

## ظهور گره های مغشوش متعدد

پیامی از هاتورها از طریق تام کنیون / ۱۲ آگوست ۲۰۱۱

زمین شما در حال ورود به مقطع پرخطری در مسیر حرکت صعودی خود می باشد. در ارتباطات قبلیمان در باره ی تغییراتی که بر روی کره ی زمین صورت خواهند گرفت، در رابطه با فقط یک گره مغشوش، صحبت کردیم. اما از دیدگاه ما در حال حاضر چندین گره مغشوش در حال پدید آمدن همزمان با هم می باشند. این گره ها و تعامل پیچیده ی آنها با یکدیگر، شامل چیزهایی از قبیل ناهنجاری های آب و هوایی شدید، افزایش فعالیت های لرزه ای و آتشفشانی، چالش های بزرگ به اکوسیستم سیاره ای و منابع کشاورزی و غذایی، و همچنین افزایش بی ثباتی سیاسی و اقتصادی می باشد.

علاوه بر حضور گره های مغشوش سیاره ای، خورشید شما نیز وارد سطوح بالاتری از بی ثباتی و هرج و مرج غیر قابل پیش بینی شده است. خورشید در حال ورود به گره های مغشوش متعدد خودش است که توسط سیکل های درونی اش سوق داده می شوند، که البته این فرایند نیز تا حد زیادی، همانطور که در پیام های قبلی گفته ایم، از مرکزیت کهکشان شما تاثیر یافته است.

چالش های فیزیکی که شما در آینده ی نزدیک با آنها مواجه خواهید بود بسیار هستند. اما پیام ما در این دوره از زمان به ابعاد فیزیکی این مشکلات مربوط نمی شود. این تغییرات و چالش های حاصل از آنها برای هر کس که به عمق وقایع کنونی بنگرد آشکار می باشند. تمرکز ما در این ارتباط بر روی بحران روحی و معنوی می باشد که شما در حال حاضر با آن روبرو هستید. وقتی که سیستمی وارد گره های مغشوش چند جانبه می شود، فشارهای بیشتری بر عناصر یا موجوداتی که در حیطه ی ارتعاشی این گره ها بسر می برند وارد می شود.

اجازه دهید برای لحظاتی در این مورد در مقوله ای غیر از انسان ها صحبت نمائیم. در تجربه ی ما، ابعاد دیگر از آگاهی و وجودیت نیز، مشابه شما، هم اکنون در حال کسب تجربه های خودشان از گره های مغشوش متعدد می باشند. بنابراین این چالش های انرژیکی که شما در حال حاضر با آنها روبرو هستید، تنها به کره ی زمین محدود نمی گردند، بلکه تمامیت ابعاد آگاهی و همه ی موجودات، از جمله موجودات غیر مادی (موجودات انرژیکی بدون جسم فیزیکی) که مرتبط به کره ی زمین و این کهکشان هستند را در بر می گیرد.

اما حال بیابید به زمین، به نقطه ی اتصال شما انسان ها در زمان و فضا، باز گردیم.

همانطور که قبلاً گفتیم، همه ی موجودات زنده که هم اکنون در محدوده ی گره های متعدد مغشوش زندگی می کنند، به ناچار همراه با افزایش حوادث پر هرج و مرج اطراف و درونشان، تحت فشار قرار دارند.

همینجور که عناصر بی نظمی و آشفتگی در الگوهای آب و هوایی زمین رو به افزایش می روند، و چالش های کشاورزی افزایش می یابند، و مشکلات اقتصادی رو به ازدیاد می روند، افزایش نگرانی و اضطراب انسانی در سطح جهانی نیز بالا می رود.

این نوع آشفتگی بر اساس بقای فیزیکی می باشد و آنگاه که فشارهای تولید شده در اثر افزایش گره های بی نظم بیشتر می شوند ، بسیاری از افراد تمایل پیدا می کنند که به وضعیت آگاهی از هم گسسته و توهمی و خیال پردازانه وارد شوند . اما ، در بعد کنونی تغییراتی که به آن وارد می شوید ، هم اکنون چیزی باز هم عمیق تر و خطرناک تر از این وجود دارد .

این خطر پنهانی مرتبط با دیدگاه ها و باورهای غلطیست که توسط برخی از ادیان و سنت های معنوی بزرگ تان دائما به خورد شما داده می شوند . این نظام های اندیشه و باور ، این نظریه و طرز تفکر اشتباه را ابقا می نمایند که بین جنبه های فیزیکی و درون ابعادی inter-dimensional (معنوی) وجودی شما تمایزی وجود دارد ، و دنیای فیزیکی نا خالص و خدشه دار دیده می شود . در این استنباط ، طبیعت به عنوان چیزی مشاهده و نگاشته می شود که باید توسط انسان مهار گردد و تحت سلطه ی وی در آید (دقیقا نقطه ی مخالف با دیدگاه همزیستی و همکاری با جهان طبیعی در راه هم آفرینی با یکدیگر) . در اساس ، دنیا به عنوان چیزی تحدید آمیز برای ترسیدن و فرار از آن دیده و درک می شود .

ما با این باور همسو و هم عقیده نمی باشیم . تجربه ی ما این است که آگاهی یک زنجیره ی پیوسته است ، از بالاترین ارتعاشات نور تا پائین ترین ارتعاشات ماده . بنابراین اتم ها و ذرات زیر اتمی که جهانتان را شامل می شوند و تشکیل می دهند ، در ماهیت عینی شان ، مقدس می باشند - اگر منظور شما از کلمه ی "مقدس" مرتبط بودن با کل جهان عالم باشد .

همانطور که تنش های ایجاد شده توسط گره های مغشوش متعدد افزایش می یابند ، برای بسیاری از انسان ها این تمایل خواهد بود که به وضعیت های آگاهی "توهمی و منزوی کننده" delusional and dissociative پای گذارند .

کسانی که گرایش به این طرز فکر را دارند ( اینکه شکاف و دو دستگی دائمی و ابدی بین واقعیت وجودی (مادی) و عالم روح و معنویت وجود دارد) ، هم اکنون مستعد ترین افراد برای تجربه ی انواع توهم و گسستگی در آگاهی می باشند . همینجور که فشارها افزایش می یابند ، بر طبق تعامل پیچیده ای که بین گره های مغشوش چند جانبه وجود دارد ، تمایل قوی برای بعضی از این افراد بوجود می آید که هر چه بیشتر از واقعیات بعد فیزیکی دور و جدا گردند . همینطور که گروه های مختلف انسانی زیر فشار و در حال سر و کله زدن و کشمکش با تاثیرات جهانی گره های مغشوش چند جانبه مغلوب و آشفته می گردند ، این نوع گمراهی ذهنی می تواند بصورت نوعی ویروس ذهنی / عاطفی در آید . این نوع از هم گسستگی و توهم و خیال پردازی جمعی توسط افکار مذهبی ، و نیز افکار نادرست و اشتباه درک شده در باره ی "آخر زمان" ، "روز قضاوت یا قیامت" و فر آیند کنونی "خالص سازی زمین" قوی تر نیز می گردد و اوج می گیرد .

## خطوطی مشخص در شن زار

از دیدگاه ما یک خط مشخص در حال کشیده شدن در ماسه ی آگاهی انسانی می باشد . این خط چیزی نیست جز یک تفکیک بین کسانی که طبق تجویز برخی مذاهب اصلی ، تمایز میان دنیاهای ماده و روح قائل هستند ، و آنهایی که این تمایز را قبول ندارند . اینکه در کدام طرف این خط قرار گیرید ، مشخص کننده ی این است که در دل این تغییرات زمینی و کیهانی کنونی ، شما در راه رشد و دگرگونی درونی تان به چه جوانبی باز و گیرا می باشید ، و یا نمی باشید .

