

« بسمِ اللهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ »

کالبد علّی / کالبد معنوی

کالبد معنوی، کالبد آگاهی همراه با مسیر واقعی معنوی و خط مشی زندگی ما است. کالبد معنوی والاترین سطح توانایی بالقوه و بازتاب توانایی ما برای آشکار ساختن استعدادها بالقوه روحی در زمین است. اصل و بنیاد واقعیت وجود ما، ابراز « وجود » است، و این علت نهایی هستی ما است. کالبد معنوی که کالبد علّی نیز نامیده می‌شود، بالاترین نوسان را در بین کالبد‌های هاله‌ای دارد. بسته به میزان تکامل روحی ما، این کالبد می‌تواند تا فاصله 90 سانتیمتری از کالبد فیزیکی وسعت داشته باشد. کالبد معنوی، سفید رنگ و درخشان است و حاوی ماهیت واقعی روحی ما است. « آگاهی علّی در رابطه با ماهیت موضوع است، در حالی که آگاهی ذهنی جزئیات موضوع را مطالعه می‌کند. کالبد علّی نشانگر ماهیت ماده و علل واقعی نهفته در پس توهم ظاهر است... سطح علّی دنیای واقعیت‌ها است... و با ماهیت و طبیعت بنیادی چیزها در ارتباط است. شفافیتی در این سطح فویتر از کالبد ذهنی است. » (گریب)

کالبد ذهنی

کالبد ذهنی یک نقشه‌ی کلی از پتانسیل روحی ما است. به هر حال این پتانسیل (توان بالقوه) برای بروز و به مرحله‌ی تجربه در آمدن، نیاز به طرح‌های انرژی دارد. این طرح‌های انرژی به صورت افکار (آگاهانه و ناخودآگاه) در کالبد ذهنی ذخیره شده‌اند. طرح‌های ذخیره شده در کالبد ذهنی، چارچوب مشخصی را برای بروز شخصیت درونی ایجاد می‌کنند. « خود »، اندیشه‌های واقعی را از طریق کالبد ذهنی بیان می‌کند و آشکار می‌سازد. کالبد ذهنی به صورت یک نور زرد طلایی دیده می‌شود که از ناحیه سر و شانه‌ها می‌تابد و اطراف تمام بدن گسترش می‌یابد. وقتی فرد روی یک فرآیند ذهنی تمرکز می‌کند، کالبد ذهنی بزرگتر و روشن‌تر می‌شود. کالبد ذهنی که تا فاصله حدود 30 سانتیمتر از بدن امتداد دارد، افکار را به کالبد عاطفی انتقال می‌دهد، که نسبت به افکار، واکنش‌های عاطفی نشان می‌دهد، مانند عشق، ترس، شادی، خشم و غیره. یک کالبد ذهنی متعادل برای انسان، روشنی و هدایت به ارمغان می‌آورد.

کالبد عاطفی / اثری

کالبد عاطفی نسبت به کالبد اثری سیال تر و دارای نوسان بالاتری است. کالبد عاطفی که بازتاب کیفیت و شدت عواطف است، به صورت ابرهایی رنگین و متحرک دیده می‌شود. در هنگام ضربه و شوک به نظر می‌رسد که این بخش ناگهان از وجود ما بیرون می‌پرد، و نوعی « بی حسی عاطفی » ایجاد می‌کند، که به ما فرصت می‌دهد تا به تدریج خود را با حادثه تطبیق دهیم. کالبد عاطفی که کالبد اثری نیز نامیده می‌شود، جایگاه عواطف ما است. کالبد عاطفی پل بین ذهن و کالبد فیزیکی است. انرژی عاطفی ما بر ترسها، امیدها، عشقها و دردهای ما حاکمیت دارد. کالبد عاطفی، شدت و طبیعت بروز شخصیت فرد را در سطح فیزیکی کنترل می‌کند. کالبد عاطفی (کالبد اثری) نمایشگر آرزوها، خلیات، احساسات، تمایلات و ترسهای ما است. « خود » عاطفی، بیان « خود » ذهنی ما است. کالبد عاطفی بیان کالبد ذهنی است. گرفتگی عاطفی مانع آشکار شدن و شفافیت افکار و خط مشی در کالبد فیزیکی می‌شود.

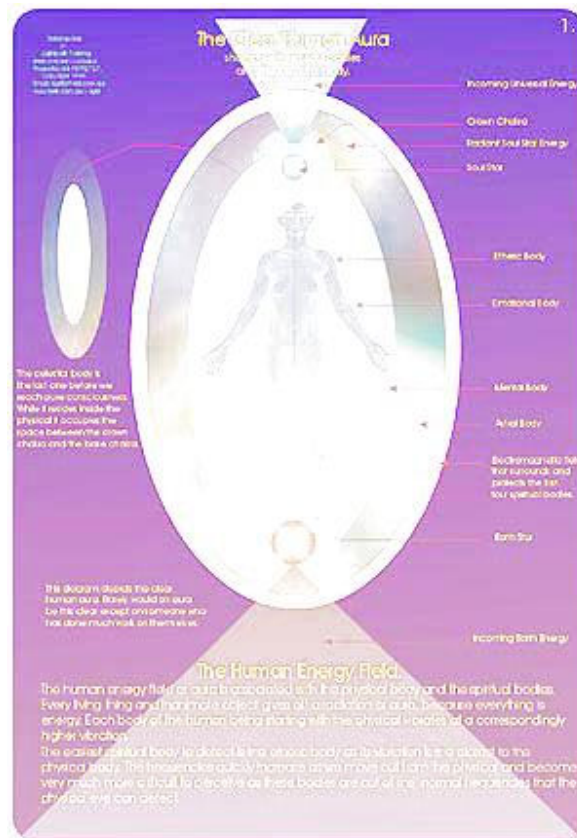
انرژی کالبد عاطفی بر کالبد اثری تأثیر می‌گذارد، که آن هم به نوبه‌ی خود بر کالبد فیزیکی تأثیر دارد.

کالبد اثری

کالبد اثری به صورت رنگ یا سایه آبی - خاکستری دیده می‌شود و تقریباً به فاصله 2/5 سانتی متر از کالبد فیزیکی وسعت دارد. کالبد اثری مسئول انتقال انرژی حیاتی از میدان انرژی کیهانی به کالبد فیزیکی است. کالبد اثری از ماده‌ی اثری یا نامرئی تشکیل شده است و طرح بنیادی کالبد فیزیکی را تشکیل می‌دهد. هر سلول کالبد فیزیکی، یک قرینه‌ی اثری دارد. کالبد اثری به عنوان یک فیلتر نیز عمل می‌کند. انرژی کیهانی از طریق کالبد معنوی، ذهنی، عاطفی و اثری به جسم فیزیکی می‌رسد. کالبد اثری، سطح حد واسط بین کالبد فیزیکی و سایر کالبد‌های نامرئی هاله است. هرگاه جریان انرژی قطع شود، کالبد فیزیکی دچار

اشکال می‌شود و اگر این عدم تعادل تصحیح نشود، بیماری در کالبد فیزیکی نمودار می‌شود. هر یک از کالبد‌های نامرئی هاله، با سایر کالبد‌ها در ارتباط است.

سطح هاله



لایه‌ی اتری (لایه‌ی اول)

کالبد اتری (تشکیل شده از اتر که حالتی بین ماده و انرژی است) از خطوط ظرفیت انرژی تشکیل شده است، مانند یک شبکه‌ی درخشان از پرتوهای نور سفید - آبی. ساختار شبکه مانند لایه‌ی اتری در حرکت مداوم است. این لایه تا فاصله حدود 0/5 تا 6 سانتیمتر از کالبد فیزیکی وسعت دارد. رنگ لایه اتری از آبی روشن تا آبی تیره متغییر است. ساختار این لایه با کالبد فیزیکی یکسان بوده، تمام جزئیات آناتومی و ارگانها را در بر می‌گیرد.

لایه‌ی عاطفی (لایه‌ی دوم)

لایه‌ی احساسات، ساختار آن سیال تر از لایه‌ی اثری است و با کالبد فیزیکی یکسان نیست. این لایه به صورت ابرهایی رنگین، از جنسی ظریف با حرکت سیال و مداوم، دیده می‌شود، که نشان دهنده‌ی طیف کامل عواطف ما است. فاصله‌ی حاشیه‌ی این لایه از کالبد فیزیکی $2/5$ تا $7/5$ سانتیمتر است.

لایه‌ی ذهنی (لایه‌ی سوم)

جنسی ظریفتر از کالبد عاطفی دارد. این لایه به صورت نوری به رنگ زرد روشن که اطراف سر و شانه می‌تابد و اطراف کل بدن وسعت پیدا می‌کند، دیده می‌شود. حاشیه این لایه $7/5$ تا 20 سانتیمتر از کالبد فیزیکی فاصله دارد. کالبد ذهنی، یک کالبد ساختاری نیز هست. این کالبد حاوی ساختار اندیشه‌های ما است... شکلهای افکار در این لایه قابل مشاهده‌اند.

لایه‌ی اثری (لایه‌ی چهارم)

کالبد اثری فاقد شکل ثابت است و از ابرهایی از رنگ تشکیل شده است. وسعت آن تا فاصله‌ی حدود 15 تا 30 سانتیمتر از کالبد فیزیکی است. این کالبد ما را با بعدها‌ی بالاتری از واقعیت ارتباط می‌دهد. این سطح، راه ورودی سطح اختری است.

لایه‌ی کلیشه‌ای اثری (لایه‌ی پنجم) این لایه حاوی طرح کلیشه‌ای تمام اشکال موجود در سطح فیزیکی است. این لایه الگویی کاملی برای لایه اثری است. وسعت آن تا فاصله 45 تا 60 سانتیمتر از کالبد فیزیکی است. این سطحی است که صوت تبدیل به ماده می‌شود. لایه‌ی کلیشه‌ای اثری هاله، فضایی خالی یا منفی ایجاد می‌کند، که منشأ ساختار شبکه‌ای است که کالبد فیزیکی در آن رشد می‌کند.

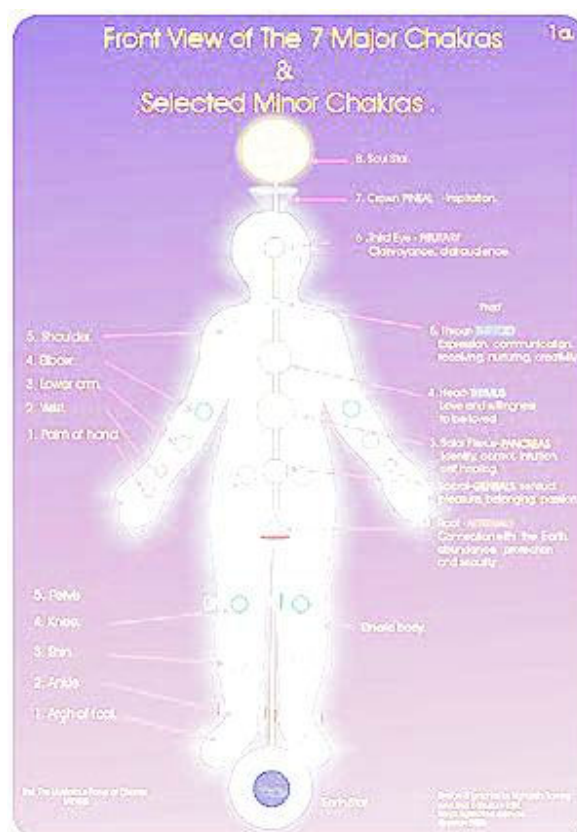
لایه‌ی آسمانی (لایه‌ی ششم)

سطح ششم، کالبد آسمانی نام دارد. وسعت آن حدود 60 تا 105 سانتیمتر از جسم فیزیکی است. در این سطح است که ما وجد و شعف معنوی را تجربه می‌کنیم. از طریق کالبد آسمانی است که ما عشق بی قید و شرط را می‌آموزیم. کالبد آسمانی به صورت نوری دیده می‌شود که از رنگهای روشن و ملایم تشکیل شده است و درخشش زیبایی دارد. این نور، درخشش طلایی - نقره‌ای و کیفیت رنگ به رنگ شونده دارد.

لایه‌ی کلیشه‌ای کتری کالبد علی (لایه‌ی هفتم)

کالبد کتری حدود 75 تا 105 سانتیمتر از کالبد فیزیکی وسعت دارد، و در برگزیده همه کالبدهای هاله‌ای همراه با کالبد فیزیکی است. کالبد کتری از رشته‌های ظریف نور طلایی - نقره‌ای تشکیل شده که فرم کلی هاله را حفظ می‌کنند. کالبد کتری، حاوی یک ساختار شبکه‌ای طلایی از کالبد فیزیکی و همه‌ی چاکراها است.

چاکراها



در بدن انسان صدها نقطه‌ی تمرکز و تجمع انرژی وجود دارند. نقاطی که از طریق آنها انرژی به بدن وارد یا خارج می‌شود، چاکرا نام دارند. چاکرا یک واژه‌ی سانسکریت به معنای « چرخ گردنده » یا « دیسک چرخنده » است. این دیسک‌های نور، گردابه‌هایی از انرژی ضریان‌دار هستند که درون کالبد فیزیکی و کالبد‌های نامرئی هاله نفوذ می‌کنند و انرژی حیاتی را به آنها انتقال می‌دهند (انرژی اتری کیهان و انرژی زمینی برای تغذیه و نگهداری کالبد فیزیکی). این گردابه‌های انرژی چرخنده، جایگاه شعور، آگاهی روحی، شهود و تکامل معنوی هستند.

اگرچه هاله انسان حاوی صدها چاکرای فرعی و حداقل 12 چاکرای اصلی است، تمرکز ما بیشتر روی 7 چاکرا از 12 چاکرای اصلی است: چاکرای ریشه، چاکرای طحال، شبکه‌ی خورشیدی، چاکرای قلب، چاکرای

گلو، چشم سوم، و چاکرای تاج. علت توجه به این چاکراها این است که اینها اساساً با وضعیت فیزیکی ما و سطوح بالاتر آگاهی در ارتباطند. هفت چاکرای اصلی در راستای نخاع قرار گرفته‌اند. این گردابهای انرژی با یک خط انرژی به نام **ساشومنا** که از مرکز نخاع می‌گذرد، اتصال دارند. در راستای خط ساشومنا، دو کانال انرژی به نام آیدا (زنانه) و پینگالا (مردانه) قرار دارند، که در هم تابیده شده، مانند شکل 8 چاکراها را در برگرفته‌اند و در بدن از ناحیه‌ی پرینه تا فرق سر امتداد دارند.

در سطح فیزیولوژیک، هرچاکرا با قسمتی از عقده‌های عصبی و غدد سیستم درون ریز در ارتباط است. چاکراها، جریان انرژی کیهانی و زمینی را به داخل و خارج هاله تنظیم می‌کنند و انرژی حیاتی را برای حفظ و نگهداری کالبد فیزیکی تغییر و انتقال می‌دهند.

در سطحی نامحسوس‌تر چاکراها به عنوان گذرگاههای انرژی، به بعد متفاوتی از آگاهی عمل می‌کنند، بعدی که برای دنیای سه بعدی ما است. هر چاکرا به عنوان یک مرکز مستقل آگاهی عمل می‌کند و بخشی ضروری برای تکامل معنوی ما است. همه‌ی احساسهایی که در زندگی تجربه می‌کنیم، همه‌ی افکار و همه‌ی احساسات ما، از جمله تلخ‌ترین خاطراتمان، در جایگاههای ویژه‌ای در چاکراها و سیستم هاله‌ای یافت می‌شوند. این موضوع شامل همه‌ی تجربیات متافیزیک

ما در سطوح اختری در حین رؤیاهایمان نیز هست. اگرچه هر چاکرا به عنوان یک مرکز مستقل آگاهی عمل می‌کند، همه‌ی چاکراها به هم مربوطند و سیستم یکپارچه‌ای را تشکیل می‌دهند که ذهن، بدن و روح را به هم ارتباط می‌دهد. هدف اصلی از شناخت و کار با چاکراها کسب تکامل و یکپارچگی درونی است. به این ترتیب ما بین جنبه‌های مختلف آگاهی خود، از فیزیکی تا معنوی، یک همبستگی هارمونیک برقرار می‌کنیم. در نهایت ما در می‌یابیم که جنبه‌های مختلف وجود ما (فیزیکی، عاطفی، ذهنی و روحی) همه با هم کار می‌کنند و هر جنبه بخشی از یک مجموعه کامل است.

موضوع مهمی که باید درک کنیم، این است که چاکراها گذرگاههای آگاهی ما هستند. چاکراها گذرگاههایی هستند که از طریق آنها نیروهای عاطفی، ذهنی و روحی جریان یافته، به صورت فیزیکی بیان می‌شوند.

انرژی ایجاد شده بوسیله‌ی افکار و عواطف ما، از سیستم چاکراها عبور کرده، در سلولها، بافتها و ارگانها توزیع می‌شود. درک این فرآیند به ما بصیرتی می‌دهد که دریابیم چگونه خود ما بر وضعیت جسم، ذهن و شرایط زندگیمان تاثیر می‌گذاریم.

چاکرای اول - مرکز پایه

واژه‌ی سانسکریت برای چاکرای ریشه، **مولادهارا** به معنی « ریشه » است. چاکرای پایه در انتهای نخاع قرار گرفته و رنگ آن قرمز است. این چاکرا بوسیله‌ی عنصر زمین کنترل می‌شود. آگاهی همراه با این چاکرا در ارتباط با موضوعات بقا، اصول و ارتباطهای فیزیکی، الگوها، مادی‌گرایی و واکنش‌های ابتدایی جنگ و گریز است. این چاکرا با الگوهای زندگی جمعی نیز ارتباط دارد. چاکرای ریشه وظیفه‌ی تنظیم جریان انرژی حیاتی (انرژی کیهانی و زمینی) را نیز برای تغذیه و حیات کالبد فیزیکی به عهده دارد. اندامها و ارگانهایی که با این چاکرا در ارتباط عبارتند از: پاها، روده‌ی بزرگ، ستون فقرات، راست روده، استخوانها و سیستم ایمنی.

دکتر گریب عقیده دارد که « چاکرای ریشه با غده‌های جنسی در ارتباط است... ممکن است غده‌های جنسی با هر دو چاکرای یک و دو مربوط باشند.»

چاکرای دوم - مرکز طحال

واژه‌ی سانسکریت برای چاکرای دوم، **سوادیست‌هانا** به معنی « شیرین و مطبوع کردن » است. این چاکرا حدوداً نزدیک ناف قرار گرفته و رنگ آن نارنجی است. این چاکرا بوسیله‌ی عنصر آب کنترل می‌شود. آگاهی همراه با این چاکرا در ارتباط با نمادگرایی (سمبولیسم)، دوگانه‌گرایی (تعادل قطب‌ها)، و ارتباطها (چگونگی ارتباط ما با دیگران، عملکرد ما در رابطه با آنها و چگونگی برقراری و حفظ ارتباطهای

شخصي) است. این چاکرا بر دیدگاه شخصی و ارتباطهای ما مؤثر است، زیرا نیاز به رشد و تغییر را ایجاد میکند. در سطح ناخودآگاه، چاکرای طحال

(خاجی) با امیال جنسی، احساسات سرکوب شده و ضربه‌ها در ارتباط است. این چاکرا همچنین در بیان عواطف، لذت، حرکت، احساس و توانایی پرورش دادن، نقش دارد. اغلب این بیان، بوسیله ترسها و ضربه‌های نهفته که در دوران کودکی شکل گرفته‌اند سرکوب می‌شود. بعضی از این ترسها و ضربه‌ها ریشه در خاطرات گذشته زندگی دارد. این چاکرا کنترل کننده‌ی ارگانهای جنسی، لگن، قسمت پایین کمر، سیستم ادراری و تناسلی، کولون، روده‌ی کوچک و سیستم ایمنی است. چاکرای طحال با غده‌های جنسی نیز مربوط است.

چاکرای سوم - شبکه خورشیدی

واژه‌ی سانسکریت این چاکرا، **مانی پورا** به معنی «گوهردرخشان» است، زیرا این چاکرا روشن و درخشان است. این چاکرا که در شبکه خورشیدی واقع شده و محل آن بالای غده‌های آدرنال (فوق کلیوی) و درست زیر جناغ است، نوسانی با فرکانس رنگ زرد دارد و توسط عنصر آتش کنترل می‌شود. در سطح فیزیکی این چاکرا کنترل کننده‌ی سیستم متابولیک (سوخت و ساز) است و مسؤلیت تنظیم و توزیع انرژی متابولیک در بدن را به عهده دارد، مثل احتراق مواد غذایی برای تولید انرژی. چاکرای سوم با ماهیچه‌ها، غده‌های آدرنال، کبد، طحال، کیسه‌ی صفرا، مهره‌های کمری و لوزالمعده ارتباط دارد. آگاهی همراه با شبکه‌ی خورشیدی در رابطه با اختیارات شخصی است. درباره‌ی توانایی شخصی خود چه احساسی دارید؟ آیا قادرید جهت زندگی خود را کنترل کنید یا احساس می‌کنید که در این زمینه ناتوانید؟ چگونگی بیان خواسته‌های شما تعیین کننده‌ی میزان کنترل شما بر زندگیتان است.

