

جذب انرژی مثبت

اهمیت انرژی مثبت چیست؟

در اطراف کل موجودات هاله ای از انرژی وجود دارد که موجب جذب اشیا و افراد میشود. اشیا قادر به کنترل این هاله و انرژی نیستند در حالیکه انسان هم می تواند آنرا کنترل کند و هم می تواند با آن بر دیگران اثر گذارد. به همین دلیل است که روانشناسان تأکید دارند همواره مثبت فکر کنید و نسبت به دیگران نیز خوش بین باشید و حتی به شوخی افکار منفی را به یکدیگر منتقل نکنید.

تفکر مثبت

آیا تا به حال به این موضوع فکر کرده اید که این خود ما هستیم که از طریق بسیاری از اعمالی که انجام می دهیم یا اندیشه هایی که می کنیم و حرف هایی که بر زبان می آوریم ، مجازاتها و تنبیهاات خود را تعیین و مشخص می کنیم.

یعنی اگر تفکرات و اندیشه های ما مثبت باشند ما انرژی مثبت موجود در پیرامونمان را به خود جذب می کنیم و اگر تفکرات و اندیشه ای ما منفی باشند ، به تناسب انرژی منفی موجود در ژیرامونمان را جذب می کنیم. راستی انرژی مثبت چیست؟

انرژی مثبت اساساً همان چیزی است که در ذهن خود تصویری درست از آن داریم؛ یعنی همان نور - خوبی - محبت - عشق - انفاق - صبر - احسان به هممنوع - امیدواری و...

و به همان اندازه انرژی منفی همان چیزی است که در ذهن خود تصویری درست از آن نداریم؛ تاریکی و ظلمت و نفرت (که مهمترین سلاح برای شیطان به شمار می رود) بد جنسی، شرارت، رذالت، بی صبری، خود خواهی، تعصب، نا امیدي و یاس و اندوه این دو انرژی مثبت و منفی در مخالفت از همدیگر فعالیت می کنند و ضد یکدیگر و زمانی ما بتوانیم این انرژی ها را در درونمان، آرام سازیم و بر آنها تسلط یابیم بی درنگ خدمتگذار ما می شوند. هر چیز مثبت، مثبت خود را جذب می کند و هر چیز منفی، منفی خود را.

نور در جستجوی نور است و ظلمت شیفته ظلمت پس چنانچه ما کاملاً مثبت یا کاملاً منفی بشویم کم کم به سراغ اشخاصی می رویم و جذب می شویم که مانند خود ما هستند. اما نباید فراموش کرد که ما خود مثبت و یا منفی را انتخاب می کنیم. صرفاً با تفکر اندیشه های مثبت و بیان مطالب خوب و مثبت قادر می شویم انرژی مثبت را به خود جذب کنیم. زیرا انسان با بیان مطالبی، قادر است میدان انرژی اطراف بدنش را تحت تأثیر قرار دهد.

زیرا قدرتی عظیم در افکار و اندیشه های ما نهفته است و این خود ما هستیم که محیط اطرافمان را با افکاری که در ذهن داریم، می آفرینیم.

روح قدرتی عظیم برای کنترل ذهن دارد و ذهن نیز بر جسم تسلط دارد و زمانیکه ذهن و فکر ما منفی باشد، انرژی منفی اطراف را جذب کرده و باعث ضعف تدریجی سیستم دفاعی بدن شده و کالبد فیزیکی یارای مقاومت و مصونیت از بیماریها و امراض را ندارد و این زمانی پیش از پیش صادق است که افکار ما (منفی) بر حول محور وجود خودمان بچرخد و به نیازها و مشکلات دیگران اهمیتی ندهد.

حال آنکه اگر به فکر خدمت به دیگران باشد می تواند امراض خود را شفا دهد . با پرورش نیروی ایمان که مانند کشت گیاهان است و داشتن این تصور که اگر خوبی کنیم ، خوبی دریافت می کنیم و اگر بدی کنیم ، بدی دریافت می کنیم و اینکه با داشتن تفکر مثبت و بیان جملات و واژه هایی هر چند ساده که قادرند یکی از دو نوع انرژی مثبت و یا منفی را جذب کنند ، باورمان نمی شود که این خود ما هستیم که می توانیم راهرویی پیچ در پیچ از ناامیدی و اندوه خود بیافزاییم.

