

کنج حضور

متنی کامل پرنامه

شماره ۴

آقای پرویز شهبازی

www.parvizshahbazi.com



(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵۸)

دل من کار تو دارد، گل و گلنار تو دارد
 چه نکوبخت درختی که بر و بار تو دارد
 چه کند چرخ فلک را؟ چه کند عالم شک را؟
 چو بر آن چرخ معانی، مهش آنوار تو دارد
 به خدا دیو ملامت، برهد روز قیامت
 اگر او مهر تو دارد، اگر اقرار تو دارد
 به خدا حور و فرشته به دو صد نور سرشته
 نبرد سر، نبرد جان اگر انکار تو دارد
 تو که-ای آن که ز خاکی، تو و من سازی و گویی
 نه چنان ساختمت من که کس اسرار تو دارد
 ز بلاهای معظم، نخورد غم، نخورد غم
 دل منصور حلاجی که سر دار تو دارد
 چو ملک کوفت دمامه، بنه ای عقل عمامه
 تو مپندار که آن مه، غم دستار تو دارد
 بمر ای خواجه زمانی، مگشا هیچ دکانی
 تو مپندار که روزی، همه بازار تو دارد
 تو از آن روز که زادی، هدف نعمت و دادی
 نه کلید در روزی، دل طرار تو دارد
 بن هر بیخ و گیاهی، خورد از رزق الهی
 همه وسواس و عقيله، دل بیمار تو دارد
 طمع روزی جان کن، سوی فردوس کشان کن



که ز هر برگ و نباتش، شکر انبار تو دارد
نه کدوی سر هر کس، می راووق تو دارد
نه هر آن دست که خارد، گل بی خار تو دارد
چو کدو پاک بشوید، ز کدو باده بروید
که سر و سینه پاکان، می از آثار تو دارد
خمش ای بلبل جانها که غبار است زبان-ها
که دل و جان سخنها، نظر یار تو دارد
بنما شمس حقایق، تو ز تبریز مشارق
که مه و شمس و عطارد، غم دیدار تو دارد



با سلام به شما دوستان عزیز و با تشکر از شما که به این برنامه توجه می‌کنید، این جلسه را آغاز می‌کنیم. یک توضیحی اول این جلسه بدهم اگر توجه کنید من اسم این برنامه را گذاشتم جلسه، به این معنی که تمام دوستان در این جلسه شرکت می‌کنند و اگر دوستان که در این برنامه شرکت می‌کنند تا آخر این برنامه، اظهار نظری دارند لطف می‌کنند زنگ می‌زنند به این برنامه و نظراتشان را ابراز می‌کنند. و مجموع این صحبت‌ها می‌تواند بسیار بسیار مؤثر و مفید باشد. پس علت جلسه نامیدن این برنامه این است که همه در آن شرکت می‌کنند.

مولوی در این غزل از عالم شک حرف می‌زند، از دیو ملامت حرف می‌زند، از کسی که فکرهای خودش را جدی گرفته و دکان باز کرده و تصورش بر این است که تمام روزی را دکان او دارد و به این ترتیب به ملامت خودش و ملامت دیگران می‌پردازد.

اما این دنیای شک که درواقع عکس یقین است، چه هست که ما در آن زندگی می‌کنیم؟ چرا از آن یک چیزی متولد می‌شود به نام دیو ملامت که کارش ایجاد غصه، ایجاد درد و عذاب برای خود ما و دیگران است؟

تمام صحبت من متمرکز به یک نقطه کوچک است و آن «این لحظه» است. ما می‌خواهیم با آگاه شدن به زندگی خودمان در این لحظه، عالم شک را هم ببینیم چیست. عالم شک یا دنیایی که ممکن است ما در آن زندگی می‌کنیم، شبیه خواب می‌ماند.

ذهن من داری که یعنی ذهنی که با تفکر من دار ایجاد می‌شود و ما در آن الان زندگی می‌کنیم، به ما راست نمی‌گوید. مثلاً می‌گوید: «من دنبال شادی هستم» ولی در عمل کارهایی می‌کند که غصه به وجود می‌آورد. می‌گوید: «من دنبال آرامش هستم» ولی در عمل، کاری می‌کند که آرامش را به هم می‌ریزد. می‌گوید: «من دنبال عشق و دوست داشتن هستم» ولی در عمل تنفر ایجاد می‌کند، خودش هم از دیگران متنفر می‌شود. می‌گوید: «من می‌خواهم زندگی برای خودم و دیگران درست کنم، برای خانواده‌ام درست کنم، اصلاً این همه زحمت می‌کشم برای این که زندگی‌ام بهتر بشود، زنده‌تر بشوم، خوشی به دیگران برسانم» ولی همه این‌ها را دروغ می‌گوید. برای این که در عمل می‌بینیم که نه تنها زندگی درست نمی‌کند، نه تنها عدالت درست نمی‌کند، بلکه اصلاً آن‌ها را نمی‌فهمد.

