اثربخشی یازده قانون الهی و هفت قانون هرمس بر زندگی، جهان‌بینی و تحول معنوی انسان

سیدشاهو احمدی دهرشید[1]

۱گروه روانشناسی، واحد الکترونیکی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

چکیده

در طول تاریخ بشر، اندیشمندان مختلف از دیدگاه خود، تعدادی از قوانین الهی را کشف و معرفی نموده‌اند؛ قوانینی که به طور مستقیم هم در جهان هستی و هم در تمام شئون زندگی بشر، مداخله می‌کنند. هدف اول پژوهش حاضر، شناخت یازده قانون الهی و همچنین شناخت هفت قانون هرمس است؛ هدف دوم، نحوهٔ به کارگیری قوانین یازده‌گانه و هفت‌گانهٔ مذکور در زندگی فردی و اجتماعی انسان می‌باشد تا پیامدهای مثبتی را برای سلامت روان بشر به بار آورد. یازده قانون الهی عبارت‌اند از: قانون خلاء، قانون جریان و حرکت، قانون نظم، قانون بارش، قانون پاکی، قانون سحرخیزی، قانون جمع (باهم بودن)، قانون هماهنگی، قانون تنوع، قانون کارما، و قانون عشق و محبت. همچنین هفت قانون هرمس عبارت‌اند از: اصل ذهن‌گرایی، اصل تطابق (تناظر)، اصل ارتعاش، اصل قطبیت (تضاد)، اصل ریتم، اصل علت و معلول، و اصل جنسیت. در مداخلهٔ درمانی با یازده قانون الهی و هفت قانون هرمس از مراجع خواسته می‌شود که نتایج مثبت و منفی رعایت و عدم رعایت هر یک از این قوانین را در جدولی بنویسد. مدت هشت هفته، برای اجرای تدریجی قوانین یازده‌گانهٔ الهی و قوانین هفت‌گانهٔ هرمس توسط مراجع، در نظر گرفته می‌شود. در جلسهٔ دوم، درمانگر توسط پرسشنامهٔ ۱۲ سؤالی سلامت عمومی از مراجع یک پیش‌آزمون به عمل می‌آورد. در جلسهٔ هشتم، درمانگر یک پس‌آزمون از مراجع به عمل می‌آورد تا میزان اثربخشی مداخلهٔ درمانی را بسنجد. درمانگر چهار ماه بعد، یک آزمون پیگیری از مراجع به عمل می‌آورد. لذا در این پژوهش، دو رویکرد درمانی جدید به عرصهٔ روان‌درمانی پیشنهاد شده است که لازم است توسط پژوهشگران این عرصه؛ مورد آزمایش و راستی‌آزمایی قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: اثربخشی؛ پرسشنامهٔ سلامت عمومی؛ مداخلهٔ درمانی؛ هفت قانون هرمس؛ یازده قانون الهی

مقدمه

طی تاریخ چند هزار سالهٔ تمدن بشر، فلاسفه و اندیشمندان متعددی تلاش نموده‌اند که علاوه بر شناخت پروردگار متعال، قوانینی که توسط خداوند بر طبیعت و کل جهان هستی، وضع شده‌اند را کشف نمایند. هر یک از این اندیشمندان از دیدگاه خود، تعدادی از قوانین الهی را کشف و معرفی نموده‌اند؛ قوانینی که به طور مستقیم هم در جهان هستی و هم در تمام شئون زندگی بشر، مداخله می‌کنند. پر واضح است که قوانین الهی، تکیه‌گاه ادیان و معنویات انسان بوده و هستند. انسان‌ها هنگامی که در شدائد زندگی، از درگاه حق تعالی، طلب کمک می‌کنند، به نوعی از قوانین الهی، یاری می‌جویند. اما باید دانست که صرفاً یاری جستن از خداوند، منجر به رفع شدائد و مشکلات زندگی نمی‌شود، بلکه تبعیت از قوانین الهی است که تفوق انسان بر دشواری‌های زندگی روزمره را به دنبال خواهد داشت. قوانین مزبور، تأثیر انکارناپذیری بر سلامت روانی و جسمی انسان دارند و بسته به اینکه

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

بشر تا چه اندازه، این قوانین را بشناسد و آنها را مراعات کند، شاهد پیامدهای مثبت یا منفی در روح و روان خود خواهد بود. گاهی از قوانین الهی با عنوان قوانین طبیعت یا قوانین طبیعی نیز یاد شده است. یک گروه از این قوانین، یازده قانون الهی و گروهی دیگر، هفت قانون هرمس هستند.

هدف اول پژوهش حاضر، شناخت یازده قانون الهی (یازده قانون طبیعت) و همچنین شناخت هفت قانون هرمس است؛ هدف دوم، نحوهٔ به کارگیری قوانین یازده‌گانه و هفت‌گانهٔ مذکور در زندگی فردی و اجتماعی انسان می‌باشد تا پیامدهای مثبتی را برای سلامت روان بشر به بار آورد. در ابتدای این پژوهش، به تاریخچه‌ای از قوانین الهی کشف شده توسط اندیشمندان مختلف اشاره می‌شود. سپس یازده قانون الهی، به طور مجزا معرفی شده و به چگونگی بهره‌گیری از آن‌ها در زندگی روزمره، اشاره می‌شود. به دنبال آن، شناخت و کاربرد هفت قانون هرمس در زندگی، مورد بررسی قرار می‌گیرد. همچنین، مقایسه‌ای بین قوانین یازده‌گانهٔ الهی و قوانین هفت‌گانهٔ هرمس، انجام می‌شود، و در خاتمه به تأثیر کلی این قوانین بر حیات معنوی بشر اشاره می‌گردد.

بشر همهٔ مایحتاج زندگی خود را از طبیعت تأمین می‌کند و همین امر، منجر به شکل‌گیری تفکری بر مبنای لزوم احترام به طبیعت توسط انسان، در طی تاریخ تمدن بشری شده است. یکی از جنبش‌های فکری در این زمینه، اکوفمینیسم است که سنگ‌بنای کشف گروهی از قوانین طبیعی و الهی شده است. در دو بخش بعدی، به طور مختصر به تاریخچهٔ این مقوله‌ها پرداخته می‌شود.

مفهوم بوم‌فمینیسم یا اکوفمینیسم برای اولین بار در سال ۱۹۷۴ میلادی توسط خانم فرانسواز دوبون[1] در فرانسه ارائه شد. احترام به طبیعت، محور اصلی اکوفمینیسم است؛ بدین معنی که جنبش فکری مزبور، با ترکیب رویکردهای فمینیسمی و بوم‌شناختی، مخالف تخریب طبیعت به منظور توسعه می‌باشد. در اکوفمینیسم، طبیعت و کره زمین و همچنین زنان، محترم شمرده می‌شوند (چِن[2]، ۲۰۱۴؛ دزفولی، ۱۳۹۶؛ دوبون[3]، ۲۰۲۲) پیروان فرهنگ‌های اولیهٔ قبیله‌ای، طبیعت را مادر مقدس یا مادر هستی نیز می‌نامیدند (بیرقدار، ۱۳۹۳؛ سالارزهی، ۱۴۰۱). کارل گوستاو یونگ نیز در نوشته‌هایش به کهن‌الگوی مادر اشاره کرده و زمین یعنی طبیعت را کهن‌الگوی مادر و دارای وجه قداست دانسته است. «بررسی نمادهای ایزدبانوان باستانی ایران که غالباً حامل ارزش‌های مادرانه هستند، انطباق زیاد آن‌ها را با نمادهای یونگی آشکار می‌کند. به عنوان مثال نمادهای آناهیتا، چشمه، آب، دریا، صخره و کوه هستند که بنا بر آرای یونگ، با نمادهای کهن‌الگوی مادر منطبق است.» (هروی و همکاران، ۱۳۹۸). احترام به طبیعت یعنی مادر هستی با رعایت قوانینی موسوم به قوانین طبیعت (قوانین الهی) میسر می‌شود.

