

گویش ردو لعادو کارتوست
ای تو اندر توبه و میثاق سست
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸

بعد سه سال روی خود کار کردن و انداختن همانیدگی ها و پیشرفتی اندک، فراوانی زندگی شامل حالم شد، از حال خوب و برکات مالی و روابط خوب با همسر و بچه و خانواده اما متاسفانه با نقل مکان کردن به خارج کشور شروع کردم به زندگی خواستن از مکان جدید، انسانهای جدید و یا تحصیل و همانیدگی هایی در من بالا آمد مثل خودبتر بینی و من ذهنی من که پندار کمال از ویژگی های بارزش است، خود را کامل می دید و شک نمی کردم که اشتباه فکر و عمل می کنم، در نتیجه دچار ریب المنون های متفاوتی شدم چراکه دوباره با همسر و فرزندم و پولم و تحصیلم و محل زندگی همانیده شدم و از آنها شروع کردم تقاضای زندگی کردن و حس امنیت گرفتن و اشتباهات گذشته خودم را دوباره تکرار کردم و اشکال کار خود را متوجه نمی شدم، البته هم اکنون هم مسائلی که ایجاد کردم مانند مسائل مالی، خرابی رابطه با همسر و فرزندانم ادامه دارند و در حال تلاش برای جبران اشتباهاتم هستم، به یاری زندگی و آقای شهبازی نازنین و یاران معنوی.

از زندگی می خواهم به من توان فضاگشایی و عقل درستی برای جبران اشتباهاتم بدهد چون من با عقل من ذهنی خود و خانواده و فرزندانم را به سختی انداختم و با همانیده شدن دوباره با آنها به آنها آسیب زدم.

ای زندگی کمک کن که بتوانم اشتباهاتم را جبران کنم و از ذهن خارج شوم و فقط از تو حس امنیت و عقل و هدایت و شادی بگیرم.

ای زندگی کمک کن قانون جبران را در مقابل گنج حضور، خانواده ام و کارم رعایت کنم.

این اشتباه من در طی دوهفته اخیر باز با بهبود کمی از روابط تکرار شد و دچار قبض های شدیدی شدم، در هفته های گذشته باز هم هویت شدگی با همسر و بچه را در خود دیدم و از زیر انقباض هایی که در بدنم ایجاد شده بود، رو به همسر و فرزندم برای انرژی گرفتن آوردم و از این کارم پشیمانم.

از ویژگی های من ذهنی من:

۱. ردولعادو یکی از ویژگی‌های بارز من‌ذهنی من هست که تا کمی پیشرفت می‌کنم، منیت به من دست می‌دهد و باعث خودبینی و خودبرتر بینی می‌شود و فکر می‌کنم کسی هستم و دچار غرور کاذب من‌ذهنی می‌شوم که من هم بلام و از بقیه انسانها بهترم و باید جدا از انسانهای دیگر باشم که از طریق قرین به من آسیب نرسد، بی‌خبر که خودم بدترین من‌ذهنی را دارم.

۲. حسادت من که وقتی می‌بینم در کاری موفق نشدم و کس دیگری موفق شده من‌ذهنی من شروع به خودخوری می‌کند و یا شروع به ملامت خود می‌کند یا حرص ورزیدن و رقابت که باید من هم برسم مثلا به همسر، که البته این کمتر شده است.

۳. من‌ذهنی مدعی من که همیشه ظاهرسازی می‌کند و پنهان می‌کند ایرادهایش را مثل اینکه هنوز زبان نروژی یادنگرفته‌ام یا در رشته کاری خودم ماهر نیستم یا اینکه هنوز در رابطه با همسر و فرزندم دچار چالش هستم و هیچ‌کدام از ابعاد زندگی ام به خاطر بی‌عقلی من‌ذهنی و نتایج مسائل ایجاد شده در گذشته درست نیستند و درحال جریمه دادن و حل مسئله هستم و با کمک زندگی می‌خواهم ناظر این باشم که مسئله جدیدی ایجاد نکنم.

۴. من می‌دانم من‌ذهنی من؛ که با اقرار نکردن به وضع خراب مادی، معنوی، رابطه‌ای خودش و پنهان کردن آن می‌گوید من خودم میتوانم درستش کنم و من و خانواده‌ام را به قصاب می‌برد.

۵. من‌ذهنی گردن فراز من که با این همه درد و بی‌عقلی باز هم زمختی خودش را حفظ کرده است.

۶. من‌ذهنی معنوی من که برای راه معنوی راه و روش تعیین می‌کند و احترام به کن فکان نمی‌گذارد که کار اصلی من فضاگشایی دربرابر اتفاق این لحظه است.

۷. من‌ذهنی کاهل من که قانون جبران را رعایت نمی‌کند و زرنگ بازی در می‌آورد و زحمتی که باید بکشد را نمی‌کشد یا زحمت می‌کشد و آخرش که موقع نتیجه می‌شود من را به ناامیدی می‌اندازد و در قدم آخر کار را رها می‌کند و من را به کارافزایی می‌اندازد، مثلا من نتوانستم درس را در دانشگاه نروژ به اتمام برسانم و ویزای دانشجویی من باطل شد.

