

۱۰ قدرت ذهن

باربارا برگر

برای دانلود نسخه کامل به لینک زیر مراجعه کنید ؛

<https://ketabfarsi.ir/?p=8678>

تکنولوژی ذهن چیست؟

تحول وسیع معاصر سپیده دم پدیده‌ای است که من اسم آن را تکنولوژی ذهن می‌گذارم. تکنولوژی ذهن می‌رود تا جهان ما را دگرگون نماید. همین حالا، تکنولوژی ذهن در کار تغییر دنیای ماست و این جا، در آغاز هزاره سوم این تکنولوژی می‌رود تا به مهم‌ترین ابزارها تبدیل شود.

این کتاب گذر مختصری است بر تکنولوژی ذهن. این که این تکنولوژی چیست و چگونه می‌توانید از آن در جهت تغییر زندگیتان استفاده کنید و این که چگونه می‌توانیم از آن جهت دگرگون نمودن زندگی بشر روی سیاره‌ی زمین استفاده کنیم.

تکنولوژی ذهن

به طور مختصر می‌توان گفت که تکنولوژی ذهن، همان علم

ذهن است. تکنولوژی ذهن، اصول و قوانین حاکم بر نحوه‌ی کار ذهن را شرح می‌دهد. همان طور که برخی قوانین فیزیکی پدیده‌های سیاره‌ی خاکی را توجیه می‌کنند، یک سری قوانین و اصول ذهنی هم هستند که پدیده‌های ذهنی را توجیه می‌کنند.

قانون یک اصل تغییرناپذیر است

قانون چیست؟ قانون یک اصل است، همین طور می‌توان آن را توصیف یک پدیده‌ی همگانی دانست. فرهنگ جامع انگلیسی وبستر تعریف زیر را از قانون علمی می‌دهد:

«صورتی از ارتباط یا توالی پدیده‌ها، که در شرایط یکسان ثابت می‌ماند».

به بیان دیگر، یک قانون، توالی همگانی از پدیده‌ها است که به فرد یا افراد دخیل در آن توالی وابسته نمی‌باشد. در این جا

چند مثال از قوانین فیزیکی آورده شده است.

قانون جاذبه

قانون جاذبه یک قانون همگانی بوده و همواره صادق است. براساس این قانون، اگر کسی از یک ساختمان ۱۰ طبقه بپرد، بلافاصله روی زمین می‌افتد. هیچ استثنایی برای این اصل یا قانون وجود ندارد. فرقی نمی‌کند که شما رییس جمهور آمریکا باشید، یا صندوق دار یک بقالی بومی، یک خواننده مشهور پاپ باشید یا حتی خودتان باشید. فرقی نمی‌کند که روز خوبی دارید یا روز بدی. فرقی نمی‌کند شب باشد یا روز، هوا خوب باشد یا بد. فقط به صرف این که الان کریسمس (تولد مسیح) است یا تولد شما، این قانون متوقف نمی‌شود.

این قانون در هر صورت همگانی است، به کار خود ادامه

می‌دهد. این یعنی هرگز ممکن نیست این قانون از کار خود
بایستد که مثلاً بگوید:

«اوه، فکر می‌کنم در این جا باید یک استثناء قائل شوم چون
ماری کوچولو این هفته دختر خوبی بوده، به نظرم حقش
نیست که بیفتد زمین و دماغش بشکند». از آن جا که قوانین
همگانی هستند، بحث شایستگی یا عدم شایستگی در آن‌ها
مطرح نیست.

نکته‌ی مهم دیگر در مورد قانون این است که قانون در هر
صورت در جریان است، چه از آن باخبر باشید چه نباشید. به
بیان دیگر، اگر فرضاً از یک ساختمان ۱۰ طبقه پیرید تنها یک
حالت دارد، آن هم این که سقوط کرده و به زمین می‌خورد،
دیگر فرقی نمی‌کند که با قانون جاذبه آشنا باشید یا نه.
بنابراین مجدداً، نمی‌توانید بعد از این که پیرید بگویید من
نمی‌دانستم که اگر پیرم سقوط کرده و به زمین می‌خورم. میزان

دانش یا صلاح دید شما تأثیری بر روی روند قانون ندارد.
قانون در هر صورت در جریان است، یک نیروی نامریی از
طبیعت!