[1] Françoise d'Eaubonne
[2] Chen
[3] D’Eaubonne

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

پیش از معرفی یازده قانون طبیعت، قوانین طبیعی دیگری ارائه شدند که به چند نمونه در اینجا اشاره می‌شود. قوانین هفتگانه شامل اصل مسئولیت، اصل تعادل قوا، قانون انطباق، قانون ریتم یا جانشینی، قانون ثنویت، اصل قیاس و کاربرد آن در شناخت شخصیت، و اصل ضربات بازگشتی که در دهه‌ی ۱۹۶۰ میلادی توسط مارسل روئه در فرانسه ارائه شدند و در سال ۱۹۸۲ میلادی منتشر گردیدند. قانون سه‌گانـه که توجه به عدد سه در این قانون، مد نظر می‌باشد؛ برای مثال، وجـود مـا از سـه مرکـز تشـکیل شده که هر یک به رغم وظایف جداگانه بر دو تای مانده اثر دارد. قانون چهارگانه که طبق این قانون، طبیعت دارای چهار عنصر اصلی به این ترتیب است؛ خاک نماد خشکی، آب نمـاد مایعات، هوا مظهر گاز و آتـش نشانهٔ انرژی فراگیر و غیرمادی. مثـال‌هـای دیگر در این زمینه عبارتند از: چهار فصل، چهار مرحلهٔ ماه و چهار نژاد بشر (روئه، ترجمهٔ رزم‌آزما، ۱۳۷۴). پس از ارائهٔ قوانین مزبور، سرانجام یازده قانون طبیعت که همان یازده قانون الهی هستند، در سال ۱۳۷۷ شمسی در ایران معرفی شدند (حورایی، ۱۳۷۷).

یازده قانون الهی

در این قسمت، هر یک از یازده قانون الهی و چگونگی تأثیر این قوانین بر زندگی و روان انسان، مورد بررسی و کنکاش قرار می‌گیرند.

۱-قانون اول: قانون خلاء

اولین قانون از قوانین یازده‌گانهٔ الهی، قانون خلاء نام دارد که به موجب آن، خلاء سبب جذب می‌شود. هر چه خلاء و خالی شدن بیشتر باشد، جذب بیشتر است. به منظور بهره‌گیری از این قانون، می‌بایست الهـام گـرفتن از طبیعت را سر لوحهٔ افکار و رفتارهای روزمرهٔ خود قرار دهیم. برای مثال، علّت جذب شدید گردباد، خلاء درون آن است. انسان هـم بایـد مثـل گردباد باشد. اگر بخواهیم موهبت‌های الهی و انرژی مثبت کائنات را جذب کنیم و برنامه‌ریزی‌هـا و تلاش‌های فیزیکی و ذهنیمان نتیجه دهد، و اگر می‌خواهیم دعاهایمان اجابت شود، اول باید خلاء ذهنی ایجاد کنیم؛ یعنی ذهنمان را از احساسات و اندیشه‌های مسموم مثل کینه و نفرت تهی کنیم (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). شیوه‌های گوناگونی برای ایجاد خلاء ذهنی وجود دارند که در اینجا به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود.

- **بخشیدن**

بخشـیدن، اول از همـه لطفـی اسـت کـه مـا در حـق خـود می‌کنیم تا میدان ذهنیمان خالی شود. یعنی بار ذهنی خود را خالی می‌کنیم بـرای پـذیرش موهبت‌های الهی و نیکـو. اگـر کسـی همکاری را کـه بـه او خیانت کرده نمی‌بخشد، با این نبخشیدن و با یادآوری شـبانه‌روزی، او را بزرگتر و بزرگتر می‌کند تا تمام میدان ذهنی‌اش را فرا گیرد و امکـان جـذب موهبتش کـم شود (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). یکی از فنون روان‌شناسی مثبت‌گرا

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

نیز بخشش و رهایی از کینه‌ها است. در همین راستا، رویچ[1] به منظور بخشیدن، یک فن را ارائه داد. در این فن، از مراجع درخواست می‌شود تا در مورد فردی که از او کینه به دل دارند، تفکر نمایند و آنگاه اعمال او را به خاطر آورند و بنویسند که می‌توانند از آن فرد برای اعمالی که انجام داده نیز سپاسگزار باشند. این اندیشه که فرد را در کلیتش ببینیم و شکرگزار باشیم، از شدت کینه‌ها می‌کاهد و فرایند بخشش را تسریع می‌کند (مگیار-موئی، ترجمهٔ براتی سده، ۱۴۰۱).

- **تخلیهٔ ویژگی‌های مثبت**

نه تنها باید ذهنمان را از کینـه و احساسات منفی خالی کنیم، بلکه باید از ویژگی‌های مثبت هم خالی شـویم تا امکان جذب بیشتری داشته باشیم. مثلاً ما اطلاعـات مفیدی داریم، انتقال این اطلاعات به دیگران، در ما ایجاد خلاء می‌کند و ما را برای جذب اطلاعـات بیشـتر آمـاده می‌کند (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷).

- **خالی زبان**

خالی زبان یعنی حفظ زبان از هـر آنچـه بیهـوده، مضر و زیانبار است نظیر دروغ، غیبت، تهمت و ناسزا (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷).

- **خالی بدن**

خالی بدن یعنی کنار گذاشتن پرخوری. وقتی تغذیهٔ بالایی داریم، حجم عمده‌ای از انرژی ذهنی و جسـمی ما صـرف هضـم و جـذب غـذا می‌شود و امکان ارسال انرژی مثبت برای تحقق اهدافمان کاهش می‌یابد (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷).

- **خالی از گناه**

برای ایجاد خلاء از گناه، ابتدا باید حس ندامت داشت. باید نزد خدا به گناه اعتراف کنیم کـه ایـن اعتراف باعث خلاء شده و خـلاء نیـز موجـب جـذب موهبت‌های الهی می‌شود. مثلاً اگر به دروغ گفتن عادت داریم، ابتدا باید بپذیریم که این خصلت ناپسند را داشتیم و در نتیجهٔ خلاء ذهنی ایجاد شده، صداقت را به جای دروغ در درونمان جایگزین کنیم (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). کارل گوستاو یونگ درباره آگاهی از گناه می‌گوید: «کسی که بیش از همه، خود را گناهکار می‌داند، در حقیقت بی‌گناه‌ترین است؛ پاک‌ترین انسان، کسی است که بیش از همه از گناه خود، آگاه است.» یونگ در جای دیگری می‌گوید: «ما نمی‌توانیم هیچ چیزی را تغییر دهیم، مگر آن‌که آن را بپذیریم. محکوم کردن، رهایی‌بخش نیست؛ بلکه سرکوبگر است.» (پرینگتن[2]، ۲۰۲۰؛ پرینگتن[3]، ۲۰۲۱).

- **رها کردن**

[1] Reivich
[2] Purrington
[3] Purrington

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

یکی از قوانین خلاء، قانون رهایی است. گـاهی اوقـات بـه یـک هدف، وابسته می‌شویم. وابستگی به یک هـدف سبب امـتلاء و پـری است و این مانع خلاء است. قطعاً برایمان پیش آمده که چیزی را مثلاً گذرنامهٔ خود را گم کرده‌ایم و هر چـه دنبـال آن گشته‌ایم پیـدایش نکرده‌ایم. اما وقتی به دنبال کار خود رفته‌ایم و موضوع را رها کرده‌ایم، گذرنامه خود به خود پیدا شده. این بیانگر فرآینـد رهـایی هست که بخشی از قانون خلاء طبیعت است (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷).