همه ی افراد باید شخصا خودشان مشخص کنند که چه چیزی برایشان حقیقت است و چه چیزی برایشان حقیقت نیست . خصوصا در مورد این شکاف عموما پذیرفته شده ی عظیم میان ماده و روح که توسط مذاهب شما در شما ایجاد شده است . با توجه به شتاب یابی زمان در حال حاضر ، دگرگونی و تحول در تمدن بشری به صورت تصاعدی و فزاینده ای رو به افزایش است . ساختار واقعیت شما (افکار و باورهای درونی تان و همچنین واقعیات بیرونی زندگی شما) تغییرات سریع و عظیمی را در رو خواهند داشت .

## راه و روش قلب

از دیدگاه ما درگاه ورودی از ارتعاشات پائین تر به ارتعاشات بالاتر برای هر شخص ، در اولویت اول ، از طریق قلب می باشد .

این تغییر آگاهی سفری درونیست از چاکراهای پائین تر به چاکراهای بالاتر وجود . آن زمان که فرد از تعلق و وابستگی خود به کسب قدرت و حس امنیت و حوس جنسی و صرفا فقط ادامه ی بقا فراتر رود و بتواند این انرژی ها را نیز تبدیل سازد ، آنگاه چرخش و حرکت صعودی وی آغاز می گردد . ورود به این چرخش صعودی آگاهی زمانی ممکن می شود که انرژی چاکرای قلب باز و قابل نفوذ گردد .

تناقض و مشکل این است که شما در یک جهان دوگانه زندگی می کنید و اساسا هر عملی را که انجام می دهید با یک نیروی ضد آن مواجه است . به صورت مجازی این تناقض و مشکل همانند یک دانه ی شن در یک صدف است ، بدین معنی که حضور آن اذیت کننده است . اما در روند تکاملی روح ، این تحریک و تهییج (توسط نیروی دوگانگی) سر انجام باعث پدید آمدن یک مروارید می شود ، و متناقضا چیزی با ارزش از دل آنچه که مشکل ساز بود پدیدار می آید . لیکن هرتازه واردی باید این مروارید را توسط تغییر و تحولات خودش برای خویش خلق نماید .

هیچ مذهب ، هیچ استاد ، هیچ معلم ، و هیچ گورویی نمی تواند این کار را برای شما انجام دهد .

شاید به نظر ساده بیاید ، اما براساس تجربه ی ما ، عمده ترین نیروی متحول کننده و اساسی ترین حیطه ی ارتعاشی ایمن برای ایجاد یک پل عبور در یک وضعیت انتقالی ( مشابه آنچه شما هم اکنون به طور جمعی به آن وارد شده اید) از طریق نیروی قلب رخ می دهد . قلب شما .

بگذارید دقیق تر بیان کنیم . از آنجایی که گره های بی نظم روز به روز افزایش می یابند ، چالش های تعادل ذهنی و عاطفی و احساسی نیز بیشتر خواهند شد. در نتیجه تعداد هر چه بیشتری از افراد دچار حالات و وضعیت های گنگ و غیر منطقی روحی خواهند شد . تمایلات خود آزاری و خود نابودی در این افراد پدیدار خواهد بود ، و از آنجایی که در چرخه ی زندگی روی کره ی زمین همه ی شما با هم مرتبط هستید ، شما نیز تا حدی تحت تاثیر اغتشاشات احساسی دیگران قرار خواهید گرفت .

بر این اساس برای شما بسیار مفید و موثر خواهد بود که بتوانید از حالا وضعیت احساسی منسجمی را در خود رشد دهید و فراهم سازید . جایی که بتوانید بارها و بارها به آن باز گردید ، در راه تقویت آنچه که ما آن را "جاذب مثبت" می نامیم .

آن وقت مثل این خواهد بود که حبابی از انرژی متعادل اطراف شما را فرا گرفته باشد. شما خواهید توانست دیدگاه روشنی را نگه دارید و در حین تبادل با جهان دو گانه ی اطراف خود و پاسخ دهی به آن، ارتعاشات خود را نیز در مقابل افزایش آشفتگی و حالات غیر منطقی در دیگران محفوظ نگاه دارید. چگونه شما این کار را انجام می دهید به خودتان بستگی دارد. راه های بسیاری برای انجام این کار وجود دارد. ما به سادگی دو راه را به شما پیشنهاد می کنیم:

شیوه ی اول بسیار پایه ای و ساده است، اما اساس و زمینه ی اصلی برای روش پیشرفته تر می باشد. ما به خوبی آگاه هستیم که این نوع اطلاعات برای بسیاری از افراد که این پیام ها را می خوانند جدید است، در حالی که برخی دیگر در این مطالب وارد تر و پیشرفته تر می باشند. به همین دلیل ما هر دو روش را ارائه می دهیم.

## ۱ - روش و تکنیک پایه

اولین روش برای اشخاصیست که هنوز با گستردگی آگاهی درونی خود آشنایی نیافته اند. این روشی ساده اما بسیار موثر است. به شما توصیه می کنیم که به طور منظم این حالت منسجم را در باغچه ی ذهنیت خود پر و بال دهید.

برای انجام آن به سادگی خود را در حس شکر، سپاس، و قدردانی قرار دهید، بدون آنکه دلیل خاصی برای آن وجود داشته باشد. به عبارتی دیگر، منتظر چیزی در پیرامون خود نباشید تا احساس قدردانی را در شما ایجاد کند. به سادگی فقط به این دلیل که این حالت را انتخاب کرده اید در این وضعیت ارتعاشی قرار گیرید.

این حالت ارتعاشی یک حالت منسجم در جسم و ذهن شما ایجاد می کند، و یک نوع تعالی ذهنی / احساسی می باشد که ضد احساس تزلزل ماریپیچ وار رو به پایین، که هم اکنون بسیاری از انسان ها در حال تجربه ی آن هستند، عمل می کند.

به شما پیشنهاد می کنیم که در طی روز چندین بار در این وضعیت قرار بگیرید. فقط یک یا دو دقیقه متوالی کافیست. اما با وارد شدن به این وضعیت ارتعاشی در طی روز، شما ذهن و جسم خود را برای ورود آگاهانه و ارادی به این حالت شفاف احساسی تمرین داده و ورزیده می سازید. همینطور که دنیایان به تغییرات و تحولات کیهانی بیشتر و عمیق تری پوی می گذارد، (پیدایش هر چه بیشتر گره های مغشوش همزمان)، این مهارت ذهنی برایتان بسیار سودمند و با اهمیت خواهد بود.

یکی از دلایلی که می گوییم این مهارت ذهنی برایتان مفید خواهد بود، اثرات ذاتی گره های مغشوش چند گانه است.

خیلی از شما هم اکنون با فرصت های عجز و تلاطم هر چه بیشتر و زیاد تری در زندگی روزانه ی خود روبرو می شوید. این به این دلیل است که اعمال انجام شده کمتر به نتایج مورد انتظار شما ختم می شوند. حتی آن تعداد از شما که از هوش و مهارتی بالا در پدید آوری و آفرینش بهره مند می باشید، ممکن است با موانع غیر قابل انتظاری روبرو گردید - به دلیل افزایش گره های مغشوش و بی نظمی که در دنیای اطراف شما هر چه بیشتر در حال وقوع می باشند. بنابراین آنگاه که خود را در ته چاه می یابید، اگر بتوان اینچنین تشبیه سازی کرد، وقتی روش ایجاد یک جاذب انرژی مثبت قدردانی و سپاسگزاری را بلد باشید، می توانید در آن زمان از آن بهره گیرید و آگاهانه در بر هم ریختگی و آشفتگی عاطفی خود مداخله نمایید. زیرا که اگر تسلیم استرس احساسی خود گردید، سرایت و واگیری ترس و هیستری جمعی، به احتمال خیلی زیاد راحت تر بر شما غلبه خواهد کرد.

