در حضور 2000: عشق به خود, بدون قید و شرط

با جفری میشلاو

متن فیلم – نواندیشی مجاز با جفری میشلاو

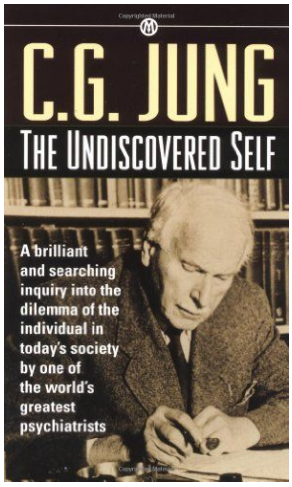
www.newthinkingallowed.org

در تاریخ 1 مارس 2018 ثبت شده است

در تاریخ 2 مارس 2018 در یوتیوب منتشر شده است

Copyright © 2020, New Thinking Allowed Foundation

(00:33)
سلام من جفری میشلاو هستم. بیش از سی سال پیش در شرکتی به نام "امگا سمینارز" که به دست شخصی به نام جان بویل پایه گذاری شده بود , به عنوان مربی کار میکردم
او در زمینه طبیعت انسانی موفق به کشف جالبی شده بود که همین نکته بعدها در رشد شخصیتی من نقش مهمی را ایفا نمود. اگر بخواهم این کشف را فقط در چند کلمه خلاصه کنم می شود چنین گفت: خود دوستی بدون محدودیت ، یا عشق بدون بدون قید و شرط به خود .



(01:05)
هر یک از این کلمات مهم هستند. بگذارید با کلمه "خود" شروع کنیم, چرا که بسیاری آن را به خودخواه بودن تعبیر میکنند. یا اینگونه می اندیشند که اگر کسی عاشق خود باشد لاجرم, انسان مغروریست. البته که این منظور ما نیست. من واژه "خود" را آنگونه به کار میبرم که کارل گوستاو یونگ به کار میبرد. منظور نه "خود ظاهری" بلکه "خود به معنی عمیق کلمه " است. به تعبیر دیگر , منظور همان روح یا آگاهی زیربنایی ماست , که در هر یک از ما انسان ها, شاهد و ناظر بر حس خودآگاهی ما میباشد , به سخن دیگر همان ذات ملکوتی .
این پدیده (خود) چنان پهناور , چنان اساسی و چنان عمیق است , که ما به هیچ وجه بر حدود آن واقف نیستیم. حتی شاید برخی اینطور اظهار کنند که ما همه گی در یک "خود" شریک هستیم .

(01:56)
معنی "بدون قید و شرط" در این عبارت دقیقا همین میباشد: چنان خود را دوست بدارید , چنان حس گرما بخش و مثبتی نسبت به خود داشته باشید , که بر آن هیچ حدی نتوان متصور شد. به عبارت دیگر: مهم نیست که چه می اندیشم , چه حسی دارم یا چه می کنم : میتوانم عاشق خود باشم. معنی این سخن این نیست که من قادر به بهبود نیستم یا از هر گونه انتقاد فراتر و مبری میباشم, به هیچ وجه! . من در هر روز از زندگی ام قادر هستم به طرز سازنده ای به سوی بهتر شدن گام بردارم. در عین حال متوجه کاستی ها , اشتباهات و سو تفاهمات خود هستم.
من مطمئن هستم که چیزهای زیادی در زندگی من وجود دارد که باید آنها را تحمل کنم یا در آنها اصلاحاتی انجام دهم. اما این باعث نمی شود که من از عشق بی قید و شرط به وجود عمیق و معنوی درونم پرهیز کنم. وجود معنوی عمیقی که هستم.

