

به نام خدا و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و همهٔ دوستان

ایباتی از برنامهٔ ۹۵۰ گنج حضور\_ (2)

از هر چهتی تو را بلا داد  
تا باز کشد به بی‌جهانت  
- (مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۳۶۸)  
- بی‌جهات: موجودی که برتر از جا و جهت است، عالم الهی

زندگی برای این که ما را به بی‌نهایت برگرداند و به خودش وصل کند، باید با ضربه و اتفاقات و بلا به ما بگوید که این چیزی که به آن چسبیده‌ای اصل تو نیست و برای شادی و آرامش و زندگی نباید به این چیزها بچسبی، نباید به آدم‌ها بچسبی به پول به خودنمایی، به ظاهر، به مقام و شهرت و حرفه، به باورها و هر چیزی. مثلاً به تعدد رابطه و جنس مخالف، که ما را با انواع درد روبرو می‌کند، مثل درد جدایی یا امراض پوستی و یا وسواس‌های جنسی که منجر به افسردگی و تحلیل انرژی می‌شود. زندگی در اصل از اول این نبوده که ما فکر می‌کردیم، این زندگی که شامل رقابت و حرص زدن و شهوت‌رانی و کینه و حسادت و حسرت است را از من‌های ذهنی یاد گرفتیم و فکر کردیم این‌ها افتخار است و از کودکی به بزرگانی چون مولانا و دیگر بزرگان توجه نکردیم و مرکز را آلوده کردیم و به زور از زندگی و خدا و بی‌نهایتی و شادی بی‌سبب جدا شدیم. پس از این به بعد از بلا و اتفاق فعلی و اتفاقات گذشته فرار نکنیم و این را دعوت زندگی ببینیم و تسلیم شویم و با عذرخواهی دست خدا را بگیریم تا او راه را نشان دهد.

کار آن کارست ای مشتاق مست  
کاندر آن کار، ار رسد مرگت، خوش است  
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸)

قبل از عمل کردن باید ببینیم که این فکر و حرف و عمل و واکنش آیا منجر به کوچک شدن من‌ذهنی و نفس امرکنندهٔ ما می‌شود یا باعث بزرگ شدن و درد پخش کردن. حتی گاهی با این که در ظاهر حق با ما است، اگر سکوت کنیم و صبر کنیم و گذشت کنیم و درد هشیارانه را با عشق و رضایت بکشیم، من‌ذهنی را زندگی کوچک می‌کند و شادی بی‌سبب را و آرامش و حس کافی بودن را در ما زنده می‌کند.

جز توکل جز که تسلیم تمام  
در غم و راحت همه مکرست و دام  
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸)

با توکل صددرصد و تسلیم و صبر است که راحت و آسوده و سبک‌بال و آرام می‌شویم و زنده به خدا و زندگی، و هر چیزی که من‌ذهنی برای آسودگی و راحتی و شادی نشان دهد دام و تله برای بزرگ کردن و زنده ماندن خودش است.

شاد از وی شو، مشو از غیر وی  
او بهارست و دگرها، ماه دی

هر چه غیر اوست، استدراج توست  
گرچه تخت و ملک توست و تاج توست  
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۷ و ۵۰۸)

تنها شادی حقیقی، شادی بی‌سبب و بیست و چهارساعته است که با تسلیم و عدم و خالی شدن مرکز حاصل می‌شود، یعنی از تمام همانیدگی‌ها و شهوات و اعتیادها و باورها و تنفرها و حسرت‌ها خالی شدن و محدود به جسم و جهان نبودن. و اول از درون خالی شدن و وصل شدن به زندگی و بعد با هدایت زندگی، تجربه کردن زندگی از درون به بیرون. اگر غیر این باشد و از چیزهای بیرونی زندگی و لذت را گدایی کنیم به درد و امراض گرفتار می‌شویم و تلف می‌شویم، فرقی ندارد به چه چیز چسبیده‌ایم چه به یک انسان و یا یک جسم و وسیله و یا به مقام و باور، در هر حال باعث بزرگ شدن من‌تقلبی و تلف‌کننده می‌شود. کافی است که برای مدتی با بزرگی چون مولانا همراه شویم تا خودمان این را تجربه کنیم و طعم شادی بی‌سبب در درون را بچشیم و متوجه شویم که برای زندگی نیاز به گدایی و دست و پا زدن و چسبیدن به چیزی نداریم و بعد از این بینش می‌بینیم که سرشار از آرامش می‌شویم.

