

بالندکی روان با حکمت

مجید خرمی

بالندگی روان با حکمت

پیوند حکمت در ایران کهن با دانش روز روان

مجید خرمی



پارس کتاب

به نام فَرّ عشق و داد و پاکی
به نام آنکه حکمت آفرین است
به نام آنکه گوهر زاده اوست
به نام جان جان‌های دل افروز
به نام نور حق آن مهر تابان
به نام دولت دل آن یکی دوست

شکوهی از خرد، آن تابناکی
حقیقت راسرشت گوهرین است
که سرمستی جان از باده اوست
ستایشگر شویم او را شب و روز
امید و فَر به جان خسروانان
یگانه آرزوی جاودان اوست

مجید خرّمی

پیشکشی به:

فرهیختگان، خردمندان

استاد غلامحسین دینانی و استاد اکبر گلپایگانی

«ناتیا و پوریای گرامی»

سرشناسه	: خرمی، مجید، ۱۳۴۸ -
عنوان و نام پدیدآور	: بالندگی روان با حکمت: پیوند حکمت در ایران کهن با دانش روز روان/ مجید خرمی.
مشخصات نشر	: تهران: پارس کتاب، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۲۳۲ ص:؛ ۱۳/۵×۲۱/۵ سم.
شابک	: 978-600-97483-1-0
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: فرزادگی
موضوع	: Wisdom
رده بندی کنگره	: BD1۸۱/ع۴۷۲ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	: ۱۳۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۹۵۴۲۵۰



پارس کتاب

بالندگی روان با حکمت

مؤلف: مجید خرمی

صفحه آرایبی و طراحی جلد: سعیده نیکبخت

چاپ و صحافی: مهرگان

نوبت چاپ: اول؛ ۱۳۹۶

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۲۷۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۷۴۸۳-۱-۰

نشانی: تهران- خیابان انقلاب، خ ۱۲ فروردین، خ وحید نظری، پلاک ۱۰۵، واحد ۲

تلفن: ۶۶۹۶۳۱۳۲ نمابر: ۶۶۹۶۰۸۳۳

www.parsketab.org

Email:info@parsketab.org

فهرست

دیباجه	۱۱
فرگرد نخست (خرد و آگاهی، نفس و ذهن)	۱۵
فرگرد دوم (انسان سالم، پذیرنده حکمت، و آگاهی)	۴۷
فرگرد سوم (تعادل گفتاری، شنیداری، رفتاری و عاطفی)	۷۷
فرگرد چهارم (نگاهی به آسیب‌های روانی با خردپویا)	۹۳
فرگرد پنجم (آگاهی عاطفی و احساسی، عشق و ارتباط)	۱۱۱
فرگرد ششم (روند آگاهی در جهان رویاها)	۱۳۳
فرگرد هفتم (بن مایه خرد خسروانی در دانش نوین)	۱۴۳
فرگرد هشتم (خود آگاهی باروان گویا)	۱۹۵
فرگرد نهم (حکمت شفادر آوای آگاهی)	۲۳۱
فرگرد دهم (روند آگاهی یا ادراک، استوار بر خرد)	۲۵۵
فرگرد یازدهم (آگاهی بر مرگ در آهنگ زیستن)	۲۷۹
فرگرد دوازدهم (سهیم شدن و هم‌سخنی نویسنده باشما)	۳۰۱

دبیاچه

انسان سالم از سرشت برتر خویش آگاه، و یگانه آرزوی راستینی در خود می‌یابد که همانا پیوند به حقیقت یگانه خالق هستی است؛ تا به آرزویش دست یابد. این روند راه حکمت متعالی است.

«حکمت» شیوه‌ای رومند و بر پایه عقلانیت یا خردمندی در روند زندگی دارد که نقاط تاریک ناآگاهی را روشن، و هدفمند می‌نماید.

در گفتار پیش رو ایده یا تفکری تحمیل و تبلیغ نشده بلکه ذهن و دوگانه‌اندیشی آن را به چالش گرفته تا حکمت یگانه حاکم شود. و شامل نوشتاری در راستای حکمت یا خرد راستین است. بنابراین خدشه‌ای در باورها و احساسات خواننده وارد نمی‌گردد لیکن به شوق می‌آید تا با خودنگری، بر ژرفای وجودش خودآگاه شود.

تاریخ بشر نشان از زندگی بی‌ثبات و ناامن در جهان پیدا دارد. و انسان دریافته که این جهان پایدار نیست، پس در نهادش آرزوی آرامش و پایداری دارد.

