

مرکز پنجم

مرکز پنجم بزرگترین مرکز بدن ما می باشد. این مرکز مابین مرکز چهارم (قلب) و مرکز ششم (پیشانی) قرار گرفته است. وظیفه آن کنترل و تحریک عضلات صورت، بینی، دهان، زبان، گلو و قسمتی از پوست بدن است، ما به هر چیزی که فکر می کنیم، توسط کلام خویش آن را آشکار و بیان می نماییم، آهنگ صدای ما هم به طریق افکارمان عوض میشود. اگر افکار ما با خشم همراه باشد یا یک فکر منفی یا فکر مثبت و سازنده از نظرمان عبور بکند، آهنگ صدائی که از دهان ما خارج میشود، به همان طریق خشن، عصبانی و یا ملایم می باشد. بینی ما در دم و باز دم همراه با آهنگ صدایمان به ما نشان میدهد که ما عصبانی و یا ترسیده ایم. خودتان حتما متوجه شده اید و قتی که کسی می ترسد نفسش تندتر میشود دستهایش سرد شده و حالتی پیدا می نماید که هر آن می خواهد فرار کند اگر کسی در این حالت حرف بزند کلماتش منقطع و اکثر جملاتش کامل و واضح نمی باشد برای اینکه ترس یا خشم وجود او را فرار گرفته است. کارگاه تولید ترس در مرکز چهارم می باشد، یا مستقیماً از مرکز چهارم روی ما اثر میگذارد (رجوع شود به مرکز چهارم) و یا قادر است توسط کانال چپ به طرف بالا و پایین حرکت نماید. اگر به طرف بالا یعنی مرکز پنجم حرکت کند ما احساس گناه میکنیم. اگر به طرف مرکز سوم حرکت نماید ما احساس عذاب وجدان و ندامت می نماییم. اکثراً همه این سه حالت با هم روی ما اثر میگذارند. دلیل بارز آن این است که ما خیلی مسائل را قبول یا آنها را رد میکنیم بدون اینکه به آن توجه خاصی داشته باشیم یا اینکه توجه ما به آن اندازه قوی نیست که بتواند همه واقعیتها را درک نماید. ناگفته نماند که کارگاه تولید توجه ما کبد (چیتا) می باشد. ولی کم و یا زیاده روی در آن باز، در مرکز پنجم نمایان میشود. برای درک این موضوع ما بایستی در دوران کودکی خویش بازنگری نماییم.

ما از کودکی عادت کرده ایم که در مقابل سنتها و رسومات مخصوص خانوادگی، جامعه یا سنتهای تاریخی و فرهنگی خاموش باشیم در مجالس عمومی آرام و بدون هر گونه اعتراضی بنشینیم، تمامی مغز ما را با اینگونه تربیتهای پُر کرده اند دیگر جائی برای توجه (چیتای) ما باقی نمانده است. به خاطر هر اتفاقی که در خانواده اتفاق افتاده است، ما را سرزنش نموده اند والدین ما برای اینکه از رفتار ما خجالت و سرافکنده نشوند با لقب های زیادی مثل (سر به هوا) یا امثال این تمثیلهای قوه خلاقیت را در ما کشته اند و متأسفانه چنان قدرت تشخیص واقعیت را از ما گرفته اند که ما قادر نخواهیم بود، حداقل مسائل کوچک را هم، برای خودمان تجزیه تحلیل نماییم، حالا برای بررسی درست یا غلط بودن این نوع تربیتهای مثالی می آوریم. ما در قضاوت نیاز به تمامی آنچه در نهادمان ذخیره شده است، داریم. نهاد ما پُر از ترس، احساس حقارت، حسد و پُرازشرمندهی و خجالت است، نهاد ما حاصل تنبیه ها، سرزنش ها یا اعمال زوری دیگری است، و قتی که ما ترس خویش را با اینگونه چیزها مقایسه می کنیم، عذر بدتر از گناه میشود یا احساس عصبانیت، یا احساس ندامت و گناه می کنیم، یا اینکه یک حالت بی توجهی، بی علاقهگی، بی میلی مخصوصی به ما دست میدهد. مثلاً در مدرسه کافی است که قصه ای را برای ما تعریف نمایند که با ترس و با تنبیه و سرزنش همراه