۲-قانون دوم: قانون جریان و حرکت

هر ذره‌ای در این هستی یک جریانی دارد. ما ذرهٔ ایستا و ساکن نداریم. مثل جریان باد و جریان باران. این جریان و حرکت طبیعت پیامش این است که ما هم جریان داشته باشیم. همین الآن به زندگی خود نگاه کنیم، ببینیم در کدام قسمت‌ها راکد است. آن قسمت‌ها را به جریان بیاندازیم. ثروت یکی از آن چیزهایی است که امکان سکون و در نتیجه فساد آن وجود دارد. اگر ثروتمان را انباشته کنیم، یعنی پولمان را متوقف کنیم، اجازه نمی‌دهیم در جایی از هستی جریان داشته باشد و در نتیجه پول، پس از مدتی مایهٔ فساد و تباهی می‌شود. پس باید جاری شویم و حرکت دهیم انرژی جسمیمان را، ذهن خلاقمان را، سرمایه‌مان را، دانشمان را (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). به عنوان مثالی دیگر تابش خورشید، تبخیر آب، ایجاد نقطهٔ کم فشار و بارش باران در نقطهٔ کم فشار. همچنین حرکت جریان هوا از منطقهٔ پرفشار به منطقهٔ کم فشار، نمونه هایی از قانون جریان و حرکت در طبیعت هستند (اندیشکدهٔ تدبیر آب ایران، ۱۳۹۲؛ یو[1]، ۲۰۱۰).

۳ – قانون سوم: قانون نظم

جهان هستی ما منظم است. حتی در بی‌نظمی‌هایی که می‌بینیم، نظم نهفته‌ای وجود دارد. خسوف و کسوف هم نظم دارند. به ما می‌گویند که در فلان نقطهٔ زمین، فلان سال، فلان روز، فلان ساعت و فلان ثانیه کسوف رخ می‌دهد. پس همهٔ هستی بر نظم قرار داده شده است. نظم هستی به ما می‌گوید که ما هم به عنوان عنصری از هستی باید نظم داشته باشیم تا با جریان هستی هماهنگ شویم. مشکلاتی که در زندگی ما به وجود می‌آید، به دلیل اختلال در نظمی است که در یک قسمت از زندگی ما به وجود آمده است. بگردیم ببینیم در کدام قسمت از زندگی ما نظم وجود ندارد. حتماً در جایی بی‌نظمی هست. باید آنجا را پیدا کنیم و قانون نظم را در آن قسمت جاری کنیم (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). امانوئل جیمز ران (جیم ران)، کارآفرین آمریکایی، می‌گوید: «همهٔ تلاش‌ها پاداش دارند، اما تلاش‌های منظم پاداش مضاعف و دوچندان دارند.» درست است که الآن تلاش می‌کنیم

[1] Yu

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

و نتیجه می‌گیریم، اما اگر این تلاش منظم بود، نتیجه‌های چند برابر داشت (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷؛ ران[1]، ۲۰۱۴).

۴-قانون چهارم: قانون بارش

قانون چهارم، قانون بارش، بخشیدن و سرازیر شدن است. یعنی بارش مهر و محبت، فکر مثبت و سازنده، بارش لبخند، انرژی مفید و بارش دانش. به عنوان نمونه اگر نمرهٔ فیزیک همسایهٔ ما ۸ و نمرهٔ فیزیک ما ۲۰ است و ما جهت بهبود او در این درس به این شخص کمک می‌کنیم، نشان‌دهندهٔ آن است که اهل صدقه و بارش هستیم. برای درک قانون بارش باید از طبیعت الهام بگیریم. زمین با تبخیر رطوبتش به آسمان می‌بخشد، آسمان هم از طریق باران ابرهایش به زمین. بی‌مضایقه بخشیدن، قانون طبیعت است. خورشید چندین سال است که به ما می‌تابد بدون اینکه هیچ تمنایی از ما داشته باشد. حتی اگر ناسپاسی کنیم باز هم می‌تابد؛ چرا که خداوند یکی از قوانین هستی را قانون بارش قرار داده است. بارش یعنی اینکه ما ببخشیم و چیزی را نگه نداریم؛ مثل پول، دانش، کتاب، ایدهٔ ناب، گفتار نیک، اخلاق خوب، لبخند زدن به والدین و خلاصه هر چه که داریم (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). از جمله بارش‌های طبیعی، شکرکردن و سپاسگزاری است. در واقع تشکر فضای انرژی ما را وسیعتر میکند. روحیهٔ مثبت و انگیزهٔ بیشتری به ما و طرف مقابل می‌دهد. یکی از فنون روان‌شناسی مثبت‌گرا نیز فن شکر است؛ بدین معنی که افزایش شکر منجر به افزایش رضایت از زندگی می‌شود (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷؛ مگیار-موئی، ترجمهٔ براتی سده، ۱۴۰۱).

۵-قانون پنجم: قانون پاکی

موهبت‌ها همیشه جذب پاکی می‌شوند و به نسبت پاکی که در خود ایجاد می‌کنیم، لایق جذب موهبت‌ها می‌شویم. موهبت‌ها هرگز به سوی آلودگی کشیده نمی‌شوند. طبیعت، سرشار از پاکی است. برگ درختان که کثیف و غبارآلود می‌شود، باران می‌آید. باران آلودگی‌ها را می‌شوید. نور خورشید آب روی برگ‌ها را خشک می‌کند و برگ‌های درختان، پاکیزه می‌شوند. طبیعت مدام خود را پاکیزه می‌کند و آلودگی‌ها را از خود دور می‌کند. موجودات طبیعت هم خود را پاکیزه می‌کنند. مثلاً خروس بعد از دانه خوردن، نوک خود را به زمین می‌مالد و آن را پاک می‌کند (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). به عنوان مثالی دیگر، قدرت خودپالایی رودخانه‌ها و دریاچه‌ها را در نظر می‌گیریم. در زمستان به سبب دمای پایین و بالا بودن بارندگی، اکسیژن محلول در رودخانه‌ها و دریاچه‌ها افزایش یافته که باعث افزایش فعالیت میکروارگانیسم‌های آب و در نتیجه، افزایش قدرت خودپالایی رودخانه و دریاچه می‌شود. متعاقباً انسان و گیاهان و سایر جانداران به سمت این اکوسیستم پاکیزه جذب می‌شوند (پورقاسم

[1] Rohn

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

و خلج، ۱۳۸۸). قانون پاکی به نوعی با قانون خلاء در ارتباط است. پس باید ذهن خود را پاک کنیم از نفرت‌ها، کینه‌ها و نبخشیدن‌ها. دل خود را پاک کنیم. شاید یک نیت ناپاک، یک نیت آلوده در ذهن و دل ما، مانع جذب موهبت‌های الهی شود (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷).

۶- قانون ششم: قانون سحرخیزی

ما باید از سحرخیزی طبیعت الهام بگیریم. به عنوان نمونه، هیچ خروسی نیست که تا ساعت هشت و نه صبح بخوابد و هیچ مرغی نیست که به بهانهٔ اینکه مثلاً امروز جمعه است، بیشتر بخوابد. این روند طبیعت برای ما پیام سحرخیز بودن را دارد. مثال دیگر اینکه فتوسنتز گیاهان با سپیده‌دم شروع می‌شود و گیاه چرخهٔ نوری خودش را با سحرخیزی آغاز می‌کند. حالا از یک دیدگاه دیگر به سحرخیزی نگاه می‌کنیم. زمانی که آفتاب غروب می‌کند و شب فرا می‌رسد، انرژی کیهانی بیشتر می‌شود. یعنی انرژی هستی افزون می‌شود. طبیعت بسیار آرام می‌گیرد و ما هم باید آرام بگیریم. به همین خاطر است که شب، هنگامی که انرژی هستی سرشار است، خواب به ما آرامش بیشتری می‌دهد. در شب همهٔ عوامل انرژی موجب شارژ عصبی و مغناطیسی ما می‌شود. این روند افزایش انرژی کائنات از غروب شروع می‌شود و همین‌طور تا سپیدهٔ صبح ادامه می‌یابد. به طوری که هنگام سپیدهٔ صبح، انرژی هستی به اوج خود می‌رسد. به همین علت، در لحظات پیش از طلوع اگر تلقین و تجسم کنیم، اگر دعا کنیم، امکان استجاب دعایمان بسیار بیشتر است. نتیجه اینکه سحرخیزی، قانون طبیعت و سنت زیبای الهی است که باید به آن پایبند باشیم (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷).