بنابراین حقیقت‌گرایان زندگی با حکمت راستین راه، به جهت جاودانگی را برمی‌گزینند.

گفتار پیش رو استوار بر منطق (رواگویی)، گزیده‌گویی، دوراز گزافه‌گویی و خردپذیر است. فضای سخن فضای «سهیم شدن» در خودآگاهی بر پایه حکمت است. پس

«آزادی برداشت» برای همگان دارد. و در این راستا چنانچه هرگونه نارسایی در ارائه مطالب یا در گفتار دیده شد، به بلندای دانایی خویش، بزرگ منشی و بخشایش پیشه کنید.

«م. خرمی»

*** نکاتی مهم پیش از خواندن کتاب :**

چون در این مجموعه چکیده‌ای از شیوه درست در پندار و رفتار هماهنگ با حکمت آورده شده، و انسان را به گونه‌ای کل نگر و به دور از هر باوری و بدون داوری، نگاه می‌کند.

پس پیشنهاد می‌شود:

«مطالب در پیوند با هم هستند پس به گونه‌ای پیوسته و در فضایی آرام خوانده شود و هر بخش را به درستی درک، و با دریافت درست، به بخش دیگر درنگرید.»

*** بخش‌هایی از برای دانایان و اهل حکمت عالییه و می‌توان گفت:**

«یک یادآوری از برای ایشان است.»

بخش‌هایی نیز اشارتی حکیمانه و رازآمیز در خود نهفته دارد.

پس آرجمندان بر آنها ارج می‌نهند، و از نااهلان و نامحرمان دور می‌دارند.

«از او هر چه آندر خورد با خرد دگر باره رمز معنی برد»

«فردوسی»

چنانچه برخی جملات کمی پیچیده به نظر آمد، شکیباً باشید زیرا آن جملات همچون نسیم دانایی، نوازشگر نفس پاک می‌گردد چنانکه، دریافت درونی آن را نهاد شما پذیرا و ادراک می‌کند.

*** کلید ادراک (گیرایی) این مجموعه:**

در این گفتار نگاهی کل نگر از جایگاه حکمت و معرفت را بر آنچه که مرتبط با

سرشت انسان باشد، می‌افکنیم؛ تا در روند تعالی کمترین خطا یا کژی در گفتار، رفتار و کردار، بدست آید.

مطالب به دور از باورها و یا هرگونه مرزبندی، و فلسفه‌گرایی پیچیده بیان شده است. همچنین از دیدگاه‌هایی همچون:

معرفت‌شناسی (Epistemologi)، خردباطنی (Innerwisdom) معنوی (Spiritual)، روانشناسی (Psychology)، و نیز هستی‌شناسی (Ontology)، و گاه از ادبیات ساسکریت بهره گرفته شده است. (و تفکری تبلیغ نشده)

هدف شایسته حکمت رسیدن به برترین درجه هوشی است که با بهره‌گیری از آگاهی، به توان تشخیصی رساند و خطا و کژی را از کردار، دور می‌کند تا «دانایی و پابندگی» به ثمر آورد و تا عمل درست حاصل گردد.

در این راستا به عوامل گوناگونی که در زندگی آگاهی بهینه ساز است؛ مانند: (ذهن، رفتار، هنر، اراده و زمان، روایا، ازدواج؛ مرگ و...) نگاهی دوباره شده و مورد کنکاش قرار گرفته است.

اما برای دستیابی به سرچشمه آگاهی که از سرشت انسان برمی‌آید، بایسته سفری عمیق به درون است؛ تا دریابیم که چه سان در جهان دوگانگی یا تضاد ذهنی قرار داریم؛ و با شناخت و هماهنگی در پندار، گفتار و کردار، بر دوگانگی‌های ذهن، حتا در جهان روایا و... پیروز گردیم. و تا فرآیند نیروی توازن، در درون انسان حاصل و ادراک نشود، آگاهی و دریافت درستی در رابطه با روش زندگی سالم (مادی و معنوی) حاصل نمی‌گردد.

لیکن «حکمت یا خردورزی نقطه سوم در عملکرد انسان» است. برقراری توازن میان کارکرد «جسم و روان» «نیروی دوگانه» هستی را به چالش و آن راز تازش می‌اندازد. بنابراین «کنش یگانه» در کردار و پندار، پدیدار و سرنوشت‌ساز می‌گردد!