۸. من‌ذهنی سست و بی‌تعهد من، که هر وقت برنامه ورزشی می‌گذارم یا برای خواندن زبان و یا یادگیری یک کار تخصصی شروع می‌کنم، یک هفته خوب پیش می‌رود، بعد یک هفته سست می‌شود و تعهدش کم می‌شود و گاه گاهی به وظایفش می‌رسد.

۹. من ذهنی هپروتی من؛ که چشمش را رو به واقعیت جلوی رویش می‌بندد و به جای اینکه پیام آن را بگیرد و نقص را بفهمد و شروع به حرکت کند به توهّم می‌رود و خودش را مشغول به یک مسئله دیگری می‌کند.

۱۰. من ذهنی بی اولویت من؛ با پندار کمال به همه کار می‌خواهد برسد آخر سر هم به هسچ کاری نمی‌رسد و اولویت‌بندی در انجام کار ندارد و گیج می‌زند و دچار استرس می‌شود.

۱۱. من ذهنی بچه صفت من؛ من ذهنی که از بچگی از زیر مسئولیت کارهایش در رفته و گردن دیگران انداخته و راحت طلب و تنبل بوده و فقط در یک بعد که دوست داشته با پندار کمالش رشد کرده.

۱۲. من ذهنی خسیس من؛ که خوشی را نه به خودم و نه به دیگران، با ایرادگیری و قضاوت و عیب بینی و نادیده گرفتن تمام زیبایی‌ها و نعمت‌ها حرام می‌کند و با به تاخیر انداختن باعث کارافزایی شده و فرصتهایی که باعث موفقیت می‌شود را از دست می‌دهد و پروسه کارها را به استهلاک می‌اندازد.

۱۳. من ذهنی ترسوی من؛ تا چالشی پیش می‌آید به جای اینکه تامل و فضاگشایی کند، اول دست و پایش شروع به لرزیدن می‌کند و فکرها و دردها را فعال می‌کند.

۱۴. من ذهنی بی‌برنامه و نظم من؛ کاملاً شلخته و بدون برنامه‌ریزی است و برای همین وقتش هدر می‌رود و ظاهر آراسته‌ای ندارد.

۱۵. من ذهنی بی‌سواد من؛ حتی هیچ سواد برای اینکه چه تغذیه‌ای درست است و چه غذا و رژیم سالمی را باید رعایت کند ندارد و باعث شده من مشکل در جسم مخصوصاً دستگاه گوارش ام احساس کنم.

۱۶. من ذهنی کهنه گرای من؛ من ذهنی که چسبیده به الگوها و عقاید قدیمی خودش و به هیچ وجه update (آپ دیت) نمی‌شود، مثلاً با تکنولوژی روز یا با زبان جدید یا با فرهنگ جدید آداپته نمی‌شود.

۱۷. من ذهنی غم پرست من؛ بیشتر فکرهای غمگین می‌کند تا فکرهای شاد و قصد دارد فکرهای دردآلود را به یاد من بیاورد و باعث آشفتگی خواب و استرس من می‌شود.

۱۸. من ذهنی تنوع طلب من، اول کاری بسیار خشنود و پر انرژی جلو می‌رود ولی بعد مدتی دچار کسالت و دل‌زدگی می‌شود و ثبات قدم ندارد و در نتیجه همش از یک شاخه به یک شاخه دیگر می‌پرد و آخر هم هیچ نتیجه‌ای نمی‌گیرد، به خاطر همین من در طول زندگی خیلی کار عوض کردم، حتی رشته تحصیلی عوض کردم.

۱۹. من ذهنی ناسپاس و ناشکر من؛ تمرکزش روی نواقص و ایرادها بوده و همیشه دنبال پندار کمال و هر چه بیشتر بهتر بوده و به چیزی که داشته شاکر و راضی نبوده و سکون نداشته و در عجله و حرص برای به دست آوردن بوده و همین استرس زیادی به من وارد کرده و همیشه باید چیز جدیدی را از صفر شروع می‌کردم، به جای صبر و ادامه و تداوم و حصول نتیجه.

۲۰. من ذهنی وقت تلف کن من؛ در انجام کارها بسیار کند است و یک کاری که ممکن است با تمرکز نیم ساعته انجام بشود، سه ساعت طول می‌کشد و نمی‌تواند متمرکز روی یک کار شده و آن را سریع و با قدرت انجام دهد.

ای زندگی خودت به من توان بده تمام جبران های الهی را انجام دهم، ای زندگی خودت به من توان بده که صدق در زندگی داشته باشم، من اقرار می‌کنم که نمی‌توانم و نمی‌دانم، تا حالا هرکاری کردم با من ذهنی بوده، ای زندگی خودت پا در زندگیم بگذار و کمک کن، من می‌خواهم اشتباهاتم را جبران کنم.

با عشق و احترام

نرگس از نروژ