

با سلام خدمت آقای شهبازی نازنین و یاران معنوی گنج حضور

جام بر دست به ساقی نگرانیم همه
فارغ از غصه هر سود و زیانیم همه
-مولوی، دیوان شمس، ترجیع بیستم

این معلم که خرد بود بشد ما طفلان
یکدیگر را زجنون تخته زنانیم همه
-مولوی، دیوان شمس، ترجیع بیستم

اولین سوالی که برایم پیش می آید این است که آیا من جام بر دست به ساقی نگاه می کنم ؟
دومین سوال این است که جام شراب من را در این لحظه و هر لحظه ساقی پر می کند یا من از همانیدگیها
سرمست می شوم؟

در این لحظه به خودم که می نگرم، ذهنم را می بینم که دچار بی مرادی شده و ناراحت است، اما من اصلی من
در حال باز کردن فضا است، گرچه برای لحظاتی تحت تاثیر قرین قرار گرفت و انقباض را احساس کرد و
کلماتی چند البته نه نابخردانه از نظر ذهن به زبان آوردم، که می دانم که از من ذهنی بود که نمی توانست بی
مرادی را تحمل کند، اما بلافاصله آرام شدم و مسیر ذهن را به سمت بی واکنشی تغییر دادم و به ساقی نگاه
کردم تا بتوانم فضا را باز کنم. نمی خواهم از ذهنم که هر لحظه مانند معلم مسیر رفتارهای من را مشخص می
کند پیروی کنم، او تلاش می کند که من را در سبب سازی ذهن بیندازد، اما من دیگر زیر بار نمی روم، حالا
طفلی هستم که هیچ نمی دانم. نمی خواهم ترس، خشم و اضطراب دیگران را تقلید کنم، می خواهم منقلب رو
باشم تا اینگونه بتوانم پنبه من ذهنی فرد مقابلم را بزنم.

هر که باشد طالع او ز آن نجوم
نفس او کفار سوزد در رجوم
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت 757
خشم مریخی نباشد خشم او
منقلب رو، غالب و مغلوب خو
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت 758

اگر اتفاق این لحظه که ذهن نشان می دهد برایم مهم باشد از جنس مریخ می شوم، یعنی زندگی را به مسئله
تبدیل می کنم. منقلب رو برخلاف ذهن عمل کردن، است. ذهن می گوید: خشمگین شو یا چیزی بخواه، من
می خواهم درد هوشیارانه بکشم و صبر کنم. من می خواهم خوی مغلوب بودن نسبت به زندگی را داشته باشم
تا ساقی شراب شادی بی سبب را در قدح من سرریز کند. تا بی سبب حس امنیت داشته باشم و حس
امنیت من را ترس و خشمی که از من ذهنی خودم و دیگران بر می خیزد، تغییر ندهد.

در این لحظه به صورت حضور ناظر به ذهنم نگاه می کنم و نمی گذارم که حرف بزند، انصتوا را رعایت می
کنم.
در این لحظه از زندگی میخوام که کمکم کند تا بتوانم فضا گشایی کنم.

بی او نتوان رفتن، بی او نتوان گفتن
بی او نتوان شستن، بی او نتوان خفتن
-مولوی، دیوان شمس، غزل 1883

ای حلقه زن این در، در باز نتان کرد
زیرا که تو هوشیاری، هر لحظه کشی گردن
-مولوی، دیوان شمس، غزل 1883

بدون فضا گشایی و آوردن عدم به مرکز، هر کاری بکنم ملال آور است. بدون او نمی توان هیچ فکری کرد یا عملی انجام داد. بدون او نمی توان آسوده نشست، بدون کمک زندگی و اقرار به کارگاه نیستی شدن نمی توان ذهن را آرام کرد و افکار و اندیشه های ناخوشایند که از دردها و رنجش های کهنه و تازه بر می خیزند، ما را آسوده نخواهند گذاشت.

از درون خویش این آوازا
منع کن تا کشف گردد رازها
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت 753

ذکر حق کن بانگ غولان را بسوز
چشم نرگس را از این کرکس بدوز
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت 754

این صداها که از سرگین ته جو بر می خیزد را با کمک زندگی می خواهم خاموش کنم، تا صدای زندگی را بشنوم. با عدم کردن مرکز صدای دیوها را که من را گمراه می کنند، می سوزانم و چشم عدم بین و سکوت شنوی خود را از دنیا و همانیدگی هایش بر می دارم. اما تا کارگاه زندگی نشوم، فضا باز نخواهد شد و ذهنم آرام نخواهد گشت. این لحظه و هر لحظه به دنبال هر بی مرادی به خودم نگاه می کنم و ناامید نمی شوم.

چون شنیدی شرح بحر نیستی
گوش دایم تا بر این بحر ایستی
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت 1466

چونکه اصل کارگاه آن نیستی ست
که خلا و بی نشان است و تهی ست
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت 1467

جمله استادان پی اظهار کار

نیستی جویند و جای انکسار
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت 1468

لاجرم استاد استادان صمد
کارگاهش نیستی و لا بود
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت 1469

هر کجا این نیستی افزون تر است
کار حق و کارگاهش آن سر است
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت 1470

اگر با ذهنم حلقه در یکتایی را بزنم این در باز نخواهد شد و من تا آخر زندگی در این بدن همواره در سختی و مشکلات هستم و در حال گردن کشی کردن که چون معلم من هنوز ذهن است.

گر تو بی نوری کنی حلمی به دست
آتش زنده ست و در خاکسترست
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت 3482

آن تکلف باشد و روپوش هین
نار را نکشد به غیر نور دین
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت 3483

تا نبینی نور دین ایمن میباش
کاتش پنهان شود یک روز فاش
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت 3484

نور آبی دان و در آب چفس
چونک داری آب از آتش مترس
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت 3485

تا زمانی که مرکز ما باز نشده، نور یکتایی در آن نفوذ نکرده و هنوز مرکز ما تحت تاثیر افکار و خوب و بد کردن های ذهن است، لحظاتی موقتی شاید بتوانیم به دستورات ذهن پاسخ ندهیم و صبر و آرامش داشته باشیم. این تمثیل زیبای مولانا را با جان و دل خریدارم. بارها به حساب خودم صبر کرده ام و در مقابل رفتارهای دیگران آرام و ساکت بوده ام اما گاهی ذهنم لحظاتی بعد و گاهی مدتها بعد من را گول زده است و سکوت را شکسته و واکنش نشان داده ام. در این مواقع متوجه شدم که آتش زیر خاکستر شعله ور شده و من درد و رنجش پنهان داشته ام با وجود اینکه فکر می کردم هیچ توقعی از دیگران ندارم و در مقابل واکنش های

آنها باید فضا را باز کنم. اما من همینطور که جناب شهبازی فرمودند: خودم قادر به فضاگشایی نیستم، بلکه با زندگی برای باز کردن فضا همکاری می کنم.

در تمام این موارد ذهن بوده که من را هدایت می کرده و فقط رعایت ظاهری ادب بوده، شاید هم پندار کمال بوده که فقط می خواسته ظاهر را حفظ کند. جناب مولانا می فرماید: که تا روزن درونت باز نشده و نور ایمان در آن تابیده نشده، تو ایمن نیستی. نور دین را که از نشانه های آن انبساط مرکز و خاموش شدن ذهن است مانند آبی بدان که در این مواقع از آتش خشم و کینه و حسد نترس.

با عشق و احترام
مریم از کانادا