



ماهنامه اینترنتی حکمت کهن

علوم باطنی و ماوراء ، علوم غریبه ، فراروانشناسی ، موفقیت و توسعه فردی ، قانون جذب ، طب مکمل و جایگزین.



نشریه الکترونیک مجموعه آموزشی و پژوهشی حکمت کهن

شماره ۱ - سال دوم - فروردین ۱۳۹۹ خورشیدی

شماره پیوسته ۱۳

ماهنامه اینترنتی حکمت کهن

علوم باطنی و ماوراء ، علوم غریبه ، فراروانشناسی ، موفقیت و توسعه فردی ، قانون جذب ، طب مکمل و جایگزین.

➤ حکایت ملا و شراب فروش

➤ قوانین مهم و کلیدی در روابط اجتماعی (قسمت دوم)

➤ نشانه های ابتلاء به ویروس کرونا

➤ ارتباطات آسیب دیده یا قطع شده را بهبود بخشیم

➤ گیاهان دارویی و خواص آنها (قسمت سیزدهم)

➤ خودآگاهی چیست و چگونه آن را افزایش دهیم؟ - (قسمت سوم)

➤ ۵ ایده برای داشتن زندگی بهتر

➤ عرقیات گیاهی (قسمت اول)

➤ سنگ ها و سنگ درمانی (قسمت نهم) - حدید

➤ تقویم نجومی سال ۱۳۹۹ ش. و روز شرف شمس

➤ عکس نوشته های انگیزشی

ماهنامه حکمت کهن - شماره سیزدهم - فروردین ۱۳۹۹ خورشیدی

نسخه اختصاصی - ویژه اعضای سایت

هرمس - میکائیل - واحد



ماهنامه اینترنتی

حکمت کهن

شماره ۱۳

فروردین

۱۳۹۹ خورشیدی

نشانی سایت حکمت کهن

<https://metafn.ir>

وبلاگ

<http://blog.metafn.ir>

در تلگرام نیز با ما همراه باشید.



@MetaFN_499



در اینستاگرام ما را دنبال کنید

Instagram

@metafn_499

حکایت

ملا و شراب فروش

سرمایه داری در نزدیکی مسجد قلعه فتح الله کابل رستورانی ساخت که در آن موسیقی و رقص بود و برای مشتریان مشروب هم سرو می شد.



ملای مسجد هر روز در پایان موعظه دعا می کرد تا خدا صاحب رستوران را به قهر و غضب خود گرفتار کند و بلای آسمانی بر این رستوران نازل!

یک ماه از فعالیت رستوران نگذشته بود که رعد و برق و توفان شدید شد و رستوران به خاکستر تبدیل گردید.

ملا روز بعد با غرور و افتخار نخست حمد خدا را بجا آورد و بعد خراب شدن آن خانه فساد را به مردم تبریک گفت و اضافه کرد: اگر مومن از ته دل از خداوند چیزی بخواهد ، از درگاه خدا ناامید نمی شود.

اما خوشحالی مومنان و ملای مسجد دیری نپایید.

صاحب رستوران به محکمه شکایت برد و از ملای مسجد خسارت خواست!

ملا و مومنان چنین ادعایی را نپذیرفتند!

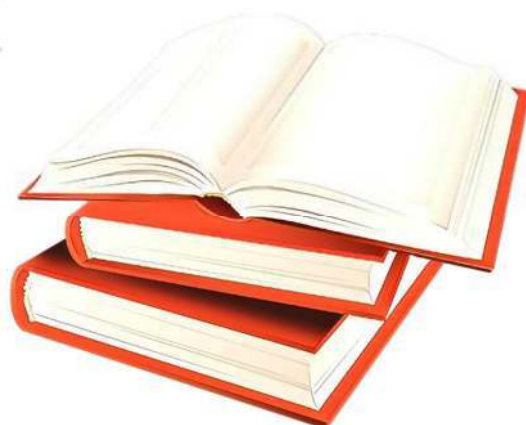
قاضی دو طرف را به محکمه خواست و بعد از این که سخنان دو جانب دعوا را شنید ، گلی صاف کرد و گفت :

نمی دانم چه بگویم! سخن هر دو را شنیدم.

یک سو ملا و مومنانی هستند که به تاثیر دعا و ثنا ایمان ندارند!

و سوی دیگر مرد شراب فروشی که به تاثیر دعا ایمان دارد ...!

پائولو کوئیلو



قوانین مهم و کلیدی در روابط اجتماعی

قسمت دوم

این حقیقت را با تمام وجود بپذیریم که هر انسانی که شما را ملاقات میکند خود را برتر از شما میداند.



با دیگران به گونه ای رفتار کن که دوست داری دیگران نیز با تو آن گونه رفتار کنند.

ها را تشویق کنید از موفقیت هایشان صحبت کنند. بنابراین به این نکته مهم توجه داشته باشید: شخصی که با شما صحبت میکند صد بار بیش از شما به خودش و خواسته هایش و مشکلاتش علاقه دارد. فکر میکنید شیرین ترین و مهم ترین صدا در کلیه زبان ها چه صدایی است؟ به خاطر داشته باشید نام یک شخص از جمله شیرین ترین و مهم ترین صداها برای اوست.

آیا میدانید لبخند بی هزینه شما گران ترین هدیه است؟
البرت هوبارد میگوید:

هر زمان از خانه خارج میشوید چانه را جمع کنید و سر را بالا نگهدارید. نفس عمیق بکشید. پرتوهای خورشید را با تمام وجودتان جذب کنید و با تبسم دوستان و آشنایان و همکارانتان را ملاقات کنید. به همین سادگی روزی پر از انرژی را به خود و اطرافیان هدیه دهید. شاید با خودتان بگویید نمیتوانم لبخند اجباری روی لب هایم داشته باشم. ما هم چنین چیزی را نمیخواهیم. اگر نمیتوانید لبخند بزنید و یا تمایلی برای لبخند زدن

نام یک شخص از جمله شیرین ترین و مهم ترین صداها برای اوست.