"خرد و آگاهی، نفس و ذهن"

«خرد زاینده آگاهی است که فر آیند آن دانایی می باشد.»

نور فرخنده خرد یا حکمت از تابشگاه آن یگانه یکتا است. گویی پیدایش هستی نیز از این نور فرخنده باشد. و آرزوی راستین و نهادهینه هر انسان هوشمند، گیرندگی پرتوهای این نور ناب است. زیرا هویت خود واقعی را در آن نمایان و روشنای راهش می کند. نور حکمت همان پرتو زلی را حمل می کند و راهبر و داور بزرگ است، راهبری که درون را از نادانی و تاریکی تهی، و سرشار از آگاهی و روشنایی می کند. لیکن معیار سعادت و رستگاری انتخاب عقلانی (گزینۀ خرد) در "چگونه بودن" و "چگونه زیستن" است. آنگاه که با آگاهی بلوغ رفتاری و عاطفی حاصل شود، گزینه ها نه بر پایه احساس و بازی ذهن، بلکه با آگاهی حکمت آمیز یا خرد انجام می پذیرد. گسترۀ خرد چنان است که در فیزیک نوین این واقعیت آشکار گردیده است که آگاهی در تمام ذرات و امواج هستی جریان دارد و تمام ذرات و امواج از اثر این آگاهی پویا، از همدیگر تأثیر پذیرند. چنانکه رابطه ای هم میان جایگاه اجتماعی افراد و سطح دانایی و شایستگی آنها هم دیده می شود. (مانند: شغل افراد با سطح هوشمندی آنان)

بنابر این از نگاه نگارنده:

«هدف حکمت در رابطه با انسان آگاهی بر خویش برتر است زیرا انسان درون هستی پرورش می‌یابد و حقیقت هستی از نهاد و گوهر او آشکار می‌گردد. چنانچه آگاهی راستین هستی را دریابد، با کشف هویت گمشده‌اش دارای هنری بزرگ شود.»

راه حکمت رشد می‌دهد و به موجب آن خطاها در رفتار درونی (مانند فکر) و رفتار بیرونی (اعمال ظاهری، کردار) کمرنگ‌تر می‌شوند.

خودآگاهی با حکمت، همراه با خودکاوی، بینش یا خردورزی را در احساس، ذوق، عشق، تفکر، اراده و... گسترش می‌دهد و دیگر عمل انسان خردمند، (عقل) هرگز از روی احساس و هیجان گذرا نیست بلکه با پردازش عقلی یا بخردانه، کارش را انجام می‌دهد!

نگاه ما نیز چنین است:

"هر واکنشی بدون اراده آگاهانه، چه در افکار و چه در کردار، امکان بالای عمل اشتباه وجود دارد!"

بسیار به جا است سخن حکیم بوعلی سینا (پورسینا) را آوریم:

"هر کس موضوعی را بدون دلیل قبول کند از دایره انسانی خارج شده است."

لیکن علم یا دانش نیز بر پایه قانون علت بایسته بنا شده، که همان قانون علت و معلول (Casality) به جهت رسیدن به نتیجه مطلوب است. پس عمل صحیح با پردازش عقلی و دلیل بایسته انجام می‌شود. یعنی دید علت عقلانی یا «دید آگاهی» می‌دهد.

انسان به گونه‌ای به درک و عمل درست دست می‌یابد که نخست روان را از آلودگی

و افکار ناخواسته پاک نماید و در هماهنگ با «هویت اصلی» با پیرامونش شود. چنانکه: در اسطوره حکیم توس کیومرث فرزند خویش سیامک را به دامان تاریکی فرستاد تا خویش برتر یا فرامن خود را باز یابد؛ اگر چه بدست فرزند اهرمن تاریک خو، کشته می‌شود اما فرزندش هوشنگ کار را تمام و کین پدر را از تاریکی می‌ستاند. و این یعنی انسان هوشمند به درون تاریکی وجود می‌رود تا «هویت گم شده خود» را باز ستاند.

پس انسان نخست هوشمندی، سپس، شناخت (معرفت، آگاهی) و از پی آن، هماهنگ با هستی، و در بالاترین ادراکات سرانجام به توان تشخیص رسیده و راه رشد و رسانی (تعالی) را در می‌یابد.

