



۲۰۶۵۰۹

ناخود آگاه نول چراغ جادو

شهرام مقصودی

نشر آقای کتاب

۱۳۹۸

سرشناسه	:	مقصودی، شهرام، ۱۳۵۳ -
عنوان و نام پدیدآور	:	ناخودآگاه، غول چراغ جادو/شهرام مقصودی.
مشخصات نشر	:	تهران: آقای کتاب، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۲۱۶ص.
شابک	:	978-622-217-015-8
وضعیت فهرست نویسی	:	فیفا
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	ناخودآگاهی
موضوع	:	Subconsciousness
موضوع	:	پرورش ذهن
موضوع	:	Mental discipline
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۷ م ۷ن ۲/۳۱۵BF
رده بندی دیویی	:	۱۵۴/۲
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۵۱۰۱۹

ناشر	:	آقای کتاب
عنوان	:	ناخودآگاه، غول چراغ جادو
مؤلف	:	شهرام مقصودی
نوبت چاپ	:	اول / ۱۳۹۸
تیراژ	:	۱۰۰ جلد
قیمت	:	۳۰ هزار تومان
شماره شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۱۷-۰۱۵-۸

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه ناشر یا مؤلف، نشر یا بخش کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به مؤلف می باشد.

آدرس نشر و محل توزیع: تهران، میدان انقلاب، ابتدای خ وحید نظری، بن بست بختیاری، پلاک ۷، واحد ۱ تلفن و دورنگار: ۶۶۱۷۶۸۹۱

سایت: www.aghayeketab.ir ایمیل: Info@aghayeketab.com

"مسئولیت صحت مطالب کتاب با مؤلف می باشد"

فهرست مطالب

فصل اول ذهن شگفت انگیز انسان

۱۳	درخت ذهن
۱۳	قدرت مغز انسان
۱۴	آناتومی مغز
۱۴	برش عمودی
۱۵	نیمکره‌های مغز
۱۶	نیمکره >
۱۶	نیمکره راست
۱۷	آزمون؛ نیمکره راست من شما فعال‌تر است یا چپ؟
۲۲	نیمکره راست غالب
۲۲	هنرمندهای بی‌برنامه کمال را
۲۴	نیمکره چپ غالب
۲۴	همه چیز طبق برنامه
۲۵	راه‌هایی برای تقویت نیمکره‌ها
۲۵	گاهی کودک شوید
۲۵	خودتان را سرکوب نکنید
۲۶	اعمال نیمکره‌های راست و چپ مغز
۲۶	برش افقی

فصل دوم شناخت خودآگاه و ناخودآگاه

۲۷	آیا آگاهی حالت جدیدی از ماده است؟
۲۸	دانشمندان منشأ خودآگاهی در مغز را یافتند
۲۹	خودآگاه و ناخودآگاه
۳۰	ذهن ناهشیار
۳۱	ناهشیار به منزله «شیء فی نفسه»
۳۱	ناهشیار به منزله «خزانه معانی نهفته»
۳۱	راز و رمز ناهشیار
۳۳	ناهشیار گذشته و ناهشیار حال
۳۳	نظریه فروید

- ۳۳..... الگوهای کاربرد
- ۳۵..... تفاوت خودآگاه و ناخودآگاه
- ۳۷..... مقایسه خودآگاه و ناخودآگاه
- ۳۹..... ضمیر خودآگاه چیست؟
- ۴۱..... اراده
- ۴۱..... چگونه ذهن آگاه خود را تغییر دهید؟
- ۴۲..... روش‌های رسیدن به هدف‌هایتان را تغییر دهید
- ۴۳..... ضمیر ناخودآگاه چیست؟
- ۴۶..... ضمیر نا..... آگاه، یک هدایت کننده خودکار
- ۴۸..... راه‌های و..... ی اطلاعات در ضمیر ناخودآگاه
- ۴۹..... قدرت تشخیص
- ۵۰..... مزایای ضمیر نا..... و آگاه
- ۵۰..... ضمیر ناخودآگاه چه..... عملی کند؟