این تکنیک ساده را همانند یک ناجی در نظر بگیرید . حضور آن کاملا منفعل است و شما فقط در آن آرمیده و اجازه می دهید خودبخود در اطرافتان یک میدان ارتعاشی مثبت ایجاد نماید که ماهیت عینی آن از وجود روحی و معنوی شما محافظت می نماید.

## ۲- روش و تکنیک پیشرفته

روش دومی که می خواهیم با شما به اشتراک بگذاریم برای آن دسته از افرادیست که از تجربه ی بیشتری با دنیاهای درونی خود برخوردار می باشند . در باره ی قسمت اول این روش در پیامی قبلی تحت عنوان " شمع و قلب " Ecstasy and the Heart گفتگو کردیم .

این تکنیک با تمرکز بر روی قلب فیزیکی می باشد و نه بر روی چاکرای قلب . هنگام تمرکز بر روی قلب خود ، شما وارد وضعیت احساسی سپاسگزاری و شکر و قدردانی می شوید . ( همانند تکنیک ساده تر که قبلا آن را توضیح دادیم )

اگر در حال تجربه ی قدردانی بتوانید آگاهی خود را در قلب فیزیکی نگه دارید ، این باعث خلق شمع و سعادت در شما می شود - اگر بتوانید به مدت کافی به طور متداوم این دو کار با هم را با هم انجام داده و ادامه دهید .

هنگامی که به احساس سعادت و شمع وارد می شوید ، متوجه ی فضای بین اتم های بدن خود و محیط پیرامون خود گردید . این یک جابجایی توجه ذهنیست که مبنی بر این واقعیت کوانتومی می باشد که ماده بیش از ۹۹٪ فضاست .

بدیهیست که شما فاصله ی بین اتم های بدنتان و محیط پیرامون خود را از طریق حواس فیزیکی تان ، با توجه به محدودیت های سیستم عصبی تان ، درک نمی کنید . اما آن جنبه از آگاهی تان که فرای زمان و مکان است و از محدودیت فیزیکی جسمیتان رها می باشد ، قادر است که این فضا را تجربه کند .

قسمت آخر این تکنیک نیاز به جابجایی توجهتان دارد . هنگامی که شما از وجود فضای درون خود و فضای پیرامون خود آگاهی می بایید ، شما یک تجربه ی متناقضی از آگاهی را انجام داده اید . یعنی حس قدردانی و سپاسی را که تجربه می کنید ، همزمان هم به فضای درون جسم تان و هم به فضای اطراف خود می فرستید ، و همچنین به ذرات منسجم شده ی ماده در بدنتان و تمامی دنیای پیرامونتان .

عمل "نگه داشتن" هر دو ابعاد وجودی ( هم فضا و هم ماده ) در حوضه ی ارتعاشی تقدیر و قدردانی ، سرانجام ماهیت تان را به عنوان یک موجود همزمان مجسم و نیز فرای جسم بر شما برملا می سازد - موجودی که از طریق یک بدن فیزیکی زندگی می کند ، لیکن در ضمن یک آگاهی بدون فرم و فرای محدودیت شکلی می باشد . اگر بر این روش تاکید و پایداری نمائید ، در نهایت یک درگاه معجزه آسائی به روی شما باز می شود ، درگاهی که منجر به بینشی عمیق در رابطه با ماهیت معراج و طبیعت سفر صعودیتان می گردد .

در رابطه با انتخاب روش مورد استفاده ، پیشنهاد می کنیم از همان جایگاهی که خودتان قرار دارید شروع نمائید .

روش اول ، هر چند ساده است ، در محافظت از شما در مقابل سرایت بیماری بی خردی انسانی که در حال حاضر رایج می باشد بسیار موثر واقع می شود ، و شما را در جریان مارپیچی حرکت رو به بالا بلند کرده و ارتقا می دهد ، حتی اگر همزمان کسانی در اطراف شما در حال حرکت مارپیچی رو به پایین باشند .

آن هنگام که آمادگی اش را در خود احساس کردید ، شما می توانید روش پیشرفته تر را نیز محک زنید . متوجه باشید که این یک مسابقه ی ماراتون **marathon** نیست که چه کسی می تواند سریع تر به روش پیشرفته تر دست یابد .

تنها چیزی که لازم است این است که شما بدون علیت ، تا آنجایی که برایتان امکان دارد ، بتوانید در احساسات تقدیر و قدردانی باقی بمانید . این حوزه ی ارتعاشی ساده ، در زمان کنونی که از وضعیت انتقالی سیاره ای عبور می نمائید ، کمک بزرگی برای شما خواهد بود .

کمک دیگر برای شما در این گذر ، مراقبه ایست که در یکی از ارتباطات قبلی مان با شما به اشتراک گذاشتیم . ما آن را مراقبه ی "قصر کریستالی اندرون " **The Crystal Palace Within** نامیده ایم ، و تشویقتان می کنیم که با آن کار و تجربه کسب کنید . اگر توانستید با آن روش مراقبه ارتباط برقرار کنید ، از آن به دفعات استفاده نمایید ، زیرا که شما را به خرد "گابا" (زمین) متصل می سازد ، و همچنین یک مجرای مرکزی را به عرصه های بالاتر از وجود خودتان زنده می سازد که شما از طریق علم کنونی تان آن را به عنوان غده ی پینال (صنوبری) می شناسید ، و ما آن را به عنوان یک جواهری بس ارزشمند در درون کاسه ی سر .

از آنهایی که قصد دارند برای مدیتیشن جهانی در روز ۱۱ نوامبر امسال (۱۱/۱۱/۱۱) به ما بپیوندند ، تقاضا داریم که تا جایی که امکان دارد با مدیتیشن "قصر کریستالی اندرون " **The Crystal Palace Within** کار کنند ، تا برای دریافت و همسویی با طنین ابعادی جدید ما ، که در طول این مراقبه ی جهانی از آن استفاده خواهد شد ، آماده باشند .

این طنین ابعادی جدید یک مراقبه ی صوتی خواهد بود ، که برای انتقال نور به غده ی هیپوفیز ( تنظیم کننده ی اصلی غدد درون ریز بدن شما ) خلق شده است . دستورالعمل های لازم را در مورد چگونگی استفاده از این مدیتیشن صوتی ، چه برای استفاده ی خودتان و چه برای استفاده در مدیتیشن جهانی در روز ۱۱/۱۱/۱۱ ، با شما در میان خواهیم گذاشت .

ما "طنین ابعادی (مراقبه ی صوتی) غده ی هیپوفیز " **Pituitary Dimensional Attunement** را در بخش هدایای صوتی در وب سایت مان در پایان ماه سپتامبر و یا اوایل ماه اکتبر در دسترس خواهیم گذاشت .

## خلاصه

همانطور که در آغاز این پیام گفتیم ، شما در حال ورود به یک وضعیت بحرانی گذرا در ابعاد آگاهی می باشید . به کسانی که با پیام قبلی ما تحت عنوان "تغییرات گذرا در وضعیت آگاهی " **Transition States of Consciousness** نا آشنا می باشند ، قویا توصیه می کنیم که نگاهی به این پیام بیاندازند .

زمین شما در حال ورود به یک دوره ی خطرناک در حرکت صعودی اش رو به آگاهی بالاتر است . بسیاری از جنبه های واقعیت شما درست در مقابل چشمانتان تغییر خواهند یافت ، آنقدر سریع که نمی توانید حتی تجسمش را بکنید .