ندارید دو راه دارید:

- اول این که به خود بقبولانید که لبخند بزنید.
- زیر لب آواز بخوانید و به گونه ای رفتار کنید که هم اکنون خوشحال و خوشبختید.

اگر میخواهید سخن گوی خوبی باشید در درجه اول باید شنونده خوبی باشید.

در ذهنتان خود را به گونه ای تصور کنید که دوست دارید باشید. هر لحظه که چنین اندیشه ای را از خاطر خود میگذرانید در تبدیل شما به آن شخصیت دلخواهی که آرزو دارید اثر میکند.

آیا میخواهید مردم شما را دوست بدارند؟

کلید آن این است که: با مردم درباره آن چه آنها دوست دارند صحبت کنید.

حتما از خود میپرسید چگونه؟

بسیار ساده است. زمانی که میخواهید با کسی ملاقات کنید روز قبلش مطالعه ای درباره آن چه فکر میکنید آن فرد دوست دارد داشته باشید. مثلا اگر با یک ورزشکار قرار ملاقات دارید مطالعه ای درباره رشته ورزشی اش داشته باشید و یا اگر با یک موسیقی دان قرار ملاقات دارید یک مطالعه قبلی درباره موسیقی داشته باشید. و به همین سادگی میتوانید دیگران را مجذوب خود کنید.

شاید از خود بپرسید چگونه با دیگران گفتگوی موفقیت آمیزی داشته باشیم؟

بر طبق عقیده یک محقق خوش مشرب چالز دایلیوت: رازی که در یک مصاحبه موفقیت آمیز نهفته است، توجه کامل به صحبت های شخصی است که برای شما در حال صحبت کردن است. بنابراین اگر میخواهید سخن گوی خوبی باشید در درجه اول باید شنونده خوبی باشید. همان طور که خانم چالز نورت هام میگویند:

برای این که جالب توجه باشید، به دیگران توجه کنید و از آن ها سوالاتی بپرسید که بتوانند پاسخ دهند و آن

آیا تفاوت بین تعریف ، تمجید ، تملق و چابلوسی را میدانید؟

در تعریف و تمجید صمیمیت وجود دارد اما در تملق و چابلوسی صمیمیت وجود ندارد. تعریف و تمجید تراوش قلب هست ولی تملق و چابلوسی تراوش زبان و تعریف و تمجید غیر خودخواهانه است ولی تملق و چابلوسی خودخواهانه است.

صد سال قبل از تولد عیسی شاعر قدیمی رم ژولیوس سربوس اظهار داشت:
ما زمانی به دیگران علاقه مند می شویم که دیگران هم به ما علاقه مند شده باشند.
بنابر این اگر میخواهید دیگران دوستتان بدانند اصل نخست این است:
به دیگران واقعا علاقه مند شوید.

تابلو و صفحه احضار

همراه با مهر احضار ارواح

راهنمای عملی و کاربردی

راهنمای اجرای مراسم احضار

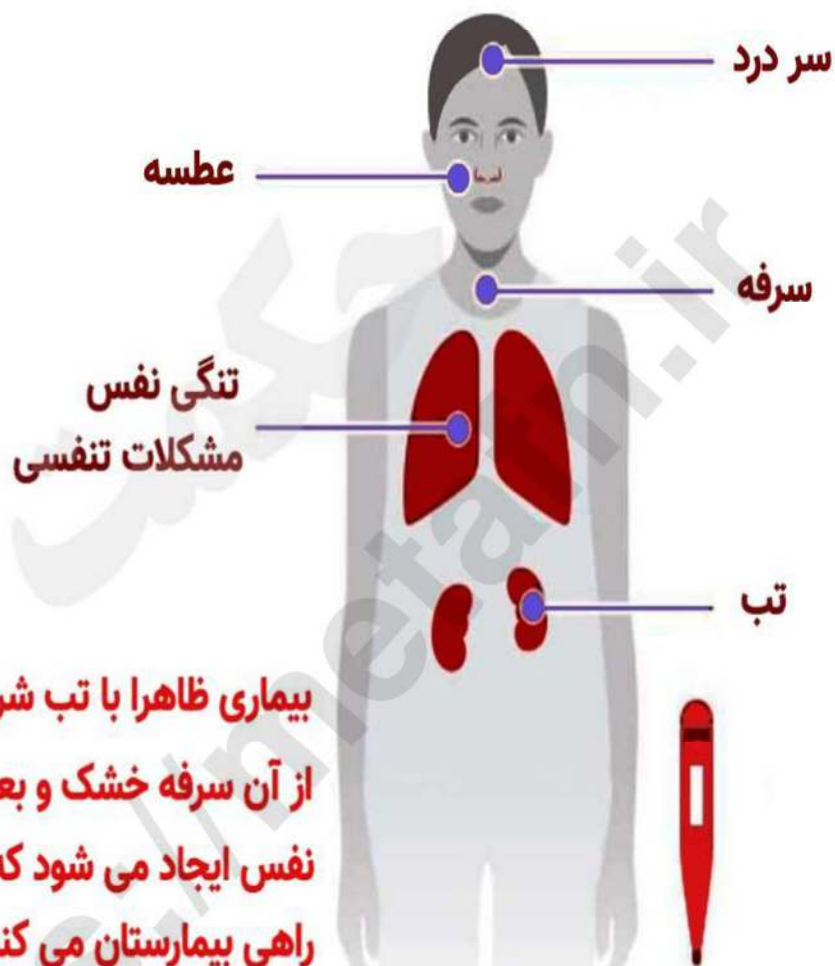
دعا و ورد احضار روح و گفتگو با ارواح



کلیک کنید



نشانه های ابتلاء به ویروس کرونا



بیماری ظاهراً با تب شروع می شود. پس از آن سرفه خشک و بعد از یک هفته تنگی نفس ایجاد می شود که برخی از بیماران را راهی بیمارستان می کند.

