

بخش سوم:

ایجاد یک چهارچوب
برای درک خویشتن

در آغاز این کتاب من اشاره کردم که این کتاب یک راهنمای گام به گام در روند تطبیق خود با محیط معامله‌گری خواهد بود. اولین گام برای این فرایند سازگاری، شناخت علت نیاز ما به تطبیق دادن خودمان است. اگر شما نمی‌توانید بازار را دستکاری کنید یا به آن فشار آورید تا مطابق با نیازهای شما تغییر کند، پس نیاز دارید بیاموزید چگونه خودتان را متناسب با شرایط بازار تغییر دهید. بازار محیط نامحدودی است که در آن شما انتخاب می‌کنید که چگونه خودتان را مطرح کنید. برخلاف محیط‌های اجتماعی اینجا تمام قدرت در دستان شما است. هدف اصلی در بخش دوم، اشاره دارد به طبیعت محیط معامله‌گری از دیدگاه روانشناختی، به نقطه‌ای خارج از برخی تفاوت‌های بنیادی بین محیط تجاری و محیط‌های اجتماعی که آموخته‌ایم تابع آن باشیم. در ادامه به روشنی ثابت می‌کنیم که نیاز به یک چشم‌انداز جدید داریم.

دو گام بعدی در این فرایند یادگیری یکی چگونه گی شناسایی دقیق تغییراتی که به آن برای دستیابی به موفقیت در محیط معاملات نیاز دارید است و دیگر این که چگونه هر تغییرات روحی لازم را اثر بخش کنیم. دست کاری محیط فیزیکی به سادگی حرکت دادن یک صندلی از یک محل به محل دیگر است زیرا شما می خواهید یا نیاز به نشستن دارید. با این حال برای تغییر آگاهانه خودتان جهت عملکرد مؤثر در محیط بازار، به درک کامل ماهیت و عملکرد محیط روانی خودتان نیاز خواهید داشت.

محیط روانی

انواع تغییراتی که دارید به دو دسته زیر تقسیم می شود: اول، شما برای وفق دادن راحت تر خود با تغییراتی که بازار به طور دائم در مقابل شما قرار می دهد، نیاز به آموختن بعضی از مهارت های پیچیده روانی دارید. شما نیازمند خنثی سازی بعضی از باورهای فرهنگی معمول در مورد موفقیت هستید (باورهایی که پتانسیل تحریف اطلاعات بازار را دارند). دوم، به احتمال زیاد نیاز دارید هر گونه آسیب روحی که از فعالیت های گذشته خود متحمل شده اید را ترمیم کنید. هر گونه آسیب روحی ظرفیت شما را برای اجرای معاملات درست کاهش می دهد.

بدیهی است که برای شناسایی آنچه جهت آموختن نحوه تغییر کردن نیاز دارید و چگونه گی انجام این تغییرات مراحل زیادی وجود دارد. شش فصل این بخش برای آشنایی شما با فرایند سازگاری سازمان یافته تدوین شده است. این امر از طریق بهبود بینشی است که برای درک «آنچه باید انجام دهید» و «چرایی آن» نیاز دارید.

اولین چیزی که نیاز دارید ایجاد یک ساختار برای چیزهایی است که به شکل محسوس تر و پایدارتری وارد ذهن شما می گردد. من برای ایجاد این چهارچوب، اجزا و قسمت های محیط روانی را با مفاهیم مدیریت شده ای توصیف، تعریف و سازماندهی خواهم کرد. برای این که شما بتوانید: اول، رفتار خود را درک کنید. دوم، روش های گوناگون برای دستکاری محیط ذهنی خود در جهت آگاهی خودتان برای سازگاری با

شرایط محیطی و اهداف تان را یاد بگیرید و سوم، چگونه گی نظارت بر نحوه ارتباط خود با محیط بیرونی را بیاموزید، لازم است که بیاموزید چگونه بر نحوه ارتباط خود میان محیط داخلی و محیط بیرونی نظارت کنید. زیرا اهداف، انتظارات، نیازها و خواسته های ما، همه، قسمت هایی از محیط روانی ما هستند که با آن محیط فیزیکی بیرونی را برای ساختن لحظات آینده خود طرح ریزی می کنیم. به عبارت دیگر این اجزا سازنده محیط ذهنی است که در جهان فیزیکی رخ می دهد یا رخ نمی دهد. شما باید قادر باشید وقتی که پتانسیل تحریف اطلاعات بیرونی برای سازگار کردن اجزا درونی خود را دارید (به خصوص به عنوان یک معامله گر) فوراً آن را تشخیص دهید. این تحریف ها ناگزیر به درد و صدمه روانی منجر خواهد شد.

آنچه که من قصد دارم در ادامه این فصل ها نشان دهم این است که اگرچه شما نمی توانید با چشمان خود مؤلفه های ذهنی که بخش هایی از محیط روانی هستند را ببینید، اما عملکرد آن ها کاملاً واقعی است. به علاوه لازم نیست با چشمان خود ببینیم زیرا ما به سادگی می توانیم یاد بگیریم چگونه آنچه درون محیط روانی ما است را با چیزهایی که در خارج می بینیم و در محیط فیزیکی تجربه می کنیم، شناسایی کنیم. هم چنین با ارتباط دادن بین باورهای مان و چیزهایی که تجربه می کنیم، آموختن نحوه دستکاری باورهای مان برای تغییر دادن آنچه که در محیط بیرون تجربه می کنیم، بسیار راحت تر خواهد شد.

ما ماهیت باورها و نحوه فعالیت آن ها را به عنوان سیستم مدیریت اطلاعات محیطی آزمون خواهیم کرد. من نشان می دهم که چگونه باورهای شخصی در مورد ماهیت بازار و انتظارات ما از اتفاقات آینده، نوع و کیفیت اطلاعاتی که درک می کنیم را مدیریت و کنترل می کند. با درهم شکستن دینامیک ادراکات، شما قادر خواهید بود شیوه های مختلفی که در آن محدودیت های ذهنی ما در درک رفتار بازار و این که چگونه این محدودیت ها علت تحریف اطلاعات بازار است را شناسایی کنید.