به همان اندازه ما می توانیم جاده ای عریض و پهن و دلپذیر از تحقق یافتن تمام آرزوها و امیدهایمان و سعادت و نیکبختی مان ، پدید بیاوریم.

حقیقت این است که اندیشه های ما ، از قدرتی خارق العاده برخوردارند. مثبت اندیشی به همراه خود صلح، آرامش، موفقیت، بهبود در روابط، و سلامت جسمی را به دنبال دارد. با اتکا به تفکرات مثبت کارهای روزمره را راحت تر میتوان به پایان رساند، زندگی روشنی در انتظارتان خواهد بود، و نهایتاً شادی و رضایت بیشتری پیش رویتان قرار خواهد گرفت.

مثبت اندیشی فرآیندی همه گیر است. افرادی که در کنار شما هستند از تفکرات و حالات درونی شما تاثیر میپذیرند. سعی کنید تا جایی که می توانید به خوشحالی، موفقیت، و سلامت فکر کنید. با چنین طرز تفکری دیگران تمایل پیدا می کنند تا شما را در کارهایتان یاری کنند. آنها از امواج مثبتی که شما از خود ساطع می کنید به شدت لذت می برند.

به منظور بهره گیری تمام و کمال از انرژی مثبت درونی، شما ملزم هستید تا تغییراتی را در درون خود ایجاد کنید. باید با دیدی مثبت به زندگی نگاه کنید، نتیجه موفقیت آمیز تمام تلاش های خود را از ابتدا در ذهنتان مجسم کنید؛ همچنین از هر گونه اقدام لازمی برای تثبیت موفقیتتان مضایقه نکنید.

مثبت گرایی موثر

چنین طرز فکری خیلی بیشتر از تکرار چند جمله مثبت و یا اینکه دائماً به خودتان تلقین کنید همه چیز به خوبی پیش خواهد رفت، می باشد. باید طرز فکر و نگرش خود را به طور کلی تغییر دهید و در عمیق ترین لایه های مغزی خود، انرژی مثبت را جای دهید.

مثبت اندیشی موقتی آن هم تنها برای چند لحظه کوتاه، چیزی عایدتان نخواهد کرد. باید ترس های خود را کنار بگذارید و سست ارادگی و بی عقیدگی را از خود دور کنید. همانطور که پیش تر نیز بدان اشاره شد، کمی تلاش و اقدام موثر درونی در این زمینه از ملزومات قضیه به شمار می رود.

آیا به راستی قصد دارید که در درون خود یک تغییر بنیادین ایجاد کنید؟ آیا قصد دارید که روش اندیشیدن خود را تغییر دهید؟ آیا دوست دارید صاحب قدرتی ذهنی شوید و با استفاده از آن تاثیر مثبتی بر روی خود، اطرافیان و محیط پیراموتان بگذارید؟

در این قسمت نکاتی ارائه شده که با استفاده از آن به راحتی می‌توانید قدرت مثبت اندیشی را در خود افزایش دهید:

در مکالمه‌های درونی فقط از عبارات مثبت استفاده کنید. از لغاتی نظیر: "من میتوانم"، "من قادر هستم"، "چنین چیزی ممکن است"، و "از عهده انجام آن بر می‌آیم" استفاده کنید.

✓ همواره شادی، قدرت و موفقیت را در وجود خود زنده نگه دارید.

✓ از افکار منفی به شدت دوری کنید. با حفظ آرامش، ذهن خود را از منفی‌گرایی منحرف سازید و آنها را با افکار سازنده و شادی بخش جایگزین سازید.

✓ در هنگام صحبت کردن با دیگران از لغاتی استفاده کنید که حس احترام، شادی و موفقیت را در آنها زنده کند.