و وقتی که یک کسی می‌گوید: «من می‌خواهم شادی ایجاد کنم» می‌گوییم: «این کاری که می‌کنی، این اصلاً شادی درست نمی‌کند، بلکه غصه درست می‌کند، دردسر درست می‌کند» این متوجه نمی‌شود و تقصیری هم ندارد، به نظر خودش دارد شادی درست می‌کند.



این چه جور خوابی است که ما هستیم؟ که می‌گوییم ما دنبال شادی هستیم، راست هم می‌گوییم، ولی در عمل عذاب ایجاد می‌کنیم، هم برای خودمان و هم برای دیگران. این همان خوابی است که من راجع به آن دارم صحبت می‌کنم و کوشش می‌کنم در قالب غزل‌های مولوی و حافظ این را جست‌وجو کنم. اکنون در قالب اشعار بهتر بیان می‌شود، ساده‌تر بیان می‌شود، در قالب اشعار توضیح بدهم.

پس وقتی می‌گوید «روز در خوابی مگو کین خواب نیست»، مولوی می‌گوید، یعنی در روز روشن که داری فکر می‌کنی و به خودت قول زندگی می‌دهی، دنبال زندگی هستی، دنبال شادی هستی، در خواب هستی.

به همین دلیل است که داری به‌جای دادگری، ظلم می‌کنی ولی به خودت و دیگران، و در وهله اول به خودت، خودت را از شادی محروم می‌کنی ولی متوجه نمی‌شوی. این چه جور خوابی است که ما متوجه نمی‌شویم؟! ما مگر خودمان را دوست نداریم؟!

و این ذهن من‌دار ما، که ما در آن زندگی می‌کنیم، باز هم من توضیح می‌دهم، علت این‌که ما در این ذهن زندگی می‌کنیم، تقصیر ما نیست اصلاً، این ناآگاهی، این بی‌اطلاعی، این خواب بودن که می‌گوییم ما دنبال شادی هستیم و در عمل ناشادی و غم درست می‌کنیم، اصلاً تقصیر ما نیست، ما ناآگاهانه این کار را می‌کنیم. می‌خواهیم از این خواب بیدار بشویم. این فقط من و شما نیستیم، بلکه تمام بشر به این عارضه گرفتار است.

و امروزه بشر از این خواب غفلت بیدار می‌شود و هیچ بشری نمی‌خواهد دیگر به خودش ظلم کند و به دیگران هم ظلم کند و در ظاهر به خودش بگوید که من دارم دادگری می‌کنم، هم به خودم خوبی می‌کنم هم به دیگران، ولی در عمل نتیجه این باشد که دائماً قهر و غصه و درد داشته باشد، هم خودش و هم دوروبرش. پس ببینید چگونه می‌گوید، می‌گوید:

**دل من کار تو دارد گل و گلنار تو دارد
چه نکوبخت درختی که بر و بار تو دارد**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵۸)

آیا می‌توانیم ما درختی باشیم که زندگی و هستی را می‌گیرد، وصل به هستی است، وصل به زندگی است، زندگی از آن جاری است در این لحظه و بار زندگی می‌دهد و بار هستی را می‌دهد، محل ورود و نشو و نمای نور ایزدی است؟ آیا ما می‌توانیم اجازه بدهیم در این لحظه، هستی در ما کار کند و بار خودش را بدهد و ما دخالت نکنیم؟ خرابش نکنیم؟



«دل من کار تو دارد گل و گلنار تو دارد»، حتماً دیده‌اید شما، انار، گل بسیار بسیار زیبایی می‌دهد. می‌خواهد، می‌گوید درخت من می‌خواهد گل انار تو را بدهد و بار تو را بدهد.

یک قصه‌ای یکی از دوست‌های من، به نام آقای خاورانی نوشته، خیلی مربوط به این صحبت امروز است. و من این قصه را که برای بچه‌ها نوشته دوست من، برای شما نقل می‌کنم.

دوست من می‌نویسد دوتا بوته کوچک پرتقال در یک گل‌فروشی بودند که برای فروش گذاشته بودند. این دوتا درخت کوچولو در دوتا گلدان جدا با همدیگر درگوشی صحبت می‌کردند.