مقصود نگارنده ابتدا تصور انسانی هماهنگ و هوشیار با پیرامون است تا با رسیدن به حال و حالتی از بودن، که در آن حالت بتواند «اختیار، مسئولیت و توان» در افکار، رفتار و کردار، نیز احساسات، حتا رویاها، و... را در هر لحظه و موقعیت تحت فرمان اراده آزادش داشته باشد. زیرا انسان یعنی:

«گوهره ای دانا، که وجودش از هوش، ادراک و اراده است»

از این رویکرد شایستگی افراد در برابر هم نیز به میزان دانایی، بکارگیری خرد (آگاهی) در مسیر زندگی، نمود پیدا می‌کند.

بنابراین «حکیم یا خردمند»:

«دانای برتریست، که از ادراکات عالی و کارا برخوردار باشد.»

"هدف بزرگ خرد، تبدیل درک به عمل است"

شیوه درست در توان انجام اعمال به میزان بهره گیری از خرد است. بنابراین اگر

پندارگاه یا ذهن از سلامت و توازن برخوردار باشد تفکری عقلانی، سلامت، پویا و منطقی پدیدار می‌شود. و در سایه آگاهی و عقلانیت آرامش و رضایت می‌یابد و کمتر به اشتباه می‌افتد.

در روند زندگی چه بسیار، نگرانی‌ها، ترس‌ها، رنج‌ها و اندوه‌ها وجود دارد که علت اصلی بوجود آمدن آنها نیازها یا خواسته‌هایی است که افکار به آنها حیات می‌دهند. و شاید مسبب اصلی خود افکار، و داوریهای ذهنی آن است! و آن عامل رهایی بخش هم آگاهی است.

آنچه که سبب کسب آگاهی می‌گردد بینش آدمی است. یعنی نگاه‌ها و واقع‌بینانه، بدون پیشداوری و تأثیرپذیری، ادراک درست از خویش و پدیده‌ها را در لحظه می‌دهد که به آن لحظه بصیرت گویند. این فرآیند حاصل هوشیاری کامل انسان از درون به بیرون است. وجود آدمی از تن، روان و پردازشگری زاده روان و بدون خستگی و از کار افتادگی به نام ذهن (پندارگاه) تشکیل شده است.

ذهن با آنچه برخورد کند به گونه‌هایی "پیش‌داوری" و یا به آن «معنا» می‌دهد و مانع ادراک یا دریافت درست حتا از یک رویداد می‌گردد. زیرا ادراک مربوط به ذهن نیست بلکه در حوزه روان و آنچه به نام روح دانایی و دل آگاهی آدمی است رخ می‌دهد.

(ذهن، روح، روان، دل، نفس، نفس ناطقه، شناخت، آگاهی، دانایی، خرد، عقل، فرشته؛ و... معنا و مفهوم خاص خود را دارد که به درستی آنها را بیان می‌کنیم)

اما خبر خوب اینکه، با تمرین نگاه آزاد، و بدون «پیش‌داوری» یا «معنی‌گذاری» می‌توان از عادت و طبیعت قضاوتگر ذهن رها شد و بسوی «بینش صحیح» راهی درست یافت.

برای نمونه اگر با هر کسی در ارتباط هستیم بجای اینکه او را با نام، شخصیت و باورش در ذهن بنگریم؛ او را تجلی آگاهی هستی و بخشی از گوهر انسانی نگاه کنیم درک بهتری از آن شخص داریم، دریافت ما را از فرد مقابل یا موضوع برخورد، تغییر

و رفتار و عمل درست را برابر او انتخاب می کنیم. زیرا که:

"داوری بدون «توان تشخیص» مانع درک صحیح است"

یعنی شیوه نگرش آزاد به خود پدیده دریافت هوشمندانه و درستی می دهد. حتا برداشت از تجارب و تصاویر کهنه و از ناخودآگاه، که لوح ژنتیک فکری ما از آن زاده شده، ادراک غیر واقعی می دهد. بنابراین از نگاه نگارنده :

"فکر نمی تواند عامل آگاهی و هوشمندی باشد."

ما قادر به شناخت کامل ماهیت فکر نیستیم. اما درک می کنیم که: خاستگاه اندیشه آدمی، ذهن، و کردار از افکار تبعیت می کنند. پژوهش ها نشان از این دارد که احساسات و عواطف نیز ریشه ذهنی دارند. حتا بسیاری تفکر را پژوهشی درونی و در رابطه با عمل درست گویند:

"خوب فکر کن!"