با توجه به شتاب زمانی کنونی ، تغییر و تحول در تمدن شما به صورت عجیبی افزایش خواهد یافت . واژه ی "تحول" (در زبان انگلیسی) **transformation** به معنای واقعی کلمه به معنی "فرا تر رفتن از فرم" می باشد . بدین ترتیب که ساختار واقعیت تان (به معنی اندیشه و باورهایتان و همچنین واقعیت خارجی زندگیتان) دستخوش تغییراتی بسیار سریع و عظیم خواهند شد .

هم اکنون سیالیت بیشتری در آگاهی مورد نیاز است ، و حفاظت از جوهر ارتعاشی تان بسیار واجب و حیاتیست . شما در حال ورود به دوران دلخراشی هستید . اما در عین حال ، در دل همین پیچیدگی فرصت های بسیار زیادی برای تکامل شخصی شما نیز وجود دارند .

باور ما بر این است که با افزایش تعداد و شدت گره های مغشوش ، تضاد و دوگانگی نیز بین مردم بالا خواهد گرفت . در عین حال حتی در میان این تضاد ها ، اگر قلب و ذهن شما باز باشد ، شما قادر خواهید بود که لحظاتی از صمیمیت و همدلی عمیقی را با دیگران ، حتی با غریبه ها تجربه کنید - آن زمان که به درون چشم یک انسان دیگر می نگرید و او نیز همانند شما تقدس این لحظه ، تقدس زندگی ، و تقدس این زمین را می شناسد و درک می کند .

افکار و دعای برکت ما با شماست .

هاتورها / ۱۲ آگوست ۲۰۱۱

## مشاهدات و توصیه های تام کنیون :

بنا بر هاتورها ، ما در حال حاضر شاهد افزایش شدت گره های مغشوش متعدد می باشیم که با بالا رفتن رویداد ها و موقعیت های متشنج در سراسر جهان همراه خواهد بود .

هاتورها تعدادی از این گره های مغشوش را در پیامشان مشخص کرده اند ، از قبیل تنش و فشار های شدید بر روی اکوسیستم سیاره ی ما ، الگوهای آب و هوایی عجیب و غریب که به نوبه ی خود اثرات منفی بر روی کشاورزی و منابع غذایی ما دارند ، و همچنین تغییرات زمینی (همانند زمین لرزه و آتشفشان) ، به جدا از نوسانات شدید اقتصادی و سیاسی .

لیکن آنها زمان زیادی را برای تشریح جزئیات این فجایع فیزیکی صرف نمی کنند .

من فکر می کنم که آنها کاملاً به درستی بیان می کنند که عواقب ناشی از این گره ها ی مغشوش به سهولت برای هر کسی که عمیق تر به وقایع سطحی کنونی بنگرد ، معلوم و واضح باشد .

تمرکز اصلی پیام آنها دو جنبه دارد: اولی اینکه چگونه هر یک از ما می توانیم یک "میدان ارتعاشی حفاظت کننده" vibrational field of protection در اطراف خود بیافرینیم، در حالیکه همه با هم به صورت جمعی به یک وضعیت گذر و دگرگونی عمیق پای می گذاریم (به همراه افزایش متناظر در هرج و مرج جهانی). و دوم اینکه آنها اشاره دارند به آنچه که خودشان آن را به عنوان یک "خطر پنهانی" مشاهده می کنند، که به گونه ای متضاد اصلا هویتی فیزیکی ندارد، بلکه دارای وجهه ای کاملا ذهنی و روانیست.

هاتورها برخی از ادیان بزرگ و سنت های معنوی جهان ما را به خاطر اثرات سمی و مودی بعضی از اندیشه های مرکزی شان به شدت کوبیده و مسئول می دانند - اول اینکه تصور می کنیم طبیعت چیز است که ما باید به خاطر خواسته ها و توقعاتمان بر آن چیره گردیم و آن را مطیع اراده و حوس های خود سازیم (که کاملا ضدیت دارد با "هم آفرینی در کنار و همراه با دنیای طبیعی" - با استفاده از کلام خود هاتورها). و دوم اینکه در طرز تفکر ما یک جدایی و نبرد ابدی در دنیا میان ماده و روح و روان وجود دارد. هاتور ها به قدری متقاعد گشته اند که این شیوه ی فکری و اعتقادی در جامعه ی انسانی ما برایمان به شدت مسموم کننده می باشد، که در دو پیام اخیرشان بر این موضوع به طور خاص اشاره و تاکید نموده اند.

من تا کنون بیش از بیست سال است که با هاتورها کار کرده ام، و اصولا آنها به طور طبیعی نسبت به برداشت ها و دیدگاه های شخصی شان بسیار متواضع و با وقار و لطافت رفتار می کنند. برای آنها این بسیار غیر معمول است که اینچنین موضع گیری قاطعانه ای نسبت به موضوعی را داشته باشند.

پس از دریافت این پیام اخیر، من از یکی از راهنمایان هاتورم در مورد این حمله ی بی سابقه ی آنها نسبت به این دو طرز تفکر رایج در بسیاری از آداب و رسوم مذهبی و معنوی جامعه ی کنونی مان جويا شدم. پاسخ او این بود که بشریت در یک نقطه ی اوج در پرتگاه بلندی قرار گرفته است و این دو طرز تفکر فوق همانند زهری سمی می باشند که تا کنون رویکرد جمعی ما را نسبت به زندگی آلوده ساخته، و همچنان نیز آلوده می نماید. (با توجه به اینکه برخی از این سنت ها، زندگی را نوعی مجازات و یا یک خطا، یا فرایندی آکنده از گناه می پندارند.)

هاتورها این نوع ایده ها را توهم می دانند زیرا که در دیدگاه آنها تفاوت یا جدایی بین معنویت و روح (ابعاد درونی واقعیت) و ماده وجود ندارد. مشخصا آنطور که خودشان بیان می کنند آنها آگاهی را بصورت یک رشته ی متداوم پیوسته از ارتعاشات، از بالاترین ارتعاشات نور تا پائین ترین ارتعاشات ماده می بینند.

برای آنها، ماده ذاتا مقدس است (اگر منظورمان از "مقدس" جزئی از کل بودن باشد)، زیرا که ذرات اتمی یک تجلی از همین رشته ی پیوسته می باشد. تنها تفاوت این است که سرعت حرکت چیزها در دنیای ماده کند تر از واقعیت نور رخ می دهد.

به سبک حقیقی "هاتورین"، هاتورها می گویند که هر تازه وارد (یعنی هر کس که جويا و آماده ی تلاش برای زندگی رو به سطوح بالاتر باشد) می بایست که خودش شخصا در مورد شکاف مذهبی متداوم یافته بین روح و ماده تصمیم بگیرد و تشخیص و قضاوت به عهده ی خود اوست.

به عبارت دیگر، آنها به ما نمی گویند که چه چیزی را باید باور داشته باشیم و یا نداشته باشیم و نمی خواهند در انتخاب تفکراتمان دخالت کنند (که درستش هم همین است). لیکن آنها بدون شک موضع خود را در این باره به وضوح روشن ساخته اند.



## جنون و دیوانگی جمعی

هاتورها نیز در مورد اینکه چه تعدادی از ما واکنش های استرس و فشار قابل توجهی را نسبت به اثرات جهانی گره های مغشوش تجربه خواهند کرد صحبت کرده اند ، همینطور که به مرور این فشارات شدید تر هم خواهند شد . بنا به گفته ی آنها ، یکی از نتایج این استرس بر روی انسان ها ، افزایش در بی ثباتی روحی و روانی جمعی خواهد بود . علاوه بر این ، آنها فکر می کنند که "بسیاری از افراد تمایل به تجربه ی وضعیت های متوهم و و انزوا گرا در آگاهی خود را خواهند داشت ."

من فکر می کنم که تاریخ اجتماعی / روانی بشریت به وضوح نشان داده است که آن هنگام که تنش های اجتماعی ، اقتصادی ، و محیط زیستس به نقطه ی اوج می رسند ، مشکلات تعادل روحی در اجتماع انسانی ه مانند قارچ ها در فصل بهار ظاهر می گردند .