یکی می‌گفت: «من می‌خواهم بزرگ‌ترین و گنده‌ترین درخت دنیا بشوم». آن یکی می‌گفت: «من می‌خواهم گل خودم را بدهم، من می‌خواهم بهترین پرتقال خودم را بدهم، شیرین‌ترین پرتقال خودم را بدهم» و در ضمن می‌گفت که: «من می‌خواهم هر چقدر از من پرتقال می‌کنند می‌خورند، باز هم زیادتر بشود»

ولی این یکی می‌گفت: «نه! من به پرتقال دادن کاری ندارم. من فقط می‌خواهم بزرگ‌ترین و گنده‌ترین درخت دنیا بشوم».

همین‌جا دقت کنید این دوتا پرتقال ظاهراً آرزوهایشان هر دو خوب است، می‌گوید من می‌خواهم بزرگ‌ترین درخت دنیا بشوم، ولی از همین اول نگاه کنید که آرزوهایشان با همدیگر خیلی فرق دارد.

آن‌که می‌خواهد بزرگ‌ترین درخت دنیا بشود، زندگی‌اش را می‌خواهد براساس مقایسه با درخت‌های دیگر بگذارد. می‌خواهد از هر درختی که می‌بیند، جلو بزند. کاری هم با پرتقال دادن و پرتقال بودن و این‌ها ندارد، می‌خواهد درخت بشود.

ولی آن اولی می‌گوید که: «من درخت پرتقال هستم! می‌خواهم پرتقال‌های شیرین بدهم و پرتقال خودم را هم می‌خواهم بدهم» و زندگی‌اش را براساس توجه به درون می‌خواهد بگذارد. می‌خواهد ببیند هستی چقدر می‌تواند نیروی هستی را بگیرد و بدون دخالت خودش تبدیل به آن چیزی که می‌تواند بکند و آن بشود که می‌تواند بشود و در این راه حداکثر کوشش را بکند.

بنابراین می‌گوید: «من می‌خواهم زیباترین و خوشبوترین گلم را بدهم و بهترین پرتقال خودم را بدهم، شیرین‌ترین پرتقال خودم را بدهم» در ضمن کرم هستی و کرم خدایی را هم در نظر دارد، می‌گوید: «می‌خواهم هر چقدر از من پرتقال می‌کنند، می‌خورند، باز هم زیادتر بشود».



خلاصه در همان لحظه که این‌ها در گوشی صحبت می‌کردند، البته این قصه است، یک فرشته‌ای از آن حوالی رد می‌شد و این نجوای این‌ها را می‌شنود و به هر دوی این‌ها می‌گوید که شما هر دوتان به آرزوی خودتان خواهید رسید.

پس از چند روز، آن درخت پرتقالی که می‌خواست گنده‌ترین، به اصطلاح درخت دنیا بشود، به وسیله صاحب یک باغی خریده می‌شود و این شخص یک باغ بزرگی داشت و می‌آورد این درخت پرتقال کوچولو را می‌کارد وسط باغش. می‌کارد وسط باغش و این پرتقال همین‌طور که آرزو داشت، شروع می‌کند به درخت بزرگی شدن، می‌رشد می‌کند، رشد می‌کند و حتی شب‌ها هم که بقیه درخت‌ها می‌خوابیدند، از خواب آن‌ها استفاده می‌کرد و می‌گنده می‌شد، گنده می‌شد، بزرگ می‌شد، و وقتی بزرگ می‌شد، سایه‌اش بقیه درخت‌ها را نمی‌گذاشت رشد کنند، بقیه درخت‌ها را در زیر می‌گرفت. از آن زیر هم ریشه‌هایش می‌گنده‌تر می‌شد و می‌رفت ریشه‌های آن‌ها را خراب می‌کرد.

یواش‌یواش این‌قدر بزرگ شد این درخت که اولاً پرتقال بودنش و پرتقال دادنش را یادش رفت و بزرگ‌ترین درخت باغ شد و همه باغ را دیگر سایه افکند و همه درخت‌ها خشک شدند و ماند همین یک دانه درخت و به خودش می‌گفت: «اصلاً من نباشم این باغ نمی‌شود، همه باغ یعنی من»

از آن‌ور، آن یکی گلدان را، آن یکی بوته را یک شخصی خرید و بُرد و می‌خواست بکارد توی زمین، یک دفعه دچار طوفان و سیل شد و سیل این بوته را برداشت و تا کنار دریا برد و زیر گل‌ها مدفون شد.

