

به نام خدا

فرمول‌های غزل، ۱۳۵۵ برنامه ۱۰۰۴

در ریاضیات فرمول عبارت کوتاهی است که معنای خاصی دارد و به راحتی در حافظه جای می‌گیرد تا وقتی نیاز شد سریعاً به خاطر آمده و به کار برده شود. اگر فرمول‌ها را حفظ باشیم و کاربرد آن را بدانیم، می‌توانیم مسائل پیچیده را به راحتی حل کنیم و به جواب صحیح برسیم.

در زندگی هم اگر فرمول‌هایی که دین یا بزرگان برایمان به ارمغان آورده‌اند را حفظ باشیم، موقعی که زندگی با کُنْ فَکَانَ اتفاق درونی یا بیرونی را جلویمان می‌گذارد، همان چیزی که ذهن از ظاهر این لحظه نشان می‌دهد، می‌توانیم به راحتی حل کنیم و به جواب که «حقیقت این لحظه» است برسیم، و زندگی زنده آن را پر و کامل زندگی کنیم و به اندازه یک لحظه بزرگ‌تر و باقی‌تر شویم، و نورمان کامل‌تر شود.

✓فرمول حذف تمامی نگرانی‌ها و حس بی‌لیاقتی که به زندگی نرسیدم:

دو چشم بگشادی به آفتاب وصال!

✓فرمول گم نشدن در فکرها و آمدن به این لحظه:

برآ به چرخ حقایق! دگر مگو ز خیال!

✓فرمول حس یکتایی و وحدت با انسان‌ها و اتفاقات بیرون، و آشتی با احوالات درون:

ستاره‌ها بنگر از ورايِ ظلمت و نور

✓فرمول از بین بردن حس وجود در ذهن و بودن در این لحظه با کمترین هستی‌داری:

چو ذره

✓فرمول رها کردن هر غم همانیدگی:

رقص کنان

✓فرمول رهایی از پندار کمال و فرمول رها نکردن کار معنوی روی خود:

ذره در آن آفتاب درنرسد!

✓ فرمول تعیین هر لحظه جنس خودم که من ذهنی‌ام یا خداییت، و چه ارتعاشی پخش می‌کنم:

نورِ خِصال

✓ فرمول لحظه به لحظه فضاگشایی (چون بهترین خدمت به زندگی یعنی به خودم و مردم، فضاگشایی‌ست)

به خدمت خمید!

✓ فرمول خاموشی و حیرانی، و نشان‌دار نکردن این لحظه:

دهان ببند! خدای داند.

✓ فرمول نرفتن دنبال وصف حال و جدی نگرفتن آن چه ذهن نشان می‌دهد:

مکن اشارت! مپر!

✓ فرمول استقبال از درد هشیارانه و هر ریاضت بی‌اختیار را به جان خریدن که جزو صنُع این لحظه است:

مرا فراقِ نمک‌هاش شد و بالِ و بال

✓ فرمول نگه داشتن اتصال تحت هر شرایطی:

مِلکِ گشتِ وصال

✓ فرمول جدی نگرفتن حال ظاهری این لحظه‌ام چه خوب و چه بد، و جدی نگرفتن فکر و حرف ذهنم و حرف بقیه:

نه حیلۀ حال و نه اِلتفات به قال

تکرار صدها باره فرمول‌ها در طول روز و تمرین کردن آن در حل چالش‌ها و اتفاقات گوناگون، باعث می‌شود آن‌ها در جانم نصب شوند و درستی‌شان ثابت شود. فرمول‌های جدید با قبلی‌ها پیوند خورده و «امتحان بر امتحانات» زندگی که لطف اوست تا به او نزدیک‌تر شده و بیشتر از جنس او شوم را، یکی پس از دیگری به راحتی پشت سر بگذارم و بدون تأخیر و مشکل و ایجاد دردی به سمت او بروم.

و حال شرح غزل به زبان ساده برای ذهن تا درستی فرمول‌ها ثابت شود و بتوانم عمل کنم:

دو چشم اگر بگشادی به آفتابِ وصال

برآ به چرخِ حقایق، دگر مگو ز خیال

-(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۵)

با هر نفس تازه، دو چشم تیز حضور ناظر و شاهدت به آفتاب این لحظه باز می‌شود و وصل می‌شوی به جریان زندگی این لحظه. تو که هشیاری و توجه زنده هستی باید سوار هشیاری این لحظه شوی؛ پس از وطن ذهن کنده شو بیا بالا به فضای یکتایی، دُلْدُلِ هشیاری برگزیده به تو بخشیده شده و تو را می‌رساند به حضور شاه=خودت؛ همان‌طور که پیامبر را رساند.

مراقب باش که دیگر حتی یک لحظه یک قدم هم پشت‌سرت را نگاه نکنی و توجهی روی خیال این لحظه که ذهن نشان می‌دهد نبری.

