

بند پنهان، اسیر گرفتن، اسیر شدن

هر باور، الگوی رفتاری، مقاومت، قضاوت، تصویر توهمی شخصی یا نوعی خاص از زندگی، بندی پنهان است که مرا به کسی، شرایطی یا جایی بند کرده. وقتی من با تصویر شخصی همانیده می‌شوم، بندی نامرئی بین من و آن فرد کشیده می‌شود و اگر آن تصویر توهمی ساخته و پرداخته ذهن باشد و بصورت عینی هنوز در زندگی‌ام وجود نداشته باشد، بطور کلی و عمومی با هر شخصی که می‌تواند به آن تصویر ذهنی نزدیک باشد این ارتباط و بند نامرئی ایجاد می‌گردد.

این بندها می‌توانند به فراخور درجه همانیدگی و اهمیت آن برای من ذهنی، مثل نخ‌های نازک باشند یا زنجیری فولادی و قطور و زمخت که شکستن آن به این راحتی‌ها ممکن نیست. حالا تصور کنید شبکه‌ای عجیب و درهم و برهم از نخ و کابل و زنجیر و ... که از من به بی‌شمار اتفاق، شرایط، زمان، مکان و آدم‌ها کشیده شده.

آیا با این همه سیم و سیم‌کشی که به راه انداخته‌ام، امکان حرکت و پویایی و بیرون آمدن از این آشفته بازار که مثل کلاف سردرگم شده امکان‌پذیر است؟ هر بندی که از من به دیگری یا شرایطی وصل شده باعث به اسارت گرفتن او می‌شود. من آن فرد را آزاد نمی‌گذارم. با همین بند نامرئی بطور مداوم و پیوسته در حال کنترل کردن او هستم و علاوه بر خودم، به او هم درد می‌دهم.

همانیده شدن با آدمها بسیار دردآور و خطرناک است. هیچ چیز در دنیا نیست که تمایل به در بند بودن داشته باشد. ذات هستی آزادی‌ست و جوهره آزادی در همه چیز قرار گرفته. حالا ما با چسبیدن به تصویری توهمی از شخصی یا کعبه آمال کردن او، ترس از دست دادنش و ...، بندی قطور از فولاد آبدیده به پای آن عزیز می‌بندیم و نمی‌گذاریم جم بخورد! و احتمالاً این را عشق می‌دانیم و شاهدیم روابطی به‌ظاهر عاشقانه که خیلی زود به قهر و درد و نفرت و جدایی منتهی شده است.

نکته ظریف این است که همانطور که ما در همانیدگی‌ها و الگوهای من‌ذهنی می‌توانیم بندی پنهان به پای کسی ببندیم و آن فرد را به اسارت درآوریم، اگر کسی با خود ما هم همانیده شود و ما با این اصل آشنا نباشیم، به او اجازه خواهیم داد قفلی محکم به زنجیری که به دست خود و ما بسته، بزند و ما را به اسارت ببرد.

باید حواسمان جمع باشد و با هوشیاری با افراد ارتباط برقرار کنیم. اثر قرین را دست کم نگیریم و مراقب باشیم که به اسارت گرفته نشویم و کسی را هم اسیر خود نسازیم. اما همان‌طور که در همین نوشتار مطرح شد آیا راهی برای خلاصی از این هزارتوی ساخته شده بوسیله من‌ذهنمان وجود دارد؟ آیا می‌توانیم خود را از بین اینهمه زنجیر بافته شده به این و آن و هزاران اتفاق خلاص کرده و دوباره طعم آزادی را بچشیم؟

بله هست، یک راه حل بسیار ساده، ساده‌تر از آنکه بتوان فکرش را کرد. فقط کافی‌ست دستمان را باز کنیم! سر همه طناب‌ها و زنجیرها در دستان خود ماست و این خود ماییم که سر زنجیر را محکم گرفته‌ایم و رها نمی‌کنیم. یک اراده فولادی کافی‌ست، یک حرکت، یک لحظه، یک نگاه صحیح و هوشیارانه. وقتی انگشتانی که محکم زنجیرها را گرفته از هم باز کنیم، خود زنجیرها از دستان رها خواهند شد و بر زمین خواهند افتاد.

شاید در ابتدا مقاومت و انقباض شدید در دستمان احساس کنیم و نتوانیم به راحتی انگشتان در هم گره خورده خود را از هم آزاد کنیم که این هم طبیعی‌ست. به دلیل انقباض و مشت بودن مداوم دست، دست تمایل به حفظ حالت خود دارد. هر چند که این حالت و انقباض و گرفتگی برای خودش درد ایجاد می‌کند و اثر فشار زنجیرها و طناب‌ها به راحتی روی دست قابل مشاهده است، اما اگر بخواهیم، اراده کنیم و لاجول و لا قوه الا بالله را عمیقاً و از ته دل به زبان بیاوریم، خواهیم دید انگشتانمان یکی پس از دیگری باز خواهند شد و زنجیرهای نامرئی یکی یکی رها و ما نیز آزاد.

این فقط ما نیستیم که آزاد می‌شویم بلکه همه افراد، اتفاقات، الگوها و باورهایی که در آن طرف زنجیرها بسته شده بودند نیز رها خواهند شد و شاید همین آزادی و رهایی تلنگری باشد برای آن افراد، تا آن‌ها نیز مشتشان را باز کرده و از همانیدگی‌ها خلاص شوند.  
ان شاء الله

-مریم از تهران-