(03:05)
عشق بدون قید و شرط ... در این عبارت کلمه "عشق" ممکن است دشوارترین باشد. منظورم این است که ما از این کلمه آنقدر استفاده می کنیم که به تعبیری تقریباً از معنی تهی گشته است . جالب اینکه این کلمه را در نام خانوادگی من حضور دارد ، (اشاره به میشلاو : لاو به معنی عشق). می توانید بگویید این یک معضل است ، یک چیز عجیب است. اما ، ما می دانیم که مخالف عشق چیست. بسیاری

از ما در پاره ای از جهات از خود نفرت داریم ، واقعاً برخی از خصوصیات خودمان را دوست نداریم. و ، این یک چیز غم انگیز است . نه تنها ناراحت کننده , بلکه غیر ضروری نیز هست. هیچ دلیل منطقی برای گذراندن زندگی ,در عین تنفر از خود وجود ندارد. بیایید افراطی ترین مثال را بگیریم : آدولف هیتلر. آیا هیتلر سراسر آکنده از نفرت بود؟
این یکی شاید از آن موارد بسیار بغرنج باشد, اما ، من میخواهم به شما متذکر شوم که حتی هیتلر با وجود رفتار بد خود ، در لایه های عمیق وجودی اش , یک بعد معنوی پاک و بی آزار دارد.

(04:25)
من می دانم که هضم و پذیرش این مسئله برای برخی از افراد دشوار خواهد بود. رک و پوست کنده بگویم ,من از کسی نمی خواهم آن را قبول کند . چرا که این احتمالاً مثال بسیار غامضی است. اما ، من به هرحال از آن استفاده می کنم. خوشبختانه ، خود هیتلر این فیلم را مشاهده نخواهد کرد. همه ما چیزهایی داریم که باید در زندگی خود تحمل کرده و اهتمام به تصحیح آنها داشته باشیم. اگر کسی احتمال تناسخ و زندگی های گذشته را در نظر بگیرد وچنانچه شما برنامه های مختلفی از سری "نو اندیشی مجاز" را مشاهده کرده باشید ، می دانید که شواهد تجربی زیادی وجود دارد که از مفهوم تناسخ , پشتیبانی می کند. پس بر این اساس ، همه ما در جنایات و کارهای ناروایی شرکت کرده ایم : زیرا تاریخ بشریت سرشار از جنایات متعدد ، در کنار سایر موارد است.

(05:24)
اکنون، قصد دارم چشم اندازی از آگاهی را به شما پیشنهاد کنم که بسیار بزرگتر و گسترده تر از تناسخ است. و این همان مفهومی است که در مفهوم آگاهی کیهانی مجسم شده است. هوشیاری کیهانی نشان می دهد که ما با همه چیز یکی هستیم. اینکه ما , همه کس هستیم - گذشته ، حال و آینده - و هرکه تاکنون زندگی کرده است. بنابراین قیاس ، در درون هر یک از ما, هیتلری وجود دارد. در حقیقت ، ممکن است کسی به معنای واقعی کلمه بگوید ، هر بار که نفس می کشد ، مولکول هایی را تنفس می کند که در واقع از نظر جسمی ، به معنای واقعی کلمه ، نه تنها توسط آدولف هیتلر بلکه توسط هر کس دیگری که تا به حال در تاریخ بشریت زندگی کرده ، تنفس شده است.
این چیزیست که ما هریک در درون خود داریم.

(06:14)
بنابراین ، ممکن است به یک معنای عمیق بگوییم که عشق به نفس فقط عشق به خود شخص نیست بلکه عشق به همه و همه چیز ، عشق به کل جهان است. عشق به کل جهان. مهم نیست که چه اتفاقی بیفتد ، مهم نیست که چند سیاره منفجر شود و نابود شود ، مهم نیست که چند ابرنواختر وجود داشته باشد ، یا چند کهکشان با هم برخورد کنند ، یا چه تعداد بی عدالتی صورت گیرد.

روانپزشک فوق العاده دکتر استانیسلاو گروف در کتاب خود با عنوان "بازی کیهانی" جنبه ای را توصیف کرده است ، که در آن, ما می توانیم از همه احساسات متعارف انسانی خود پیرامون چیزها فراتر برویم ، و فقط در یک لحظه با جهان به عنوان یک کل , درآرامش باشیم.

(07:18)
این ممکن است بسیار ایده آل و غیرممکن به نظر برسد ، اما کاری که من می کنم ، اینست که به شما پیشنهاد دهم که از تکنیک های خاصی که برای ورود به حالت عشق بی قید و شرط به خود وجود دارند ، حداکثر استفاده را بنمایید.