چاکرای چهارم - مرکز قلب

نام چاکرای قلب در زبان سانسکریت **آناهاتا** است. به معنی « صدایی که بدون برخورد دو چیز ایجاد می‌شود ». این معنی نشان دهنده‌ی ارتباط انرژی بین شخص و دیگران است. چاکرای قلب که در ناحیه‌ی قلب قرار گرفته است، بازتاب دهنده‌ی توانایی ما برای ابراز عشق است (هم عشق به خود و هم عشق به سایر انسانها). این عشق می‌تواند به روشهای گوناگون بیان شود، مثلاً از طریق همدردی، توجه به افراد تیره بخت، رابطه‌ی عاشقانه بین اعضای خانواده، یا یک ارتباط صمیمی و دوستانه. این چاکرا همچنین منعکس کننده‌ی توانایی و ظرفیت ما برای رسیدن از خودپرستی به عشق بی قید و شرط است. چاکرای قلب به خاطر ارتباط متقابلی که با عواطف و ادراکهای ما دارد مهمترین چاکرا است. این چاکرا انرژی‌های والا (معنوی) را با انرژی‌های سطح پایین (فیزیکی) متحد می‌سازد. هماهنگی ذهن و بدن از طریق مرکز قلب برقرار می‌شود. از طریق تمایلات درونی قلب است که ما قادریم نیازهای درونی خود را درک کنیم. این انرژی عشق نیازهای روحی ما را با تکاپوی دنیای مادی ترکیب می‌کند تا ما واقعیت‌های سرنوشت خود را تجربه کنیم. رنگ این چاکرا سبز (و گاهی صورتی) است، و کنترل آن توسط عنصر هوا صورت می‌گیرد. چاکرای قلب کنترل کننده قلب، غده‌ی تیموس، سیستم ایمنی درون ریز و سیستم گردش خون است.

چاکرای پنجم - مرکز گلو

چاکرای گلو در زبان سانسکریت **ویشودهی**، نامیده می‌شود که به معنی « تصفیه و پالایش » است. این چاکرا در گلو قرار دارد و از لحاظ درک در سطح ناخودآگاه، یکی از آسانترین چاکراهاست.

انسداد این چاکرا مستقیماً بر طنابهای صوتی، دهان و ناحیه اطراف گردن اثر می‌گذارد. چاکرای گلو بر حیطه‌ی ارتباطات و سطوح بالای خلاقیت تأثیر دارد. منظور از ارتباطات چگونگی ابراز وجود ما، تمایلات ما و چگونگی ارتباط ما با دیگران است. نوسان چاکرای گلو هم فرکانس با رنگ آبی است و کنترل آن توسط عنصر آتر (و صوت) صورت می‌گیرد. چاکرای گلو کنترل کننده‌ی گلو، طنابهای صوتی، ناحیه‌ی گردن، غده‌های تیروئید و پاراتیروئید و همه‌ی اشکال ابراز وجود است.

چاکرای ششم - چشم سوم

نام چاکرای ششم در زبان سانسکریت **آجنا** است. واژه‌ی آجنا اصولاً به معنی « درک کردن » یا « بطور کامل فهمیدن » است، از طریق این چاکرا ادراک و پیش بینی امکان پذیر است. نوسان این چاکرا به رنگ نیلی است. چاکرای چشم سوم دارای تقابل و قطبیت است. این چاکرا توسط آکاشا کنترل می‌شود. چشم سوم، مرکز نور، رنگ، بینش، آینده‌نگری، روشن بینی و واقعیت‌های مکتوب است. چشم سوم همچنین بزرگترین آموزگار ما در زمینه‌ی ترس و عشق است. این چاکرا با توانایی ما برای دیدن دنیای اطراف و درک واقعیت‌ها بدون پیش داوری، ارتباط دارد. چشم سوم یک گذرگاه ورودی است. این چاکرا ما را با جهان بی‌کران کیهانی ارتباط می‌دهد. این گذرگاه پلی بین سطح فیزیکی و سطوح معنوی است. با باز کردن چشم سوم، راهی به سوی واقعیت‌ها و توانایی‌های یک دنیای چند بعدی گشوده می‌شود. بنابراین چشم سوم مرکز بینش است. این چاکرا بوسیله‌ی عنصر نور کنترل می‌شود، رنگ آن نیلی است، و کنترل غده‌ی پینه‌آل را بر عهده دارد. « در سطح فیزیکی، چاکرای پیشانی (چشم سوم) با غده‌ی پینه‌آل، غده‌ی هیپوفیز، نخاع، چشمها، گوشها، بینی، و سینوسها در ارتباط است. » (دکتر گریب) . در متون خاص، عملکرد غده‌ی هیپوفیز و غده‌ی پینه‌آل اغلب مبادله می‌شود. بعضی مؤلفان معتقدند که غده‌ی هیپوفیز کنترل چشم سوم و غده‌ی پینه‌آل کنترل چاکرای تاج را بر عهده دارد چون چشم سوم بوسیله‌ی عنصر نور و آکاشا کنترل می‌شود، ما غده‌ی پینه‌آل را به چشم سوم ارتباط می‌دهیم.

چاکرای هفتم - مرکز تاج

نام این چاکرا در زبان سانسکریت **سahasrara** به معنی « هزار گانه » است. این چاکرا در فرق سر واقع شده، رنگ آن بنفش است و توسط عنصر فوّهات کنترل می‌شود. در سطح فیزیکی این چاکرا با ذهن و مغز در ارتباط است. چاکرای هفتم نماینده‌ی اجزای تفکر آگاهانه و ناخودآگاه ما، نحوه‌ی برخورد ما با عقایدمان در سطح کیهانی و توانایی ما برای دستیابی به شعور جمعی است. آگاهی همراه با چاکرای تاج مربوط به معنویت ما یا درک ارتباطی است که ما به عنوان موجوداتی معنوی در دنیای فیزیکی داریم. چاکرای تاج، دروازه‌ای به سطوح بالای آگاهی یا اراده‌ی الهی است. رنگ این چاکرا بنفش است و کنترل قشر مخ، سیستم عصبی مرکزی و غده‌ی هیپوفیز را بر عهده دارد. غده‌ی هیپوفیز یک غده‌ی اصلی است و به همین دلیل است که ما غده‌ی هیپوفیز را با چاکرای تاج ارتباط می‌دهیم.

هفت چاکرا نماینده‌ی هفت مرحله ابتدایی تکامل متافیزیکی ما هستند. هر یک از مراحل، با عملکرد همان چاکرا مطابقت دارد.

چاکرای ریشه	تجربه‌ی دنیای مادی
چاکرای طحال	تجربه‌ی دنیای عاطفی
شبکه‌ی خورشیدی	تجربه‌ی اراده‌ی شخصی
چاکرای قلب	تجربه‌ی عشق بی قید و شرط
چاکرای گلو	تجربه‌ی بیان حقیقت
چشم سوم	تجربه‌ی ادراک و بینش
چاکرای تاج	تجربه‌ی اراده‌ی الهی

سیستم چاکراها، عواطف و پاسخ‌های عاطفی ما را ذخیره و فعال می‌کند. همه‌ی افکار، احساسات و عواطف ما که همه روزه تجربه می‌کنیم و همه‌ی خاطرات تجربه‌های گذشته ما، در سیستم انرژی ما ثبت و ذخیره می‌شوند. هر لایه از کالبد هاله‌ای با یکی از چاکراها تطابق و همبستگی دارد. مثلاً سطح اول کالبد هاله‌ای (کالبد اتری) با چاکرای اول (چاکرای ریشه) همبستگی دارد. کالبد عاطفی با چاکرای طحال همبستگی دارد و به همین ترتیب تا کالبد کتری که با چاکرای تاج همبستگی دارد. (به مبحث هاله مراجعه کنید). هر گاه می‌گوییم یک چاکرا دچار « عدم تعادل » شده است، به این معنی است که در این چاکرا انرژی کاهش یافته، یا مصرف انرژی بالا است. وضعیت این چاکرا می‌تواند بر وضعیت چاکرای بالا یا پایین آن تأثیر بگذارد. دقیقاً همانطور که هاله منعکس کننده‌ی وضعیت کلی سلامت ماست، چاکراها نیز همین حالت را دارند. چاکرا ها را می‌توان به آیینه‌های کوچک تشبیه کرد، که آنچه را که در زندگی ما در زمینه‌ی شخصی یا معنوی در حال وقوع است نشان می‌دهند. زیرا چاکراها نسبت به تحریکات داخلی (دورنمای ذهنی و عاطفی ما) و خارجی واکنش نشان می‌دهند. چاکراها همه روزه در پاسخ به آنچه ما تجربه می‌کنیم و اینکه چگونه با این تجربیات کنار می‌آییم، تغییر می‌کنند. به هر حال توانایی ما برای کنار آمدن با هر وضعیت، بستگی به وضعیت داخلی هر چاکرا دارد. اگر یک چاکرا در تعادل باشد (یعنی باز باشد و انرژی در آن جریان داشته باشد) ما خواهیم توانست نسبت به آنچه تجربه می‌کنیم، واکنشی مطلوب و مؤثر نشان دهیم. اما هنگامی که یک چاکرا مسدود یا دچار عدم تعادل باشد، این توانایی نیز دچار اختلال می‌شود، زیرا وضعیت نامطلوب چاکرا، ابعاد وجود ما را محدود می‌کند.

رؤیت و تفسیر هاله

مقدمه

در جهان هیچ چیز غیرطبیعی وجود ندارد، مگر درک محدود ما از طبیعت. آنچه فکر می‌کنیم می‌دانیم، تنها قطره‌ای ناچیز از اقیانوس دانش است.

در گذشته‌های دور، مردم به آنچه برایشان قابل توصیف نبود احترام می‌گذاشتند و آنها را معجزه می‌نامیدند. مدت‌ها قبل، مردم می‌توانستند هاله را ببینند. انسان‌های بسیار مقدس مانند بودا، مسیح و شاگردان بلافصل آنها با هاله‌هایی طلایی در اطراف سرهایشان نقاشی می‌شدند، زیرا بعضی از هنرمندان عملاً قادر به دیدن هاله‌ها بودند. در استرالیا (کیمبرلی غربی) می‌توانید در غارها نقاشی‌هایی ما قبل تاریخی با قدمت هزاران سال پیش پیدا کنید، که انسانها را با هاله‌هایی طلایی تصویر کرده‌اند.

طبیعت، همه‌ی آن چیزی را که ما برای دیدن هاله نیاز داریم، به ما داده است. همه‌ی آنچه نیاز داریم، این است که بدانیم چگونه از حواس و آگاهی خود استفاده کنیم. اگر تلاش نکنید، هرگز قادر به دیدن هاله نخواهید شد. وقتی خودتان چیزی را می‌بینید، دیگر لازم نیست چشم بسته به دیگری اطمینان کنید. شما خواهید دانست، و دانشتان را برای یادگیری بیشتر بکار خواهید برد. بسیاری از انسان‌های بزرگ، از این موضوع گله داشته‌اند که: ما چشم داریم، اما نمی‌بینیم. بعداً در این متن به منظور آنها پی خواهید برد.

هر کس تا حدی توانایی دیدن هاله را دارد، به جای فرار دادن این توانایی در هاله‌ای از رمز و راز، تلاش ما در این جهت است که به همه نشان دهیم که چشم‌هایشان قادر به چه کارهایی هستند. از آنجا که همه از جمله کودکان، هاله را به یک گونه می‌بینند، ما معتقدیم، که این توانایی بخشی از طبیعت ما است، و ارزش توجه ما را دارد.

هاله چیست؟

هر چیز در جهان تنها یک نوسان است. هر اتم، هر قسمت از یک اتم، هر الکترون، هر ذره‌ی بنیادی، حتی افکار و آگاهی ما، همه نوسان هستند. ما می‌توانیم هاله را یک نوسان بدانیم، که هر موجود مادی را

احاطه کرده است. این تعریف برای مطالعه‌ی هاله کافی است، به شرط اینکه بتوانیم خود را به دیدن نوسان هاله عادت دهیم.

هاله‌ی اطراف موجودات زنده (انسانها، گیاهان، ...) در زمانهای مختلف تغییر می‌کند و گاهی این تغییر خیلی سریع رخ می‌دهد.

هاله اطراف موجودات غیر زنده (سنگها، بلورها، آب، ...) اصولاً ثابت است. حقایق بالا بدون هیچ تردیدی، توسط دانشمندان روسی که در پنجاه سال گذشته، با استفاده از « پدیده‌ی کرلیان » پیرامون هاله مطالعه کرده‌اند، اثبات شده است.

هاله‌ی اطراف انسان، تا حدی متشکل از امواج الکترومغناطیس است، که طیف امواج میکروویو، از مادون قرمز تا فرابنفش را در بر می‌گیرد. به نظر می‌رسد که امواج میکروویو، با فرکانس پایین و بخش مادون قرمز طیف (حرارت بدن)، مربوط به سطوح پایین فعالیت بدن ما هستند (ساختمان **DNA** ، متابولیسم، جریان خون و غیره). در حالی که بخش فرکانس بالا (فرابنفش)، بیشتر مربوط به فعالیت آگاهانه‌ی ما است، مانند: تفکر، خلاقیت، اراده، منش، و عواطف. دانشمندان روسی که در زمینه‌ی مطالعه‌ی هاله، سه دهه جلوتر از هر کس دیگر هستند، کشف کردند که با تأثیر بر هاله‌ی میکروویو **DNA**، می‌توان **DNA** انسان را تغییر داد. بخش فرکانس بالا (فرابنفش)، بسیار مهم و جالب و در عین حال بسیار ناشناخته است. این قسمت با چشم غیر مسلح قابل مشاهده است.



چرا باید هاله را ببینیم؟

رنگها و قدرت هاله، مخصوصاً در اطراف سر معنای خیلی مهمی در بر دارند. شما می‌توانید با مشاهده‌ی هاله‌ی یک شخص، عملاً افکار او را قبل از آنکه به زبان بیاورد ببینید، و اگر آنچه می‌بینید با سخنان او هماهنگی نداشته باشد، شما دروغ را نیز به روشنی مشاهده می‌کنید. هیچکس نمی‌تواند در حضور شما دروغ بگوید، بدون آنکه دروغش آشکار شود. هاله را نمی‌توان با دروغ و ظاهرسازی تغییر داد. هاله، سرشت و افکار واقعی ما را برای همه آشکار می‌کند.

هاله، امضای معنوی ما است. وقتی شما شخصی را با یک هاله پاک و درخشان می‌بینید، می‌توانید مطمئن باشید که او شخصی خوب و دارای روحی والاست، حتی اگر خود او فردی فروتن باشد یا از

خصوصیات خود آگاهی نداشته باشد. هنگامی که شخصی را با هاله‌ای خاکستری یا سیاه می‌بینید می‌توانید مطمئن باشید که او فردی با افکار ناپاک است، هر چند که ظاهراً جذاب، خوش سخن، فرهیخته، خوش ظاهر یا خوش لباس به نظر برسد. مخصوصاً بسیار مهم است که هاله هر استاد معنوی، پیر یا مرشد را بررسی کنید. چنین شخصی باید هاله‌ای درخشان به رنگ زرد طلایی در اطراف سرخود داشته باشد. در غیر اینصورت بهتر است شما از پیروی او دست بردارید و به راه خود بروید.

پیوستن به فرقه یا گروهی که توسط افراد بی‌صلاحیت با هاله‌هایی نا مطلوب رهبری می‌شود، برای آگاهی شما بسیار خطرناک است. خطر کجاست؟ اگر زندگی خود را صرف پیروی از عقاید و آداب چنین گروه‌هایی کنید، هنگامی که نوبت به استفاده واقعی از اطلاعاتی که در این دوران در آگاهی خود ذخیره کرده‌اید می‌رسد، ممکن است تقریباً هیچ چیز مفیدی در ذهنتان وجود نداشته باشد. در چنین موقعیتی لازم است که همه چیز را از اول دوباره بیاموزید. اکثر رؤسای فرقه‌ای و سیاسی تنها به دو چیز فکر می‌کنند: پول و قدرت برای کنترل مردم و شما می‌توانید خودتان این را در هاله آنها ببینید؛ تصور کنید که اگر بسیاری از مردم بتوانند هاله‌های رؤسای خود را ببینند و شروع به انتخاب آنها بر اساس هاله‌هایشان کنند، زمین چه تغییری خواهد کرد!

با بررسی هاله می‌توان اختلالات عملکرد بدن (بیماریها) را خیلی قبل از بروز علائم فیزیکی تشخیص داد. با کنترل آگاهانه هاله‌ی خود، عملاً می‌توانید خود را شفا دهید. به هر حال بهبود جسم فیزیکی، در مقایسه با آنچه دیدن و مطالعه‌ی هاله‌ها می‌تواند در جهت ارتقای آگاهی، تکامل معنوی و افزایش دانسته‌های ما از طبیعت انجام دهد، هیچ است. هرکس هاله‌ای دارد، اما اکثر مردم روی زمین هاله‌هایی بسیار ضعیف و کدر دارند. این، پیامد مستقیم نگرش مادی‌گرایانه‌ی آنها در طول زندگی است، که مانع تکامل آگاهی می‌شود و احساسات منفی از قبیل ترس، رشک و حسد را پرورش می‌دهد. این طرز نگرش، طبیعت واقعی انسانها را سرکوب می‌کند و به این ترتیب هاله‌ی آنها هم سرکوب می‌شود.

وقتی دیدن هاله را یاد می‌گیرید، خود را برای یک پرسش خیلی سخت آماده کنید: «می‌توانی به من بگویی هاله‌ی من چگونه است؟»، و همچنین موقعیت دشواری که شما هیچ هاله‌ای نمی‌بینید یا چیزی می‌بینید که نمی‌خواهید درباره آن صحبت کنید. یکی از بهترین پاسخهایی که ما پیدا کرده‌ام این است: «چرا خودتان دیدن هاله را یاد نمی‌گیرید؟» و این یکی از مهمترین علت‌هایی است که ما مشاهده‌ی هاله به مردم یاد می‌دهیم.

اگر مردم بدانند که هاله‌شان در معرض دید است و افراد بسیاری می‌توانند آن را ببینند، مواظب افکارشان خواهند بود و سعی خواهند کرد، هاله‌ی خود را ببینند و اصلاح کنند. بر اثر این تلاش آنها بهتر و خردمندتر خواهند شد و خواهند توانست افکار و اهداف سایرین را دریابند. اگر هم‌هی مردم بتوانند هاله‌ها را ببینند و تفسیر کنند، دنیا حتماً بسیار بهتر از آنچه هست، خواهد شد.

کودکان و هاله‌ها

کودکان تا سن پنج سالگی بطور طبیعی هاله‌ها را می‌بینند. نوزادان هر گاه با شخصی روبرو می‌شوند، اغلب بالای سر او را نگاه می‌کنند. اگر رنگ هاله‌ای را که بالای سر آن شخص می‌بینند، دوست نداشته باشند، یا اگر این رنگ با رنگ هاله والدینشان خیلی متفاوت باشد، گریه می‌کنند؛ اهمیتی ندارد که آن شخص چقدر خنده‌رو باشد.

کودکان هاله‌هایی بسیار تمیز و قوی‌تر از اکثر بزرگسالان دارند، زیرا بزرگسالان معمولاً اسیر دنیای مادی هستند و فطرت خود را با چیزهای سطحی سرکوب می‌کنند. وقتی من به پسر 12 ساله‌ام یاد دادم که هاله‌ی خود را ببیند، او به من گفت که وقتی کوچک بود اکثر اوقات می‌توانست هاله‌ها را ببیند، اما هیچ کس به این توانایی او توجه نکرده بود. بنابراین او فکر کرده بود که این موضوع اهمیتی ندارد و احتمالاً اشکالی در بینایی او وجود دارد. نظیر این داستان زیاد اتفاق می‌افتد. به نظر من بچه‌ها باید دیدن و تفسیر هاله‌ها را یاد بگیرند. در این صورت آنها این توانایی خدادادی را از دست نخواهند داد.



چشمان ما

چشمان ما می‌تواند دامنه‌ی بسیار کمی از فرکانسهای ارتعاشی الکترومغناطیسی با طول موج 0/3 تا 0/7 میکرومتر (از بنفش تا سرخ) را ببیند. ما ترکیبی از فرکانسهای ارتعاشی این محدوده را به صورت رنگ مشاهده می‌کنیم این ترکیب را می‌توان با ثبت طیف نور بوسیله دستگاههای مخصوصی به نام اسپکتروفتومتر به دقت اندازه‌گیری کرد.

رنگهایی که توسط چشمان ما مشاهده می‌شوند، تنها ادراکی ناقص از واقعیتی به مراتب پیچیده‌تر است. (نوسان پیچیده‌ی نور و همچنین سایر نوسانها). برای توصیف این موضوع باید طیف نور و چگونگی درک رنگ را توسط چشمانمان توضیح دهیم.

روش دیدن هاله: توسعه‌ی دید هاله‌ای

برای دیدن هاله باید:

- ۷ حساسیت چشمان خود را افزایش دهیم.
- ۷ دامنه‌ی نوسانهای قابل مشاهده را، برای نور مرئی گسترش دهیم.
- برای انجام موفقیت آمیز موارد بالا باید:
- ۷ دید محیطی خود را مورد استفاده و تمرین قرار دهیم.
- ۷ تماس خود را با نور افزایش دهیم.
- ۷ فرآیند حس بینایی را در مغز تقویت کنیم؛ ارتباط بین نیمکره‌های راست و چپ مغز را تقویت کنیم.