۷-قانون هفتم: قانون جمع (باهم بودن)

روشن است که همیشه انرژی یک شخص از انرژی یک گروه، کمتر است. وقتی ما در یک جمع هستیم انرژی ما تبدیل به سینرژی[1] می‌شود. در حالت سینرژی، مجموع اجزای انرژی از کل انرژی همیشه کوچکتر است. به عنوان مثال اگر ۱۰ نفر هر کدام ۲ واحد انرژی دارند با هم یکی شوند، مجموع انرژی آن‌ها طبق قوانین ریاضی باید ۲۰ واحد باشد. درصورتی که انرژی آن‌ها خیلی بیشتر از ۲۰ واحد است و مثلاً ممکن است ۳۰ واحد باشد. از آنجایی که انرژی یک جمع بیشتر است، جمع بودن باعث جذب مؤثرتر هدف می‌شود (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). به عنوان نمونه، فرض کنیم دو مرد با قد صد و هفتاد سانتی‌متر و صد و هشتاد سانتی‌متر بخواهند گردوهای یک درخت سه متری را بچینند. اگر یک مرد روی شانهٔ مرد دیگر قرار بگیرد، قد آنها سه و نیم متر می‌شود و به ظرفیت و انرژی جدیدی می‌رسند که قادر خواهند بود تا به هدفشان برسند و تمام گردوهای درخت سه متری را بچینند. این یک توصیف ساده از سینرژی یا هم‌افزایی هست که توسط متخصصان مدیریت استراتژیک و تفکر سیستمی استفاده می‌شود (گرده‌لو، ۱۳۹۶).

[1] Synergy

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

به عنوان مثالی دیگر، فرض کنیم بیماری روی تخت بیمارستان خوابیده و چند نفر به عیادتش می‌روند. این چند نفر، دور تا دور تخت او حلقه می‌زنند و در حقیقت یک سینرژی تشکیل می‌دهند و انرژی بیمار افزایش پیدا می‌کند. وقتی سطح انرژی بالا رفت، فرآیندهای شفا تسریع می‌شود و حال بیمار روند بهبودی پیدا می‌کند (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷).

۸- قانون هشتم: قانون هماهنگی

اگر به طبیعت نگاه کنیم. می‌بینیم که بین تمام سیستم‌هایش، هماهنگ است. چنانچه سیستم‌های منظم در طبیعت هماهنگی نداشته باشند، شاهد اختلال در عملکرد و بازدهی کل طبیعت خواهیم بود. به عنوان مثال، اگر هماهنگی بین سیستم قلبی عروقی و سیستم عصبی به هم بخورد و خون کافی به مغز نرسد، ما بیمار می‌شویم و شفا زمانی صورت می‌پذیرد که دوباره این هماهنگی به وجود آید. باید به هماهنگی هستی نگاه کنیم. مثلاً هماهنگی پراکنش گردهٔ گل‌ها با جریان باد و زنبور عسل. این هماهنگی طبیعت برای ما پیامش این است که انسان نیز به عنوان عنصری از هستی باید با این هستی هماهنگ باشد. اما آیا ما تمام جنبه‌های زندگی را هماهنگ به پیش می‌بریم؟ معمولاً می‌بینیم که در زندگیمان ناهماهنگی‌هایی وجود دارد (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). پس به عنوان مثال باید تلاش کنیم جنبهٔ علمی، جنبهٔ ورزشی و سلامتی، و جنبهٔ هنری خود را هماهنگ با هم پیش ببریم تا به اهدافمان برسیم. یا اینکه مثلاً اگر در یک شرکت فعالیت داریم، باید با همکاران بخش خود و سایر بخش‌ها و در نهایت با مدیر شرکت، هماهنگ باشیم تا به اهداف شرکت آسیبی نزنیم.

۹- قانون نهم: قانون تنوع

طبیعت و هستی ما، طبیعت و هستی متنوعی است. این همه حیوانات و گیاهان گوناگون. انواع و اقسام موجودات. حتّی تفاوت‌های زیادی در یک گونهٔ خاص از موجودات بین افراد گوناگون بر اساس شکل و رنگ وجود دارد. یک نمونه از قانون تنوع در انسان‌ها این هست که اثر انگشت هیچ دو انسانی شبیه یکدیگر نیست. تنوع، ضد افسردگی است. تنوع به ما روحیهٔ جریان، حرکت و نشاط می‌دهد. طبیعت اگر پر برکت است به خاطر تنوع فصول آن است. یک ماه برف می‌آید، یک ماه خشک و سوزان است، یک ماه سرد و یخبندان است. یک ماه برگ‌ها در می‌آیند، یک ماه برگ‌ها می‌ریزند. این تنوع هستی برای ما پیام دارد. به عنوان مثال طبق قانون تنوع، هر سه سال یکبار می‌بایست رنگ خانه را تغییر دهیم. میزها را به جای دیگر ببریم. جای تلویزیون را تغییر دهیم. جای صندلی‌ها را عوض کنیم. وقتی از بیرون می‌آییم می‌بینیم صندلی‌ها در جای خودشان نیستند، یک تنوع محیطی برایمان ایجاد می‌کند. چون تصور می‌کنیم وارد محیط دیگری شده‌ایم. خلاصهٔ کلام اینکه ما باید متنوع بودن را از طبیعت الهام بگیریم (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷).

۱۰-قانون دهم: قانون کارما

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

قانون کارما، قانون علت و معلول، قانون تابش و بازتابش، و قانون عمل و عکس‌العمل نامیده می‌شود. همهٔ این‌ها یک معنا می‌دهد. گفته می‌شود که هر چه می‌کنیم با هر نیتی که داریم، هر عمل از ما تابشی است به بیرون که بازتابشی به درون دارد. یعنی کارما شبیه رفتار نور در طبیعت هست که نور خورشید به زمین می‌خورد. از زمین به چشم ما می‌رسد و ما می‌توانیم زمین را ببینیم. پس باید بدانیم تمام نیات ما، تمام اعمال ما تابشی به بیرون دارد. نیت ما نوری به بیرون می‌تاباند. اگر عملی که انجام می‌دهیم مثبت باشد، تابش مثبت است و بازتابش مثبت خواهد داشت و اگر عمل ما منفی باشد، تابش منفی است و بازتابش منفی خواهد بود (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). به عنوان مثال اگر با دوستان، همکاران و سایر آحاد مردم، با ادب و احترام رفتار کنیم، آن‌ها نیز مثل آینه، این ادب و احترام را به ما منعکس می‌کنند. پس باید با نیت و اعمال خوب از طبیعت، انعکاس خوب دریافت کنیم.

۱۱- قانون یازدهم: قانون عشق و محبت

همهٔ موهبت‌ها از عشق و محبت است. بنیان هستی بر اساس عشق الهی است یعنی خلقت انسان و تمام موجودات حاصل عشق الهی است. اگر بخواهیم چیزی را جذب کنیم باید به آن عشق بورزیم. فراموش نکنیم محبت و عشق باید بی‌دریغ باشد. یعنی محبت و عشقی که از سر معامله نباشد. خورشید سالیان سال هست که عاشقانه می‌تابد و تمنایی از ما ندارد و این پیام را می‌دهد که عشق باید بی‌تمنا باشد. عشق و محبت یک فرآیند ذهنی و درونی است. ممکن است ما در محبت کردن و عشق ورزیدن مشکل داشته باشیم. دکتر آلکس اُسبورن[1]، مدرس خلاقیت، می‌گوید: «هر عاطفه‌ای با تمرین گسترش پیدا می‌کند.» یعنی اگر بخواهیم مهربانی را در خود افزایش دهیم، باید مهربان بودن را تمرین کنیم. باید از اشیاء شروع کنیم. به عنوان مثال به خودرویی که داریم عشق بورزیم و از آن نگهداری کنیم. هیچگاه پول را در جیبمان مچاله نکنیم و در کیف بگذاریم و به پول داخل کیفمان عشق بورزیم.