ما کاملاً ماهیت ترس را کاوش می کنیم و این که چگونه ترس ما را مجبور به انجام اعمالی بدون فکر و انتخاب می کند. نیروی قاطعی که بیش تر معامله گران را در هنگام

حرکات قیمت وادار به فعالیت می‌کند، ترس است. ترس برای از دست دادن فرصت‌ها (رقابت برای تقاضا) و ترس از ضرر کردن (رقابت برای عرضه). اگر شما واقعاً می‌خواهید برای پیش‌بینی آنچه در آینده می‌خواهید انجام دهید رفتار بازار را درک کنید، پس ابتدا باید درباره آن بیاموزید و نیروهای اساسی که در پشت رفتارهای تان پنهان است و نحوه پردازش مدیریت اطلاعات خود را درک کنید.

هنگامی که فهمیدید در ارتباط با هر نوعی از بازار، چگونه ترس زندگی شما را اداره می‌کند و یاد گرفتید که چگونه خودتان را از این ترس‌ها رها کنید در آن صورت خودتان را متمایز از «عامه معامله‌گران» خواهید یافت. زمانی که شما خودتان را از «عامه معامله‌گران» جدا یافتید و دانش خود را در مورد نیروهای دائمی مؤثر بر رفتار خود، برای تحلیل رفتار گروه معامله‌گران گسترش دادید، پیش‌بینی رفتار دسته‌جمعی آن‌ها بسیار آسان‌تر خواهد شد. زیرا آن‌ها صرفاً نماینده نسخه بزرگ‌تری (دسته جمعی) از روش‌هایی هستند که شما استفاده کرده‌اید. به عبارت دیگر، شما قبل از آنکه دیگر معامله‌گران کاری انجام دهند می‌فهمید آن‌ها چگونه رفتار خواهند کرد زیرا شما قادر به مشاهده آن‌ها از یک منظر بیرونی هستید.

سود شما در دانستن نحوه تعامل باورهای تان با اطلاعات محیطی برای کنترل نحوه ادراک و تجربه‌های تان است. هم چنین باید نحوه تمایز دادن بین تفکر واهی و آنچه که بازار از خودش نشان می‌دهد را یاد بگیرید. شما در نهایت قادر به فراگیری نحوه کنترل ادراک خود از فعالیت بازار، به روشی که به شما اجازه دهد بیش‌ترین انعطاف‌پذیری روانی را داشته باشید، هستید. به‌طوری که قادر باشید دیدگاه خود را به سمت جریان بازار انتقال دهید و معاملات خود را بدون درنگ اجرا کنید. اگر آنچه که بازار انجام می‌دهد را نتوانید تغییر دهید یا کنترل نمایید، پس تنها گزینه‌ای که در اختیار دارید، کنترل خویشتن به روشی است که به شما اجازه دهد آنچه که بازار ممکن است انجام دهد را با وضوح بیش‌تری درک کنید. یک عملکرد کامل نیازمند درک ماهیت محیط روانی شما در رابطه با محیط فیزیکی بیرونی است.

فصل ۹

درک ماهیت محیط روانی

خودشناسی و فراگیری نحوه عملکرد درونی محیط روانی شما آنقدر که شما فکر می کنید دشوار نیست. این کار کاملاً عملی است، با این حال نفع شما در درک کامل ویژگی های عمومی ذهنی است. این شامل اجزا تشکیل دهنده و نحوه عملکرد آن ها می شود که دقیقاً همان چیزی است که این بخش از کتاب برای آن طراحی شده است. تنها دلیلی که این موضوع را مشکل می نماید این است که ما در دوران کودکی، نحوه عملکرد آن ها را یاد نمی گیریم. در واقع معمولاً نقطه مقابل آن، یعنی این باور که محیط روانی مکانی مرموز است که نمی توان آن را درک کرد، را به ما تدریس می کنند. به عنوان یک نتیجه، ما هیچ گونه درک واقعی از اجزا سازنده محیط روانی، و یا ارتباط این اجزا با محیط فیزیکی بیرونی (در رابطه با تعیین نحوه تجاربی که در زندگی کسب می کنیم)، نداریم. بنابراین، اگر می خواهید برای عملکرد مؤثرتر به عنوان یک معامله گر به طور آگاهانه خودتان را تغییر یا با شرایط وفق دهید، نیاز به یک درک اساسی و عملی از ماهیت این اجزا روانی و نحوه عملکرد آن ها خواهید داشت. در ادامه، تفاوت های گسترده ای بین ویژگی های محیط روانی (درونی) و محیط فیزیکی (بیرونی)، توضیح داده می شود. درک این تفاوت ها یک عنصر کلیدی در فرایند تغییر دادن خودتان است.

به عنوان یک مثال ساده، کتابی که شما در حال مطالعه آن هستید در خارج از شما وجود دارد، در حالی که برچسب کتاب (یعنی ادراک ذهنی شما از این کتاب) و یا هر افکار دیگر و یا احساسی که در نتیجه این برچسب تجربه می کنید و معنایی که شما را به همه این اتفاقات وصل می کند، در درون شما وجود دارد. هر چیزی که پیش می آید

و یا هر اتفاقی که رخ می‌دهد در داخل شما محیط روانی شما را تشکیل می‌دهد، همه تجارب و خاطرات کسانی که در این تجربه‌ها هستند، تمام اعتقادات شما، تمام انرژی عاطفی متصل به این باورها، همه احساسات شما، نیازها، خواسته‌ها، انتظارات و اهداف و همه افکار شما صرف‌نظر از اینکه شما این افکار را ابراز می‌دارید و یا نه، چشم‌انداز روانی شما را تشکیل می‌دهند.

با این حال، قبل از اینکه ما تفاوت‌های بین محیط درونی و بیرونی را کاوش کنیم، می‌خواهم یک مشخصه مشترک این دو محیط را مطرح کنم. آن‌ها هر دو متشکل از تعدادی اجزا عملکرد مستقل هستند ("منطقه‌ای" یک کلمه بهتر برای توصیف محیط روانی است) که در یک شکل کلی با هم همکاری می‌کنند. اکثر مردم با قسمت‌های مختلف بدن کاملاً آشنا هستند، حتی آن‌هایی که در داخل حفره بسته بدن قرار دارند. این اجزا، که از سلول‌ها ساخته شده‌اند، عملکرد متمایزی دارند. آن‌ها به‌طور مستقل عمل می‌کنند و با سایر نقاط بدن همکاری دارند. حاصل مجموع این همکاری‌ها بدن ما است. آن‌ها قطعات مجزا با عملکردهای منحصر بفرد جز از کل هستند.

