

## آگاهی در خواب و برون فکنی کالبداختری

کسانی که در خواب آگاه می‌شوند ممکنه درباره احتمال زیاد رخ دادن برون فکنی کالبد اختری پیش این افراد شنیده یا خونده باشن. ولی ممکنه تابحال چنین پیشامدی رو تجربه نکرده باشن. در ابتدا درباره اینکه به چه چیزی می‌گن برون فکنی کالبداختری توضیحی بدم. این حالت رو وقتی می‌گن که شخص حس کنه از جسد فیزیکی جدا شده و میتونه جسدش رو ببینه. این حالت رو دانشمندی شکاک به هیچ عنوان قبول ندارن و از اون به عنوان نوعی حالت ویژه مغزی که قسمتی از مغز اون رو ایجاد میکنه نام می‌برن. و ادعا میکنن که افرادی که از بیماری روحی رنج می‌برن دچار این حالتها میشن ولی هیچ تفسیری برای رخدادن این حالت بین سایر افراد ندارن. احساس جدایی در این حالت کاملا قابل حس و فرد میتونه در دنیایی که در واقع موازی با دنیای فیزیکی قرار داره حرکت کنه. شخص خودش رو میبینه که خوابه و ممکنه توی خونه قدم بزنه و یا به جاهای مختلفی بره. این حالت البته نشانه های معینی داره که شما میتونید بفهمید آیا تا بحال چنین حالتی برای شما هم رخ داده یا نه. قسمتی از نشانه ها:

شخص حس میکنه درون بدنش به حالت آزاد قرار داره و میتونه از اون خارج بشه

شخص موجی از انرژی رو در تمام یا قسمتهایی از بدنش حس میکنه که به سرعت گسترش پیدا میکنه و همراه با صدای وز وز بسیار بلند که البته ارتعاش صدا و موج انرژی ممکنه کم یا زیاد باشه. این پیش درآمده که یا به خروج از بدن می انجامه یا به بازگشت شخص به بدنش.

شخص در حالی که بیرونه خودش رو در حال خواب میبینه.

برای بعضی از افراد ممکنه این نشانه اختلاف داشته باشه مثلا شخص صدای فردی رو در حال حرف زدن با اون بشنوه.

این نشانه ها در حالت آگاهی از خواب وجود ندارن.

اختلافی که بین این دو وجود داره نوع واقعیت مورد تجربه است. در خواب توهمات به مقدار بسیار زیادی وجود دارن. حتی ممکنه کل تجربه بیداری که در خواب داشتید غیر واقعی باشه و شخصیت‌های مورد مشاهده در واقع خود اون افراد نباشن. ولی در حالت برون فکنی کالبداختری در اکثر حالات فرد خودش رو در حال مشاهده وقایع و جاهایی پیدا میکنه که واقعا وجود دارن و اتفاقات و حرفهایی که زده شده واقعیت دارن. مثلا ممکنه شخص به آشپزخانه بره و مادرش رو در حال تهیه غذا ببینه و از اون بپرسه که در حال درست کردن چه غذایی هست و پس از بازگشت به بدن هم اطلاعات کسب شده دقیقا درست باشن. ولی این حالت در مورد آگاهی در خواب بسیار کم و حتی در اکثر مواقع وجود نداره و شخص در دنیایی از عجیبترین موجودات و مکانها قدم میذاره که از لحاظ کیفیت و واقعی بودن در حد خوش در درجه بسیار بالایی قرار داره ولی وقتی با برون فکنی کالبد اختری مقایسه میشه تجربه ای خیالی و نادر حساب میشه چون تجربیات برون فکنی کالبداختری انسان رو با بعدهایی آشنا میکنه که مستقیما با محیط فیزیکی شخص ارتباط داره.