به عنوان مثالی دیگر، به گل‌های باغچه‌مان از طریق آبیاری و مراقبت، عشق بورزیم. باید با این نعمت‌ها خوشرفتاری کنیم تا دوام پیدا کنند. یعنی اگر مثلاً با یخچال خانه‌مان خوشرفتاری کرده و از آن مراقبت کنیم، دوام بیشتری دارد. اگر با ریه و قلب خود خوشرفتاری کنیم، دوامشان بیشتر می‌شود (احمدی، ۱۳۹۵؛ حورایی، ۱۳۷۷). از منظر علمی، ثابت شده که بدرفتاری کردن با گیاهان و شکستن ساقه و برگشان باعث ایجاد درد و ساطع شدن فرکانس‌های صوتی خاصی از گیاهان می‌شود (بشیری، ۱۴۰۲). در مقابل، خوش‌رفتاری و محبت به گیاهان از طریق آبیاری و ناز کشیدن برگشان باعث افزایش رشد و بازدهی آن‌ها می‌شود.

[1] Alex Faickney Osborn

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

لازم به توضیح است، برخی نظریه‌ها می‌گویند که اشیای بی‌جان دارای احساس هستند و معنی محبت و خوش‌رفتاری را حس می‌کنند (افلاکی، ۱۴۰۲).

مداخلهٔ درمانی با یازده قانون الهی

در اولین جلسهٔ درمان، ابتدا یازده قانون الهی برای مراجع توضیح داده می‌شود. سپس از مراجع خواسته می‌شود تا اندکی تأمل کند و بررسی کند که چند قانون از این یازده قانون را در زندگی روزمرهٔ خود رعایت می‌کند؟ همچنین از مراجع خواسته می‌شود که نتایج مثبت رعایت هر یک این قوانین و پیامدهای منفی عدم رعایت هر یک از این قوانین را در جدولی مشابه با جدول ۱ بنویسد و در جلسهٔ دوم به درمانگر ارائه دهد.

جدول ۱- نگارش نتایج مثبت رعایت قوانین الهی و پیامدهای منفی عدم رعایت قوانین الهی

نام قانون الهی	نتایج مثبت رعایت قانون الهی	پیامدهای منفی عدم رعایت قانون الهی
قانون اول: قانون خلاء		
قانون دوم: قانون جریان و حرکت		
قانون سوم: قانون نظم		
قانون چهارم: قانون بارش		
قانون پنجم: قانون پاکی		
قانون ششم: قانون سحرخیزی		
قانون هفتم: قانون جمع		
قانون هشتم: قانون هماهنگی		
قانون نهم: قانون تنوع		
قانون دهم: قانون کارما		
قانون یازدهم: قانون عشق و محبت		

مقرر می‌شود تا به مدت هشت هفته، هر هفته یک جلسهٔ یک ساعته برای اجرای تدریجی قوانین یازده‌گانهٔ الهی توسط مراجع، در نظر گرفته شود. در ابتدای جلسهٔ دوم، درمانگر توسط پرسشنامهٔ ۱۲ سؤالی سلامت عمومی[1] از مراجع یک پیش‌آزمون به عمل می‌آورد تا سطح سلامت روان مراجع را پیش از آغاز جلسات درمانی، بسنجد (عبادی و همکاران، ۱۳۸۱؛ منتظری و همکاران[2]، ۲۰۰۳). سپس درمانگر، مراجع را تشویق می‌کند تا به تدریج همهٔ یازده قانون الهی را در زندگی روزانهٔ خود، مراعات کند. در جلسهٔ هشتم که تقریباً دو ماه از فرایند درمان، سپری شده، درمانگر یک پس‌آزمون توسط پرسشنامهٔ ۱۲ سؤالی سلامت عمومی از مراجع به عمل می‌آورد تا

[1] The 12-item General Health Questionnaire (GHQ-12)
[2] Montazeri et al.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

میزان اثربخشی مداخلهٔ درمانی با یازده قانون الهی را بسنجد. درمانگر، مراجع را تشویق می‌کند تا یازده قانون الهی را در آینده نیز همچنان اجرا کند و چهار ماه بعد، یک آزمون پیگیری توسط پرسشنامهٔ ۱۲ سؤالی مزبور از مراجع به عمل می‌آورد تا سطح سلامت روان مراجع را بسنجد و از بهبود و تثبیت وضعیت روانی مراجع، اطمینان حاصل نماید. درمانگر، نتایج پیش‌آزمون، پس‌آزمون و آزمون پیگیری را در جدول ۲ ثبت می‌کند.

جدول۲-ثبت نتایج پیش‌آزمون، پس‌آزمون، و آزمون پیگیری از مراجع

نام مداخلهٔ درمانی	نتیجهٔ پیش‌آزمون	نتیجهٔ پس‌آزمون، دو ماه بعد از پیش‌آزمون	نتیجهٔ آزمون پیگیری، چهار ماه بعد از پس‌آزمون
یازده قانون الهی			

هفت قانون هرمس

هِرمِس در اساطیر یونانی، پیام‌رسان خدایان و خدای سرعت نام گرفته که پسرِ زئوس و مایا هست (مرادی، ۱۴۰۳).

اما در برخی منابع اشاره شده که هرمس یکی از فیلسوف‌های یونان باستان بود که در اساطیر یونانی پدر بلاغت محسوب می‌شد و به عنوان خداوند نگهبان مرزهای جغرافیایی و اقتصاد، شناخته شده بود. در واقع هرمس، پایه‌گذار اصول هرمتیک بود که بعدها به عنوان دانش‌های سری و مخفی در طی تاریخ وجود داشت. این اصول که شامل هفت قانون هست، زیربنای تمام علوم بشری هستند. اصول هرمتیک که اصول هفتگانهٔ قدرت هم نامیده می‌شود، در مورد همهٔ ذرات مادی و همچنین سیارات و کهکشان‌ها صادق است (احمدی، ۱۳۹۵؛ سیلوا و گلدمن، ترجمهٔ پزشکی، ۱۳۷۷). در بخش‌های بعدی، اصول هفتگانهٔ هرمتیک یعنی هفت قانون هرمس معرفی می‌شوند.

۱- قانون اول هرمس: اصل ذهن‌گرایی

طبق اصل ذهن‌گرایی، ما و هر آنچه که در جهان وجود دارد، نمودی از آفریدگارمان هستیم. زیرا دنیای هرکس نمودی است از وجود ذهنی خود او. نیروی ذهنی به این دلیل دارای تأثیر است که جهان پدیده‌ای ذهنی است و تمام پدیده‌ها از جایگاه نسبی ذهن ما دیده می‌شود. یعنی ما هر چیزی را که فکر می‌کنیم، می‌بینیم. برای مثال در جنگل شاید ما تصور کنیم که یک درخت می‌بینیم، در صورتی‌که یک سنجاب آن درخت را یک خانه خواهد دید. یا ممکن است ما رویدادی را برای خودمان یک تهدید به حساب آوریم، در حالی‌که برادرمان آن را فقط یک اتفاق ساده تلقی کند. در تمام این موارد، هم ما، هم دیگران حق داریم. چون هر کسی، چیزی را مشاهده می‌کند که در افکارش آن را می‌بیند (احمدی، ۱۳۹۵؛ سیلوا و گلدمن، ترجمهٔ پزشکی، ۱۳۷۷).

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

۲-قانون دوم هرمس: اصل تطابق (تناظر)

طبق اصل تطابق «هر آنچه در بالاست، پس در پایین هم هست و هر آنچـه در پایین است، پس در بالا نیز وجود دارد.» یعنی آنچـه کـه در عـالم مـادی وجود دارد، پس در عالم ذهنی هم وجود دارد و آنچـه کـه در عـالم ذهنـی وجود دارد، پس در عالم روحانی هم موجود است. بنابراین تناظری میان وضعیت ما در دنیای غیرفیزیکی و انرژی، و زندگی فیزیکی و روزمره‌مان وجود دارد. تغییر ما در جهان فیزیکی، سطح انرژی ما در جهان انرژی را بالاتر می‌برد و تغییر سطح انرژیمان، می‌تواند جهان فیزیکی‌مان را مورد تغییر قرار دهد. از اصل تطابق نتیجه می‌گیریم هر چه که بدن با آن سر و کار دارد، ذهن نیز با آن سر و کار دارد. به عنوان نمونه، استرس هم بر جسم و هم بر روان انسان اثر منفی دارد. حالا اگر بدن ریلاکس باشد، ذهن نیز ریلاکس خواهد شد، برعکس اگر ذهن ریلاکس شود، بدن نیز ریلاکس می‌شود، و اگر ذهن و بدن هر دو ریلاکس باشند، دیگر استرسی وجود نخواهد داشت. برای ریلاکسیشن[1] (تن‌آرامی) باید به اولین مرحلهٔ مراقبه یعنی به سطح آلفا برویم (احمدی، ۱۳۹۵؛ سیلوا و گلدمن، ترجمهٔ پزشکی، ۱۳۷۷).

