

از مجموعه‌ی

تولد از منظری دیگر



# کتابِ کوچکِ آرامشِ جنین

نگاهی دیگر به عالم ناشناخته‌ی جنین

تألیف فیروزه روستا

و شیرین شریفیان

انتشارات فراروان

روانشناسی، فراروان‌شناسی و عرفان

## فهرست مطالب

- پیش‌گفتار ۷
- جنین آگاه است ۱۱
- جنین چگونه درک می‌کند ۲۱
- با جنین چگونه رفتار کنیم ۳۱
۱. تغذیه‌ی جسم ۳۱
۲. تغذیه‌ی روان ۴۶
۳. تمرینات آرام‌سازی ۵۸
۴. خواب در دوران بارداری ۷۶

## جنین آگاه است

در دنیای امروز، خوشبختانه علم به سمت و سوی می‌رود که دستاوردهایش در ترویج معنویت نقش مهمی ایفا می‌کند و عرفان به صورت یک علم تجربی مورد توجه دانشمندان قرار گرفته است و دانشگاه‌های معتبر دنیا به تجزیه و تحلیل این علم پرداخته‌اند؛ دیگر روان‌شناسان انسان را موجودی یک بعدی نمی‌دانند. بلکه معتقدند که انسان از لایه‌های ظریف‌تری غیر از لایه‌ی جسمی نیز برخوردار است. آگاهی و شناخت این لایه‌های ظریف به ما کمک می‌کند تا زیستی خداپسندانه‌تر در این عالم خاکی داشته باشیم.

مسائل به سال‌ها بعد از تولد که کودک توانایی حرف زدن را پیدا کند، موکول می‌شود و ممکن است تا آن زمان کودک دیگر علاقه‌ای به بازگو کردن آن‌ها نداشته باشد. اگر ذهن نوزاد می‌توانست بلند فکر کند، مطمئناً سخنان گله‌آمیزی در رابطه با نوع ارتباط والدین و حتی مراقبانش مثل، ماما، پزشک و... بیان می‌کرد.

دیوید چمبرلین معتقد است که کودکان بعد از تولد، خاطره‌ی تولد و یا حتی خاطرات جنینی خود را از طریق حرکات و رفتار خود، مثل گریه‌های بی‌دلیل، نقاشی کشیدن، اشاره به نقطه‌ی خاصی از بدن و یا به وسیله‌ی درآوردن صداها‌ی مخصوصی از خودشان، بازگومی‌کنند. همچنین او با هیپنوتیزم افراد بزرگسال متوجه شد که آن‌ها هنوز خاطرات تولد خود را به یاد می‌آورند و به تفصیل به تشریح آن می‌پردازند.

شاید دانستن مواردی از تحقیقات که نشان

دهنده‌ی وجود یادگیری و حافظه قبل از تولد است، برای شما شگفت‌انگیز باشد.

مدارک به‌طور شگفت‌انگیزی حاکی از آن است که یادگیری و حافظه قبل از تولد هم وجود دارد. مثلاً دیده شده که دوقلوها رفتارها و حرکاتی را که در هفته‌ی ۲۰ بارداری از خود نشان می‌دهند، آن را تا سال‌های بعد از تولد ادامه می‌دهند. در یک مورد خاص خواهر و برادری که در داخل رحم، صورت‌های خود را به هم می‌چسبانند و از پشت پرده‌ی آمیون<sup>۱</sup> با هم بازی می‌کردند، در سن یک‌سالگی نیز بازی مورد علاقه‌ی‌شان این بود که به دو طرف یک پرده رفته و با هم بخندند، همدیگر را لمس کرده و با هم بازی کنند!

---

۱. کیسه‌ای که جنین در آن محافظت می‌شود. دوقلوهای دو تخمی در دو کیسه متفاوت رشد می‌کنند.