■ پرسش اهل حکمت:

- با این همه افکاری که در ذهن داریم به نتیجه ای می رسیم؟!
- در این راستا چند پرسش ساده مطرح است:
- * آیا ذهن شلوغ و پر از احساس می تواند درست فکر کند؟
- * آیا ما به ماهیت فکر شناخت و اراده کامل داریم؟ و یا نیروهایی حاکم بر ذهن افکار ناخواسته را برای ما می سازند؟
- * آیا افکار وارد شده درست عمل می کنند؟ یا همیشه ماهیت نو داشته و مسائل

به وجود آمده را می‌توانند با روند زمان حل کند؟

* چگونه می‌توان تشخیص داد که فکر، خطا نخواهد رفت؟

پرسش بزرگ همگان:

* چرا این اندازه افکار در سر داریم؟

* چگونه می‌توان از تازش این افکار ناخواسته رها شد؟

* ریشه و سرچشمه افکار و هدف هجوم آنها چیست؟

(در بخش‌های بعدی توضیح خواهیم داد که عاملی ناپیدا، و نفوذی از بخش تاریک ذهن

می‌تواند بر بخش پردازشگر مغز اثرگذار و سازنده افکار آن باشد.)

تفکرات آدمی بیشتر استوار بر ناخودآگاه، است و آنچه زایش از خودآگاه (هوشیار)

دارد همچون درون یابی یا شهود (Intuition) به واسطه کنش جان آگاه جلوه‌گر

می‌گردد. این مرتبه ای است که روان شکوفا و امکانی بر «پندار پویا»، هماهنگ با

«خرد پویا» می‌گردد. و به گفته آلبرت انیشتین:

“از برترین نوع علوم، دانش شهودی است.”

* از نگاه فلسفی انسان به آنچه که هست، «آنچه می‌شناسیم» می‌تواند فکر کند

نه آنچه که نوین باشد و شناختی به آن ندارد؛ یعنی آنچه که «نمی‌شناسیم» افکار

ما را به آنچه پیشتر دانستیم می‌برد. پس:

“نمی‌توان ناشناخته‌ای را با افکاری که ریشه ناخودآگاهی دارند و پیوسته به

گذشته و آینده می‌پردازند، بشناسیم!”

بنابراین:

«خلاقیت یا آفرینش ماهیتی نو دارد و عامل فکر در آن نمی‌تواند حضور

داشته باشد»

افکار و ایده‌های کهنه از ناخودآگاه تراوش می‌کند که از نادانی و ناآگاهی حاکم بر

ذهن انسان (نیروی تاریک) حاصل می‌شود. و از این جایگاه است که ناآگاهی و نابخردی حضور می‌یابد.

❖ آدموند هوسرل:

"کسی که پیش پنداشت‌هایش رازها نکرده نمی‌تواند به معرفت و حقیقت برسد".

«اگر بر افکار و گفتگوهای درونی اراده‌ای نباشد (که از ناخودآگاه کهنه سرچشمه گرفته) آنها با ماهیتی دوگانه برما خواهند تاخت. مانند: (خوب و بد، زشت و زیبا، باید و نباید و...)»
«بر این پایه افکار دوگانه توان خلاقیت یا آفرینش ندارند.»

روان سالم {در لحظه، یگانه و خردپذیر}، عمل می‌کند تا کارا و خلاق شود. خلاقیت با ذهنیت دوگانه زمینی هماهنگ نیست پس ذهن پویا در پیوند با جهانی برتر (هوشمندی) می‌تواند خلاق و کارا شود. اندیشه‌ها، احساسات، تصاویر، و کلماتی در ناخودآگاه ذخیره و ضبط شده است و در پردازشگر مغز، (تجاویف دماغ) در لحظه ای بررسی و وارد گفتار و رفتار می‌شوند.

"احوال و احساسات نیز تحت تأثیر افکار قرار دارند"

جسم هم پاسخی در برابر ذهن و افکار سالم و پویا دارد که یکی از آنها ترشح ماده شیمیایی در مغز به نام Neuropeptid نوروپتاید است این ماده سلامتی بخش و مفید شروع به ترشح نموده، و سلامت، هوشیاری و انرژی را افزون می‌کند. در مقابل با حضور افکار و احساسات نامناسب، کهنه و تکراری، شروع به سرایت دادن نوع زبان بار آن در سطح بدن می‌کند که کاهنده انرژی هستند.