در مدت کوتاهی پس از پایان جنگ جهانی اول ، روانپزشک معروف کارل یونگ Carl Jung بر اساس رویاهای عذاب آور بیمارانش جنگ جهانی دوم را پیش بینی کرده بود . شدت و شباهت کابوس های بیمارانش به او نشان می داد که ذهن جمعی انسانی عمیقا متزلزل و نابسامان بوده ، نسبت به اتفاقی که قرار بود در آینده ای نزدیک تحقق یابد .

در واقع رشته ی نسبتا جدیدی در روانشناسی اجتماعی ایجاد شده که چگونگی فعل و انفعالات پیچیده از فشار های اجتماعی و اقتصادی را در تولید واکنش های استرس در افراد بررسی می نماید ، و اینکه چگونه این نوع استرس ها می توانند منجر به مشکلات روحی و روانی گردند . در این راستا یک بررسی بسیار جذاب را پیدا کرده ام که توسط موسسه ی ملی سلامت روانی National Institute of Mental Health منتشر شده ، که یک قطعه ی بسیار جالب و خواندنیست .

برای کسانی که علاقه مند به اینگونه مسائل هستند ، شما را به سندی با عنوان "عوامل استرس اجتماعی و منابع اجتماعی و پیامد های بهداشتی آنها" "Social Stressors and Social Resources and their Health Consequences" از دفتر پیشگیری و پروژه های خاص " واقع در شهر بتسدا در ایالت مریلند که در ۱۷ تا ۱۹ ماه آگوست سال ۱۹۹۵ منتشر شد ارجاع می دهم . NIMH Office of Prevention and Special Projects, Bethesda, MD, August 17-19 1995

همچنین شما می توانید با جستجوی اینترنتی و دادن این آدرس URL به موتور جستجو ، خودتان یافته های دیگری را در این باره پیدا کنید : [http://www.mhsip.org/nimhdoc/socioeconmh\\_home2.htm](http://www.mhsip.org/nimhdoc/socioeconmh_home2.htm)

حال بیا باید توجه مان را بازگردانیم به نظرات هاتورها در مورد افزایش توهمات و وضعیت های تجزیه کننده و منزوی آگاهی .

در اینجا هاتورها یک نمونه از اینها را به عنوان مثال بازگو کرده اند ، که همان انتظار معروف بسیاری از افراد انسانی در جامعه ی کنونی مان می باشد . اینکه در حال حاضر ما در آستانه ی "روز قیامت" Judgment Day هستیم (یا حتی بعضی ممکن است بگویند که در حال حاضر اساسا در روز قیامت قرار گرفته ایم و با آن مواجه می باشیم ) .

## داستان (سناریوی) روز قیامت

این ایده که ما در نزدیکی پایان دنیا و "آخر زمان" می باشیم هیچ چیز جدیدی نیست. در پایان هزاره ی اول، نوعی جنون و توهم "آخر زمان" اروپا را فرا گرفت. با اعتقاد به اینکه پایان جهان و بازگشت عیسی مسیح قریب الوقوع است، تعداد بی شماری از مردم در راه زیارت جمعی برای پاکسازی و توبه نسبت به کفاره گناهان خود در برابر خداوند، روستاها و امرار معاش و خود را رها و ترک کردند. هنگامی که روز اول از هزاره ی جدید (A.D. ۱۰۰۰) فرا رسید و جهان به پایان نرسیده بود، بسیاری از مؤمنان سرسخت و سر سپرده بدون شک سرخورده و آشفته شدند. بالاخره کماکان بازگشت عیسی مسیح تضمینی بود برای فرار از مشکلات و پایان به جنون زمانه ی آنها.

جدیدا نیز یک پیامبر مدرن روز پایان خلقت را ۲۱ ماه می امسال (۲۰۱۱) محاسبه کرده است. این تخمین زمانی به گفته ی او بر اساس "یک تجزیه و تحلیل دقیق از کتاب مقدس انجیل" استوار است. این چشم انداز او از زمان پایانی دنیا همانند یک ویروس دیوانگی در اجتماع بزرگی از مسیحیان بنیادگرای انجیلی شعله ور و واگیر شد. در تکرار عجیبی از هزاره ی گذشته، بسیاری از این مؤمنان شغل و مسئولیت های خود را ترک گفتند، در حالیکه بعضی دیگر تمامی پس انداز زندگی شان را اهدا و اختصاص دادند به خرید صفحات کامل آگهی در روزنامه ها و اجاره ی بیلبوردهای عظیم تبلیغاتی برای هشدار رسانی در باره ی روز آخرت و همکاری در کوششی بی همتا در راه "نجات کافران" مشرک از لعنت ابدی خداوند و باز آوردن آنها به گله (راه راست) قبل از شرف روز موعود (روز قیامت).

وقتی روز ۲۱ ماه می آمد و رفت، و صبح روز ۲۲ ماه می فرا رسید، غافل از اینکه قرار بوده که نباشد، بسیاری از این مؤمنان بدون شک متزلزل گشتند. لیکن بعضی از آنان نیز به اصطلاح قایق را ترک گفته، و حال بر این اعتقاد تکیه نمودند که تاریخ ۲۱ م ماه می یک پیش بینی غلط بوده، و تاریخ درست برای پایان جهان ۲۱ ماه اکتبر ۲۰۱۱ می باشد.

لیکن این دیوانگی در مورد "پایان زمانه" اصلاً به دنیای مسیحی های فوندامنتالیست محدود نمی باشد. عصر جدید ما یک داستان موثر و پر قدرت به عنوان "پایان زمان مایاها" می شناسد. بر مبنای این دیدگاه جهان در روز ۲۱ دسامبر ۲۰۱۲ مطابق تقویم مایاها به پایان می رسد.

شخصاً من فکر می کنم که تقویم مایاها بیشتر شبیه به یک کیلومتر شمار کیهانیست. وقتی این تقویم به اتمام می رسد به سادگی یک چرخه ی جدید زمانی شروع می شود. شمارش یک دوره زمانی (قبلی) تمام گشته و یک گردش شمارش جدید شروع می گردد. اینکه دنیا در روز ۲۱ دسامبر ۲۰۱۲ به پایان می رسد برای من مثل این است که بگویید اتومبیل من وقتی کیلومتر شمارش ۱۰۰.۰۰۰ مایل را رد کرد محو خواهد گشت. لیکن من این فرضیه را نمی توانم بپذیرم.

چندین بار از هاتورها در باره ی عقیده شان در باره ی پایان زمانه از دیدگاه مایاها سوال کرده ام. آنها متداوماً می گویند که اتمام تقویم مایاها به این معنی نیست که دنیا به پایان می رسد، بلکه به این معناست که دنیا به این شکلی که ما آن را می شناسیم به پایان می رسد.

آنها همچنین باور دارند که در روز ۲۱ دسامبر ۲۰۱۲ نوعی انرژی پر قدرت متحول کننده از مرکز کشفکشان که گاهی نیز آن را "خورشید مرکزی" می نامند آزاد خواهد شد. در حالیکه این انرژی عظیم تحولی و تغییر دهنده مسلماً بر روی انسان ها تاثیر پر قدرتی می گذارد، لیکن برای هاتورها این واقعه به معنی پایان وجودی انسان "هوموساپین" Homo sapiens نمی باشد.

## نتایج ضمنی و ناگفته

به هر حال در نهایت تاریخ نشان خواهد داد که در تمام این صحبت ها راجعه "پایان جهان" چه کسی درست می گوید و چه کسی غلط می گوید. البته نظر به اینکه چیزی به عنوان یک "تاریخ آینده" برای بشریت وجود داشته باشد و صورت پذیرد.