در همین راستا، محیط روانی از تعدادی کلونی با کارکرد مستقل منطقه‌ای تشکیل شده که همه آن‌ها مجموعاً ما را تشکیل می‌دهند. به‌عنوان مثال، یک باور یک رویا نیست و یک فکر یک احساس نیست. باورها، رویاها، افکار، احساسات، همه قطعات مجزا از محیط روانی هستند که در روش‌های یکسانی با هم تعامل دارند. (حداقل مفهومی) دستان شما با چشمان تان تعامل دارد یا انگشتان تان با بینی تان و یا شش‌های تان با قلبتان در تعامل است. من به چیزهای خارجی اشاره می‌کنم زیرا اکثر مردم در مورد محیط‌های روانی خود تصویری ندارند. در لیست زیر برخی از دسته‌ها که با دسته‌بندی بر اساس محیط ذهنی و اجزا مربوطه آورده شده‌اند. این موضوع در پنج فصل آینده توضیح داده خواهد شد.

احساسات شارژکننده مثبت: عشق، شادی، لذت‌بردن، اعتمادبنفس، صلح و پذیرش.
احساسات شارژکننده منفی: ترس، خشم، نفرت، حسادت، ناامیدی، سردرگمی، بی‌حوصله‌گی، استرس، اضطراب، خیانت.

توهم: انکار، توجیه کردن، توجیه عقلی، اعوجاج.

باورها

نیات: اهداف و آرمان‌ها

انتظارات: خواسته‌ها، آرزوها، مطالبات، نیاز

رویاها: رویا دیدن، افکار، جاذبه‌ها، خاطرات، خلاقیت، بصیرت

در این جا قصد نداریم که لیست کاملی از اجزا تشکیل دهنده و طبقه‌بندی‌های محیط روانی را نشان دهیم. با این حال، برای خدمت به اهداف کتاب این لیست به اندازه کافی جامع است که به شما بینش نحوه عملکرد آن‌ها را ارائه دهد. هرگونه تعامل و تأثیرگذاری روی آن‌ها برای پیشرفت حرفه تجاری شما لازم است.

محیط روانی (درونی) دقیقا چیست؟

محیط روانی جایی است که تمام اطلاعات حسی از محیط فیزیکی که به عنوان یک نیرو بر چشم‌ها، گوش‌ها، بینی، زبان و لامسه ما تأثیر می‌گذارد، مرتب، طبقه‌بندی، برچسب‌گذاری، سازمان‌دهی و ذخیره می‌شود. باورها به آن‌ها شکل و معنا می‌دهند. محیط روانی جایی است که تجارب ما از دنیای بیرونی به ساختار پیچیده باورهای ما در مورد ماهیت محیط فیزیکی و رابطه ما با آن، فرم می‌دهد.

در این تعریف دو نکته است که می‌خواهیم به آن توجه کنیم: اول، محدودیت است، چرا که فعالیت‌های ذهنی از درون تولید نمی‌شود و منحصر به اطلاعات حسی محیط بیرونی است. این چیزی است که من بعداً در مورد آن توضیح خواهم داد. دوم، من مغز شما را شامل محیط روانی نمی‌دانم. این موضوع را بعداً روشن می‌کنم.

یکی از اولین ویژگی‌هایی که شما باید در مورد آن توجه داشته باشید، لیست اجزا تشکیل دهنده محیط روانی است که البته آن‌ها ساده نیستند. شما نمی‌توانید ببینید، بشنوید، لمس کنید، بچشید و یا آن‌ها را بو کنید. دست کم آن‌ها در محیط روانی وجود دارند. به عنوان مثال، هیچ جراحی بر روی بافت‌های زنده مغز جراحی نمی‌کند. به این

علت که ما با باورها، خاطرات و افکار دردناک مواجه هستیم، هرچند که او محل و مکان قرار داشتن آن‌ها را بداند. بیوشیمیست‌ها DNA را کشف کردند (اسید دی اکسید دی بوسل) در حالی که در سطح بافت‌های مولکولی کار می‌کردند و هنوز با هیچ یک از اجزا سازنده لیستی که قبلاً آوردم مواجهه نشده‌اند. با این حال ما می‌دانیم که آن‌ها وجود دارند زیرا ما می‌توانیم نتایج باورهای فردی و افکاری که ظاهراً در محیط‌های فیزیکی بیان شده است را تجربه کنیم.

اما اگر آن‌ها ملموس نیستند و هیچ کس تاکنون به طور مستقیم آن‌ها را تجربه نکرده است، چگونه این اجزا روانی وجود دارند؟ پاسخ این است که آن‌ها به صورت فرمی از انرژی هستند (انرژی هیچ جرمی ندارد). به عنوان مثال نور از بعضی اشیاء عبور می‌کند و یا انعکاس پیدا می‌کند اما نور هیچ چیزی را جابه‌جا نمی‌کند. الکتریسیته از بعضی اشیاء عبور می‌کند اما آن‌ها را جابه‌جا نمی‌کند. همه چیزها که از اتم و مولکول تشکیل شده‌اند از یک فضا به فضای دیگر جابه‌جا می‌شوند.

برای یک مدت طولانی جامعه علمی فکر می‌کرد که اتم کوچک‌ترین و اساسی‌ترین جز ساختمان ماده است. اما بعدها کشف شد که درون اتم انرژی است. چیزی که دانشمندان هنوز نمی‌توانستند تصور کنند آن بود که چگونه چیزی بدون جرم (انرژی درون اتم) می‌تواند تبدیل به چیزی شود که جرم دارد، اتم. به عبارت دیگر، چگونه انرژی از یک حالت غیر فیزیکی به حالت فیزیکی تبدیل می‌شود. آلبرت انشتین زمانی خواست تعریف خود را از ماده ارائه کند. او گفت "ماده تنها صورتی از انرژی است که ما با حواس خود می‌توانیم آن را درک کنیم". کتابی که هم‌اکنون در حال مطالعه آن هستید و صندلی که برای خواندن کتاب روی آن نشسته‌اید در سطح اتمی، نوعی انرژی است که حواس شما آن را جامد حس می‌کند. با این حال، وضعیت همیشه این‌گونه نیست. حواس ما قادر به درک چیزهایی که در سطح اتم وجود دارند نیست. جایی که همه چیز به دور خود می‌چرخد و آن فضای داخل اتم است. با این حال نکته‌ای که من می‌خواهم بگویم این است که تمام ماده‌ها در عمیق‌ترین لایه‌های هستی در فرمی از انرژی وجود دارند (داخل اتم) اما تمام انرژی‌ها به صورت ماده

وجود ندارند مانند نور و الکتروسیته.