از سوی دیگر احساسات، و عواطف نادیدنی، بر عملکرد مغز و ذهن اثر می‌گذارند. و اگر بار این افکار سالم و آگاهانه باشد سلامت روان را تضمین و بر جسم، که تابع روان شده است هم تاثیر می‌گذارد.

پس بهداشت ذهن مرتبط با سلامتی است و چنانچه بینش آگاهانه نباشد پدیده Mind over body یعنی حالتی که ذهن بدن را کنترل می‌کند. بیماری‌های همسان را امکان حضور می‌دهد.

نخستین ادراک از راه احساس است که گاه با ترس، گاه با عشق همراه است که گویی از تحلیل آنی ذهن حاصل می‌شود. که از پیش به آنها در ناخودآگاه معنا داده شده است.

«عواطف و افکار باید بر آگاهی و عقلانیت (خردورزی) استوار و همچون فرآیند خود آگاهی نو باشد.»

در این مجموعه می‌آموزیم احساسی که بدون معنا (چم) پذیری از ناخودآگاه باشد، درست است. آنچه بایسته است دارا شدن «ظرافت دید و تیزی نگاه بیدار و هوشیار» بر جهان درون است.

از آنجا که احساسات هم مانند افکار ما را کنترل می‌کنند بنابراین باید سرشت آدمی پاکی، درستی و معنا بگیرد. چنانکه با هوشمندی پرده از ظاهر معانی احساسات برداریم تا در ژرفای باطن معانی احساسات در ما آشکار گردد. (دیدگاه شویم)

«اگر هوشمندی به معنی گرای که معنی بماند به صورت بجای»

«سعدی»

"نگاه درست و خوب گوش کردن درک مستقیم درونی است"

«پس باید از پیش فرض های ذهن رها و خالی شد تا ادراک حاصل شود.»

اینکه پدیده‌ها را «درست ببینیم و بشنویم» کاری بس دشوار است. زیرا ذهن چون

به کلمات و تصاویر معنا داده و به آنها شرطی شده است. و به عادات ناخوشایندش واکنش نشان می‌دهد خطاپذیر هم می‌شود. پس بدون دآوری به خویش نگاه و گوش کنیم

* آیا تا به حال به خودتان گوش کرده‌اید؟

مولانا گوید: «بشنو از نی چون حکایت می‌کند!» مقصود از نی «روان گویا»، نفس ناطقه یا نور برتر نهاد است. چنانچه انسان مانند نی توخالی باشد بر او «دریافت درونی» رسد. و از این آگاهی پذیرنده گوهر و فرهی پاک می‌شود.

«با چشم دل بنگرید و با گوش جان هوشمندانه بشنوید»

نگاه درست به هستی و شیوه زندگی مهم است نه اینکه چگونه باید باشد که «من» از آن لذت ببرم، این آغاز رنج بزرگ است. آموختن درست بی پروا مانع تجربه بی‌هوده است. هنگامی که در حال آموختن هستیم در «پذیرش» و بسوی بهتر زیستن گام بر می‌داریم. و مجبور به «قبول» چیزی نیستیم! زیرا در پذیرش رهایی روان نهفته است و در این آگاهی ذهن آرام است و دآوری هم نمی‌کند.

«آگاهی حالت نو دارد، و هرگاه از افکار رها باشیم به میزان شکوفایی درون (نهاد خود آگاه یا همان کرانه دل) آشکار می‌شود.»

در این گفتار می‌آموزیم که با دستیابی به بینشی هوشمندانه، عمل یا کنشی خودجوش که از نهاد ما برمی‌آید که همزمان در بیداری و خواب حکمتی همراه ما می‌شود که برای نمونه رویاها صادق و گمان ما در بیداری به واقعیت پیوند می‌خورد. مانند اینکه به ناگاه به یاد کسی می‌افتیم و بعد او را می‌بینیم. در حکمت عملی

هم کارا شدن هوشمندی همانا زبان «خرد زرین» (راز گویا) در آنی آشکار می‌شود. خودآگاهی با بینش یا بصیرت است زیرا خود اصلی ما آزادانه، بدون الگوبرداری، و درک می‌کند. در این رابطه، کسی نباید الگو یا ایده‌ای خاص برای ما ساماندهی کند زیرا با گوهر انسانی هماهنگ نیست.

حکمت با زبانی نهانی گوید که با کشف من متعالی، می‌توان من مادون را که دارای رنج‌ها، خطاها، تضادها، ترسها و... درون خود شناخت و با شهامت بر آنها مسئولیت‌پذیر شد.

