



با سلام

یکی از راه های شناختِ منِ ذهنی، توجه کردن به نشانه هاست. همانطور که سرماخوردگی جسمی نشانه‌ای مثل تب دارد، به تله افتادنِ هوشیاریِ حضورِ ما نیز علائمی چون دروغ گفتن، حسادت ورزیدن، ادعا کردن، ترسیدن و ترساندنِ دیگران را به همراه دارد که این نشانه ها به بیماریِ همانیدگی در مرکزمان اشاره می کند که نیاز به درمان دارد.

ما وقتی این علائم را در خودمان شناسایی کردیم، شروع می کنیم به کار کردنِ معنوی رویِ خود تا به واسطه‌ی فضاگشایی ما و کن فکانِ زندگی این بیماری درمان شود.

پس از طریق نشانه ها میتوان به مشکل پی برد. این روش در دو بُعدِ مادی و معنوی مصداق دارد. یک تجربه ی کاری را در این زمینه، بیان می کنم:

مدتی قبل در واحد حقوق و دستمزد سازمانی مشغول بکار شدم. مدیریت مالی دایما از خوب بودن اوضاع، تجربیات خودشان و اینکه چقدر اعضای تیم در امور مالی توانمند هستند، تعریف میکردند. اما جدا از این تعاریف، نشانه‌هایی وجود داشت که با این اوصاف در تضاد بود. مانند بی نظمی، عدم ارتباط بخش های مختلف مالی با یکدیگر، ساعات کار طولانی که نشاندهنده ی کار دستی بود نه سیستمی، به جای کنترل کردن خروجی کار افراد، با رفتارهایی چون عصبانیت و ترساندن پرسنل سعی در کنترل آنها داشتند تا بدین وسیله کارشان را درست انجام دهند. پس از گذشت چند روز کار کردن با سیستم به این نتیجه رسیدم که امکان ندارد با این وضعیت اشتباهی رخ نداده باشد، اما متوجه اشتباه نمیشدم. ایشان از من گزارشی را خواسته بودند و من چند روز بود که روی اون گزارش کار میکردم، تا اینکه با حالت تمسخر به من گفتند سرپرست قبلی ۵ دقیقه ای این گزارش را به من میداد و شما چند روز هست که درگیر این موضوع هستید، من با شنیدن این حرف هیچ واکنشی نشان ندادم و در جواب گفتم که درست میفرمایید، احتمالا من بلد نیستم با سیستم کار کنم، به همین دلیل چند روز دیگر هم به زمان نیاز دارم .

بالاخره اولین مغایرت خودش را نشان داد، همون قسمت را دنبال کردم، همینطور تعداد مغایرت ها بیشتر میشد، ۱۰ نفر ۲۰ نفر و به جایی رسید که مشخص شد یک اختلاس گسترده در این واحد رخ داده است و به نظرم آمد که دیگر این ایرادات قابل اصلاح نیست و نیاز هست تا نرم افزار مالی تغییر کند و اطلاعات ۵۰۰ نفر از ابتدا وارد نرم افزار جدید شود.

این اتفاق درس های خیلی زیادی برایم داشت از جمله اینکه کلیدِ رهایی از منِ ذهنیِ خودمان و دیگران، تنها بی واکنشی است و ما قرار نیست کاری انجام بدهیم بلکه کارها را خودِ زندگی انجام می دهد، تنها کارِ ما

فضاگشایی است و وقتی دیگران میخواهند به ما القا کنند تا ادعاهای بی اساسشان را قبول کنیم، از قبول نکردن و تفاوت دیدمان، نباید بترسیم.

مولانا در داستانی به این موضوع میپردازد که آثار و احوال بیرونی، درستی حرف ها را نشان می دهد و باید به این نشانه ها توجه کرد.

در این داستان می گوید:

فردی با لباسی کهنه از سفر میآید، دوستانش از روزهای دوری از وطن می پرسند، این شخص می گوید با اینکه دور از وطن بودم اما این سفر برای من بسیار فرخنده بود چون خلیفه ده دست لباس فاخر به من بخشید که صد مدح و ثنا نثار او باشد.

آن یکی با دلق، آمد از عراق
باز پرسیدند یاران از فراق

گفت: آری بُد فراق، الا سفر
بود بر من بس مبارک، مژده ور

که خلیفه داد ده خلعت مرا
که قرینش باد صد مدح و ثنا

مثنوی معنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۷۳۹ تا ۱۷۴۱

این شخص، مدح و ثنای خلیفه را از حد گذراند، ولی دوستانش گفتند اوضاع و احوال ظاهری تو نشان می دهد که هر چه که گفتی دروغ است و این شکرهایی که میگویی یا از کسی تقلید میکنی یا یاد گرفتی.

شکرها و مدح ها برمی شمرد
تا که شکر از حد و اندازه ببرد

بس بگفتندش که احوال نژند
بر دروغ تو گواهی می دهد

تن برهنه، سر برهنه، سوخته
شکر را دزدیده یا آموخته

مثنوی معنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۷۴۲ تا ۱۷۴۴

و باز دوستانش ادامه میدهند که فقط زبانت، شکر پادشاه را می گوید در حالیکه سرپای وجودت از او شکایت می کند.

گر زبانت مدح آن شه می کند
هفت اندامت شکایت می کند

در سخای آن شه و سلطانِ جود
مر تو را کفشی و شلواری نبود؟

مثنوی معنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۷۴۶ تا ۱۷۴۷

این شخص همچنان به دروغ گفتن ادامه می دهد که من هدایایی که از امیر گرفتم را میان نیازمندان تقسیم کردم و با بخشیدن مالم از خدا عمر طولانی گرفتم چراکه من فرد زاهدی هستم.

بستدم جمله عطاها از امیر
بخش کردم بر یتیم و بر فقیر

مال دادم، بستدم عمرِ دراز
در جزا، زیرا که بودم پاکباز

مثنوی معنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۷۴۹ تا ۱۷۵۰

دوستان این فرد که افراد زیرکی بودند به او گفتند:
مبارک است که مالت را انفاق کردی اما این دود و سوز درون سینهات از چیست؟ صدقه ای که دادی موجب برکت مال تو می شود پس چرا انقدر ناراحتی. چطور ممکن است که اندوه نشانه ی شادی باشد؟

پس بگفتندش: مبارک، مال رفت
چیست اندر باطنت این دود و تفت؟

صد کراهِت در درونِ تو چو خار
کی بُده آندۀ نشانِ ابتشار؟

کو نشانِ عشق و ایثار و رضا؟
گر درست است آنچه گفتی مامُضی

مثنوی معنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۷۵۱ تا ۱۷۵۳

از این داستان مولانا، متوجه میشویم که نتیجه ی کار معنوی می بایست در ظاهر و باطنِ ما منعکس شود نه اینکه فقط راجع به آن حرف بزنیم درحالیکه احوالمان هیچ فرقی نکرده است. پس اگر هنوز آثارِ منِ ذهنی در اعمال ما هست یا درست کار نمی کنیم و یا اینکه باید صبر کنیم تا اثر کارهایی که با منِ ذهنی انجام داده ایم از میان برود تا درنهایت به تمامیت و یکپارچگی وجودمان که یکی بودنِ فکر، حرف و عمل هست، برسیم.

با سپاس فراوان  

سمانه-تهران