

سلام آقای شهبازی عزیز و همراهان گرامی

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۴ و ۲۸۰۵

خانه را مین روفتم از نیک و بد  
خانهام پرست از عشق احد

هرچه بینم اندر او غیر خدا  
آن من نبود، بود عکس گدا  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۲۸۰۴ و ۲۸۰۵

خدایا سپاس و شکر که یاد گرفتم از مولانای جان و تعلیمات آقای شهبازی عزیز، که در من یک بیماری هست، یک توهم است که توسط هشیاری نظر از دوران کودکی کم کم شکل گرفته و با اجسام هم‌هویت شدم و هشیاری ناب و اصیل خود را برای خلق آن جسم‌ها در آن‌ها ریختم و فکر کردم که این توهم که نامش من‌ذهنی است و کارش فقط خوب‌بود کردن است من اصلی من می‌باشد. این من‌ذهنی باید شکل می‌گرفت و در هشت سالگی از او جدا می‌شدم؛ ولی این کار انجام نگرفته و الان خدا را شکر با تکرار ابیات مولانای جان فهمیدم که این بیماری در من هست. قبول کردم و یاد گرفتم که اولین قدم با قبول و پذیرش این که من بیمار هستم، قدم به مراحل شفا می‌گذارم.

خدا را شکر که فضاگشایی را یاد گرفتم، ناظر ذهن بودن با هشیاری نظر را یاد گرفتم، ابزارهای ذهن را شناختم و در موقع اتفاق دیگر از ابزارهای ذهن استفاده نمی‌کنم، دیگر هیچ‌کس را خبر و سنی نمی‌کنم. از قرین من‌ذهنی که اولین قرین ذهن خودم و بعد دیگران هست خودم را محافظت می‌کنم. خشم و ترس من‌ذهنی‌ام را می‌بینم، اما فقط ناظر هستم. در پیش من‌های ذهنی خاموش هستم و قضاوت نمی‌کنم و فقط ناظر هستم و اشعار مولانا را زمزمه می‌کنم.

پندار کمال خیلی برایم روشن شده و شکر که فهمیدم این ناموس بدلی هست و هم جنس من نیست. دیگر اصلاً از کسی توقع و انتظار ندارم، در برابر خشم دیگران فضاگشایی می‌کنم، اشتباهات من‌ذهنی را که زندگی به من نشان می‌دهد می‌پذیرم و عذرخواهی می‌کنم و جبران می‌کنم.

خدایا شکر که درک کردم که من‌ذهنی‌ام عجول هست و با این ابزار من را دچار مسئله می‌کند و مرا به درد می‌اندازد. یاد گرفتم که در کارها تأمل و صبر کنم به لطف زندگی و در اتفاق فقط با پذیرش آن در برابر خدا تسلیم بشوم و اجازه بدم خدا اتفاق را هرطور که می‌داند تغییر دهد؛ نه با عجولی‌ذهنم.

خدایا شکر که شرم و حیای تقلبی من‌ذهنی‌ام را دیدم که چطور به من ضرر می‌زند برای حفظ ناموس بدلی‌اش به اسم کمک به دیگران و خودش را نجات‌دهنده می‌دانست و دنبال حبروسنی دیگران بود.

خدایا شکر که به خاطر فضای امنی که برایم فراهم کردی که بتوانم با خیال آسوده روی خودم کار کنم و با دیگران کاری ندارم.

خدایا شکر که بخش حیوانی‌ام را آرام کردی و خاموش شده و دیگر از جمع به هیچ عنوان تقلید نمی‌کنم.

خدایا شکر که حرص، آز و شهوت هرچیزی را در وجودم به تعادل رسانیدی و دیگر دنبال زیاد خواستن نیستم و نسبت به هرچیزی که دارم شکرگزار هستم.

خدایا شکر که فهمیدم من نیاز به محبت و لطف تو دارم و من باید ناز تو را بکشم و هر لحظه به دنبال تو باشم.

خدایا شکر که خانه دلم را که پر از کثافات ذهن هست پاک می‌کنی و به عشقت تبدیل می‌کنی که ان‌شاءالله در آیینۀ دلم فقط عدم خانه بگیرد.

البته هنوز اول راه هستیم و تا آخر هم دارم یاد می‌گیرم و هیچ‌وقت نباید مغرور به دانش معنوی بشوم؛ چراکه برای حرکت در این مسیر به نور بزرگانی مانند مولانا نیاز است تا به خطا نیفتیم و دچار پندار کمال نشوم؛ ولی تبدیل توسط خودِ زندگی انجام می‌شود.

خدایا شکر که تأثیرات قرین خودم را می‌بینم و درک کردم که اگر فضا را بندم چه قرین بدی با من همراه می‌شود و از دیگران تأثیر می‌گیرم.

هر چه اندیشی، پذیرای فناست  
آن که در اندیشه نآید، آن خداست  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۷

سپاس از زندگی که اجازه داد خودم را بیان کنم و سپاس از همه عزیزان

زهرآ - تهران