

## ۱. خدا و مغز انسان ، حقایق علمی

علم شگفت انگیز است زیرا ما میتوانیم امضای خدا بر همه چیز نگاشته شده است.

دکتر کارولین لیف، یک مسیحی دانشمند به مدت ۳۰ سال، کشفیات علمی شگفت انگیزی را درباره مغز به اشتراک گذاشته است. اجازه بدهید با مورد مطالعاتی آغاز کنیم.

### مورد مطالعاتی

فعالیت مغز اساتید مدیتیشن، راهبان بودایی، با فعالیت مغز راهبه ها، کسانی که آیات انجیل را میخوانند، مقایسه شده است.

چیزی که مهم است اشاره شود، راهبان بودایی به ۳۰ سال زمان برای حرفه ای شدن در مدیتیشن نیاز دارند. چیزی که در طول تجربه مشاهده شده بود این بود که در طول چند ثانیه مطالعه انجیل، فعالیت مغز راهبه ها، موقعیت ذهنی بسیار بالاتری را نسبت به راهبان حرفه بودایی که در طول ۳۰ سال تمرین مدیتیشن با تمرکز بر موضوعی خاص میکنند، استخراج میکنند.

### مغز

مغز ما به گونه ای الهی به شکلی طراحی شده تا ما را به خدا نزدیک تر کند.

مغز ما طراحی شده است تا با کلام خدا هماهنگ باشد.

انجیل میگوید به آنچه در بالاست بیاندیشید. کولوسیان ۲ . ۳

### بازگشت به خدا

به خدا بازگشت کنید تا اینکه خدا را رد کنید، سیستم ایمنی خود را بالا برید و بیماری ها را تقریباً ۵ برابر موثرتر متوقف کنید.

### پرستش

وقتی خدا را پرستش میکنید مغز شما به توانایی بسیار بالای ذهنی دست می یابد. سلول های جدید مغز به معنی کامل رشد میکند.

### صحبت کردن به زبانها

صحبت کردن در زبان (اصطلاح علمی glossolalia) = سلامت روان و ثبات احساسی را افزایش می دهد.

### عشق

هنگامی که شما بر روی دوست داشتن خود و دیگران تمرکز می کنید، خداوند سیستم ایمنی بدن شما به گونه ای طراحی کرده که با افزایش سیستم حفاظتی پاسخگوی مقابله با بیماری ها باشد.

### دی ان ای

ژن های عصبی مغز ما ۸۷ تا ۹۸٪ توسط افکار ما فعال می شود.

این بدان معنی است که ۸۷ تا ۹۸٪ درصد بیماریهای ذهنی، جسمی و رفتاری از افکار ما حاصل می شود.

ژنها باعث رفتار نمی شوند، ژن های خاصی برای رفتارهای خاص یا بیماری های خاص وجود ندارد.

ژن ها تنها می توانند گرایش های خاصی برای رفتار خاصی داشته باشند. اما ژن های شما نهایتاً نمیتوانند بگویند شما چه کاری را باید انجام دهید!

خنده

خنده به معنای واقعی کلمه، احساسات مضطرب و ناراحت کننده را حل می کند، زیرا وقتی می خندید نمی توانید احساس گناه کنید.  
تفریح

لذت بردن (خوشحالی) کمک می کند تا ذهن ما را از سم زدایی کند، سلامتی شما را بهبود می بخشد و اطلاعات را افزایش می دهد.

تمرین

تمرین باعث افزایش رشد سلول های مغزی و افزایش هوش می شود.

تومور مغزی

انتخاب های بد منجر به تفکر سمی می شود.  
تفکر سمی شما را به بیماری جسمی و روحی آسیب پذیر می کند.

منفی گرایی

منفی بودن ذهن را قفل می کند و باعث ایجاد عصبی در مغز می شود.

حسادت

حسادت و حسادت سلول های مغزی را از بین می برند. خوشحالی برای دیگران سلولهای مغزی را رشد می دهد.

کلمات بد

کلمات واقعا باعث درد می شوند. محققان متوجه شده اند که احساسات صدمه دیده از واژه ها در یک ناحیه مغز (زگیل سینگولات) همانند شکستگی استخوان یا آسیب جسمی تاثیر می گذارد.

شاکر بودن

هنگامی که شما سپاسگزار هستید، مغز شما فاکتورهای رشد عصبی را که باعث تغییر مثبت مغز می شود را آزاد می کند.

کتاب مقدس می گوید که در هر شرایطی شکر گذار باشید. ۱ تسالونیان ۵ . ۱۸

۲. شما روح، جان و جسم هستید

در اینجا برخی از اطلاعات حیاتی تر است که دکتر کارولینه با میلیون ها نفر در سراسر جهان به اشتراک می گذارد:

قوانین علم باید با کتاب مقدس هماهنگ شوند زیرا آنها توسط همان نویسنده نوشته شده اند.

ما در تصویر خدا ساخته شده بودیم. خدا سه گانه ما خدای پدر، خدای پسر و روح القدس خدا است.

شما همچنین یک موجود سه گانه هستید. شما یک روح، جان و جسم دارید.

کتاب مقدس همچنین می آموزد که خدا روح است. یوحنا ۴ . ۲۴

شما، در واقع، یک روح هستید. شما روح هستید، روحی که در بدن زندگی می کند.

روح بالاترین قسمت انسان است و قرار است تسلط یابد. روح سه بخش دارد: اولی شهود، از طریق آن روح القدس صحبت می کند، دومی، وجدان که آگاهی شما از حق و نادرست است و سومی، ارتباط که توانایی شما برای پیوستن به خداوند از طریق عبادت است .

