

نکاتی چند در خصوص ضمیر ناخودآگاه

از فرمایشات حضرت علی (ع):

«درد تو از توست، ولی بدان بصیرت نداری و درمان تونیز در درون توست، لیکن تو بدان آگاهی نداری!»

والدین گرامی، دانش آموزان عزیز:

ضمیر ناخودآگاه:

در درون هر انسانی بی نظیر ترین و محیر العقول ترین کامپیوتر هستی به نام ضمیر ناخودآگاه وجود دارد، اگر انسان بخواهد و بتواند این کامپیوتر را برنامه ریزی کند، می تواند از خود؛ انسان دیگری بسازد، انسان پدیده ای است که علاوه بر توان استفاده از قدرت فیزیکی می تواند از قدرت متافیزیکی یا ماوراء الطبیعه ی خود نیز استفاده نماید و با اجرای قوانین آن در تحصیل و کار و زندگی به موفقیت های بزرگتری دست یابد.

این ضمیر ناخود آگاه است که فردوسی، حافظ، مولوی، شکسپیر را به خلق چنین آثاری رسانده است. ضمیر ناخودآگاه مانند یک کامپیوتر عمل می کند که می توان آن را دقیقاً برنامه ریزی کرد و خروجی ها و دستاوردهایی را که مورد نظر است به دست آورد.

تمام اطلاعاتی که هر لحظه انسان از طریق حواس پنج گانه دریافت می کند علاوه بر این که وارد سیستم خودآگاه او می شود یک نسخه ی آن نیز به ضمیر ناخودآگاه او می رود. همچنین در هر لحظه هر رشته ی فکری انسان و هر اندیشه ی او یک نسخه اش به ضمیر ناخودآگاه او منعکس می شود.

علاوه بر این که تمام این اطلاعات برای همیشه در ضمیر ناخودآگاه به صورت فایل ها و پرونده های جداگانه بایگانی می شود در عین حال این اطلاعات توسط این کامپیوتر پردازش می شود و حاصل آن باعث ساختن نظام باورهای ما می شود.

برنامه ریزی و کنترل ضمیر ناخودآگاه مستلزم رعایت اصولی است که به بعضی از آن ها اشاره می شود:

۱- اصل خود هوشیاری و اشراف و بصیرت لحظه به لحظه به فرد:

این اصل مهم ترین اصل تکنولوژی اندیشه است. چون ضمیر ناخودآگاه در هر لحظه سیگنالی را که دریافت می کند متناسب با آن، باور و روحیه می سازد، بنابراین انسان باید در هر لحظه مراقب خود باشد و تفکر مثبت به خود بدهد، تفکر مثبت امکاناتی را به وجود می آورد که می توانیم از حداکثر توان خود بهره بگیریم، آن که مثبت می اندیشد به شدن ها فکر می کند و با تمرکز شدن هاست که هر چیزی را به واقعیت تبدیل می کند.

۲- اصل استفاده از قدرت تمرکز:

انسان در هر لحظه به هر آن چه که تمرکز کند بازتاب آن را در روحیه و فکر خود حس می کند، مثلاً تمرکز روی یک گل زیبا در انسان روحیه ی شاد و فکر مثبت ایجاد می کند و برعکس تمرکز روی یک تصویر دلخراش و زشت انسان را افسرده و افکاری منفی و یأس آور را در ذهن به وجود می آورد. به هر حال هر تمرکزی تأثیر بسیار مهمی روی ضمیر ناخودآگاه انسان می گذارد.

۳- اصل استفاده از قدرت سؤال:

هر سؤالی که انسان از خود می کند بازتاب خاصی در روحیه و فکر او ایجاد می کند، مثلاً وقتی کسی از خود سؤال کند «چگونه است که من خوشبختم؟... نفس این سؤال روحیه اش را شاد می کند و به او این را القاء می کند که آری من خوشبختم و این احساس و فکر به ضمیر ناخود آگاه یک سیگنال ورودی مثبت می دهد و پردازش می شود و حاصلی می دهد که به راستی دنیای او را زیبا می کند و به سعادت و خوشبختی می رساند.

۴- اصل استفاده از جملات تأکیدی و تصدیق مثبت:

هر جمله ای را که شما بگوئید یا بنویسید مفهوم آن جمله، خود یک سیگنال به ضمیر ناخود آگاه است، لذا شما مرتباً از جملات تأکیدی مثبتی که به گونه ای ویژگی های خوب شما را تصویر کند استفاده کنید، این مفاهیم به ضمیر ناخود آگاه شما می رود و وضعیتی را متناسب با آن مفاهیم در دنیای شما ایجاد می کند، ضمن این که همان مفاهیم را در نظام باورهای شما می سازد و به این سان مرتباً باورهای شما عالی و عالی تر می شود، چنین جملات زیبایی را بنویسید و در محل کار و زندگی خود نصب کنید و مرتباً آن ها را بخوانید و آن مفاهیم را احساس کنید. مثلاً من ایده های بزرگی در سر دارم و آن ها را به واقعیت تبدیل می کنم.

۵- در مسیر موفقیت خسته نشویم:

با یک روز مثبت اندیشی، نمی توان انتظار معجزه را داشت، تقویت ذهن نیز مثل تقویت جسم است، با ۲۴ ساعت تفکر مثبت تغییری محسوس در شما ایجاد نمی شود، اما اگر بتوانید چند ماهی این روحیه را حفظ کنید شاهد تغییرات بزرگی در زندگی خود خواهید بود.

۶- اصل تصویر سازی ذهنی:

کامپیوتر ضمیر ناخود آگاه هم مثل هر کامپیوتری می تواند تصویر دریافت کند و در هر لحظه میلیون ها بایت اطلاعات را در قالب یک عکس (تصویر و تخیل) دریافت کرده، پردازش کند و حاصل را پدید آورد، هنگامی که شما تصویری در ذهن خود خلق می کنید عین این تصویر به روی ضمیر ناخود آگاه اسکن شده، وارد می شود و به عنوان مجموعه ای از سیگنال ها و پیام ها بر ضمیر ناخود آگاه شما تأثیر می گذارد و مفهوم آن تصویر را می تواند در دنیای واقعی زندگی شما عینیت ببخشد.

۷- شکست و ناکامی کلید دوم برای رسیدن به هدف ها:

اگر در رسیدن به هدف شکست خوردید و ناکام شدید که مقداری از آن مربوط به تفکر منفی شما است، آیا باید از فعالیت دست کشید؟ البته که خیر، برای رسیدن به هدف باید تعهد و الزام در کار باشد، بدون کوچک ترین تردید، پشتکار و تلاش مهم ترین عامل تشکیل دهنده کیفیت زندگی است و اثر آن حتی از استعداد نیز بیش تر است، ولی باید توجه داشت که کوشش انسان باید مداوم و پی گیر باشد، این مطلب ممکن است ساده به نظر آید، اما تنها تفاوت افرادی که رویاهای خود را عملی می کنند در همین است.

سخن را در این قسمت با کلامی از حضرت علی (ع) به پایان می رسانم:

«آیا می پنداری که جسم کوچکی هستی، در حالی که در درون تو جهان بزرگی نهفته است.»

معلم راهنمای پایه ی اول - محمد ابراهیم عزیزی