این لحظه سر دوراهی «خیال» و «فضای بازشده حقایق بیرون و درونت» هستی؛ و این تو هستی که انتخاب می‌کنی دنبال خیال بروی و با توجه کردن به آن از توهم بگویی، یا ره‌ایش کنی و یک قدم بالاتر بیایی تا به حقیقت این لحظه که در فضای باز شده دست پیدا کنی، یک قدم به بی‌نهایت نزدیک‌تر شوی.

ستاره‌ها بنگر از ورای ظلمت و نور  
چو ذره رقص‌کنان در شعاع نور جلال  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۵)

در آن فضای باز شده هرچه که هست ستاره‌هایی‌ست که نور از خدا گرفته و در ذهن تو روشن می‌شوند، به قضاوت ذهن که از اتفاقات و احوالات و انسان‌ها نشان می‌دهد نگاه نکن، که می‌گویند این نور است و خوب است، به‌به بچسیم به آن! یا این تاریکی است و بد است، از آن فرار کنم.

هرآن‌چه در این لحظات هست، جزو صنّع و آفرینش خدا بوده و مانند ذراتی در شعاع نور خداوند به‌سمت او می‌رقصند و حرکت می‌کنند. من چیزی جز آن‌چه در بیرون هست نمی‌باشم، پس من هم خودم را جدای از این شعاع تابش نمی‌بینم و ذره‌ای می‌بینم که داریم در زیر ظلّ خداوند غلغل کرده و بی‌سبب شادی می‌کنیم؛ آن هم با کمترین هستی‌داری، در حد ضرورت و رفع نیاز، همچون ذره‌ها و سبک.

اگرچه ذره در آن آفتاب درنرسد  
ولی ز تاب شعاعش شوند نور خصال  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۵)  
-خصال: خصلت‌ها، خوبی‌ها

ذره هیچ‌گاه به آفتاب نمی‌رسد، ولی می‌تواند با چشم دوختن به آفتاب و از زیر چتر خدا بیرون رفتن، خوی خدا را بگیرد.

که بیا من باش یا همخوی من  
تا ببینی در تجلی روی من  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۹)

من یا فضا را باز می‌کنم و در آن فضای باز شده که خود خداست حل می‌شوم و مست و بی‌خود، یا تقلید از خدا می‌کنم در صفاتی که از آن آگاه شده‌ام: یکتا، بی‌ظنیر، لطیف، بی‌نهایت، کریم و ... و نور خصال می‌شوم، ویژگی نور را می‌گیرم یعنی هر فرمی دارم را انکار می‌کنم و از هر نقشی که دارم عریان می‌شوم تا کاملاً به او زنده شوم و تجلی صفاتش شوم.

هر آن دلی که به خدمت خمید چون ابرو

گشاد از نظرش صد هزار چشم کمال  
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۵)

دل یا مرکز توجهم را کاملاً خالی نگه می‌دارم در خدمت زندگی، تا هرچه خواست از آن‌جا خلق کند. تخته را سفید نگه می‌دارم تا او با فکر، عمل، حرف و هیجان از من بنویسد، من ذهنی را خمیده می‌کنم تا بلند نشود و ابراز وجود نکند که تا تماماً مانند ابرو در خدمت چشم زندگی باشم؛ خود چشم شوم که خدا از طریق من هرجوری خواست به جهان نگاه کند، نه هرجوری ذهنم نشان می‌دهد نگاه و توجه کنم به چیزها.

یک نظر و حضور من در این لحظه که چراغی روشن است می‌تواند صد هزار چراغ تاریک و مبهم درون خودم را روشن کند، همین‌طور صد هزار هشیاری دیگر را بیدار و روشن کند به حقیقت این لحظه.

چنین قدرت شگفت‌انگیزی در پس یک نظر زنده بدون دخالت ذهن من وجود دارد، برای همین اگر یک لحظه آن را از دست بدهم یک عمر پیشیمان می‌شوم. خب من آمده‌ام برای این نظر قدرتمند! لحظه به لحظه دم او جسم مرا زنده نگه می‌دارد برای این کار ارزشمند، اگر «یک نفسم» به هدر برود قابل جبران نیست!

بهترین خدمت به خدایت درون خودم و بقیه = فضاگشایی

«ما رَمَيْتَ إِذْ رَمَيْتَ كُنْتَ حَقًّا»، اگر گفتیم «خدا دارد تیر پرتاب می‌کند» خدمت حساب می‌شود و دست آلوده من ذهنی به آن نمی‌خورد که خرابکاری کند و یا خودش را بزرگ کند.