<https://metafn.ir>

وبسایت آموزشی و تحقیقاتی حکمت کهن

اگر علائم بیماری COVID-۱۹ مشاهده کردید ، فوراً به پزشک مراجعه کنید . علائم این بیماری شامل موارد زیر است.

- مشکل در تنفس یا تنگی نفس.
- درد مداوم یا فشار در سینه.
- سردرگمی یا عدم توانایی برانگیختگی.
- لب یا صورت مایل به آبی.

ارتباطات آسیب دیده یا قطع شده را بهبود بخشیم



هیچ ایامی بدتر از زمانی نیست که ارتباط بین دو دوست یا همکار خوب یا یک زوج عاشق، به هر علتی خراب شده باشد و علیرغم اینکه هر دو طرف از دوری یکدیگر رنج می‌برند اما هیچکدام پیشقدم نشوند تا دوباره این ارتباط آسیب دیده را بهبود بخشند.

همیشه برای شروع دوباره امید هست. ارتباطات بین دو نفر که یکدیگر را بسیار دوست دارند، ممکن است ناگهانی و بعضاً بدون دلیلی چندان جدی، از بین برود و چیزی جز نفرت باقی نماند. اگر واقعا مایلید که ارتباطات قطع شده خود با دیگران را اصلاح کرده و کدورت‌های ایجاد شده را از میان بردارید تا آخر مطلب با ما باشید.

وقت بگذارید

این قطعی ارتباط، فرقی نمی‌کند یک طرفه باشد یا دو طرفه. هر یک از طرفین باید برای از بین بردن کدورت ایجاد شده و برقراری مجدد ارتباط وقت بگذارند. باید تمام خشم‌هایی که از هم دارند را آزاد کنند و تمام صدماتی را که از یکدیگر دیده‌اند، فراموش کنند تا بتوانند به آرامش برسند و بتوانند تصمیم‌گیری درستی داشته باشند.

برای برخی مردم گذر از این مرحله، فقط چند روز یا چند هفته طول می‌کشد. برای برخی هم ممکن است ماه‌ها یا حتی سال‌ها طول بکشد. زمان رسیدن به این مرحله اهمیتی ندارد و مستقیماً بویژگی‌های شخصیتی هر کس بستگی دارد.

حساس باشید

اگر آغازگر این جدایی شما بودید قاعدتاً زمان رسیدن به مرحله جبران، برای شما کوتاه‌تر خواهد بود. اگر طرف مقابل شما مایل باشد همه اشکال ارتباطی‌اش با شما را قطع کند، هرگز سعی نکنید او را متقاعد کنید زیرا نمی‌توانید و نباید کسی را وادار به انجام کاری کنید.

با گام‌ها و اقدامات کوچک شروع کنید

با اقدامات کوچک سعی کنید طرف مقابل خود را از لحاظ ذهنی آماده کنید. مثلاً یک ایمیل یا یک پیامک می‌تواند آغازگر خوبی باشد. از گفت و گوی طولانی بپرهیزید. زیرا به لحاظ طبیعت انسانی صحبت کردن در باره گذشته، در این مرحله نمی‌تواند ایده خوبی باشد.

عذرخواهی کنید

اگر در شکسته شدن این ارتباط شما مقصر هستید، حتماً باید صمیمانه عذرخواهی کنید. اگر رفتار شما طوری باشد که طرف مقابل حس کند که چندان هم از آسیبی که وارد کرده‌اید پشیمان نیستید، این آشتی به وقوع نخواهد پیوست.

مثبت باشید

سعی کنید در کلام و در عمل مثبت باشید. حتی در جایی که طرف مقابل شما هم حضور ندارد، از مسیر مثبت خارج نشوید. زیرا ممکن است حرف‌های اخیانانه منفی که شما جاهای دیگر و در غیبت دوست خود مطرح کنید هم به طریقی به گوش دوستان برسد و رغبت او را برای ترمیم این ارتباط از بین ببرد.



با احترام رفتار کنید

اگر واقعا تصمیم دارید ارتباط آسیب دیده‌ای را اصلاح کنید، حتماً احترام آمیز رفتار کنید. حتی در حضور دیگران هم بهتر است چیزی در مورد اتفاقاتی که بین شما افتاده صحبت نکنید. به این روش حتی حسادت دیگران را هم بر نمی‌انگیزید.

صادق باشید

زمانی که موقعیت مناسب شد و خواستید درباره علت کارهایی که کردید که باعث شد به ارتباطتان آسیب برسد ، صحبت کنید در مورد اشتباهاتی که مرتکب شدید صادق باشید. دروغگویی نه تنها کمکی به شما نمی‌کند بلکه اگر حقیقت ماجرا از جایی دیگر کشف شود ، کار بدتر خواهد شد.



برقراری مجدد یک ارتباط می‌تواند تاثیر بسزایی در شادمانی و آرامش بخشیدن به روح شما داشته باشد. داشتن یک دوست خوب و نزدیک ، شادی و آرامش خاصی برایتان به ارمغان خواهد آورد.

گاهی اوقات برای جبران یک اشتباه خیلی دیر می‌شود و ناگهان دیگر دوستی وجود ندارد که شما بخواهید برایش جبران اشتباه کنید. پس تا زمان هست و دوست شما هم هست ، گذشته ها را جبران کنید و با هم سفر خوبی به سوی جاودانگی داشته باشید.



