

جستارهایی در زمینه خودشناسی / سیزدهم: آسیب های خود شناسی

آسیبهای خود شناسی

همانطور که آگاهی پیدا کردن از هر فن و حرفه ای عیب و حسن های خود را دارد و بسته به اینکه این آگاهی در دست چه کسی باشد، نحوه بهره برداری از آن فرق می کند، خودشناسی هم از این مقوله جدا نیست و آسیبهای خاص خود را دارد.

در اینکه عصبیت ها چسبیده اند و به این زودیها دست بردار نیستند بحثی نیست، چون فرد با این ساختار ذهنی به تعادل رسیده است و هر تغییری تعادل ذهنی وی را به هم می ریزد، ولی فردی که مرتب تمرینها را انجام می دهد به تدریج رشد کرده و از نظر روحی ارتقاء می یابد.

-فردی که شروع به خودشناسی می کند با شناخت تیپهای عصبی شروع به کنکاش و تشخیص اینکه چه کسانی مهر طلب، برتری طلب، و عزلت طلب هستند می کند.

-در حالیکه هنوز خودش درست متوجه نشده که هر تیپ عصبی چه مشخصه ای دارد، سعی می کند دیگران را با آن آشنا کند، که معمولاً اشتباه بیان می کند.

-اگر مهر طلب است فقط می پردازد به دیدن برتری طلبی های خودش و در نتیجه به مرور زمان در مهر طلبی های خودش راسخ تر و عمیق تر می شود.

-اگر برتری طلب است فقط می پردازد به دیدن مهر طلبی های خودش و در نتیجه به مرور زمان در مهر طلبی های خودش راسخ تر و عمیق تر می شود.

-عزلت طلب هم که کلاً نسبت به هر تغییری ترمز دارد.

-به همین دلیل با توجه به تجربه ای که در کلاسهای متفاوت داشته ایم عمیق تر شدن هر یک از عصبیتها را دیده ایم، به همین دلیل در کلاس خود دائم یا آوری میکنیم که پیوسته در هر فرد هر سه نوع عصبیت وجود دارد و فقط شدت و ضعف داشته و بسته به موقعیت تغییر وضعیت می دهد.

-فرد سالها به کلاس خودشناسی می آید همه مطالب خودشناسی را حفظ است و به راحتی در مورد هر یک کنفرانس می دهد ولی محض رضای خدا حتی یک بار یکی از تکنیکها را تمرین نمی کند. نه یک واکنش سنجی کرده، نه یک باور سنجی، نه یک رنجش زدایی. حتی تمرین توجه به زیباییها و حسن جویی و مثبت اندیشی نکرده و همچنان موجودی است غرولندی و نق نقو. دائم دنبال اینست که از دیگران، کار و زندگی و محیطش عیب جویی کرده و حال خودش و دیگران را خراب می کند که چرا مطابق میل و سلیقه او و باورهایش نیستند، درحالیکه خودش را آزاد اندیش و دموکرات هم می داند.

-با جدیت به کلاس می آید ولی فقط برای اینکه از میزبان کلاس برای اثبات عقاید و باورهای خودش تأیید بگیرد. اگر تأیید گرفت یا میزبان را هم عقیده خودش کرد فبه المراد، در غیر این صورت سعی می کند میزبان را ارشاد کند.

-به کلاس می آید برای اینکه از آن به عنوان تربیونی برای تبلیغ افکار و عقاید خودش استفاده کند.

-وقتی وارد جمع خودشناسی می شود فکر می کند که اعضای آن از فرشتگان آسمانند و قبل از اینکه در مورد آنها تحقیق و مطالعه کند به ایشان اطمینان کامل می کند.

-فکر می کند خودشناسی کار آدمهای شکم سیر است، و یک آدم انسان و مردم دوست مثل او باید به اعضاء کلاس حالی کند که این رسم انسانیت نیست و به یک کار مفید تر پردازند.

-وقتی مطلبی راجع به یکی از تکنیکهای پنا یاد گرفت فکر می کند که یا این عصبیت در او نیست و یا همینکه این مطلب را یاد گرفته آن عصبیت در او از بین رفته است و تمرین نمی کند. در حالیکه آنچه که ما را هدایت و راهبری می کند دانسته های ما نیست بلکه الگوهای ذهنی تمرین شده از زمان کودکی است که فقط با تمرین و جایگزینی الگوهای صحیح تغییر می کند.

-سعی می کند که مطالب را در ذهنش بررسی و حل و فصل کند و از نوشتن که کلید حل مشکلات و رفع عصبیتها است فرار می کند.

-اگر مهر طلب است تمرین مهر می کند آنقدر که حتی به خودش اجازه نمی دهد که برنجد. طرف دایم به او دروغ می گوید و کلک می زند و سرش کلاه می گذارد و او فقط تمرین مهر می کند.

-اگر برتری طلب است از خودشناسی در پی آنست که در همه زمینه ها بهترین باشد.

-اگر سلطه جو است از خودشناسی به عنوان ابزاری برای سلطه جوییهای آگاهانه تر استفاده می کند.

-اگر برتری طلب است از تکنیکهای خودشناسی برای بهتر ابزار ساختن از دیگران استفاده می کند.

-وقتی تکنیکهای خودشناسی را یاد گرفت، انتظار دارد که دیگرانی که خود شناسی نمی کنند طبق اصول خودشناسی عمل کنند.

-همینکه به کلاس می آید، هر چند که تمرین نمی کند و حتی هنوز مفاهیم برایش جا نیفتاده، به خودش حق می دهد که در زندگی دیگران دخالت کرده و به ایشان راهکار نشان دهد.

-به کلاس خودشناسی می آید چون بالاخره یک دو سه ساعتی وقتش می گذرد و سرش گرم می شود ولی دقتی بر گفته ها و مطالب و تمرین ها ندارد و در طول هفته به کل یادش می رود که تمرین چه بود و یا اصلاً" بحث کلاس در چه زمینه ای بود.

تنها چیزی که از خودشناسی بهترین نتیجه را به دست می دهد:

تمرین

است