

به نام خدا

ویژگی‌های من ذهنی: عقده حقارت، عدم لیاقت و ارزشمند بودن، گدا صفتی و تایید و توجه گرفتن از بیرون و احساس کسر و کمبود و کمیابی اندیشی در درون. این لحظه کامل است و هر چیزی که در این لحظه در حال وقوع می‌باشد. تمام آدم‌هایی که هر روز می‌بینمشان، همه اتفاقات و شرایط، همه و همه در نهایت کمال خود در حال وقوع هستند. مگر می‌شود از کمال مطلق که همه چیز را ساخته انتظار نقص داشت؟!

این احساس نقص و کسر و کمبود از من ذهنی ناشی می‌شود. من ذهنی در درون به شدت احساس حقارت و کسر و کمبود می‌کند و از آنجایی که ناظر، جنس منظور را تعیین می‌نماید، پس وقتی دید من، دیدی من ذهنی باشد، بنابراین در همه چیز و همه کس کسر و کمبود و نقص خواهیم دید و هیچ چیز نخواهد توانست راضی کننده و در نهایت خود لذت بخش و شادی آفرین باشد.

یک مشکل ریشه‌ای در من ذهنیم شناسایی شده که در سه کلمه خلاصه می‌شود:

من هم هستم!

مسئله اصلی روی آن کلمه وسطی است: "هم". شاید اینطور دیده شود که اساساً "من هستم" من ذهنی ریشه‌ای و بنیادین و مشکل آفرین است، اما برای من، آن دو حرف "هم" سنگین‌تر شده، چرا؟ توضیح می‌دهم:

"من هستم" اعلام موجودیت من ذهنی است. ارائه فضل و ادب و کمال، پندار برتر بودن، بهتر بودن، بیشتر دانستن یا داشتن، قویتر بودن و ... را نشان می‌دهد. اما "من هم هستم" از یک درد مخفی از من ذهنی خبر می‌دهد، دردی که گویا من ذهنی باور کرده که دیده نمی‌شود، در میان هجوم من‌های ذهنی دیگر گم شده، کسی نمی‌بیندش، باورش ندارد، به توانایی‌هایش ایمان ندارد و ... و در یک کلام، "من هم هستم" یعنی عقده حقارت! دردی که هرچه بیشتر در وجود آدمی بماند و شناسایی نشود، ریشه‌دارتر شده و هزار و یک مصیبت با خود به همراه می‌آورد. مهم نیست چه اتفاقاتی باعث شکل گیری این احساس شده، مهم این است که باید ریشه این خار هرچه زودتر خشکانده شود وگرنه سراسر وجود آدمی را فرا می‌گیرد، چون کسی که عقده حقارت دارد خودش را حقیر می‌بیند، باور کرده دیده نمی‌شود، کسی قدرش را نمی‌داند، حتی اگر خودش را قربانی کند و برای رفاه و آسایش من‌های ذهنی دیگر هر کاری انجام دهد.

کسی که در درون احساس حقارت و دیده نشدن از طرف من‌های ذهنی دیگر داشته باشد خواه ناخواه احساس عدم لیاقت و ارزشمندی را هم یدک می‌کشد. اینکه فکر می‌کند او ارزشمند و لایق نیست مثل زهر همه وجودش را فرا می‌گیرد و هرآنچه در درون ریشه بدواند، در بیرون هم نمود عینی پیدا می‌کند، بنابراین حتی اگر اتفاقات به ظاهر خوب و ارزشمند برایش رخ دهند، چون او در درون خودش را لایق نمی‌داند، پس یا آن نعمات را پس می‌زند یا نمی‌تواند از آنها درست استفاده کند.