میزان واقعیت آگاهی در خواب در مقایسه با تجربه برون فکنی کالبداختری بسیار ناچیز است. ولی این دلیل بر هم سنخ نبودن این دو تجربه نیست. حالت خاصی که دانشمندان رو به خودش جلب کرده حالت بی حسی کامل بدن در خواب میباشد. این حالت در خیلی از موارد به اینصورت پیش میاد که شخص خودش رو عاجز از تکان دادن بدنش میبیند و اکثرا از این حالت به وحشت میفتن ولی بعد از مدتی این حالت از بین میره و شخص میتونه بدنش رو تکان بده. اتفاقی که در این حالت افتاده اینه که بدن هنوز خوابه ولی انسان آگاهی رو بدست آورده به همین دلیل تا بیداری کامل بدن شخص امکان هیچگونه تحرک رو نداره. این حالت کاملا طبیعی و درصد زیادی از مردم حداقل یکبار در زندگیشون این حالت رو تجربه کردن. من خیلی از این حالات رو تجربه کردم.

انسان ممکنه حس کنه چیزی روی سینه اش نشسته و این احساس اونو به وحشت میندازه. وقتی حالت بی حسی کامل به من دست داد من فکر میکردم چیزی روی من نشسته که این فکر به ذهنم رسید که نکنه جن باشه. ترس من وقتی پایان پذیرفت که به حقیقت این اتفاق آگاه شدم. من این حالت رو به این دلیل برای شما بیان کردم چون به بحث ما کاملا مرتبطه. در کسانی که در خواب آگاه میشوند این حالت وجود ندارد. ولی وقتی برون فکنی کالبداختری رخ میده این حالت دقیقا وجود داره. در حقیقت انسان وقتی میتونه برون فکنی کنه که دیگه از حواس پنجگانه اش استفاده نکنه و دیگه هیچ احساسی رو از بدنش دریافت نکنه. آگاه بخوام ساده تر بگم وقتی ما بتونیم بدنمون رو به خواب ببریم و هنوز آگاه باشیم احتمال برون فکنی کالبداختری بسیار بالاست. اینکه میگم احتمال چون عوامل دیگری هم در موفقیت برون فکنی کالبداختری تاثیرگذار هستند که انشاءالله در فرصت مناسب بیان خواهم کرد. ولی سوالی که ممکنه برای شما در این لحظه پیش بیاد اینه که چطور میشه از آگاهی در خواب برای برون فکنی کالبد اختری استفاده کرد؟ بذارید اینطوری براتون بگم. محیط و شرایط موجود در آگاهی در خواب تقریبا با محیط و شرایط موجود در تجربه برون فکنی کالبداختری یکی میباشد. آگاهی در خواب در واقع شامل همه تخیلات غنی ذهن میتونه باشه که ما به اونها واقعیت بخشیدیم و همچنین شامل خیلی از تمایلاتی است که مانع از دیدن حقیقت میشود. من اولین تجربه برون فکنی کالبداختری که داشتم از درون یک خواب روشن (این ترجمه من از **Lucid Dream** میباشد که همان خوابی است که انسان در آن آگاه میشود) اتفاق افتاد. نصف شب بود و من همان روز امتحان فیزیک داشتم. ساعت ۲،۳۰ شب بود که به رختخواب رفتم. از همان ابتدا که به خواب رفتم خواب دیدنم شروع شد و جالب اینکه خوابی که میدیدم چندین بار تکرار میشد. دقیقا همان خواب بارها تکرار شد. در اون مدت که نزدیک به چند ماه میشد من هر روز کاملا برای آگاهی در خواب تمرین میکردم و نتایج بسیار خوبی گرفته بودم به طوری که هر هفته چندین بار در خواب آگاه میشدم. ولی این بار بسیار فرق داشت. من شاهد خوابی بودم که چندین بار تکرار میشد. خواب من به این صورت بود، من درون مکانی که دیوارهای کاملا سفید داشت قرار داشتم. شخصی روبروی من ایستاده و با من حرف میزد. من هم سعی در فهمیدن حرفهایش دارم برای همین هم به صدایش گوش فرا میدهم و هم به حرکت لبهایش نگاه میکنم و روی آنها دقت زیادی میکنم مگر بتوانم هماهنگی بین حرکت آنها و صدایی که میشنیدم رو