در حالت کلی، انرژی روانی به عنوان صورتی از انرژی وجود دارد، صورت نامحسوسی از باورها، احساسات، روحيات و نظیر آن‌ها که پتانسیل فشار وارد کردن بر رفتارهای ما را دارند و در نتیجه نیروی محیط فیزیکی خارجی به اشکال مختلف به این انرژی پاسخ می‌دهند. به عنوان مثال، انرژی روانی در فرم یک باور یا خاطره یا یک تجربه می‌تواند انگیزه باشد تا یک شخص سرتاسر یک اتاق را برای عوض کردن یک کانال تلویزیونی طی کند، زیرا باور او این است که برنامه کانال دیگر ارزنده تر یا لذت بخش تر است. این چیزی است که باعث پیشنهاد قیمتی بالاتر قیمت قبلی برای یک سهم می‌شود. زیرا او معتقد است که آن در بر دارنده بهترین منافع برای اوست. این چیزی است که انگیزه توده‌های مردم برای رفتن به جنگ برای دفاع می‌شود، در زمانی که آن‌ها اعتقاد به دفاع دارند. این اقدامات و اثرات آن بر محیط ظاهراً نتیجه این انرژی‌های درونی است.

تجربه چیست؟

ما با پنج حس فیزیکی جهان را تجربه می‌کنیم. این دانش مشترک است، اما با بررسی بسیار بنیادی مساله، واقعا چه اتفاقی برای تجربه‌های ما از محیط رخ می‌دهد، وقتی که آن‌ها از خارج (فیزیکی) به محیط درونی (روانی) وارد می‌شوند؟ چیزی که ما در سطح فیزیکی می‌بینیم، می‌شنویم، لمس می‌کنیم، می‌بوییم و می‌چشیم با پالس‌هایی از انرژی الکتریکی انتقال می‌یابد و از طریق سیستم عصبی به مغز ارسال می‌شود. در بنیادی‌ترین سطوح، تجربه‌های ملموس از جهان خارج با انرژی الکتریکی غیر محسوس انتقال می‌یابد. با واسطه‌های محسوسی که ما در زندگی تجربه می‌کنیم (محیط فیزیکی) مشخصات و خواص آن واسطه‌ها که این تجربه‌ها را در محیط درونی ما نمایندگی و ذخیره می‌کند، یکسان نیست. ما این تفاوت‌ها را هر لحظه در سطوح کاربردی بیش‌تری آزمون می‌کنیم. اگر در ابتدا، به نظر غیر طبیعی برسد که تجربیات ما (اطلاعات محیطی) با انرژی الکتریکی انتقال یابد، پس در نظر داشته باشید که ما برای سال‌ها از تکنولوژی مکانیکی

مشابه در تلفن و کامپیوترها استفاده کرده‌ایم. کامپیوترها اطلاعات، صداها و تصاویر را با واسطه‌های مختلفی ذخیره می‌کنند و تلفن‌ها صداها و تصاویر را با فرم‌های الکتریسیته، نور و یا ماکروویو انتقال می‌دهند. هنوز هم چیزهای جالبی در مورد روند زندگی وجود دارد که اطلاعات حسی (تجربه‌های ملموس) را با الکتریسته انتقال داده و با روش‌هایی مشابه ذخیره می‌کند. هر چیزی که ما یاد گرفته‌ایم (به عنوان یک فرد) در مورد ماهیت وجودی خودمان در ضمیر ناخودآگاه ما به عنوان یک واقعیت متافیزیکی، ذخیره شده است. (انرژی هم واقعی است و هم متافیزیکی است، زیرا از اتم و مولکول تشکیل نشده است. به عبارت دیگر می‌توان گفت انرژی یک واقعیت متافیزیکی است).

پیش از این اشاره کردم که من مغز را شامل قسمتی از محیط روانی نمی‌دانم زیرا آن در سطح محسوسی از اتم و مولکول وجود دارد (واقعیت فیزیکی)، در حالی که محیط روانی (انرژی در قالب باورها، خاطرات، احساسات و غیره در رابطه با ماهیت محیط فیزیکی که منجر به تجارب ما می‌شود) در یک سطح قابل لمس وجود ندارد. برای کمک به درک این تمایز بین مغز و محیط روانی در نظر بگیرید که مغز بدون محیط روانی، تفاوتی با کامپیوتری که دو شاخه آن به برق نیست ندارد. در این قیاس، محیط روانی مانند انرژی الکتریکی است که باعث می‌شود کامپیوتر به کار افتد و به خوبی اشکال مختلف اطلاعات را انتقال داده و ذخیره کند، کاری که کامپیوتر برای آن طراحی شده است، و قسمت سخت‌افزاری کامپیوتر (فیزیکی، مکانیکی، اتم‌ها و مولکول‌ها) مانند مغز است.

به این دلیل است که من در ابتدای فصل گفتم که تفاوت‌های گسترده‌ای بین محیط‌های روانی و فیزیکی وجود دارد. تمام اجزا تشکیل‌دهنده محیط روانی که من لیست کردم در سطح محسوسی از انرژی وجود دارند. مهم‌تر این که، عملکرد آن‌ها با همان خصوصیات و ویژگی‌های انرژی است. برای شناخت طبیعت محیط روانی، نیاز به درک ویژگی‌های انرژی است. به این ترتیب، آنچه که من در ادامه قصد دارم توضیح دهم بررسی ویژگی‌های شکل انرژی عادی مانند نور و برق و سپس مقایسه آن‌ها با ویژگی‌های محیط روانی برای اثبات تشابه بین این دو است. در نهایت، در پنج فصل

بعدی من همه این موارد را برای آموزش بعضی از فنون بسیار عملی در جهت بهبود توانایی شما برای معامله‌گری مؤثرتر با هم ترکیب می‌کنیم.