اصل دوم کارکردهای ناخودآگاه

- ۵۳..... ناخودآگاه، غول چراغ جادو
- ۵۳..... شناخت خودآگاه
- ۵۴..... شناخت ضمیر ناخودآگاه
- ۵۴..... اندازه ضمیر ناخودآگاه
- ۵۵..... قدرت ضمیر ناخودآگاه
- ۵۵..... ناخودآگاه در مقابل خودآگاه
- ۵۶..... ناخودآگاه، بچه غول نادان درون
- ۵۷..... چرا به ضمیر ناخودآگاه بچه گفته می‌شود؟
- ۵۷..... چرا به ضمیر ناخودآگاه غول گفته می‌شود؟
- ۵۸..... چرا به ضمیر ناخودآگاه نادان گفته می‌شود؟
- ۵۸..... چرا باید بچه غول نادان درون‌مان را تربیت کنیم؟
- ۵۹..... کنترل عادت‌ها
- ۵۹..... تغییر باورهای محدود کننده
- ۵۹..... از بین بردن ترس‌ها
- ۶۰..... ناخودآگاه و ان ال بی (NLP)
- ۶۰..... مقدمه
- ۶۵..... هدف ناخودآگاه

۶۵	وظایف ناخودآگاه
۶۶	تولید رفتار و باور
۶۶	قوانین ضمیر ناخودآگاه
۶۶	ناخودآگاه محل دائمی ثبت اطلاعات است
۶۷	ناخودآگاه از انجام هر رفتاری، یک منظور مثبت را پیگیری می‌کند
۶۸	پیش فرض‌های ان ال پی و مکانیسم‌های ضمیر ناخودآگاه
۶۹	نقشه شان‌دهنده همان سرزمین نیست
۶۹	فیلترهای منی (فیلترینگ) و نقشه تحریف شده
۷۰	احساسات بنیادین، واکنش‌های احساسی و ادراکی
۷۲	مکانیسم دفاع
۷۲	ضمیر ناخودآگاه و عزیز از شکست‌های عاطفی
۷۲	برقراری تعادل و خنثی‌سازی احساسات
۷۳	ارتباط با ضمیر ناخودآگاه
۷۳	مرور خاطرات کودکی
۷۵	تمرین عملی
۷۶	ناخودآگاه و هدف‌سازی
۷۶	کلیات
۷۸	کنترل ضمیر ناخودآگاه، کنترل زندگی
۷۸	دستیابی به هدف و باورهای محدودکننده ناخودآگاه
۸۰	راهنمای کاربردی
۸۳	هدف خود را واضح و شفاف بنویسید
۸۴	نتیجه‌گیری
۸۵	ناخودآگاه و ترک عادت
۸۵	عادت‌ها چگونه شکل می‌گیرند؟
۸۶	عادت‌های بد
۸۷	ناخودآگاه و تبلیغات
۹۱	ناخودآگاه و رویابینی
۹۱	رویا زبان ناخودآگاه‌ست
۹۱	رویای پرواز
۹۲	تغییر صحنه در رویا
۹۲	سفر در زمان



