

سلام خدمت آقای شهبازی عزیز
و دوستان همراه گنج حضور

غزل ۲۵۵۲ برنامه‌ی ۸۹۹

یک‌رویی زندگی و صدرویی من‌ذهنی

روی خدا = فضای گشوده‌شده

روی من‌ذهنی = فکر و هیجان

کجا باشد دورویان را میان عاشقان جایی؟
که با صد رو طمع دارد ز روزِ عشق فردایی

خدا بی‌نهایت لباس دارد، برای هر لحظه با لباسی وارد شده ولی فقط یک رو دارد. اگر فضا را باز کنی، لباس و نقاب کنار رفته و روی زیبای او را می‌بینی، رویت روی زیبای او می‌شود. ولی اگر لباس وضعیت برایت مهم باشد نه فضای اطراف آن، دورو می‌شوی؛ یعنی قول و قرارت با خودت و خدا این است که در این لحظه فضا را باز کنی و با او یکی شوی ولی در عمل فضا را می‌بندی و با من‌ذهنی یکی می‌شوی.

وقتی رویت روی من‌ذهنی شد، تمام هشیاری و توجهت را (که تو هشیاری و توجه زنده هستی) در اختیار من‌ذهنی و حرص و طمع آن قرار می‌دهی، من‌ذهنی هم توجهت را می‌درد، پاره‌پاره می‌کند، صدپاره می‌شوی در صد روی من‌ذهنی که در ذهن تو می‌چرخند و تو را هم می‌چرخانند. در اتفاقات و وضعیت‌های «این لحظه» ها گم می‌شوی و امید داری که فردایی می‌آید و این سردرگمی‌ها و درد کشیدن‌ها تمام می‌شود؛ چون من معنوی هستم دارم روی خودم کار می‌کنم، حتماً در آینده‌ای نزدیک روزی که «روزِ عشق» و یکی شدن من با خداست، می‌آید و من هم به جمع عاشقان می‌پیوندم.

زهی خیال باطل! من‌ذهنی منافق و دورو!

طمع دارند و نبودشان، که شاه‌جان کند ردشان
ز آهن سازد او سدشان، چو ذوالقرنین آسایی

من ذهنی طمع کار، به زنده شدن هم طمع دارد و قصد به دست آوردن و اضافه کردن به خودش را دارد تا آن روی زیبای معنوی را هم یکی از هزار چهره‌ی روباهیت خود کند. غافل از این که زندگی مهربان غیرت دارد، اجازه نمی‌دهد من ذهنی نامحرم پا به فضای یکتایی بگذارد. شاه جان دست رد به سینه‌ی هرکسی که خودش را من ذهنی می‌داند می‌زند و سدّی بین او و فضای یکتایی می‌سازد که نتواند وارد آن آرامش بی‌نظیر شود.

تا وقتی که آن طرف سد در کنار یاجوج‌ماجوج‌های همانیدگی‌ها هستم (که من هشیاری و توجه زنده‌ام) یعنی توجهم پیش آن‌هاست، راهی به حقیقت ندارم. اما همین که توجهم را که در صد جهت و صد روی من ذهنی پخش شده، «با کشیدن درد هشیارانه‌ی نرفتن و پخش نشدن» به این لحظه می‌آورم و یا زندگی مهربان با عنایت و جذبه‌ی خود در قالب اتفاقی مرا جمع‌وجور کرده و در این لحظه مسقر می‌کند، باید قدردان باشم و این بار کمک به ساختن سد بین خودم و همانیدگی‌ها کنم.

ساختن سد کار خدا یا هشیاری زنده به حضور است، کار من فراهم کردن آجر آجر فضای گشوده شده است. از طرفی می‌توانم آجر آجر فضا بندی و مقاومت فراهم کنم تا به خدا در ساختن سدّی بین خودم و فضای یکتایی کمک کنم.

بین در این لحظه داری آجر روی کدام سد می‌گذاری؟ این طرف دیوار سد هستی یا آن طرف؟

دورویی با چنان رویی، پلیدی در چنان جویی
چه گنجد پیش صدیقان؟ نفاقی کارفرمایی

با چنین روی زیبایی که در درونم منتظرم نشسته تا به خود بیایم و رویم را از بیرون به درون برگردانم، چه جای دورویی و نفاق و منتظر گذاشتن است؟!

از برای آن دل پر نور و بر
هست آن سلطان دل‌ها منتظر
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۸۸

فکرها و هیجانات من ذهنی که اضافات و کثافات در زمان بودن‌هاست (گذشته‌ی دردناک و آینده‌ی ترسناک) را، بدون ملاحظه در جوی آب پاک زندگی این لحظه که جاری در جانم می‌شود می‌ریزم.