چگونگی خواص و ویژگی‌های محیط روانی با انرژی مشابه است؟

انرژی بدون بعد است

همان‌طور که می‌دانید، انرژی در محیط فیزیکی هیچ فضایی را اشغال نمی‌کند، زیرا هیچ چیزی را نمی‌تواند جابه‌جا کند. این ویژگی «بدون فضا» بودن انرژی، کیفیت بدون بعد بودن انرژی را نمایان می‌کند. به عبارت دیگر، هر چیزی که فضا اشغال نمی‌کند، هیچ بعد محسوسی از ارتفاع، طول، عرض و یا محیط ندارد. دست‌کم نه از طریق راه‌هایی که به طور معمول در مورد این خواص فکر می‌کنیم. این خاصیت بدون بعد بودن به احتمال زیاد از سخت‌ترین مفاهیم قابل فهم در مورد ماهیت انرژی است، چرا که حتی انرژی بدون بعد می‌تواند توسط برخی روش‌ها با چشم قابل رویت باشد. و هر چیزی که قابل مشاهده باشد باید ابعادی داشته باشد تا ما بتوانیم آن را اندازه‌گیری کنیم. ممکن است این که انرژی هم می‌تواند یک فرم قابل مشاهده داشته باشد و هم بدون بعد باشد، یک تناقض آشکار به نظر برسد، اما این گونه نیست. بهترین نمونه برای نشان دادن این مسأله، تصاویر سه‌بعدی کامپیوتری یا عکاسی است. در فرایند تصاویر سه‌بعدی، شما می‌توانید سه بعد از یک تصویر را در نور پروژکتور ایجاد کنید که با چشم قابل مشاهده باشد که در آن جسم با طول، عرض و ارتفاع ظاهر خواهد شد. شما ممکن است حتی طول یا عرض تصویر را اندازه‌گیری کنید، با این حال در صورتی که بخواهید آن را با دستان‌تان بگیرید چیزی را لمس نمی‌کنید، چرا که واقعا وجود ندارد. دست‌کم یک حس فیزیکی نیست. عکس در نور هیچ ماده فیزیکی نیست، پس از لحاظ دیدگاه فیزیکی، آن‌ها هیچ بعدی ندارند. (نسبت به اشیاء فیزیکی انرژی هیچ بعدی ندارد).

خاطرات یا تصاویر ذهنی (هر چیزی که ما می‌توانیم با چشم درونی خود ببینیم مانند تجسم‌ها، سراب و یا خواب‌های شبانه) می‌تواند بسیار شبیه فعالیت یک هولوگرام از نور

لیزر باشد، یک تصویر از نور که هیچ جسم مادی ای ندارد. جایی که در آن فضا به عنوان نمایانگر فاصله یا بعد مورد توجه نیست. تمام فضای موجود در مجمله ما خیلی کوچک است. به خصوص در رابطه با آنچه می‌خواهد به عنوان یک منظر روانی در نظر گرفته شود. ما می‌توانیم تصاویر ذهنی را بدون هیچ یک از محدودیت‌های ابعادی که در محیط فیزیکی وجود دارد، با هر اندازه و خاصیتی ایجاد کنیم. چرا که تصاویر، به عنوان یک فرم انرژی، بدون هیچ ماده فیزیکی می‌باشند و در نتیجه در یک حالت بی‌بعدی وجود دارند که به آن «فرامکان» می‌گویند. شما به راحتی می‌توانید این مفهوم را با یک تمرین ساده ذهنی درک کنید. چشم خود را ببندید و تصویر آخرین محلی که در یک تعطیلات رفته‌اید را تصور کنید. چه جایی اقامت داشته‌اید؟ به کدام قسمت مسافرت کرده‌اید؟

هنگامی که شما مکانی که رفته‌اید را تصور کردید، آیا بلند شدید و حرکت کردید و به سمت موقعیت فعلی در محیط فیزیکی رفتید؟ آیا برخاستن از صندلی‌تان برای آماده کردن همه مقدمات مورد نیاز برای چنین سفری را تصور کردید؟ آیا سوار اتومبیل شدید و هر مایل را برای رسیدن به مقصد، به همان صورتی که اگر واقعا می‌خواستید آنجا بروید، رانندگی ذهنی کردید؟ به احتمال زیاد نه؛ تصویر آخرین تعطیلات شما به احتمال زیاد فقط یک برش از آگاهی شما است. این مانند آنست که شما دفعه‌ای به این مکان رفته باشید، بدون توجه به فضا یا بعد مسافتی که برای رسیدن به آن محیط فیزیکی باید پیمایید. آن یک «فرا مکان» است بین مکان فعلی شما و تصویری از یک نقطه تعطیلات که در خاطرات خود نگه داشته‌اید.

ماهیت آرزوهای ما نیز بیانگر مشخصه بدون بعد بودن است. اول، هیچ محدودیتی در چشم‌انداز خواب‌های ما وجود ندارد. رویاها می‌تواند بسیار متنوع و گوناگون باشند. می‌تواند بزرگ‌تر از محیط فیزیکی و بسیار بزرگ‌تر از فضای موجود در داخل حفره مجمله ما باشد. علاوه بر این، در رویاهای مان ما می‌توانیم فوراً مکان‌ها را تغییر دهیم بدون اینکه واقعا هیچ سفر راه دوری انجام داده باشیم. به عنوان مثال، شما ممکن است خواب ببینید که در زیرزمین خانه خود هستید و در لحظه بعدی خود را در اتاق پذیرایی

ببینید، بدون اینکه واقعا از پله‌های زیر زمین بالا آمده باشید و یا از طریق اتاق‌های دیگر به آنجا رسیده باشید.

سرعت

دومین مشخصه محیط روانی که با انرژی سپیم است سرعت می‌باشد. انرژی، مسافرت با یک سرعت فوق‌العاده بالا است. برای مثال نور، با سرعت ۳۰۰,۰۰۰ کیلومتر در ثانیه حرکت می‌کند. با سرعتی که می‌تواند در یک ثانیه حدود هشت‌بار دور زمین را طی کند. آن به اندازه‌ای سریع است که ما نمی‌توانیم حرکت آن را تشخیص دهیم. به عبارت دیگر، حرکت نور به اندازه‌ای سریع است که حواس فیزیکی ما نمی‌تواند حرکت آنرا درک کند. بدیهی است ما می‌توانیم نور را ببینیم، اما در واقع ما نمی‌توانیم حرکت آن را از هر منبعی به نقاط دور ببینیم. به عنوان مثال، وقتی که شما در یک اتاق تاریک چراغ را روشن می‌کنید، آیا اتاق به تدریج شروع به روشن شدن می‌کند؟ خیر، از دید ما اتاق در یک لحظه نورانی می‌شود. چشم ما به روشی ساخته نشده که بتوانیم هرگونه حرکتی با این سرعت را مشاهده کنیم، بنابراین به نظر می‌رسد که نور اصلاً حرکت نمی‌کند.