قانون کاشت و برداشت

قانون کشت و زرع، یعنی کاشت دانه و سپس برداشت یک
نوع محصول، مثال خوب دیگری از یک قانون فیزیکی به
شمار می‌رود. هر کشاورزی می‌داند که اگر گوجه فرنگی
بکارد، امکان ندارد که توت فرنگی برداشت کند. او می‌داند که
نوع دانه‌ای که می‌کارد نوع محصول مورد انتظارش را تعیین
می‌کند. می‌داند که اگر کلم بکارد گل رز برداشت نخواهد کرد.
در نتیجه انتظار دیگری ندارد. او با این قانون به صورت
شخصی یا خصوصی رفتار نمی‌کند چرا که می‌داند یک قانون
همگانی است.

نکته‌ی مهم دیگری که کشاورز بدان واقف است این است که، اگر محصولی می‌خواهد، باید ابتدا دانه‌ای بکارد. به عبارت دیگر، ممکن نیست که از هیچی، چیزی برداشت کند. او باید اول دانه بکارد. که این خود ما را به قانون دیگری رهنمون می‌سازد.

قانون علت و معلول

همان‌طور که کشاورز می‌داند که باید دانه‌ای بکارد تا چیزی برداشت نماید، هم‌چنین می‌داند که از هیچ، چیزی به عمل نمی‌آید. به عبارت دیگر کشاورز انتظار ندارد از هیچی، چیزی بدست بیاورد. باید چیزی باشد تا چیزی به بار بیاورد. قبل از این که گیاهی بروید باید دانه‌ای وجود داشته باشد. این به آن معنی است که، برای این که چیزی داشته باشیم، باید چیزی باعث به وجود آمدن آن شود، ما این را قانون علت و

معلول می‌خوانیم. قانون علت و معلول می‌گوید که بدون علت نمی‌توانید هیچ معلولی داشته باشید. برای این که تربچه برداشت کنید، اول باید تخم تربچه را بکارید، از باد هوا نمی‌شود تربچه برداشت کرد. باید علتی باشد تا معلولی باشد. نکته‌ی دیگری که در مورد این قانون وجود دارد این است که معلول همواره مشخصات علت را داراست. به بیان دیگر، معلول حاصل علت است. بنابراین یک کشاورز می‌داند که اگر تربچه برداشت کند پس حتماً قبلاً تربچه کاشته است. ممکن نیست کسی این حرف را از دهان یک کشاورز بشنود که «چون توت‌فرنگی کاشته‌ام، تربچه برداشت می‌کنم». به عبارت دیگر با شناخت معلول می‌توانیم به ویژگی‌های علت نیز پی ببریم، چرا که می‌دانیم ویژگی‌های آنها یکی است.

قانون رنگ‌ها

تمام دانش‌آموختگان مکتب هنر به خوبی واقفند که بر رنگ‌ها قانون حکم می‌کند. برای مثال وقتی آبی و زرد را ترکیب می‌کنید، همواره سبز بدست خواهد آمد. در این جا هم مجدداً فرقی نمی‌کند که شما که هستید یا این که آیا روز خوبی دارید یا روز بدی، تحت هر شرایطی، حاصل ترکیب آبی و زرد، سبز است. فرقی نمی‌کند که چه کسی هستید و چه می‌کنید، امکان ندارد که قرمز بدست بیاید. مجدداً، دلیل آن این است که قانون حاکم بر طیف رنگ‌ها یک پدیده‌ی فیزیکی همگانی است. چیزی است که همواره صادق بوده و هست. چیزی نیست که مثلاً به دلیل تازه کار بودن شما در زمینه‌ی هنر، به تازگی به جریان افتاده باشد. و این ما را به نکته‌ی مهم دیگری رهنمون می‌سازد.