نفاق و دورویی من ذهنی که فعلاً کارفرما و صاحب اختیارم شده است، مرا که هشیاریم به هرطرف می کشاند و می برد و از این لحظه دور و دورتر می کند.

وقتی پای درس مولانا می نشینم خودم را رند و عاشق و سالک و صادق تصور کرده ولی در بیرون کلاس مولانا نفاق من ذهنی را به جای اشعار و درس هایی که آموخته ام، راهنما و کارفرمای خود انتخاب می کنم. مولانا اجازه ی چنین نفاقی را به هشیاری که دعوت کرده و به شاگردی گرفته است، نمی دهد. او و زندگی می دانند که در این لحظه ریشه ی جان من از فضای یکتایی آب می خورد یا از جهان همانیدگی ها.

**که بیخ بیشه ی جان راه، همه رگ های شیران را
بداند یک به یک آن راه، بدیده ی نورافزایی**

تمام «این لحظه» های تو از دیده ی نورافزای زندگی و مولانا پنهان نمی ماند، یک به یک آن ها در ترازوی هشیاری کل و هشیاری آگاه و بیدار سنجیده می شود، که این لحظه از عمر عزیز را صرف بزرگ کردن فضای درون کردی یا صرف بزرگ کردن من ذهنی؟

**بداند عاقبت ها راه، فرستد راتبت ها را
ببخشد عافیت ها راه، به هر صدیق و یکتایی**

اگر همین حضور و فضای گشوده شده ای که پای درس مولانا و یا با پذیرش اتفاق این لحظه پیدا کرده ای را حفظ کنی و مراقب چراغ این دل بیدار باشی که کم سو نشود، مولانا و زندگی یا هر هشیاری آگاهی که دست یاری به سمت تو دراز کرده، عاقبت تو را می بیند و می داند و با پیام هایش تو را به سمت عاقبت به خیری (بیدار شدن از خواب ذهن و بیدار ماندن) راهنمایی می کند.

پس باید از کنار هر بانگی که وارد هشیاریت می شود و تو را بالا می کشد، بی تفاوت رد نشده و به آگاهی هایت عمل کنی، تا مستمری و حقوق بعدی (درسی دیگر و آگاهی جدید) را دریافت کنی. پاداش این یکرویی ها و صداقت در قول و عمل: عافیت و سلامت چهاربعدی، افزایش جان اصلی و هزاران برکت مربع حقیقت می باشد. تو خودت را شایسته و سزاوار این زندگی حقیقی کرده ای.

براندازد نقابی راه، نماید آفتابی را دهد نوری خرابی راه، کند او تازه انشایی

نقاب من ذهنی که هر لحظه روی جان اصلیت را پوشانده بود، برایت کنار زده می‌شود و تو آگاه می‌شوی که: « من، من ذهنی نیستم.» حس جدا بودن از من ذهنی و منطبق شدن هشیاری بر هشیاری، سبب طلوع آفتاب درون و تابش نور حقیقت بر خرابی‌هایی می‌شود که من ذهنی ایجاد کرده.

پس درمی‌یابم که همه‌ی خرابکاری‌ها از طرف خودم بوده که من ذهنی را کارفرمایم انتخاب کرده بودم. پس دست از مقصر پیدا کردن و ملامت و شکایت و ناله برداشته و نیروی این لحظه صرف جبران از دست‌رفته‌ها و اصلاح خرابی‌ها می‌شود.

انطباق هشیاری بر هشیاری، نوری فوق نور دیگر می‌شود؛ دیده‌ی نورافزا، کارافزایی و مسأله‌سازی را متوقف کرده و کارگشای مسائل ایجادشده در گذشته می‌شود. خلاقیت‌های راه‌گشا و نوبه‌نو، بن‌بست‌هایی که من ذهنی ایجاد کرده بود را باز می‌کند.

اگر این شه دورو باشد، نه آتش خُلق و خو باشد برای جست‌وجو باشد، ز فکر نفسِ کژپایی

گاهی زندگی چنان روی تَرشش را نشان می‌دهد که دیگر امیدی به دیدن روی زیبای آرامش نداری، هرگونه تلاش من ذهنی برای درست شدن اوضاع و شاد بودن، بی‌فایده است. ابر ناامیدی و غم، سرتاسر آسمان درون را گرفته بدون هیچ بارانی.

در درون از خود و زندگی همیشه همراه می‌پرسم: این همه قبض و دل‌گرفتگی از چیست؟ قبض و بسط تا کی؟ پس چرا تمام نمی‌شود؟ پس کی من به ثبات و عمق بی‌نهایت دست پیدا می‌کنم؟ دیگر خسته شده‌ام، پس کی هرروز مولانا خواندن‌ها نتیجه می‌دهد؟ این همه زمین خوردن و بلند شدن دیگر در توان من نیست!

