

با سلام،

در خود شناسایی کردم یکی از صفات عارضی که به ذات خداگونه خود تحمیل کرده‌ام، تقلید از قرینی است که مرکز دردمندی دارد.

آقای شهبازی فرمودند، اجازه ندهید من ذهنیتان به بهانه دوری از قرین من ذهنی، شما را به صورت دیگری به دام بیندازد. حالا به اسم اینکه من بر روی خود کار می‌کنم، دیگر از اعضای خانواده خود که من ذهنی دارند باید دوری کنم. این ترفند من ذهنی است برای بافتن خود حالا به شکل من ذهنی معنوی. من ذهنی همیشه دنبال افراط یا تفریط هست. اصلا ترازویی ندارد.

من ذهنی به بهانه محافظت از خود در برابر قرین بد، از قطب مخالف که همان دوری از اعضای خانواده که ما با آنها زندگی می‌کنیم، به اسم دوری از قرین بد است، سوءاستفاده می‌کند. در حالیکه زندگی از الگوی جامد و ثابتی در همه موارد پیروی نمی‌کند. زندگی پویا و پیش بینی نشده است. اگر فضا را در اطراف هر وضعیتی باز کنیم، حتی دو وضعیت که ذهن کاملا آنها مشابه نشان می‌دهد، نمی‌شود یک الگو و روش ثابتی را بکار برد. زندگی ممکن است برای آن دو وضعیتی که ذهن مشابه نشان می‌دهد، دو راه حل متفاوت در برخورد با آن پیش روی ما بگذارد شاید هم نه. ما نمی‌دانیم به محض اینکه بگوییم می‌دانم یا می‌خواهم بدانم، آن راه حل دیگر از فضای گشوده شده درون نیست، بلکه از ذهن شرطی شده ما می‌آید. در مورد قرین هم همینطور است.

ما نمی‌توانیم فرمول ثابت را برای همه قرینهایی که با آنها در طول روز سروکار داریم بکار ببریم. قانون کلی این است که حتما باید از قرین بد خود را محافظت کنیم، اما اگر عزیزی در خانواده خود داریم که ارتعاش درد را پخش می‌کند، حتما حتما باید با فضاگشایی، صبر و پرهیز از واکنش با او برخورد کنیم.

برای من هر بار که از کسی تقلید کردم، زمانی بوده که در مقابل من ذهنی دیگران از هشیاری نظر درونم غافل شدم و به موقع چوبک نزد. یعنی به موقع نگهبان هوشیاریم نبوده و زمانی به خود می‌آیم که سطح هوشیاریم به دلیل گرفتن ارتعاش درد از قرین به پایین ترین سطح خود رسیده.

خُنک جانی که بر بامش همی چوبک زَنَد امشب
شود همچون سحر خندان، عطای بی‌عدد بیند
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۸۲

حاصلش این بوده که از سمن زار رضا بیرون آمده و به درد افتادم. دیدن درد در دیگران و همان ارتعاش را در خود تجربه کردن به این دلیل است که آن جنس در من هم هست و گرنه من به آن شخص واکنش نشان نمی‌دادم و درد را تجربه نمی‌کردم.

چون دُو کس برهم زند، بیهیچ شک
در میانشان هست قدر مشترک
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۰۱

تا زمانیکه من به صورت حضور ناظر در این لحظه نباشم، من ذهنی دیگران از طریق عوان سر، یعنی مامور مخفی که من ذهنی خودم است راه من را می‌زند.

با انداختن نورافکن روی خودم متوجه شدم، فعال شدن یک سری الگوهای شرطی شده در من باعث تقلید می‌شود.

همان دانش تقلیدی که از دیگران آموختم بدون آنکه حتی یکبار هم که شده در خود بازبینی کنم که چه چیزی را با خود سالها حمل کرده‌ام.

گفت تو، ز آن سان که عکس دیگرست
جمله احوالت، بجز هم عکس نیست
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۱

حال که من فهمیدم در مقابل من های ذهنی با ارتعاش درد آسیب پذیر هستم و به آنی مرکز جسم می‌شود، خدایا کمکم کن که با فضاگشایی مقابل افرادی که پوسته سفت و محکمی دارند، به خرد و صنع تو دسترسی پیدا کنم تا هم خود از آب حیات تو سیراب شوم و هم به جهان پیرامونم درد بیشتر اضافه نکنم. اگر من اطراف من ذهنی خودم و دیگران فضا باز کنم، از این فضای گشوده شده عشقی می‌آید که هم مرا و هم من ذهنی کسی را که مثل خاک تشنه است را می‌تواند سیراب کند.

ما همچو آب در گُل و ریحان، روان شویم
تا خاکهای تشنه ز ما بردهد گیا
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰

پس من بجای تقلید و تجربه حس ملامت خود، به آب زندگی نیاز دارم. خدایا کمکم کن هر وقت که دیگران را به صورت جسم دیدم و یا به صورت جسم شناسایی شدم، بتوانم بلافاصله عذرخواهی کنم و بسوی تو برگردم. اینگونه است که مرکز دوباره از جنس زندگی شده و همان یک زندگی را درخود و دیگران می توانم دوباره ببینم.

آقای شهبازی در برنامه ۹۸۰ گنج حضور داستانی را از دفترششم تفسیر فرمودند. داستان طیب آگه ستار خو و رنجوری که امید صحت در او نبود. طیب که نماد خداست به رنجور که هشیاری ما در پایین ترین سطح تکامل است گفت هر چه دلت خواست همان را انجام بده. منظور طیب دل اصلی ما با مرکز عدم است. این به این معنی است که طیب دل دیگری را به رسمیت نمی شناسد. یعنی خدا، من ذهنی ما را به حساب نمی آورد. از خود میپرسم پس چرا من عقل محدود این من ذهنی را بیکار نمی کنم؟ مگر نه اینکه اصلا زندگی آنرا به حساب نمی آورد؟ به خود می گویم چطور است که من پاسبانی لازم را به موقع نمی دهم. حاصلش این است که با هر دمیدنی توسط هر ساحره ای چه من ذهنی ام و من های ذهنی بیرون، در بقای و تعمیر ناآگاهانه قدم برمی دارم.

پس ای خدا به من توانی بده که این پوسته من ذهنی خود و دیگران را کنار بزنم و همه را یک هوشیاری ببینم. انشالله

می دمند اندر گره آن ساحرات
الغیث المستغاث از برد و مات
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳

با سپاس فراوان
- شهناز از هلند