- ۹۲ پیدا کردن اشیاء رویایی
- ۹۳ حرف زدن با ذهن ناخودآگاه
- ۹۳ با ناخودآگاه همان چیزی که دوست دارید را خواب ببینید
- ۹۴ کنترل رویای شفاف
- ۹۴ انگیزش و تمرین
- ۹۴ وضعیت خوابیدن و تن آرامی
- ۹۶ شفافیت خود به خودی
- ۹۷ شخصیت‌های رؤیا
- ۹۷ مضمون رؤیاها
- ۹۸ از پیش بردآگاهی از طریق اطمینان از خواب نبودن
- ۹۹ تصورات بین خواب و بیداری
- ۹۹ با آگاهی به خواب برو
- ۱۰۰ وارد جهان رؤیا شوید
- ۱۰۲ ناخودآگاه و قانون جذب
- ۱۰۲ هشدارها
- ۱۰۳ دلیل رسیدن به خواسته به محض خیال شدن آن
- ۱۰۴ ناخودآگاه باور کند اتفاق می‌افتد
- ۱۰۴ رازهای ناگفته ضمیر ناخودآگاه
- ۱۰۴ عملکرد ضمیر ناخودآگاه
- ۱۰۵ رسیدن به اهدافتان را تجسم کنید
- ۱۰۶ ناخودآگاه و حافظه
- ۱۰۶ مغز چگونه اطلاعات را به یاد می‌آورد؟
- ۱۰۷ حافظه بلندمدت
- ۱۰۸ حافظه کوتاه مدت
- ۱۱۱ ناخودآگاه و مخرد جهانی
- ۱۱۱ ناخودآگاه و الگوهای شرطی
- ۱۱۱ کلید شرطی
- ۱۱۲ پدیده شرطی سازی در انسان ها
- ۱۱۳ دارو بعنوان کلید شرطی
- ۱۱۳ عمل جادویی بعنوان کلید شرطی
- ۱۱۳ ناخودآگاه و هیپنوتیزم

۱۱۵	چگونه ضمیر ناخودآگاه خود را تغییر دهید؟
۱۱۶	تغییر ضمیر ناخودآگاه
۱۱۷	ضمیر ناخودآگاه و رفتار انسان
۱۱۸	چگونه ضمیر ناخودآگاه زندگی شما را تغییر می‌دهد؟
۱۱۸	ضمیر ناخودآگاه و انگیزه
۱۱۹	چرا ضمیر ناخودآگاه احساسات منفی ارسال می‌کند
۱۱۹	چگونه می‌توان ضمیر ناخودآگاه را متقاعد کرد اهدافمان را باور کند؟
۱۲۰	وقتی ضمیر ناخودآگاهتان با شما همکاری نمی‌کند
۱۲۱	چگونه با ضمیر ناخودآگاه خود ارتباط برقرار کنیم؟
۱۲۱	صحبت با ضمیر ناخودآگاه
۱۲۲	قدرت کلمات بر ضمیر ناخودآگاه
۱۲۲	ناخودآگاه و هویت روانشناختی
۱۲۳	چرا بسیاری از مردم به یک زندگی عادی علاقه مند می‌شوند
۱۲۳	ضمیر ناخودآگاه و خودآگاه در کنار هم
۱۲۴	چگونه هم از ضمیر ناخودآگاه و هم از خودآگاه استفاده کنیم؟
۱۲۵	قوانین ضمیر ناخودآگاه
۱۲۵	ضمیر ناخودآگاه تفاوت بین تصویر تخیلی را با ارتباط واقعی تشخیص نمی‌دهد
۱۲۵	ضمیر ناخودآگاه احساس می‌کند زمان خیلی سریع می‌گذرد
۱۲۶	هرچه ضمیر ناخودآگاه به مدت طولانی تری به چیزی اعتقاد داشته باشد، این باور نیز سخت‌تر تغییر خواهد کرد
۱۲۶	چیزی که انتظار دارید، اتفاق خواهد افتاد
۱۲۷	اصول برنامه‌ریزی و کنترل ضمیر ناخودآگاه
۱۲۸	اصل: کنترل اطلاعات
۱۳۰	اصل خود هوشیاری و مراقبه
۱۳۲	اصل استفاده از قدرت سوال
۱۳۲	ناخودآگاه و قدرت سوالات
۱۳۳	مراقب باشیم ذهن وسواس کمال دارد
۱۳۶	الگوی ساخت سوال توسط مغز
۱۳۶	چراهای منفی را با چگونه‌های مثبت عوض کنید
۱۳۷	سوال از شما، جواب از ناخودآگاه
۱۳۷	اصل استفاده از قدرت تمرکز



