیار خود انسان نیست و خودکارانه انجام وظیفه می‌نمایند، قسمتی نیز زرد اختیار انسان می‌باشد، خود می‌داند که چه کاری انجام می‌دهد، مجموعاً این نیرو را به وجود می‌آورد، با پیشرفت دانش روان‌شناسی، حال می‌توانیم از آن تا حدی سود ببریم.

از این نیروی عظیم، از آتم گرفته تا بزرگترین کرات آسمانی، استفاده کرده و می‌توان گفت سر بقای این همه موجودات در کاینات، این نیرو می‌باشد. انسان نیز توانسته از قدیم‌الایام پی به وجود آن ببرد تا توانسته یا تحقیق و مطالعه، در حیوانات و زندگی خود، از آن (سایت هیپنوتیزم دات آی آر) استفاده کرده و چون بعضی از حیوانات چون جغد و مار حیوانات دیگر را در اختیار گرفته و قسمتی از احتیاجات را به وسیله‌ی آنها برطرف سازد. انسان با پی بردن به اصولی که نیاز به تمرین دارد، این توانایی را بیشتر نیرو بخشیده و با تمرین تلقین و هم‌آهنگ کردن آن، تشخیص نوع و اقسام آن می‌تواند طوری حرف بزند که مورد قبول شنونده باشد، با تمرین و ورزش ترکیب بدن و جسم خود را طوری می‌سازد که مورد توجه قرار گیرد.

با تمرین نگاه، قدرت مغناطیسی چشم‌ها را تقویت می‌کند، و تنها با نگاه مردم را جذب خویشتن می‌سازد. با تمرین نیز اراده‌ی خود را نیرومند کرده به حدی که به خود اطمینان پیدا نموده و اعتماد به نفس داشته باشد بخصوص با تمرین کینه و حقد و حسد را که این خصایل منفور جامعه‌ی انسانی است از زندگی خود دور می‌سازد تا جامعه شخصیت او را بپذیرد. در کتاب (هیپنوتیزمو تلقین) راجع به شخصیت عامل چنین اشاره شده است:

- در نخستین ملاقات با يك مانیه‌تیزور می‌توانید کاملاً تشخیص دهید که ایشان دارای چشم‌های نافذ، خوش‌بنیه، خوش صورت و صایر و پاکیزه می‌باشند. با توجه بیشتری به حرکات و رفتار و گفتار وی پی خواهید برد در قلب وی حقد

و کینه و حسادت جایی نداشته، در گفتار و کردار نیک و حتی در پندار نیکو هستند و معتاد هیچ یک از مکيفات از قبیل الکل و چای و غیره نمی‌باشند. وقتی عامل خود را در تحت تمرینات لازم قرار می‌دهد، کوچک‌ترین حرکات وی در دیگران تأثیر می‌گذارد. پس باید تمام حرکات ایشان از هر لحاظی سنجیده و پسندیده باشد تا کادر شخصیت وی، از اعمال ناشایست متلاشی نگردد، همین ملاحظات است که بیشتر، عامل را در انظار دیگران برتر معرفی می‌کند. تمام اشارات عامل در فرهنگ حرکات که به آنها پاس می‌گویند، دارای معنایی است که در معمول در هر حالی تأثیر کرده و او را مجبور به اطاعت از عامل می‌نماید. این اشارات و حرکات، دارای اقسامی است. در هر شخص عامل نوع آن؛ یکی از خصوصیات محسوب می‌شود. در عاملین ممکن است کاملاً فرق نماید ولی پایه و اساس آنها، روی اصلی قرار دارد که آن را می‌توان از قوانین ثابت حرکات دست دانست، به اشکال مختلف از طرف عاملین به مرحله‌ی اجرا در می‌آید.

• پاس‌ها بر دو گونه می‌باشند:

1- پاس‌های خواب کردن

2- پاس‌های بیدار کردم

حال می‌پردازیم به شرح پاس‌ها یا حرکات دست در دانش مانیه تیزم:

1- پاس‌های خواب کردن

در موقع خواب کردن از نیروی مثبت به مثبت و قوانین مربوط به آن استفاده می‌کنیم. حالت کرختی و خواب را در معمول ایجاد می‌کنیم، این پاس‌ها به طور کلی با کندی و ملایمت انجام می‌گیرد و آنها بر دو نوع می‌باشند:

- الف) با مسح بدن معمول،
 ب) بدون مسح بدن معمول.
- در فرهنگ مسّ و مسح از نظر معنی، دست مالیدن است بخصوص در گرفتن وضو اصطلاحاً آن را مسح می‌نامند.
- پاس‌ها پس از تحت تأثیر گرفتن معمول انجام می‌گیرد بدین ترتیب:
- عامل و معمول هر يك روي صندلي، برابر هم می‌نشینند.
 - پاهای معمول وسط پاهای عامل قرار می‌گیرد.
 - همچنین زانوان معمول بین زانوان عامل فشرده می‌شود.
 - کف دست‌های عامل پشت دست‌های معمول که روی زانوان خود گذاشته، قرار می‌گیرد.
 - دو انگشت شست عامل و معمول از داخل به هم متصل شده و ناخن‌های هر دو به طرف بیرون می‌باشد.
 - عامل به ریشه‌ی چشم معمول نگاه می‌کند.
 - معمول به چشم‌های عامل چشم می‌دوزد.
 - عامل حالت جدی به خود گرفته و با اراده تمام مراتب بالا را انجام می‌دهد.
 - در این موقع تلقین خواب می‌نماید، با صدای گیرا می‌گوید:
- شما آماده‌ی خواب هستید، حال به چشمان من نگاه کنید، احساس آرامش می‌کنید، در تمام بدن احساس آرامش می‌کنید، بخوابید، بخوابید، هر آن خوابتان سنگین‌تر می‌شود، بخوابید، راحت بخوابید، با هر نفسی که

می کشید خوابتان سنگین تر می شود، بیشتر و بیشتر احساس آرامش می کنید، بخوابید.

عامل پس از تحت تأثیر گرفتن، می تواند با حرکات دست، خواب معمول را سنگین تر سازد. البته موقع پاس دادن باید سعی کند که هوای داخل ریه ها را بیرون دهد؛ همچنین با توجه به وضع معمول (جنس، سن ...) نوع حرکات دست را (با مسح، بدون مسح) انتخاب نماید. عامل باید موقع شناس بوده و بتواند تشخیص دهد که کدام نوع از پاس ها در معمول بیشتر و عمیق تر تأثیر می گذارد تا نتیجه ی عالی به دست آورد.

یک پاس کامل (کلاسیک) به شرح زیر انجام می گیرد:

بعد از تحت تأثیر گرفتن معمول در برابر او قرار گرفته و تلقین کنید:
(در فکر خواب باشید، کاملاً آرامش دارید)

- دست های خود را از طرفین معمول به بالای سرش برسانید.
- دو دست خود را به هم نزدیک سازید، حالت کف دست ها طوری باشد که گویی با بدن معمول اصطکاک دارد، تقریباً شکل اندام معمول را به کف دست ها و انگشتان بدهید، با برجستگی و فرو رفتگی اندام معمول حالت کف دست ها تغییر پیدا می کند.
- دست ها را پایین آورده روی شانه های معمول قدری مکت کنید.
- دست ها را در طول بازوها تا نوک انگشتان دست پایین بیاورید.
- مجدداً به طریق اول، دست ها را از طرفین بالا ببرید تا روی سر برسانید.
- این بار دست ها را تا منطقه ی شکم برسانید.

- روی منطقه‌ی شکم مکثی کرده و دست‌ها را تا زانوان و انگشتان پای معمول ببرید.
- باز دست‌ها را از طرفین معمول با فاصله مناسب تا بالای سرش برسانید.
- چندین بار این عملیات پاس را انجام مدهید.

تذکر

در موقع انجام پاس‌ها، با حرکت دست‌ها از بالا به پایین عمل زفیر انجام دهید. به عبارت دیگر نفس را از ریه‌ها خارج سازید. به هنگام بالا بردن دست‌ها تا سر معمول عمل شهیق انجام دهید یعنی هوا را وارد ریه‌ها کنید.

تمرینات ورزشی بخصوص عمل تنفس عمیق، روی این اساس پاس‌ها و طرز انجام آنها تعیین و معین شده است، بدان جهت کوشش کنید تمرینات ورزشی و تنفس را طوری انجام دهید و تکرار نمایید که در موقع پاس دادن و خواب کردن احساس خستگی نکنید.

اول کار و تمرین، بهتر که روی صندلی لباسی را بپندازید، فرض کنید معمولی روی آن نشسته و تمرینات پاس را روی لباس انجام دهید.

نوع پاس‌ها از نظر حرکات دست، برای خواب کردن عبارتند از:

- 1- پاس از بالای سر تا محاذات شانه‌ها
- 2- پاس از بالای سر تا منطقه‌ی شکم و تهی‌گاه‌ها
- 3- پاس از روی شانه تا نوک انگشتان دست‌ها
- 4- پاس از سر تا نوک انگشتان پاها.

تمام این پاس‌ها به موقع و مورد لزوم، قابل استفاده از طرف عامل می‌باشد. تمرین روی این اساس، برای مبتدیان لازم و واجب است تا بتوانند به کار خود ادامه دهند. هر عضوی را که می‌خواهید پاس دهید، دستتان و کف دست‌ها تقریباً باید شکل آن عضو را پیدا کند، گویی روغنی را به اندام و بدن معمول می‌مالید، اگر بازوی معمول را می‌خواهید از قسمت (سایت هیپنوتیزم دات آی آر) آرنج خشک کنید پاسی که به بازوی معمول می‌دهید، گو این‌که با دست و کف دست به این عضو مالش داده و یا روغنی را می‌مالید، و بازوی معمول را مالش و مسح می‌کنید، انگشتان و کف دست شما مرتباً با حرکت بازو بسته می‌شود، تقریباً کف دست و انگشتان دست شما شکل سطح عضو را به خود می‌گیرد.

این پاس‌ها را چندین بار تکرار می‌کنید، ضمناً تلقین را هم انجام می‌دهید تحمیل اراده و طرز تنفس را هم از یاد نبرید. به خود ایمان داشته باشید، با ایمان کامل هر عملی را که می‌خواهید به وسیله‌ی پاس‌ها انجام آن را به معمول تحمیل کرده و از وی می‌خواهید که آن را انجام دهد.

با تقویت نیروی مغناطیسی بدن شما، کم‌کم پاس‌ها را می‌توانید از نظر مدت زمان کوتاه‌تر سازید. اگر تمرکز فکری کامل داشته باشید، اراده‌ی شما قوی باشد، تمام این پاس‌ها را می‌توانید به یک اشاره مختصر خلاصه کنید.

به همین جهت حرکات دست را ابتدا با فرهنگ (اشارات) تعریف کردم، در حقیقت چنین است، عده‌ای نیز نظر چنین می‌دهند، کوچک‌ترین اشاره به موقع، بزرگ‌ترین وظایف انسانی را به جای می‌آورد.

• پاس‌های بیداری

به طور کلی پاس‌های بیداری دارای سرعت است، یا از طرف بالا به پایین، یا از پایین به طرف بالا انجام می‌گیرد و چندین بار تکرار می‌شود تا آثاری که در موقع خواب کردن در معمول ایجاد شده برطرف شود. این پاس‌ها، کامل می‌باشد یعنی به سرعت از سر تا نوک انگشتان پا، یا از پایین نوک انگشتان پا تا بالای سر صورت می‌گیرد. در این حالت نیازی نیست که تنفس خود را همراه آن سازید، فقط اراده نمایید که آنچه در معمول اثر گذاشته، با این عمل آن را بر می‌گردانید و یا بی‌اثر می‌نمایید. بدین ترتیب آثاری از حالت خواب در بدن معمول باقی نمی‌ماند. راجع به تلقینات که در موقع بیدار کردن لازم است، در فصل و درس بیدار کردن، اشاره می‌شود فقط سعی کنید در موقع بیدار کردن نیز اراده‌ی خود را دخالت دهید و پاس‌های بیداری را به همین منظور انجام دهید.

هرچند که پاس‌های بیداری سرعت را طالب است، ولی بیدار کردن معمول نیازی به عجله نشان دادن ندارد. صبورانه، با دقت، به کندي، معمول را به حالت بیداری و طبیعی، عودت دهید. این عملیات باید به تأنی صورت گیرد.

درمانیه تیزم، کلیه حرکات دست را پاس نامند، از جمله اگر بعد از بیدار شدن، معمول در خود احساس خستگی و ناراحتی کند، می‌توانید پشت سر ایشان رفته، دست راست به طرف سمت چپ و کف دست چپ را بطرف سمت راست ایشان برده، بطور افقی دست‌ها را بچپ و راست ستون فقرات بکشید تا دست راست ایشان برده، بطور افقی دست‌ها را بچپ و راست ستون فقرات بکشید تا دست

راست در طرف راست و دست چپ در طرف چپ پشت معمول، قرار گیرد، این پاس‌ها را مکرراً انجام دهید، تلقین آرامش نمائید:
(کاملاً راحت هستید احساس آرامش می‌کنید)

وقتی که دست راست خود را در پیشانی معمول بالای ابروهایش قرار می‌دهید، با انگشت شست بریشه چشم‌هایش مختصر فشاری وارد می‌سازد. وقتی سر معمول را برای سنگین کردن خواب یا تبدیل خواب حالت، مالش می‌دهد. وقتی که دست‌ها را از پشت روی شانه‌های معمول می‌گذارید و تلقین بعقب افتادن را می‌نمایید.

وقتی انگشت سبابه دست راست را به طرف لب‌ها معمول برده و تلقین می‌کنید که، لب‌ها به هم چسبیده و نمی‌توانید حرف بزنید.

بالاخره هر حرکتی که با دست انجام می‌دهید، تا دستورات شما را معمول اطاعت کرده و بانجام می‌رساند. همه این‌ها حرکات دست بوده و نوعی پاس بحساب می‌آید. هریک از این حرکان نیز مفهوم دارد بدان جهت باید کوشش کنید که، در موقع خواب کردن حرکات زائدی از خود نشان ندهد، کاملاً از این لحاظ خود را تحت کنترل اراده خود قرار دهد.

- چون دیگر به مرحله‌ای رسیده‌ایم که، ممکن است بخواهید شخصی را خواب بنمایید، لذا جزئی از بیدار کردن معمول از خواب را در اینجا شرح می‌دهیم و شرح مفصل آن را در آتیه خواهیم داد تا مبتدیان در این جریان، برای خود ناراحتی ایجاد ننمایند. باز هم در اینجا اشاره می‌کنیم چون باین مرحله

رسیده می‌خواهید خواب کردن را تمرین نمائید، هیچوقت ترس را به خود راه ندهید.

• **طریقه بیدار کردن**

بارها مشاهده شده عامل قبل از اینکه تمام اصول خواب کردن را یاد بگیرد برای آموزش خواب کردن دست به تمریناتی می‌زند و شخصی را به خواب می‌برد، تز نظر آموزش به این مبتدی حق داده می‌شود که، این کار را انجام دهد چون خواه ناخواه، باید ایت عملیات را تمرین کرده و آموزش ببیند، باین عاملین خاطر نشان می‌شود حتماً موقع خواب کردن کاملاً از خویشتن حوصله نشان داده و کار خود را سرسری نینگارند، حال فرض می‌کنیم که، شما پس از مدت زمانی که شخص را خواب کرده‌اید می‌خواهید پس از انجام عملیاتی ایشان را به حالت طبیعی خود برگردانید و بیدار نمائید.

چنانچه معمول در خود حالتی مشان دهد که به نظر شما غیر طبیعی و خارج از برنامه خواب بیابد، بااراده قوی بخواهید که با آرامش از خواب بیدار شود هیچ وقت خودتان را ناراحت نکرده و به خود ترس را راه ندهید، فکر خود را بکار بیندازید، عملیات را با جرأت و شجاعت ادامه دهید، این را بخاطر بسپارید، نه تنها ترس بیخودی شما را ناراحت خواهد کرد، در معمول نیز ایجاد ناراحتی خواهد نمود، این مسأله هم بضرر شما تمام می‌شود و هم بضرر معمول پایان خواهد یافت به اعصاب خود تسلط کامل داشته باشید، چطور به آرامی معمول را خواب کرده‌اید، به آرامی نیز می‌توانید ایشان را بیدار سازید، در موقع بیدار کردن عجله نشان ندهید، تلقین آرامش کرده بگوئید:

- کمکم به حالت طبیعی بر می‌گردید، در تمام اعضای بدنتان احساس آرامش می‌کنید از یک تا پنج می‌شمارم، وقتی پنج را گفتم کاملاً در حال طبیعی خواهید بود، از خواب بیدار می‌شوید، یک: دیگر خواب بش است. دو: احساس آرامش می‌کنید. سه: کم کم به حالت طبیعی بر می‌گردید. چهار: کاملاً راحت هستید. پنج: بیدار شوید در حالت طبیعی هستید. دیگر خواب بش است، بیدار شوید.

بدین ترتیب موفقیت خود را کامل خواهی نمود، معمول را خواب کرده و سپس خواهید توانست به سادگی و راحتی ایشان را از خواب بیدار نمایید. بعضی موقع در خواب، معمول افکار خود را بروز می‌دهد با توجه به اینکه ایشان در خواب سوگزستیف (تلقینی) قرار داده‌اید، در این حالت عامل چندان تسلط در آن ندارد، معمول می‌تواند، نظرات خود را در آن دخالت داده و به شکلی نمایش دهد در این حالت تلقینات شما باید طوری بیان شود و ایجاد القاء مایه که قطعیت اراده شما را روی معمول به اثبات برساند، و همین سبب می‌شود که، بتوانید از اراده خود بیشتر و بهتر استفاده کنید از هر پیش آمدی به نحو احسن استفاده کرده و آن را به خوبی و در سطح عالی اجرا نمایید، از دقایق و فرصت سود برده و وقت را به هدر نسیارید.

باید همیشه در نظر داشته باشد:

«خواب کردن معمولاً از بیدار کردنش مشکل‌تر است»

منتهی از نظر اجرای برنامه‌های آموزشی تمرینات و عملیات را طوری انتخاب کنید که، برای شما یقین حاصل شود که، حتماً و حتماً موفق خواهید شد، از ابتدا باید

تشخیص دهید، این تمرین که درباره معمول انجام می‌دهد، در آن موفقیت خواهید یافت.

اطمینان موفقیت شما را در کارهایی که می‌خواهید انجام دهید تضمین می‌نماید وقتی معمول را تحت تأثیر می‌گیرید باید تمام رفتار و عکس العمل‌های ایشان را و همچنین طرز مقاومت و سرباز زدن‌ها وی را تحت کنترل داشته باشید، مانیه تیزو کاملاً یک روانشناس است، معمول را تحت اختیار می‌گیرد هر پیشرفتی را که بدست می‌آورد، دیگر بطور ساده از دست نمی‌دهد، مرحله بمرحله خواب را معمول ایجاد می‌کند، می‌داند که، کوچکترین شک و تردید، بزرگ‌ترین مانع در کار او است. باید با جان و دل قبول کند که معمول دارد در خود احساس آرامش می‌کند، گویی خود شما این احساس را دارید، با توجه به تمام حالات او خواب را سنگین می‌کنید این احساس را هم خود شما در ک می‌نمایید، یقین دارید که معمول در خواب است از شما و تلقینات شما اطاعت میکند. در موقع بیدار کردن نیز همین طور با تمرکز فکری و یقین بدون اضطراب سرگشتگی تصمیم به بیداری می‌گیرید اطمینان داشته باشید در این صورت با کمال راحتی و آرامش معمول را از خواب بیدار خواهد کرد، با این شرایط، بعد از بیدار شدن معمول در خود احساس ناراحتی نخواهد کرد، البته فراموش نکنید و همیشه در موقع خواب کردن و بیدار نمودن تلقین کنید، بگوئید:

- تمام اعضای بدن شما بخوبی و بطور کامل و طبیعی کار می‌کنند، قلب شما، ریتین شما، دیگران اعضا بدن شما بطور کامل و طبیعی انجام وظیفه می‌نمایند.

این نوع تلقینات را چندین بار تکرار نمائید، باز هم تکرار می‌کنیم این نوع تلفیقات را انجام دادن، کار شما را تسهیل و بی‌خطر می‌نماید، با توجه به این‌که اگر با دستورات این کتاب کار کنید و کاملاً موفقیت خواهید داشت.

حال راجع به دیسک هیپنوتیزمی که، از نظر تمرینات و ایجاد تمرکز فکری مورد استفاده است، گزارشی داده می‌شود:

• دیسک هیپنوتیکی:

بطوری که در جزوه چهارم صفحه دوم اشاره شده:

- برای اینکه در هیپنوتیزم، موفقیتی حاصل شود، عده‌ای از دانشمندان، روانشناسان و دکترها، مطالعه کرده و ابتکاراتی بخرده داده و وسایلی نیز ساختند، چون دیسک هیپنوتیک، آئینه گردان، از قبیل....

شاید در آینده از طرف عاملین، انواع و اقسام ابتکارات بعمل آید و وسایلی دیگر که بشود از آنها بیشتر استفاده شود ساخته گردد، در اینجا راجع به دیسک هیپنوتیک که موسسه از آن تعدادی ساخته است، در دسترس علاقه مندان گذاشته، صحبت می‌شود.

ایم دستگاه گردان که، دیسک هیپنوتیکی نام دارد، بوسیله برق 220 کار می‌کند در پشت آن کلید قطع و وصل و کلید تنظیم سرعت چرخش قرار داده شده، گردش آن را طوری تنظیم می‌کنید که مگاه را بخود جلب و جذب نماید، در موقع تمرین و تقویت چشم‌های خودتان همچنین برای ایجاد تمرکز فکری می‌توانید از آن بطور عالی استفاده نمائید، وقتی به آن در موقع چرخش نگاه می‌کنید گویی

که به طرف آن کشیده می‌شوید در موقع نگاه کردن به اشیاء دیگر احساس می‌کنید که آن اشیاء جلوی چشمانتان بزرگ و بزرگ‌تر می‌شوند.

• ترتیب استفاده از این دستگاه به شرح زیر است:

1- قدرت تمرکز فکری را بوسیله تمرین چشم و نگاه کردن به آن تقویت می‌کنید، این دستگاه یکی از وسایلی است که، برای تمرین چشم‌ها و تمرکز فکری، مورد استفاده قرار می‌گیرد و

2- دراتو هیپنوتیزم از آن می‌توان استفاده کرد از آن می‌توان استفاده کرد، روی یک صندلی راحت می‌نشینید این دستگاه را در یک متر و نیمی خود برابر دیدگان قرار می‌دهید، به آن نگاه می‌کنید، تلقین به نفس می‌کنید تا به حالت مخصوص خود آزادی برسید، در این موقع در تمام بدن احساس آرامش می‌کنید.

3- در مواقع خواب کردم به جای ایمکه معمول را وادارید که یچشمان شما نگاه کند وادار می‌سازید به آن چشم خود را معطوف دارد. با تحت تاثیر گرفتن، بدین ترتیب که دو دست خود را (کف دست‌ها را) روی شانه‌های وی (معمول) قرار می‌دهید، بطوری که وی روی صندلی راحت می‌نشیند باین دستگاه که در یک متر و نیمی معمول قرار دارد نگاه می‌نماید، در این موقع تلقین خواب کرده و از کار خود نتیجه خوب می‌گیرید در نتیجه و در حقیقت بدون این که خودتان را خسته و فرسوده نمایید یک قسمت از کارهای خود را بعهده دستگاه می‌گذارید و راحت معمول را خواب می‌کنید.

موسسه و دفتر انتشارات حکیم نظامی تعدادی از این دستگاه‌ها را ساخته و در دسترس علاقه‌مندان قرار داده است در صورت تمایل می‌توانید از دفتر و انتشارات حکیم نظامی با پرداخت ده هزار ریال آن را دریافت و مورد استفاده قرار دهید.

پایان جزوه هفتم

از دیگر تالیف‌های استاد فریدون فریور

1- کتاب هیپنوتیزم و تلقین

2- کتاب نقطه سیاه

3- مجموعه 12 جزوه آموزشی و عملی آموزش هیپنوتیزم، دگر هیپنوتیزم و مانیه تیزم

شما می‌توانید محصولات فوق را در سایت <http://hipnotism.ir> و با در

سایت <http://paydownload.ir> دانلود کنید