هر ولی را نوح و کشتیبان شناس  
صحبت این خلق را طوفان شناس

کم گریز از شیر و اژدرهای نر  
ز آشنایان و ز خویشان کن حذر

در تلاقی روزگارت می‌برند  
یادهاشان غایبی‌ات می‌چرند  
-(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۵ تا ۲۲۲۷)

هر بزرگی مثل مولانا و کسانی که تسلیم زندگی هستند تا خدا و خرد کائنات آن‌ها را هدایت کند، همسفر و راهنمای ما هستند، اما خواسته‌های من‌ذهنی و راهنمایی من‌های ذهنی و ایده و فلسفه‌بافی و باورهای آن‌ها، ما را در طوفان دردها و خطر تلف شدن گرفتار می‌کند. حال به‌جای فرار از بزرگان و انسان‌های زنده و متعهد به حقیقت و اصل خویش باید از من‌ذهنی خود و دیگران هشیار باشیم و به ورای آن‌ها برویم. محدودیت‌ها و صحبت‌های من‌های ذهنی، جز حرف‌های بی‌په‌وده و تکراری مثل مقایسه پول و ظاهر و یا صحبت از شهوت و یا پخش تنفر و اخبار و واکنش به همدیگر دادن چیز دیگری برای ما نداشته و وقت ما را برای عدم کردن و خالی کردن مرکز همین تلاقی‌ها تلف می‌کند. و درک همین باعث می‌شود از این روابط تا جایی که می‌شود و از دستمان برمی‌آید پرهیز کنیم، البته بدون واکنش و رنجش و ایرادگیری و کوچک کردن دیگران.

بداد پندم استاد عشق ز استادی  
که هین، بترس ز هرکس که دل بدو دادی  
-(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹)

عشق و روابط انسان خالی از همانیدگی و زنده به زندگی، مثل انسان همانیده از روی گدایی و چسبیدن و زجر کشیدن و زندگی و شادی را از دیگری و چیزها گدایی کردن نیست. او اگر هم با دیگران ارتباطی داشته باشد، از روی عشق و لطافت است و فقط عشق را می‌دهد و ارتعاش آرامش و سکوت و شادی بی‌سبب را پخش می‌کند و زندگی را روی زمین دیگران نمی‌سازد و از جدایی و رفتن دیگران، زندگی را نابود شده نمی‌بیند. ۲۲ و با عقل خرد کل به مسیر زندگی در لحظه حال ادامه می‌دهد و گذشته را پشت سر رها می‌کند و بار گذشته را به دوش نمی‌کشد و عاشق سبک‌بالی و عشق است و از عواقب کینه و تنفر و حمل گذشته باخبر است و شادی بی‌سبب را با رنجش گذشته عوض نمی‌کند. او حتی اگر برای همیشه تنها بماند برای خود کفایت می‌کند، زیرا به منبع بی‌نهایت زندگی وصل شده و از این لحظه و امروز راضی است و به گذشته و آینده کاری ندارد. پس امروز را تلف نمی‌کند و با نور خورشید صبح به زندگی سلام می‌کند و خودش را در آغوش می‌گیرد و هر قدم را با شکر و عشق برمی‌دارد و به آسمان و پرندگان و ستارگان و زمین و همه جهان و انسان‌ها و جمادات و نباتات درود می‌گوید و قدر عشق درون و سبک‌بالی را می‌داند.

