

### متن پرسش

سلام: ۱. نسبت بین ذهن و «خود» چیست؟ آیا ذهن ما همان خود ما است و برعکس؟ اگر یکی نیستند، «خود» بدون «ذهن» چگونه است؟ چه ادراکی دارد؟ آیا ادراکات حضوری از مسیر ذهن نمی‌گذرند؟ ۲. در برخی دستورالعملها راهکارهایی به صورت ذهن آگاهی ارائه می‌شود. البته بنده دقیق پیگیری نکردم، ولی اگر اشتباه نکنم بعضا به صورت تمرکز ذهن، خالی کردن ذهن و یا نظارت بر روی محتوای ذهن - بدون دخالت در فرایند ذهنی - هستند. نظر شما راجع این روش‌ها چیست؟ آیا در فرایند معرفت نفس هم این چیزها مفید است؟ به طور کلی میزان آگاهی و کنترل و تسلط بر ذهن چگونه می‌تواند ما را در یافتن خود اصیل و حضور در عوالم غیبی یاری کند؟ ممنون می‌شوم اگر در این مورد دستورالعمل دقیقی بفرمایید و یا ارجاع بدهید. با تشکر

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ۱. نفس ناطقه شئونات مختلفی دارد مثل عقل و ذهن و حس ۲. این امور بیشتر تحریک واهمه است و القائات آن ثابت و پایدار نیست. در این مورد خوب است به کتاب «ادب خیال و عقل و قلب» رجوع فرمایید. موفق باشید