- ۱۳۸ اصل تصویرسازی ذهنی
- ۱۳۹ روانشناسی تصویر ذهنی
- ۱۳۹ استنباط‌های متاثر
- ۱۴۰ اثر پیگمالیون
- ۱۴۱ تخیل
- ۱۴۲ تصویر ذهنی یعنی چه؟
- ۱۴۲ تصویر سازی خلاقانه چیست؟
- ۱۴۲ به روش معجز برای ایجاد و تغییر تصویر ذهنی (ویژن)
- ۱۴۳ اصل استقلا از جملات تاکیدی و تصدیقی مثبت
- ۱۴۵ قاعده اول: استفاده از جملات تاکیدی مثبت
- ۱۴۶ قاعده دوم: تکرار جملات تاکیدی
- ۱۴۶ قاعده سوم: م. نگراان و حساسیت و سؤال از خود
- ۱۴۷ قاعده چهارم: تصاویر جملات تاکیدی با حالات احساسی و فیزیکی بدن
- ۱۴۸ قاعده پنجم: داشتن تصویر ذهنی از جملات تاکیدی
- ۱۴۸ ناخودآگاه و قدرت تلقین
- ۱۴۸ مقدمه
- ۱۴۹ تلقین چیست و چطور می‌توان به خودمان تلقین کنیم؟
- ۱۴۹ تلقین چطور عمل می‌کند؟
- ۱۵۰ مواظب باشیم چه چیزی را به کودکان تلقین می‌کنیم
- ۱۵۱ قانون اثر مسلط (امیل کووه)
- ۱۵۲ قانون کوشش معکوس
- ۱۵۳ راهنمای کاربردی تلقین
- ۱۵۶ شروع کنید ضمیر ناخودآگاه تان را شخم بزنید!
- فصل چهارم روش‌های فعال‌سازی ناخودآگاه**
- ۱۵۷ رازهای چگونگی استفاده از قدرت ضمیر ناخودآگاه
- ۱۵۸ چگونه به ضمیر ناخودآگاه دیگران نفوذ کنیم؟
- ۱۵۹ راه‌های نفوذ به ضمیر ناخودآگاه
- ۱۶۴ فعال سازی ضمیر ناخودآگاه
- ۱۶۶ تعمق (مدیتیشن)
- ۱۶۷ تجسم
- ۱۶۸ تمرکز

۱۶۹	اهداف واضح
۱۶۹	تفکر مثبت
۱۷۰	جملات تاکیدی مثبت
۱۷۰	تأیید مثبت
۱۷۱	قدرت سوالات
۱۷۲	از ناحیه راحت‌تان خارج شوید
۱۷۲	تمریر نوشتن آزاد
۱۷۳	نوشتن آزاد و حالی کردن ذهن تنها در ۱۵ دقیقه (افزایش قدرت ذهنی)
۱۷۶	تکنیک‌ها، برنامه‌ریزی ضمیر ناخودآگاه
۱۷۷	چگونه ضمیر ناخودآگاه را، برنامه‌ریزی کنیم تا به دنبال هدفی مشخص برود؟
۱۸۰	جدول کنار پایان یا نگاه ناخودآگاه
۱۸۰	راه حل
۱۸۰	تربیت ناخودآگاه با نقش بازی کردن
۱۸۱	خواب؛ بیداری ناخودآگاه
۱۸۲	امواج مغزی (یا صوت درمانی)
۱۸۳	امواج مغزی شگفت انگیز
۱۸۴	جدول امواج مغزی EEG
۱۸۴	امواج مغزی بتا ۴۰-۱۳ هرتز (محتاط بودن ذهن)
۱۸۵	امواج الفا (ذهن آرام)
۱۸۶	آلفای ذهنی، برنامه‌ریزی ناخودآگاه و تجسم خلاق
۱۸۷	امواج تتا ۴ تا ۷ هرتز (ذهن ناخودآگاه)
۱۸۷	امواج دلتا ۰ تا ۴ هرتز (فوق ناخودآگاه)
۱۸۷	امواج گاما ۳۰ تا ۱۰۰ هرتز
۱۸۸	مغز شما می‌تواند حالت‌های مختلف را در یک زمان تجربه کند
۱۸۸	امواج ذهنی یا محرک‌های زیرآستانه‌ای (سابلیمینال)
۱۸۸	امواج ذهنی
۱۸۹	تاریخچه امواج ذهنی
۱۹۱	استفاده از امواج ذهنی در سینما
۱۹۲	اثرگذاری امواج ذهنی
۱۹۳	راهنمای کاربردی پیام امواج ذهنی یا محرک‌های زیرآستانه‌ای (سابلیمینال مسیج)
۱۹۵	روش اول برنامه نویسی ذهن ناخودآگاه: استفاده از استعاره



