

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اندر اتقوا
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

گر نباشد حفظ و تقوی
زینهار، دور کن آلت بینداز اختیار
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰

ما کی مالک اختیار خود هستیم؟

وقتی در ذہنت داری حرف می‌زنی و یادت می‌افتد که این کار یعنی مقاومت و برمی‌گردد به این لحظه یعنی داری مالک اختیار خودت می‌شوی.

وقتی یک چیز جدید می‌خواهد توجهت را بدزدد و تو یادت می‌افتد که ضرورت ندارد و می‌ترسی که آن به مرکزت بیاد، یعنی داری مالک اختیار خودت می‌شوی.

وقتی از رفتار یا حرف کسی داری خشمگین می‌شوی و یا می‌خواهی برنجی و یادت می‌افتد که تو حق نداری زندگی زنده این لحظه را زندگی نکنی و به این خشم و رنجش غذا بدهی و این غذا تبدیل به دردی شود و در یک گوشه مرکزت ذخیره شود و مواظب خودت هستی که مرتکب این اشتباه نشوی، یعنی داری مالک اختیار خودت می‌شوی.

وقتی خبری می‌شنوی و از شدت هیجان ناشی از آن خبر، طبق عادت شرطی‌شده‌ات داری فضا را می‌بندی و بکھو یادت می‌افتد که «اتقوا» و فضا را باز می‌کنی یعنی این لحظه داری مالک اختیار خودت می‌شوی.

پس شکر کن و بیشتر ایات مولانای جان را تکرار کن چون بدون اینکه بدانی و متوجه شوی دارد رویت کار می‌کند و به‌قول خانم مرجان: اثر دارد، اثر دارد.

پس فضای ذهن خطر ناک است. خطر دارد، خطر دارد. فضای ذهن پردرد است.
درد دارد، درد دارد. و برای ایمن ماندن تلاش کنیم تا مالک اختیار خودمان باشیم.

وقتی عزیزی را از دست دادی، به‌جای زانوی غم بغل کردن و دنبال سبب‌های ذهنی گشتن، مسبب‌الاسباب را ببینی و نعره «لاضیر» بزنی و «لا احب الا فلین» بگویی و یا وقتی عزیزی متولد شد فوراً آن سه بیت طلایی دفتر سوم:

هر چه از وی شاد گردی در جهان
از فراق او بیندیش آن زمان
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷

را بخوانی.

وقتی از این لحظات راضی هستی و می‌توانی در برابر اتفاق این لحظه با شکر و رضا و صبر فضا را باز کنی و از تعداد محدودی راه‌حل تقلیدی و شرطی‌شده که قبلاً آموختی و در مواجهه با هر مشکلی مثل ربات از آنها استفاده می‌کردی دیگر استفاده نمی‌کنی و من‌ذهنی‌فالت را بیکار کردی و منتظر می‌مانی تا راه‌حل این چالش را از خرد کل دریافت کنی، یعنی در این لحظه مالک اختیار خودت شده‌ای.

این یعنی بله به الست، یعنی احترام به خالقت، یعنی وفا، یعنی توکل، یعنی پی بردن به ارزش واقعی خودت، یعنی قدرشناسی نسبت به زندگی و زحمتهای بی‌شائبه آقای شهبازی بزرگوار و تمامی عزیزانی که عاشقانه و دلسوزانه در این مسیر معنوی خدمت می‌کنند، یعنی «راضی و مرضی»، هشیاری سوار بر هشیاری قائم به ذات خود در این لحظه، یعنی طلوع خورشید عدم در مرکزت، یعنی تسلیم.

با عشق و احترام، زهرا از نوشهر