قوانین همواره ثابت بوده‌اند

قوانین فیزیکی، مانند آن چه در بالا به آن اشاره شد، همواره ثابت بوده‌اند. آن‌ها همین طوری، یا از وقتی کسی آن‌ها را کشف کرده به وجود نیامدند. ۴۵۰۰ سال پیش (۱۷۵۰-۲۸۰۰ قبل از میلاد) مردم بابل قدیم می‌توانستند تلفن همراه یا کامپیوتر داشته باشند زیرا قوانین فیزیکی زیربنایی تکنولوژی مدرن فعلی ما در آن زمان هم وجود داشته‌اند. در ظاهر تنها تفاوت بین زمان ما و زمان بابلی‌ها این است که مردم آن زمان از وجود این قوانین بی‌خبر بودند. چرا که اگر خبر داشتند، آن‌ها هم کامپیوتر و تلفن همراه داشتند. اما صرف بی‌اطلاعی آن‌ها از قوانین حاکم بر پدیده‌های فیزیکی، به این مفهوم نیست که این قوانین در آن زمان‌ها وجود نداشتند.

بیاید مثال دیگری را در نظر بگیریم: پدیده‌ای که آن را الکتریسیته می‌خوانیم براساس تعریف فرهنگ جامع انگلیسی وبستر، الکتریسیته... نیروی فیزیکی پایه‌ای به وجود آمده در

اثر حضور یا حرکت الکترون‌ها، پروتون‌ها و سایر ذرات باردار که در قالب نیروهای جاذبه، دافعه، نوری و گرمایی و مانند آن ظاهر می‌شود می‌باشد.

این پدیده‌ی فیزیکی همواره وجود داشته است. اما از آن جا که بابلی‌ها هیچ نوع لامپ الکتریکی نداشته‌اند، پس می‌توان چنین فرض کرد که آن‌ها از این پدیده بی‌خبر بوده‌اند، حتی با وجود این که در آن زمان هم وجود داشته است. و چون از آن بی‌خبر بودند، نمی‌توانستند آن را مهار کرده و از مزایای آن بهره ببرند. در حقیقت ما باید نوابغی چون بنجامین فرانکلین (۱۷۹۰-۱۷۰۶) و توماس ادیسون (۱۹۳۱-۱۸۴۷) می‌داشتیم که در ابتدای کار و پیش از این که بشر بتواند شروع به هدایت این نیروی طبیعت برای استفاده‌ی همگان نماید، با این پدیده آشنا شده و از فواید آن برای مردم سخن بگویند. همین شرایط برای قوانین ذهنی هم وجود دارند.

قوانین ذهنی

همان‌طور که قوانین فیزیکی بر پدیده‌های فیزیکی حاکم بوده و آن‌ها را توجیه می‌کنند، یک سری قوانین ذهنی نیز وجود دارند که بر رفتار پدیده‌های ذهنی حاکم بوده و آن‌ها را توجیه می‌نمایند.

به عبارت ساده، صرف این که بیشتر انسان‌ها هنوز از وجود این قوانین ذهنی و چگونگی کارکرد آن‌ها بی‌اطلاعند، به مفهوم عدم وجود این قوانین نیست. و از آن‌جا که وجود دارند، پس باید همین‌جا و همین حالا هم عمل کنند، چه از آن‌ها باخبر باشیم و چه نباشیم. و حتی اگر این‌طور هم نگوییم، از آن‌جا که آن‌ها قانون هستند، پس همیشه بوده‌اند.

