

با سلام و عرض ادب

شاه لا تأسوا علی ما فاتکم
کی شود از قدرتش مطلوب گم؟
- (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۶)

ای زندگی که گفته‌ای «بر آنچه به دست می‌آوردید شادمان نباشید و بر آن چه از دست رفته اندوهگین نباشید»، چراکه هر دو ناشی از کبر من‌ذهنی است. ای زندگی قادری که دست ما را گرفته، با روشن کردن چراغ‌ها در سینه ما کمک کنی تا از خواب نسیان بیدار شویم.

گفت پیغمبر که جنت از اله
گر همی خواهی، ز کس چیزی نخواه
- (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

زندگی به ما یاد می‌دهد که تمام فراموشی و نسیان ما، از زندگی خواستن از چیزها و آوردن آن‌ها به مرکز ما است. پس باید صددرصد مسئولیت زندگی خود را قبول کنیم و پای خود را از گل خرافات بیرون بکشیم. در ذهن زندگی کردن ما، خرافات است. هر چیزی که سبب وابستگی ما به دنیای بیرون می‌شود، خرافات است. این که من به عنوان مادر روش غلط تربیتی و رفتاری خود با فرزندم را به عهده دیگران بیندازم، خرافات است. باید ببینم که حضور ناظری نداشتم در هنگام بزرگ کردن فرزندم و انعکاس درون من به فرزندم می‌خورد. پس فقط درونم را با کار کردن روی خودم پاکسازی کنم. این که همسر را به صورت جسم به مرکزم بیاورم و از او حس امنیت بگیرم، خرافات است. این که انتظار داشته باشم خانواده‌ام همان چیزی را دوست داشته باشند که من دوست دارم، خرافات است.

چون ملایک، گوی: لا علم لنا
تا بگیرد دست تو علمتنا
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

مانند فرشتگان بگو علمی ندارم تا «علمتنا» یعنی دانشی که در این لحظه به شما خرد می‌دهد، دست شما را بگیرد. این که به پندار کمال و ناموس خود تکیه کنم، خرافات است. این لحظه به «نمی‌دانم» واقعی باید برسم، دانش بر اساس هر چیز ذهنی خرافات است. هر الگو، هر روش باوری، هر عمل ناشی از درد گذشته خرافات است.

در تگ چو هست سرگین ای فتی
گر چه جو صافی نماید مر تو را
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

زندگی در مراحل مختلف زندگی‌ام چه زیبا افرادی را در سر راهم قرار داد، که حتی به صورت چهره ظاهری به افرادی که در درون با آن‌ها مشکل داشتم، خود را به من نشان دهد و جالب بود که در هر بار من حتما باید در محیط کار، کلاس، یا به هر صورتی با آن‌ها مراد می‌داشتم و این من‌ذهنی من بود که بر اساس خرافات ذهنی، الگوهای شرطی‌شده قبل را برای من بالا می‌آورد. ولی چقدر زندگی در کار کردن روی ما ماهر است. وقتی عقب می‌کشی و می‌بینی این آن فرد نیست، بلکه شیشه کیبودی جلوی چشم تو است، که تو را به خرافات می‌اندازد، یک‌دفعه غوغای ذهن خاموش می‌شود، ثبات برقرار می‌شود، بی‌واکنش و صبور می‌شوی و اجازه می‌دهی من‌ذهنی‌ات وارد عمل نشود.

فرمود رب العالمین با صابرانیم همنشین
ای همنشین صابران آفرغ علینا صبرنا
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

زندگی فرموده‌است من تنها همنشین کسانی می‌شوم که با صبر، فضا را باز کنند. ای زندگی خودت بر صبر و شکیبایی ما بیفزای.

عاشق صنع توام در شکر و صبر
عاشق مصنوع کی باشم چو گبر؟
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

تازه معنی «صنع» وقتی عقب می‌کشم و شکر عملی به فضای گشوده می‌کنم و صبر می‌کنم، خود را به من نشان می‌دهد. صنع زندگی را در نشان دادن خرافه‌ای در مرکز من بینم و تنها تماشایش می‌کنم و عمل نمی‌کنم، تا زندگی خود بگوید چه حرفی بزن. آیا ضرورت دارد به رستورانی بروی؟ آیا ضرورت دارد حرف اضافه‌ای بزنی؟ آیا ضرورت دارد از کسی طلب کمک کنی، وقتی من در درونت روشن هستم؟!

گفت: مفتی ضرورت هم تویی
بی ضرورت گر خوری، مجرم شوی

- (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

ای زندگی به دست اولیای خود دست ما را می‌گیری و با حزم و صبر از چاه ذهن بیرون هدایت می‌کنی، با تکرار ابیات مولانا، زندگی خود طناب نامرئی جدایی از غم را به ما نشان می‌دهد.

گفت: رُو، هر که غم دین برگزید
باقی غم‌ها خدا از وی برید
- (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

اگر روی خودم کار کنم، ابیات را تکرار کنم، و در جمع معنوی بمانم، نه غم همسر دارم، نه غم فرزند دارم، نه غم کار. این زندگی هست که راه را برای ما صاف می‌کند.

به غیر خدمت ما که مشارق شادی‌ست
ندید خلق و نبیند ز شادی آثاری
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۵)

غیر از فضاگشایی و خدمت زیر سایه بزرگان، هیچ جای دنیا شادی واقعی نصیب نمی‌شود.

پیش یوسف نازش و خوبی مکن
جز نیاز و آه یعقوبی مکن
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۰۸)

هر لحظه فضا باز کن، خرابی‌های درونت را ببین، کارافزایی‌ها، مقایسه‌ها، انقباض‌ها تا دوی زندگی و مرهم آن بر زخم‌هایت برسد.

سینه خود باز کردم، زخم‌ها بنمودمش
گفتمش از من خبر ده دلبر خون‌خواره را
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳)

زین کمین، بی صبر و حزمی کس نجست
حزم را خود، صبر آمد پا و دست
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

صبر آرد آرزو را، نه شتاب
صبر کن، والله اعلم بالصواب
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۰۰۳)

هر چه غیر سُورش و دیوانگی‌ست
اندرین ره دوری و بیگانگی‌ست
- (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۰۹)

پارک ذهنی که به هم می‌خورد، تازه ناهمواری‌های خود را می‌بینی. وقتی عقاب زندگی کفشت را می‌دزدد تا مار از آن بیفتد، تازه می‌بینی چه سرگینگی در تگ جویت هست و چه ناموس و می‌دانمی داشتی. تازه می‌فهمی مثل پشه این طرف و آن طرف می‌شوی. بعد سر به آستان دوست می‌گذاری و از سویی به سویی نمی‌جهی و باز درمی‌یابی باید فقط روی خودم کار کنم، باید فقط روی خودم تمرکز کنم.

شاه لا تأسوا علی ما فاتکم
کی شود از قدرتش مطلوب گم؟
- (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۶)

قادری، بی‌گاه باشد یا به‌گاه
از تو چیزی فوت کی شد ای اله؟
- (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۵)

نی‌مشو نومید، خود را شاد کن

پیش آن فریادرس، فریاد کن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۲)

کای مُجِبِّ عَفْو، از ما عِفْو کُن
ای طیبِ رنجِ ناسورِ کهن
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۳)
- محب: دوستدار
- ناسور: زخم سخت و چرکین،

با عشق و احترام
نرگس از نروژ