پایه و اساس را بر دوستی بگذارید

کلید اصلاح ارتباطات ، صرف نظر از اینکه بخواهید صمیمیت گذشته را دوباره پیدا کنید یا حتی صمیمی تر از گذشته بشوید ، داشتن یک دوستی قوی و محکم است . بیاموزید که دوستانه صحبت کنید. احترام یکدیگر را حفظ کنید و مانند دوستان خوب به هم بچسبید. بسیاری از زوج‌های موفق زندگی ، کاری یا تحقیقاتی ، در ابتدا دوستان بسیار خوبی برای هم بوده‌اند. گرچه حل کردن مشکل یک ارتباط می‌تواند مرحله‌ای بسیار سخت در زندگی باشد اما هر ارتباط شکست خورده‌ای درس‌هایی در مورد خود شما است که شما را برای فصل دیگری در زندگی آماده می‌کند.

هیچگاه از پیشقدم شدن برای زنده کردن یک ارتباط از بین رفته نترسید. یک نفس عمیق بکشید و به خاطر داشته باشید که دوست شما هم منتظر شماست.



گیاهان دارویی و خواص آنها

قسمت سیزدهم

اسطوخودوس

Lavender



اسطوخودوس یا اسطوقدوس با نام علمی Lavandula stoechas گیاهی است از تیره نعنائیان که منشأ آن را جنوب اروپا معرفی کرده اند.

نام های دیگر آن: خیر دشتی، آنس الارواح، لاوند، ممسک الارواح، صُرم، زغلیل، رزالذهب، خیری، خرام، خرامی، آلاله تلخ، گل لاوند، شاه اسپرم رومی می باشد. در تنکابن آن را تروم می نامند.

گیاهی چندساله است که ریشه اصلی آن طویل و چوبی بوده و انشعابات فراوانی دارد. دارای ساقه قهوه ای و ضخیم می باشد و قسمت تحتانی ساقه انشعابات فراوانی دارد که گیاه به صورت متراکم و انبوه به نظر می رسد.

ارتفاع گیاهان چندساله به ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر می رسد. برگ ها به رنگ سبز تیره، نیزه ای شکل و به طور متقابل روی ساقه قرار گرفته اند. طول برگ ها ۳ تا ۵ و عرض آنها ۲/۰ تا ۵/۰ سانتی متر است. اسطوخودوس در ایران در مناطق جنوبی غربی و شرقی یافت می شود.

برگ ها پوشیده از کرک های سفید پنبه ای و حفره ای دارای اسانس هستند. گل ها در انتهای ساقه های گل دهنده به صورت خوشه های مجتمع قرار می گیرند. گل ها به رنگ آبی یا متمایل به بنفش است. تغذیه گل های این گیاه به وسیله زنبور عسل نه تنها در کیفیت عسل

تولید شده مؤثر است ، بلکه سبب افزایش عملکرد عسل نیز می گردد.

میوه فندقه و به شکل تخم مرغ است. طول میوه ۲ میلی متر و به رنگ قهوه ای تیره و براق می باشد.

اسانس در برگ ها و گل تولید و ذخیره می شود. اسانس گل ها در مقایسه با برگ ها از کیفیت بهتری برخوردار است و مقدار آن با توجه به نوع گیاه و شرایط اقلیمی بین ۵/۰ تا ۱/۵ درصد متغیر است. مهم ترین ترکیبات تشکیل دهنده اسانس را لینالیل استات، لینالول، کامفور و گرانیول (ژانیول و سینئول)، تانن، کومارین، فلاونوئیدها و دانه های خشک آن حاوی پروتئین و چربی است. همچنین برگ های بالایی سرشار از ترکیبات کامفن و لیمونن هستند.

گیاهان به طور معمول از سال اول به گل می روند. رویش مجدد گیاه در سال بعد از اوایل فروردین آغاز میشود و گل ها در اواخر بهار ظاهر شده و گلدهی تا مرداد ماده ادامه می یابد.

اسطوخودوس به زبان یونانی به معنی حافظ ارواح است. این گیاه مقوی بدن، قلب و احشاء است و در تقویت دماغ (مغز) بسیار خوب است. "اسطوخودوس" را جاروب دماغ یا مغز می نامند زیرا رطوبت مغز را زایل می کند و موجب نشاط افراد می شود و ذهن را باز می کند.



استفاده قرار می گیرد به عنوان یک خوراکی مفید در سبذ غذایی بسیاری از خانواده های آسیایی و اروپایی وجود دارد.

طبیعت گیاه اسطوخودوس گرم و خشک است.

موارد استعمال در پزشکی نیاکان

محلل و بازکننده گرفتگی هاست. مقوی بدن و قوای دماغی و تفکر و همچنین مقوی احشاء و آلات داخلی برای بیماری های سینه، سرفه، ورم نزله ای و زکام نافع است. خاصیت مسهلی دارد. اختلاط سودای و بلغمی و فاسد شده را دفع می کند و برای درمان بیماری های کبدی مفید است.

خواص دارویی اسطوخودوس

- اسطوخودوس اثر مقوی در رفع آسم و نزله دارد.
- اسانس آن بند آورنده خون و ضد عفونی کننده است.
- از آن به حالت رقیق شده، در پانسمان زخم ها و جراحات استفاده به عمل می آید.
- محلل و بازکننده گرفتگی هاست.
- مصرف این گیاه در افرادی که دچار خواب رفتگی دست و پا می شوند بسیار موثر است.
- نوشیدن جوشانده این گیاه موجب پیشگیری و درمان تهوع می شود.
- استفاده موضعی و خوراکی از این گیاه علاوه بر آنکه موجب تقویت و توان سیستم عصبی می شود می تواند موجب تنظیم ضربان قلب و کنترل تپش قلب شود.
- مقوی بدن و قوای دماغی و تفکر و همچنین مقوی احشا و آلات داخل شکم و مفرج است.
- اخلاط سودای و بلغمی و فاسد شده را دفع می کند.
- برای بیماری های کبدی و طحال و مجاری ادرار مفید است
- درمانگران طب سنتی مصرف چای اسطوخودوس را یکی از بهترین داروهای گیاهی برای تقویت معده و افزایش عملکرد آن می دانند.