این مشخصه‌ای از نور به خوبی وضعیت محیط روانی را بیان می‌کند. همان‌طور که قبلاً اشاره کردم، مسافرت در خواب امکان‌پذیر است و معمولاً آنی است. در حالی که شما با داشتن یک رویا، در یک لحظه می‌توانید در یک خانه باشید و در لحظه بعد در سمت دیگر جهان خواهید بود. در واقع هیچ زمانی برای سفر به مکان‌هایی که در خواب می‌بینیم وجود ندارد. هر چیزی که مکانیزم روانی را تغییر دهد، ایجاد یک انتقال هم‌زمان می‌کند، احتمالاً مقدار زمانی را مصرف می‌کند که نور برای روشن کردن اتاق مصرف می‌کند. با این حال، این یک ویژگی دیگر روانی است (در واقع بیش‌تر از یک پدیده) که سرعت در محیط روانی را بهتر نشان می‌دهد. این چیزی است که توسط بسیاری از افراد تجربه نمی‌شود، اما توسط تعداد کافی از مردم به صورت جداگانه گزارش شده است و برای تأیید اعتبار آن حوادث نامرتبط اتفاق افتاده است.

چیزی که من می‌گویم اشاره دارد به یک لحظه بسیار کوتاه از زندگی یک نفر که بدون هوشیاری در فرم یک تصویر ذهنی پیوسته از زمان تولید تا مرگ می‌باشد. چیزی شبیه به این معمولاً تنها در انتهای زندگی و شرایط تهدید رخ می‌دهد که در آن فرد معتقد است تنها چند لحظه با مرگ فاصله دارد. این لحظات کوتاه قبل از انتظار مرگ، بینایی، صداها، طعم‌ها، بوها، احساسات و عواطف زندگی کل یک نفر دوباره تجربه می‌شود.

شخصاً هر زمان که تجربه‌های بعضی افراد را در چنین زمینه‌هایی خواندم یا شنیدم، ذهنم را مغشوش می‌کرد. من نمی‌فهمیدم چگونه یک فرد می‌تواند زمانی که از آن تجربه سال‌ها گذشته باشد چنین چیزی ثبت کرده باشد. با این حال، بعد از این تعمق عمیق، متوجه شدم که انرژی ذخیره شده حاصل از تجربه‌های ما با سرعت فوق‌العاده سریع حرکت می‌کند، به طوری که تمام لحظات سپری شده زندگی ما به نظر بسیار کوتاه می‌رسد. بنابراین احتمالاً تمام تجارب زندگی ما در یک لحظه کوتاه ثبت می‌شود، بدون در نظر گرفتن اینکه واقعاً چه مدت این تجربه طول کشیده باشد.

شاید بهتر باشد که تصور کنید تجربه‌ها در یک رشته نور ذخیره شده است. بسیار شبیه نوری که شما از ستاره‌های دور دست می‌بینید. در این مثال تشابه بسیار خوبی وجود دارد: دانشمندان به ما می‌گویند که بسیاری از نزدیک‌ترین ستاره‌ها به زمین، بزرگ‌تر از خورشید ما و بسیار دورتر از آن هستند که حتی با سرعت باور نکردنی ۳۰۰,۰۰۰ کیلومتر در ثانیه باز هم صدها سال طول می‌کشد تا نور این ستاره‌ها به زمین برسد. این فاصله بین ستارگان و زمین آنقدر زیاد است که یک پرتو ثابت نور به فاصله میلیاردها تریلیون کیلومتر را ایجاد می‌کند. بنابراین، هنگامی که ما به نور هر ستاره‌ای غیر از خورشید خودمان نگاه می‌کنیم، در واقع آنچه که می‌بینیم نوری است که صدها و یا حتی هزاران سال پیش از ستاره خارج شده است، به این ترتیب چیزی که ما شاهد آن هستیم گذشته‌های دور ستاره‌ها است. اگر ما بتوانیم در امتداد این پرتو نور به سمت منبع آن سفر کنیم، چیزی که ما می‌توانیم ببینیم نوری از گذشته ستاره‌ها است (یا آینده از منظر سفر دوباره به ستاره‌ها) که زمان نزدیک‌تری از آن را می‌بینیم، تا زمانی که ما به ستاره برسیم.

نور از گذشته، آینده (بسته به چشم‌انداز شخص دارد) و زمان حال است که می‌تواند در درون پرتو وجود داشته باشد.

حال تصور کنید، دیده‌ها، صدا، طعم‌ها، بوها، احساسات، عواطف و تجربیات ما به صورت انرژی ذخیره می‌شود. مانند یک رشته از خاطرات که ما بسیار شبیه پرتو نور می‌توانیم در امتداد آن سفر کنیم و در آن می‌توانیم از آگاهی‌های مان برای سفر کردن بین گذشته دور به گذشته‌های اخیر تا لحظه حاضر استفاده کنیم، یا فراتر از آن، خاطرات آینده را تولید کنیم. اگر فرض کنیم انرژی ذخیره شده در تجربیات ما با سرعت مساوی یا نزدیک سرعت نور حرکت کند، در مورد اینکه چگونه ممکن است شخص در طول خاطرات زندگی به عقب حرکت کند یک توضیح معتبر ارائه می‌کند. برای درک بیش‌تر این موضوع، تمام تجربه‌های خود را مانند یک پرتو نور کشیده شده تصور کنید که شما می‌توانید با سرعت نور در امتداد آن سفر کنید. در آن سرعت، حتی در چند ثانیه از زمان سفر، شما می‌توانید اطلاعات بسیار ارزشمندی کسب کنید. به عنوان مثال، اگر ما به دلخواه تصمیم بگیریم که از ۳۰۰,۰۰۰ کیلومتر انرژی روانی کشیده خود، برای نگهداری یک سال از خاطرات خود استفاده کنیم سپس در سرعت نور می‌توانید تقریباً ۱۹۹ سال خاطرات خود را در یک ثانیه دریافت کنید.