تشخیص بدهم. بعد از مدتی که این کار را میکردم احساس سرگیجه و عدم تعادل میکردم و به روی زمین می افتادم. بلافاصله بعد از آن خواب تکرار میشد. بعد از مدتی من دقیقا خواب را که داشت تکرار میشد به خاطر داشتم و از آنجا که برای آگاهی در خواب به خوبی تمرین کرده بودم در یکی از فاصله های کوتاهی که شاید یک ثانیه نمیشد درباره این خواب فکر کردم و به خودم گفتم «این خواب داره تکرار میشه، پس دفعه بعد که خواب دوباره تکرار شد من میدونم که خواب هستم». خواب دوباره تکرار شد! ایندفعه من میدونستم چی میشه. کمی به صحبت های اون مرد دقت کردم و به لبه اش دقت کردم تا مگر بتونم همانگی رو بین صدا و حرکت لبه اش تشخیص بدم و بفهمم چی داره میگه! بلافاصله من به اون مرد گفتم حرفه اتون با حرکت لبه اتون هماهنگی نداره و بعد از اون من به سردرد، سرگیجه و عدم تعادل دچار شدم و به سمت دیوار در حرکت بودم که به اون بخورم و زمین بیفتم ولی اینبار فرق داشت چون من به خواب آگاهی نسبی داشتم پس فکری رو که کرده بودم به یادم اومد و اینبار به جای اینکه به دیوار بخورم از اون رد شدم! در یک آن کل محیطی که در اون بودم محو شد و من حالت خلی شدیدی را احساس کردم و مثل اینکه به یک باره از زیر فشار خارج بشم خودم رو در یک حالت آزادی و سبکی بی اندازه ای بینم. بدون اتاقم پرتاب شدم به هیچ عنوان احساس وحشت نداشتم ولی بجاش احساس تنهایی شدیدی داشتم. هیچوقت تا بحال مثل اون رو احساس نکرده بودم با تمام وجودم حس کردم تنهام. صورتم در فاصله ۲۰-۱۰ سانتیمتری از زمین اتاق قرار داشت. احساس موج بسیار شدید و صدای ارتعاش و وزوز شدیدی رو میشنیدم. زمانی که سرم رو به اطراف حرکت میدادم بیشتر میشد. من به وضوح میتونستم قالی کف زمین رو بینم. کمی در جزئیات قالی دقت کردم و به یکباره کنترل خودم رو از دست دادم و همانطور که در هوا معلق بودم شروع به چرخش کردم. فکر میکنم برای لحظه ای خودم رو که خوابیده بودم دیدم. بعد از اون من خودم رو درون کره ای از عکسها دیدم. من میچرخیدم و به عکسها نگاه میکردم. اختلافی که این عکسها برای من داشتند این بود که من حس میکردم این عکسها عکسهایی از جاهایی واقعی هستند و کاملا زنده هستند. سعی کردم به جایی بروم ولی موفقیتی نداشتم بعد از مدتی چرخش من به بدنم برگشتم.

در ابتدا یه سوال از شما میکنم. همه دوست داریم در زندگیمون موفق باشیم. در آمد خوبی داشته باشیم. شما دوست دارید ۱۰ میلیون تومان در ماه درآمد داشته باشید؟ کار خیلی سخته ولی ممکنه. ولی خوب، شما ۱۰ میلیون تومان رو برای خودش میخواهید؟ هدف اصلی شما به دست آوردن ۱۰ میلیون تومان پول در ماه؟ یا اینکه هدف شما موفقیت در زندگیه؟ بهش فکر کنید وقتی ۱۰ میلیون تومان پول در ماه هدف شما باشه شما این پول رو قطعا برای رسیدن به اهداف والاتری در زندگی میخواهید و دوست دارید زندگی کاملی داشته باشید. همه چیز را امتحان کنید. و پایه پیشرفت جدیدی برای خودتان بنا کنید. قدرتهای خود را شناختن هم مثل ۱۰ میلیون تومان. هدف اصلی شما فقط شناخت قدرتهای درونی نیست بلکه استفاده از اونها در راه کمال روح شماست. وقتی برون فکنی میکنید افقهای تازه ای بر روی شما باز شده. هدف آیا برونفکنی؟ قطعا نه با اینکه خود برونفکنی اعتماد