اسطوخودوس اثر مسکن و ضد میکروبی دارد و در درمان سرماخوردگی و زکام مؤثر است همچنین به علت تأثیرات آرامبخشی آن بر عضلات قلب برای درمان تپش قلب و کاهش فشار خون مفید است. سه قطره از روغن "اسطوخودوس" را روی تکه ای پنبه چکانده و روی بالش قرار دهید، وقتی سرتان را روی بالش می گذارید، رایحه "اسطوخودوس" آرامبخش است و خواب راحتی را ایجاد می کند.

اسطوخودوس داروی مؤثری برای درمان بی خوابی ناشی از خستگی، اضطراب و بیش فعالی مغز است و از منظر طب ایرانی "اسطوخودوس" بی خوابی های ناشی از غلبه خشکی دماغ (مغز) را برطرف می کند.



برای دور کردن کک ها و درمان آلودگی به شپش سر می توان از روغن اسطوخودوس استفاده کرد. همچنین روغن اسطوخودوس دارای خاصیت ترمیم کنندگی پوست است و در درمان سوختگی می توان از آن در ترکیب لوسیون ها و کرم ها استفاده شود.

این گیاه طبیعت خیلی گرم و خشک دارد. مقوی معده است و بیماری های کبدی را برطرف می کند. برای تقویت عمومی بدن و درمان رماتیسم به کار می رود. ضد زکام، ضد آسم و برونشیت، ضد میگرن، ضد تشنج بوده و تپش قلب را از بین می برد. زردی را برطرف می کند، اگر دست و پای شما خواب می رود از این گیاه استفاده کنید. این گیاه یکی از خوشبوترین گیاهان دارویی در جهان محسوب می شود که در مناطق مختلفی از ایران، هند، چین، انگلیس و کانادا به صورت خودرو رشد می کند. این گیاه علاوه بر آنکه به عنوان یک گیاه دارویی پرخاصیت در طب سنتی ایران و طب سنتی کشورهای چین و هند مورد

بی خوابی آنها را رفع کند. همچنین در درمان خانگی **سرما خوردگی** به آنان کمک میکند.

رفع مشکلات عصبی و افزایش تمرکز

از دیگر خواص اسطوخودوس رفع مشکلات عصبی نظیر افسردگی، اضطراب و **استرس** میباشد. چنانچه شما از دسته افرادی هستید که شغل پر استرسی دارید و در طول روز زیاد عصبانی میشوید، پیشنهاد میشود از چای اسطوخودوس میل کرده و با اسانس این گیاه حمام کنید. استحمام با روغن اسطوخودوس تاثیر زیادی در افزایش توان بدن، **سیستم ایمنی** و سیستم عصبی بدن دارد. به این منظور می‌توانید ۳ تا ۱۰ قطره از روغن اسطوخودوس را در آب وان حمام بچکانید و قبل از خواب یک حمام با بو و طعم اسطوخودوس داشته باشید. با اضافه کردن روغن اسطوخودوس به وان حمام و قرار گرفتن در آن علاوه بر آنکه می‌توان از اثرات درمانی این گیاه در کنترل تحریکات عصبی و تنش‌های روزمره بهره برد، می‌توان به افزایش عملکرد **مغز** و میزان تمرکز بر فعالیت‌های روزمره و تقویت حافظه نیز پرداخت. نوشیدن یک فنجان عرق اسطوخودوس هر شب پیش از خواب، به مدت ۳۰ تا ۴۰ روز می‌تواند تاثیر زیادی در افزایش توان مغز، بهبود عملکرد آن و تقویت حافظه داشته باشد.



درمان روماتیسم و بیماری های مفصلی

کمک به درمان روماتیسم، آرتروز و نقرس از دیگر خواص اسطوخودوس میباشد. به این منظور ۲ قطره روغن آنرا با یک قاشق روغن بادام تلخ و یا روغن زیتون مخلوط کرده و عضو دردناک را با آن ماساژ دهید. همچنین استفاده از کمپرس اسطوخودوس نیز برای کاهش درد مفید است.

موارد منع مصرف

این گیاه دارویی تقریباً بی ضرر بوده و استفاده از آن در صورتی که حد اعتدال رعایت شود، عوارضی به همراه نخواهد داشت. ذکر این نکته ضروری است که از آنجا که

- اسطوخودوس به جهت داشتن خواص مفید در پاکسازی کبد می‌تواند از ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها و اختلال‌های کبدی پیشگیری کند.
- نوشیدن چای یا جوشانده برگ‌های خشک شده اسطوخودوس در کاهش التهاب و تورم دستگاه تنفسی مناسب است و موجب درمان سرفه می‌شود.



درمان بی‌خوابی و مشکلات خواب

رفع مشکل بد خوابی بزرگسالان: یکی از خواص اسطوخودوس رفع مشکلات بی‌خوابی و **افسردگی** است. استفاده از چای اسطوخودوس قبل از **خواب** کمک میکند که خوابی آرام و راحت داشته باشید. همچنین گراشتن چند شاخه از گلهای اسطوخودوس در بالشت و بوییدن رایحه آن کمک می‌کند که خوابی آرام و دلپذیر را تجربه کنید، علاوه بر آن مصرف اسطوخودوس اضطراب و افسردگی را کاهش میدهد.

رفع مشکل بی خوابی نوزادان: از روغن اسطوخودوس میتوان به عنوان روغن ماساژ برای نوزادان و **کودکان** استفاده نمود. روغن اسطوخودوس را و بعد از حمام کردن به بدن نوزاد خود بمالید. این روغن نوعی شل کننده و ریلکس کننده طبیعی است که سبب القای خواب به **نوزاد** می‌شود. امروزه اکثر شامپوهایی که برای نوزادان و کودکان تهیه شده حاوی روغن اسطوخودوس است.

