

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

ابیاتی بیدار کننده از برنامهