

به نام خداوند متعال کننده

تعریف ارتعاش به زبان ساده

سال‌ها بود همه‌جا می‌شنیدم و می‌دیدم که از کلمهٔ ارتعاش استفاده می‌شود. مثلاً در علم فیزیک کوانتوم و حتی در مباحث روانشناسی که سالهاست در تمام جهان در مورد آن بحث می‌شود. بالاخره تصمیم گرفتم در مورد واژهٔ "ارتعاشات" تحقیقی انجام دهم و تعاریف آنرا برای خودم جمع‌آوری کنم. حاصلش، این مقاله شد که با شما هم به اشتراک می‌گذارم.

* ارتعاش شامل شش فاکتور یا زیرمجموعه است:

۱- طول موج

۲- شکل موج

۳- فرکانس

۴- تناوب

۵- دامنه

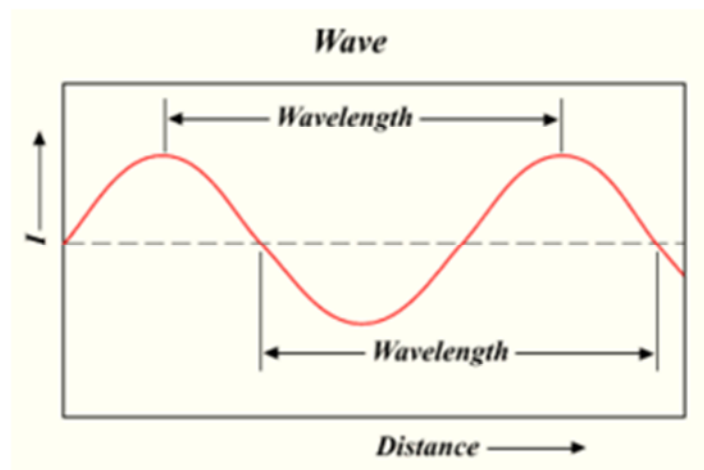
۶- انرژی

حال به تعریف هر کدام از اینها می‌پردازم.

ارتعاش: ارتعاش عبارت است از نوسان یا حرکت یک جسم به جلو و عقب (جسم می‌تواند قابل دیدن باشد، مثل آونگ ساعت؛ و یا قابل دیدن با چشم نباشد، مثل الکترون). برای شروع ارتعاش، به نیروی خارجی یا داخلی نیاز است تا ارتعاش انجام شود. یعنی مقداری انرژی از طریق نیروی اعمال شده وارد شود.

۱- طول موج

طول موج، فاصلهٔ بین نقاط یکسان (قله‌های مجاور) در چرخه‌های مجاور یک سیگنال شکل موج منتشر شده در فضا است. بطور معمول طول موج را از یک قلهٔ موج تا قلهٔ دیگر آن اندازه می‌گیرند. در علم فیزیک، طول موج با نام لاندا " λ " شناخته می‌شود.



۲- شکل موج

همانطور که از نامش مشخص است، مربوط به شکل موج هست. انواع شکل موج صرف نظر از اینکه یک جهته باشند یا دو جهته، متناوب باشند یا نامتناوب، متقارن باشند یا نامتقارن، ساده باشند یا پیچیده، مشخصات زیر را دارند:

۲-۱: فرکانس

فرکانس، عبارت است از تعداد چرخه یا نوسانات در ثانیه؛ یا به عبارتی دیگر، تعداد تکرار یک عمل تکراری در واحد زمان (که گاهی واحد زمان را ثانیه در نظر می گیرند). فرکانس را با واحد هرتز (Hz) اندازه گیری می نمایند، که این نام برگرفته از فیزیکدان آلمانی یعنی هاینریش رودولف هرتز می باشد.

۲-۲: تناوب یا دوره

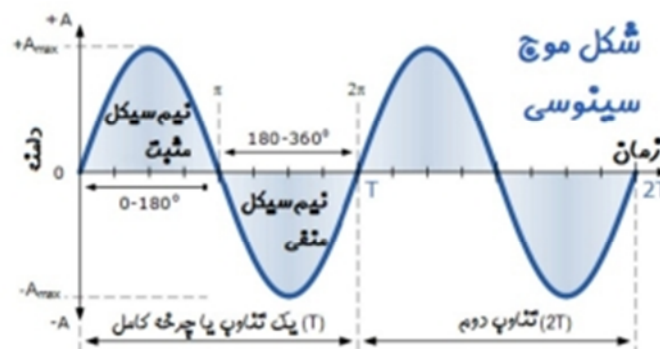
تناوب، مدت زمانی است که طول می کشد شکل موج از ابتدا تا انتها، خود را تکرار کند.

۲-۳: دامنه

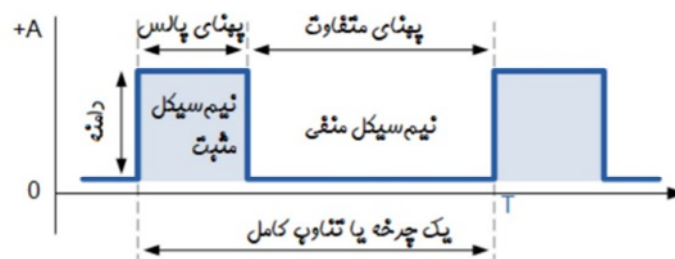
دامنه، بزرگی یا شدت شکل موج سیگنال است که با واحد ولت یا آمپر اندازه گیری می شود.

انواع شکل موج ها

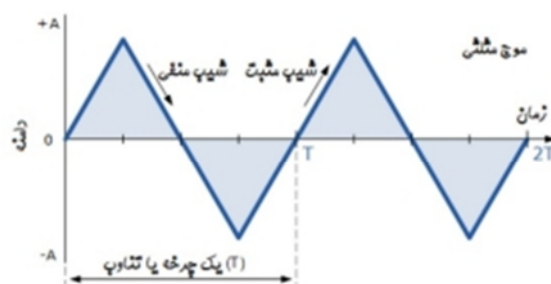
شکل موج متناوب (سینوسی)



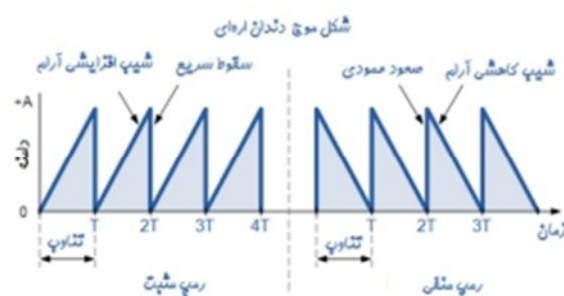
شکل موج مربعی



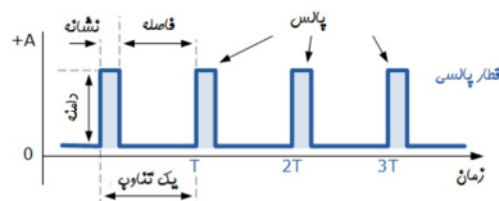
شکل موج مثلی



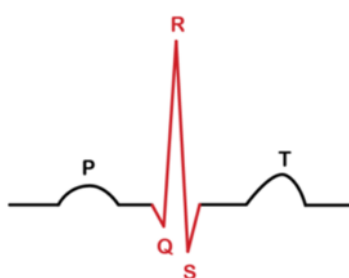
شکل موج دندان اره‌ای



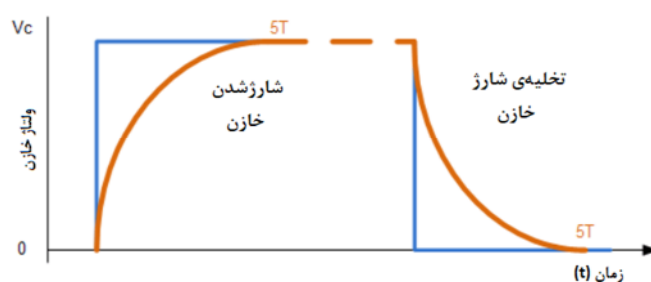
شکل موج پالس و راه‌انداز



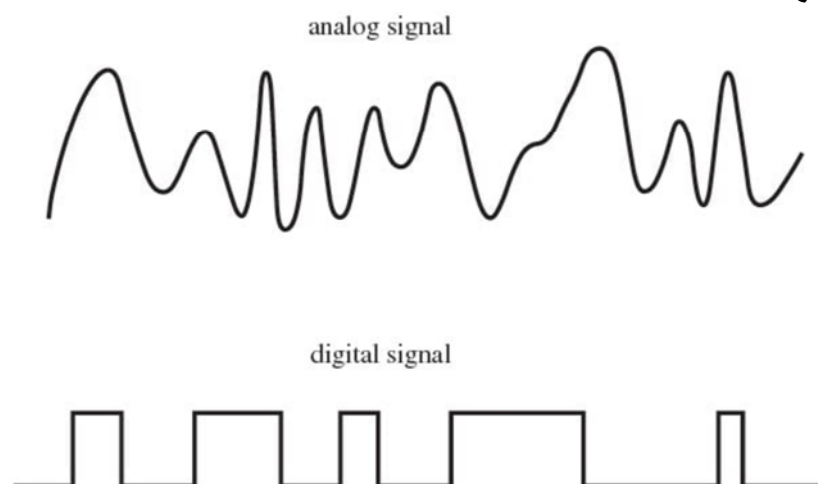
شکل موج ضربان



شکل موج شارژ و دشارژ خازن



شکل موج آنالوگ و دیجیتال



۳- انرژی

در کتاب‌های مرجع فیزیک، انرژی را به صورت توانایی انجام کار تعریف می‌کنند. در سیستم استاندارد بین‌المللی، واحدها، واحد انرژی ژول است که برابر است با مقدار کاری که نیروی یک نیوتن در جابجا کردن یک جسم به مقدار یک متر انجام می‌دهد.

نظر تسلا در رابطه با فرکانس، ارتعاش و انرژی

یکی از معروف‌ترین جملات تاریخ فیزیک که شاید قبلاً هم آنرا شنیده باشید، از نیکولا تسلا فیزیکدان برجسته آمریکایی است. کسی که بسیاری او را نابغه قرن بیستم می‌دانند و کارهایش را بسیار برجسته‌تر از افراد هم‌دوره خودش مانند ادیسون خطاب می‌کنند. تسلا می‌گوید:

«اگر می‌خواهید به رازهای این جهان هستی پی ببرید، در قالب انرژی، فرکانس و ارتعاش فکر کنید.» آیا تاکنون به این اندیشیده‌اید که راز اعداد تسلا چیست؟ و چرا گروهی از مردم به این اعداد اعتقاد دارند؟!

نیکولا تسلا با پی بردن به شکوه اعداد ۳، ۶ و ۹ الهام‌بخش بسیاری از افراد بود. این افراد معتقدند که اعداد ۳، ۶ و ۹ به آنها کمک می‌کنند تا آنها خواسته‌های خود را تجلی دهند. به بیانی می‌توان گفت که این نظریه نیکولا تسلا کلید موفقیت در جهان را در دست دارد. اما چطور ممکن است که این اعداد در تجلی خواسته‌های بشریت نقش مؤثری داشته باشند؟! برای درک این نظریه، باید تفکر اصلی نیکولا تسلا را درک کرد.

برای پی بردن به راز اعداد و درک نیکولا تسلا، مهمترین گام به شمار می‌رود. وی به شاهکارهای چشمگیری در زمان خود دست یافت که حیرت بسیاری را برانگیخت. از جمله شاهکارهای او می‌توان به بهره‌برداری از قدرت الکتریسیته برای روشن کردن لامپ‌ها، اشاره نمود.

در ذهن نیکولا تسلا، ایده‌ها و خلاقیت‌های بسیار زیادی وجود داشت که وی را به سمت اختراعات جدید و واقعی، سوق می‌داد. یکی از مهمترین خصوصیات وی، کشف و مهار برخی از اسرار جهان بود. وی معتقد بود که می‌توان تمامی این کارها را با اعداد ۳، ۶ و ۹ انجام داد.

راز اعداد تسلا

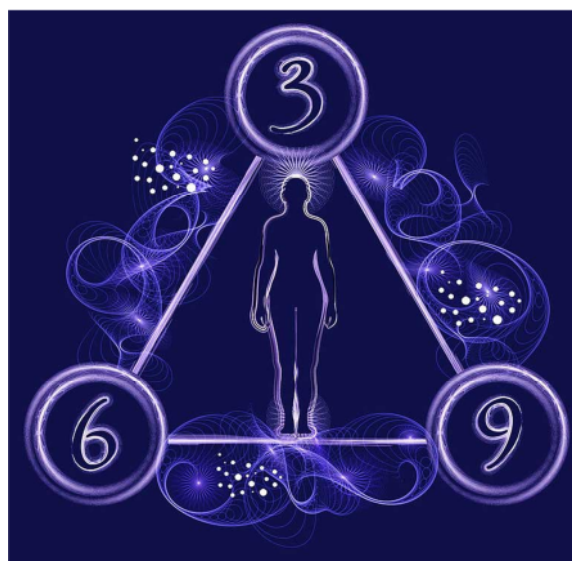
شاید این سؤال نیز برای شما پیش آید که راز اعداد تسلا چیست؟ و چرا نیکولا تسلا از این اعداد با عنوان کلید جهان یاد کرد؟! نیکولا تسلا شیفته عدد ۳ بود. وی معتقد بود که اسرار جهان در اعداد تسلا قرار گرفته‌اند. در تاریخ می‌توان شاهد ۳ های بسیار زیادی بود. مثل:

مثلث‌ها- شکل‌گیری ستاره‌ها- سلول‌های جنینی- اتم‌های تشکیل‌شده از سه زیر اتمی (پروتون، نوترون، الکترون)- گذشته، حال و آینده- اهرام و غیره.

در این بین، نیکولا تسلا به «انرژی، فرکانس و ارتعاش» نیز اشاره نموده است. در مطلبی از نیکولا تسلا، به عظمت اعداد تسلا و کلید جهان بودن آنها، اشاره شده است. اما امروزه نیز می‌توان شاهد حیات جدید این نظریه بود. بسیاری از افراد برای دستیابی به اهداف بزرگ خود، از این نظریه استفاده می‌کنند. به این روش که خواسته موردنظر خود را:

۳ بار در صبح؛ ۶ بار در ظهر؛ ۹ بار در عصر؛ می‌نویسند و تکرار می‌کنند. اعتقاد گروهی از افراد بر این است که راز اعداد تسلا در تجلی خواسته‌های آنها است.

حتماً شما هم شاهد برترین اختراع و دستاورد نیکولا تسلا (اختراع انرژی الکتریکی) هستید. اما این تنها دستاورد و اختراع وی نیست. بلکه در رزومه وی می‌توان شاهد بسیاری از دستاوردهای شگفت‌انگیز و ایده‌های خلاقانه بود که توسط افراد دیگر تولید و به ثبت رسیده‌اند.



کلید جهان در دست اعداد تسلا

چقدر به راز اعداد تسلا و دستیابی به اهداف بزرگ خود، اعتقاد دارید؟! تاکنون به رفتار افراد نابغه توجه نموده‌اید؟! این افراد به مواردی توجه می‌کنند که افراد عادی به راحتی از کنار آنها عبور کرده و هرگز به آنها توجه نمی‌کنند.

این موضوع، یکی از خصوصیات برجسته رفتاری در نیکولا تسلا بود. وی بسیار پیش‌تر از تولید انرژی الکتریکی، پتانسیل برق را تصور کرده بود. کسی چه می‌داند، شاید اندیشه برخی از نابغه‌هایی که به راز اعداد تسلا ایمان دارند، نگهداری از آب در سطح جهان است؟! برای دستیابی به اندیشه‌های بزرگی همچون تولید انرژی الکتریکی، نیازمند صرف زمان‌های طولانی برای آزمایش‌های مرموز و بی‌شمار خواهید بود. برای این منظور، می‌توان به یکی از ضرب‌المثل‌های معروف که توسط نیکولا تسلا تکرار می‌شد، اشاره نمود: «ذهن‌های بزرگ، همیشه کنج‌کاو هستند».

اهمیت و راز اعداد تسلا در چیست؟

نیکولا تسلا می‌خواست با ذکر اهمیت راز اعداد تسلا، چه چیزی را به جهانیان بفهماند؟! یکی از رازهای شگفت‌انگیزی که این اعداد دربر دارند، یکسان بودن آنها در سطح جهان است. این اعداد اگرچه از طیف گسترده و وسیعی برخوردار هستند، اما در همه جای جهان یکسان خواهند بود.

با توجه به تاریخچه بسیار غنی و پُر اهمیت ریاضیات، می‌توان گفت که: ریاضیات و یا همان اعداد، مهد تمام آفرینش‌ها است. با کمی توجه به خلقت گیاهان و موجودات و غیره، می‌توان دریافت که این جهان از الگوی هندسی طلایی برخوردار است.

ترتیب حیرت‌انگیز اعداد

$$1+1=2$$

$$2+2=4$$

$$4+4=8$$

$$8+8=16 \rightarrow 1+6=7$$

$$16+16=32 \rightarrow 3+2=5$$

$$32+32=64 \rightarrow 6+4=10 \rightarrow 1+0=1$$

با دنبال کردن این فرایند، همچنان می‌توانید شاهد تکرار اعداد ۱، ۲، ۴، ۵، ۷ و ۸ باشیم. یکی از نکات حیرت‌انگیز در این الگوی بسیار جذاب، مفقود شدن اعداد ۳، ۶ و ۹ است. برای این منظور، می‌توان به نظریه مارکو رودین اشاره کرد.

مارکو رودین معتقد بود که این اعداد بیانگر یک بُردار هستند که از بُعد سوم تا بُعد چهارم آنرا "میدان شار" می‌نامند. میدان شار، از انرژی ابعاد بالاتری برخوردار است که بر روی میدان شش نقطه‌ای (۱، ۲، ۴، ۵، ۷، ۸) مؤثر است.

اگر در این بین، از عدد ۳ شروع کنید، چه می بینید؟!

$$3+3=6$$

$$6+6=12 \rightarrow 1+2=3$$

$$12+12=24 \rightarrow 2+4=6$$

نکته عجیب و راز اعداد تسلا در این الگوی خاص چیست؟! در این الگو خبری از عدد ۹ نیست. در بسیاری از تحقیقات، شواهد به ما اهمیت وجود ۳ و ۶ را نشان داده اند. صور فلکی، اهرام مصر و غیره، به نوعی بیانگر اعداد ۳ و ۶ بوده اند. نمی توان گفت که: این چیدمان به صورت تصادفی رخ داده است. هر کدام از این نحوه خلق و تولید، برنامه ریزی دقیقی را دربر داشته است.

راز اعداد ۳۶۹ را دریابید

* در یکی از نقل قول های نیکولا تسلا، به این موضوع اشاره شده است که: «اگر به دنبال راز اعداد تسلا و یافتن اسرار جهان هستید، با نظر "انرژی، فرکانس و ارتعاش" فکر کنید و تصمیم بگیرید.»

به گمان برخی از افراد: نیکولا تسلا، راز اعداد تسلا را دریافته و از این دانش تخصصی و حرفه ای برای عبور از مرزهای فناوری بهره برداری نموده است. با توجه به موارد ذکر شده، می توان گفت که: اعداد تسلا (۳، ۶ و ۹) قانون جذب را دربر دارند.

به این مفهوم که شما با استفاده از این اعداد می توانید به خواسته های پُر اهمیت خود، دست یابید. شاید یکی از دلایلی که این تکنیک خارق العاده، یک اثر مشهور از نیکولا تسلا نشد، عدم مشهود بودن آن است.

اغلب افراد به مواردی باور دارند و از آنها استقبال می کنند که بتوانند آنرا مشاهده نمایند. اما کافیت که برای دستیابی به خواسته های خود، به این باور نیکولا تسلا اعتقاد داشته باشید. از دیگر رازهای اعداد تسلا، می توان به نقل قول دیگری از نیکولا تسلا اشاره نمود: در صورت درک قدرت اعداد ۳، ۶ و ۹ می توانید درب مخفی کائنات را باز نمایید.

این راز اعداد تسلا، می تواند شما را به راحتی به سر منزل مقصود، برساند. حتماً به گوش شما هم رسیده که برخی از افراد با عنوان فرشته معروف ۳۶۹ شناخته می شوند.

با این نام گذاری می توان نشان داد که برخی از افراد دربر دارنده: عشق، انسان دوستی، اشتیاق، خلاقیت، هنر، صلح و غیره هستند. این اعداد، نه تنها در دید نیکولا تسلا، بلکه در نظر بسیاری از افراد دیگر نیز، اعداد الهی هستند.

چگونه از اعداد ۳۶۹ استفاده کنیم

اما راز اعداد تسلا در استفاده از آنها نیز نهفته است. برای استفاده از اعداد تسلا باید تکنیک خاصی را به کار ببرید. در این صورت می توانید به منبع مستقیم کائنات دست یابید. از تکنیک های استفاده از این اعداد می توان به موارد زیر اشاره نمود:

۱- تکنیک استفاده از عدد ۳

در تکنیک استفاده از این اعداد، اشاره شده است که عدد ۳، به عنوان ریشه کائنات شناخته شده است. لذا شما با درک قدرت این عدد، می‌توانید به تمامی خواسته‌های خود، دست یابید. این عدد به منبع مستقیم کائنات مربوط می‌باشد.