دید محیطی

چرا باید از دید محیطی خود استفاده کنیم؟ شبکه‌ی ما (صفحه‌ی کانونی چشم که حاوی سلولهای بینایی است)، در بخش محیطی کمتر از بخش مرکزی صدمه دیده است. بخش مرکزی شبکه، همیشه مورد استفاده است و در طول سالها به علت تماس با نورهای شدید و یا مصنوعی (تلویزیون، کامپیوتر و غیره) دچار صدمات متعدد شده است. از سوی دیگر ما دید مرکزی خود را طی این مدت طولانی به روشهای خاص استفاده، عادت داده‌ایم.

توجه کنید که بچه‌های خردسال، هاله‌ها را بسیار آسانتر می‌بینند. زیرا دید مرکزی آنها هنوز دچار صدمه نشده است. با ورود به مدرسه، آنها وادار می‌شوند که بینایی خود را به روش خاصی به کار ببرند، و به تدریج دید هاله‌ای طبیعی خود را از دست می‌دهند.

افزایش تماس

هنگامی که می‌خواهیم از یک منظره‌ی کم نور عکس بگیریم، باید زمان نوردهی فیلم را افزایش دهیم. با خیره شدن به یک نقطه برای مدت 30 تا 60 ثانیه می‌توانیم همین کار را برای چشم‌هایمان انجام دهیم.

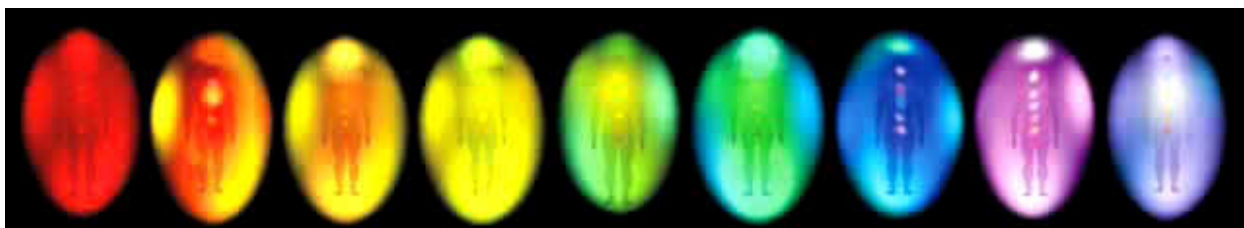
هنگامی که چشمان ما حرکت می‌کنند، یا صحنه‌ای جلو چشمان ما حرکت می‌کند، چشم‌ها میانگینی از تصاویر را مشاهده می‌کنند (25 عکس تلویزیونی در هر ثانیه، به صورت یک حرکت پیوسته دیده می‌شود). وقتی ما روی یک نقطه تمرکز می‌کنیم، حساسیت چشمان خود را افزایش می‌دهیم، زیرا نور ورودی به چشم‌ها را به حد متوسط رسانده اثر آن را افزایش می‌دهیم.

سلولهای حساس به نور شبکه (سلولهای مخروطی سرخ ، سبز و آبی) مانند حس‌گرهای نوسانی عمل می‌کنند، درست مانند سه گیرنده‌ی رادیویی که برای دریافت سه رنگ تنظیم شده‌اند. وقتی می‌خواهید یک آونگ را با دامنه‌ای وسیع به نوسان در آورید، می‌توانید این کار را با نیرویی ضعیف اما مداوم انجام دهید. شما با تمرکز چشمان خود روی یک نقطه، دقیقاً چنین کاری را انجام می‌دهید؛ شما می‌توانید با تحریک مختصر، به تدریج سلولهای حساس به نور شبکه‌ی خود را به نوسانی قابل توجه در آورید، که منجر به درک یک احساس بینایی در مغز می‌شود.

تمرین تمرکز (1)

شکل 1 را در مقابل خود در فاصله 1.5 متر قرار دهید حدود 30 ثانیه به نقطه‌ی سیاه رنگ نگاه کنید و نقاط رنگی را با دید محیطی ببینید.

اگر دقت کنید می‌بینید که نواحی رنگی، با هاله‌ای به رنگ دیگر احاطه شده‌اند. هنگامی که حس‌گرهای محیطی برای مدتی تحریک می‌شوند، ما رنگها را به نحوی درک می‌کنیم، که تفاوت زیادی با زمانی که از دید مرکزی استفاده می‌کنیم، دارد. هر چه طولانی‌تر تمرکز کنید، حساسیت شما افزایش یافته، هاله‌ی اطراف نواحی رنگی، روشن‌تر دیده می‌شود. دیروز شما می‌توانستید ساعتها به این عکس نگاه کنید و هیچ چیز نبینید. تمرکز روی یک نقطه به مدت کافی، کلید موفقیت شما است. این تمرین به جز دیدن هاله، با آگاه کردن شما از توانایی‌های اختصاصی حس بینایی و ادراکتان، اصول مشاهده‌ی هاله‌ی انسان را به شما آموزش می‌دهد.



(1)

تمرین تمرکز (2)

این تمرین برای تقویت ارتباط بین دو نیمکره‌ی مغز به شما کمک می‌کند و در نتیجه قدرت فرآیند لازم را برای دیدن هاله افزایش می‌دهد. شکل 2 را روبروی خود در فاصله‌ی حدود یک متری قرار دهید. دستتان را چنان به جلو دراز کنید که یکی از انگشتان زیر دایره‌ها و بین آنها قرار گیرد. نوک انگشتان را نقطه‌ی تمرکز قرار دهید و به دایره‌ها توجه نکنید. در این مرحله باید چهار دایره ببینید. سپس سعی کنید دو دایره‌ی وسط را بر هم منطبق کنید و آنها را به صورت یک دایره با یک صلیب سفید رنگ در نوک انگشت خود در وسط دو دایره‌ی اولیه ببینید. دیدن صلیب نشانه‌ی این است که نیمکره‌ی چپ مغز (که به چشم راست متصل است) با نیمکره‌ی راست مغز (که به چشم چپ متصل است) ارتباط برقرار می‌کند.



(2)

این تمرین بسیار مفید است: انجام آن به مدت پنج دقیقه، انرژی حیاتی شما را دو برابر می‌کند و قدرت شفابخشی بدن را ارتقا می‌دهد. صلیب در ابتدا بی‌ثبات به نظر می‌رسد و شکل ثابت نمی‌گیرد. فاصله‌ی بین چشمها و انگشت خود را کم و زیاد کنید، تا یک صلیب کامل و ثابت ببینید. شما پس از 3 تا 5 دقیقه از این تمرین، سود قابل توجهی خواهید برد. مخصوصاً اگر تا حد امکان پلک نزنید. البته به نظر می‌رسد که زمان طولانی برای انجام این تمرین 45 دقیقه است، که توانایی‌های ذهنی و هاله‌ای شما را به میزان قابل توجه افزایش می‌دهد.

بر اساس تجربیات من بهتر است این تمرین را در ابتدا با یک تا دو دقیقه شروع کنید و به تدریج در هر هفته مدت تمرین را افزایش دهید. به نظر می‌رسد که تمرکز کوتاه و عمیق، بهتر از تمرکز طولانی است، که به علت کمبود مهارت مرتباً قطع شود.

به تدریج با تمرین بیشتر شما خواهید توانست صلیب را بدون استفاده از انگشت ببینید و در میدان دید خود نگه دارید. در هنگام دیدن صلیب، سعی کنید با استفاده از دید محیطی خود از دو دایره‌ی دیگر و سایر چیزهای اطراف نیز آگاه باشید. شما باید رنگهای هاله‌ای اطراف دایره‌های رنگی بالا را با دید محیطی خود ببینید. هر گاه بتوانید بدون گم کردن صلیب (و تمرکزتان) با استفاده از دید محیطی خود چیزهای اطراف را تجزیه و تحلیل کنید، آنگاه برای مشاهده و تفسیر هاله‌ها آماده‌اید.

سطوح پیشرفته‌ی تمرکز

به نظر می‌رسد که یکی از فطره‌های صلیب جلوی دیگری قرار دارد. این موضوع نشان می‌دهد که یکی از نیمکره‌های مغز شما بر دیگری غالب است. مردان معمولاً قطر افقی را جلوی قطر دیگر می‌بینند (نیمکره‌ی چپ غالب است)، و زنان معمولاً قطر عمودی را جلوتر می‌بینند (نیمکره‌ی راست غالب است).

سعی کنید با تمرکز، قطر « پنهان » را تا حد ممکن جلو بیاورید. سطح نهایی تمرکز، زمانی بدست می‌آید که بتوانید صلیبی کاملاً متعادل ببینید، که هر چهار بازوی آن وضوح یکسان داشته باشند، در نتیجه بین دو نیمکره‌ی مغز شما تعادل کامل برقرار باشد. در این مرحله بسیاری از افراد نتایج شگفت‌آوری را تجربه می‌کنند. ابتدا، تمرکز بسیار عمیق‌تر می‌شود. سپس بعد از 2 تا 3 دقیقه به نظر می‌رسد که دید خود را از دست می‌دهید، و زمینه‌ی روشن به رنگ ارغوانی یا صورتی تیره در می‌آید. حساسیت و آگاهی شما به شدت افزایش پیدا می‌کند، و همه‌ی احساسات و عواطف متوقف می‌شوند. بعضی معتقدند که پوشیدن « پیراهن چاکرا » این تمرکز را به مراتب بیشتر می‌کند، و تجربیات من هم این موضوع را تأیید می‌کند.

تمرینهای بیشتر برای تمرکز

رنگها و هاله‌ی آنها

در تمرینهای 1 و 2 دیدیم که رنگهای واقعی بوسیله‌ی هاله‌هایی با رنگهای متفاوت احاطه شده‌اند. رنگهای هاله‌ها اتفاقی نیستند. فهرست زیر، رنگ هاله‌ی هر یک از رنگهای خالص رنگین کمان (رنگهای مونوکروم یا تک رنگ) را نشان می‌دهد:

- × رنگ قرمز، هاله‌ی سبزآبی و رنگ سبزآبی هاله‌ی قرمز دارد.
- × رنگ نارنجی، هاله‌ی آبی و رنگ آبی هاله‌ی نارنجی دارد.
- × رنگ زرد، هاله‌ی بنفش و رنگ بنفش هاله‌ی زرد دارد.
- × رنگ سبز، هاله‌ی صورتی و رنگ صورتی هاله‌ی سبز دارد.

فهرست بالا برای رنگهای میانه (ترکیبی) نیز قابل استفاده است، مثلاً رنگ زرد - سبز هاله‌ی صورتی - بنفش دارد. توجه داشته باشید که جفت رنگهای هاله‌ای با جفت رنگهای مکمل تفاوت دارند و از «چرخه‌های رنگ» و «فضاهای رنگ» که در عالم مادی از دیدگاه علمی و هنری تعریف می‌شوند، مجزا هستند. بچه‌ها می‌توانند تأیید کنند که جفت رنگهای هاله‌ای که در بالا بیان شدند، واقعی هستند.

نگاهی دقیق به اطراف، به شما ثابت خواهد کرد که طبیعت شیفته‌ی جفت‌های هاله‌ای است. می‌توانید مطمئن باشید که هر پرده‌ی قرمز رنگ در بدن خود بخشهایی به رنگ سبزآبی نیز دارد. همین رابطه بین جفت رنگهای آبی - نارنجی، زرد - بنفش، و صورتی - سبز نیز وجود دارد؛ نه تنها در پرندگان بلکه در ماهی‌ها، پروانه‌ها، گلها و هر چیز که طبیعت رنگ آمیزی کرده است همین حالت دیده می‌شود. گاهی به جای جفت هاله‌ای یکرنگ، رنگ مناسب دیگری را مشاهده می‌کنید. آیا توجه کرده‌اید که اکثر گل‌هایی که روی درختان می‌رویند و بوسیله‌ی برگ‌های سبز احاطه شده‌اند به رنگ بنفش، صورتی، ارغوانی، یا قرمز هستند؟ جفت رنگهای هاله‌ای در طبیعت بسیار برانگیزاننده هستند و اغلب بیننده را غرق احساس زیبایی و شادی می‌کنند.

شما باید جفت رنگهای هاله‌ای را بشناسید و به خاطر بسپارید. چرا؟ زیرا اگر شما هاله‌ای صورتی رنگ در اطراف شخصی که لباسی به رنگ سبز روشن به تن دارد مشاهده کنید، به احتمال قوی آنچه می‌بینید هاله‌ی لباس است نه هاله‌ی آن شخص.

مشاهده‌ی هاله

این تمرین به این منظور طراحی شده است که هاله را برای اولین بار مشاهده کنید، و یا دیدن هاله را تمرین کنید. انتخاب شرایط مناسب مهم است، زیرا نه تنها هاله را بهتر می‌بینید، بلکه بهتر می‌توانید به آنچه می‌بینید اعتماد کنید.

1- از شخص مورد مطالعه بخواهید که روبروی یک زمینه سفید و ساده با نوردهی بسیار ملایم بایستد. یک زمینه رنگی، رنگهای هاله را تغییر می‌دهد و در نتیجه شما به دانش بیشتری درباره‌ی ترکیب رنگها نیاز پیدا می‌کنید. ترکیب رنگهای زمینه و هاله گاهی می‌تواند در تفسیر رنگ هاله مشکل ایجاد کند.

- 2- نقطه‌ای را برای نگاه کردن انتخاب کنید. وسط پیشانی نقطه‌ی مناسبی است. این نقطه، محل چاکرای پیشانی یا چشم سوم است. در بعضی از فرهنگها (در هند) در این محل علامتی می‌گذارند. در زمان قدیم چنین علامتی بیننده را دعوت به نگاه کردن و مشاهده‌ی هاله می‌کرده است.
- 3- برای مدت 30 تا 60 ثانیه یا بیشتر به این نقطه نگاه کنید.
- 4- بعد از 30 ثانیه، در حالی که هنوز به همان نقطه نگاه می‌کنید، محیط اطراف را با دید محیطی خود بررسی کنید. ادامه‌ی تمرکز بسیار مهم است. در برابر وسوسه نگاه کردن به اطراف مقاومت کنید. شما باید ببینید که زمینه‌ی اطراف شخص روشنتر و دارای رنگی متفاوت با قسمت‌های دیگر زمینه است. این ادراک شخصی شما از هاله است. هر چه تمرکز شما طولانی‌تر باشد، هاله را بهتر خواهید دید. به یاد داشته باشید که تمرکز روی یک نقطه با تجمع اثر نوسان هاله در چشم شما حساسیت را افزایش می‌دهد.
- 5- اکثر تمرین‌های پیشرفته‌ی مشاهده‌ی هاله، در تاریکی کامل انجام می‌شوند، اما نیاز به ساعتها تمرکز و تمرین‌های منظم و اصولی دارند.

یک عکس فوری از یک هاله

بعد از تمرکز به مدت کافی و در حال دیدن هاله، چشمانتان را ببندید. برای یک یا دو ثانیه فقط هاله را خواهید دید. آماده باشید، شما فقط یکی دو ثانیه فرصت دارید و پس از آن سلول‌های حساس به نور از نوسان باز می‌ایستند و ارسال پیام‌های بینایی به مغز متوقف می‌شود. اگر این فرصت کوتاه را از دست بدهید، ناچارید دوباره تمرکز را آغاز کنید. سعی کنید بفهمید که باید با چه سرعتی چشمانتان را ببندید.

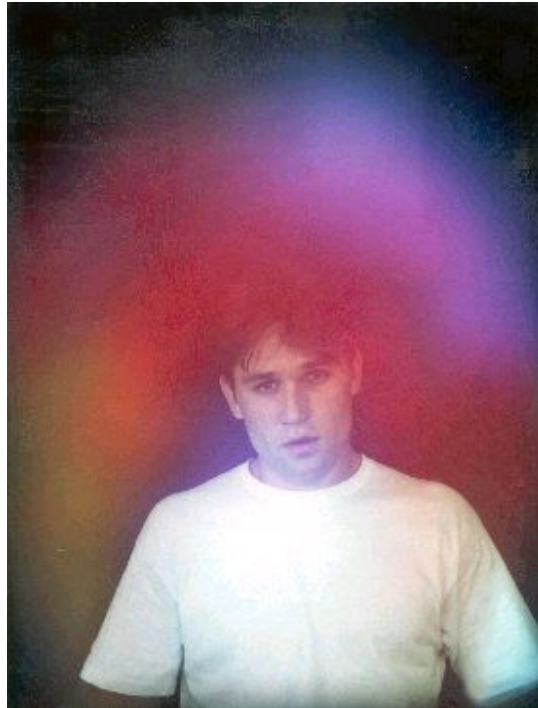
مشاهده‌ی هاله‌ی دیگران

بهترین روش این است که مستقیماً به چاکرای پیشانی (چشم سوم یا چشم عقل، که به فاصله 1/5 سانتی متر بالای بینی، بین چشمها قرار دارد) نگاه کنید و برای حداقل 30 تا 60 ثانیه وضعیت ذهنی خود را در حالت تمرکز قرار دهید، که تکنیک آن در بالا توضیح داده شد. من با نگاه کردن به چاکرای گلو و قلب نیز همین نتایج را بدست آورده‌ام. به هر حال اگر شما روی سینه‌ی کسی تمرکز کنید، چنان غیر معمول به نظر می‌رسد که شخص مورد مطالعه معمولاً بسیار معذب می‌شود. وقتی به چاکرای پیشانی کسی نگاه می‌کنید، عملاً می‌توانید گفتگو را نیز ادامه دهید.

در این مورد هم زمینه‌ای با نور خیلی ملایم و بدون سایه بهترین نتیجه را می‌دهد. با تمرین بیشتر، هر زمینه‌ای با نور یکنواخت (مانند آسمان آبی) برای کار شما مناسب خواهد بود.

مشاهده‌ی هاله‌ی خود

روبروی یک آینه با اندازه‌ی مناسب به فاصله‌ی 1/5 متر از آینه بایستید. در آغاز کار بهتر است زمینه‌ی پشت سر شما سفید و ساده و بدون سایه باشد. نور محیط باید خیلی ملایم و یکنواخت باشد. دست‌ورهای بالا را برای دیدن هاله دنبال کنید. هر روز حداقل به مدت 10 تا 15 دقیقه تمرین کنید، تا حساسیت شما افزایش یابد و دید هاله‌ای شما پیشرفت کند.



دید هاله‌ای و پس تصویرها

یکی از سنوآلهایی که اغلب در کلاسهای هاله شناسی پرسیده می‌شود، این است: «آیا چشمان من به من حقه می‌زنند؟» جواب منفی است. شما فقط یاد گرفته‌اید که به آنچه چشمانتان قادرند انجام دهند، توجه کنید. حسگرهای نور در چشم ما (سرخ، سبز و آبی)، حسگرهای نوسان هستند، که دارای حافظه‌اند. اهمیت حافظه در این است که آنها می‌توانند تا چند ثانیه پس از قطع تحریک بینایی به نوسان ادامه دهند.

حافظه‌ی تحریک بینایی اغلب به عنوان پس تصویر درک می‌شود. پس تصویرها شکلی دقیقاً یکسان با تصاویر اصلی دارند. پس تصویر جسمی که بوسیله‌ی هاله‌اش احاطه شده است، بزرگتر از تصویر اصلی است. افزایش اندازه‌ی پس تصویر، ناشی از نوسان هاله است و عملاً نشان دهنده‌ی یک عکس فوری از یک هاله است. بنابراین خیلی مهم است که هنگام تماشای هاله، روی یک نقطه تمرکز کنیم و در برابر وسوسه‌ی تغییر نقطه‌ی تمرکز تسلیم نشویم، در غیر این صورت تصویر هاله با پس تصویر جسم اشتباه خواهد شد.

معنی هاله و رنگهای آن

هاله، بازتاب ماهیت واقعی ما در هر لحظه است. در اینجا لازم است منظور خود را از «ماهیت واقعی» و اینکه چرا برای کشف آن قدری تلاش لازم است، بیان کنیم. در جوامع ما بر سمبولها، کلیشه‌ها، عادت‌ها، آداب و رسوم، رفتارهای سطحی، ظاهرسازی، پیروی از دیگران و تسلیم بی قید و شرط در برابر دیگران تأکید می‌شود. تعلیم و تربیت ما، عمیقاً بر پایه‌ی دیدگاهها و انتظارات افرادی است، که سعی می‌کنند بر مردم تسلط پیدا کنند.

هنگامی که ما همه‌ی عادت‌ها، کلیشه‌ها، آداب و رسوم، ظاهرسازیها، و رفتارهای سطحی خود را تشخیص می‌دهیم و کنار می‌گذاریم، و کاملاً آگاه، طبیعی و آزاد می‌شویم، آنچه باقی می‌ماند ماهیت واقعی ما است. بعضی از مردم چنان به آداب و عادات خود چسبیده‌اند، که کشف ماهیت واقعی‌شان اگر غیر ممکن نباشد، بسیار مشکل است. تنها راه دستیابی به یک بصیرت فوری پیرامون شخصیت این

افراد، تماشای هاله آنها است، زیرا هاله ماهیت واقعی آنها را از ورای پوشش رفتارهای سطحی نشان می دهد.

