



در ناخودآگاه شما چه می‌گذرد؟

ناخودآگاه* به عنوان شیوه ای که امروزه شاهدش هستیم، اولین بار توسط زیگموند فروید مطرح شد. در تعریفش میتوان گفت: بخشی از روان که خارج از گاهی است، پدیده های روانی و فرایندهای زندگی که در حال حاضر فرد بر روی آن ها آگاهی ندارد.* در شرایط معمول دسترسی به آن وجود ندارد. ناخودآگاه مخزنه برای احساسات، افکار، تمایلات، آرزوها، و رویوهای با خراطر فرد است که خارج از آگاهی اوست. حیاتیات ناخودآگاه ممکن است شامل احساسات دردناک، اضطراب ها، تعارضات یا موضوعات دیگری هم باشد که گاهی می تواند برای فرد ناخوشایند و یا

« بطور کلی برای دسترسی به ناخودآگاه، چند راه حل موجود دارد. گاهی اوقات فرد می‌خواهد موضوعی را فراموش کند اما نمی‌تواند. اثرات این اتفاق در زندگی فرد باقی می‌ماند. گاهی اتفاقی مربوط به سالها قبل را در یک خواب می‌بیند. یکی از این روش‌ها تعبیر

♦ آیا خودکامی راهی برای رسیدن به ناخودآگاه است؟

کمک می کند؟

«باید ببذیریم که بخش هایی در وجود ما خوب نیستند، ویژگی های منفی نیز داریم. ببذیریم که می توانیم با تقویت مهارت های خودمان بخشی از این ویژگی های منفی را از تغییر دهیم. در واقع حقیقت وجودی خودمان را بگونه ای که هست ببذیریم و دوستش داشته باشیم. پذیرش و درک سایه نباید مانعی برای زندگی کردن و یافتن آرزوهایمان در این دنیا شود. این پذیرش به معنای این نیست که هیچ چیز درست نمی شود یا زندگی همین است بلکه به معنای پذیرش محدودیتی است که خود به عنوان یک انسان و تلاش برای گشودن راهی برای درک بهتر از حضور انسان در هستی است.»

[illegible]

طراح : مہدی سنگی

افقی

۱- معادل فارسی اپتومتری - نرخ ثابت ۲ - بالا و بلندی - مکان
 ۳ - یستادن پیش نماز درمسجد - طاقوت زمان حضرت ابراهیم
 ۴ - کمربند کشیشان - صاب تیره - نوعی سلاح خودکار سنگین
 ۵ - زدن - گاو مقدس مساریان کهن - تک و تنه‌ا - لخت و برهنه - سامتر
 ۶ - برافروختگی - نوشتن و نگارش - خاک گور - محل بی خطر
 ۷ - حرف گفتنی - ازطوائف بزرگ ترکمن - عیب عار - هر بی وضعت
 ۸ -

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
ت	ی	س	ک		ب		ر	س	پ	ب	ا	ر	ر	ا	۱
و		ر	ت	ا	ک			ک	ا	د	ا		ز		۲
ک	ز	ی	و	ج	ز			و	ز	ب	ل	ا	د	ا	۳
س	د	ا	م	ل	ی	ب	ز	ن		س		ل	و	ا	۴
ی	م	ک	ا	م	ا	ر	ی	و	د	ی	ب	و	ی	ا	۵
ر	ی	س	ر	خ	ن			ل	ل	ا	ن	ا	ج		۶
	ه	س	و	س	ک	ی	ت	ک	ا	ت		ا	ن		۷
ح		ی	ل	ع	ی	ا	د	و	د	و	ب		ن		۸
م	ا		س	ی	د	ا	و			ر	س				۹
و	ل	ا	ب	ت		م	ب		ن	ژ	و	ا	ح		۱۰
ی		ل	ی	ر	خ	س	ر	ک	ی	ر	ت	ا	س		۱۱
	ز	ی	ل	ا	م	ث	ا	ت	م	ت	ا	ر	غ		۱۲
ا	ه	ب		خ	و	ی	ا	ن	ا	و	ا	ر	س		۱۳
ف		ا	ب	ا	ر	ا	ن		ن	ی	ش	ن	ی		۱۴
ی	گ	ن	ه	س	م	د	خ		ر	و	ا	د	ب		۱۵