۲- تکنیک استفاده از عدد ۶

از دیگر اعداد مهم تسلا که با درک قدرت آن می‌توانید تأثیر بسزایی بر روی باز کردن درب مخفی کائنات داشته باشید، عدد ۶ است. این عدد بیانگر قدرت درونی می‌باشد. با بیدار شدن قدرت درونی افراد، شاهد افزایش انرژی برای دستیابی به پاسخ‌های مناسب برای خواسته‌های خود، خواهید بود. این انرژی به نوعی برطرف کننده موانع آینده نیز به‌شمار می‌رود.

۳- تکنیک استفاده از عدد ۹

برای قدم گذاشتن به آینده، و گذر از گذشته و حال به بهترین نحو، درک قدرت پذیرش عدد ۹، بسیار مهم است. این عدد در قطع ارتباط شما با گذشته، بسیار تأثیرگذار است. با قدرت این عدد می‌توانید در افزایش اعتماد به نفس و کاهش احساسات منفی برای دستیابی به فرصت‌های جدید در آینده، تأثیرگذار باشید.

توجه: با ترکیب اعداد تسلا، می‌توانید به راز بزرگ آنها و بازگشایی درب مخفی کائنات دست یابید. این اعداد می‌توانند شما را در جذب آرزوهای خوب، همراهی نمایند. اما نکته اینجاست که باید به آنها ایمان داشته باشید. استفاده منظم و هماهنگ از این اعداد، می‌تواند شما را در باز کردن درب مخفی کائنات، همراهی نماید.

تکنیک‌های مهم در استفاده از اعداد ۳۶۹

برای اینکه بتوانید به اهداف و خواسته‌های ارزشمند خود دست یابید، کفایت که به نکات مهم در استفاده از اعداد تسلا، توجه نمایید. از جمله این نکات، عبارتند از:

- ۱- هدف خود را مشخص نمایید (به بیان دیگر، هدف را در ذهن خود پُر رنگ و روشن نمایید).
- ۲- اهداف خود را واقع‌بینانه دنبال کنید.
- ۳- هدف واقعی خود را روزانه به مدت ۶۸ ثانیه در ذهن خود مجسم کنید (۴ دور ۱۷ ثانیه‌ای، $17+17+17+17$).
- ۴- به هدف خود انرژی تزریق کنید.
- ۵- هدف خود را روزانه بنویسید. بهتر است روزانه به مدت ۱۷ ثانیه و یا بیشتر، را صرف نوشتن هدف خود کنید.
- ۶- این روال را به مدت ۲۱ روز انجام دهید.
- ۷- پس از هر بار نوشتن، از کائنات تشکر کنید.

پس از آشنایی بسیاری از افراد با این روش، آنها اقدام به استفاده از آن نمودند. مهمترین مسئله در استفاده از این روش، مشخص نمودن هدف و استفاده از روش‌های ۳۶۹ برای تجلی و دستیابی به آنها است. این روش شما را تشویق می‌کند که روش‌های متفاوت دستیابی به اهداف را ببینید و از آنها برای دستیابی به خواسته‌های خود، استفاده کنید.

پاسخ به سؤالات مهم برای دستیابی به خواسته‌ها

در مفهوم راز اعداد تسلا، به نحوه استفاده و همچنین ایمان به تأثیرگذاری آن، بسیار اشاره شده است. برای شروع باید به برخی از سؤالات مهم در این زمینه، پاسخ داد:

۱- چگونه می‌خواهید به زندگی خود، بهبود ببخشید؟!

۲- ایده‌آل‌ها و اهداف واقعی شما، کدامند؟

۳- چقدر زمان برای بیان کردن و نوشتن اهداف و خواسته‌های خود، نیاز دارید؟!

۴- آیا خواسته‌ها و اهداف بزرگ خود را تجسم کرده‌اید؟!

۵- چند روز زمان برای نشان دادن خواسته‌های خود، نیاز دارید؟!

۶- آیا فنون مهم در قانون جذب را می‌شناسید؟!

و بسیاری از سؤالات دیگر.

اما این نکته را مدنظر قرار دهید که روش‌های تجلی اهداف، به صورت کاملاً شخصی قابل استفاده هستند. اما این اعداد برای دستیابی و تجلی اهداف فقط محدود به ۳۶۹ نیستند. شما می‌توانید با توجه به قدرت و انرژی مختلف اعداد، اقدام به استفاده از آنها نمایید. تا جایی که امروزه می‌توان شاهد بسیاری از اعداد کاربردی نظیر ۵۵۵ و غیره نیز بود.

قانون جذب و راز اعداد تسلا

نیکولا تسلا، خالق اعداد تسلا بود؛ و معتقد بود که این اعداد، اعداد الهی هستند.

بسیاری از افراد با تکیه به این قانون و ایمان و اعتقاد به آن، به پیشبرد اهداف خود کمک کرده‌اند. این اعداد می‌توانند مانند یک آهنربای بسیار قوی، اتفاقات مثبت و منفی را به سمت زندگی شما جذب کنند.

این شما هستید که اتفاقات منفی و یا مثبت زندگی خود را انتخاب می‌کنید.

نیکولا تسلا با ارائه این اعداد و بیان راز اعداد تسلا، سعی داشت بگوید که شما می‌توانید برای پیشبرد اهداف خود، به قدرت بالایی دست یابید. با پی بردن به راز اعداد تسلا و استفاده از آن در تمامی مراحل زندگی خود، می‌توانید آرامش، رفاه، سلامتی و غیره را به سمت خود جذب نمایید.