در حکمت خودآگاهی، الگوی ذهنی از «من»، سد بزرگ معرفت و آموختن است. و نیازی مربوط به ذهن نابالغ را حمل می‌کند. ولیکن دارا شدن توان شناخت با آگاهی مرتبط با کرانه دل است. در پیشگاه خرد حضور «من» قابل پذیرش نیست. مولانا آموزد که:

«نردبان این جهان ما و نیست عاقبت این نردبان افتادنیست
لاجرم هر کس که بالاتر نشست استخوانش سخت تر خواهد شکست»

"کار بایسته خودآگاهی و کشف خویشتن است."

زیرا:

«خودآگاهی پیش زمینه خداآگاهی است.»

در زندگی و رویدادهای آن امنیتی نهفته نیست پس بسیاری ترسهای نهانی در این رویدادها بیدار و آشکار می‌شود.

تأکید حکمت بر این است که پیش از آن که عامل ترس ما را غافلگیر کند، و بر ما پیروز شود آنها را کشف و درست درک کنیم. هر اندازه از ترس و نگرانی‌ها گذر کنیم از خطاها دور می‌شویم. هر اندازه شخص بی‌پروا و نترس باشد از بازی ذهنی دور می‌شود حتا از شکست‌های زندگی هم پروا ندارد و مانع از تعالی و رشد او نمی‌شوند

زیرا شهامت را برمی گزیند.

بنابراین:

« با فکر کهنه نمی توان مکاشفه کرد، و یا ترسی را شناخت، و یا آگاهی کسب نمود و خلاقیت داشت.»

اما خطر بزرگ این است که تصاویر کهنه درون ناخودآگاه، که مبدل به اندیشه شده به یک ایده و باور مطلق درآید؛ که آن پایه گذار قضاوت ذهنی و تحلیل نادرست عقلی می شود!

” افکار ناخواسته همراه با احساسات، شوق شناخت را می زدایند و گاه پایه گذاره ایده ای می شوند که فرد را به بند تعصب می کشد“

دانش نوروساینس مشخص نموده که کسانی که بر ایده ای تعصب پیدا کرده اند، در تصویر F.MRI دچار آسیب و اختلال، در ساختار سلولی مغز هستند. مولانا گوید:

«سختگیری و تعصب خامی است تا جینی کار خون آشامی است»

گاه ایده ها نیز حاصل افکار کهنه اند و ممکن است از پشتوانه خرد و پویایی آن برخوردار نباشند. (یعنی ذهن متضاد ایده را درونش دارد)

اگر «ایده» مقدم بر «عمل» شود، آنرا تبدیل به عکس العمل می کند. ایده ها همانند بسیاری از باورها و تفکرات، مشکلی را از بشر حل نکردند چرا که مانع بینش آزاد و درک درست واقعیت هستند. و جالب این که وابستگی و ترس از رها شدن از ایده و باور عامل حفظ آنها است.

نمونه حکمت بدون فکر در یک درخت پیداست آن برگ و میوه می دهد اما فکر

نمی‌کند، بلکه استعدادش را دارد. آیا انسان قادر نیست خردپذیر باشد و دیگر از فکر ناپویا رها شود؟ (البته اندیشیدن همراه با پویایی و کشف است)

برخی بر این باورند که تصاویر در افکار شما توانایی خلاقیت دارند. و یا آرزوها را خوب بیان کنید تا روزی آنها را ملاقات کنید! و گویا گواه عقلانی یا آزمایشگاهی هم ندارند.

آیا شما نیز بر این باورید؟ و به همین سادگی؟!

با کدام انرژی؟ آیا واکنش به کار ذهن نیست؟

«آیا خود افکار و ایده پردازی‌های ذهن مانع رشد و ایجاد رنج درونی ما نیستند؟ زیرا افکار تکرار دانسته‌ها است نه دریافت نوین!

نگاه پویای خرد گوید:

«با بهره‌گیری از ساختار کهنه، نوگرایی میسر نیست!»

«یادآوری برای خردمندان:

"افکار کهنه و اکتسابی، تهی از آگاهی نو، می‌باشند. پس انرژی و پتانسیل خلاقیت هم ندارند؛ خلاقیت نوین و به عواملی چون، انرژی، آگاهی، چیرگی بر زمان، عبور از ذهن مادون، و تجلی آتش عشق و اشتیاق، و در نهایت ارتعاش فرد، بستگی دارد."