وقتی مدفون شد، دو سه روز که گذشت، هوا آفتابی شد، آفتاب زد و از زیر آن گل‌ولای رشد کرد، آمد بالا و شروع کرد همین‌طور که آرزویش بود، قشنگ‌ترین و بهترین گلش را دادن و همین‌که به اصطلاح بوی خوش گل این بوته، آن دره را فراگرفت، آن دره هم دره بسیار بسیار متروکی بود، همه خار بود، علف‌های هرز بود، همین‌که این بو در آن‌جا پخش شد، بقیه آن خارها و علف‌های هرز این بو را شنیدند، این بوی عشق را شنیدند، شروع شدند به بیدار شدن و آن‌ها هم گفتند که ما هم می‌خواهیم بهترین خودمان بشویم و شروع کردند به بوی خودشان را دادن و یواش‌یواش این بوته رشد کرد و شروع کرد به پرتقال دادن و مردم که از آن‌جا آمدند رد بشوند و این دره متروک بود، دیدند یک درخت بسیار بسیار زیبا با گل‌های زیبا و پرتقال شیرین آن‌جا هست و هر چقدر هم می‌گدند، این پرتقالش بیشتر می‌شد. البته آرزویش همین بود و آرزویش برآورده شده بود.



یواش یواش این دره متروک و خشک شروع شد به آباد شدن، مردم آمدند آنجا مسکن کردند و آنجا را آباد کردند و آباد شد و این پرتقال هم بهترین گلش را می‌داد و بهترین رشد خودش را می‌کرد و تماشا می‌کرد چه جور این دره به واسطه بوی خوش عشق دارد آباد می‌شود.

از طرفی دیگر از آن درخت بزرگ بشنوید. صاحب باغ دید دیگر باغ خشک شده، غیر از یک درخت دیگر هیچ چیز دیگر نیست و آن درخت هم پرتقال نمی‌دهد برای این که پرتقال بودنش را یادش رفته، فقط می‌خواهد گنده بشود. دید دیگر این باغ از بین رفته و این درخت هم که به درد نمی‌خورد. یک چند نفر که از آن حوالی رد می‌شدند، دنبال به اصطلاح چوب می‌گشتند که بسوزانند و در ضمن نرده درست کنند اطراف باغ‌های دیگر، به آن‌ها گفت که بیاید این درخت را ببرید و آن مقدار که می‌خواهید بسوزانید، بقیه را هم نرده کنید، دور باغ‌های دیگر بچینید.

این قصه برای بچه‌ها نوشته شده ولی قصه‌ای است بسیار بامعنی و به ما می‌گوید که ما می‌توانیم گل خودمان را بدهیم، ما می‌توانیم بهترین میوه خودمان را بدهیم و این موقعی است که اجازه بدهیم که نیروی هستی از ما و از طریق ما خودش را بیان بکند. و ما به وسیله این فکرهای من‌دار خودمان در کار هستی دخالت نکنیم.

هستی را ما بارها این‌جا تعریف کردیم، گفتیم هستی آن یک زندگی است که به تمام جهان نیروی زندگی می‌دهد و در تمام موجودات عالم هر چیزی که نمایان می‌شود، در آن هست.

پس یک زندگی در جهان وجود دارد که در تمام موجودات جهان کار می‌کند و به آن‌ها نیروی زندگی می‌دهد و آن می‌خواهد به ما هم نیروی زندگی بدهد. و اگر این لحظه در مقابل آن نیرو نایستیم، اجازه بدهیم این انرژی در ما جریان پیدا بکند و خودش را به وسیله ما بیان بکند، اظهار بکند، ما هم شبیه آن درخت پرتقال کوچک می‌شویم که می‌خواهد بهترین گل خودش را بدهد، دیگر کاری به دیگران ندارد، حواسش به بیرون نیست، فکرهای خودش را جدی نمی‌گیرد، دیو ملامت نیست و از عالم شک می‌رهیم. پس بنابراین مولوی می‌گوید که:

دل من کار تو دارد گل و گلنار تو دارد
چه نکوبخت درختی که بر و بار تو دارد
چه کند چرخ فلک را چه کند عالم شک را؟



چو بر آن چرخ معانی مهش آنوار تو دارد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵۸)

می‌شود آیا ماه ما، نور آن خورشید را بگیرد و همان نور را منعکس کند؟

در آن چرخ که ما بارها صحبت کردیم، از آسمانی صحبت می‌کند که از این آسمان درون است. گفتیم به محض این‌که این لحظه را به‌طور کامل بپذیریم، در درونمان آن فراوانی و آن بزرگی و آن جاداری هستی را حس می‌کنیم و تمام فکرهای عالم در آن می‌تواند جا بگیرد. و بنابراین دیگر ما ملامت نخواهیم کرد، ما دکان فکری خودمان را که در آن هر روز زندگی می‌کنیم، جدی نخواهیم گرفت.

ملامت کردن یعنی این‌که ما یک سری توهم‌ها را، یک سری فکرهای من‌ساخته را، یک سری فکرها را که به‌وسیله آن‌ها، ما هم من دروغین و هم یک من توهمی می‌سازیم، آن‌ها را جدی می‌گیریم و براساس آن‌ها قضاوت می‌کنیم در این لحظه.