یکی از موارد قابل توجه این است که قانون جذب همیشه کاربردی خواهد بود. حتماً شما هم تجربه کرده‌اید که به برخی از موارد فکر کرده‌اید و بر روی آن تمرکز نموده‌اید. در این صورت آنرا به سمت خود جذب کرده‌اید. با تکیه به استفاده صحیح از قانون جذب و راز اعداد ۳۶۹ می‌توانید به هر آنچه در ذهن

می‌پرورانیید، دست یابید. قدرت ذهن، تکرار و تجسم را دست‌کم نگیرید. از این قانون می‌توانید برای موفقیت‌های بزرگ خود، استفاده کنید.

فرکانس‌ها و نوسانات

همه‌چیز در جهان ما از یک نوع واحد ساختمانی ایجاد شده؛ و علم به این نتیجه رسیده که وقتی ماده را تماماً تجزیه کنیم، این انرژی است که با فرکانس‌های مختلف در نوسان است. علاوه بر این نکته که همه‌چیز در نوسان است، همهٔ مواد، اعم از جامد، مایع و گاز در حقیقت فضای خالی‌اند. الکترون‌ها، پروتون‌ها و نوترون‌ها در اتم، در حرکت دائمی (نوسان) هستند. فیزیکدان معروف، آلبرت اینشتین می‌گوید:

«همه‌چیز انرژی است؛ و بیش از این نیست. با فرکانس واقعی که می‌خواهی، سازگار شو؛ و نمی‌توانی در آن واقعیت نباشی. نمی‌تواند جز این باشد. این فلسفه نیست، بلکه فیزیک است.»

برخی افراد، این را قانون جذب یا نوسان می‌دانند. واقعاً اهمیتی ندارد که ما آنرا چه می‌نامیم؛ در صورتی که نسبت به آن آگاه باشیم و آنرا یک قانون جهان محسوب کنیم، همانطور که قانون گرانش را قبول کرده‌ایم. از قبل می‌دانیم که موجی که قوی‌تر است و فرکانس پایدارتری دارد، بر امواج با فرکانس ضعیف‌تر غلبه می‌کند تا با فرکانس خود رزونانس کند.



قانون جذب

باب دوئل، نویسندهٔ قانون جذب می‌گوید: «به بیانی ساده، قانون جذب می‌گوید که هر چیز شبیه به خودش را جذب می‌کند. اما ما، در سطح فکر داریم صحبت می‌کنیم.» افکار، تصاویر و مکالماتی که در ذهنمان داریم، نوسان خاصی دارند. جان اسراف، کارآفرین و معلم زندگی که به میلیون‌ها نفر کمک کرده زندگی‌شان را بهبود بخشند و به خواستهٔ قلبی‌شان برسند، می‌گوید: «چیزی که اکثر مردم متوجه آن نمی‌شوند، این است که، هر فکری فرکانسی دارد.

ما می‌توانیم یک فکر را اندازه‌گیری کنیم. پس اگر به یک چیز بارها و بارها فکر کنید، یا آنرا تصور کنید، پولی که می‌خواهید داشته باشید، ساختن یک کارخانه، یافتن نیمه گمشده خود. اگر آنرا تصور کنید، دارید آن فرکانس را دائماً منتشر می‌کنید. شما هر آن چیزی می‌شوید که بیشتر از همه به آن فکر می‌کنید.

دکتر جو ویتال، متافیزیست می‌گوید: «افکار، یک سیگنال مغناطیسی می‌فرستند که نظیر آنرا به شما باز می‌گرداند. اگر زندگی خود را در رفاه فرض کنید، همان را جذب می‌کنید. این همیشه نتیجه می‌دهد، هر بار و برای همه.»

قانون جذب در فرکانس درمانی

قانون جذب در فرکانس درمانی، درست مانند قانون رزونانس و گرانس کار می‌کند. همیشه در کار است. به هر چیزی که فکر کنیم آنرا به سمت زندگی مان می‌کشیم. زندگی ما در همین لحظه نتیجه مستقیم افکار ما و انتظارات ناخودآگاه ما از گذشته است. برای سلامتی یک انسان لازم است که برای مثبت‌اندیشی وقت بگذارد، که فقط چیزی را که می‌خواهد تجربه کند، تصور کند؛ و احساسی را که می‌خواهد داشته باشد، در خیالش پیوراند؛ و آنرا به جهان بازتاب دهد.

تولید دائمی افکار منفی و ندانستن علت اینکه چرا زندگی موقعیت‌های منفی ایجاد می‌کند، مانند این است که در هوا بپری و توقع داشته باشی که پرواز کنی. انسان‌ها نمی‌توانند پرواز کنند. گرانس دارد ما را به پایین می‌کشد، درست مانند ارتعاش قوی که تمام نوسان‌های نزدیکش را هم فرکانس می‌کند.

پیش‌گویی خودسازنده

اصطلاح "پیش‌گویی خودسازنده" توسط جامعه‌شناس رابرت ئرتون در سال ۱۹۴۸ میلادی (۱۳۲۶ شمسی) بیان شد. در توضیحش می‌گوید که: نوعی پیش‌گویی است که رفتار ما را به گونه‌ای تحت تأثیر قرار می‌دهد که آن پیش‌گویی به وقوع پیوندد. فلسفه قضیه این است که افکار خودآگاهانه، علاوه بر افکار ناخودآگاه چارچوب فکری، رفتار ما و اطرافیانمان را تغییر می‌دهد. در نتیجه، این روندهای فکری سرانجام زندگی ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بهترین مثال آن، محیط مدرسه است.