شاید هم حق با جویندگان "روز قیامت" باشد و تمامی جهان در یک روز قضاوت توسط خشم خداوند به پایان رسد. و یا شاید هم به قول و باور برخی دیگر که به مداخله ی باستانی موجودات بیگانه از دنیاهای دیگر اعتقاد دارند، این جهان روزی به پایان خواهد رسید که "آنوناکي" ها Anunnaki (موجوداتی فرا زمینی) برای نظاره و مرور زندگی برده هایشان که به طور ژنتیکی آنها را برای نیروی کاری اصلاح کرده بودند (که منظور ما انسان ها باشیم) به زمین باز گردند.

شاید هم به باور برخی دیگر، "خیرخواهان بزرگ ما" (اینجا باز صحبت از دیگر موجودات فرازمینی می باشد) باز خواهند گشت و ما را از خودمان نجات خواهند داد. و همچنین روز پایانی تقویم مایاها Mayan Calendar ما را به عصری جدید از الهیت سوق خواهد داد و تمام کابوسی که هم اکنون در اطراف ما رخ می دهد و عملاً در وسط آن قرار داریم مثل یک خواب بد خواهد بود که وقتی از خواب بیدار شویم به گذشته و نیستی سپرده خواهد شد.

یا شاید هم حق با مریدان لفظی تقویم مایاها باشد، و زمانی که تقویم مایاها به پایان رسد، جهان ما نیز پایان خواهد یافت.

لیکن این طرز تفکر "آخرت" و "قیامت" Domsday Thinking، حداقل از دیدگاه من برخی از مشکلات ذاتی ما را برملا و ارائه می دهد، بدون در نظر گرفتن منشا و ریشه های آنها. اول از همه اینکه این شیوه تفکر طبیعی محدود کننده دارد و اساساً موجب صلب قدرت و مسئولیت در ما می گردد. همچنین صرف بیش از حد زمان در تعمق و تفکر در باره ی "روز قیامت" حقیقتاً می تواند به یک حالت بسیار منفی ذهنی منجر گردد.

نتایج ناگفته از این نوع طرز تفکر این است که تحت تاثیر آن، هر اقدامی را که بخواهیم اراده کنیم که در زندگی مان انجام دهیم تقلیل می دهد. در حالیکه قابلیت ما برای عمل کردن و تغییر دادن موقعیت های زندگی مان، یکی از مهم ترین ویژگی ها و قدرت های ما محسوب می شود.

## حیطه های ارتعاشی محافظ کننده

در این پیام اخیر، هاتورها دو روش برای مقابله با طبیعت متشنج و مغشوش وضعیت گذرا در تغییرات سیاره ای که هم اکنون وارد آن شده ایم را ارائه نموده اند.

هر دو روش با قلب و یا عواطف مربوط به قلبمان سر و کار دارند. این اصلا تعجب آور نیست، از آنجا که هاتورها از روز اول به من گفته اند که موثرترین و بی خطرترین وسیله و روش برای سرعت بخشیدن به تکامل معنوی انسان، از طریق قلب و احساسات سپاس و قدردانی میسر می باشد.

اولین شیوه ای که آنها با ما به اشتراک گذاشته اند برای کسانیست که نسبت به این نوع از اطلاعات تازه وارد هستند. اگر شما پیشرفته تر هستید، ممکن است بخواهید از این بخش گذر کنید، زیرا که صحبت ها در اینجا نسبتا ابتدایی می باشد. گفتگوی من در باره ی تکنیک پیشرفته تر در ادامه ی این متن تحت عنوان "روش پیشرفته / و ملاحظات فلسفی" ارائه شده است.

## The Advanced Technique/Philosophical Considerations

### روش پایه

در اینجا هدف اصلی وارد شدن به وضعیت احساسی تقدیر و قدردانی می باشد. شما صرفا بدون هیچ دلیلی به جز اینکه قصد دارید این احساسات را تجربه کنید وارد این حالت جسمی/ذهنی می شوید. به عبارت دیگر شما به دنبال چیزی در زندگی تان که به شما احساس سپاس و قدردانی بدهد نمی باشید. شما فقط توسط اراده ی خود وارد این حالت احساسی می شوید.

بنا به هاتورها، وقتی که در این حالت جسمی و ذهنی قرار می گیرید، شما آنچه که خودشان یک "جاذب مثبت انرژی" **positive attractor** می نامند را ایجاد می کنید. این فرایند به طور مثبت بر خلق و خوی شما، طرز تفکرتان، و رفتارتان، اثر می گذارد، و به گفته ی ایشان همینطور بر روی ارتعاش میدان انرژی ظریفتان.

هاتورها به ما پیشنهاد می کنند که چندین بار در روز وارد این وضعیت تقدیر و قدردانی شویم، به طوری که به ایجاد آن مسلط گردیم، و این بدان معناست که بتوانیم هر زمانی از شبانه روز که اراده کنیم وارد این احساسات شویم.

آنها می گویند که این مهارت و توانایی می تواند به هر کدام از ما خدمتی عظیم رساند، همینطور که همه مان به همراه نزدیک به ۷ میلیارد مردم دیگر بر روی این سیاره، هر چه عمیق تر به عواقب ناشی از گره های مغشوش متعدد پای می گذاریم. به عبارت دیگر، وضعیت احساسی تقدیر و قدردانی همانند یک پادزهر یا محافظ روانی/عاطفی عمل می کند، درمقابل استرس و فشارهای متعدد حاصل از آشفتگی ها و دگرگونی ها.

هر چه شما بیشتر تمرین کنید تا وضعیت ذهنی / احساسی منفی خود را تبدیل به حس سپاس و قدردانی نمایید، در انجام آن ماهرتر خواهید شد. این نوع مهارت های ذهنی / احساسی واقعا فقط همین می باشند، یک مهارت. و مثل سایر مهارت ها، استادی در آنها با تکرار و تمرین حاصل می گردد. از همین ابتدا باید سعی کنیم چرخه و گردش اعصاب مغزمان را پرورش دهیم، تا آنکه زمانی که به جواب دهی آن نیاز پیدا کنیم در اختیارمان باشد.

اگر شما از نادر افرادی هستید که دارای یک شبکه ی عصبی بخوبی توسعه یافته می باشد، و دسترسی به عواطفتان براحتی برای تان امکان پذیر است، احتمالا شما قادر هستید به سهولت احساسات قدردانی و سپاس را در خود فرا خوانید و بیاد آورید. و نیز در حین انجام این کار، متوجه تغییر و تبدیل کیفیت احساساتتان به احساسات منسجم و مثبت قدردانی و سپاس خواهید شد.

حال تمامی آنچه شما نیاز دارید که انجام دهید این است که به دفعات در طی روز به این احساسات وارد شوید. همانند تمرین و تجربه ای ذهنی این کار را انجام دهید. هم در شرایط آسان و هم در شرایط سخت آن را امتحان کنید - مثل وقتی که رنجیده خاطر، یا عصبانی و ناراحت و بی صبر هستید. ببینید وقتی به این صورت با حالتی عاطفی منسجم در تجربیات ذهنی/احساسی خود مداخله می کنید چه اتفاقی می افتد. به یاد داشته باشید که هر چه بیشتر تمرین کنید ماهرتر و منطبق تر بر آن خواهید شد.

لیکن اگر از افرادی هستید که به عواطف خود مستقیماً دسترسی ندارید، ممکن است بخواهید که روش بازیابی حافظه را تمرین کنید. این ایده (روش) بدینصورت عمل می کند که شما حوادث یا شرایطی را که در آنها تجربیات احساسی داشته اید به یاد می آورید. وقتی به حافظه ی خود دسترسی می یابید، آن عواطف نیز به آگاهی و بصیرت شما باز می گردند.