رفع مشکلات خواب زنان باردار: استفاده از عرق اسطوخودوس زیر نظر **پزشک** یکی از بهترین عرقیات گیاهی است که زنان باردار میتوانند در دوران **بارداری** خود از آن مصرف کنند. خوردن عرق اسطوخودوس و چای آن باعث شده اضطراب و نگرانی از زنان باردار دور شده و مشکل

طبع این گیاه گرم و خشک است ، مصرف آن برای افراد دارای مزاج صفراوی مناسب نبوده و بهتر است این افراد آن را با سکنجبین یا کتیرا به عنوان مصلح استفاده کنند. همچنین در برخی افراد زمانی که از آن به عنوان ماساژ استفاده شود ، ممکن است ایجاد حساسیت پوستی نماید.

افراد صفراوی با ملاحظه طبیب باید از آن استفاده کنند. ایجاد تشنگی میکند و زیاده روی در مصرف آن برای ریه مضر است.



شیوه استفاده

از آنجا که بسیار لطیف و ضعیف است ، جوشاندن و کوبیدن زیاد آن باعث از بین رفتن خاصیتش می شود.

دمنوش:

حدود ۵ گرم سرشاخه گلدار و یا گل این گیاه را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید. مقدار مصرف این دم کرده ۳-۴ فنجان در روز است.

کمپرس:

۳۰ گرم گل و یا سرشاخه گلدار این گیاه را با یک لیتر آبجوش مخلوط کرده و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید.

متن کامل مقاله در وبسایت آموزشی و تحقیقاتی حکمت کهن

<https://metafn.ir>



خودآگاهی چیست و چگونه آن را افزایش دهیم؟



چگونه بر خودآگاهی بیفزاییم

نظاره کردن اشتباه شخصی دیگر و سپس در خود تامل کردن

جرمی Jeremy و روث Ruth در مورد کارهای خانه با هم بحث می کردند. روث اصرار داشت که جرمی به اندازه ی کافی کارهای خانه را انجام نمی دهد اما جرمی مدام بهانه های غیر موجهی در مورد اینکه چرا نمی تواند کارهای خانه را به موقع انجام دهد، می آورد. زمانی که دوست آنها، مارک Mark بطور اتفاقی بحث آنها را شنید، متوجه شد که او هم مانند جرمی است. حالا مارک به عنوان شخص سوم و بدون اینکه از نظر عاطفی درگیر ماجرا باشد، می تواند واقع بینانه ببیند که بهانه های غیر موجه جرمی بچه گانه و غیرمنطقی است و دارد همسرش روث را عصبانی می کند. مارک با دیدن تاثیر این ماجرا، در ذهن خود تصمیم گرفت تا بر تنبلی خود غلبه کند و به همسر خود در خانه بدون آوردن بهانه کمک کند.

این ماجرا مثالی است از زمانی که چگونه شخص نظاره گر شرایطی است که دیگران درگیر آن هستند، در اینجا فرد با دیدن ماجرا، بهتر خود را درک می کند. از آنجایی که فرد از نظر عاطفی درگیر ماجرا نیست، واقع بین تر است و در نتیجه توانایی بیشتری برای یادگیری دارد.

۶. خواب های ما نیز می توانند در مورد ما به ما بگویند

گاهی اوقات، تاثیرات قوی تری در ذهن ناخودآگاه ما در خواب های ما آشکار می شوند به حدی که می توانیم آن خواب را به یاد بیاوریم و حتی در مورد ذهن خود از آن یاد بگیریم. سالکی خوابی دید در مورد اینکه قبل از رفتن به روی صحنه برای ایراد سخنرانی می ترسید. او با عرق کردن از خواب بیدار شد و تا بیشتر از یک ساعت خوابش نمی برد. چنین خواب هایی ارزش اندیشیدن دارند؛ زیرا ممکن است نوری را بر روی مسائل عمیق تری در ذهن ناخودآگاه ما روشن کنند.

خلاصه

- اولین مرحله در غلبه بر عیوب شخصیتی، خودآگاه شدن است.
- می توان خودآگاهی را از طریق نظاره بر اشتباهات خود، درخواست کردن از دیگران برای انتقاد از ما، واقع بینانه نظاره کردن اشتباهات دیگران و از طریق برخی خواب ها به دست آورد.
- هر زمان که فرد از نظر عاطفی بی ثبات، ناآرام یا ناراحت شود، باید آگاه شود که عمیق تر به این مسائل بیندیشد، معمولاً این مسائل فرد را متوجه ی عیب شخصیتی می کند که عامل این احساسات شده است.
- ما باید نسبت به یادگیری در مورد خود واقع بین باشیم و شجاعت پذیرفتن انتقاد دیگران را داشته باشیم. با توجه به این امر، می توانیم واقع بینانه اشتباهاتمان را تجزیه و تحلیل کنیم و راه حل های عملی پیدا کنیم تا خود را تغییر دهیم و بهتر شویم.

5 ایده برای داشتن زندگی بهتر:

5 methods to have a better life:

حکمت کهن

<https://metafn.ir>

①

زندگی تون رو
خیلی شلوغ و
پیچیده نکنید

③

اگه در گذشته کار
اشتباهی انجام دادین
فراموشش کنین و
بدونین که متعلق به
گذشته هست



استرس یه وقت
هایی میتونه کارها
رو جلو ببره ولی
زیادیش اصلا جالب
نیست

هی نگید "وقت
ندارم!"

②

منتظر نباشید
که یه نفر دیگه
خوشحالتون کنه،
لطفاً این مسئولیت
رو خودتون به
عهده بگیرید.