پذیرفتن این پدیده به ما کمک می‌کند تا یکی از مهم‌ترین مفاهیم دشوار در مورد ماهیت محیط روانی را درک کنیم که خارج از زمانی که ما می‌شناسیم وجود دارد. حواس فیزیکی ما درک ما را از محیط توسط مرزهایی از زمان و فضای سه بعدی محدود می‌کند. در حال حاضر تجربیات ما در محیط فیزیکی در هر لحظه به صورت یک دنباله خطی است. ما نمی‌توانیم به عقب برگردیم و گذشته‌ها را به عنوان یک موجود واقعی در محیط فیزیکی تجربه کنیم. چیزی که می‌گذرد برای همیشه رفته. ما نمی‌توانیم جلوتر از آینده حرکت کنیم. در گذشته دیگر چیزی وجود ندارد، و در آینده هنوز چیزی بوجود نیامده است. در این دنباله به ظاهر بی پایان از "لحظات حال" که ما در زندگی خود آن را تجربه می‌کنیم، چه چیزی وجود دارد؟ به هر حال، اجزا درونی انرژی روانی ما عبارتند

از عملگر خارجی که متشکل از مفاهیم بدیهی ما در مورد زمان و فضا به عنوان تجربیات ما از محیط‌های فیزیکی است. در محیط روانی هیچ مرز و فاصله و یا زمان و محدودیتی وجود ندارد. ما می‌توانیم در هر مسیری که مایلیم فکر کنیم. گذشته، حال و یا آینده. از نظر تیوری، هیچ مرز یا محدودیتی برای مقدار اطلاعاتی که می‌تواند در محیط روانی ما ذخیره شود، وجود ندارد.

به سادگی می‌توان توضیح داد، زمان تابع درک ما از حرکت در یک فضای سه بعدی است. به عبارت دیگر، برای درک زمان، شما نیاز به دو جز کلیدی دارید. فضایی که دارای ابعاد است و حرکت کردن. هر دوی این خواص به وضوح در محیط فیزیکی وجود دارند و آن ویژگی‌های فضای سه بعدی شامل طول، ارتفاع، عرض یا ضخامت و محیط می‌باشد. همچنین محیط فیزیکی همیشه در حرکت ثابت است. خورشید، دیگر ستارگان، سیاره‌ها، قمر همه و همه در حرکت هستند. حتی با وجود این که ما مستقیماً نمی‌توانیم آن را درک کنیم، هر جسم فیزیکی در سطح اتمی و مولکولی در حرکت است. همه چیز از کوچک‌ترین اتم‌ها و مولکول‌ها درون بدن ما گرفته تا بزرگ‌ترین کهکشان‌ها به دور جرم بزرگ‌تری در حال گردش هستند.

این حرکت چرخشی زمین در مدار خود در اطراف خورشید به عنوان یک نیرو بر محیط عمل می‌کند، تغییر روز به شب و شب به روز، ایجاد تغییرات آب و هوایی و فصل‌ها به عنوان یک دنباله بی‌پایان از دیگر چرخه‌های محیطی است. همه این چرخه‌ها از تغییرات محیطی (از جمله چرخه رشد بدنی خودمان، سن، تنفس، هضم و غیره ناشی از حرکت اتم و مولکول‌های سلول‌های بدن ما است) به عنوان یک نیروی فیزیکی بر حواس ما تأثیر می‌گذارد و تجربه چیزی نیست جز تغییرات دایمی محیط توسط ما در یک مدل خطی مستقیم.

بنابراین چیزی که ما از زمان درک می‌کنیم این است که همیشه به جلو حرکت می‌کند. اگر ما نتوانیم حرکت را درک کنیم و یا نتوانیم نقاطی را برای اندازه‌گیری این حرکت فضا به عنوان مبنا قرار داده‌ایم، پس ما قادر به درک گذر زمان نخواهیم بود.

به عنوان مثال، اگر ما خود را به طور آگاهانه در یک حالت معلق مانند انیمیشن های ثابت که در آن ما هیچ ورودی حسی و هیچ درکی از هر نوع حرکتی وجود ندارد (حتی یک ضربان قلب) نگه می داشتیم، در آن صورت غیر ممکن بود که ما تفاوت میان یک ثانیه و یا چند روز را حس می کردیم. برای اندازه گیری زمان، شما نیاز به یک نقطه شروع و یک نقطه مقصد دارید: این نقاط می تواند مسافت یا زمان را اندازه گیری کنند، اما برای داشتن این نقاط شما نیاز به یک فضای سه بعدی دارید.

ما در محیطی فکر می کنیم که بیش تر شبیه یک جریان انرژی است که در آن به صورت خودآگاه می توانیم آزادانه بین گذشته، حال و آینده بدون توجه به زمان و فضا پرسه بزنیم. علاوه بر آن یک دنباله واقعی از لحظاتی که در محیط فیزیکی وجود دارند تأثیری بر انرژی خاطرات ذخیره شده ما ندارد. تأثیر دنباله زمانی بر محیط روانی فقط در رابطه با تلاش برای از نو ساختن حافظه می باشد. هم اکنون تلاش کنید که برای هفته گذشته آن را انجام دهید. تنها چیزهایی که باید به یاد داشته باشید اتفاقات مهم است، تجربیاتی که بیش ترین تأثیر را بر حواس ما داشته است، خاطراتی که با بیش ترین انرژی با آن ها ارتباط برقرار می کنید. چرا که تجربیات به عنوان لحظاتی از زمان در خاطره ما ثبت نمی شوند. آن ها به عنوان انرژی ذخیره و ثبت می شوند و مانند این است که هیچ ارتباطی با عبور گذشت زمان فیزیکی ندارند. به یاد داشته باشید انرژی از اتم و مولکول تشکیل نشده است و در نتیجه نسبت به درک ما از گذر زمان، تحت تسلط این گردش بدون وقفه از هر چیز فیزیکی نیست. انرژی می تواند ایستا باقی بماند و یا فعال شود. به عنوان مثال، بعضی چیزها و یا بعضی افراد می توانند یادآور تجربه هایی باشند که ۲۰ سال پیش رخ داده است، تجربه هایی که شما تا این لحظه به آن فکر نکرده بودید. موقعی که شما به انرژی این خاطرات تلنگر می زنید، مناظر، صداها، طعم ها، بوها و اغلب احساسات مهم آن لحظه را به همان شکل دوباره تجربه می کنید. در ذهن شما هیچ چیز تغییر نکرده است. انرژی به مدت ۲۰ سال ساکت باقی مانده است. آن هر زمانی که ما انتخاب کنیم و به آن فکر کنیم، فعال می شود و یا زمانی که ما ناخودآگاه آن را یادآوری

کنیم بر اثر تماس با درون ما انعکاس می‌یابد.