معلمین، وقتی رفتار مثبتی نسبت به دانش‌آموز دارند، نقشی اساسی در پیشبرد آن‌ها به سمت موفقیت ایفا می‌کنند. در عین حال، وقتی یک معلم توقعات پایینی از یک دانش‌آموز دارد، او به احتمال زیاد به توقعات معلم پی می‌برد و شکست می‌خورد.

ما در مورد خودمان، نوعی پیش‌بینی می‌کنیم که بر رفتار و عواقب کارهایمان مؤثر است. برای مثال: وقتی که با یک چالش جدید در زندگی روبه‌رو می‌شویم، اگر با اعتمادبه‌نفس و انتظار موفقیت با آن روبه‌رو شویم، به احتمال خیلی زیاد، موفق می‌شویم.

با این حال، اگر ما عمیقاً باور داشته باشیم که نمی‌توانیم از پس مسئولیت‌ها بریاییم، خلق و خوی ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد، و احتمال زیاد، موفقیت کمتری کسب می‌کنیم. مهم نیست که چه چیزی راجع به خودمان یا دیگران فکر می‌کنیم، اما درست فکر می‌کنیم؛ چون آنرا به واقعیت تبدیل می‌کنیم.

بیورزناس یا فرکانس درمانی

اکارت تول، نویسنده و معلم روحانی، در کتابش با نام قدرت لحظه، یاد می‌دهد که چگونه با خاموش کردن فرآیند فکر کردن، فرکانس ارتعاشی خود را بالا ببریم. او توضیح می‌دهد که چگونه ذهن همه آگاهی را تحت سلطه خود می‌گیرد. به گفته او، تفکر وسواس گونه، به یک بیماری همگانی تبدیل شده. او خواستار این است که آگاهی را با تمرین کسب آگاهی درون کالبدی بازیابی کند.

به راحتی از درون، بدن خود را به عنوان یک میدان انرژی حس کنید. این تمرین، مقادیر زیادی آگاهی که در ذهن محصور شده، را آزاد می‌کند. نکته مهم این است که در یک ارتباط پیوسته با کالبد درونی، باقی بمانید، و آنرا همیشه حس کنید. این به سرعت به زندگی شما عمق می‌بخشد و آنرا متحول می‌سازد.

هر چقدر بیشتر به کالبد درونی خود توجه کنید، فرکانس آن بیشتر می‌شود. درست مانند چراغی که با افزایش شدت جریان برق به آن، نورش را زیاد می‌کنیم. نیروی منفی در این سطح انرژی بالاتر، دیگر نمی‌تواند شما را تحت تأثیر قرار دهد؛ و شما رویدادهای جدیدی را تجربه می‌کنید که بازتاب این فرکانس بالاتر است.

با نگه داشتن تمرکز بر کالبد داخلی تا حدی که امکان دارد، ما به لحظه اکنون متصل می‌مانیم و خود را در دنیای اطراف و ذهن گم نمی‌کنیم. ممکن است افکار و احساسات، ترس‌ها و تمایلات هنوز وجود داشته باشند، اما دیگر این قابلیت را ندارند که بر ما چیره شوند.

برخی افراد می‌گویند که: هنگام تمرین آگاهی درون کالبدی، احساس خوشایندی ندارند؛ که احتمال زیاد به دلیل باقی ماندن احساسی است که از آن مطلع نبوده‌ایم؛ و با شروع به تمرکز بر کالبد درونی، به آن پی برده‌ایم. تا زمانی که به آن توجه نکنید، آن احساس از عمیق تر شدن در کالبد درونی جلوگیری خواهد کرد.

توجه، کلید تغییر است؛ مانند پرتویی از نور. قدرت تمرکز کردن آگاهی ما، همه چیز را به خودش تبدیل می‌کند.

در موجودی که به درستی فعال است، یک احساس، طول عمر بسیار کوتاهی دارد؛ با این وجود، وقتی احساس حضور نداشته باشید، یک احساس می‌تواند روزها و هفته‌ها در شما دوام بیاورد؛ و یا حتی با سایر احساساتی که فرکانس مشابهی دارد، جمع می‌شود؛ و کالبد دردمند را به وجود می‌آورد.

فرکانس درمانی یا تراپی فرکانس، یکی از روش‌های غیردارویی است که برای درمان و مدیریت انواع مختلف از بیماری‌ها و اختلالات، مورد استفاده قرار می‌گیرد. این روش بر اساس اصلی ساده شکل می‌گیرد: هر یک از سلول‌ها و بافت‌های موجود در بدن، فرکانس الکتریکی خاصی دارند. از این رو، با استفاده از دستگاه‌هایی که می‌توانند فرکانس‌های الکتریکی خاصی را تولید کنند، می‌توان تأثیر مثبتی بر سلامت فیزیکی و روانی انسان گذاشت.

فرکانس درمانی در موارد مختلفی مانند کاهش درد، تسریع فرآیند التیام، کنترل التهاب و حتی افزایش سطح انرژی، مورد استفاده قرار می‌گیرد. البته باید توجه داشت که این روش هنوز بطور کامل توسط تحقیقات علمی تأیید نشده است؛ و بیشتر به عنوان یک روش جانبی و تکمیلی در کنار درمان‌های دیگر مورد استفاده قرار می‌گیرد.