ما مُلک عافیت نه به لشکر گرفته‌ایم  
ما تخت سلطنت نه به بازو نهاده‌ایم  
-(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۶۵)

انسانی که مرکز را عدم و خالی از هر عقده و حسرت و خواستن من‌ذهنی کرده و گدای کسی و چیزی نیست زندگی او را به بی‌نهایت و اصل و منبع وصل کرده و او از درون پادشاه زندگی خودش شده و دیگر پادشاهی بیرونی و مقام و شهرت و چیزهای این جهانی جاذبه و اهمیت خودشان را از دست می‌دهند و او در این جهان بدون طمع و حرص و ولع و حسرت و کینه و حس قربانی و گدایی و شهوت‌رانی زندگی می‌کند. و البته فراموش نشود که برای گرفتن پادشاهی درون اول باید همانیدگی‌ها و اعتیادها و چسبیدن‌ها را شناسایی و با اختیار خود به ورای آن‌ها رویم و حتی اگر مجبور به داشتن بعضی چیزها هستیم، اما آن‌ها را به مرکز و دل نچسبانیم و از آن‌ها زندگی گدایی نکنیم.

جریده رو، که گذرگاه عافیت تنگ است  
پیاله گیر، که عمر عزیز بی‌بدل است  
-(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۴۵)  
-جریده: تنها، در اینجا یعنی رها از بند تعلقات  
-بی‌بدل: بدون جایگزین

راه ما برای باز نگه داشتن مرکز و خالی کردن و خالی نگه داشتن باید با مراقبت و هشیاری و گوش به‌زنگی لحظه‌به‌لحظه باشد، تا عوامل بیرونی و درونی ما را وسوسه نکنند و هوای نفس ما را به سمت همانیده کردن و چسبیدن به چیزی نکشاند. که اگر این را رعایت نکنیم و ناآگاهانه به هر سو برویم و بچسبیم، پیاله عشق ما خالی می‌ماند و از زندگی و خدا شادی بی‌سبب و اصلی را که باید می‌گرفتیم، نمی‌گیریم و با شادی‌های تقلبی و خشک‌کننده زندگی را تلف می‌کنیم و با کوله‌باری از درد و افسردگی و تنش و رنجش و کینه و منفی‌بافی تلف می‌شویم.

نه من ز بی‌عملی در جهان ملولم و بس  
ملاّت علما هم ز علم بی‌عمل است

-حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۴۵)

-ملول: اندوهگین

-ملالت: غمگینی

اکثر این گفته ها برای عمل کردن است نه خودنمایی و معنوی نمایی و خود مشغولیت، کسانی که با دانش فراوان معنوی هنوز در درد هستند به این علت است که دلشان را از چیزهایی خالی نکردند و هنوز از چیزهایی زندگی گدایی می کنند. پس ما هم از همین حالا متوجه این نوع وقت تلف کردن باشیم و به جای اندوختن بدون عمل، با همان دانش محدودی که از بزرگان گرفتیم و می گیریم عمل کنیم و شروع به شناسایی و انداختن بار سنگین خود کنیم تا این بالن اوج بگیرد و ما شادی بی سبب را تجربه کنیم و طعم حقیقی آرامش و بی نیازی و کافی بودن را با همراهی با بزرگان و زندگی بچشیم. هر چیزی بیرونی که بخواهیم زندگی را از آن گدایی کنیم، به خاطر وصل نبودن به بی نهایت و اصل خودمان است، وگرنه وقتی وصل باشیم تعدد رابطه و غریزه جنسی و چیزهایی که فکر می کنیم کنترلش دست ما نیست و یا خیلی مهم هستند، خیلی خیلی پیش پا افتاده می شوند و بدون اینکه ما آن ها را با قدرت اراده و کنترل و خشم کنار بگذاریم خودشان کم رنگ می شوند. چون به لذات ابدی و شادی اصیل وصل شده و خود زندگی باعث می شود این چیزها برای ما کشش و جاذبه قبل را نداشته باشند، مگر در راه عشق ولی نه برای شهوت رانی و زندگی گدایی کردن و خشک کردن خود و دیگری.

با سپاس از همه

علی از تهران