به طور کلی، هر چه هاله رنگین تر، واضح تر، و روشن تر باشد، صاحب آن دارای شخصیتی بهتر و روحی والاتر است. همچنین هر چه پراکندگی انرژی در هاله یکنواخت تر باشد، آن شخص سالمتر و متعادل تر است. پراکندگی انرژی در هاله، می تواند به عنوان یک ابزار تشخیصی قوی در پزشکی مورد استفاده قرار گیرد، البته معمولاً به تجهیزات پیچیده نیز نیاز است.

هاله ما همه بدن را احاطه کرده است، اما تفسیر رنگهایی که توضیح داده می شود، فقط به هاله ای اطراف سر مربوط است. معانی رنگهای هاله اطراف سر، که توضیح داده می شود، در متون تخصصی مورد اشاره و تایید قرار گرفته است. وقتی دیدن هاله را به خوبی یاد گرفتید، می توانید خودتان صحت آن را با تمرکز روی افکار خاص هنگام تماشای هاله خود، یا بیان افکار دیگران در هنگام مشاهده هاله آنها تحقیق کنید.

مردم معمولاً در هاله ای خود یک یا دو رنگ غالب دارند. این رنگها (یا جفت هاله ای آنها) به احتمال قوی، رنگهای مورد علاقه آنها هستند. علاوه بر رنگهای غالب، هاله، افکار، احساسات و آرزوها را هم منعکس می کند که به صورت نقاط درخشان، ابرها یا شعله هایی، معمولاً با قدری فاصله از سر، به چشم می خورند. مثلاً یک برق (درخشش) نارنجی رنگ در هاله، نشانگر فکر یا علاقه به اعمال قدرت و کنترل دیگران است. نارنجی به عنوان یک رنگ غالب، نشان دهنده قدرت و توانایی کنترل مردم است. برقهایی که به سرعت تغییر می کنند، نشان دهنده افکاری هستند که به سرعت تغییر می کنند.

معنای رنگهای خالص و روشن هاله

(رنگهای رنگین کمان؛ رنگهای روشن، درخشان و تک رنگ)

ارغوانی: نشان دهنده افکار معنوی است. ارغوانی هرگز به صورت رنگ غالب در هاله دیده نمی شود، بلکه فقط به صورت ابرها یا شعله هایی گذرا دیده می شود و نشان دهنده افکاری واقعاً معنوی است.

آبی: وجود متعادل، تحمل در زندگی، سیستم عصبی آرام، ارسال نیرو و انرژی. افرادی که دارای رنگ غالب آبی در هاله ای خود هستند، افرادی آرام و متعادل هستند که آماده اند حتی در غاری زندگی کنند و زنده بمانند. آنها با تحمل زیاد و قدرت بقا متولد می شوند. تفکر آبی، تفکری است درباره ای آرامش سیستم عصبی و کسب تعادل ذهنی، یا درباره ای بقا و تحمل شرایط سخت. هنگامی که فرد در حال دریافت یا ارسال انرژی یا تله پاتی است، رنگ آبی درخشان می تواند هر رنگ دیگر را در هاله، تحت الشعاع خود قرار دهد. مثلاً «میشل دس مارکوئت» مؤلف «پیشگویی تیاوبا» اغلب در سخنرانی هایش هاله ای با رنگ آبی درخشان دارد، مخصوصاً هنگامی که به سؤالی حاضران پاسخ می دهد.

سبز آبی: نشان دهنده کیفیت پویای زندگی، شخصیت پرانرژی، قدرت فرافکنی، و تحت تاثیر قرار دادن دیگران است. افرادی که رنگ سبز آبی در هاله ای آنها غالب است، می توانند کارهای زیادی را همزمان انجام دهند، و قدرت سازمان دهی قابل توجهی دارند. این افراد وقتی مجبور باشند روی یک موضوع تمرکز کنند، احساس خستگی و کسالت می کنند. مردم، عاشق رؤسای با هاله های سبز آبی هستند، زیرا چنین رؤسای به جای اینکه فقط دستور بدهند، اهدافشان را بیان می کنند و به این ترتیب در گروه خود بهتر نفوذ می کنند. تفکر سبز آبی، تفکری است پیرامون سازمان دهی و تاثیر بر دیگران.

سبز: آرامش، تعدیل انرژی، قدرت طبیعی شفابخشی. همهی شفادهندگان ذاتی، این رنگ را در هاله ای خود دارند. افرادی که رنگ سبز در هاله ای آنها غالب است، شفادهندگان ذاتی هستند. هر چه رنگ سبز در هاله قوی تر باشد، فرد، شفادهنده بهتری است. این افراد، عاشق باغبانی نیز هستند و معمولاً «

دستی سبز» دارند، همه چیز برای آنها می‌روید. بودن در کنار فردی با هاله‌ی سبز و قوی، تجربه‌ای بسیار آرامش‌بخش است. تفکر سبز، نشانگر حالت آرامش و شفابخشی است.

زرد: شادی، آزادی، عدم وابستگی، پخش کردن نیروهای حیاتی. افرادی که هاله‌ی زرد و درخشان دارند، سرشار از شادی درونی هستند، بسیار بخشنده‌اند و به هیچ چیز وابستگی ندارند. هاله‌ی زرد رنگ در اطراف سر، نشان‌دهنده‌ی تکامل بالای روحی است. این امضای یک استاد معنوی است. از کسی که چنین هاله‌ای ندارد، انتظار تعلیمات معنوی نداشته باشید. بودا و مسیح، هاله‌های زرد رنگی در اطراف سر داشتند، که تا بازوهایشان امتداد داشت. امروزه در روی زمین به ندرت می‌توان هاله‌ای بزرگتر از یک اینچ (2/5 سانتی‌متر) پیدا کرد. هاله‌ی زرد رنگ، نتیجه‌ی فعالیت بالای چاکرای پیشانی است (که افراد زیادی در کلاسهای هاله می‌توانند آن را با درخشش بنفش مشاهده کنند). افراد دارای شخصیت والای معنوی، چاکرای پیشانی خود را در طول سالها فعال نگه می‌دارند، زیرا همیشه در ذهن خود افکاری عمیق و معنوی دارند. وقتی این چاکرا در حال فعالیت بالا مشاهده می‌شود هاله‌ای زرد رنگ (جفت هاله‌ای رنگ بنفش) اطراف آن پدید می‌آید که تمام سر را احاطه می‌کند. تفکر زرد نشانگر شادمانی، رضایت و خرسندی است.

نارنجی: ترقی و تعالی اخلاقی و معنوی، جاذبه و الهام. نارنجی نشانه قدرت است. توانایی و یا تمایل به کنترل دیگران. هرگاه نارنجی رنگ غالب هاله می‌شود، معمولاً در کنار رنگ زرد قرار می‌گیرد و با مشارکت آن رنگ طلایی را پدید می‌آورد که نه تنها نشانگر یک استاد معنوی است، بلکه بر یک استاد قدرتمند معنوی دلالت می‌کند، شخصی با توانایی‌های منحصر به فرد. تفکر نارنجی، تفکری است پیرامون اعمال قدرت و تمایل به کنترل دیگران.

سرخ: افکار مادی، افکاری پیرامون جسم فیزیکی. رنگ غالب قرمز در هاله، نشانگر افراد مادی‌گرا است.

صورتی (= ارغوانی + سرخ): عشق معنوی. برای پدید آوردن صورتی روشن و تمیز، باید رنگ ارغوانی بالاترین فرکانسی که می‌بینیم) و سرخ (پایین‌ترین فرکانس) را ترکیب کنیم. هاله‌ی صورتی نشان می‌دهد که شخص به تعادل کامل بین آگاهی معنوی و وجود مادی دست یافته است. تکامل یافته‌ترین افراد، نه تنها هاله‌ای زرد رنگ اطراف سر خود دارند، بلکه یک هاله‌ی بزرگ صورتی نیز دارند، که تا مسافتی زیاد گسترش یافته است. رنگ صورتی در هاله، در روی زمین نادر است و تنها به صورت یک فکر گذرا ظاهر می‌شود، نه یک رنگ غالب در هاله.

معنی رنگهای کدر:

رنگهایی که تیره‌تر از زمینه به نظر می‌رسند و بیشتر شبیه دود هستند

تادرخشش

قهوه‌ای: نا آرامی، آشفتگی، مادی‌گرایی، نفي معنویت.

خاکستری: افکار تیره، افسردگی، نيات مبهم، بروز جنبه تیره شخصیت.

خردلی: درد، ناراحتی، خشم.

سفید: بیماری شدید، تحريك مصنوعی (اثر داروها). چرا رنگ سفید در هاله نشانه‌ی مشکلات است؟ رنگ سفید در واقع نوعی شلوغی و بی‌نظمی رنگها است نه هارمونی مجموعه‌ای از تک رنگها، بنابراین هاله‌ی سفید نشانگر فقدان هارمونی (نا هماهنگی) در بدن و ذهن است. طبیعت که ما قسمتی از آن هستیم، مجموعه‌ای هماهنگ است. این هماهنگی ناشی از هماهنگی مطلق و آهنگین نوسانها است،

که در فیزیکی کوانتومی مدرن تا حدی توصیف شده است. چند ساعت قبل از مرگ، هاله سفید می‌شود و وضوح آن به شدت افزایش می‌یابد. توجه داشته باشید که در اکثر فرهنگ‌ها رنگ سفید نماد مرگ است (نه رنگ سیاه)، زیرا در گذشته مردم می‌توانستند عملاً هاله‌ی سفید قبل از مرگ را ببینند. به نظر می‌رسد که پیشینیان ما خیلی بیشتر از آنچه ما بتوانیم باور کنیم، می‌دانستند.

تقویت نوسان هاله و انرژی حیاتی شما

چیزهایی که می‌توانند هاله‌ی شما را به شدت تقویت کنند عبارتند از:

1- مدیتیشن (پاک کردن ذهن از هر فکر)

2- تمرکز (تمرین دیدن صلیب)

3- هماهنگ کردن هاله‌ی خود با محیط

هماهنگ کردن هاله‌ی خود با محیط

اگر ما فرکانسهای نوسانی (طیف رنگهای) آنچه می‌پوشیم را با فرکانسهای که بدن ما بطور طبیعی ساطع می‌کند (رنگ هاله) هماهنگ کنیم، ذهن و بدن ما حالت هارمونی منحصر به فردی را تجربه خواهد کرد. این کار مانند کوک کردن یک ساز است. صدایی که از یک ساز کوک نشده تولید می‌شود، اصواتی ناموزون است، نه یک قطعه موسیقی موزون و خوش آهنگ. اصولاً سه روش برای هماهنگ کردن هاله شما با محیط وجود دارد:

1- هماهنگ کردن محیط اطراف با رنگ غالب هاله: وقتی رنگ غالب هاله‌ی خود را بشناسیم، می‌توانیم سعی کنیم که محیط اطراف یا لباسهای خود را با هاله‌مان هماهنگ کنیم. اصلاح و هماهنگ ساختن دکوراسیون خانه با هاله‌ی ما، می‌تواند تحریک مثبتی برای روح باشد و از جنبه‌های مختلف باعث ارتقای سلامت شود. برای دستیابی به این هماهنگی باید از رنگ غالب هاله و یا از جفت رنگ‌های هاله‌ای استفاده کنیم. مثلاً اگر رنگ غالب هاله‌ی شما سبز است، باید در دکوراسیون خانه خود از رنگ‌های سبز و صورتی روشن استفاده کنید.

2- هماهنگ کردن محیط اطراف با فرکانسهای افکار: فرکانسهای افکار، در بخش مربوط به معنای رنگ‌های هاله توضیح داده شده‌اند. اگر شما درباره آرامش ذهن فکر می‌کنید (یک فکر آبی) محیط آبی رنگ، فکر شما را تقویت خواهد کرد. صبحگاه که از خانه خارج می‌شوید و آسمان آبی را می‌بینید، قبل از آن که فرصت کنید درباره‌ی هر چیز دیگر فکر کنید، احساس آرامش می‌کنید، زیرا نوسان آبی آسمان هم‌هنگی افکارتان را که در جهت آرامش ذهن هستند تقویت می‌کند. هنگامی که آسمان خاکستری است، افکار افسرده کننده قبل از این که متوجه شوید به سراغتان می‌آیند. حتماً توجه کرده‌اید که لباس جین آبی خیلی پرطرفدار است، چون در کسب آرامش ذهنی به ما کمک می‌کند. تلاش برای تبلیغ جین قهوه‌ای ممکن است کاملاً بی‌فایده باشد.

3- هماهنگ کردن پراکندگی فرکانس در سراسر بدن: این کار بالاترین میزان انگیزش طبیعی را ایجاد می‌کند، اما به لباسهایی با طراحی ویژه مانند «پیراهن چاکرا» نیاز دارد. نتیجه کار کاملاً مشابه طب سوزنی است. با این تفاوت که به جای سوزن‌ها از مجموعه 16 رنگ کلیدی استفاده می‌شود. پوشیدن این پیراهن، ظرف چند دقیقه باعث بهبود خارق‌العاده میدان انرژی حیاتی (هاله) فرد می‌شود. در همه‌ی موارد

استفاده از رنگهای روشن و خالص و تگ رنگ (رنگین کمان) مهم است. این رنگها می‌توانند روشن و ملایم باشند، اما پیراهن باید بطور مشخص دارای یک رنگین‌کمان خالص و هماهنگی نوسانها باشد.

عوامل سرکوب کننده‌ی هاله

چیزهایی که انرژی حیاتی (هاله) شما را به سرعت دچار کاهش، خفگی یا تغییر شکل می‌کنند عبارتند از:

1- ترس، استرس، اضطراب، تنفر، حسادت یا هر فکر یا احساس منفی دیگر

2- بحرانهای فیزیکی در بدن، مانند بیماریها، تحریکهای مصنوعی (داروها) و غیره. این عوامل می‌توانند بطور موقت انرژی هاله را افزایش دهند ولی بعد از آن شخص دچار افت انرژی می‌شود، این اثر شبیه بالا رفتن حرارت بدن شما در هنگام بیماری است. برای تشخیص چنین بحرانی باید بتوانید هاله را تفسیر کنید. چنین هاله‌ی تقویت‌شده‌ای به احتمال زیاد سفید خواهد بود.

3- لباسها و محیطی که با هاله‌ی شما تضاد دارند. لباسهای دارای رنگهای مات، به جای اینکه انرژی حیاتی شما را تقویت کنند آن را جذب می‌کنند. جالب است که بدانید، در زمین به طور کلی مردان صرف‌نظر از فرهنگ، نژاد و تغذیه، در سنین پایین‌تری نسبت به زنان می‌میرند. به نظر ما علت این است که مردان برای بیشتر مدت عمر خود از لباسهایی به رنگ سیاه یا خاکستری استفاده می‌کنند و به ندرت رنگهای دیگر را بکار می‌برند، زنان در لباسهای خود از رنگهای متنوع‌تری استفاده کرده، بطور مکرر آنها را تغییر می‌دهند. جالب است که در طبیعت، پرندگان نر اغلب رنگهای روشن‌تری نسبت به پرندگان ماده دارند، و عمرشان هم طولانی‌تر است. طبیعت همیشه به ما درس می‌دهد، و کاری که ما باید انجام دهیم این است که از طبیعت ایده بگیریم.

یک اثر فوری پوشیدن لباسهای خاکستری، سیاه یا قهوه‌ای این است که خستگی شما را تسریع می‌کنند. آیا توجه کرده‌اید که جوانان امروزه به مراتب مسن‌تر از آنچه هستند، به نظر می‌رسند؟

منطقی است که ما تا حد امکان از تمام عوامل بالا دوری کنیم. به سر بردن با هر یک از این عوامل به مدت طولانی، می‌تواند بر روح و هاله‌ی شما تأثیری پایدار بگذارد.

کالبد اثری

کالبد اثری اغلب با هاله اشتباه گرفته می‌شود. کالبد اثری مهمترین قسمت و به عبارت دیگر بخش جاودانه وجود ما است. زیرا آگاهی ما در آن نهفته است. هنگامی که کالبد فیزیکی ما می‌میرد، نوسان هاله متوقف می‌شود. کالبد اثری جاودانه است، دوره حیات آن حدود 10^{22} سال است، که تقریباً برابر با طول عمر جهان است. کالبد اثری، یک توده الکترونی حاوی حدود 4×10^{21} الکترون است. الکترونهای کالبد اثری ما دارای حافظه‌ای با ظرفیت عظیم هستند، و اطلاعات و هوشی را در برمی‌گیرند که همگی عملکردهای ذهن و بدن ما را کنترل می‌کنند. از جمله‌ی همه فرآیندهای بهبود را، اینها واقعیت‌هایی هستند که فیزیکدانان ما اکنون در حال کشف آنها هستند. کالبد اثری واقعیت وجود ما است. اگر وجود خود را به یک کامپیوتر تشبیه کنیم، کالبد فیزیکی ما سخت‌افزار این کامپیوتر است و با قسمت‌هایی مانند حس‌گرها، فرستنده‌ها، گیرنده‌ها و بخشهای کنترل تجهیز شده است، کالبد اثری الکترونی حاوی نرم‌افزار، حافظه، ذخیره داده‌ها و همچنین آگاهی و بالاخره اراده آزادانه کاربر است، که تصمیم می‌گیرد چه کند.

کالبد فیزیکی ما واحدی ناقص است و به آسانی بیمار می‌شود، زیرا ما هنوز آگاهی خود را تا حدی تکامل نداده‌ایم که بتوانیم کالبد فیزیکی خود را بهتر کنترل کنیم. هدف نهایی این است که بتوانیم فعالیت هر سلول بدن خود را آگاهانه کنترل کنیم و خصوصاً در هنگام نیاز آنها را بازسازی کنیم. در چنین حالتی ما همیشه جوان خواهیم ماند، و قادر خواهیم بود زمان و روش تغییر جسم فیزیکی خود را انتخاب کنیم. همچنین ما خواهیم توانست با آزادی کامل تصمیم بگیریم که در کالبد فیزیکی باشیم (که به عنوان ابزاری

برای کمک به دیگران لازم است)، یا به منبع آگاهی در کالبد اثری بیبندیم. تصور کنید که این آزادی چه لذت و تفریحی در بردارد. این یک رؤیا نیست، واقعیت است.

تنها دو عامل وجود دارد که می‌تواند به اطلاعات ذخیره شده در کالبد اثری صدمه بزند و ما را دچار لطمه‌های ماندگار کند: داروها و سر و صداها بلند.

تجربه‌ی مشاهده‌ی کالبد اثری خود

دو دستتان را چنان نگهدارید که انگشتان اشاره دو دست تقریباً یکدیگر را لمس کنند. بهتر است این کار را در برابر یک زمینه‌ی تیره و مات انجام دهید. زمینه‌ی سیاه از همه بهتر است. فضای بین انگشتان و اطراف آنها را نگاه کنید و توجه کنید که زمینه در نزدیک انگشتان شما، روشن‌تر دیده می‌شود. تابش متمایل به آبی، شفاف و کمی درخشان که مسئول این پدیده است، عملاً قسمتی از کالبد الکترونیکی اثری شما است. با به هم پیوستن دودست، شما یک مدار الکترونیک تشکیل می‌دهید که کالبد اثری را واضح‌تر می‌کند. شکل کالبد اثری، به کالبد فیزیکی شما وابسته است. بعضی از مردم کالبد اثری قوی و درخشانی دارند که 10 میلی‌متر یا بیشتر، فراتر از کالبد فیزیکی است. این کالبد در افراد سالم در روی زمین، به طور معمول در حد 2 تا 4 میلی‌متر در نظر گرفته می‌شود.

ساختار آگاهی

در سطح بالاتر آگاهی، کالبد اثری ما با «آگاهی برتر» یا «خود برتر» که به مراتب قوی‌تر و هوشمندتر است، ارتباط برقرار می‌کند. «خود برتر» همه‌ی احساسات ما را دریافت می‌کند و همه‌ی ادراکات ما را در کل زندگی ذخیره می‌نماید. علم پزشکی این ارتباط را بین کالبد اثری و خود برتر، به خوبی ثابت کرده است. این ارتباط، به صورت یک «تونل» بسیار پر سر و صدا است که به یک نور بی‌نهایت درخشان (خود برتر) ختم می‌شود. وقتی ما می‌میریم کالبد اثری ما (که خود واقعی ما است) از این تونل عبور می‌کند و ما با رسیدن به نور درخشان، به سعادت کامل و آگاهی مطلق دست پیدا می‌کنیم. این نور درخشان راه ورودی هسته‌ی خود برتر ما است. افراد بسیاری که یک «مرگ بالینی» را تجربه کرده‌اند، این ارتباط را با جزئیات کامل توصیف کرده‌اند. این تجربه چنان عمیق، کامل و گیراست و چنان با زندگی روزانه ما متفاوت است، که وقتی باز می‌گردیم بیشتر آن را فراموش می‌کنیم، همانطور که رؤیاهایمان را از یاد می‌بریم. خود برتر دارای 9 طبقه است، که هر یک قوی‌تر و روشن‌تر از قبلی است.