به عبارتی دیگر ما در یک توهم گیر کرده‌ایم، در عالم شک گیر کرده‌ایم. از این عالم شک یک منی درست می‌شود که مولوی در این غزل اسم آن را می‌گذارد دیو ملامت. می‌گوید دیو ملامت در این لحظه می‌تواند برهد، در صورتی‌که توجه به این موضوع بکنیم که این هستی است، این نیروی خدایی است که به ما انیمیشن (سرزندگی: Animation) می‌دهد، نیروی بودن می‌دهد. اگر این اقرار را بکند، اگر این زندگی را در درونش حس بکند، در این لحظه می‌تواند از این منیت، از این من توهمی که در اثر چرخش در فکر درست می‌شود، برهد.

داشتیم راجع به هستی صحبت می‌کردیم. گفتیم هستی آن یک زندگی است که بیرون ما و درون ما را احاطه کرده‌است. آن یک زندگی، تمام درون ما با آن آغشته شده، ما اگر بخواهیم هم نمی‌توانیم خودمان را از زندگی جدا کنیم. همیشه حاضر است و ما می‌توانیم در این لحظه آن را حس کنیم.

اگر ماهی که در آب شناور است، ذهن انسان را داشت، ممکن بود بپرسد که آب چیست؟ هرچه هم به او می‌گفتیم که آب همانی است که در آن شناور است، نمی‌توانست بفهمد. ما هم درست همین حالت را داریم.

ما در دریای هوش، دریای زندگی، شناور هستیم، غوطه‌ور هستیم، آغشته هستیم. این جسمی که، بدنی که، به‌صورت جسم جامد ما می‌بینیم، دانشمندان فیزیک به ما می‌گویند که تقریباً صد درصدش خالی است، یعنی ۹۹/۹۹ درصدش خالی است و آن چیزی که بقیه‌اش که خیلی جزئی است، آن هم، گفتم آن دفعه، چیزی شبیه نت موسیقی است.



پس بنابراین جامد دیدن این جسم ما که فکر می‌کنیم به صورت یک جسم است شبیه سنگ، گوشت یا هر چیزی که تجسم می‌کنید، این یک توهم است و این توهم اساسی است که ذهن ما ایجاد می‌کند.

ذهن ما گفتم یک توهم ایجاد می‌کند و آن توهم این است که ما غیر از این بدنمان و فرم‌های فکری‌مان چیزی دیگر نیستیم و این بدن را هم به عنوان یک جسم جدا ایجاد می‌کند تا این موضوع را ثابت بکند به ما.

ولی ما امروزه با توجه به تحقیقات علمی فهمیده‌ایم و به خوبی می‌دانیم که دیگر، این بدن، تویش تقریباً خالی است. فاصله بین ذرات از همدیگر به قدری زیاد است که شما می‌توانید وقتی به بدن نگاه کنید، می‌توانید اصلاً خالی ببینید. فقط ذراتی این‌جا و آن‌جا هست که این ذرات، گفتم آخر سر وقتی تقسیم می‌کنند می‌رسند به یک ارتعاشی مثل نت موسیقی. پس بنابراین ما غیر از آن هستی و آن یک زندگی، چیزی دیگر نیستیم و این توهم ذهن ما است.

آن جوری که ما فکر می‌کنیم و حس می‌کنیم، ما را جدا از همه کس و همه چیز معرفی می‌کند و ما یک منی احساس می‌کنیم که جدا از همه چیز است و این «من» آسیب‌پذیر است و بنابراین ترس هیجان اساسی است که ما را اداره می‌کند. زیر همه این چیزهایی که، این کارهایی که ما می‌کنیم ترس را می‌شود دید، حتی در دیو ملامت هم همین‌طور.

درواقع ملامت یعنی این که کسی یک کاری را انجام داده یا خودمان یک کاری را انجام داده‌ایم، حالا دیگر به آن پَتَرَن (الگو: Pattern) یا الگوی ذهنی که ما از قبل می‌دانیم، با آن نمی‌خواند. منتها ما با آن الگوی فکری یکی شدیم، هم جنس شدیم، هم هویت شدیم، قسمتی از وجود ما شده است.

بنابراین کسی وقتی این را زیر پا می‌گذارد، مثل این که مثلاً می‌رویم در اداره‌مان می‌بینیم همکار کارمندمان، کار را به صورت دیگری انجام داده که آن صورت غلط است و ما چهار پنج بار به او گفته‌ایم که این کار را این جوری انجام نمی‌دهند، ولی آن شخص باز هم آن کار را طور دیگری انجام داده است.