(07:39)
اولین چیزی که باید در این زمینه به آن توجه داشته باشید ، افکار و اندیشه هایی است که در ذهن خود قرار می دهید ، و به خودتان می گویید ، چرا که هر اندیشه یک موجود معنوی پر جنب و جوش است. هر فکر یک نیرو دارد ، یک قدرت دارد ، اما ما نیز انتخابی داریم. لازم نیست افکاری را که در ذهن ما می گذرد بپذیریم. ممکن است فکر منفی نسبت به خود داشته باشیم ، مثل اینکه : آه ، من خیلی احمق هستم. اینگونه افکار هر از گاهی برای بیشتر ما اتفاق می افتد. باید چنین افکاری را حذف نمود.

شاید ، من قبلاً احمق بوده ام ، یا شاید من کاری احمقانه انجام داده ام که باید تصحیح شود ، اما من ، خودم ، خود عمیق من ، (نه نفس ظاهری من)، احمق نیست. خود عمیق من بسیار واقعی است ، در حقیقت ، به طرزی باور نکردنی عاقل است ، چنانکه در تخیل نمی گنجد .

(08:39)
تمرین این کار در ابتدا آسان نیست. به نظر می رسد گرفتن این افکار و تغییر آنها تقریبا غیرممکن است. اما در واقع ، (و من در قسمت بعدی "در حضور" به این کار خواهم پرداخت) ، در واقع تکنیک خود هیپنوتیزم بسیار عمیق و بسیار قدرتمند است و با کمی تمرین ، تبدیل به رفتاری طبیعی برای ردیابی این موارد منفی می گردد و سپس میتوان دستور به حذف یا تغییر هرگونه فکری داد. ما در واقع زندانی افکار هستیم.

(09:12)
ما در یک وضعیت فرهنگی فرهنگی زندگی می کنیم که در آن با ایده هایی همچون: "من نمی توانم این کار را بکنم" و "این غیرممکن است" یا "من خیلی جوان هستم" یا "من خیلی پیر هستم" یا "من خیلی ضعیف هستم" یا "من خیلی قوی هستم" یا "من متعلق به این گروه از افراد تحت تعقیب و آزار و اذیت هستم" احاطه شده ایم. ، (در مورد خود من مصداق این امر ، بودن جزو گروه محجور "فراروانشناسی" است). دیگر مصداق این امر ممکن است نژاد ، دین شما ، ملیت شما ، یا جنسیت یا اندازه بدن شما باشد. هیچکدام از این موارد نباید ما را محدود کند. همه آنها قابل غلبه است.

(09:50)
همانطور که گفتم، ما در زندانی زندگی میکنیم که در آن که همه چیز غیر ممکن پنداشته میشود. جایی که فکر می کنید: "چگونه می توانم بدون قید و شرط خودم را دوست داشته باشم؟" من به شما می گویم ، می توانید ، ممکن است. برای این مرحله فقط سعی کنید این فکر را ، به عنوان یک امکان در نظر بگیرید و به یاد داشته باشید که آموزش های بیشتری در این زمینه وجود خواهد داشت ، زیرا من سعی می کنم به شکل روزانه این بخش های کوتاه "در حضور" را تولید کنم. و همچنین ، به یاد داشته باشید که آنها طراحی شده اند تا به ترتیب مشاهده شوند ، از اولین شروع. به همین دلیل آنها را شماره گذاری کردم - این شماره دو است.

(10:32)
زیرا ، بر این باورم که ایده عشق به خود بی قید و شرط بسیار اساسی ، عمیق و بسیار مهم است. وقتی می توانید وارد این وضعیت شوید و بدانید که حال شما خوب است ، مهم نیست که - فلج شده باشید ، بیمار باشید یا استرس شدید را تجربه کنید - همچنان می توانید در حالت عشق به خود باشید. در طول آزمایشات و سختی های شخصی ام - چه بزرگ چه کوچک ، به این امر رسیدم که در دسترس است و این تکنیک کوچک و این دانش اندک برای من از اهمیت زیادی برخوردار بوده است. و بنابراین ، من اکنون آن را با شما به اشتراک می گذارم. چیزهای بیشتری برای آینده وجود خواهد داشت. ممنون که با من بودید. (11:30)

(Translation by: Sasan Nasernia)

New Thinking Allowed Foundation



Supporting Conversations on the Leading Edge of Knowledge and Discovery with Psychologist Jeffrey Mishlove

Visit our YouTube Channel for More Videos