در طول تاریخ، افرادی بوده‌اند که از وجود این قوانین ذهنی اطلاع داشته‌اند. در حقیقت، مطالعه‌ی متافیزیک، هم‌چنین فلسفه و مذهب، همگی در جهت کشف و توصیف این قوانین

ذهنی بوده است. با این حال، یک چیز، مشخص است: تاکنون در هیچ جای جهان، قوانین ذهنی در مدارس ما تدریس نشده‌اند. اما این رویا چندان هم دور نیست. و وقتی که این امر محقق شود، بدون شک مطالعه‌ی قوانین ذهنی، تغییر شگرفی بر زندگی بشر روی کره‌ی زمین خواهد گذاشت.

کاربرد قوانین ذهنی

نکته‌ی دیگری که در مورد قوانین ذهنی وجود دارد این است که پس از اطلاع از حضور آن‌ها، می‌توانیم شروع به استفاده از آن‌ها نماییم. در مورد الکتریسیته، لازم بود پیش از هدایت این انرژی جهت استفاده‌ی بشر، قوانین حاکم بر آن کشف شوند. همین مسئله در مورد قوانین ذهنی صادق است. لازم است پیش از مهار این نیرو جهت استفاده بشر، قوانین حاکم بر آن کاملاً کشف و درک شوند. پس از درک این قوانین، به آن

چه که آن را تکنولوژی ذهن می خوانم دست خواهیم یافت.

نرم‌افزاری برای سخت‌افزار شما

کاربرد قوانین ذهن، همان چیزی است که من به آن تکنولوژی ذهن می‌گویم. شما می‌توانید درک و به کارگیری قواعد ذهنی را به داشتن نرم‌افزاری برای سخت‌افزارتان تشبیه کنید. همان‌طور که می‌دانید تنها خرید یک کامپیوتر شیک و لوکس و قرار دادن آن روی میز برای شما حاصلی در بر ندارد. برای این که بتوانید بهره‌ای از این ابزار فوق پیشرفته ببرید، لازم است نرم‌افزار مناسب در اختیار داشته باشید.

«به عبارت دیگر سخت‌افزار بدون نرم‌افزار هیچ است.»

در صورتی که بخواهیم همین تشبیه را برای شما هم به کار

ببریم، می‌توان گفت که ذهن یا مغز شما سخت افزار شما است. حالا که همه مغز دارند، اما قبل از این که شما یا هر کس دیگری بتواند عملاً و به طور مؤثر از مغزش استفاده نموده و نیروی آن را برای استفاده‌ی خود و دیگران مهار نماید، باید نرم‌افزار مناسب در اختیار داشته باشد. این نرم‌افزار همان درک قوانین ذهنی است.

با این توضیح حالا دیگر می‌توانید روی ذهنتان مسلط شوید. به عبارت دیگر، شما مسئول بوده و می‌توانید نیروی ذهنتان را به هر جهتی که مایلید هدایت کنید. در حال حاضر، عده‌ی کمی از نرم‌افزار لازم، که در حقیقت همان درک قوانین ذهنی موردنیاز جهت بهره‌گیری از سخت‌افزارهایشان (همان مغزشان) می‌باشد، برخوردارند.

پس بیایید نظری بر این قوانین ذهنی بیفکنیم، به این ترتیب از چگونگی بهره‌گیری از آنها برای خود آگاه خواهیم شد.

قانون شماره (۱): قانون علت و معلول

«تفکر علت است و حوادث معلول»

تفسیر

این افکار ما هستند که واقعیت ما را شکل می‌دهند نه برعکس! موازین پایه‌ای‌ترین قانون ذهن است. همان چیزی است که علما همواره بر آن اذعان داشته‌اند. چرا این طور است؟

همان‌طور که هیچ دانشمندی نمی‌تواند توجیهی برای وجود قانون جاذبه ارائه دهد، به همین ترتیب هیچ‌کس هم نمی‌تواند علت وجود قوانین ذهنی را توضیح دهد. تمام قوانین - چه ذهنی و چه فیزیکی - از طریق مشاهده کشف شده‌اند. به عبارت دیگر، با مشاهده‌ی چگونگی رفتار یک پدیده. این

مسئله هم در مورد قوانین ذهنی و هم در مورد قوانین فیزیکی صادق است. ما از طریق مشاهده‌ی روش‌های تجلی جهان پیرامونمان به وجود آنها پی می‌بریم.