ما بلافاصله می‌ترسیم، منتها ترسمان را نمی‌بینیم، خشممان را می‌بینیم و این، شروع می‌کنیم به ایجاد هیجانی به نام خشم که این خشم همراه است با اظهاراتی که «تو خوب نیستی، من خوب هستم!» و دقت کنید تبدیل می‌شویم به یک فرم ذهنی و هیجانی و این فرم ذهنی-هیجانی شدن یا جسم شدن، ما را از هستی‌مان جدا می‌کند و ارتباط را قطع می‌کند و از این‌جا به بعد دیگر ما از خرد به دور هستیم. هر چیزی می‌گوییم همان چیزهای یادگرفته قبلی ما است که آن‌ها هم به درد نمی‌خورند.



به همین دلیل هست که ما هزار بار تصمیم می‌گیریم که خشمگین نشویم، ولی باز هم خشمگین می‌شویم. هزار بار به خودمان قول می‌دهیم که اگر این دفعه اشتباه کردم، دیگر آخرین دفعه‌ام هست و خودم را ملامت نخواهم کرد و اگر کس دیگری هم اشتباه کرد، من آن را ملامت نخواهم کرد و یواش خواهم گفت.

ولی در عمل وقتی برخورد می‌کنیم با این قضیه، می‌بینیم که خشم آن‌جا است و ما قبل از این‌که به خودمان فرصت بدهیم و مسئله را ببینیم، خشمگین شده‌ایم و حرف‌هایمان را زده‌ایم و از این به بعد هم ناراحت هستیم که چرا دوباره قولمان را شکستیم، ولی حواسمان نیست که ما در همان خوابِ توهمِ ذهن هستیم.

و آن خوابِ توهمِ ذهنی عبارت از این است که ما این الگویِ ذهنی را یک قسمتی از وجودمان کرده‌ایم اشتباهاً و اگر کسی این کار را و این الگویِ ذهنی را که جزو وجود ما شده، وجود توهمی ما، فکری ما بوده، زیر پا گذاشته، حالا ما فکر می‌کنیم که دست ما را بریده و ما این را اتوماتیک (خودبه‌خود: Automatic) بدون تحلیل و بدون این‌که فرصت پیدا کنیم قضیه را ببینیم، این واکنش را نشان می‌دهیم.

و چاره کار این است که ما نقاشی بشویم که هم نقاشی می‌کنیم، هم از خودمان آگاه هستیم. این یک تعریف دیگری است از حضور. یعنی ضمن این‌که خودتان را از ماجرا بیرون می‌کشید و دیگر آغشته در آن ماجرا نیستید و ماجرا را از دور نگاه می‌کنید.

این حالت گفتیم یعنی همان ملاحظه و مشاهده فکرایمان، همان توهمان. به محض این‌که فکرایمان را و آن موضوع را ما تماشا بکنیم، این هشیاری از آغشته شدن به آن موضوع، دیگر جدا شده و ما شده‌ایم هشیاری و آن موضوع را دیگر نگاه می‌کنیم، تماماً نمی‌تواند ما را ببلعد و بنابراین ما از دیو ملامت می‌رهیم.

و وقتی مولوی می‌گوید: «بمُر ای خواجه زمانی مگشا هیچ دُکانی»، می‌گوید یک لحظه بمیر نسبت به آن منِ توهمی‌ات، آن‌که الآن درست کردی با فکر کردنت، آن‌که پَتَرَن‌ها و الگوهای گذشته است، نسبت به آن بمیر، نسبت به گذشته بمیر، نه این‌که راست‌راستی بمیر، نه این‌که، می‌گوید:

بمیرید بمیرید در این عشق بمیرید
در این عشق چو مُردید همه روح پذیرید
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۶)

یعنی قبل از این‌که راست‌راستی بمیریم نسبت به الگوهای فکرایمان، نسبت به منِ توهمی‌مان بمیریم تا زنده بشویم. در چه بمیریم؟ در همین عشق بمیریم و این همان به وحدت رسیدن است.



ساده‌ترین راه این کار، تماشا کردن و ملاحظه و نظارت بر فکرهايمان و توهم‌هایی است که برای ما می‌سازد. آن‌ها نقاشی‌هایی است که ساخته می‌شود و اگر ما هم نقش را ببینیم، هم خودمان را، دیگر نقش نمی‌تواند ما را ببلعد.

پس بنابراین ما نمی‌پنداریم که فقط «روزی» بازار ما دارد، که اگر کسی مطابق میل و فکرهاي ما رفتار نکند، بیچاره از گرسنگی خواهد مُرد. «بِمُر ای خواجه زمانی مگشا هیچ دُکاني»

«نه کلیدِ دَرِ روزی دلِ طَرَّارِ تو دارد» این‌طوری نیست که کلیدِ درِ روزی را دلِ دزد تو داشته باشد. دل ما دزد است، همین دلِ فکری ما دزد است. برای این‌که زندگی را، شادی را، آرامش را و عشق را از ما هر لحظه می‌دزد و تبدیل می‌کند به دیو ملامت.