کتاب مقدس به ما می گوید که خداوند روح است و می خواهد ما او را در روح و حقیقت پرستش کنیم. یوحنا ۴ . ۲۴

پس شما روح دارید.

روح شما، که ذهن شما نیز هست دارای سه بخش است: اولی ذهن شما، ذهنیت و عقلانیت درک و تفکر. دومی معرفتی است که خواسته و خواسته هایتان است. سومی احساسات شما، احساسات وجود دارد، بنابراین ما می توانیم احساس و تجربه کنیم دنیایی که در آن زندگی می کنیم. احساسات نیز چیزی است که اجازه می دهد عشق را تجربه کنیم.

سپس بدن شما وجود دارد.

بدن شما همچنین دارای سه قسمت است: اکستروم، مزودرم و اندودرم، که از آن مغز و بدن تشکیل می شود.

ذهن یا روح شما یک پا در درون روح و یک پا در درون بدن دارد. ذهن باعث ایجاد همبستگی بین روح انسان و بدن انسان می شود.

ذهن شما تمام جنبه های جسمانی را کنترل می کند و بر رشد روحانی تاثیر می گذارد.

ذهن جدا از مغز است.

مغز و بدن شما نمی تواند کاری به جز آنچه که ذهن به آن می گوید انجام دهد. از طریق ذهن شما این است که شما انتخاب کنید که به دنبال مسیح.

از طریق ذهن شما این است که شما انتخاب کنید که عقل خود را به مسیح ارسال کنید. کتاب مقدس می گوید که ما در درک خودمان تکیه نمی کنیم. امثال ۳ . ۵

همچنین از طریق ذهن شماست که انتخاب میکنید که در طول روز، گفتگوی درونی با خدا برقرار کنید. این همان چیزی است که کتاب مقدس به معنای آن است که در همه مدت دعا کنید. افسسیان ۶ . ۱۸

ذهن شما طراحی شده است که توسط روح خود هدایت می شود و روح شما طراحی شده است که توسط روح خدا هدایت می شود). شکل های تصویر رنگ بدن دست دست)

روح القدس به انسان روح میدهند، به روح، به جسم.

شما یک موجود روحانی با روحی که توانایی تغییر مغز شما را دارد، هستید.

۳. راه حل ها

این آخرین بخش از سه بخش درباره برخی از آموزه های دکتر کارولین لیف است.

## علم

علم درک فنی از آنچه خدا به ما داده است. این شامل شما و جهان اطراف شما می شود.

## خدا

او ما را در تصویر خود خلق کرده است. او درخشان است بنابراین ما درخشان هستیم. شما خلق شده اید تا بخش منحصر به فرد تصویر خدا را منعکس کنید.

## پرستش

عبادت خدا از مغز شما محافظت می کند.

## روح القدس و ذهن ما

ذهن شما مهمترین چیز در جهان است پس از خدا. ذهن شما مغز را کنترل می کند، مغز شما بدن شما را کنترل می کند. و روح شما همه چیز را کنترل می کند. برای اینکه همه آنچه که باید باشید بشوید، روح شما باید توسط روح خدا هدایت شود.

## مغز

اگر ما از ذهنمان به درستی استفاده کنیم، می توانیم مغزمان را دوباره طراحی کنیم. ما می توانیم مغز ما را دوباره بسازیم. ما می توانیم مغز ما را تغییر دهیم.

## فرصت

من نمی توانم: در حال حاضر یک تصمیم گیری: این یک فرصت است.

## دی ان ای

این نگرش شما است نه دی ان ای شما، که بیشتر کیفیت زندگی شما را تعیین می کند.

## فکر

فکرهای شما افکار شما می شوند. افکار شما تبدیل به کلمات و اقدامات شما می شود. کلمات و اقدامات شما آینده شما خواهد شد.

## تومور مغزی

هنگامی که دروغ دشمن را باور دارید و در مورد آن فکر می کنید، این ساختار فیزیکی واقعی در مغز می شود: فکر سمی! بنابراین هنگامی که ما اشتباه را انتخاب می کنیم، دروغ بی قدرت شیطان را به واقعیت قدرتمندی تبدیل می کنیم.

## ترس

اگر ما اجازه خودهامان در ترس بیاموزد و عمل کند، هرج و مرج و ویرانی در مغز ما ایجاد می شود.

## عشق ترس

هر نوع احساساتی یک یا دو ریشه دارد. عشق یا ترس با این حال آنها نمی توانند همزیستی کنند.

## بخشش

بخشش شما را آزاد می کند و شما را از افرادی که به شما آسیب رسانده اند دور میکند، بنابراین آنها دیگر نمی توانند به شما آسیب برسانند. عدم عفو و بخشش شما را درگیر می کند، بنابراین آنها هنوز می تواند به شما صدمه بزنند.

درها  
ما باید دروازه های چشم، گوش و دهانمان را محافظت کنیم. چطور ما به مردم یا رسانه ها اجازه می دهیم در ما چیزهایی را بکارند؟

راه حل ها  
خدمت به دیگران بهترین راه برای مقابله با استرس منفی است.  
تجدید ذهن شما کتاب مقدس می گوید که همشکل این جهان نشوید، بلکه به تازگی ذهن خود دگرگون شوید. رومیان  
۲ . ۱۲  
اجازه دهید نور شما بتابد. متی ۵ . ۱۶  
انجام دهید آنچه را که انجام می دهید، با روحی متعالی.

برای راه حل های بیشتر که چطور مغزتان را سم زدایی کنید سایت [www.drleaf.com](http://www.drleaf.com) را ببینید.

گرد آوری متن توسط ماربا هبگا  
ترجمه فارسی توسط آزاده گیوتاش