۳- قانون سوم هرمس: اصل ارتعاش

طبق اصل ارتعاش، هر پدیده و ماده‌ای در حـال یک حرکت بی‌پایان است و تغییـر در ارتعـاش پدیده‌ها و مواد، باعث دگرگونی در کالبد ظهور آن‌ها می‌شود. مثلاً طبق اصل ارتعاش، پدیدهٔ سلامتی، ارتعاش ویژهٔ خود را دارد. پدیدهٔ کسالت نیز دارای ارتعاش خاص خودش است. احساس حقارت و احساس عزت نفس دربرگیرندهٔ ارتعاشات خاصی هستند. رویداد پیروزی و رویداد شکست هم ارتعاشات ویژه‌ای دارند. پس طبق اصل ارتعاش می‌توانیم به عنوان مثال مولکول‌های آب را در نظر بگیریم. آب در بـیشترین ارتعـاش به صورت بخار و در کمترین ارتعاش به صورت یخ ظاهر می‌شود. ولی آب، یخ و بخار همسان هستند و صرفاً شـدت ارتعاشـات آن‌هـا موجب تفاوت در کالبد ظهور آنها شده است (احمدی، ۱۳۹۵؛ سیلوا و گلدمن، ترجمهٔ پزشکی، ۱۳۷۷).

۴- قانون چهارم هرمس: اصل قطبیت (تضاد)

بر اساس اصل قطبیت (تضاد)، تمام پدیده‌ها دوگانه هستند. یعنی هر پدیده‌ای در هستی دارای ضـد خـودش است و این دو پدیدهٔ متضـاد، صرفاً از جنبهٔ کمیـت با یکـدیگر متفاوت‌اند اما از جنبهٔ ماهیت با یکدیگر فرقی ندارند. به عنوان مثال، نزدیک و دور دو مفهوم متضاد هستند. مثلاً می‌گوییم عُطارد (مرکوری) نزدیکترین سیاره به خورشید و فاروت[2] دورترین سیاره از خورشید است. در اینجا دو مفهوم متضاد نزدیک و دور، دارای ماهیتی از جنس فاصله هستند. پس نزدیک را فاصلهٔ کم و دور را فاصلهٔ زیاد، تعریف می‌کنیم. درک یکی از دو پدیدهٔ

[1] Relaxation
[2] Farout

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

متضاد، ما را در فهم پدیدهٔ دیگـر، کمک می‌کند. مثلاً ما تا وقتی که اسیر نشده باشـیم، هرگز معنی آزادی را درک نخواهیم کرد. همچنین یک فرد سیراب بـه انـدازهٔ یـک فرد تشنه، از سیراب بودن فهم صحیحی ندارد (احمدی، ۱۳۹۵؛ سیلوا و گلدمن، ترجمهٔ پزشکی، ۱۳۷۷).

۵-قانون پنجم هرمس: اصل ریتم

طبق اصل ریتم هـر پدیده دارای چرخه است، چرخه‌ای صعودی و چرخه‌ای نزولی. یعنی هر پدیده شامل نقطـهٔ اوج و نقطـهٔ نـزول می‌باشد. مثلاً چرخهٔ طلوع، صبح، ظهر، عصر، غروب و شب. هر فعالیتی که به انجـام می‌رسانیم، یک چرخه دارد. ولی از قبل نمی‌دانیم که در کجـای آن چرخه قرار داریم، مگر اینکه از آینده به گذشتهٔ خود نگاه کنیم. چنانچه در حالت صعودی چرخهٔ خود قرار داشته باشـیم، احتمال موفقیت مـا در هـر فعالیتی زیاد می‌شود. ولی اگر در حالت نزولی چرخهٔ خود باشیم، در کارهایمان شکست می‌خوریم. پس چرخهٔ زندگی، نقطـهٔ فـراز و نقطـهٔ فـرود دارد که به عنوان نمونه، دربرگیرندهٔ چرخهٔ سـلامت، چرخهٔ خوش شانسی و ... است. اصل ریتم در بازارهای مالی مثل بازار بورس ایران می‌تواند به کار رود. معامله‌گران باید در چرخهٔ نزولی بازارهای مالی، به خرید سهام بپردازند و در چرخهٔ صعودی به فروش سهام خود اقدام کنند. پس طبق اصل ریتم یک معامله‌گر باید صبر کند تا مادامی که قیمت سهامش وارد چرخهٔ صعودی‌اش شود (احمدی، ۱۳۹۵؛ سیلوا و گلدمن، ترجمهٔ پزشکی، ۱۳۷۷).

۶-قانون ششم هرمس: اصل علت و معلول

طبق این اصل هر علتی، معلولی ویژه و هر معلـولی، علـت ویژهٔ خـود را داراست. یعنی طبق ایـن اصـل، رویـدادهای روزمره بـر مبنای یک سری قوانین شکل می‌گیرند و حتی تصادفات نیز دارای قوانینی هستند که از دید ما نامشخص‌اند (احمدی، ۱۳۹۵؛ سیلوا و گلدمن، ترجمهٔ پزشکی، ۱۳۷۷).

به عنوان نمونه، وجود رنگین‌کمان یک معلول و علت آن انکسار و پراش نور آفتاب توسط قطرات آب هست. حال اگر بپرسیم چرا رنگین‌کمان، به شکل کمان است و مثلاً به شکل مثلث نیست؟ پاسخ این هست که نور داخل قطرات آب در زوایای بین صفر تا چهل و دو درجه، منعکس می‌شود که باعث ایجاد شکل کمانی در رنگین‌کمان می‌شود. در این حالت، کمانی بودن رنگین‌کمان در حکم معلول و زاویهٔ صفر تا چهل و دو درجهٔ نور داخل قطرات، در حکم علت هستند. پس مشاهده می‌کنیم که در یک پدیدهٔ طبیعی مثل رنگین‌کمان، دو و یا بیشتر از دو قانون علت و معلول می‌توانند صادق باشند (مانچینی، ترجمهٔ پورفائز، ۱۴۰۳).

۷- قانون هفتم هرمس: اصل جنسیت

طبق اصـل جنسیت، هـر ماده یا انسان دارای نیروهای مذکر و مؤنث است. جنسیت هم در دنیای مادی، هم در دنیای ذهنی و هم در دنیای روحانی وجود دارد. نیروی مذکر، برونگـرا، مثبت و فعال است. ولی نیروی مؤنث،

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

درونگرا، منفی، خلاق و منفعل است. این نیروهای مذکر و مؤنث در هر دو جنس مرد و زن وجود دارند. مثلاً یک فرد سخنران فارغ از اینکه زن باشد یا مرد، نیروهای مذکر تولید می‌کند. همچنین نیروهای مذکر و مؤنث که «یانگ» و «یین» هم نامیده می‌شوند، خوب یا بد نیستند. ولی هر دو، جزء لازم جهان هستی و کائنات هستند. طبق اصل جنسیت، برای درک بهتر آنچه دیگران بیان می‌کنند، لازم است در حالت تأثیرپذیری مؤنث قرار بگیریم. ولی برای اینکه دیگران حرف‌های ما را بهتر درک کنند، لازم است در حالت برونگرایی و تأثیرگذاری مذکر باشیم (احمدی، ۱۳۹۵؛ سیلوا و گلدمن، ترجمهٔ پزشکی، ۱۳۷۷).