می‌گوید «تو از آن روز که زادی هدفِ نِعْمَت و دادی»، از آن روز که زاده شدی، آماج نعمت و عدل خداوندی هستی. «تو از آن روز که زادی هدفِ نِعْمَت و دادی». و بعد می‌گوید «بُن هر بیخ و گیاهی خورد از رِزْقِ الهی» و هر چیزی که در طبیعت می‌بینی وجود دارد، ریشه هر گیاهی یا هر انسانی یا هر موجودی، همان‌طوری که گفتم یک زندگی وجود دارد که به همه‌چیز زندگی می‌دهد، از رزقِ الهی می‌خورد و این‌جور فکر کردن‌ها و این‌جور سنگین شدن‌ها و این‌جور بسته شدن به زمین به‌وسیله فکرهايمان، فقط از طریق دلِ بیمار ما صورت می‌گیرد.

پس می‌گوید این عالم شک، این دیو ملامت، دلِ بیمار است، دلِ طرار است. پس باید ما این دل را رها کنیم و از این توهم جدا بشویم. این توهم در ما ترس ایجاد می‌کند. ترس، دیدِ ما را نسبت به جهان کج و معوج می‌کند. اگر ما بترسیم دنیا را نمی‌توانیم راست ببینیم.

قدیم‌ها شراب را می‌ریختند توی کدوها. توی کدو را، تویش را خالی می‌کردند، وقتی خالی می‌شد شراب را می‌ریختند توی آن. می‌گوید که «نه کَدویِ سَرِ هرکس می‌راووقِ تو دارد» می‌خالصی که از طرف هستی به ما می‌رسد، در سر هر کس نیست.

نه کَدویِ سَرِ هرکس می‌راووقِ تو دارد
نه هر آن دَسْتِ که خَارَدِ گُلِ بی‌خارِ تو دارد
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵۸)

آیا هر گُلی، هر چیزی که در زندگی برای ما اتفاق می‌افتد، واقعاً گلِ بی‌خار هستی را ما در آن می‌بینیم؟ هستی هر لحظه شادی را به ما ارمغان می‌کند، آیا ما حس می‌کنیم این شادی را؟



می‌گوید «چو مَلِک کوفت دَمامه بِنه ای عقلِ عمامه» می‌گوید، به عقل می‌گوید: «کلاهِت را زمین بگذار، آرام باش، خودت را نَکُش! لازم نیست که همه‌چیز مطابق میل تو باشد. اصلاً این تو هستی که باید با هستی هم‌خط بشوی، اجازه بدهی هستی برایت کار بکند.

پس مَلِک چه موقع این طبل، دَمامه یعنی طبل، چه موقع می‌کوبد این طبل شادی را مَلِک؟ همیشه می‌کوبد، همیشه مشغول کوفتنِ طبل شادی است و این شادی هر لحظه به ما می‌رسد.

چو مَلِک کوفت دَمامه بِنه ای عقلِ عمامه تو مَیْندار که آن مَه غَم دَسْتارِ تو دارد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵۸)

حقیقتاً ما تصور می‌کنیم که هستی، خدا، به فکرِ فکرهای ما است؟ غمِ فکرهای ما را می‌خورد؟ در این معنا کار می‌کند که آن چیزهایی که ما از این و آن جمع کردیم، یاد گرفتیم، این‌ها خیلی مهم است؟ حقیقتاً باید این‌ها اجرا بشود؟ واقعاً هستی خودش را با ما هم‌خط می‌کند؟ به فکر ما است، یا این‌که این ما هستیم که باید خودمان را با زندگی در این لحظه هم‌خط کنیم، اجازه بدهیم که زندگی از ما بیان بشود، اظهار بشود؟ کدام یکی از این‌ها است؟

نه کَدوی سَرِ هرکس میِ راووقِ تو دارد نه هر آن دَسْتِ که خارِ دَگِلِ بی‌خارِ تو دارد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵۸)

همیشه گل بی‌خار از هستی به ما می‌رسد، آن چیزی که گل خاردار است، یعنی هم خار است هم گل است، از این ایگوئیستیک مایند (ذهن من‌دار : Egoic Mind) ما، از این ذهنِ من‌دار که ما در آن الآن زندگی می‌کنیم، می‌رسد. هر چیزی که از آن برای ما می‌آید، خوب و بد دارد، خوب و بد دارد، هم خار دارد، هم گل دارد.