بنابراین اولین گام این است که چیزی را که در گذشته احساس قدردانی و شکر گزاری نسبت به آن کرده اید به یاد آورید. مهم نیست آن دلیل چه بوده است. می تواند چیزی بزرگ باشد یا چیزی کوچک. مهم فقط این است که احساسات آن را یاد آور شوید تا بتوانید قدری حس سپاس و قدردانی را تجربه کنید.

گام بعدی این است که حافظه ی آن واقعیت را فرا بخوانید و شرایط و جزئیات آن را بیاد بیاورید. تمامی حواس خود را در این تجربه بکار گیرید. خودتان را تصور کنید که واقعا به طور فیزیکی در آنجا وجود دارید. شرایط و جزئیات را ببینید و بشنوید و لمس کنید. همانطور که حافظه ی خود را دقیق تر بر روی آن خاطره تنظیم می کنید، و آنچه بروز آن احساسات را در شما ایجاد کرده بود، شور و هیجانات همان احساسات را دوباره در درون خودتان پدید خواهید آورد.

گام آخر این است که خاطره را رها سازید، تا آنچه باقی ماند فقط وضعیت احساسی تان باشد. همینطور که در این وضعیت منسجم احساسی سپاس و قدردانی آرام می گیرید، خود را با کیفیت آن آشنا سازید.

در نهایت قارد خواهید شد تا وضعیت احساسی سپاس و قدردانی را بدون اینکه نیاز به رجوع به حافظه و خاطره ای را داشته باشید فرا بخوانید. آن هنگام آماده هستید تا در طول روز چندین بار وارد و وضعیت منسجم قدردانی و سپاس گردید. به یاد داشته باشید که تمرین باعث مهارت و استادی می شود.

بعضی افراد قابلیت دسترسی به وضعیت سپاس و شکر را ندارند - چه مستقیماً و چه از طریق روش فراخوانی حافظه. این به دلایل زیادی وابسته است، مثل نقص شبکه ی عصبی در مغز، یا خصوصاً تاریخچه ی گذشته. به عبارت دیگر این افراد وقتی به جستجوی خاطره ای در گذشته می پردازند که احساس سپاس و شکر گزاری را به همراه داشته باشد، نمی توانند چیزی را به یاد بیاورند و دست خالی می مانند. به سادگی آنها نمی توانند تجربیات مثبتی را که باعث ایجاد این نوع از احساس شده باشند را به خاطر بیاورند.

اگر شما از این دسته افراد هستید، بدانید که می توانید شبکه های عصبی جدیدی را در مغز خود ایجاد نمایید، که امکان تجربه ی وضعیت احساسی منسجم شکر و قدردانی را، اگر چه تاکنون نداشته اید، بر شما امکان پذیر سازند.

برای انجام این کار شما از روشی به اسم "تخیل خلاق" creative fantasy استفاده می کنید. با اینکه ممکن است بسیار عجیب به نظر آید، سیستم جسمی/ذهنی شما قابلیت تشخیص تفاوت بین حوادث واقعی و تخیلی را ندارد.

وقتی شما یک تخیل شفا بخش را خلق می کنید ، قابلیت و انرژی های شفا بخش بسیار قوی ای را در ذهن و جسم خود رها می سازید ، در حالیکه منبع این انرژی های شفا آور فقط تخیل خودتان است .

اولین مرحله در این روش این است که به چیزی فکر کنید که به شما احساس سپاسگزاری و قدردانی می دهد . مهم نیست این تصور چه باشد . می تواند یک چیز خیلی بزرگ یا چیزی ساده باشد . تنها کافیست چیزی باشد که به شما احساس سپاس و قدردانی بدهد .

گام بعدی این است که شروع به ساختن و پرورش این تخیل می کنید . با تصور خودتان در شرایط دریافت آن چیز که حس قدردانی و سپاس را در شما پدید می آورد . خودتان را کاملا در این شرایط تصور می کنید . انگار که واقعا اتفاق افتاده است . آن مکان را می بینید ، لمس می کنید ، و صداها را می شنوید . اگر حواس ۵ گانه را وارد کنید ، تخیلتان هر چه بیشتر واقعی تر به نظر می رسد . وقتی که احساس سپاسگزاری و قدردانی در شما بوجود آمدند، آنگاه تخیل را رها سازید و با احساسات باقی بمانید.

گاهی اوقات مردم دریافت های دیگری را نیز در تمرین تخیل ، علاوه بر احساس قدردانی و سپاس ، تجربه می کنند . این دریافت های اضافه می توانند شامل احساساتی نظیر غم و تاسف و حتی خشم باشند . همانند اینکه چرا در گذشته چیزی در زندگی خود نداشته اند که قادر باشد احساس شکر گزاری و قدردانی را به آنها بدهد .

اگر این اتفاق برای شما افتاد به خودتان اجازه دهید تا این دریافت های ثانویه را تجربه کنید . هدف این نیست که روی هیچ حسی درپوش گذارید ، مخصوصا احساساتی واقعی نسبت به شرایط زندگیتان که خودشان را به شما برملا می سازند . هدف معرفی وضعیت احساسی جدیدیست که بتوانید با آن کار کنید .

اگر شما به خودتان اجازه دهید احساسات ثانویه را به اندازه ی کافی حس و تجربه کنید ، شدت آنها به مرور کاسته و محو می گردد . در اینجا به تخیل خود بازگشته و اجازه دهید که احساسات قدردانی و سپاس دوباره در شما بالا گیرند . سپس تا زمانی که راحت هستید در این وضعیت احساسی منسجم آرام بگیرید و باقی بمانید و شروع به شناخت کیفیت آن نمایید .

بعضی افراد با احساسات ثانویه ی قوی ممکن است که نیاز داشته باشند چندین بار متوالی به این روش خلق تخیلی رجوع کنند . در تلاش خود پا بر جا باشید چرا که هم شما و هم این روش ارزش تلاشتان را دارند .

وقتی متوجه پدید آمدن وضعیت احساسی قدردانی و سپاس حاصل از تخیل خود می گردید ، در حالیکه دیگر از احساسات ثانویه خبری نیست ، آماده ی تجربه با وضعیت احساسی منسجم می باشید که در بالا توضیح داده شد .

با آن کار کنید و تجربه کسب نمایید . آن را در موقعیت های مختلف محک زنید . هر چه بیشتر در راه ورود ارادی و آگاهانه به وضعیت احساسی سپاس و قدردانی تمرین کنید ، ماهر تر نیز می شوید . حسن پیش بینی نشده ی دیگری نیز در انجام این تمرین وجود دارد و آن این است که وقتی بارها و بارها در موقعیت احساسی منسجم سپاس و قدردانی قرار می گیرید یک "جاذب مثبت" **positive attractor** نیز خلق می کنید و نهایتا افراد ، فرصت ها ، و شرایطی را در زندگی خود جذب می نمایید که این احساسات را به شما بازتاب می کنند و هر چه بیشتر نیز این احساسات قدردانی و سپاسگزاری را در زندگی واقعی شما در شما بوجود می آورند .

## روش پیشرفته / و ملاحظات و اندیشه های فلسفی

من فکر می کنم این مهم است که قبل از بررسی جزئیات روش پیشرفته بحثی درباره ی مفهوم فلسفی آن داشته باشیم . دلیل محافظه کاری من در این باره ان این است که تکنیک پیشرفته به صورت بسیار عمیقی موجب دگرگونی فرآیند مغزی و درک درونی می گردد . این یک روش پر محتوی و عمیقست و بهتر است که شما از ابتدای کار بدانید که وارد چه معقوله ای می گردید تا بدانید آیا حقیقتا بدنبال کسب این تجربیات هستید یا خیر .

