

با سلام

معنوی نمایی من ذهنی

من ذهنی بسیار حيله گر و فريبكار است و با روشهای مختلفی ما را به دام می اندازد. دو نمونه از تجربه های معنوی نمایی ذهنم را با شما به اشتراك می گذارم:

۱- چند هفته ای بود که خیلی گریه می کردم. کلاً تبدیل شده بودم به کسی که اشکش دم مشکش بود. در کلاس گریه می کردم، پیغامهای دوستان را که می شنیدم و یا می خواندم گریه می کردم، در حین گوش کردن به برنامه گریه می کردم، حتی برای ساده ترین چیزها گریه می کردم. حتی انگار با پیغامهای بعضی دوستان هم شرطی شده بودم. مثلاً پیغامهای خانم مرجان در مورد هر چیزی که بود، مرا به گریه می انداخت. جالب اینجاست که این گریه ها را می کردم ولی وقتی به کارهای روزمره ام می پرداختم که باید پرهیزی می کردم یا فضاگشایی می کردم این کار را درست انجام نمی دادم و به راحتی در دام می افتادم .

تا اینکه داستان آن عربی که سگش داشت، از گرسنگی می مرد را خواندیم. آن فرد به جای اینکه به سگش نانی بدهد و از گرسنگی نجاتش بدهد، فقط داشت گریه می کرد و می گفت گریه مفت است و هزینه ای ندارد .

من با شنیدن این داستان شگفت انگیز حضرت مولانا به عینه این الگو را در خودم دیدم. من ذهنی ام با جاری کردن اشک در شرایط مختلف یک حس معنوی ظاهری به من القا می کرد و متقاعد می کرد که با گریه لطیف شده ام و یا لابد چون درونم خیلی صاف است کوچکترین چیزها مرا به گریه می اندازد. اما این داستان من را بیدار کرد که این اشکها در واقع دام من ذهنی است و ارزشی ندارد. ارزش کار اصلی همان جاهایی بود که باید فضاگشایی و پرهیز می کردم و نمی کردم. جالب است که بعد از این شناسایی، گریه هایم هم قطع شده است.

۲- مورد دوم از معنوی نمایی ام ابله می و سکوت بی جا بود. هفته گذشته تصمیم گرفتم به مناسبت عید نوروز به آرایشگاه بروم و تغییری در موهایم ایجاد کنم. ظاهراً آن روزها خیلی هم حالم خوب بود و به اصطلاح خیلی فضاگشا بودم. از یک سالن خیلی خوب وقت گرفتم و رفتم. وقتی آن خانم از من پرسید چه مدلی و چه رنگی می خواهی، من ذهنی ام که فکر می کرد خیلی فضاگشا است و حالش خوب است در همان لحظه با یک حالت مظلوم نما و ابله و انصوتادان به سراغم آمد و بهم گفت تو خیلی حرف نزن. خودت را بسپار به دست این خانم که خودش بهتر می داند. واقعاً خنده ام می گیرد از اینکه چگونه در آن سالن خودم را به نفهمی زدم و جوری به آن خانم نشان دادم که من از اصطلاحات آرایشگری چیزی نمیدانم. شما خودت استادی و من حرفی نمیزنم. جالب بود که زبانم این را گفت ولی من در عین حال در ته دلم می دانستم که چه چیزی می خواهم و چه مدلی نمی خواهم. اما انصوتوی بیجا مانع از این شد که حرفم را بزنم. خلاصه اینکه آن خانم حدود ۴ ساعت روی موی من کار کرد و من به خانه آمدم. ولی بعد از سه روز من ذهنی این طور به سراغم آمد که من این مدلی نمی خواستم .

وقتی درباره این اتفاق تأمل کردم متوجه شدم که واقعاً من ذهنی ام با معنوی نمایی و سکوت بی جا چه کارافزایی عظیمی کرد. آن خانم کارش را بلد بود و اگر من واقعاً خواسته ام را درست مطرح کرده بودم حتماً می توانست انجام بدهد. کاری

که من کردم مصداق همان حکایت کر و بیمار بود. اما در مورد کار من انگار لال و بیمار بود که من ذهنی من لال شده بود و حرف نزد و فکر می کرد آن فرد خودش می فهمد که من چه چیزی می خواهم.

درسی که از این ماجرا گرفتم این بود که مطرح کردن خواسته و درست حرف زدن از فضای حضور هیچ منافاتی با مرکز عدم ندارد و سکوت و شرم و حیای بی جای من ذهنی عواقبی جز کارافزایی نخواهد داشت.

با تشکر و احترام

زهره از کانادا