

حفظ دماغ آن مدمع بود
چونکه سهر باید یار مرا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

مدمع: گول و احمق
سهر: بیداری

در برنامه ۹۹۱ آقای شهپازی گفتند مدمع بودن را در خودتان ببینید. آیا مدمع هستید یا خیر؟ وقتی در ذهن هستیم و روی خودمان کار نمی‌کنیم، مدمع هستیم. اما وقتی به لطف اشعار زیبای مولانا روی خودمان کار می‌کنیم، کم‌کم با شناخت مدمع بودن عقل من‌ذهنی، جدا می‌شویم و از فضای بسته و منقبض ذهن به تجربه فضای انبساط واصل می‌شویم.

از خود سؤال کردم آیا من مدمع هستم؟ اعتراف می‌کنم که بله من مدمع هستم. و وقتی زندگی گذشته را به من نشان داد، دیدم بله بودم. مدمع بودم.

من مدمع بودم که براساس خواسته من‌ذهنی می‌خواستم در اسارت ذهن باشم.
من مدمع بودم که زندگی را در کف‌های روی دریا و نقش‌ها می‌دیدم.
من مدمع بودم که فکر می‌کردم زندگی در هم‌هویت شدن با خانواده، دوستان، فامیل است و هر فرد یا جسمی که با او ارتباط برقرار می‌کردم، او را در مرکز می‌گذاشتم.

من مدمع بودم چراکه آن‌چه که در مرکز گذاشتم، نسبت به حفظ آن‌ها در حرص و طمع دست و پا می‌زدم.
من مدمع بودم که باورهای غلط خود و آن‌چه به من رسیده بود، می‌خواستم آن‌ها را حفظ کنم.
من مدمع بودم که به نقش‌هایم چسبیده بودم و از آن‌ها دفاع می‌کردم.
من مدمع بودم که زندگی را تقدیم من‌ذهنی می‌کردم با ابزارهایی مثل سبب‌سازی، مسئله‌سازی، مانع‌سازی و دشمن‌سازی.
من مدمع بودم که عاشق مصنوع بودم.
من مدمع بودم که مرغ دیگران شده بودم و فکر می‌کردم شکارچی ماهری هستم، در صورتی که شکار شده بودم.
من مدمع بودم که یکتایی و بی‌نهایتی خودم را انکار می‌کردم، «الست» را منکر می‌شدم.
من مدمع بودم که نمی‌دانستم خدایت درونم در هر لحظه در کار جدیدی است و می‌خواهد مرا از من‌ذهنی جدا کند، مردگی را از زنده خودش جدا سازد.

من مدمع بودم که نمی‌دانستم من خود سر هستم، نه صاحب سر.
من مدمع بودم که از جسم‌ها حس امنیت و آرامش، آسایش، حمایت، قدرت، عقل می‌خواستم.
من مدمع بودم که از غیر خدا توقع و انتظار داشتم.
من مدمع بودم که با بدنم، با جنسیت، با ورزش، با علایقم، با دانش مادی هم‌هویت بودم.
من مدمع بودم که گدای تایید و توجه دیگران بودم و خود را با مرکز همانیده حقیر و خوار می‌کردم و به خواسته‌های من‌ذهنی خودم و دیگران مثل احمق‌ها تن می‌دادم.
من مدمع بودم چراکه اصلاً نه گفتن را بلد نبودم و از ترس از دست دادن دیگران، اجازه می‌دادم هر طوری که می‌خواستند با من رفتار کنند.
من مدمع بودم که احساس گناه و نالایی می‌کردم و از خلقت خودم راضی نبودم.
من مدمع بودم که حال خودم را به حال بقیه من‌های ذهنی و اتفاقات وابسته می‌دانستم.
من مدمع بودم که می‌خواستم دیگران را تغییر بدهم و خود را ناجی می‌دانستم.
من مدمع بودم که با عقل ناقص من‌ذهنی حس دانایی داشتم و حس بهتر بودن نسبت به دیگران و این که متفاوت هستم از دیگران و این که دیگران نمی‌دانند.

من مدمع بودم که اصلاً خودم را به حساب نمی‌آوردم.
من مدمع بودم که از دیگران فقط تقلید کردن را بلد بودم.
من مدمع بودم که خودم را با دیگران مقایسه می‌کردم.
من مدمع بودم که خشم و حسادت، کینه‌ورزی، خودخواهی، سودجویی را و مقاومت، ستیزه و قضاوت در خود داشتم.
من مدمع بودم که هیجانانی مثل ترس خشم و ناامیدی را مداوم تجربه می‌کردم.
من مدمع بودم که جمع بودن و یکتا شدن و روی پای زندگی ایستادن را در بیرون از خود می‌دیدم.
من مدمع بودم که از تنهایی و جدایی از من‌های ذهنی ترس داشتم.
من مدمع بودم که از عدم، از زندگی می‌ترسیدم.
من مدمع بودم که فکر می‌کردم باید نسبت به من‌های ذهنی متعهد باشم و هرچه آن‌ها می‌خواهند انجام بدهم.
من مدمع بودم که متوجه نشدم فرمانروایی این لحظه خدا است، نه من‌ذهنی من.
من مدمع بودم که فکر می‌کردم محکوم به ادامه این زندگی هستم و نمی‌توانم خودم را تغییر بدهم.
من مدمع بودم که فکر می‌کردم فقط این پنج حس و من‌ذهنی و جان جسمی هستم.
من مدمع بودم که خودنمایی می‌کردم و طاووسیت خود را به رخ می‌کشیدم.
من مدمع بودم که چاپلوس و زیاده‌گو بودم. عجز بودم. دروغ می‌گفتم، تظاهر می‌کردم به آن‌چه نیستم و نقش بازی می‌کردم، صبر نداشتم، شکرگزار نبودم، پرهیز نداشتم، نامتعادل بودم.
من مدمع بودم که قرینم همیشه اول من‌ذهنی خودم و بعد من‌های ذهنی دیگر بود.

من مَدْمَغٌ بودم که درد را به جان خودم و همهٔ هستی جاری می‌کردم.
من مَدْمَغٌ بودم که پندار کمال و ناموس و درد داشتم.
من مَدْمَغٌ بودم که نمی‌دانستم که کلمه‌ای به نام نمی‌دانم هم هست که می‌توان از آن همیشه استفاده کرد.
من مَدْمَغٌ بودم که مرکز همیشه پر از همانندگی بود.
من مَدْمَغٌ بودم که نمی‌دانستم در مرکز یک توهم را باردارم و باید به وسیلهٔ زندگی زایمان کنم.

با سپاس
زهرا، از تهران