بنابراین اکنون در می‌یابیم:

«تصاویر و افکار ذهنی قدرت آفرینش در خود را ندارند.»

«سهرودی:

"تمامی مقولات فکر اضافی است مگر جوهر و کیفیات آن"

بخش بزرگ افکار ما «سایه باطنی افکار والدین» را حمل می‌کنند یعنی شاید ما آنگونه فکر می‌کنیم که والدین ما آنگونه می‌پنداشتند. بخش دیگر مربوط به اکتسابات و خواسته‌ها است که به هر روی افکار کهنه مانع خلاقیت یا آفرینش هستند.

و نکته مهم اینکه :

مسلط شدن بر دوگانگی ذهن هنری است که هوشمندان را از نگرانی‌ها و اضطراب رهانده، به نقطه کنشگری قرار می‌دهد.

می‌توان تجلی آفرینش را در نفس بر سه ضلع استوار دانست؛ مانند:

(نخست) خداوند اعظم، (دوم) انسان، (سوم) هستی،

یا گذشته، حال، آینده و یا جسم، روان، نفس یا پدر، مادر، فرزند آن ضلع یا «خط سوم» را در کنش خودش بعنوان انسان خردمند، می‌توان «خلق» نمود و بطور طبیعی احساس خوب داشت.

❖ نکته:

هوشمندان در پی تفکیک افکار مثبت و خوب، یا منفی نیستند آنان به "چگونه اندیشیدن و درست فکر کردن" و نیز پویا کردن آن می‌پردازند. به گونه‌ای که حاصل آن "نوآوری" باشد.

مثبت اندیشی نوعی «خودفریبی» است! چرا که:

"هر اندازه بکوشیم مثبت فکر کنیم بر پایه دوگانه انگاری جهان هستی (ثنویت)

همزمان افکار منفی را نیز حمل خواهیم کرد."

ماهیت ذهن دوگانه‌اندیش بودن آن است پس باید به پشتوانه توان (اراده، یازش) در عمق روان قرار بگیریم تا توان پویا نمودن افکار را در سطح ذهن بدست آوریم. ذهنی سالم است که خالی از افکار کهنه باشد تا امکان دستیابی به دامنه خرد را بدهد که به پشتوانه روان یگانه نگر شویم. در واقع مثبت اندیشی نمایشی ظاهری است که مغز را عاداتی و اثری موقت در حال دارد؛ که حرکت کارا و جوهری نیست. پس مثبت اندیشی کارا و مؤثر نیست.

از سوی دیگر ذهنی که از "انرژی فریبنده و گذرا" پُر شود خطر، خطا و توهم زایی هم بالا می‌برد پس انرژی سالم باید اثری پایدار برجای گذارد.

«راننده‌ای که هیجانی و شیدای تصوراتش می‌شود و دیگر صحنه‌ای از تصادف را نمی‌بیند و درک نمی‌کند.»

لیکن دارا بودن هوشمندی و پاکی پندار، گفتار و کردار مهم است که به سادگی و با خلوص احساس خوبی را ایجاد کند. تا قادر به غلبه بر عادات کهنه و بصیرت بر افکار و کردار داشته باشیم. یعنی خود را (آگاهی) بدست افکار و ذهن بی‌هدف نمی‌کنیم. که این با تصمیم و نمایش به مثبت اندیشی بیهوده متفاوت است.

«بینش آزاد و هوشیار بودن به افکار هنری بزرگ است.»

هوشمندان روان را بر مرکب افکار بیهوده نمی‌سپارند تا در تلاطم بیهوده آن گم شوند زیرا به ناکجاآباد برده و حاصلی جز تضاد ندارد و نیز از انرژی‌های درون می‌کاهد. مولانا:

"اندیشه‌ات جایی رود، و آنچه تو را آنجا کشد"

پس بر آن باشید که عنان افکار را در دست بگیرید، چرا که بیشتر افکار مزاحم و ناپاک، مانند: قدرت طلبی، تفکر بر ثروت‌اندوزی، هواها، تعصب‌ها، فشارهای روانی و... چیزی جز مانع عشق و آزادی نیستند.

و یگانه آرزوی انسان هم با رهایی از هر هیاهو و دوگانگی در نهایت رسیدن به یگانگی با آن یگانه است. نکته ظریف این است که:

«با رهایی از ذهن شلوغ، پرتو حقیقت آشکار می‌گردد.»