- **مداخلهٔ درمانی با هفت قانون هرمس**

در اولین جلسهٔ درمان، ابتدا هفت قانون هرمس برای مراجع توضیح داده می‌شود. سپس از مراجع خواسته می‌شود تا اندکی تأمل کند و بررسی کند که چند قانون از این هفت قانون را در زندگی روزمرهٔ خود رعایت می‌کند؟ همچنین از مراجع خواسته می‌شود که نتایج مثبت رعایت هر یک این قوانین و پیامدهای منفی عدم رعایت هر یک از این قوانین را در جدولی مشابه با جدول ۳ بنویسد و در جلسهٔ دوم به درمانگر ارائه دهد.

جدول ۳- نگارش نتایج مثبت رعایت قوانین هرمس و پیامدهای منفی عدم رعایت قوانین هرمس

نام قانون هرمس	نتایج مثبت رعایت قانون هرمس	پیامدهای منفی عدم رعایت قانون هرمس
قانون اول هرمس: اصل ذهن‌گرایی		
قانون دوم هرمس: اصل تطابق		
قانون سوم هرمس: اصل ارتعاش		
قانون چهارم هرمس: اصل تضاد		
قانون پنجم هرمس: اصل ریتم		
قانون ششم هرمس: اصل علت و معلول		
قانون هفتم هرمس: اصل جنسیت		

مقرر می‌شود تا به مدت هشت هفته، هر هفته یک جلسهٔ یک ساعته برای اجرای تدریجی قوانین هفت‌گانهٔ هرمس توسط مراجع، در نظر گرفته شود. در ابتدای جلسهٔ دوم، درمانگر توسط پرسشنامهٔ ۱۲ سؤالی سلامت عمومی از مراجع یک پیش‌آزمون به عمل می‌آورد تا سطح سلامت روان مراجع را پیش از آغاز جلسات درمانی، بسنجد (عبادی و همکاران، ۱۳۸۱؛ منتظری و همکاران، ۲۰۰۳). سپس درمانگر، مراجع را تشویق می‌کند تا به تدریج همهٔ

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

هفت قانون هرمس را در زندگی روزانهٔ خود، مراعات کند. در جلسهٔ هشتم که تقریباً دو ماه از فرایند درمان، سپری شده، درمانگر یک پس‌آزمون توسط پرسشنامهٔ ۱۲ سؤالی سلامت عمومی از مراجع به عمل می‌آورد تا میزان اثربخشی مداخلهٔ درمانی با هفت قانون هرمس را بسنجد. درمانگر، مراجع را تشویق می‌کند تا هفت قانون هرمس را در آینده نیز همچنان اجرا کند و چهار ماه بعد، یک آزمون پیگیری توسط پرسشنامهٔ ۱۲ سؤالی مزبور از مراجع به عمل می‌آورد تا سطح سلامت روان مراجع را بسنجد و از بهبود و تثبیت وضعیت روانی مراجع، اطمینان حاصل نماید. درمانگر، نتایج پیش‌آزمون، پس‌آزمون و آزمون پیگیری را در جدول ۴ ثبت می‌کند.

جدول ۴- ثبت نتایج پیش‌آزمون، پس‌آزمون، و آزمون پیگیری از مراجع

نام مداخلهٔ درمانی	نتیجهٔ پیش‌آزمون	نتیجهٔ پس‌آزمون، دو ماه بعد از پیش‌آزمون	نتیجهٔ آزمون پیگیری، چهار ماه بعد از پس‌آزمون
هفت قانون هرمس			

- **آتئیسم و بازگشت به معنویت**

خداناباوران (آتئیست‌ها یا ملحدین) افرادی هستند که در زندگی‌شان هیچ هدفی ندارند، هیچ امیدی ندارند و درگیر یأس، درماندگی و از هم‌پاشیدگی روانی هستند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بیشترین آمار خودکشی در میان خداناباوران و بی‌دین‌ها (آگنوستیک‌ها) بوده است. این‌ها افرادی هستند که بی‌هدف و بی‌ایمان، روزگار می‌گذرانند و خود را پیرو هیچ دینی نمی‌دانند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بالاترین آمار خودکشی در خداناباورترین ممالک و در رأس آن‌ها کشور سوئد بوده است که بیشترین میزان بی‌خدایی را دارا است. نرخ خودکشی طی پنجاه سال گذشته، بسیار بالا رفته و پر واضح است که یکی از دلایل این افزایش، ازدیاد آمار بی‌خدایی طی پنجاه سال گذشته بوده است (مؤذنی، ۱۴۰۱). بدون شک، یک فرد متدین که پایبند به آموزه‌های معنوی است و از رهنمودهای یازده قانون الهی و هفت قانون هرمس تبعیت می‌کند، کمتر پرخاش می‌کند و رفتارهای تکانشی خفیفی دارد. این قوانین الهی به فرد کمک می‌کنند تا با استرس و فشارهای زندگی مقابله کند و ابتلا به اختلالات روانی را تقلیل می‌دهند. لذا بازگشت به دین و معنویات، به عنوان یک مداخلهٔ درمانی برای مقابله با بحران‌های روانی مثل خودکشی، می‌تواند مد نظر قرار گیرد. یعنی تَأسّی از قوانین الهی به عنوان یک منبع بیرونی برای مقابله با عوامل استرس‌زا توسط درمانگر و درمانجو می‌بایست مورد توجه قرار گیرد.

به طوری که مشهود است، پیشگامان روان‌شناسی بالینی مانند زیگموند فروید، عمدتاً خداناباور بوده‌اند. شاید یکی از دلایل توفیق اندک روان‌شناسی بالینی در درمان اختلالات روانی، عدم توجه این حوزه از روان‌شناسی به معنویات و قوانین الهی است. روان‌شناسی بالینی صرفاً بر عیب‌یابی و آسیب‌شناسی اختلالات روانی تمرکز دارد

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

و مانند یازده قانون الهی، هرگز راه شاد زیستن، نوع‌دوستی، احترام به دیگران، پرورش استعدادها، بهره‌گیری از قابلیت‌ها، چگونگی افزایش رضایت از زندگی و تعامل با جهان هستی را به ما آموزش نمی‌دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

یازده قانون الهی و نیز هفت قانون هرمس از جمله قوانین بنیادی جهان هستی محسوب می‌شوند که تأثیری مستقیم بر زندگی روزمره و وضعیت روان‌شناختی انسان دارند. به عنوان نمونه، اگر فردی قانون الهی خلأ را رعایت نکند و دائماً ذهنش را از افکار مسموم مثل کینه و نفرت، پر سازد، بعید نیست که بعد از مدتی دچار نشخوار فکری شود. در مقابل، اگر این فرد ذهنش را از افکار مسموم تهی سازد، موهبت‌هایی مثل آرامش و صبر را برای خود به ارمغان می‌آورد. همچنین مطالعات نشان داده‌اند افرادی که قانون کارما را رعایت می‌کنند و به مردم و همنوعانشان کمک می‌کنند، در زندگیشان موفق‌تر و خرسندتر بوده و صادق‌تر از سایرین هستند (ویزیه[1]، ۲۰۲۳). برای اثربخشی قوانین مزبور، در گام نخست باید تک‌تک این قوانین را مورد شناسایی و مکاشفه قرار داد. گام دوم، به کارگیری و تبعیت از دستورالعمل‌های این قوانین در زندگی روزمره می‌باشد. در پژوهش حاضر تلاش شد تا درمانگران، مشاوران و سایر علاقه‌مندان را به این نتیجه برساند که رعایت و عدم رعایت قوانین الهی و هفت قانون هرمس، پیامدهای مثبت و منفی روان‌شناختی را برای انسان به دنبال دارند. بنابراین، نوآوری این پژوهش، معرفی دو رویکرد درمانی جدید و در واقع، دو مداخلهٔ درمانی نوین به عرصهٔ روان‌درمانی می‌باشد که لازم است توسط پژوهشگران این عرصه؛ مورد آزمایش و راستی‌آزمایی قرار گیرد. به همین علت پیشنهاد می‌شود که درمانگران و مشاوران یک برنامهٔ درمانی را با بهره‌گیری از یازده قانون الهی و نیز یک برنامهٔ درمانی دیگر را به به کارگیری هفت قانون هرمس برای درمانجویانشان تجویز نمایند. برای بررسی اثربخشی این دو برنامهٔ درمانی، پیشنهاد می‌شود، پیش‌آزمون، پس‌آزمون و یک آزمون پیگیری از درمانجویان به عمل آید. این سخن را می‌توان با گفته‌ای از اندرو متیوس، نویسندهٔ کتاب‌های خودیاری، به پایان رساند که می‌گوید: «در جهان هستی تبعیض وجود ندارد. موفقیت و سعادت شما به مجموعه‌ای از اصول و قوانین طبیعی و چگونگی بهره‌گیری از آن‌ها بستگی دارد.» (متیوس، ترجمهٔ افضلی‌راد، ۱۳۷۷)

منابع

احمدی، سیدشاهو (۱۳۹۵). اصول هرمتیک: هفت قانون هرمس برای تسلط بر انرژی درونی و محیط بیرون. سنندج: انتشارات علمی کالج.

