

با عرض سلام

«هشیاری جسمی کار نمی‌کند.»

هشیاری جسمی چه بلایی سر ما آورده است؟ با تصویر داریم زندگی می‌کنیم، با توهم داریم زندگی می‌کنیم. همه‌اش با تصاویر ذهنی ارتباط برقرار می‌کنیم، همه‌اش فکر ما این است که دیگران چکار می‌کنند؟! چه کسی بهتر است؟ چه کسی بهتر کار را انجام می‌دهد؟ چه کسی بهتر از همه صحبت می‌کند؟ همه‌اش «تر» و «تر».

یک بار بنشینیم و با خود فکر کنیم که ما انسان‌ها چه فرقی با هم داریم؟ یک نفر سواد ندارد، یک نفر سواد دارد. آن شخصی که سواد ندارد، در ذهنش یک تصویر از آن شخصی که سواد دارد می‌سازد، به این صورت که آن شخص بالاتر از آدم‌های معمولی است و همه چیز را می‌داند. یک شخصی که پول دارد و یا قدرت دارد را در ذهنمان بزرگ می‌کنیم، به طوری که کل مردم فکر می‌کنند آن شخص فوق‌بشری است، در صورتی که آن شخص در واقعیت، کوچک‌ترین مشکل خود را نمی‌تواند حل کند.

من ذهنی اگر خودش چیزی برای پز دادن داشته باشد، هزاران تصویر ذهنی دروغین از خودش می‌سازد و همه‌جا وانمود می‌کند که واقعیت من عین این تصاویر است. اما اگر خودش چیزی برای قدرت‌نمایی و پز نداشته باشد، از انسان‌ها و یا حتی از مرده‌ها تصویر ذهنی می‌سازد و آن‌ها را می‌پرستد، و این قدر همان‌بده با این تصاویر است، که به این کارش افتخار می‌کند و با این کار ارضای می‌شود. بنابراین یک شخص را که حتی کارهای ساده خود را در بیرون نمی‌تواند انجام دهد را بالا می‌بریم، صرفاً براساس توهم. و او هم که سرتاسر زیر نفوذ من ذهنی است، هزاران تا خراب‌کاری می‌کند، فقط و فقط براساس توهم من ذهنی و هشیاری جسمی. این تصویرسازی و مقایسه و حسادت، کارهای من ذهنی است و ممکن است با ما به معنویت هم بیاید. همه‌اش به جزئیات توجه می‌کنیم، که چه کسی بهتر است و غیره.

از اشخاص تصاویر ذهنی می‌سازیم و مرکز ما می‌آیند و ما مدام با یک تصویر ذهنی سروکار داریم و زندگی این لحظه را هدر می‌دهیم، صرفاً فقط به خاطر یک چیز توهمی. خوب این تصاویر ذهنی موش‌گنده هستند، چرا؟ چون باعث می‌شوند که ما خودمان را ملامت کنیم، خودمان را دوست نداشته باشیم. با تصویرسازی فکر می‌کنیم که بقیه دارند زندگی می‌کنند و ما محروم مانديم.

ولی واقعیت چیست؟ واقعیت این است که هیچ خبری نیست. هیچ انسان سوپر استاری وجود ندارد. آن شخصی که در ذهنمان از او یک تصویر کامل ساخته‌ایم، یک انسان است مثل ما. اتفاقاً برعکس است. هرکسی که سعی می‌کند خودش را بیشتر مطرح کند و من من می‌کند، بیشتر درگیری من ذهنی دارد.

یادم است به خانواده‌ام می‌گفتم: نگاه به فلانی و بهمانی کن، که چه زندگی‌ای دارند! ولی زندگی ما به درد نمی‌خورد! همه‌اش تصویرسازی ذهنی بود و واقعیت نداشت.

اتفاقاً علت این که این همه محتاج رابطه با دیگران هستیم و سعی می‌کنیم خیلی نزدیک شویم و وارد جزئیات می‌شویم هم، همین است که فکر می‌کنیم خبری است و آن‌ها خاص هستند و اگر با آن‌ها آشنا شویم، زندگی ما بهتر می‌شود. ما قدرت و اختیار این را نداریم که اجازه ندهیم تصویر ذهنی دیگران، مرکز ما نیاید. پس بنابراین:

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اندر اتقوا
چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار
دور کن الت، بینداز اختیار
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت 649 - 650

چون نباشد قوتی، پرهیز به
در فرار لایطاق آسان بجه
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت 496

شاید بهتر است وارد جزئیات رابطه نشویم، که رابطه به توقع کشیده شود و ما از طرف مقابل تصویر ذهنی بسازیم و او را در مرکزمان بگذاریم!

با تشکر و احترام
فرشاد از خوزستان