روشنایی «خودهای برتر» و صدای تونلهایی که به آنها ختم می‌شوند، مربوط به گفتگوهای روحانی بی‌شمار و دیرین، و به عبارت دیگر «نور و صدای آفرینش» است. بهترین فیزیکدانان ما قبول دارند که هر چیز در جهان، تنها یک نوسان است.

هدف بسیاری از تمرینهای مدیته‌ی یوگا، رسیدن به نور و سعادت (نیروانا، سامادهی،...) آگاهانه در هنگام زندگی است. اگر بتوانید بارها در طول زندگی خود به این «آگاهی برتر» حتی به مدت چند ثانیه دست پیدا کنید، از تیرگی جهل‌رهایی پیدا می‌کنید. شما شروع به درک چیزهایی می‌کنید که هرگز قادر به درک آنها نبوده‌اید. اغلب پس از تماس مستقیم با «خود برتر» شیوه‌ی زندگی گذشته دیگر برای شما جاذبه‌ای ندارد. پیروی از عادات، آداب و شیوه‌ی زندگی دیگران و وابستگی به مادیات، از آن پس برای شما بی‌معنا می‌شود. روح شما، کاملاً بیدار می‌شود.

فعال سازی چشم سوم

چشم سوم با اسامي مختلف از جمله چشم معرفت، چشم بصيرت، چشم دل، چشم درون، تيسراتيل و اجنا خوانده مي شود و جاگاه آن در كالبد اثيري و منطبق بر پيشاني در جسم فيزيكي است.

برخي دانشمندان اعتقاد دارند كه چشم سوم محلي براي دريافت ادراكات فراحسي، الهام و اشراق و وسيله اي براي ارتباط موجودات با يكدگر در جهان هستي مي باشد. از طريق اجنا مي توان با عوالم و موجودات ماورائي و همچنين با وراي ابعاد مكاني و زماني ارتباط برقرار ساخت. همچنين با كمك اجنا مي توان هاله ها را ديد.

براي رؤيت هاله، لازم است كه تمرينات باز كردن چشم سوم را انجام دهيد، تا چشم سوم خود را تحريك کرده، قدرت گيرندگي آن را افزايش دهيد. اين كار شما را قادر مي سازد كه انرژي اطراف سوژه را دريافت كنيد. البته بدون انجام اين كار هم ديدن هاله ي تگرنگها ممكن است، اما اگر چشم سوم شما تحريك و باز نشده باشد، ديدن هاله ي يك موجود زنده بسيار مشكل خواهد بود.

به ياد بياوريد كه وقتي خيلي خيلي خسته و كاملاً فرسوده ايد چه حالي داريد؟ به ياد بياوريد كه چه احساس سي داريد وقتي براي روزها نخوابيده ايد و به سختي مي توانيد چشمهايتان را باز نگه داريد؟ به ياد بياوريد كه چه احساس سي داريد وقتي چشمهايتان دست از تلاش براي بسته شدن بر نمي دارند؟ به ياد بياوريد كه چه حالي داريد وقتي كه با چشمهايتان مي جنگيد تا آنها را باز نگه داريد؟

تجسم اين حالتها با تمرکز و توجه كامل، در شما احساس سي برمي انگيزد، مانند اينكه تلاش مي كنيد يك پرده ي خيالي سنگين را از پشت چشمهايتان بلند كنيد. در چنين حالي ماهيچه هاي چشمهايتان خوب پاسخ نمي دهند، بنابراين كار شما تقريباً بطور كامل ذهني است.

چند لحظه صبر كنيد تا اين حالت را به خوبي مجسم كنيد. كوشش براي باز نگه داشتن چشمان خسته، يك تحريك ذهني قوي در چشم سوم ايجاد مي كند و به تدريج باعث باز شدن آن مي شود. اما چگونه؟

اين فعاليت گشايشي ذهن، آگاهي جسمي شما را در محل چشم سوم متمرکز مي كند. هنگامی كه آگاهي جسمي شما در يك قسمت از بدنتان متمرکز مي شود و شما آن ناحيه را تحت نفوذ ذهني خود قرار مي دهيد، كالبد انرژي خود را در آن ناحيه به نحو ي پويا تحريك مي كنيد. اگر اين فعاليت ذهني به اندازه كافي ادامه پيدا كند و تلاش ذهني كافي صرف آن شود، چشم سوم شما شروع به باز شدن خواهد كرد.

اگر شما فعاليت گشايشي ذهن را هنگامی كه در حالت آرامش هستيد و موضوعي در ميدان ديد شما قرار دارد (و بطور مستقيم در حال نگاه كردن به آن نيستيد) انجام دهيد، ديد هاله اي خودبخود ايجاد خواهد شد.

فعاليت گشايشي ذهن كه در اينجا شرح داده شد، شبیه تكنيك هاي ديداري باز كردن چاكرا است كه توسط اكثر استادان كار با انرژي و پيشرفت قواي ذهني تدريس مي شود. فقط به مراتب قوي تر و مؤثر تر است. تمرينهاي ديداري كار با انرژي به تنهائي ضعيف و كند هستند و يادگيري و استفاده از آنها مشكل است.

توصيه: مركز بين دو چشم (روي پيشاني) را به نرمي با ناخن بخارائيد. اين كار به شما كمك خواهد كرد كه اين نقطه را با آگاهي جسماني خود به دقت هدف بگيريد.

آگاهي جسماني خود را به ناحيه بين چشمهاي خود منتقل كنيد. با تمرکز كامل از اين ناحيه آگاه شويد. اين ناحيه را به صورت ذهني بالا بكنشيد. چنان كه گويي تلاش مي كنيد پلكهايتان را به زور باز كنيد. اما به ماهيچه هايتان در اين ناحيه اجازه ندهيد كه منقبض شوند يا به هر صورت ديگر پاسخ بدهند (اين تلاش كاملاً ذهني است).

احساس خود را به دقت مورد توجه قرار دهید. تصور کنید که چشمهایتان خیلی سنگین شده‌اند؛ به آنها اجازه دهید که بسته شوند، و چند بار پلک‌هایتان را به هم بزنید. توجه کنید که برای این کار از کدام ماهیچه‌ها استفاده می‌کنید.

همین فرمان عضلانی را از طریق آگاهی جسمانی ذهن خود در آن ناحیه به کار ببرید، اما دیگر به ماهیچه‌های پلک‌هایتان اجازه ندهید که از فرمان اطاعت کنند.

این کار را دوباره و دوباره تکرار کنید (بالا بکشید، بالا بکشید، بالا بکشید...) چنان که گویی یک وزنه‌ی خیالی سنگین را از پشت چشم‌هایتان بلند می‌کنید.

این کار را بارها تکرار کنید، اما به خودتان (یا هیچ یک از ماهیچه‌هایتان) اجازه‌ی انقباض یا پاسخ ندهید. این کار در آغاز کمی دشوار است، اما با کمی تمرین به راحتی در انجام آن مهارت و تسلط پیدا می‌کنید.

این فعالیت گشایشی ذهنی خیلی مهم است. اگر می‌خواهید به روشن‌بینی و سایر توانایی‌های روحی دست پیدا کنید، این تمرین اولین قدم برای یادگیری کنترل چشم سوم است.

در مراحل اولیه ممکن است احساس کنید که ناحیه وسیعی از بالای ابروهایتان را بالا می‌کشید، حتی تمام پیشانی خود را. این مورد اشکالی ندارد و باز هم می‌تواند تأثیر لازم را برای باز کردن چشم سوم شما داشته باشد. با تمرین بیشتر خواهید توانست حوزه‌ی تمرکز فعالیت ذهنی خود را کاهش دهید و آن را به ناحیه‌ی بین ابروها (چشم سوم) محدود کنید.

اگر این فعالیت گشایشی ذهنی را ادامه دهید، چشم سوم خود را تحریک کرده، آن را فعال خواهید ساخت. تمرکز یکنواخت و آرام شما روی یک شیئی، چشم سوم شما را با انرژی ساطع شونده از آن شیئی هماهنگ خواهد کرد. این انرژی به مرکز بینایی مغز شما ارسال می‌شود و در آنجا بعنوان یک تصویر (یک نوار روشن از نور رنگی) تفسیر می‌شود.

توصیه: هر گاه در انجام این عملکرد گشایشی ذهنی، تمرکز و تسلط کافی کسب کرده، آنرا بصورت ذهنی اجرا کنید، متوجه خواهید شد که وزنه‌ی خیالی پشت چشم‌های شما در یک سمت آسانتر از سمت دیگر بالا کشیده می‌شود، که معمولاً سمت راست آسانتر است. اصولاً این احساس ناشی از تفاوت بین دو نیمکره‌ی مغز شما است که استفاده از یکی به مراتب آسانتر از دیگری است (نیمکره‌ی غالب). اگر این مورد برای شما ایجاد اشکال می‌کند، با یک فعالیت چرخشی ذهنی، در جهت چرخش عقربه‌های ساعت در ناحیه‌ی بین ابروها، چشم سوم خود را تحریک کنید. منظور از جهت چرخش عقربه‌های ساعت این است که صورت خود را به عنوان صفحه‌ی ساعت در نظر بگیرید و جهت صحیح چرخش را با آن بسنجید. برای این فعالیت چرخشی نیز از همان فرمان ذهنی عضلانی استفاده کنید که قبلاً برای باز کردن چشم‌های خسته به کار می‌بردید. اما اکنون آنرا برای چرخش به کار ببرید، چنان که گویی با حرکت چرخشی یک مداد، این ناحیه را تحریک می‌کنید. بهترین روش این است که برای فعال کردن چشم سوم خود تمرین گشایشی اصلی و این تمرین چرخشی را یک در میان انجام دهید. فعالیت گشایشی ذهنی به هر حال برای هماهنگ کردن چشم سوم شما با هاله لازم است.

توجه: به یاد داشته باشید که همه‌ی این تمرین‌های محرک انرژی، به آگاهی جسمانی موضعی خصوصاً آگاهی موضعی در سطح پوست وابسته‌اند. برای اینکه این تمرین‌ها مؤثر باشند، باید احساس کنید که آنها واقعاً اتفاق می‌افتند.

مشاهده‌ی هاله

برای مشاهده‌ی هاله باید آرامش و تمرکز داشته باشید و چشمان خود را به روش مخصوصی متمرکز کنید. باید به هاله خیره شوید، نه اینکه به آن نگاه کنید.

برای تمرین، به نور مطلوب و ملایم نیاز دارید (نه تاریکی)، این نکته خیلی مهم است که هیچ نور قوی مستقیماً به چشمان شما نتابد یا منعکس نشود. بهترین حالت این است که نور از پشت و بالای سر شما بتابد. اگر در هنگام تمرین منبعی از نور (مثلاً یک پنجره که نور زیادی را وارد اتاق می‌کند) در میدان دید شما قرار داشته باشد، شما را گیج خواهد کرد و دیدن هاله را مشکل‌تر خواهد ساخت. نور یک لامپ صد وات که از بالا و پشت سر شما بتابد برای تمرین مناسب است.

مشاهده‌ی هاله‌ی اشیاء

مرحله‌ی اول: کتابی را در کاغذی به رنگ آبی یا قرمز روشن بپیچید و آن را به عنوان موضوع تمرین به صورت عمودی روی یک میز به فاصله‌ی حدود 2 متر از خود قرار دهید. سپس با عقب و جلو رفتن، فاصله‌ی خود را با موضوع چنان تنظیم کنید که آن را کاملاً راست ببینید. البته حداقل فاصله، نباید کمتر از 1/2 متر شود. زمینه‌ی پشت موضوع باید ساده و نسبتاً خنثی باشد. در برابر دیواری با رنگ روشن یا کاغذ دیواری زرق و برق دار به موضوع نگاه نکنید. اگر رنگ دیوار مناسب کار شما نیست، یک تکه پارچه یا کاغذ با رنگ خنثی را به عنوان پرده روی دیوار آویزان کنید. برای این منظور میتوان از یک ملحفه یا چند برگ کاغذ الگویی خیاطی استفاده کرد.

توجه:

- شما کتاب را فقط به عنوان یک پشتیبان و پایه برای کاغذ رنگی به کار می‌برید، یعنی آنچه می‌خواهید ببینید هاله‌ی کاغذ رنگی است نه هاله‌ی کتاب. می‌توانید به جای کتاب آجری را در کاغذ رنگی بپیچید، یا یک تکه کاغذ رنگی را روی دیوار آویزان کنید.
- هاله‌ی رنگهای آبی و قرمز، روشن‌ترین و آسان‌ترین هاله‌ها برای دیدن هستند.
- روشنی و درجه رنگ هاله‌ی یک رنگ، به سایه و درجه‌ی آن رنگ بستگی دارد. بنابراین تنها از رنگهای خالص و روشن استفاده کنید.
- می‌توانید از هر شیئی دارای رنگ روشن به عنوان موضوع استفاده کنید: لباس‌ها، قوطی‌های آشپزخانه، اسباب بازیها، یا حتی تکه‌ای کاغذ رنگی که به دیوار وصل شود، همه برای این منظور مناسبند.

مرحله‌ی دوم: چشمانتان را ببندید، چند نفس عمیق بکشید و به خود آرامش بدهید. وقتی کاملاً احساس آرامش کردید، به طرف موضوع نگاه کنید. چشمان خود را روی فضای کنار و پشت موضوع متمرکز کنید و در عین حال روی چیز خاصی متمرکز نشوید. به عبارت دیگر، شما به دیوار پشت موضوع خیره می‌شوید، اما روی آن تمرکز نمی‌کنید.

نکته‌ی اصلی این است که با آرامش کامل چشمانتان را متمرکز کنید و موضوع را با دید محیطی خود ببینید (منظور از دید محیطی، بخش محیطی یا کناری میدان دید شما است نه گوشه‌ی چشمانتان).

با ملایمت و آرامش چشمان خود را خیره کنید. به این تمرکز آرام عادت کنید، چنان که در هنگام تمرین، چشمها یا پیشانی‌تان را منقبض نکنید. توجه کنید که شما باید با تمرکز قوی و در عین حال بسیار آرام و یکنواخت خیره شوید، چنان که انگار با چشمان باز در رؤیا به سر می‌برید.

هر گاه نیاز به پلک زدن دارید این کار را انجام دهید، وگرنه چشمانتان دچار انقباض، سوزش و آب ریزش می‌شوند. بدون تغییر دادن تمرکزتان بطور طبیعی، پلک بزنید و ذهنتان را مشغول آن نکنید. پلک زدن تنها باعث خواهد شد که هاله برای مدت یک یا دو ثانیه ناپدید شود، اما اگر آرامش خود را حفظ کنید و به تمرکز

آرام خود ادامه دهید، هاله دوباره به سرعت ظاهر خواهد شد. یادگیری حفظ تمرکز در هنگام پلک زدن طبیعی، بخش مهمی از یادگیری مشاهده‌ی هاله است.

مرحله‌ی سوم: پس از اجرای کامل مراحل قبل، چند کتاب را در کاغذهای رنگی با رنگهای اصلی متفاوت بپیچید. هر چه رنگ کاغذ روشن‌تر باشد، هاله نیز روشن‌تر و مشاهده‌ی آن آسانتر است.

هر يك از کتابها را جداگانه مشاهده کنید و در هر مورد رنگی را که می‌بینید بنویسید. کتابها را دو تا دو تا مشاهده کنید و ببینید که چگونه رنگهای هاله‌های آنها بر یکدیگر اثر می‌کنند. کتابها را جابجا کنید، آنها را با هم مخلوط کنید، آنها را روی هم، یا به صورت ردیفی کنار هم قرار دهید و مشاهده کنید.

مشاهده‌ی هاله‌ی گیاهان

يك گلدان گیاه یا چند گل تازه را برای دیدن هاله‌ی آنها مورد مطالعه قرار دهید. هاله‌ای که اطراف آنها می‌بینید يك هاله‌ی زنده است. اثر رنگهای هاله‌ای گلبرگها و برگها را بخاطر بسپارید. سایه رنگ نارنجی که در اطراف بخشهای سبز گیاهان مانند ساقه‌ها و برگها می‌بینید، مربوط به هاله‌ی رنگ سبز است، همانطور که در بررسی کتاب سبز، هاله‌ای به این رنگ را مشاهده کردید. رنگهای گلبرگها، هاله‌ای به رنگهای دیگر ایجاد خواهند کرد.

هاله‌های زنده، ظریفتر و مبهم‌ترند و بنابراین دیدن آنها کمی مشکل تر از دیدن يك هاله‌ی تگ رنگ است. اگرچه با تمرین مشاهده‌ی هاله‌ی گیاهان نیز آسانتر خواهد شد.

هاله‌ی يك درخت را مشاهده کنید. درختی با اندازه‌ی مناسب انتخاب کنید، که بتوانید آن را بطور مشخص و برجسته در زمینه‌ی آسمان نگاه کنید. بهترین روش مشاهده‌ی درخت، این است که در ساعات اول یا انتهای روز در حالی که خورشید پشت سر شما است به آن نگاه کنید. اگر نور خورشید، یا هر بازتاب قوی دیگر به چشمان شما بتابد، دیدن هاله‌ی درخت بسیار مشکل خواهد شد. هاله‌ی اطراف درخت به مراتب باشکوه‌تر و قوی‌تر از يك گیاه کوچک است. رنگ هاله‌ی يك درخت، نه تنها به رنگ برگها و پوسته‌ی درخت، بلکه به رنگ آسمان نیز بستگی دارد. در يك روز آفتابی، هاله‌ی يك درخت به صورت سایه‌ای از رنگ آبی به نظر می‌رسد. در يك روز ابری هاله‌ی درخت به رنگ خاکستری - کرم دیده می‌شود.

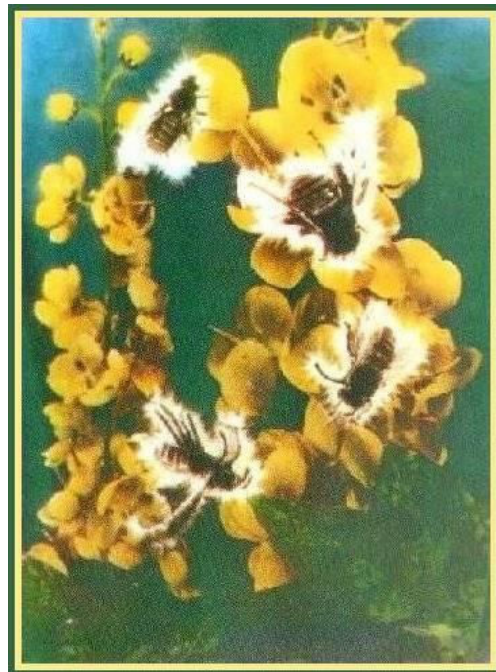
فاصله‌ی مناسب برای دیدن هاله‌ی درخت، بستگی به اندازه‌ی آن درخت دارد. شما باید بتوانید تا نوک درخت را بطور کامل در میدان دید خود داشته باشید. حداقل فاصله‌ی شما از درخت، باید تقریباً سه برابر بلندی آن درخت باشد.

هاله‌ی يك درخت، بسته به اندازه و قدرت آن درخت می‌تواند عظیم باشد. گاهی می‌توانید در بالاترین قسمت هاله‌ی يك درخت، يك جلوه‌ی فواره‌ای مشاهده کنید، مانند اینکه هاله‌ی درخت، از نوک آن بیرون پاشیده می‌شود. دقیقاً مشخص نیست که چه چیزی این پدیده را ایجاد می‌کند، و در مورد هر درختی هم مشاهده نمی‌شود. بعضی معتقدند که روح درخت یا روح طبیعت که درون درخت زندگی می‌کند این پدیده را ایجاد می‌کند. به نظر می‌رسد که بعضی از درختان دارای نوعی شعور و آگاهی هستند، بنابراین ممکن است این عقیده صحیح باشد.

مشاهده‌ی هاله‌ی حیوانات

در این تمرین، از يك حیوان استفاده کنید: يك سگ، گربه، شتر، گاو، یا هر حیوان دیگری که در دسترس شما است. حیوان را در هنگام استراحت، مورد مشاهده قرار دهید. هاله‌ی حیوان از لحاظ تنوع رنگها مانند هاله‌ی انسان نیست، اما به هر حال مطالعه‌ی هاله‌ی حیوان نیز تمرین خوبی است. به یاد داشته باشید که رنگ پشم حیوانات بر رنگ هاله‌ی آنها اثر می‌گذارد.

در هاله‌ی يك حيوان، بيماري قابل تشخيص است. همانطور كه هاله‌ی انسان بيماري را نشان مي‌دهد. بنابراین مشاهده‌ی هاله‌ی حيوانات، تمرین خوبی برای تشخيص نشانه‌هاي اوليه‌ی بيماري در يك هاله است.



مشاهده‌ی هاله‌ی انسان

در این مرحله، می‌توانید هاله‌ی خود را مشاهده کنید. این کار را می‌توانید در محیط بیرون، در حالی که خورشید پشت سر شما است، یا درون خانه در برابر يك زمينه‌ی خنثي انجام دهید. دست خود را دور از

بدن نگهدارید و هاله‌ی دست و ساعد را مطالعه کنید. همچنین می‌توانید دراز بکشید و هاله‌ی پاهای خود را مشاهده کنید.

