

تناقض های ذهن شماره «۱»

کز تناقض های دل پشتم شکست
بر سرم جانا بیا می مال دست
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۶۰

«پندار کمال برابر حس خودکم بینی»

"پندار کمال" یعنی، من در توهم من ذهنی ام، خود را کامل و بی عیب و نقص می پندارم و برعکس آن "خودکم بینی" یعنی، من در توهم من ذهنی ام خود را ناچیز و بی مقدار فرض می کنم. در ادامه این پیغام مواردی را می بینیم که چطور، ما در من ذهنی این دو حس متناقض را در کنار هم تجربه می کنیم و این دو، در واقع دو روی یک سکه اند.

علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای ذودلال
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

پندار کمال می تواند به شکل های متفاوتی ظهور پیدا کند.
صورت اول:

چون من می پندارم که کامل هستم، در خود نیازی به تلاش و یادگیری نمی بینم.

زان نمی پرد به سوی ذوالجلال
کو گمانی می برد خود را کمال
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۳

در نتیجه کاهلی و تنبلی می کنم و چون از انرژی زندگی در جهت رشد خود بهره نمی برم و قانون جبران را رعایت نمی کنم، دچار سرخوردگی و شکست های پی در پی می شوم؛ در اینجا حس خودکم بینی وارد عمل می شود و با ایجاد درد بر کاهلی و تنبلی من ذهنی دامن می زند و جبر ذهنی را ایجاد می کند و متأسفانه پندار کمال هم نمی گذارد که ایرادهای خود را شناسایی کنم و دائم دیگران، شرایط بیرونی، و حتی خدا را در سرنگونی خود مقصر می دانم، در نتیجه درد تولید می کند و رنج می برم.

هر که ماند از کاهلی بی شکر و صبر
او همین داند که گیرد پای جبر
هر که جبر آورد خود رنجور کرد
تا همان رنجوری اش در گور کرد
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸ و ۱۰۶۹

صورت دوم
چون می پندارم کامل هستم، می خواهم همیشه در مقایسه با دیگران برتر در بیایم، پس به شدت تلاش می کنم، البته تلاش های ذهنی. ممکن است در بعضی جهات به موفقیت هایی هم برسیم که این خود بر پندار کمال می افزاید، اما جاهایی که در مقایسه با دیگران موفق نیستیم، حس خودکم بینی و سرخوردگی به سراغم می آید. گاهی سبب می شود به افراد موفق حسادت کنم و این حسادت به نفرت و ستیزه و هیجانات مخرب و دردآور دیگر ختم می شود.

علت ابلیس آنا خبری بدست
وین مرض در نفس هر مخلوق هست
چون بشوراند تو را در امتحان
آب سرگین رنگ گردد در زمان
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶ و ۳۲۱۸

صورت سوم
چون می پندارم کامل هستم، پس خیلی می دانم! مثلاً می دانم که افراد مرتبط با من باید چگونه باشند، باید چگونه فکر کنند، و نباید چگونه حرف بزنند. دائم برای خودم، نزدیکانم و جامعه، باید و نبایدهایی تعیین می کنم، دیگران را کنترل می کنم، و بر خود و دیگران سخت می گیرم. به مرور زمان، افراد از من فاصله می گیرند و خود را از حصارهایی که در اطرافشان قرار داده ام می رهانند. ممکن است کلاً جدا بشوند یا دعوا و قهر بکنند، به این ترتیب تنها و سرخورده می شوم و باز هم حس حقارت و خودکم بینی، حس دوست داشتنی نبودن و درد و رنج بسیار، دامن گیرم می شود.

از دل و از دیده ات بس خون رود
تا ز تو این معجبی بیرون رود **شود خوانده می شود**
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵

متأسفانه فردی که دچار پندار کمال و در نتیجه حس خودکم‌بینی باشد، تمام این صورت‌ها را به نوعی و در جایی از زندگی‌اش تجربه خواهد کرد؛ (از من که عمری زخم‌خورده پندار کمال هستم، بپذیرید). مگر اینکه در همین لحظه، قدم اول را متفاوت از گذشته بردارد و این بار به جای انتخابِ من‌ذهنی‌اش، انتخاب خود را به دستِ خردِ بزرگان که از خردِ کل سرچشمه گرفته است، بسپارد.

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اندر اتقوا
چون نباشد حفظ و تقوا زینهار
دور کن آلت بینداز اختیار
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹ و ۶۵۰

-سمیه از تهران