مولانای عزیزم دست هشیاریم را گرفته و از وسط باتلاق ناامیدی و توقع و شکایت و ناله بالا می‌کشد و نجات می‌دهد، می‌گوید: خُلق و خوی خدا همه لطف و رحمت و عنایت و مهربانی مطلق است. وضعیت دردناک فعلی را پیش می‌آورد و ادامه می‌دهد، تا دست از جست‌وجو با فکر برداری.

این حال و هوای عجیب و غمِ طولانی دارد نشان می‌دهد که باز در دامِ جدیدِ ذهن افتاده‌ای: توقع نتیجه از کار روی خود، منتظرِ رسیدنِ فردای عشق هستی، برای خودت پارکِ حضورِ چیده‌ای که اگر چنین و چنان گوش کنم و بخوانم و بنویسم، موفق می‌شوم.

تا بدانی که باید بهترین راه و روش‌های کار کردن روی خود را رها کرده و فقط چشم در آسمان عدم بیندازی و جست‌وجو با مرکز عدم را آغاز کنی.

جست و جویی از ورای جست و جو

من نمی‌دانم، تو می‌دانی، بگو

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۱۱

ما هر لحظه در حال جست‌وجوی زندگی هستیم که زندگی حقیقی را یافته و تمام و کمال تا انتهایش زندگی کنیم، بله این حق ماست! ولی نه زندگی جستن با ذهن.

جست‌وجو با من ذهنی یا جست‌وجو در فضای یکتایی؟

جست‌وجو با عدم، در فضای گشوده‌شده، هیچ حس ناخوشایندی به همراه ندارد، مانند خدا سبک‌رویی به همراه دارد، انقباض و دل‌گرفتگی ندارد.

دورویی اوست بی‌کینه، ازیرا اوست آینه

ز عکس تو در آن سینه، نماید کین و بدرایی

دورویی زندگی در قبض و بسط‌ها، در شادی و غم‌ها، از روی انتقام و کینه‌ورزی نیست که دشمن شوم و ناله و شکایت را شروع کنم. «طرزِ گذرانِ زندگی‌ام در این لحظه» آینه‌ی درونم است که من دارم در درونِ درویی می‌کنم.

هر روز در خلوت خودم گنج‌حضور می‌خوانم و می‌نویسم و گوش می‌کنم ولی در میدان اتفاق همه‌ی آموخته‌ها را کنار گذاشته و با عقل من ذهنی جلو می‌روم، هیچ درد هشیارانه‌ای نمی‌کشم که آن چه می‌دانم عمل کنم، اکثر اوقات روز ذهنم روشن است و هنوز به اهمیت خاموشی ذهن پی نبرده‌ام، چرخش در ذهن را همچون قبل ادامه می‌دهم.

این همه بداندیشی را چگونه متوجه شوم و ببینم، جز در آینه‌ی تمام‌نمای چهاربُعد و وضعیت‌هایم: فعل توسل این غصه‌های دم‌به‌دم، نه فعل زندگی لطیفِ مهربان!

مزن پهلو به آن نوری، که مانی تا ابد کوری
تو با شیران مکن زوری، که روباهی به سودایی

تا کی می خواهی شمع عقلت را در میان روزِ حضورِ زندگی در درونت، روشن کنی و جست و جویِ زندگی کنی؟
تا کی می خواهی امتحان کنی که ببینم صبر خدا چقدر است و تا کجا به من ذهنی و خرابکاری هایش که ادامه می دهم، مهلت می دهد؟

شاید این بار صبر خدا بیشتر شده باشد و هرچه من بیشتر زورورزی کنم او عقب تر بنشیند و مهلت و اجازه ی جولان دادن با من ذهنی را به من بدهد.

این دفعه هم امتحان می کنم ببینم زور من بیشتر است که کارِ من ذهنی را به نتیجه برسانم یا زورِ زندگیِ قدرتمند که با یک اشاره می تواند کن فیکون کرده و مرا از صفحه ی هستی محو کند.

تا به دیوارِ بلا نآید سرش
نشنود پندِ دل آن گوشِ کَرش
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳

تا کی می خواهی تا تهِ کوچه ی «بن بست» من ذهنی و فکرهای باطلش پیش بروی و با درد، من ذهنی را کوچک کنی؟ وقت آن نیامده که صراطِ مستقیم یک رویی با زندگی را تا تهش که بی نهایت هست و انتهای ندارد را، فقط ادامه دهی و به صدها کوچه ی «بن بست» من ذهنی وارد نشوی؟

از همان اول باید چشمِ حضورت را بیندازی روی تابلوی «بن بستِ من ذهنی» و اصلاً حتی یک قدم هم از صراطِ مستقیم منحرف نشوی در کویِ ذهن.