مشاهده‌ی هاله‌ی دیگران: در آغاز بهتر است هاله‌ی افراد دیگر را در دو مرحله مشاهده کنید:

مرحله‌ی اول: از سوژه (فرد مورد نظر) بخواهید که یک لباس رنگی بپوشد (نوع لباس مهم نیست). می‌توانید از هر رنگی به جز آبی استفاده کنید (رنگ آبی را مورد استفاده قرار ندهید، زیرا این رنگ غالب می‌شود و رنگ زرد تفکر را که اغلب در اطراف سر دیده می‌شود محو و پنهان می‌کند.)

ناحیه‌ی گردن باید برهنه باشد. ابتدا ناحیه‌ی شانه را به همان روشی که در قسمت مشاهده‌ی هاله‌ی اشیاء شرح داده شد مشاهده کنید . خواهید توانست هاله‌ی رنگ لباس را که در اطراف شانه انباشته و تقویت می‌شود به راحتی مشاهده کنید.

یادتان نرود که همراه با همه‌ی این تمرینها ، انجام فعالیت گشایشی ذهنی را نیز ادامه دهید.

وقتی هاله‌ی پیراهن را در اطراف شانه به روشنی مشاهده کردید ، نگاه خود را کمی بالاتر ببرید با طوری که به فضای پشت ناحیه‌ی برهنه گردن خیره شوید . هاله‌ی پیراهن را در میدان دید خود نگهدارید و ببینید که چه رنگهای دیگری را می‌توانید اطراف گردن مشاهده کنید.

این تمرین شما را مطمئن می‌کند که چشمها و چشم سوم شما هماهنگ با هم عمل می‌کنند ، همانطور که در مورد کتاب این هماهنگی وجود داشت.

مستقیماً روی گردن سوژه خیره نشوید . همیشه باید هاله‌ها با دید محیطی مشاهده شوند. در این مرحله باید بتوانید رنگی کمی متفاوت را بالای هاله‌ی پیراهن ، در اطراف سر و گردن مشاهده کنید.

اکنون نگاه خود را کمی بالاتر ببرید بطوری که خط نگاه شما همسطح با ناحیه‌ی سر باشد . همچنان با آرامش خیره شوید و چیزی را تغییر ندهید. شما باید بتوانید در اطراف ناحیه‌ی سر مقداری رنگ زرد مشاهده کنید.

وقتی هاله‌ی سر و گردن را مشاهده کردید، از سوژه بخواهید مقداری محاسبه‌ی ذهنی ریاضی انجام دهد یا سخت دربارهی چیزی فکر کند . دقت کنید که وقتی سوژه این کار را انجام می‌دهد ، هاله‌اش درخشانتر می‌شود.

مرحله‌ی دوم: از سوژه بخواهید که بعضی از لباسهای رو را از تن درآورد . ناحیه‌ی برهنه‌ای از پوست را در برابر یک زمینه‌ی خنثی بررسی کنید (به همان روش مشاهده‌ی هاله‌ی کتاب) . ناحیه‌ی بالای بازو و شانه بهترین نقطه برای شروع بررسی است .

در مشاهده‌ی پوست برهنه ، اولین چیزی که خواهید دید نوری ضعیف و لرزان و مبهم در هوا ، در فضای کنار پوست است . سپس خواهید دید که هاله‌ی اتری ، از پوست پدید می‌آید . این هاله مانند دودی به رنگ آبی‌کمرنگ است که به پوست متصل می‌باشد . هاله‌ای که می‌بینید کاملاً مشخص است و بطور طبیعی حدود نیم اینچ (1/3 سانتی متر) قطر دارد.

اگر تمرکز خود را حفظ کنید رنگهای اصلی هاله، شروع به تشکیل و تمایز خواهند کرد. ابتدا یک نوار باریک رنگی را می‌بینید که مرز هاله را مشخص می‌کند. این نوار رنگی تا مدت کمی پدیدار و ناپدید یا بزرگ و کوچک می‌شود . این قسمت ممکن است ناامید کننده باشد ، اما اگر به کار خود ادامه دهید مشاهده‌ی آن آسانتر خواهد شد . نوار رنگی به تدریج بزرگتر ، پهن‌تر و مشخص‌تر خواهد شد. اگر تمرکز خود را حفظ کنید، پهنای آن به چند اینچ یا بیشتر خواهد رسید . در ضمن تشکیل رنگ ، ممکن است هاله‌ی اصلی بارها ناپدید و دوباره پدیدار شود . علت آن پلک زدن و تغییرات جزئی کانون بینایی است و قابل پیشگیری نیست.



توصیه : روشنی هاله‌ی یک شخص تا حدود زیادی به خلق و احساس او بستگی دارد . اگر شخص احساس شادی و سرزندگی داشته باشد ، هاله‌ی او بسیار قوی‌تر ، بزرگتر و روشن‌تر خواهد بود . سعی کنید موسیقی مورد علاقه‌ی شخص داوطلب را پخش کنید یا برای او چند لطیفه تعریف کنید و او را به خنده بپردازید. این کار انرژی هاله را افزایش خواهد داد و دیدن آنرا برای شما ساده‌تر خواهد کرد.

درک و تفسیر هاله

قسمت اول: نکات پایه‌ای (اصولی)

هاله، میدانی از انرژی است (انرژی الکترومغناطیسی و سایر انرژی‌های عالی‌تر) که همه‌ی موجودات زنده را احاطه کرده است، و به عقیده‌ی بعضی در اطراف همه‌ی ذرات اتمی و موجودات زنده و غیر زنده وجود دارد. برای اطلاع افراد شکاک یا علم‌گرا باید گفت که ما خوش شانسیم که در زمانی زندگی می‌کنیم که جدیدترین تکنولوژی، ما را قادر به مشاهده و اندازه‌گیری این میدانهای انرژی می‌سازد. تکنولوژی ما آنچه را که عرفا برای قرن‌ها تعلیم می‌داده‌اند اثبات می‌کند. ما می‌توانیم هاله‌ی انسانها را از طریق بینایی یا به روشهای دیگر درک و تفسیر کنیم.

هاله‌های ما همواره در حال تعامل با یکدیگر و محیط اطراف هستند. هر چه این تعامل طولانی‌تر یا کامل‌تر باشد، تأثیر آن بر هاله‌ها بیشتر خواهد بود. به همین علت هاله‌های اعضای خانواده، دوستان قدیمی و زوجهای چندین ساله بسیار مشابه به نظر می‌رسد.

انرژی باقیمانده از تعامل‌های هاله‌ای بر اشیاء و مکانها نیز تأثیر می‌کند و این تأثیر بر آنها نقش می‌بندد. مثلاً توجه کنید که خانه‌های مختلف چه احساسات متفاوتی را در ما بر می‌انگیزند. هر خانه‌ای بسته به اینکه چه کسانی در آن زندگی می‌کنند، هاله‌ای مخصوص به خود دارد، و در هر خانه هر اتفاقی بسته به اینکه چه کسی در آن زندگی می‌کند و می‌خواهد، احساس منحصر به فرد دارد. خانه‌ای که بیشتر وقتها خالی از سکنه است، خالی‌تر از خانه‌ای که سرشار از زندگی روزانه است به نظر می‌رسد، حتی اگر در حال حاضر در خانه دوم هیچ کس نباشد. چنین خانه‌ای را با اتاق یک هتل مقایسه کنید.

چنین اتفاقی به طور مداوم تحت تأثیر تعامل متغیر و سطحی انرژی‌های متعدد و متفاوت است. ما باقی مانده‌ی انرژی خود را در همه‌ی مکانها به جا می‌گذاریم. چیزهایی که ما با آنها تعامل بیشتر یا عمیق‌تری داریم (مانند لباسها، جواهرات، ماشین، تخت خواب، صندلی مورد علاقه، حیوان خانگی، یا اشیاء مورد علاقه) بیشتر و عمیق‌تر تحت تأثیر انرژی‌های ما قرار می‌گیرند و این تأثیر بر آنها عمیق‌تر نقش می‌بندد. آنچه افراد در هنگام انجام سایکومتری (روان‌نگری و روان‌سنجی اشیاء) تفسیر می‌کنند، همین انرژی باقیمانده است. همچنین انرژی باقیمانده از حوادث بسیار سخت و دلخراش است که باعث می‌شود مکانی حالت "روح زده" پیدا کند، که نوعی پارگی در ساختار زمان و مکان، یا درجه‌ای به گذشته است.

ما نوعی آگاهی قبلی نسبت به هاله‌های دیگران داریم، اگرچه بیشتر این آگاهی در سطح ناخودآگاه شکل می‌گیرد. ما بر اثر مجاورت با بعضی افراد دچار احساس تخلیه و فقدان انرژی می‌شویم، در حالی که بعضی دیگر به ما انرژی می‌دهند. ما با بعضی افراد احساس سازگاری و هماهنگی می‌کنیم، در حالی که با بعضی دیگر احساس ناسازگاری داریم. هرگاه نوسان انرژی شخصی یا ما مشابه یا یکسان باشد، نسبت به او احساس جاذبه می‌کنیم، اما با کسی که روی طول موجی کاملاً متفاوت است، راحت نیستیم. زبان ما انعکاس آگاهی ناخودآگاه ما از تعامل انرژی نهفته در پس این تجربه‌ها است.

وقتی احساس می‌کنیم که کسی به ما نگاه می‌کند، در واقع از انرژی او که با ما تعامل انجام می‌دهد آگاه می‌شویم. این پدیده برای یک روشن‌بین قابل دیدن است. یکی از اساتید متافیزیک نقل می‌کند که: من سالها پیش هنگامی که برای دیدن هاله‌ها شروع به تمرین کرده بودم، نمونه جالبی از این پدیده را تجربه کردم. من منتظر یکی از دوستانم بودم تا با او در یک خانه‌ی بزرگ اشتراکی که او با حدود یک دوچین دانشجوی دیگر در آن شریک بودند شام بخوریم. در حالی که با آرامش در آنجا نشسته بودم و اطراف را نگاه می‌کردم، متوجه مرد جوانی شدم که وارد اتاق ناهارخوری شد. او به دوست من نگاه کرد که رویش به سمتی دیگر بود و بشقابش را آماده می‌کرد. در این هنگام من رشته‌ای از انرژی به رنگ قرمز تیره را مشاهده کردم که از شبکه‌ی خورشیدی آن مرد خارج شد، عرض اتاق را طی کرد و میدان انرژی دوست من را کاملاً احاطه کرد. همین که این رشته با هاله‌ی او تماس پیدا کرد، او از حرکت باز ایستاد، سپس برگشت و مستقیماً به مرد نگاه کرد، در حالی که آثار رنجش در چهره‌اش دیده می‌شد. در این لحظه رشته‌ی انرژی ناپدید شد. بعداً که من آنچه را دیده بودم به دوستم گفتم، او توضیح داد که آن مرد کسی بود که به شدت باعث ناراحتی او بود، زیرا همواره او را آزار میداد. در آن هنگام بود که من توانستم آنچه را که شاهد بودم آگاهانه جمع بندی کنم. آن مرد در حال خیال پردازی درباره‌ی دوست من بود، و من این خیال پردازی و واکنش دوستم را در سطح ناخودآگاه مشاهده کرده بودم. او به سادگی احساس کرده بود که کسی به او نگاه می‌کند و احساس ناراحتی کرده بود، در حالی که علت آن را آگاهانه نمی‌دانست، تا وقتی که برگشته، آن مرد را دیده بود.

همچنین او نقل می‌کند که: اولین هاله‌ای که مشاهده کردم، هاله‌ی یکی از استاتیدم در دانشگاه میشیگان بود. من برای دیدن هاله‌ها سعی نکردم، بلکه این پدیده به صورت اتفاقی برایم رخ داد. من در حالی که خیلی خسته بودم در یک سالن کنفرانس بزرگ نشسته بودم، روبرویم چند نفر از دانشجویان ظاهراً در خوابی راحت بودند. من در حالت نیمه خسته بودم، آرام و سبکبال. همچنان که توجهم بین درون و بیرون سرگردان بود، درخششی به رنگ زرد طلایی در اطراف سر استادم شروع به پدید آمدن کرد. هنگامی که او به طرف جلو به سوی میکروفون حرکت می‌کرد و در نور اتاق قرار می‌گرفت، دیدن این درخشش مشکل‌تر می‌شد، اما وقتی او به طرف عقب حرکت می‌کرد و از روشنایی خارج می‌شد درخشش باز پدیدار می‌شد. وقتی کمی تمرکز بینا‌یتم را تغییر دادم، درخشش، روشن‌تر، بزرگ‌تر و واضح‌تر شد. شگفت زده شده بودم.

من که آن زمان اطلاعات چندانی درباره‌ی هاله نداشتم، نمی‌دانستم که آیا آنچه می‌دیدم هاله بود یا نه. سپس شروع به نگاه کردن به اطراف سالن کم نور کردم، و از مشاهده‌ی هاله‌های اطراف سرهای دانشجویان متحیر شدم.

این تجربه را به این دلیل برای شما بازگو کردم که بعضی از اجزای کلیدی شرایط ایده‌آل برای درک هاله‌ها را مشخص می‌کند:

من در حالت مدیتیشن (آرامش و سکوت کامل ذهن) قرار داشتم، و بسیاری از تجربه‌های جالب روحی و معنوی در حالت مدیتیشن کسب شده‌اند. مدیتیشن تکنیک مهمی است که در تمام جهان برای تکامل روحی و معنوی تجویز می‌شود. هنگامی که شخص گفتگوی بی‌وقفه‌ی ذهن آگاه را متوقف می‌کند، زمزمه‌ها و انرژی‌های ظریف قابل درک می‌شوند.

استاد، موضوع ادیان شرقی را تدریس می‌کرد. نکته‌ای که من در آن زمان به آن توجه نکرده بودم، این است که او بدون شک سالها وقت، صرف مدیتیشن و تمرین معنوی کرده بود. هر چه شخصی سالم‌تر و از لحاظ معنوی تکامل یافته‌تر باشد، هاله‌ی او بزرگتر و روشن‌تر خواهد بود. به همین دلیل است که تصویر مسیح، قدیسان و سایر افراد پارسا در طول تاریخ با هاله‌هایی در اطراف سرشان نقاشی شده است. هاله‌های آنها چنان روشن بوده است که به آسانی توسط هنرمندان و احتمالاً همه‌ی مردم درک می‌شده است.

من در آرامشی عمیق بودم. ذهن من خالی و آزاد بود و چشمانم روی نقطه‌ی خاصی متمرکز نبودند. این حالت نیمه‌خلسه بسیار مهم است، مخصوصاً در هنگام یادگیری مشاهده‌ی هاله‌ها.

استاد من در حال صحبت برای گروه بزرگی از مردم بود. احساسی که یک شخص هنگام صحبت کردن در برابر یک جمعیت شنونده تجربه می‌کند (چه شادی بخش و چه وحشت زا) تا حدود زیادی از انرژی عظیم روحی / هاله‌ای منشاء می‌گیرد، که از طرف جمعیت به واسطه‌ی توجه آنها به طرف گوینده جریان پیدا می‌کند. این جریان انرژی، انرژی یا هاله‌ی گوینده را به شدت تقویت می‌کند. آسان‌ترین هاله‌ها برای دیدن، هاله افرادی است که در برابر یک گروه به تدریس، اجرای نقش یا صحبت مشغولند. اگر شخص در حال تدریس یک موضوع معنوی باشد مقدار انرژی قابل مشاهده، شگفت آور است.

جالب‌ترین جلوه‌های هاله‌ای را، من هنگام تماشای ورود انرژی متافیزیک به بدن یک مدیوم (فرد واسط بین زندگان و مردگان) مشاهده کرده‌ام. من عملاً وقوع این پدیده را دیده‌ام (هر چند در این مورد کمی مشکوکم، زیرا تجربه‌های خود من در زمینه‌ی ارتباط روحی، متفاوت بوده‌اند). من یک مدیوم را هم دیده‌ام که می‌گوید این پدیده عملاً رخ می‌دهد و او اطلاعات را از روحی خارج از بدن خود، یا از "خود برتر" خود دریافت می‌کند. مشاهده‌ی چنین حالتی خیره کننده است.

قسمت دوم: چگونه می‌توان هاله را مشاهده کرد



اول، قبل از اینکه پا به این ماجراجویی جدید بگذارید، خواسته‌های خود را بررسی کنید و به یاد داشته باشید که همواره مسؤولانه رفتار کنید. همزمان با پیشرفت توانایی‌ها و مهارت‌های معنوی، کسب سطح بالایی از درستی و صداقت بسیار مهم است. هرچه ما قوی‌تر می‌شویم، بازتاب اعمال ما نیز چه خوب و چه بد قوی‌تر و سریع‌تر می‌شود. ما باید همزمان با پیشرفت توانایی‌هایمان، تعهد و خرد بیشتری نیز کسب کنیم.

با در نظر گرفتن این نکته، مشخص است که اجازه گرفتن از دیگران قبل از بررسی‌های آنها مهم است. (نشستن در عقب یک سالن سخنرانی و تماشای درخشش اطراف سر اشخاص یک چیز است و بررسی‌های آنها یک دوست برای کسب اطلاعاتی که نمی‌خواهیم او بداند و به دنبال آن هستیم، چیز دیگر) همچنین تحمیل بررسی‌ها یا توصیه‌های خود به دیگران کار خردمندانه‌ای نیست. اگر بخواهیم از ادراکات خود به دیگران بهره‌ای برسانیم، بهتر است به ندای شهود خود گوش فرا دهیم و با عشق و علاقه کار کنیم تا بتوانیم از کار خود به دیگران بهره و الهام ببخشیم. همچنین مهم است که اگر معنی چیزی را نمی‌دانیم، این را با صداقت اعتراف کنیم. این که ما می‌توانیم هاله دیگران را ببینیم به این معنی نیست که جواب همه‌ی سئوالها را داریم. به دیگران و به پدیده‌ها احترام بگذارید.

اگر هنوز هم مشتاق دیدن هاله‌ها هستید، اراده کنید که این فرآیند یا مهارت را فوراً، از هم اکنون آغاز کنید. (البته اگر هاله را ندیدید نا امید نشوید، زیرا یادگیری این مهارت زیاد مشکل نیست و نیاز به ماهها مراقبه و تمرین ندارد). اگر باور داشته باشید که می‌توانید هاله‌ها را ببینید، خواهید توانست. اکنون تصمیم بگیرید، و بدانید که خواهید توانست این مهارت را کسب کنید.

ما طی سالها افراد بسیاری را دیده یا آموزش داده‌ایم که قادر به دیدن هاله‌ها شده‌اند، و ما در اینجا موفق‌ترین تکنیک‌ها را توضیح خواهیم داد.

یک اتاق کم نور برای دیدن هاله‌ها مناسب است. هنگام طلوع یا غروب آفتاب بهترین زمان برای دیدن هاله است، زیرا در این زمان نور داخل خانه مناسب است و شما نیز احتمالاً در حالت آرامش و کمی خسته هستید. دیوار پشت سوژه باید ساده و به رنگ روشن باشد. در سمت دیگر اتاق بنشینید، بهتر است به دیوار مقابل تکیه دهید یا چهار زانو کف اتاق بنشینید. هم سوژه و هم مشاهده کننده (یا مشاهده کنندگان) باید در وضعیتی راحت قرار داشته باشند. سوژه می‌تواند به سادگی بنشیند، یا با تمرکز روی تجسم جریان انرژی در طول ستون فقرات و خروج آن از فرق سر، هاله‌ی خود را تقویت کند. مشاهده کننده باید در حالت آرامش قرار گیرد، نفس‌هایی عمیق و یکنواخت بکشد، برای چند دقیقه روی سوژه تمرکز کند، و سپس به فضای اطراف سر سوژه خیره شود. خیرگی باید آرام و بدون تمرکز باشد. وقتی بیننده توانست نور اطراف سر سوژه را مشاهده کند، سوژه و بیننده می‌توانند به بازی پردازند، به این صورت که سوژه هاله‌ی خود را بالا بفرستد، یا به درون بکشد و بیننده آنچه را که می‌بیند توصیف کند.

این روش دیدن هاله با چشم فیزیکی است، اگرچه ما اغلب احساس می‌کنیم که برای دیدن هاله، ترکیبی از چشم‌های فیزیکی و چشم‌های کالبد اختری خود را به کار می‌بریم. روش قابل قبول دیگر برای دیدن هاله، این است که چشم‌هایتان را ببندید، هاله‌ی شخص را مجسم کنید، و به آنچه می‌بینید اعتماد کنید. شما همچنین می‌توانید یک طرح کلی از بدن سوژه را روی کاغذ رسم کنید و به قوه‌ی شهود خود اجازه دهید که شما را در ترسیم هاله راهنمایی کند. نتایج این روش در مقایسه با روش چشم فیزیکی بطور کلی یکسان است، و پایه و اساس آن اعتماد و اتکای شخص به قوه‌ی شهود خود است.