اگر شما دستور العمل هاتورها را خوانده باشید ، متوجه می شوید که لحظاتی در این تکنیک وجود دارند که شما بر روی قلب فیزیکی خود تمرکز می کنید ، در حالیکه احساس سپاس و قدردانی را نیز به همراه دارید . اگر به اندازه ی کافی در این وضعیت باقی بمانید ، فرآیند ناخودآگاه و خود جوش سعادت و شرف را تجربه خواهید کرد . سپس طبق گفته ی هاتورها شما در این وضعیت باقی خواهید ماند ، در حالیکه نسبت به خلاء و فضای درون بدن خود آگاه خواهید بود (شاهد خواهید بود) .

این آگاهی دو گانه از شرف به همراه خلاء ، یک تغییر وسیعی را در دریافت و استنباط درونی شما ایجاد می کند . این یک آزاد سازی و رهایی کامل است ، زیرا که شما مستقیما هستی یا آگاهی بی مکان و بی انتهای درون وجودتان را تجربه می کنید . در این موقعیت ، تمام مرزهای جسمی و محدودیت های دنیای اطرافان از میان می روند و شما بر فرای آنها خواهید بود .

شما به موقعیت بی انتهای ذهن وارد گشته اید که هیچ مرزی را نمی شناسد .

اگر تا این مرحله از تکنیک آمده اید ، به شما پیشنهاد می کنم زمان قابل ملاحظه ای را در این وضعیت گسترده ی ذهن سپری نمایید ، و قبل از اینکه وارد مرحله ی بعدی شوید واقعا از آن لذت ببرید . این را می گویم زیرا که برای من حداقل این گونه بوده است که این وضعیت عمیقا باعث تغذیه و آرامش و استراحت جسم و روانم می گردد .

در مرحله ی بعدی ، حس سپاسگزاری را برای فضایی که بدن شما را در بر گرفته و نیز برای ماده ی واقعی که ترکیب بدن شما را ایجاد کرده است می فرستید ، در حالیکه این حقیقت را به یاد دارید که بیش از ۹۹٪ ماده ، که بدن شما را نیز شامل است ، فضا است .

تصور من این است که هر کدام از ما تجربه ی شخصی خودمان را از این مرحله خواهیم داشت . برای من این تجربه ی بسیار بنیادین و عمیقست . از وضعیت غیر محدود ذهنی خود به وضعیتی منتقل می شوم که در آن هم آگاه به محدودیت جسمی وجود خود هستم و به طور همزمان نیز از آن محدودیت فرا تر هم هستم . به عبارتی دیگر به صورت همزمان هم در ابعاد مکان و هم فرای بعد مکانی هستم و این واقعا یک حالت عجیب و شگفت آورست .

وقتی برای مدت کافی در این وضعیت آگاهی فرا مکانی و نیز درون ابعادی باقی می مانم ، شروع به تجربه ی ورود انرژی به جسم خود از جایی که به نظر فضای درون بعدی بدن خودم می آید می کنم . و بدنم معمولا ناخودآگاه شروع می کند به نوعی حرکت دورانی ( اگر صاف یا به صورت چهارزانو نشسته باشم ) ، که یوگی ها اینها را به عنوان "کریا" *kriyas* می شناسند . کریاها نشانه ی این هستند که انرژی لطیف در بدن به حرکت افتاده است .

این مرحله از مدیتیشن ، حداقل برای من ، آرامش بخش نیست بلکه انرژی زا و محرک است .

طبق گفته ی هاتورها ، این مرحله از تکنیک پیشرفته بوجود آورنده ی جریان لطیف انرژی از فضای درون بعدی بدن به جسم KA (بدن انرژی) ، و از آنجا به درون سلول های بدن فیزیکی از طریق "میتوکوندریا" های سلولی mitochondria و سپس به درون DNA می باشد .

من به هیچ شیوه ای نمی توانم ثابت کنم که این حقیقتا اتفاقیست که می افتد . تنها می توانم آنچه را که هاتورها به من گفته اند برای شما بیان کنم ، بر مبنای سوالاتی که در مورد تجربه های شخصی خودم با این شیوه از آنها کرده ام و جواب هایی را که در این مورد از ایشان دریافت کرده ام .

هاتورها می گویند که انرژی بخشیدن به جسم KA + "میتوکوندریا" های سلولی mitochondria + دی ان ای DNA ، به طور خودکار باعث جرقه های آگاهی در باره ی روند صعود در شخص می گردد ، اگر به اندازه ی کافی از این تکنیک استفاده شود .

و این نقطه ی اوج و دوگانه ی این دو راهی فلسفیست . این روش پیشرفته قادر است استنباط درونی شما را طوری تغییر دهد که شما همزمان هم ابعاد فرا مکانی آگاهی خود را تجربه می کنید در عین حالی که تجربه ی ابعادی و مکانی خود را نیز دارا هستید .

اتفاق دیگر این است که یک پل ارتباطی میان آگاهی مجسم گشته (جسم گرفته) و آگاهی فرا جسمی تان بوجود می آید . یکی از فرآیند های این "پل ارتباطی" این است که شما انرژی های بسیار قوی ای را به درون جسم فیزیکی خود می خوانید که منشا در ابعاد وجودیتان در فرای جسم تان دارند .

شخصا این روش را به افرادی که بین ماده و روح اختلاف و تمایز قائل هستند توصیه نمی کنم . یا به کسانی که به این باور هستند که میان جسم و روح نوعی جنگ و ستیز وجود دارد . در اساس این روش درباره ی درک معنویت ماده است . اگر این چیزی نیست که شما به آن علاقمند می باشید ، پیشنهاد می کنم که اصلا درگیر این روش نگردید .

در ادامه ی متن دو لینک به وب سایت ما موجود می باشند که ممکن است در رابطه با آخرین پیام هاتورها آنها را مفید یابید .

هر دوی این لینک ها به فایل های صوتی mp3 می باشند که در بخش "هدایای صوتی" وب سایت ما قرار دارند .

[www.tomkenyon.com](http://www.tomkenyon.com)

اگر شما مشغول به خواندن این مطلب به صورت آن لاین هستید ، با کلیک کردن بر روی لینک های زیر شما به "توافق نامه ی گوش دادن" در سایت ما وصل می گردید . اگر با شرایط ما موافق هستید ، بر روی واژه ی "من با شرایط و ضوابط این بیانیه موافق هستم" که در پایین صفحه موجود می باشد کلیک کنید . آنگاه شما به تمام فایل های صوتی که در حال حاضر در بخش هدایای صوتی ارائه شده اند دسترسی می یابید .



"سگ ها و گربه ها / سپاس گذاری یا قدر دانی" Cats and Dogs; Appreciation or Gratitude  
<http://tomkenyon.com/sound-gifts>

"قصر کریستالی اندرون: یک مراقبه ی انرژی" The Crystal Palace Within: An Energy Meditation  
<http://tomkenyon.com/sound-gifts>

**توجه:** حتما توضیحات داده شده در باره ی تکنیک مراقبه را بخوانید . لینک توضیحات مربوطه در دل خود متن قرار دارد ، یعنی قبل از اینکه شما به لینک پایین صفحه که شما را به فایل های صوتی مرتبط می سازد برسید .

**توجه:** این مطالب تحت حفاظت حقوق بین المللی کپی رایت می باشد . شما می توانید این پیام هاتور ها را کپی و تکثیر نمائید. اما نمی توانید از فایل های صوتی در بخش هدایای صوتی کپی بر دارید .

شما می توانید این پیام هاتورها را به هر شیوه ای که می خواهید ارائه دهید . تا زمانی که هزینه ای برای آن دریافت ننمائید ، و هیچ گونه تغییری در آنها ندهید ، و نیز امتیاز آن را به نویسنده ی اصلی دهید ، و مطالب مربوط به حقوق کپی رایت آن را همراه با مطالب ارائه دهید .

[www.tomkenyon.com](http://www.tomkenyon.com)