✓ پیش از اینکه هر یک از پروژه‌های خود را عملی کنید، نتیجه موفقیت بخش آن را در ذهن خود مجسم کنید، اگر این کار را با تمرکز و ایمان کامل انجام دهید، مطمئناً از نتیجه بدست آمده شگفت زده خواهید شد.

✓ سعی کنید حداقل روزی یکبار یک صفحه از اشعار امید بخش ادبی را مطالعه کنید.

✓ فیلم و سریال‌هایی را تماشا کنید که باعث ایجاد خوشحالی در شما می‌شوند.

✓ اخبار نگاه کنید و روزنامه بخوانید، اما این کار را کاملاً بیطرفانه و بدون جانبداری از فرد یا گروه خاصی انجام دهید.

✓ با افرادی معاشرت کنید که خودشان منشأ نیروهای مثبت هستند.

✓ هنگام نشستن و یا راه رفتن کمر خود را راست نگه دارید، این امر توانایی های ذاتی و اعتماد به نفس شما را افزایش می دهد.

✓ پیاده روی کنید، شنا کنید و یا ورزش های دیگری انجام دهید. این امر حس مثبت گرایی را در وجود شما زنده نگه می دارد.

✓ فقط مثبت فکر کنید و در افکار خود تنها نتایج مثبت را مورد محاسبه قرار دهید. اگر در حال حاضر زندگی بر وفق مراد شما نیست، مطمئن باشید که با مثبت اندیشی میتوانید همه چیز را تغییر دهید.

تکنیک انرژی شفابخش الهی

حال در ذهن خود هر ۴ شاخه گل را دوباره روبه روی خود در دست بگیرید. سپس از انرژی شفابخش الهی بخواهید تا بر این گل ها بتابد. انرژی الهی قادر است تا از پوشش محافظ عبور کرده وارد آن شده و بر گل ها بتابد. حال توجه کنید که چه اتفاقی برای گل های شما می افتد.

تست بعدی را پس از اینکه این مدیتیشن را انجام دادید، بخوانید و نتیجه کار را در رابطه با مطالب بعدی بررسی کنید.

در زمانی که خشم و کینه، حسادت و یا غم و غصه خود را به روی گل می ریزیم، اغلب گل یا پژمرده می شود و یا تیره و حتی سیاه می گردد. از این طریق خواستم به شما نشان دهم که این انرژی های منفی با روح و چشم ما چه می کنند و یا زمانی که از افکار، احساس ها و یا کلام ما ساطع می گردند، چه بلایی بر سر محیط اطراف و خانواده مان می آورند. در ضمن، زمانی که نور الهی و انرژی شفابخش الهی را به آن می تابانیم به یکباره سالم شده، به رنگ سفی بازگشته و یا حتی بسیار زیاد می شوند و به این شکل نیز دوباره شما می توانید شاهد باشید که انرژی شفابخش الهی وقتی وارد بدن ما شود، چه اتفاقی می افتد.

شما می توانید هر یک از این تکنیک ها را به طور جداگانه نیز اسفاده کنید ولی برای تخلیه انرژی منفی به طور حتم به دور خود پوشش محافظ بکشید تا محیط خانه خود را مسموم نسازید.

تخلیه انرژی منفی و گرفتن انرژی الهی می تواند در ایجاد آرامش و سلامت و درمان و جذب برکت و نعمت (طبق قانون جذب و تابش) به زندگیمان، به ما کمک کند.

حضور انرژی الهی که همه شفا، برکت، عشق، رحمت، آرامش و سرور است، نیز خود ما و محیط اطرافمان را به طور کامل تغییر خواهد داد.

ضمن آنکه با این تکنیک ها می توانیم به مرور، تمامی خشم ها، حسادت ها، عصبانیت ها، کینه ها، غصه ها و بیماری ها را از روح و جسم خود پاک نماییم.

در ضمن می توانیم از تکنیک پوشش محافظ و انرژی الهی برای افراد خانواده مان، دیگران و حتی کشورمان نیز استفاده کنیم.

ولی هرگز روی تخلیه انرژی منفی افراد دیگر کار نکنید. به خودتان یاد بدهید تا خودشان برای خود کار کنند.