تو فقط باید چشم در چشمِ زندگی بیندازی که او کجا می رود و تو را هم به دنبال خود می کشاند. باید زندگی را به موازاتِ این لحظه هر جور که پیش آمد پیش ببری و منتظر هیچ رسیدنی نباشی، هیچ فردایی نیست، هیچ آینده ای برای حضور وجود ندارد.

حضور یعنی همین «این لحظه» ها که در بودن سپری شود نه در ذهن و فکر و هیجان.

حضور یعنی دنبال زندگی راه رفتن بدون هیچ سؤال و اعتراضی، فقط شاهد و ناظر بودن، منتظر نبودن، ذهن را خاموش کردن، افتادن و باز با قدرت بلند شدن و به دنبال نور این لحظه رفتن، نه ناامید شدن و وسط راه وارد شدن به بن‌بست ناله و شکایت و یأس و ناامیدی، قدم گذاشتن در هریک از این بن‌بست‌ها مرا خسته می‌کند و انرژی‌ام را هدر می‌دهد.

مراقب باش در امتحان خدا زیاده‌روی نکنی که مهلت‌ها پایان یافته و عمر عزیز را از کف می‌دهی و تا ابد کور می‌مانی!

که با شیران مری کردن، سگان را بشکند گردن
نه مگری ماند و نی فن، نه دورویی، نه صدتایی

هرگاه قصد امتحان و زورآزمایی با زندگی را دارم که ببینم چه کسی برنده‌ی بازی این لحظه می‌شود، باید خودم را در چنگال شیر زندگی تصور کنم.

این من‌ذهنی حيله‌گر است و فقط می‌خواهد با مگری هشیاریم را فریب داده و در خرابکاری‌هایش شریک کند، ولی من خودم را به چنگال خونین شیر زندگی می‌سپارم تا هرچه می‌خواهد با من بکند. هر دردی هم آمده و گردنی هم شکسته، گردن من‌ذهنی بوده که جرأت زورآزمایی با خدا و امتحان او را داشته است.

پس از کوچک شدن‌ها و ابرهای درهم گره‌خورده و رعدوبرق‌های درونم نمی‌هراسم، زیرا که می‌خواهد همه‌ی مکر و فن و زرنگی‌های روباه را از بین ببرد و عوعوی سگ من‌ذهنی را خاموش کند. به موقعش بیارد و نفاق و دورویی‌ها را بشوید و ببرد. لایه‌به‌لایه طمع‌های من‌ذهنی صدتو را باز کند و دور بیندازد و در نهایت یکتایی را به من هدیه دهد.

تا این من‌ذهنی را در خودم و دیگران راضی نگه می‌دارم، از همه‌چیز و همه‌کس ناراضی هستم.

تا وقتی عیب می‌بینم که برطرف کنم، از عیب‌های خودم و برطرف کردن آن‌ها می‌مانم.

در لحظه‌ی مبارکِ پایانِ غزل ۲۵۵۲، با کمکِ زندگی و مولانا و آقای شهبازی و دوستان عزیز که هشیاری‌هایشان را در کنار و همراهِ هشیاریم در این مسیرِ تبدیلِ حس می‌کنم، متعهد می‌شوم به یک‌رویی، که تا حداکثر توان رویم را توجهم را (که من توجه زنده هستم) بیندازم روی درونم.

این لحظه به مبارکیِ این غزل و این برنامه کن فیکون شده، ذهنم خاموش و مرکزِ عدم شده است. متعهد می‌شوم که این مبارک‌جایِ عدم را از دست ندهم، بمانم و بمانم و بمانم، صدتو و صدپاره نشوم.

اگر اشتباه کردم بدون وارد شدن به بن‌بستِ ملامت و چه کنم چه کنم، برگردم در صراطِ مستقیمِ زندگیِ این لحظه.

به سوتِ زدن‌های فضای مجازی و من‌های ذهنی اطرافیان توجهی نکرده و از جا کنده نشوم، سرم را در جوی زلالِ یکتایی گذاشته و عقل من‌ذهنی را تعطیل کنم.

به هر «یک‌سانت» بلند شدنِ من‌ذهنی آگاه باشم و سرش را در جوی سکوت و عدم و خاموشی فرو ببرم تا فروکش کند، که اگر غفلت کرده و پشتِ گوش بیندازم، «چند متری» شده و کار مشکل می‌شود.

پای این پیام را مهر و امضا می‌کنم که فراموش نکرده و بندبند تعهدات درونِ ابیات را عمل کنم تا مُستمریِ مورد نیاز بعدی‌ام را از زندگی، مولانا، آقای شهبازی، هشیاری دوستان و جان‌های پاک دریافت کنم.

شاد و سلامت باشید.

مرضیه از نجف‌آباد