افلاکی، محمد (۱۴۰۲). آیا باور می‌کنی که اشیاء اطراف ما نیز دارای شعور هستند؟ وب‌سایت راز چهار فصل.

اندیشکدهٔ تدبیر آب ایران (۱۳۹۲). چرخهٔ آب. کمیسیون کشاورزی و آب اتاق بازرگانی و صنایع و معادن و کشاورزی کرمان.

[1] Wiese

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

بشیری، ابوالفضل (۱۴۰۲). اگر گیاهان تحت تنش و یا آسیب قرار بگیرند، چه واکنشی از خود نشان می‌دهند؟ آکادمی تخصصی مهندسی محیط زیست.

بیرقدار، نسرین (۱۳۹۳). کهن‌الگوی مادر. وب‌لاگ انرژی، امید و آگاهی. ۱ آذر ۱۳۹۳.

پورقاسم، مهدی؛ خلج، علی (۱۳۸۸). بررسی مدل‌های خودپالایی رودخانه‌ها. سومین همایش و نمایشگاه تخصصی مهندسی محیط زیست، تهران، مهر ماه ۱۳۸۸.

حورایی، سیدمجتبی (۱۳۷۷). قانونمندی طبیعت. تهران: انتشارات دکلمه‌گران.

دزفولی، شکوفه (۱۳۹۶). بوم‌فمینسیم، قسمت اول. وب‌سایت ماچولند.

روئه، مارسل (۱۳۷۴). قدرت شگرف روح. ترجمهٔ هوشیار رزم‌آزما، تهران: انتشارات سپنج.

سالارزهی، حبیب‌الله (۱۴۰۱). طبیعت.

سیلوا، خوزه؛ گلدمن، برت (۱۳۷۷). کنترل ذهن. ترجمهٔ مجید پزشکی، تهران: انتشارات نسل نواندیش.

عبادی، مهدی؛ حریرچی، امیرمحمود؛ شریعتی، محمد؛ گرمارودی، غلامرضا؛ فاتح، ابوالفضل؛ منتظری، علی (۱۳۸۱). ترجمه، تعیین پایایی و روایی پرسشنامهٔ ۱۲ سؤالی سلامت عمومی (GHQ-12). فصلنامهٔ پایش. سال اول، شمارهٔ سوم، تابستان ۱۳۸۱، صص ۴۶-۳۹.

گرده‌لو، سولماز (۱۳۹۶). سینرژی یا هم‌افزایی(Synergy) چیست؟ وب‌لاگ منابع مدیریت.

مانچینی، مارک (۱۴۰۳) اگر رنگین‌کمان‌ها دایره‌ای هستند، چرا ما فقط کمان می‌بینیم؟ ترجمهٔ فؤاد پورفائز. علمخانه.

متیوس، اندرو (۱۳۷۷). آخرین راز شاد زیستن. ترجمهٔ وحید افضلی‌راد، تهران: نشر نیریز.

مرادی، محسن (۱۴۰۳). آشنایی با خدایان یونان باستان و داستان آنها در یک نگاه. وب‌لاگ ایوار. ۱۴۰۳/۰۵/۲۴

مگیار–موئی، جینا. ال. (۱۴۰۱). فنون روان شناسی مثبت گرا. ترجمهٔ فرید براتی سده، تهران: انتشارات رشد.

مؤذنی، الهام (۱۴۰۱). حقایقی دربارهٔ رابطهٔ ضعف ایمان با خودکشی. خبرگزاری بین‌المللی قرآن (ایکنا). تاریخ انتشار: ۳۰ آبان ۱۴۰۱.

هروی، حسنیه؛ فلامکی، محمدمنصور؛ طاهایی، سیدعطاالله (۱۳۹۸). بازتاب کهن‌الگوی مادر در معماری تاریخی ایران براساس آرای یونگ. نشریهٔ علمی باغ نظر. ۱۶ (۷۵): ۱۴-۵.

Chen, L. (2014). The Background and Theoretical Origin of Ecofeminism. Cross-Cultural Communication 10(4): 104-108. Retrieved 23 October 2025.

D’Eaubonne, F. (2022). Feminism or Death: How the Women's Movement Can Save the Planet. Publisher: Verso. Publication date: March 8 2022. 352 pages.

Montazeri, A; Harirchi, A.M.; Shariati, M.; Garmaroudi, G.; Ebadi, M.; Fateh, A. (2003). The 12-item General Health Questionnaire (GHQ-12): translation and validation study of the Iranian version. Health Qual Life Outcomes.1:66.

Purrington, M. (2020). Carl Jung on Guilt Quotations. Carl Jung Depth Psychology. August 14,

Purrington, M. (2021). We cannot change anything unless we accept it. Condemnation does not liberate, it oppresses. Carl Jung Depth Psychology. August 14, 2021.

Rohn, J. (2014). THE JIM ROHN GUIDE TO TIME MANAGEMENT. Published by SUCCESS. David Hason Rudd.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

Wiese, J.V. (2023). Karma and honest behavior: An experimental study. Journal of Behavioral and Experimental Economics. Volume 104, June 2023, 102018.
Yu, J.-Y. (2010). Chapter 8: Development of High- and low-Pressure Systems. Microsoft PowerPoint Presentation.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]

The Effectiveness of the Eleven Divine Laws and the Seven Hermetic Principles in Shaping Human Life, Worldview, and Spiritual Transformation

Seyed Shaho Ahmadi Dahrshid[1]
[1] Department of Psychology, Electronic Campus, Islamic Azad University, Tehran, Iran
Corresponding author email address: seyedshaho.ahmadi@ut.ac.ir

Abstract

Throughout human history, various thinkers have discovered and introduced a number of divine laws from their own perspectives. These are laws that directly influence both the universe and all aspects of human life. The first objective of the present study is to identify the eleven divine laws as well as the seven Hermetic laws. The second objective is to examine how these eleven divine laws and seven Hermetic laws can be applied to human individual and social life in order to produce positive outcomes for human mental health. The eleven divine laws are as follows: the Law of Emptiness, the Law of Flow and Movement, the Law of Order, the Law of Abundance, the Law of Purity, the Law of Early Rising, the Law of Togetherness, the Law of Harmony, the Law of Diversity, the Law of Karma, and the Law of Love and Affection. The seven Hermetic laws are as follows: the Principle of Mentalism, the Principle of Correspondence, the Principle of Vibration, the Principle of Polarity, the Principle of Rhythm, the Principle of Cause and Effect, and the Principle of Gender. In the therapeutic intervention based on the eleven divine laws and the seven Hermetic laws, clients are asked to record in a table the positive and negative consequences of observing and failing to observe each of these laws. An eight-week period is allocated for clients to gradually implement the eleven divine laws and the seven Hermetic laws in their lives. In the second session, the therapist administers the 12-item General Health Questionnaire (GHQ-12) as a pretest. In the eighth session, a posttest is administered to assess the effectiveness of the therapeutic intervention. Four months later, the therapist administers a follow-up assessment to the client. Therefore, this study proposes two novel therapeutic approaches in the field of psychotherapy, which should be empirically tested and scientifically validated by researchers in the field.

Keywords: Effectiveness; Eleven divine laws; General Health Questionnaire; Seven Hermetic principles; Therapeutic intervention

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-08]