④



حکمت کهن

⑤

https://t.me/MetaFN_499

، بهتر است مصرف این عرق گیاهی را با مشاوره یک متخصص گیاه درمانی یا با مشورت پزشک خود تجربه کنند.

عرقیات گیاهی

قسمت اول



تقویت معده و هضم بهتر

نکته: نوشیدن یک فنجان بهار نارنج پیش از خواب شبانه ، تاثیر بسیار زیادی در درمان بی خوابی داشته و به رفع تنش های عصبی در فرد کمک می کند.

افزایش اشتها با خارشتر

عرق گیاهی خارشتر یکی دیگر از داروهای گیاهی منحصر به فردی است که درمانگران طب سنتی از آن برای درمان سنگ کلیه و دفع سنگ ها از مجاری ادراری بهره می برند. این عرق گیاهی علاوه بر درمان سنگ کلیه در کنترل تپش قلب و بهبود آن در افراد مبتلا به این عارضه بسیار مؤثر است. افزایش اشتها و افزایش میزان تعریق در افراد از دیگر ویژگی های این عرق گیاهی است که مصرف آن در فصل های بهار و تابستان توصیه شده است.

براساس متون طب سنتی ایران ، نوشیدن یک فنجان عرق چهل گیاه که از ترکیب چند نوع مختلف گیاهان دارویی تولید شده ، پیش از وعده های غذایی به تقویت معده و بهبود عملکرد آن کمک می کند. به این ترتیب با نوشیدن این عرق گیاهی و تقویت معده ، سوخت و ساز و هضم مواد غذایی در شرایط بهتری انجام می شود و بدن از ابتلا به انواع سوء هاضمه ، نفخ و انواع دل درد آسوده می شود.

کاهش فشار خون با عرق شاه تره

عرق شاه تره یکی دیگر از نوشیدنی های گیاهی خوش طعم و خوش بویی است که تاثیر قابل ملاحظه ای در کنترل میزان فشار خون به ویژه در افراد سالمند دارد. نوشیدن روزی ۲ فنجان از این عرق گیاهی به تصفیه و تنظیم کلسترول خون نیز کمک می کند.

رازیانه و درمان نفخ شکم

در برخی متون طب سنتی ، نوشیدن عرق رازیانه یکی از بهترین گزینه ها برای افزایش میزان شیر مادر است. نوشیدن این عرق گیاهی علاوه بر این ، اشتها آور و مقوی بوده و برای رفع درد ، نفخ شکم و قولنج بسیار مؤثر است. خانم های بارداری که تمایل به مصرف این عرق گیاهی برای افزایش میزان شیر خود دارند

ادامه دارد ...

سنگ ها و سنگ درمانی

قسمت نهم



سنگ حدید

نام علمی آن هماتیت است و لقب سنگ خون و سنگ استرس را دارد و بر دو نوع تیره و مات و خاکزی و براق تقسیم می شود که خواص تیره و مات آن که منظور همان حدید صینی است بیشتر است و حدید مرطبت به سیارات مریخ و مشتری می شود افعال و خواص حدید بر قسم زیر است.

نام های دیگر	Hematite ، شادنه
فرمول شیمیایی	Fe_2O_3
ترکیب شیمیایی	محلول در اسید کلریدریک تغلیظ شده - با آب و اسید کلریدریک تمیز می شود. $Fe 69.94\%$ با 30.06% آنکلوژیون های Mn, Al, Ti
رده بندی	اکسید

سرد و خشک

حدید را داغ کرده و سپس درون لیوان آب فرو برده و این عمل را سه تا پنج بار تکرار کنید تا آب غلظت پیدا کند. سپس به ترتیب زیر از آن استفاده کنید.

روش استفاده:

- ۱- جهت تقویت قوه جنسی: شبی یک لیوان تا چهل شب
- ۲- خونریزی های داخلی (زخم معده و...): قبل از غذا با کمی کتیرا خشک مخلوط شود و یک استکان میل شود .
- ۳- تقویت معده و درد معده : بعد از غذا یک استکان مصرف شود.

- ۴- واکسن هاری: پس از گاز گرفتن سگ هار مدام استفاده شود و کم کم مقدار مصرف کم شود .
- ۵- رفع زردی صورت، میگرن، ضعف اعصاب و تپش قلب، بعد از ناهار و هنگام گرما و قبل از خواب یک استکان
- ۶- قطع کردن خون حیض و جهت اسهال گرم: گداخته حدید را در دوغ بی نمک فرو برده و روزی سه لیوان مصرف شود.



- ۷- چرک گوش قدیمی و کم شنوایی: گداخته آهن را در سرکه انگور فرو برده و یک تا سه قطره روزی یک بار در گوش بچکانید و پس از ۱۵ دقیقه به سمت همان گوش دراز کشیده تا کمی خارج شود .
 - ۸- دردهای عضلانی: همراه داشتن آن به مدت دو هفته کافی و شب هنگام خواب زیر بالش قرار دهید برای گرفتن نتیجه بهتر آب حدید را به صورت گرم روی نقاط درد بریزید .
 - ۹- از بین رفتن ترس و افزایش شهامت: مدام در تماس با بدن باشد یا در دست نگاه دارید .
 - ۱۰- کم خونی: سنگ را در تمام غذاها انداخته و با غذا بجوشد و قرار دادن آن زیر کمر بند (روی مئانه) تاثیر خوبی دارد .
 - ۱۱- تقویت حس ششم: سنگ را در جایی قرار دهید که همیشه بتوانید آن را ببینید .
- تفکر منطقی و استفاده از خواص دیگر : آویز کردن آن در گردن کفایت می کند.