- ۱۹۵ چطور از استعاره برای برنامه‌نویسی ذهن ناخودآگاه استفاده کنیم؟
- ۱۹۵ روش دوم برنامه نویسی ذهن ناخودآگاه: نتیجه نهایی
- روش سوم برنامه نویسی ذهن ناخودآگاه: استفاده از خاطرات گذشته برای رها کردن قدرت ذهن ناخودآگاه
- ۱۹۷ ناخودآگاه
- ۱۹۸ روش چهارم برنامه نویسی ذهن ناخودآگاه: لحظه اوج احساس لنگری برای مهار ذهن ناخودآگاه
- ۲۰۰ روش پنجم برنامه نویسی ذهن ناخودآگاه: تکنیک ترکیبی
- ۲۰۳ ضمیر ناخودآگاه و راهنمای کاربردی کسب بینش درونی
- ۲۰۵ چگونه به بینش حقیقی دست بیابیم؟
- ۲۰۶ روند ک...
- ۲۰۶ ضمیر ناخودآگاه و راهنمای کاربردی موفقیت
- ۲۰۷ شروع: تعریف خودآگاه
- ۲۰۷ اندیشه‌های اکسابی شما و تردید نسبت به خود را شناسایی کنید
- ۲۰۷ مثبت‌تر فکر کنید
- ۲۰۸ روش رسیدن به اهداف: آن را تغییر دهید
- ۲۰۹ ادامه: تغییر ناخودآگاه
- ۲۰۹ ذهن خود را تغییر دهید تا جهان شما تغییر یابد
- ۲۱۰ عادت‌های قدیم خود را کنار بگذارید
- ۲۱۴ پذیرای افکار جدید باشید
- ۲۱۴ نتیجه: تغییر زندگی
- ۲۱۴ بدانید که چه می‌خواهید
- ۲۱۵ انرژی خود را متمرکز کنید
- ۲۱۵ برای رسیدن به هدف تلاش کنید
- ۲۱۶ منابع

پیشگفتار

[illegible]

برای آشنایی کامل با این ضمیر و برای اینکه از رازهای نفوذ، فعال سازی و برنامه نویسی آن بیشتر بدانید، این کتاب را تا انتها بخوانید.

تصویر زبان ناخودآگاه می‌باشد و می‌گویند قدرت یک تصویر برابر با هزار کلمه است، در این کتاب سعی نموده‌ام با طراحی‌های ساده‌ام به آسانترین شکل ممکن، شما را با پیچیده‌ترین موضوعات ناخودآگاه آشنا نمایم.

تکرار راه نفوذ به ناخودآگاه می‌باشد. در کتاب حاضر از این ترفند برای یادگیری به هنرمندانه‌ترین شکل ممکن بهره برده شده است.

از خوانندگان ارجمند این کتاب تقاضا دارم در صورت مشاهده هرگونه اشتباه یا نارسایی، چایی و غیرچایی مولف، مطلع سازند تا در چاپ بعدی به تصحیح و تکمیل آن اقدام گردد.

شهرام مقصودی^۱