احساس حقارت درون باعث می‌شود فرد برای تسکین این احساس کسر و کمبود درونی، در بیرون دنبال تأمین و ارضای خود باشد. همینجا مشخص می‌شود کسی که احساس حقارت و عدم لیاقت و ارزشمند بودن می‌کند حتماً در درون احساس کسر و کمبود هم خواهد داشت و این کسر و کمبود را در همه اتفاقات، شرایط، آدم‌ها و این لحظه می‌بیند. حتماً در آدم‌ها عیب و ایراد می‌بیند، حتماً شرایط برایش نامناسب، نامساعد و پر از درد و مسئله و مشکل هستند. چون مشکل کسر و کمبود در او نهادینه شده و شاخ و برگ‌هایش در بیرون خودش را نشان می‌دهند و همانطور که گفته شد، ناظر جنس منظور را مشخص می‌کند. وقتی نگاه ناظر، نگاهی حاکی از کسر و کمبود باشد، ثروت تمام عالم را در مقابلش بگذارد باز هم یک جای کارش می‌لنگد!

پس عقده حقارت، احساس کسر و کمبود را در درون شکل می‌دهد. فرد برای تأمین احساس خود و کم کردن عقده حقارت و نمایش بی پایان "من هم هستم"، در بیرون شروع به گدایی از همه چیز و همه کس می‌کند و از هر طریقی سعی می‌نماید توجه‌ها را به سمت خودش سوق دهد تا به این ترتیب عقده حقارت تسکین یابد.

گدایی تأیید و توجه، مرکز توجه بودن، من کردن، نشان دادن خود به هزار و یک راه و روش مختلف، همه و همه گدایی کردن من ذهنی را نشان می‌دهد. گدایی کردن من ذهنی از بیرون و احساس کسر و کمبود درونی، رابطه‌ای دو طرفه با هم دارند و هر کدام دیگری را تقویت می‌کند و از آنجایی که گدایی از بیرون به هیچ عنوان درست و سازنده و راه حل اصیل زنده شدن به زندگی نیست، نه تنها فرد را اغنا نمی‌کند، بلکه شخص بیشتر و بیشتر گدا شده و باز این چرخه معیوب ادامه پیدا می‌کند و در پس زمینه، عقده حقارت و همان سه کلمه "من هم هستم" پابرجا مانده و قوی‌تر می‌گردد.

اما همانطور که اول این نوشتار بیان شد آیا قادر متعال که همه چیز در ید قدرت اوست و او را هیچ نقص و کوتاهی نیست، این لحظه و اتفاقاتش را ناقص و با عیب و ایراد خلق می‌کند؟ آیا می‌شود چنین تهمت ناروایی را به ذات پاک احدیت روا داشت؟! من ذهنی با عقل ناقص خود ممکن است هزار و یک ادعای عجیب بکند و حرف‌های گزافش تمام نشوند، ولی من در مقام انسانی که نور افکن را روی خودم نگه داشته‌ام و حواسم هست، رفتارها و الگوهای باوری من ذهنی را شناسایی کنم، آیا هنوز هم باید با الگوهای او عمل نمایم؟

آیا از این لحظه به بعد می‌توانم به خودم اجازه دهم، حتی در حد یک فکر ساده از ذهنم بگذرد که این لحظه و محتویاتش، هرچه که می‌خواهد باشد، ناقص است؟! یا آدم‌هایی که اطرافم هستند کسر و کمبودی دارند؟ نه، اصلاً امکان پذیر نیست. مهم نیست من ذهنیم چه حرف‌هایی تکرار می‌کند، مهم این است که زندگی در درون و بیرون من سراسر وفور نعمت و برکت و آسایش ارسال شده از جانب حضرت

حق است، نعمتی دمامد در منتهی علیه کمال خود، بدون هیچ عیب و نقصی. حتی اگر من ذهنی خودم یا دیگران، هزار عیب را از همین لحظه، اتفاقاتش، آدم‌های اطرافم یا همین نوشتار در بیاورند، فقط نگاه خواهم کرد بدون هیچ قضاوت و برداشت و خوب و بد کردنی.

حقیقتاً می‌خواهم از همین لحظه ناظری باشم که وفور نعمت و برکت الهی را در هر لحظه تمام و کمال می‌بیند، با گوشت و پوست و استخوان درک می‌کند و آگاه است که درونش هیچ کسر و کمبودی نیست که بخواهد برای تامین آن به گدایی کردن از بیرون متوسل شود.

ذات من در این لحظه کامل است و بی عیب و نقص، همانطور که تمام جهان و جهانیان.