لذا، علما از طریق مشاهده دریافته‌اند که، تفکر علت است و حوادث معلول!

بیشتر مردم، دنیای خارجی را یک حقیقت عینی می‌دانند، که خارج از آنان و جدا از ایشان است. در اثر چنین باوری، بسیاری از مردم خود را قربانی شرایط و حوادث خارجی که خارج از کنترل آنها هستند، می‌پندارند. اما چنین نیست. این حوادث خارجی که از آنها یاد شد، معلول یک علت هستند و آن علت، تفکر است.

به یاد داشته باشید که در بررسی قوانین فیزیکی، به این نتیجه رسیدیم که ممکن نیست بدون یک علت یک معلول داشته باشیم. به عبارت دیگر، وقوع هیچ حادثه یا پدیده‌ای بدون

علت میسر نیست. لذا بدون شک تمام موجودات دنیای فیزیکی، از جایی آمده‌اند. اگر در این نکته تردیدی دارید بهتر است بارها و بارها از خودتان پرسید:

موجودات از کجا آمده‌اند؟ منشأ مخلوقات چیست؟ علت هر چیز و تمام چیزهایی که می‌بینید و لمس می‌کنید چیست؟ هر چیز و همه چیز باید از جایی آمده باشند. هر چیزی - می‌خواهد پُل باشد، یک گفتگو، ترانه، جنگ یا خانه - باید در اثر چیز دیگری به وجود آمده باشد. و این چیز دیگر همان «تفکر» است. تفکر، نخستین علت است. تفکر علت تمام حوادثی است که در جهانی که در آن به سر می‌بریم روی می‌دهند.

لطفاً با دقت به این مسئله فکر کنید، تا وقتی که بتوانید حقیقت این قانون را برای خودتان مشخص کنید. بزرگ‌ترین متفکران و آموزگارانی که زمین به خود دیده است، قانون علت و

معلول را به دیگران آموخته‌اند. چکیده‌ی تمام دانش‌های
عظیم متافیزیکی نیز بر همین نکته تأکید دارند: تفکر علت
است، حوادث و تجربیات خارجی معلول.
این مهم‌ترین و زیر بنایی‌ترین قانون ذهن است.
همچنین می‌توان از دو نقطه نظر بر این مسئله نگریست -
نقطه نظر مطلق و نقطه نظر فردی خودمان. بیایید با نقطه نظر
مطلق شروع کنیم.

نقطه نظر مطلق

با تعمق روی مطلق می‌توان آن را به صورت یک نیروی
آفرینش یگانه که نخستین علت تمام موجودات است تعریف
نمود. با این کار در می‌یابیم که هر آن چه از حقیقت می‌دانیم،
هشیاری و خودآگاهی است. بنابراین، هم‌چنین می‌توانیم

مطلق را همان هشیاری یا خودآگاهی، یا مغز جهان بخوانیم. وقتی در می‌یابیم که واقعیت چیزی جز هشیاری یا خودآگاهی نیست، به طور منطقی این سؤال برایمان پیش می‌آید که... هشیاری چه می‌کند؟

وقتی این سؤال را پرسیم، در می‌یابیم که یکی از کارهایی که هشیاری یا ذهن انجام می‌دهد فکر است. تفکر یکی از فعالیت‌های طبیعی ذهن است از این رو می‌توان چنین استنتاج کرد که، از آن جایی که خودآگاهی، همان نیروی آفرینش واحد و علت اولیه است، و این که هشیاری قادر به تفکر است، پس تمام آفرینش الزاماً نتیجه‌ی افکار یگانه مغز جهان است.

لذا به این نتیجه می‌رسیم که دنیای ما و تمام دنیاها و عالم‌ها و هر چیز دیگری که می‌بینیم قاعدتاً باید حاصل تفکرات درون خدای یکتا باشد که تمام موجودات را آفریده، جان داده و