آگاهی درون

آگاهی کالبد درونی، قدرت آنرا دارد که حس منفی را به نور تبدیل کند؛ و ما با انجام این پاکسازی روحی فرکانس مان، ارتعاش خود را افزایش می‌دهیم. با نوسان در فرکانسی بالاتر، همچنین پیر شدن کالبد فیزیکی را آهسته‌تر می‌کند. به محض اینکه حالت عادی شما از گرفتار ذهن بودن، به بودن در بدن و لحظه اکنون تغییر می‌یابد، کالبد فیزیکی شما احساس سبکی، شفاف بودن و زنده بودن بیشتری می‌کند.

هرچه آگاهی بیشتر حضور داشته باشد، ساختار مولکولی آن در واقعیت، تراکم کمتری پیدا می‌کند. آگاهی، بیشتر به معنای کم‌شدن توهم جهان مادی است. ما یگانگی را تجربه می‌کنیم. بدن، عاشق توجه ماست؛ و هنر آگاهی درون، شیوه‌ای مؤثر برای خوددرمانی است. اکارت تول، نویسنده و معلم روحانی، توضیح می‌دهد: «اکثر بیماری‌ها، هنگامی وارد می‌شوند که شما در کالبدتان حضور ندارید. اگر صاحب‌خانه نباشد، هر نوع شخصیت تیره‌ای، مقیم آن خانه می‌شود. وقتی در بدن خود زندگی کنید، ورود یک مهمان ناخوانده را سخت‌تر می‌سازید.» او اضافه می‌کند که: ایمنی روانی ما نیز با احساس حضور ما تشدید می‌شود؛ و ما را در برابر میدان نیروهای منفی "ذهنی و احساسی" که از طرف بقیه ایجاد می‌شود، و بسیار نیز مسری است، محافظت می‌نماید.

احساس حضور، با یک سپر از ما محافظت نمی‌کند؛ اما با بالابردن فرکانس کلی میدان انرژی، باعث می‌شود که هر چیزی که فرکانس پایین‌تری دارد، از جمله ترس، عصبانیت، افسردگی، با فرکانس بالاتر، شفاف و پایدار ما، رزونانس نمی‌کند.

اختیارات انسان

ما به عنوان یک انسان، اختیار داریم و می‌توانیم شاهد و نظاره‌گر افکارمان باشیم، آگاه شویم و با این کار به عرصه حضور وارد شویم. با نظاره کردن افکارمان و تمرین آگاهی درون و قدردانی خود را از واکنش‌های ذهن "از پیش برنامه‌ریزی شده" به دنیای اطرافمان آزاد می‌کنیم.

در نتیجه، قادر خواهیم بود عواطف خود را تماماً احساس کنیم؛ و به راحتی بگذاریم بروند؛ و می‌توانیم تجاربی را داشته باشیم که انتخاب می‌کنیم. ما بجای اینکه بگذاریم افکار و سواس گونه و احساسات خارج از کنترل، زندگی مان را کنترل کند، از ذهنمان فقط زمانی استفاده می‌کنیم که به آن نیاز داریم.

وقتی بتوانیم فرای افکارمان برویم، و یاد بگیریم از افکارمان به عنوان ابزاری پیشرفته استفاده کنیم، و به یاد داشته باشیم که فقط یک "ابزار" است که ما به عنوان موجوداتی آگاه از آن استفاده می‌کنیم، می‌توانیم فرکانس خود و تمام هستی را تغییر دهیم.

چیزی که از آن مطمئن هستم، این است که رویکرد مثبت، قدردانی و ایمان به خود، می‌تواند دنیای ما را به گونه‌ای محسوس تغییر دهد. وقتی پی می‌بریم که هرآنچه هستیم فرکانس است، این قدرت را در خود می‌یابیم که در زندگی، تجربه‌هایی که می‌خواهیم داشته باشیم را خواهیم داشت، و آینده‌مان را دگرگون می‌سازیم. انسان این توانایی را دارد که فرکانس خود را تغییر دهد؛ و من عمیقاً باور دارم که هر یک از شما، می‌توانید جهان خود را بسازید.

جمع‌بندی

نکته ۱: اکثر افرادی که در مورد این مباحث مخصوصاً در حیطه روانشناسی صحبت می‌کنند، واژه‌های: ارتعاش، فرکانس، انرژی را با هم در یک مفهوم قرار می‌دهند که این یک اشتباه است. تفاوت‌های این واژه‌ها، در این مقاله بیان شده است.

نکته ۲: در ذهن و قلب انسان (افکار و احساسات) سیستمی وجود دارد که می‌تواند توسط آن، قویترین ارتعاشات را به جهان هستی ارسال کند. ارتعاشاتی که هیچ تکنولوژی فوق‌پیشرفته‌ای قادر به ایجاد و ارسال آن نیست.

نکته ۳: بالاترین ارتعاشات، مربوط به ارتعاشات الهی (خالق هستی‌بخش) است.

«ذهن انسان آنقدر قویست، که به هرچه فکر کند، می‌تواند آنرا بسازد.» (استاد محمد رضا یحیایی)

سال‌ها پرسیدم از خود کیستم؟ آتشم، شوقم، شرارم، چیستم؟
دیدمش امروز و دانستم "کنون ... او به جز من، من به جز او نیستم!!!"

مولانا

علی مصری

۱۷ آذر ۱۴۰۲