باشد علائم بر وی شود (مرکز پنجم) آشکار میشود. ما به خودی خود بدون اینکه بتوانیم آنرا کنترل نماییم از کوره در می رویم، عصبانی و ناراحت میشویم. یا مثل خیلی از مطالب روزمره فرهنگ ما که در خیلی محافل بحث و بررسی میشود که شما هم خیلی آنرا شنیده اید متأسفانه تعریف شب اول قبرانهم با انهمه اب و تاب که مطرح می کنند، آنرا برای ما اینطور توصیف می نمایند که اگر در آن شب معروف مقدار صوابهای ما کمتر از گناههای ما باشد، آنوقت گرفتار ملکه عذاب خواهیم شد، بعداً هم در روز قضاوت روانه جهنم میشویم. در پایه این قصه یک ترس نهفته است که آن بخودی خود تبدیل به گناه و عذاب یا صواب روز رستاخیز شده است، بدون اینکه ما متوجه شویم آن ترس بطور ناخود آگاهی در سوپر آگو (مخزن شروط بدن ما) ما جایگزین می شود و از آنجا دائماً ما را تحریک به عصبانیت یا احساس گناه و ندامت میکند، اینگونه افکار هیچ سودی برای ما ندارد. بلکه باعث آن می شود که، ما نه به ارش روحی دست پیدا کنیم و نه به خدا برسیم. بلکه ما را با این نوع کلمات از وجود همچون عزیزی دور و بیگانه می کند اینگونه افکار ما را وادار می کند که دائماً از خود فرار کنیم و در هراس، نفرت، کینه، انتقام و عصبانیت زندگی نماییم. روزی میرسد که ما به همه چیز بی اعتناء میشویم و از آن به بعد گم شده ای بیش نیستیم. علت اساسی خودکشی جوانان چه در کشور خودمان و یا در دیگر کشورها غربی، همین عصبانیتها و احساس گناه دائم و دائماً از خود فرار کردن می باشد. در چنین آتسفری و در چنین فضائی ما در کجا هستیم؟ در جهنم یا در بهشت؟ حتماً در جهنم هستیم، اینطور نیست؟ ما دیگر نیازی به شب اول قبر نداریم، زندگی روزمره اکثر مردم جهان عرصه محشر و روز قیامت است، دیگر ما نیابستی واهمه ای از آن داشته باشیم که شب اول قبر صواب یا گناه

داشته باشیم. ما نمیدانیم چکار میکنیم و شروع می‌نمائیم عیب خویش را در وجود دیگران جستجو کردن و اشخاصی که در خط ما نباشند به آنها پرخاش می‌نمائیم یا به آنها با چشم حقارت نگاه میکنیم، یا برعکس عصبانیت خود را جلوی رئیس خویش طور دیگری وانمود میکنم، در مقابل ارباب رجوع خویش سعی ما بر این است که گریه شویم، اما در پوست پاره بیگناه، یا سعی می‌کنیم که خود را به نوع دیگری به مردم نشان بدهیم. بدین صورت که ما، فقط به فکر مردم و خدمتگذار آنها هستیم و کارهای ما همه فی سببیل الله می‌باشد. با این کار، یواش یواش تعصب که مقوی‌ترین غذای مرکز پنجم ماست، در زندگی ما ریشه می‌کند. ما در مقابل بعضی از اعمال حساسیتی بخصوصی نشان میدهیم، همه چیز را خیلی جدی می‌گیریم، همه چیز را تا آنجا که ممکن است برای خود و خانواده خویش مشکل می‌کنیم، ما نمی‌توانیم بخندیم زیرا که خندیدن از نظر چنین شخصی یا از نظر چنین قانونی صحیح نیست، نمی‌توانیم برقصیم و شادی کنیم، زیرا که گناه دارد. یا آنکه باعث میشود که مردم ما را سبک بدانند، از آن به بعد به ما بی‌احترامی می‌نمایند. هر فیلم ایرانی مخصوصاً فیلمهای قدیمی را که تماشا می‌کنیم، بدون شک یک قلندر یا کلاه مخملی آنجاست که او همه چیز را با قدرتش سروسامان میدهد. شما هرگز قلندر و یا پهلوان خندان دیده‌اید؟ چرا! برای اینکه آنها فکر میکنند که خندیدن باعث سبک شدن ایشان در جامعه مخصوصاً در جائیکه زندگی میکنند خواهد شد. البته قلندری فقط در فیلم هاست ولی سناریو این فیلمها را بر حسب سنت های قدیمی ما نوشته اند، همین سنتها است که ما را از خندیدن، نشاط، از لذت بردن زندگی باز می‌دارد. در صورتیکه در کتاب ماهاباراتا حدود هشت هزار سال پیش نوشته شده است که، زندگی یک بازی بیش نیست. شما هر چقدر سخت بگیرید، در این بازی باختن است. زندگی بایستی بطور عادی طی شود، اگر شما بخندید یا گریه کنید، به هر حال وقت و عمر شما به خودی خود سپری خواهد شد. اما خندیدن از خصوصیات (کریشنا) الهه مرکز پنجم است. گویند خنده بر هر درد بی‌درمان دواست. برای چه خنده خودتان را در کنترل می‌کنید. جدی بودن خود گرفتن ما هم یک عامل ترس، ترس از رسوائی است، رسوائی چه میخواهید بشوید. هر چه هستید، هستید، شما یا رسوا شوید یا نشوید، مقام شما در پیشگاه خداوند فرقی نخواهد کرد، خیال نکنید آنهاست که بیشتر گریه میکنند یا سینه و قمه میزنند در روز قیامت در ردف اول خواهند بود، شما که میخندید و خوش می‌گذرانید و زندگی را بازی میدانید در ردف آخر، فقط این لحظه که در آن هستیم عمر شماست نه دیروز نه فردا. ترسها، وابستگی کامل به دیروز یا فردای ما دارند به امروز به این دقیقه اثری ندارند. حالا خودتان قضاوت کنید، باز هم میخواهید غمگین باشید؟ ولی این دقیقه هم که شما غمگین هستید، باز لحظه ای از زندگی شماست، چه بهتر که آنرا با شادی بگذرانید، البته شادی این نیست که مزاحم دیگران شوید و فریاد بزنید و بگوئید که شادید، شادی یک منبع و یک سرچشمه دارد که شما هنوز آن را لمس نکرده‌اید. اگر آن شادی مطلق که ما از آن صحبت میکنیم به آن رسیده باشید، حتی در دم آخر عمر هم مثل تمامی عرفا و انسانهای والا خوشحال خواهید بود و چیزی جزء معشوق خویش نمی‌خواهد. ما همگی میخواهیم پیش معبود خویش برگردیم، اگر غمگین باشید او هم از غم شما خوشش نمی‌آید. شما در هر زمان و مکان که هستید، فکر خودتان باشید، بی‌خودی سنگ دیگران را به سینه خویش نزنید، بدون علت توجه خودتان را به اعمال خوب و بد دیگران ندهید، هر کس مسئول اعمال و کردار و رفتار خویش است، خودتان را بی‌خودی در پرتگاه زندگی قرار ندهید، همه چیز را انجام یافته ننگرید، شب آبتن است تا چه زاید سحر. در سر راه هرکسی فراز و نشیبهای بیشماری موجود است از اولین تپه ای که سر خوردید ناامید نشوید این را بدانید، چیزی که در زندگی حاکم است، مادر درون و شمع فروزان (کندالینی) می‌باشد که در وجود خود شما مستقر است. توسط این نور که در درون شما فعال و روشن می‌شود، میتوانید در هر حالت و در هر کیفیت یا وضعیت، با درون خود، و با خداوند در تماس باشید. شمعی که درون تاریک شما را، برای اولین و آخرین بار روشن می‌کند تا شما همیشه توسط این نور هدایت شوید. دیگر شما قدمی در تاریکی بر نمی‌دارید، قدم های بعدی را بعد از ارشاد کندالینی در اشعه نور وجود خودتان بر میدارید. شما همیشه و در هر حال که هستید می‌توانید با او ارتباط برقرار کنید، دیگر نیازی به انتظار شب اول قبر و مردن نخواهید داشت. شما همواره با او و در ملکوت او هستید، یعنی همین الان و در این زمان با او هستید. بیاید زندگی کردن را با او در زمان حال بیاموزیم.