دهان ببند ز حالِ دلم که با لبِ دوست  
خدای داند کاو را چه واقعه‌ست و چه حال  
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۵)

حال و احوال دلی که چنین به خدمت زندگی درآمده و بی‌نهایت شده و این که در کدام مرحله تبدیل است را نمی‌توان در قالب کلمات محدود گذاشت و بیان کرد، و نه با ذهن تصور کرد و خوشحال شد. آن‌جا دیگر لحظه به لحظه بوسه از لب معشوق گرفتن است، هر لحظه اتصال یک بوسه است که فقط خود خدا می‌داند حال دل من چقدر خوب است و چقدر غرق شادی بی‌سبب هستم و چه برکات و امنیت و قدرتی دارم؛ فقط خود خدا می‌داند و نیازی نیست «من ذهنی بدانم» یعنی «من با ذهنم بدانم».

مکن اشارت سویِ دلم که دل آن نیست  
میر به سویِ همایان شه بدان پَر و بال  
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۵)

-هما: پرندهای دارای جثه‌ای نسبتاً درشت. قَدْما این مرغ را موجبِ سعادت می‌دانستند و می‌پنداشتند که سایه‌اش بر سر هر کسی افتد او را خوشبخت کند.

در این فضای باز شده هیچ توجهی به آن‌چه ذهن نشان می‌دهد از این واقعه مبارک نکن؛ می‌گویند که ببین چه حال خوبی! مراقب باش فلیش توجهت به آن سمت دل و مرکز جسمی اشاره نکند و تو را از او غافل نکند. این تله مریخ نحس است، آمده تا خنجر و شمشیر کند در میان بزم و عیشی که با زندگی به‌راه انداخته‌ای.

آن چه نشان می‌دهد دل اصلی نیست؛ چون دل اصلی، مرکزی که خالی و عدم شده که به نشان در نمی‌آید! پس باز هم توهم و خیال آمده تا حقیقت را بیوشاند و تو را کافر کند.

با پروبال خیال و نشان و ذهن نمی‌شود به سوی بزرگان و هشیاری‌های بیدار پبری و جزو آن‌ها شوی؛ برای رفتن به فضای یکتایی که آن‌جا هشیاری‌های بیدار منتظرت هستند، وسیله‌ای از جنس خود هدف نیاز است، یعنی با وسیله فضاگشایی به سمت فضای باز شده برو.

جراحت همه را از نمک بُود فریاد  
مرا فراقِ نمک‌هاش شد وِبالِ وِبالِ  
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۵)  
- وِبال: بدبختی، سختی، عذاب

بی‌مرادی‌ها، ناکامی‌ها و ناامیدی‌هایی که زندگی می‌آفریند و جزء صنع این لحظه است را نمکی روی زخم من‌ذهنی‌ات می‌دانی و فریاد ناله و شکایت بلند می‌شود؟ یا آن را نمکین بودن زندگی و توجهی که این لحظه به تو دارد و غم زنده شدن را خوردن که تو دیگر غمی نداشته باشی، به حساب می‌آوری؟ که اگر همه چیز بر وفق مراد من‌ذهنی‌ات بگردد، بدان که آن جان اصلی را به فراموشی سپرده‌ای و این لحظات غفلت در خوشی‌های آفل، وِبالِ گردن هشیاریت می‌شود تا زمانی که بالاخره با طرح قضا و کُن فکان به جان اصلی باز گردند.

چو ملک گشت وصال ز شمس تبریزی  
نماند حیلۀ حال و نه اِلتفات به قال  
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۵)  
- ملک: دارایی، هر آن چه در تصرف کسی باشد و مالک آن بود  
- اِلتفات: توجه کردن

وقتی لحظه به لحظه اتصال تو با زندگی، ذره به ذره به قلمرو پادشاهی درونت اضافه کرده و تو را به اندازه یک لحظه باقی‌تر می‌کند، یک ذره بزرگ‌تر و نزدیک‌تر به اندازه بی‌نهایت می‌کند، دیگر چه جایی برای گول خوردن‌های من‌ذهنی می‌ماند که الآن حالت گرفته بترس! نگران شو! برو با فلان و بهمان چیز حالت را خوب کن و این لحظه زندگی را از دست بده. و یا به حرف‌های من‌ذهنی خودت و بقیه گوش کن، جدی بگیر و ارتفاع بده به من‌ذهنی‌ات تا حالش خوب شود.

آن قدر حالم خوب و بد می‌شود تا زمانی که بفهمم من، من‌ذهنی نیستیم، یعنی من نباید در ذهن زندگی کنم و دیگر آن‌جا را وطن خود ندانم؛ «حس جدایی» حالم را متغیر می‌کند، به خانه اصلی و دارالقرار که نقل مکان کنم، آن‌جا دیگر همیشه حال دل اصلی خوب است و «حس یکتایی» می‌کنم.

شاد و سلامت باشید  
-مرضیه از نجف‌آباد