ولی آن چیزی که هستی به ما می‌دهد، ورای این ذهن است. اگر در این لحظه، هستی را حس کنیم، که هستی را نمی‌شود فهمید، فقط به‌صورت همیشه حاضرِ «من هستم»، الآن اگر شما حس کنید که ریشه‌های عمیق در هستی دارید و این «من هستم» را، قبل از این‌که من این هستم یا آن هستم، حس کنید، این من هستمِ بزرگ که همه هستی را، شما اشغال می‌کنید و ریشه‌های عمیق در هستی دارید، می‌توانید هستی را در خودتان حس کنید.

هستی را نمی‌شود فهمید، زندگی را نمی‌شود فهمید، زندگی را باید این لحظه زندگی کرد.



و به محض این‌که این عامل زندگی و زنده شدن در این لحظه در ما شروع بشود، تریگر (Trigger: تحریک) بشود، این عالم شک که به ما می‌گفت من دنبال شادی هستم و کارهایی می‌کرد که شادی را زیر پا بگذارد، له کند، آن دیگر دست از سر ما برمی‌دارد و ما از خواب آن بیدار می‌شویم.

این می‌خالصی که صحبتش را می‌کنیم، به محض این‌که شما این هشیاری را، این نیروی به اصطلاح هوش و خرد را که همین الان در الگوهای ذهنی سرمایه‌گذاری می‌کنید، این را دوباره بکشید بیرون، این کانشنس (آگاهی، هوش: Consciousness) یا این هوش، هوش خالص است. این کانشنس خالص است و این تبدیل به حضور می‌شود.

پس می‌گوید این «می‌راووق»، این می‌خالص، می‌تواند به دست ما بیاید، ولی مردم در سرشان، خلق در سرشان، مشغول به توهم‌های فکری از قبل ساخته هستند.

جمله خلقان سخره اندیشه‌اند زان سبب خسته دل و غم‌پیشه‌اند (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۹)

می‌گوید همه مردم در تسخیر اندیشه خود هستند. به این دلیل است که غم‌پیشه شده‌اند، پیشه‌شان غم است، هر کاری می‌کنند، غم ایجاد می‌کنند. به جای این‌که شادی را بریزند در کارهایشان، غم را می‌ریزند و از این موضوع آگاه نیستند.

درست در ایران ما چای را قندپهلوی می‌خوردیم. وقتی قند را به اصطلاح توی چای می‌زدیم، آب چای را می‌کشید توی جان، آغشته می‌شد. الان ما آن‌طوری کانشنس و هشیاری‌مان را در چیزهای کوچک و بزرگ فکری‌مان سرمایه‌گذاری کرده‌ایم، آغشته شده‌ایم در مادیات و الگوهای ذهنی‌مان. باید این آب را، آب زندگی را، بکشیم بیرون و این لحظه هشیار بشویم.

بنابراین هستی در این لحظه به صورت همیشه حاضر «من هستم» می‌تواند احساس بشود. هستی نمی‌تواند موضوع شناخت فکر قرار بگیرد، برای این‌که فکر را آن آنیمیت (جان بخشیدن: Animate) می‌کند، به آن قوت می‌دهد و ما نمی‌توانیم به وسیله فکر، هستی را بشناسیم، نمی‌توانیم زندگی را بشناسیم.



زندگی قیاس‌کردنی یا تعریف‌کردنی نیست. زندگی را در این لحظه باید زندگی کرد و این لحظه باید زنده بود و به محض این‌که ما به این درجه «من این لحظه هستم» را حس بکنیم، به حقیقت دست پیدا می‌کنیم و آن همان چیزی است که عیسی مسیح می‌گوید:

«حقیقتی است که دانستن آن شما را آزاد خواهد کرد.»

«You will know the truth, and the truth will free you»

یعنی شما حقیقت را خواهید دانست، نخواهید فهمید، حس خواهید کرد حقیقت را.

پس بنابراین آگاهانه دانستن این حقیقت، شما را از آن توهم که «من غیر از فکرایم و این بدنم نیستم»، که مطابق آن حتماً ترس وجود دارد، برای این‌که ما هر لحظه می‌ترسیم که این بدلمان از بین برود، مریض بشود یا یک‌جوری بمیریم یا این‌که هر لحظه در جایی ما زندگی می‌کنیم که مورد تاخت‌وتاز دیگران است.

هر لحظه ممکن است یک کسی به ما توهین بکند، بگوید شما درست حرف نمی‌زنی یا حرف ما را رعایت نکند، آیا باید ما بترسیم؟ اگر تو توهم باشیم که البته باید بترسیم. ولی می‌گوید که دانستن، دانستن این حقیقت شما را آزاد خواهد کرد.

با آرزوی شادی برای همه شما، تا هفته بعد با شما خداحافظی می‌کنم.

خدانگهدار.

◇ ◇ ◇ پایان متن کامل برنامه شماره ۴ ◇ ◇ ◇