به نفس ویژه و ایمانی جدید رو در شما به وجود میاره. زندگی شما معنای جدیدی پیدا میکنه. ولی هدف اصلی برون فکنی یا هر چیز دیگری نیست. شناختی که اکنون بدست می آورید معرفت بیشتری رو به دنبال داره. انتخابی که انجام میدید شاخه های درختی هستند که طرفی از اون شما را به بالای درخت میرسونه و شما از اوج درخت میتونید مسیر رو ببینید و طرف دیگر شما را بر فراز دره ای هراس انگیز بر روی شاخه ای شکننده قرار میده که نهایت آن سقوط شماست. در بالا رفتن از درخت احتمال خطر وجود داره ولی حتمی نیست. شما کدام را انتخاب کردید؟

حرف درباره برون فکنی کالبداختری و آگاهی در خواب زیاد است و برعکس نویسندگانی که از اون به عنوان خروج احساس از بدن یاد میبرن یک پدیده کاملا واقعی است که کالبد اختری انسان از بدن خارج میشه. آگاهی در خواب و برون فکنی کالبداختری درجاتی دارند. آگاهی در خواب ممکن است فقط شامل توهم باشد که در این صورت انسان میتواند از آن برای رفتن به درجه ای بالاتر از آگاهی و ملاقات با موجودات غیر آلی (کارلوس کاستاندا از موجوداتی که در دنیای اختری وجود داشتند و غیر انسان و حیوانات بودند به عنوان موجودات غیر آلی نام میبرد) استفاده کند. حقیقت اینست که آگاهی در خواب خود نوعی برون فکنی کالبداختری میباشد. ولی معمولا به دلیل کامل نبودن این برون فکنی از آن به عنوان تجربه ای که در آن خواسته های ذهن ناخودآگاه و نفس برای تشکیل محیط بخصوصی تاثیر بسزائی دارد. حقیقت دیگری هم وجود دارد، شما میتوانید از آگاهی در خواب به مرحله برون فکنی کامل برسید. در واقع راحتترین روش برای دستیابی به برون فکنی کالبداختری تجربه آگاهی در خواب و ارتقاء دادن این آگاهی برای وارد شدن به بعد دنیای اختری. برون فکنی کالبداختری خود دارای درجات دیگری است و فقط به برون فکنی در دنیای اختری موازی دنیای فیزیکی ختم نمیشود. در صورت پیشرفت سطح انرژی و البته موارد بسیار مهم دیگر(در اینجا از ذکر آنها خودداری میکنم) میتوان به سطح بالاتری از دنیای اختری وارد شد. مکانی که هیچ چشمی ندیده و هیچ گوشی نشنیده. مکانی که نمی توان بیان کرد. فقط عظمت آن را و آرامشش را میتوان احساس کرد. آگاهی در خواب راه بسیار مناسبی برای پیشرفت از لحاظ روحی نیز میباشد. قدرت انتقال فکر و فعالیت چاکراها بیشتر شده و شما احساسهایی را خواهید شناخت که ممکن است پس از بیداری از بیان آنها عاجز بمانید. وقتی شروع به فعالیت در این زمینه کردید با موجودات منفی برخورد خواهید کرد که سعی میکنند مانع از پیشرفت شما بشوند. قبل از تمرین از خدا بخواهید به شما در این راه کمک کند. صادقانه نیت کنید. خیلی ها به کلمه نیت حساسیت دارند. من شما حق میدهم. صادقانه قدم در این راه بگذارید. ناشناخته همیشه مقدس بوده و هست. از خود ناشناخته ای بسازید که امروز برای شما آشناست ولی دیروز غریبه ای بیش نبود که صورتش را در پس حجاب نرسیدن مخفی نگاهداشته بود.