- ارتباط فرشتگان الهی به امر خداوند سبحان با برخی از خاصان روزگار در ماه مبارک رمضان و شب اصلی ليله القدر

- دو حکومت در خاورمیانه به مرحله سقوط می رسند.
- برگزاری بسیار جذاب تر و شگفت انگیزتر بازی های فوتبال جام ملت های اروپا (یورو ۲۰۲۰) و ...
- خروج مرد مشکوک به سفیانی با لشکری بزرگ و درگیری آنها با چند کشور در خاورمیانه
- فوت یکی از سلاطین و حاکمان بزرگ خاورمیانه
- وقوع جنگ بزرگی در خاورمیانه که عامل آن روسیه و آمریکا می باشند.
- زنده شدن چند مرده پوسیده شده در قبر
- و ...

و الله اعلم بحقایق الامور

تاریخ دقیق روز شرف شمس

در تاریخ پنج شنبه ۱۸ اردیبهشت راس ساعت ۵:۰۵:۳۸ پدیده شرف شمس آغاز می گردد و در ساعت ۵:۲۳:۳۸ جمعه ۱۹ اردیبهشت خورشید به انتهای اوج پدیده شرف شمس می رسد.

علم پیشگویی

علم پیشگویی بدور از خرافات و منطبق با احکام علم هیئت و نجوم اسلامی در اکثر تقویم های نجومی ایران باستان تا کنون مورد استفاده قرار گرفته است. برخی از این پیشگویی ها مطلق و صددرصد صحیح نمی باشد و بر اساس احتمالات محاسبه می گردد و همه منجمین این نکته را می دانند که بر اساس نظم خاصی که خداوند متعال در آفرینش هستی و عالم نجوم و کیهان قرار داده است ، به خواست و اراده پروردگار متعال اندکی از اسرار متافیزیکی این علم شریف که میراث اولیاء و انبیاء و معصومین و سایر دانشمندان بوده و می باشد ، محاسبه می گردد ولی کلیه اسرار مرتبط با علم پیشگویی فقط نزد پروردگار بزرگ است و بس.

دانلود تقویم نجومی سال ۱۳۹۹ . دکتر جانقربانی

<https://metafn.ir>

تقویم نجومی سال ۱۳۹۹ هجری شمسی و روز و ساعت دقیق شرف شمس ۱۳۹۹



سوره اسراء ، آیه ۱۲:

وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ آيَاتَيْنِ فَمَحْوُنَا آيَةَ اللَّيْلِ وَجَعَلْنَا آيَةَ النَّهَارِ مُبْصِرَةً لِّتَبْتَغُوا فَضْلًا مِّن رَّبِّكُمْ وَلِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِّينَ وَالْحِسَابَ وَكُلَّ شَيْءٍ فَصَّلْنَاهُ تَفْصِيلًا.

و ما شب و روز را دو آیت و نشانه ای (از قدرت خود) قرار دادیم آن گاه آیت شب (روشنی ماه) را زدودیم و آیت روز (خورشید) را تابان ساختیم تا شما در روز (روزی حلال) از فضل خدا طلب کنید و تا آنکه شمار سالها و حساب (اوقات) را عموماً بدانید و ما (برای پند و صلاح بندگان) هر چیزی را مفصل بیان کردیم.

سال ۱۳۹۹ هجری شمسی

بامداد یکشنبه ۳۱ فروردین ۱۳۹۹ باستانی اعتدالی برابر با ۲۹ حوت جلالی حسینی سال ۱۴۳۹۸ ساعت ۵:۴۱:۳۸ لحظه تحویل سال و طالع سال در هنگام تحویل ، در صورت فلکی سنبله (فرشته ای با خوشه گندم) از صورت های فلکی دایره البروج می باشد. دکتر حسین جانقربانی از بزرگان نجوم و استخراج کننده کامل ترین و دقیق ترین تقویم نجومی موجود ، امسال را سال "فرشته الهی" نام گذاری کرده اند.

سال جدید دارای اسرار معنوی خاصی است و دارای پیشگویی های زیادی می باشد. پیشگویی های این سال جلالی حسینی بسیار زیاد است که بصورت مختصر و گزیده اشاره می گردد.

- اوضاع کواکب در این سال دلالت بر سلامتی حضرت ولی عصر (عج) و حضرت مسیح (ع) و ... دارد.

- انقلاب ها و خونریزی ها در سراسر دنیا زیاد باشد و مردم بعضی از کشورهای جهان بر علیه حکومت های ظالم و فاسد قیام می نمایند.

Always remember
you are the one to
paint your world, for
each and every
action you take is
like color splashed
on things and
people around...

https://t.me/MetaFN_499



به یاد داشته باشیم
که پیرامونمان را
خودمان رنگ آمیزی
می کنیم
هر عمل و رفتاری
که انجام می دهیم
پاشیدن رنگیست
به اطراف و
اطرافیانمان ...

<https://metafn.ir>

وبسایت آموزشی و تحقیقاتی حکمت کهن

وقتی زندگی صد دلیل برای گریه کردن به شما نشان میدهد
شما هزار دلیل برای **خندیدن** به آن نشان دهید

چارلی چاپلین

وبسایت آموزشی و تحقیقاتی حکمت کهن



<https://metafn.ir>

https://t.me/MetaFN_499

حکمت کهن

آموزش علوم باطنی و ماوراء ، علوم غریبه ، فراروانشناسی ، موفقیت و توسعه فردی ، طب مکمل ، آموزه های راز قانون جاذبه



<https://metafn.ir>



https://t.me/MetaFN_499



https://instagram.com/metafn_499



<https://facebook.com/metafn.499>



https://aparat.com/MetaFN_499



https://cloob.com/name/metafn_499



<https://metafn.ir>

<http://metafn.blog.ir>



Instagram

ما را در اینستاگرام دنبال کنید

https://instagram.com/metafn_499



به صفحه

تلگرام ما

پیوندید

https://t.me/MetaFN_499



@MetaFN_499



کامل ما را در آپارات کنید