توجه مثبت (شادی، خوشحالی، لذت بردن و غیره) و یا منفی (دردناک، وحشت، خشم، نفرت) تجربه‌هایی هستند که به خاطر مقدار یا شدت انرژی درگیر با این رویداد به راحتی به خاطر می‌آیند. این نوع تجارب در آینده به خاطرات آگاهانه ما ضربه خواهند زد. چندان آسان نیست که سعی کنید در هر لحظه از زندگی‌تان به یاد داشته باشید دندان‌های‌تان را مسواک بزنید، یک لیوان آب بنوشید، درب بخچال را باز کنید، کفش یا جوراب خود را به پا کنید. به یادآوری این حوادث دشوار است زیرا انرژی خیلی کمی برای اتصال به هر یک از این نوع تجربه‌ها وجود دارد.

خاطرات ما شبیه یک سری بسته‌های انرژی است که شاید ما آن‌ها را به ترتیب وقوع براساس تاریخ و زمان سازماندهی می‌کنیم، مانند مثال رشته‌ای از نور. با این حال، تمام لحظات بی‌حادثه میان لحظات با حادثه، به نظر کذایی می‌رسند که بدون نشان و یا به گونه‌ای فشرده شده است که گویی هرگز اتفاق نیفتاده است، هرچند که ما می‌دانیم آن‌ها بوده‌اند.

چیزهایی که ما خواندیم معمولاً با سرعت فراموش می‌شود زیرا آن‌ها تأثیر بسیار کمی در محیطی که ما هستیم یا حس می‌کنیم دارند. کلمات چاپ شده در یک صفحه تأثیر بصری خیلی کمی در رابطه با فعالیت برای کسب تجارب طبیعی بیش‌تر خواهد داشت. به‌عنوان مثال، شرکت در یک تجربه واقعی زیست‌شناسی تأثیر بسیار بیش‌تری از دیدگاه انرژی نسبت به مطالعه درباره آن دارد. انرژی مورد نیاز برای به‌خاطر سپردن چیزی که ما آن را خوانده‌ایم، به نسبت میزان تمرکز ما تولید می‌شود.

بنابراین، روشی که ما در یک دوره، زمان را تجربه می‌کنیم، به احساسی که در آن لحظه داشته‌ایم (چه تأثیر فیزیکی یا عاطفی) مربوط می‌شود. برای مثال، اگر شما وحشت را تجربه کرده باشید، هر ثانیه آن زمان برای‌تان شبیه یک ساعت یا یک روز به نظر می‌رسد و هر لحظه از تجربه وحشت به نظر‌تان آخرین لحظه است، زیرا محیط به حواس ما ضربه زده است. این ضربه چنان دردآور است که ما نمی‌توانیم برای خارج شدن

از آن وضعیت منتظر بمانیم تا تجربه به پایان برسد. بنابراین ما توجه خود را بر مدت طول کشیدن این رویداد متمرکز می‌کنیم، در حالی که منتظر پایان آن هستیم، به تدریج حواس ما زمان را دریافت می‌کنند.

به نظر می‌رسد تجربه‌های لذت بخش شبیه به پرواز است (ما هیچ ادراکی از گذشت زمان نداریم) زیرا ما در یک حالت لذت و شادی هستیم، و هیچ چیزی خارج از این لحظات، این حس را برای ما ایجاد نمی‌کند. زمانی که تجربه ما در مقایسه با خوشبختی که احساس می‌کنیم، شروع به کاهش شادی با هدف تمرکز بیش‌تر بر ناخشنودی می‌کند، (چند درجه کم‌تر از لذت، حتی اگر خسته‌کننده باشد) ما از این حالت ذهنی خارج می‌شویم. وقتی که تمرکز ما از لذت بردن برداشته می‌شود (بدون درک عبور زمان) با «من نمی‌توانم صبر کنم تا تمام شود» نسبت به تجربه‌های آزاردهنده گذشت زمان را کندتر احساس می‌کنیم.

در محیط‌های فیزیکی، تجارب ما در جایی از لحظات زمان که بر اساس یک مدل خطی یکی پس از دیگری می‌گذرند، رخ می‌دهد. آنچه که ما در هر لحظه از زمان تجربه می‌کنیم (از طریق حواس فیزیکی خود) به انرژی الکتریکی تبدیل می‌شود و به‌عنوان یک خاطره (نسبت به درجه تأثیر آن تجربه) ذخیره می‌شود. خاطرات هیچ‌گونه محدودیت زمانی را به ما تحمیل نمی‌کنند زیرا انرژی، فیزیکی نیست. زمان یک مسیر است، در حالی که در محیط روانی، ما آزاد هستیم که به طور خود آگاه یا ناخودآگاه درباره خاطرات خود فکر کنیم. ما می‌توانیم آن‌ها را به‌عنوان یک تصویر ذهنی، صدای ذهنی، طعم ذهنی و نظایر آن‌ها مرور کنیم. هر یک از خاطرات ما بخشی از هویت ما را می‌سازد و به خاطر این که آن‌ها به فرم انرژی وجود دارند، به صورت بالقوه به‌عنوان یک نیرو بر رفتار ما عمل می‌کنند. صرف‌نظر از اینکه آیا ما از این نیروهای خاص آگاه باشیم یا خیر، آن‌ها دلیل حرکت ما برای ایجاد تجربه و خاطرات بیش‌تر هستند. اساساً وجود ما را دو بعد خیلی متفاوت و به‌طور هم زمان احاطه کرده است.

زندگی ما و درک ما در یک فضای سه بعدی است، در نتیجه، با این موضوع حواس

فیزیکی ما توسط زمان محدود شده‌اند، که در آن یک لحظه از پس لحظه بعدی مانند یک مدل خطی عبور می‌کند. این در حالی است که ما در بعدی فکر می‌کنیم که در آن زمان و فضا آن گونه که در محیط‌های فیزیکی درک می‌کنیم وجود ندارند، پیامدهای آن بر توانایی ما برای تجربه شادی، رفع نیاز و رسیدن به اهداف مان که اساساً همه مترادف هستند، تأثیر می‌گذارد. با این حال، قبل از اینکه من آدرس این پیامدها را بدهم، شما نیاز دارید درک کنید که چگونه تجربه در قالب انرژی مثبت یا منفی ذخیره می‌شود، آنچه که من «کیفیت انرژی» خاطرات ذخیره شده ما، نام‌گذاری کرده‌ام.