اگر تمرین‌های بالا را امتحان کرده، هنوز موفق نشده‌اید، ممکن است به دلیل قوی‌تر بودن حس لامسه یا شنوایی شما در این زمینه باشد. بعضی از مردم پدیده‌ها را به روشی متفاوت با دیگران می‌بینند، و این هیچ اشکالی ندارد. افراد «لامسه‌ای» می‌توانند با حرکت دادن دست خود در اطراف بدن سوژه، هاله را احساس کنند. بسیاری از شفا دهندگان ذاتی حس لامسه‌ی بسیار قوی دارند و انرژی را با دست‌هایشان احساس می‌کنند، و به همین ترتیب بیماری و عدم تعادل را تشخیص می‌دهند. آنها می‌توانند رنگها و حتی مهمتر از آن معانی نهفته در پس رنگ‌های هاله را احساس کنند. افراد «شنیداری» می‌توانند خصوصیات هاله را بشنوند. این افراد می‌توانند با گوش دادن به مکالمه‌ی ذهن خود توصیفی درباره‌ی هاله بنویسند.

کلید موفقیت این است که به آنچه درک می‌کنید اطمینان کنید، به هر حال این ادراک شما است.

قسمت سوم: تفسیر آنچه درک می‌کنید

در ابتدا ممکن است درخششی به رنگ سفید مایل به آبی در اطراف سر و بدن سوژه مشاهده کنید. آنچه می‌بینید کالبد اتری است. کالبد اختری (یک سطح خارج از کالبد اتری) جایی است که درک رنگها آغاز می‌شود. هر چه به طرف سطح خارج هاله می‌رویم مهارت ما نیز باید خالص‌تر شود، زیرا هر چه از کالبد اتری به طرف کالبد اختری / عاطفی، کالبد ذهنی و بالاخره کالبدهای معنوی می‌رویم انرژی خالص‌تر و ظریف‌تر می‌شود. رنگهایی که در فاصله‌ی 30 سانتی‌متری از بدن دیده می‌شوند مربوط به احساسات هستند، 30 سانتی‌متر دوم یا همین حدود مربوط به افکار، و بعد از آن مربوط به موضوعات معنوی است.

اطلاعات زیر درباره‌ی رنگها و معانی آنها به عنوان راهنمایی‌های کلی برای شما بیان می‌شود. به هر حال، در همه‌ی تجربیات شما مخصوصاً در موضوعات روحی / معنوی قضاوت نهایی به عهده قوه‌ی شهود شما است.

رنگمایه‌ها و رنگهای خالص و ملایم نشانگر انرژی مثبت یا سالم و ناب هستند. هرچه رنگ روشن‌تر و خالص‌تر باشد، انرژی مثبت‌تر است. هر چه رنگ تیره‌تر یا سنگین‌تر باشد، انرژی بیشتر آلوده به منفی‌گرایی، عدم تعادل یا ترس است. هر رنگ دارای سایه‌های (تونالیته‌های) بی‌شمار است، بنابراین فریب سادگی ظاهری لیست زیر را نخورید.

رنگ قرمز خالص و روشن در هاله بیانگر تمایل به مادیات است. شخصی که این رنگ در هاله‌ی او غالب است فردی ورزشکار یا شهوانی، پرشور، با اراده و یا قوی است.

درخشش‌های قرمز رنگ اغلب نشانه‌ی خشم، قرمز تیره (متمایل به آلبالویی) احتمالاً نشانه‌ی شهوت، و قرمز مات اغلب نشانه‌ی رنجش و ناخشنودی است. در بررسی هاله از لحاظ بیماری‌های جسمی، قرمز اغلب نشانه‌ی تحریک بیش از حد یا التهاب در آن ناحیه است.

نارنجی خالص نشانگر خلاقیت و عاطفه است. این رنگ اغلب شجاعت و شادی را نشان می‌دهد. نارنجی کدر می‌تواند نشانه‌ی تکبر و غرور باشد.

رنگ زرد خالص بطور خیلی شایع در اطراف سر مردم دیده می‌شود. این رنگ نشانگر تفکر و خرد است، و وفور رنگ زرد در هاله نشانه‌ی یک فرد اندیشمند است. این رنگ همچنین می‌تواند نشانه‌ی شادی و سرزندگی، یا خلق و خوی شاد باشد. زرد ناخالص می‌تواند نشان دهنده‌ی مشغله‌ی شدید ذهنی و عدم تعادل فکری، یا شخصی با ذهن بسته، متعصب یا خرده گیر باشد.

سبز روشن و خالص نشانگر شفا و رشد است، و اغلب مشخص کننده‌ی یک شفاگر است. بسیاری از پرستاران و شفا دهندگان طب جایگزین، این رنگ را به صورت غالب در هاله‌ی خود دارند. پزشکان نیز ممکن است این رنگ را در هاله‌ی خود داشته باشند، اما همچنین ممکن است هاله‌ی آنها بیشتر به رنگ زرد به نشانه تفکر تمایل داشته باشد. رنگ سبز نشانه‌ی مهربانی و دلسوزی نیز هست. سبز کدر نشانه‌ی حرص و طمع است.

ممکن است در هنگام مشاهده‌ی هاله‌ی یک سخنران سایه‌ای به رنگ زرد - سبز کدر و بیمارگونه ببینید. این سایه نشان دهنده‌ی تفکری است که در خدمت طمع و سودجویی قرار گرفته است و بطور کلی شخصی را نشان می‌دهد که از تفکر خود برای کسب منفعت و برآوردن نیازهای خود استفاده می‌کند. البته نمی‌خواهیم بگوییم که همه‌ی سخنوران افرادی سودجو هستند، یا سخنوری پیشه‌ی افراد طماع است! به هر حال اگر در هاله‌ی یک سخنران چنین رنگی را مشاهده کردید بهتر است درباره‌ی او بیشتر تحقیق کنید.

تونالیته‌های (سایه‌های) گوناگونی از رنگ آبی در هاله‌ها دیده می‌شوند. رنگ آبی بطور کلی نشان دهنده‌ی آرامش، معنویت و پارسایی است، و در هاله‌ی جویندگان حقیقت قابل مشاهده است. رنگ آبی اغلب نشانه‌ی تکامل روحی / معنوی است. آبی فیروزه‌ای می‌تواند نشانگر یک روح پرشور، جوان، ماجراجو و کنجکاو باشد. آبی سلطنتی روشن نشانه‌ی فرد صادق، درستکار و وفادار است. آبی روشن نشان دهنده‌ی قدرت بالای تجسم و شهود است. رنگ آبی کدر نشانه‌ی افسردگی و تنهایی و همچنین دلهره و نگرانی است.

رنگ بنفش و ارغوانی در هاله نشانه‌ی روحیه‌ی معنوی یا مذهبی است. بنفش سلطنتی، قدرت رهبری و اراده را نشان می‌دهد. بنفش مات نشانه‌ی خودپرستی، تکبر و عقده‌ی دیگر آزاری (ستمگری) است؛ چنین شخصی دیگران را به خاطر ضعف‌ها و خطاهای ناخواسته‌شان مورد سرزنش قرار می‌دهد.

رنگ صورتی در هاله بطور کلی نشانه‌ی عشق، عاطفه، مصاحبت و یگانگی و علاقه به زیبایی است. صورتی گرم یا سرخ فام، عاطفه و ازخودگذشتگی واقعی را نشان می‌دهد. صورتی کدر می‌تواند نشانه‌ی ناپختگی، وابستگی و نیازمندی باشد.

رنگ طلایی نشان دهنده‌ی قدرت، پیشرفت معنوی، ازخودگذشتگی، الهام بخشی و هماهنگی (هارمونی) است. طلایی رنگی الهی است.

خاکستری به طور کلی نشانه‌ی ترس است. رنگ خاکستری سایر رنگهای هاله را نیز کدر می‌کند و خلوص آنها را ضایع می‌سازد. نقره‌ای جنبه‌ی مثبت این رنگ است و نماینده‌ی انرژی‌های ایزد بانوها (الهه‌ها) است. رنگ نقره‌ای همچنین نشانه‌ی خوشبینی، شهود و بیداری معنوی است.

رنگ قهوه‌ای اگر زنده و خالص باشد نشانه‌ی تعادل فکری و استقامت است. این رنگ دارای يك نوسان زمینی است. رنگ قهوه‌ای کدر می‌تواند علامت انسداد و اختلال در انرژی باشد.

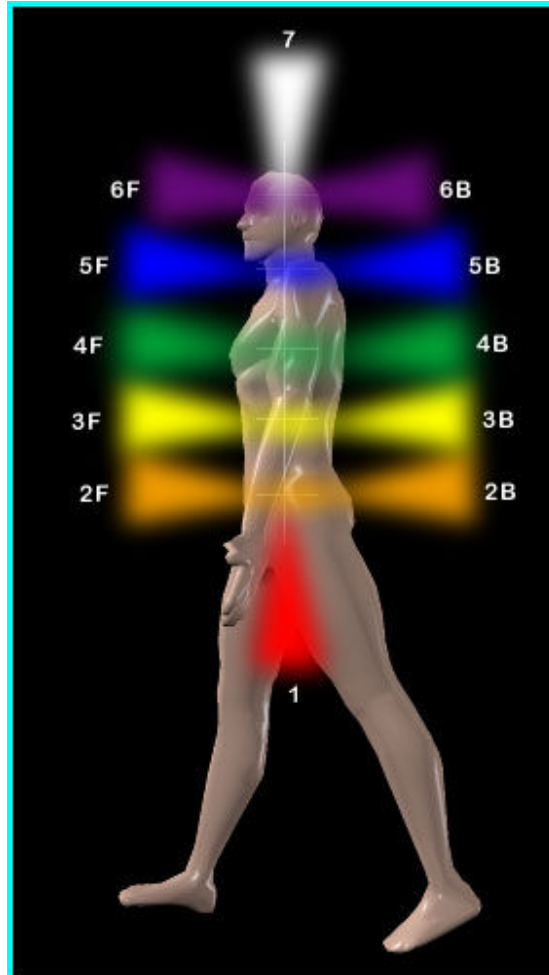
رنگ سیاه می‌تواند نشانه‌ی ترس یا نفرت باشد، همچنین نشان دهنده‌ی مشکلات، عدم تعادل و اعتیادها است. البته سیاه خالص و براق می‌تواند نشان دهنده‌ی حفاظت، رمز و راز یا دانشی باشد که به طرز عاقلانه حفظ شده است.

رنگ سفید می‌تواند علامت پاک‌ی، خلوص و راستی باشد، اما این رنگ اغلب ترکیبی از رنگهای متعدد است که به خوبی درک و یا تفسیر نشده‌اند. گوی‌های سفید رنگ بالای شانه‌های سوژه اغلب نشانه‌ی نگهبانان معنوی یا فرشتگان محافظ هستند که در زندگی فرد، مهم و تأثیرگذار هستند.

ترکیب رنگها نشان دهنده‌ی ترکیب جنبه‌های گفته شده است. مثلاً ترکیب آبی / سبز می‌تواند نشان دهنده‌ی فردی باشد که از طریق جستجوی معنوی برای حقیقت، در حال بهبود است.

در مشاهده‌ی هاله، گوش دادن به ندای شهود خود، برای تفسیر آنچه می‌بینید مهم است. برای درک آنچه می‌بینید از آن سؤال کنید و سیستم ادراک خود را بر پایه‌ی تجربیات خود تقویت کنید.

فعال سازی چاکراها



در حاله‌ی انسان ساختارهایی تحت عنوان چاکرا (کانون انرژی) وجود دارد. این مراکز مسؤول تبادل انرژی بین حاله‌ی انسان و حاله‌ی کیهان (ارسال و دریافت انرژی) و همچنین مسؤول متعادل کردن انرژی در سطوح مختلف حاله می‌باشند. چاکراها به دو نوع اصلی و فرعی تقسیم می‌شوند، تعداد چاکراهای اصلی هفت و فرعی بیست‌ویک می‌باشد. چاکراها شبیه قیف هستند، انتهای باریک چاکراهای اصلی به سمت مغز یا نخاع و قسمت پهن آنها به سمت خارجی‌ترین لایه‌ی حاله قرار گرفته است.

چاکراهای اصلی در طول ستون فقرات تا مغز قرار گرفته‌اند و با شماره‌های یک تا هفت نام‌گذاری می‌شوند. این چاکراها به ترتیب شماره (از یک تا هفت) در انتهای ستون فقرات، راستای ناف، انتهای جناغ سینه، راستای قلب، گودی گردن، پیشانی و فرق سر قرار دارند. رنگ این چاکراها به ترتیب (از یک تا هفت) قرمز، نارنجی، زرد، سبز، آبی، نیلی و بنفش است.

هریک از این چاکراها با گروهی از عملکردهای جسمی، روانی و روحی در ارتباط است. سالم، باز و فعال بودن هر چاکرا باعث می‌شود عملکردهای مربوطه نیز ایده‌آل باشد. برای فعال سازی چاکراها از تکنیک‌های مختلف جسمی و ذهنی استفاده می‌شود. در ادامه نمونه‌ای از تکنیک‌های ذهنی آمده است.

این تمرین را می‌توان با هر روشی انجام داد (خوابیده به پشت طوری که دستها و بازوها در کنار بدن باشد و یا نشسته روی صندلی راحتی) انتخاب روش به شما بستگی دارد که با کدامیک راحت‌تر باشید

بعد از اینکه نشسته یا خوابیدید يك نفس عمیق از راه بینی بکشید (دم عمیق)، آنرا حبس کنید، سپس آرام از طریق دهان بیرون بدهید (بازدم عمیق)، چند ثانیه به ریه استراحت بدهید. (این کار را سه مرتبه تکرار کنید)

حالا چشمان خود را ببندید، تصور کنید که می‌خواهید برای قدم زدن به جنگل بروید ، دري مقابل دیده‌گان شما قرار دارد، جلو بروید و در را باز کنید و به بیرون قدم بگذارید . راهی باریک و روشن که از میان درختان می‌گذرد به چشم می‌خورد ، شما در این راه قدم بگذارید و جلو بروید...

شما در پایین جاده در سمت راست درختان بلندی را می‌بینید ، در این میان درخشندگی سیب‌های قرمز توجه شما را جلب می‌کند، از میان سیب‌های بی‌شمار سیبی قرمز را انتخاب کنید. سیب را در دست دارید و جریان رنگ قرمز را در خود احساس می‌کنید . این سیب قرمز اولین چاکرای شما را (چاکرای ریشه) شارژ می‌سازد . می‌توانید سیب قرمز را بخورید

به راه رفتن ادامه دهید، در حالی که آگاهی کامل بر قدم زدن دارید . شما تا نزدیکی گل‌های نارنجی زیبایی که همه يك اندازه و يك شکلند پیش می‌روید. دسته گلی را از این گل‌های نارنجی انتخاب کنید و جریان ملایم رنگ نارنجی را در خود حس کنید . رنگ گل‌های نارنجی دومین چاکرای شما را (چاکرای خاجی) شارژ می‌سازد. شما می‌توانید این دسته گل نارنجی زیبا را برای خودتان داشته باشید .

جلوتر بروید تا به کنار پرند‌های زرد خوش رنگ، خوش آواز و زیبا برسید. دست خود را آرام روی بال‌های يك پرند بکشید و به آوازش گوش دهید . جریان رنگ زرد پرند را کاملاً در خود احساس کنید. چاکرای سوم شما (شبکه‌ی خورشیدی) بوسیله‌ی رنگ زرد پرهاي زیباي پرند شارژ می‌شود. شما سبک پریدن پرند زرد را مشاهده می‌کنید تا پرند محو شود. و همیشه شیرینی آواز پرند‌های زرد را به خاطر خواهید داشت.

به آرامی به سمت راست بروید. چمن زار سرسبز و وسیعی را در مقابل خود ببینید و روی فرش سبزی از علف‌ها بنشینید . دست خود را در علف‌های سبز فرو ببرید و آنرا لمس کنید و این جریان رنگ سبز را احساس کنید. این رنگ سبز علف‌ها چاکرای چهارم شما را (چاکرای قلب) شارژ می‌کند. شما می‌توانید از تازگی علف‌ها لذت ببرید .

کمی جلوتر در نزدیکی شما صدای آبشاری به گوش می‌رسد، به راه خود ادامه دهید تا آبشار را مشاهده کنید و از پایین آمدن قطرات آب شاداب شوید. در دریاچه‌ی پایین آبشار، رنگ آبی آب را ببینید. دست‌های خود را به آرامی در سردی و خنکای آبی آب فرو ببرید و جریان این رنگ آبی را با تمام وجود حس کنید. این رنگ آبی آب پنجمین چاکرای شما را (چاکرای گلو) شارژ می‌سازد. مقداری از این آب بنوشید و لذت ببرید .

به راه خود ادامه دهید و حرکت و جنبش پروانه‌ای نیلی رنگ را ببینید . با انگشت آنرا لمس کنید . از نوسان و جریان این رنگ نیلی آگاه باشید و آنرا حس کنید. پروانه نیلی رنگ که روی انگشتان شما نشسته چاکرای ششم شما را (چشم سوم) شارژ می‌سازد. بعد پریدن آرام و محو شدن پروانه را می‌بینید .

به آخر راه که رسیدید دره‌ی عمیقی پوشیده با گل‌های بنفشه را مشاهده می‌کنید . دست‌های از گل‌ها را انتخاب کنید . جریان رنگ بنفش گل‌های بنفشه را حس کنید و اجازه دهید تا چاکرای هفتم شما را (چاکرای تاج) شارژ سازد.

به آرامی به عقب برگردید و رقص رنگین کمانی را در پهنه‌ی آسمان مشاهده کنید. شما نیز دارای يك رنگین کمان هستید، که در روشنایی، خوشی، خنده و آشنی با عشق آنرا در هاله‌ی خود دارید. جریان تمامی رنگ‌های رنگین کمان را (بنفش، نیلی، آبی، سبز، زرد، نارنجی و قرمز) در خود احساس کنید و سرشار از این رنگ‌ها باشید.

در پایان این سفر رویایی ، رنگین کمان کمرنگ و کمرنگ‌تر می‌شود، برگردید و پشت در بایستید، در را باز کنید و به داخل قدم بگذارید. حال داخل اتاق هستید، چشمان خود را باز کنید.

هر زمان که شما بخواهید و اراده کنید می‌توانید این سفر را به یاد بیاورید و تکرار کنید.



دروازه های انرژی

انرژی مسئله خیلی مهمیه. و برای خیلی از فعالیتها از جمله برونفکنی کالبداختری و فعالیتهای مابعدالطبیعه بسیار حیاتیه. ما در زندگی روزمره هم از این انرژی درونی بهره میگیریم. و صرف خیلی کارها میکنیم. و در برخی موارد اون را هدر میدیم. مثلا وقتی درباره اینکه چقدر از شخصی بدمون میاد فکر میکنیم. برای بالا بردن این انرژی هم معمولا هر شخص متوسل به وسیله ای میشه. شخصی کمبود انرژی خودش را با حضور در جمعی از دوستان جبران میکنه. به این صورت دیگران هر کدام مقدار بسیار کمی انرژی از دست داده و کمبودش را احساس نمیکنند. شخصی این انرژی را با تحقیر دیگران بدست میاره و شخصی هم با دوست داشتن و کمک کردن به دیگران مقدار قابل توجهی انرژی نصیبش میشه و اشخاص دیگری هم از راههای گوناگون دیگه. پس میبینید ما با انرژی چه رابطه نزدیکی داریم. تا بحال خیلی ها میزان انرژی شما را بالا بردند و خیلی ها هم آن را کم کردند. و این در زندگی روزانه ما بارها و بارها اتفاق افتاده بدون اینکه ما به اون توجهی داشته باشیم و فقط اون را احساس کردیم. افرادی هستند که به صورت ناخودآگاه از انرژی دیگران تغذیه میکنند. معمولا هم افرادی هستند که ما هیچگونه شک و شبهه ای به آنها نداریم. ممکنه نزدیک شما بیان و برای شما درد دل کنن و بگن که چه آدم بدبخت و فلک زده ای هستید که با این کار در حال گرفتن انرژی از شما هستید در حالی که شما دلتان به حالشون سوخته. عده ای هم هستند که سعی میکنند با تحقیر شما از شما انرژی بگیرند. موارد مختلفی وجود داره. برای همین سعی کنید از اینگونه افراد یا به کلی دور بشید و یا با اونها مقابله کنید و با این کار به انرژی دزدی آنها پایان بدید. مثلا در صورتی که شخص مورد نظر شروع به گریه و زاری و گفتن اینکه چقدر آدم بدبخته اصلا بهش توجهی نکنید و بهش بگید که مسائل مهمتری دارید تا اینکه به شکوه های اون گوش کنید. با اینکار مطمئن باشید شخص مورد نظر یا سعی میکنه دوباره به شما نزدیک بشه و یا به کلی از شما دور میشه پس مواظب اینگونه افراد باشید و

سعی کنید انرژی‌تان را برای اینگونه افراد هدر ندهید. در مورد تحقیر هم به همین صورته و شخص مورد نظر ممکنه در حال دزدیدن انرژی باشه. یادتون باشه اکثر این افراد از کاری که انجام میدن کاملاً بی اطلاع هستند. اگر واقعا به این افراد نزدیک هستید میتونید موضوع را با آنها در میان بگذارید و به اونها کمک کنید. چون این افراد با اینکار رابطه اجتماعی خودشون را با دوستان و اطرافیان تخریب میکنند چون فردی که با این شخص رابطه داره بعد از مدتی به صورت ناخودآگاه متوجه میشه که هر وقت این شخص حضور داره احساس خیلی بدی بهش دست میده. در صورتی هم که این شخص برای شما اهمیتی نداره از این شخص دوری کنید. نشانه هایی که در صورت کمبود انرژی برای شخص آشکار میشه به صورت زیر هستند:

* سرگیجه و سردرد که بعضی وقتها بسیار شدید هستند. * احساس خیلی بدی در قسمت معده و شکم

* احساس ضعف. * ناراحتی بدون دلیل. * نیاز به خواب

این نشانه ها میتونن در مواردی بسیار شدید باشند. پس سعی کنید با رعایت نکاتی که بیان کردم و نکات دیگری که بیان خواهم نمود انرژی خودتون را هدر ندید و مقدار آن را بالا ببرید. به احساسات خودتون هم دقت کنید. این احساسات یا در واقع خاطرات و احساسات آزاد نشده باعث هدر رفتن انرژی هستند. بیشتر این احساسات فایده ای به حال ما ندارند و رها کردن آنها خیلی بهتر از نگهداشتن آنهاست. با نگهداشتن این احساسات ما فقط انرژی را هدر میدیم. از بین مطالبی که گفتم افرادی بودند که از دیگران انرژی می دزدیدند بدون اینکه خودشان اطلاعی داشته باشند و همچنین بدون اینکه دیگران اطلاعی داشته باشند. ولی اکنون که به این مسئله آگاه شدید این آگاهی رویه ارتباط شما را تغییر خواهد داد. جوهر آگاه شدن خود محرک خیلی قوی است. آگاه شدن از انرژی خود، آگاه شدن از خود، آگاه شدن از طرز فکر، و... میتواند کافی باشد تا مسیر را به درستی ببینیم. فکر یکی از مولدهای انرژی است. این انرژی درونی ماست. وقتی فکر منفی باشد به نابودی شخص و وقتی مثبت باشد به ارتقای شخص منتهی میشود. بدست آوردن انرژی یا تولید انرژی مسئله طبیعی است و روند خودش را طی میکند. در واقع ما اکثر مواقع نمی بایست نگران این مسئله باشیم. ما میبایست نگران انرژی باشیم که ناآگاهانه از دست میدهیم. برای بدست آوردن انرژی راههای بسیاری وجود دارد. برقراری رابطه با طبیعت یکی از بهترین راههای بهبود کیفیت انرژی است. یکی از بهترین این رابطه ها ارتباط با درختان هست. اول از همه باید این را بدویند که درختها موجودات زنده بسیار ظریفی هستند و نسبت به محیط و مهمتر از همه افراد واکنش نشون میدند. کافیه شما هر روز با یک درخت حرف بزنید و دستی به اون بکشید و فرق را ببینید. این تفاوت هم در شما ایجاد خواهد شد هم در درخت. اگر از دسته ای باشید که علاقه دارند به کار غیر عادی انجام بدن تا انرژی خودشون را افزایش بدن راههای خیلی مختلفی هست. یکی از ساده ترین این راهها میتونه به این صورت باشه. اول از همه شما به یک منبع انرژی نیاز دارید. در مطلبی که قبلا نوشته بودم گفتم که مثلا منابع انرژی میتونن زمین، هوا، خورشید، و غیره باشند. بعد از اینکه تصمیم گرفتید از کدوم منبع استفاده کنید میتونید قدم بعدی را نشسته یا خوابیده یا ایستاده انجام بدید. هر طور راحتتر هستید. هیچوقت خودتون را به کاری یا حالتی که براتون ناخوشاینده مجبور نکنید. این مشمول فکر شما هم میشه. بله اگر قرار کاری انجام بدید خیلی بهتره که به طریقی انجام بدید که راحت هستید. پس بعد از اینکه وضعیت بدنی خودتون را مشخص کردید چشمهاتون را ببندید و خودتون را کاملاً شل و رها کنید. تنفس را هم یادتون نره که خیلی خیلی مهمه. حتما عمیق تنفس کنید. نکته خیلی مهم اینه که از کاری که انجام میدید لذت ببرید. این تفکر غلط در بعضیها وجود داره که فکر میکنند برای اینکه انسان به مقصدش برسه باید سختی بکشه. شاید سختی وجود داشته باشه ولی به هیچ وجه الزامی نیست. در صورتی که شخص در هنگام تمرین لذت ببره انجام این تمرینها برای اون بسیار مسرت بخش میشه و اون میتونه به راحتی به اونها ادامه بده. پس وقتی به وضعیت خوب ذهنی و بدنی رسیدید نوبت به دریافت انرژی میرسه. مثلا فرض کنیم که میخوایم از زمین انرژی بگیریم. انرژی را به هر رنگ و شکلی که دوست دارید تصور کنید که داره از زمین به سمت بالا میاد و از پاهای شما وارد میشه. این انرژی را به آرومی به بالا و بالاتر ببرید و در تمام بدن گردش بدید و اون را با انرژی خودتون مخلوط کنید. کاملاً تصور کنید که انرژی شما با انرژی که از زمین

گرفتید مخلوط شده. این کار را اونقدر ادامه بدید که کاملاً انرژی را احساس کنید و همچنین انرژی شما به اندازه کافی افزایش پیدا کنه. در صورتی که حس کردید کاملاً از انرژی پر شدید و احساس میکنید این انرژی زیاد باعث ناراحتی شماست دوباره به حالت شلی و رهایی برید (و در وضعیت بدنی مناسب) و تصور کنید که انرژی شما با انرژی زمین متصل شده و شما دارید انرژی خودتون را با انرژی زمین متعادل میکنید. این کار را تا وقتی که احساس راحتی کردید ادامه بدید. این تمرین بسیار موثره. در صورتی که برونفکنی انجام میدید شاید متوجه شدید که انرژی چقدر مهمه و از اون مهمتر نگهداشتن این انرژی و هدر ندادن اون. در صورتی که تمرین میکنید به مرور زمان کنترل شما روی انرژی خودتون بهتر میشه.

يك نوع از انرژی درمانی (به همراه طب سوزنی) با عنوان نیروی حیاتی

انرژی درمانی چیست :

ایجاد تعادل بین قطبهای مثبت و منفی انرژی مغناطیسی در بدن در این سیستم درمانی عامل اصلی که با عناوین نیروی حیات ، پرانا ، انرژی کیهانی انرژی زیست و ... شناخته شده است ، روند درمان را خود بخود شکل می دهد ، فقط کافی است شخص (یا اشخاص) واسط در وضعیت اتصال بارهای مثبت و منفی مناسب قرار بگیرند تا انسداد انرژی حیاتی بدن که سبب ایجاد بیماری و اختلال در روند سلامت شده است گشوده شود و نیروی حیاتی در مسیر عادی و طبیعی خود طی مسیر نماید . روش کار بسیار ساده و در عین حال به طور معجزه آسایی موثر است شما هم امتحان کنید . سیستم انرژی درمانی یا پولاریتی مانند يك قاره کشف نشده است که نظر به ها و اطلاعات زیادی در مورد آن وجود دارد کتب و منابع زیر را پیگیری کنید . دستهای تو هدیه ای از سوی خداوند است ، با آنها عشق درون قلبت را برای آرامش کسانی که در رنج ، کدورت و ناراحتی هستند ، بکار ببر .

دانستن اینکه چیزی هست که می توانی آن را به دیگران منتقل کنی ، تو را به شوق می آورد مانند يك چشمه جاری است ، جاری در درون دستهایت ، برای کمک به دیگران .
آنگاه که با دستهایت به دیگران کمک می کنی ، این کمک ، مانند يك سرچشمه عظیم از شعف و شادمانی تو را در بر می گیرد . هنگامی که با دوست و یا انسانی مواجه می شوی که درد می کشد ، هیچ گاه احساس ناتوانی و ناامیدی نمی کنی . سیستم انرژی درمانی يك روش کل گرایانه برای تندرستی و درمان است پولاریتی با کل وجود شخص سر و کار دارد ، افکار و گرایشها ، احتیاجات غذایی ، ورزشهای مخصوص یوگای پولاریتی و البته کمک جلسات پولاریتی به جسم برای درمان خود تو را برای کمک به دیگران مهیا می کند . با بکار بردن نیروی حیات که به طور طبیعی در دستهای هر کسی جریان دارد ، می توانیم انرژی شخص دیگری را آزاد و متوازن کنیم . در مدتی که این انرژی در جریان است ، صلح ، شعف ، عشق و سلامتی را هدیه می کنیم .

نیروی حیات در بدن انسان جاری است گویی از يك سیستم مدار دایره ای نامدتی پیروی میکند و در مسیرش هر سلول را تقویت و شارژ می کند این جریان انرژی می تواند تضعیف شود و بخشی از آن بر اثر فشار روانی انسداد یابد ، دانش طب سوزنی دقیقاً نقطه انسداد را معین می کند و با بکار بردن سوزن و تحریک آن نقاط ، جریان انرژی را به حال اول برمی گرداند. در توازن انرژی پولاریتی برای باز کردن نقاط مسدود شده از تکنیکهای تماس غیر جسمانی و جسمانی استفاده می شود تا انرژی به درون سیستم یکپارچه فرستاده شود ، این به معنی برقراری دوباره جریان مناسب و تنظیم نیروی حیات در سراسر بدن است .
انرژی ، انرژی است ، انرژی بدوجود ندارد ، تنها انرژی خوب هدایت شده و یا انرژی بد هدایت شده وجود دارد . انرژی پولاریتی در طول مسیر طبیعی اش برای باز کردن گره های انرژی که به علت مشکلات جسمی یا فشارهای احساسی بوجود آمده اند به نیروی حیات جهت می دهد ، انرژی پولاریتی آرامش عمیق شفا بخش را در تمام سطوح بوجود می آورد . هر قدر در آرامش بیشتری باشید ، راحتتر نیروی حیات را حس می کنید و هر قدر دریافت کننده انرژی در آرامش بیشتری باشد در هنگام انتقال انرژی ، پولاریتی بیشتر و موثر تر عمل می کند و تجربه شما هم از نیروی حیات فویتر احساس می شود . اگر در شروع کار نیروی حیات را حس نکردید مایوس نشوید ، زیرا همیشه انرژی قوی نیست تا بتواند پراحتی احساسش کنید . همان طور که به کارتان با نیروی حیاتی ادامه می دهید آگاهی شما نسبت به آن توسعه می یابد .

سرچشمه انرژی پولاریتی از کجاست ؟

همانطور که کره زمین و خورشید ، شمال و جنوب کره زمین قطب مغناطیسی دارند ، بدن انسان نیز دارای

قطبهاي مغناطيسي مثبت و منفي است . در واقع هر چيزي كه روي سياره زمين قرار دارد داراي يك قطب بار مثبت در بالا و يك قطب بار منفي در پايين است . قسمت بالاي بدن انسان انرژي مثبت دارد . باها انرژي منفي دارند سمت راست مثبت و سمت چپ منفي است به كمك يك وات سنج دقيق مي توان اين بارها را در بدن انسان تشخيص داد .

وقتي قطبهاي مثبت و منفي در برابر هم قرار مي گيرند ، يك جريان جاذبه بين آنها برقرار ميشود . همين طور انرژي پولا ريتي هم به طور مغناطيسي در طول مسير نيرويش براي رديف كردن و برقراري نيروي حياتي قطين بدن هدايت مي شود . مناطق مسدود شده به سبب عدم تعادل و تقارن درميدان انرژي طبيعي بدن مي شوند . عدم تعادلي كه متخصص پولا ريتي توسط نوع اتصال قطبها ، درصد درمان و باز گرداندن تعادل آن برمي آيد .

دست راست (+) با سمت چپ بدن (-) و توسط اتصال دست چپ (-) با سمت راست بدن (+) و به همين ترتيب وقتي درمانگر روي كسي كار مي كند دست راست او با سمت چپ بدن گيرنده انرژي اتصال برقرار مي كند و دست چپ او با سمت راست بدن آن شخص متصل مي شود . اگر به طور عمودي در خط مركزي بدن كار شود ، دست چپ (-) هميشه در سمت بالاي بدن حاي مي گيرد و با منطقه اي كه بيشتر گرايشي به قطب مثبت دارد مرتبط ميشود و دست راست با بخشهاي پاييني بدن مرتبط ميشود . جايي كه بيشتر منطقه بار منفي است .

به همين ترتيب زماني كه در خط مركزي و عمودي بدن كار مي شود ، دست چپ (-) به سمت بالاي بدن گيرنده و دست راست (+) به سمت پايين بدن آن شخص مرتبط مي گردد . نتيجه :

زماني كه به شخص انرژي پولا ريتي داده مي شود ، بيشترين نتيجه زماني مشاهده مي شود كه آن شخص به كمك بيشتر احتياج دارد . شخصي كه از سلامتي و نشاط مادي برخوردار است با دريافت پولا ريتي تنها خود آسائي و آرامش را احساس خواهد كرد ، در حالي كه شخصي كه توازن و سلامتي خود را تا حد زيادي از دست داده است ، اغلب دگرگوني عظيم دوباره جوان شدن را كاملاً به صورت مشخص و واضحي احساس خواهد كرد .

توازن انرژي پولا ريتي ، مجدداً نيروي حيات را در شخص ، تقويت و شارژ مي كند و نيز حوزه هاي هاله الكترومغناطيسي لطيفي را در اطراف بدن متوازن ميسازد . زماني كه هاله شخص متوازن است ، عصبها آرام مي گيرند . عصبها ماهيچه ها را كنترل مي كنند و ماهيچه ها استخوانها را نگه مي دارند . براي همين تعجب آور نيست كه بعد از انجام و انتقال پولا ريتي استخوانها دقيقاً خود به خود سر جاي خودشان برمي گردند از آنجا كه پولا ريتي در سطوح بسيار عميق اثر مي گذارد ، جاي تعجب ندارد كه تغييرات بسيار گسترده اي را بر روي شخص گيرنده پولا ريتي مشاهده كنيد . ممكن است حالت ياس و افسردگي شروع به تغيير و بهبود كند . بعضي مواقع در هنگام انجام كار شخص گيرنده تمايل به گريستن پيدا مي كند كه به او توصيه مي شود به آرامي و دلگرمي احساسش را رها كند و آن را در خود سر كوب نسازد .

بعضي ها ممكن است در هنگام انجام كار پولا ريتي به يك خواب هوشيارانه فرو بروند بعضي مواقع شخص تمايل به يك خواب شبانه كامل دارد . در واقعي ديگر افراد احساس مي كنند كه از يك خواب شبانه كامل برخاسته است در واقعي شخص ممكن است احساس كند كه خيلي داغ شده است يا امكان دارد مرتعش شود اين وضعيت به خاطر خوني است كه به طرف پوست يا ارگانهاي داخلي هدايت شده است در بعضي شرايط ، اشخاص به حالت خلسه و وجه فرو مي روند . هر چه كه اتفاق بيفتد مطمئن باشيد كه وضعيت مطلوبي مهيا شده است . نيروي حياتي فقط به جايي مي رود كه به آن احتياج هست و كمك مي كند كه احساس بهتري نسبت به زندگي داشته باشند . نيروي حياتي بين درد هاي جسماني و روي فرقي نمي گذارد . در واقع در هر دو وضعيت ، نيروي حيات بايد در منطقه يا نقطه اي كه مسدود شده است ، مجدداً جريان طبيعي خودش را باز يابد . فرادي كه درمان با انرژي را دريافت مي كنند ، در واقع در مدار جريان نيروي حيا ت قرار مي گيرند . از اين رو اين امكان را مي يابند كه تمام فوايد اين جريان را تجربه كنند . هنگامی كه مدار ميدان انرژي مهرو عشق بوجود مي آيد ، همه كساني كه در آن ميدان قرار مي گيرند روبه تعالي مي نهند .

تأثير انرژي درمانی همیشه آنی و یا خیلی چشمگیر نیست ، افراد مبتلا به بيماريهاي مزمن اغلب احتياج به يك سري جلسات پيوسته همراه با يك رژيم بهبود بخش ، ورزش و مهمتر از همه ، گرايشهاي رفتاري و احساسی مثبت دارند . نيروي يا انرژي حياتي را مي توان مانند يك مدار انرژي چرخشي تجسم كرد كه در اطراف بدن در حركت است و به درون بدن نفوذ مي كند . نيروي حيات جريان روح افزاي زندگي است و به طور طبيعي توسط هوشمندی بدن هدايت مي شود . مدتها است ، يك پنداشت عمومي بر اذهان رسوخ کرده است كه مي گوید داروي موثر تر تلخ تر است . مداوای سریع ، درد آورتر است و يك سيستم هوشمند پيچده تر مي باشد . سيستم انرژي پولا ريتي اين سنت را مي شكند ، زيرا پولا ريتي روش بسيار ساده است ممكن است عده اي به خاطر سادگي آن اغفال شوند و به كار آبي موثر آن اطمینان نکنند پولا ريتي به سادگي يك سيب سرخ و زيبا برروي يك درخت و به پيچيدگي و اسرار آميزي حيا ت حقيقي درون يك سلول است . سيستم پولا ريتي ، تكنيكي است براي باز گرداندن جريان طبيعي نيروي حيا ت در جهت تعادل

سلامتی انسان و ابراز جدیدی برای انتقال و درمان ارائه می کند و می تواند به سادگی در آگاهی مربوط به سلامتی دگرگونی ایجاد کند .

قرنها ست که همه می گویند عشق بهترین درمانگر است عشق قدرت نیروی حیات است اگر جریان عشق مسدود شود نیروی حیات نیز مسدود می گردد. و بدن آن را منعکس می کند . ما احتیاج نداریم با کوشش زیاد ، عشق را خلق کنیم .عشق حقیقت فطری ما و هستی است .

دویست سال پیش وقتی که بنجامین فرانکلین کاتیش را به پرواز در آورد و زمانی که آن تجربه معروفش را با الکتریسته داشت ، نیروی الکتریسته همیشه در اطراف ما وجود داشت ولی کشف نشده بود . وقتی امکان استفاده از الکتریسته مهیا شد مردم از او پرسیدند این الکتریسته تو به چه درد می خورد آیا اکنون نیز این سوال را می توان پرسید بدون اینکه احمقانه جلوه کنید ؟

امکان کاربرد نیروی حیات می تواند بسادگی در یکصد سال آینده هوشمندی و قدرت بشریت را بیشتر از کاربردی که الکتریسته به بشریت عطا کرد، زندگی او را دگرگون کند .

کانالهای عبور انرژی در بدن :

انرژی حیاتی از طریق سیستمی که کانال یا مدار نامیده می شود ،جریان می یابد و اعمال بدن را کنترل می کند.

11کانال که به 6کانال یانگ و 5کانال بین تقسیم می شوند مسئولیت این عبور را بر عهده دارند این مدارها مشابه به مدار قطب مثبت و منفی هستند . کانالهای یانگ شامل:

1-کانال روده بزرگ 2-کانال روده کوچک 3-کانال معده 4-کانال مثانه 5-کانال کیسه صفرا 6-کانال سانجیا او هستند. علاوه بر این یک مسیر ویژه بنام پریکارد که به عنوان یک کانال در نظر گرفته نمی شود وجود دارد . علاوه بر این 12کانال 8کانال یا مدار غیر عادی ، نامنظم و شگفت انگیز وجود دارد که دو مدار بار وری و مدار کنترل کننده از اهمیت بیشتری برخوردار است . 361 نقطه کلاسیک طب سوزنی نیز بر روی همین کانالها قرار دارد .

کانالهایی که در انرژی درمانی تحت تاثیر قرار می گیرند.

1-کانال قلب: این کانال دیگر ارگانها را تحت کنترل دارد و مسئول تنظیم جریان خون و نیروی حیات و همچنین مسئول ذخیره و هدایت انرژی روانی است .دروازه قلب زبان است و عامل آب و هوایی آن حرارت است و لذت و بی قراری عواقب آن را تحت شعاع دارد . 2-کانال ریه : تنفس را کنترل می کند مسئول جذب انرژی حیاتی است .

3-کانال طحال: هضم غذا را کنترل می کند جذب مایعات را بر عهده دارد . انرژی حیاتی را از مواد غذایی جذب می کند و در خون رسانایی و تغذیه با فتنها نقش دارد .

کانال کبد : حرکات بدن را کنترل می کند . تغذیه عضلات و تا ندونها را بر عهده دارد کبد ، صفرا را که یکی از جنبه های یانگ است تولید می کند . کبد چشمها را تغذیه می کند .عامل آب و هوایی مربوط به آن باداست . کبد احتیاج به رطوبت و قطب بین کلیه دارد. اختلالات کبدی خود را با دو حالت ایستایی و رکورد نشان می دهد .

کانال کلیه : کلیه ریشه زندگی و تولید مثل است و جوهره زندگی و اساس تکامل را درخود ذخیره می کند کلیه مسئول تنظیم مایعات و دفع مواد زائد است . فعالیتهای فکری و قدرت جنسی از جنبه های یانگ کلیه است . کلیه ، استخوانها ، مفاصل و دندانها را تغذیه می کند ، گوشها را تحت کنترل دارد و در موهای سر تظاهر می یابد انرژی کلیه در سنین بالا تضعیف می شود .

منبع : سایتهای اینترنتی. (قرار گیری مطالب نشانه تأیید آن نمی باشد و فقط جهت آشنایی عزیزان می باشد).

اللَّهُمَّ عَجِّلْ لَوْلِيكَ حُجَّتَ بْنِ الْحَسَنِ.

Jadeye_tariki@yahoo.com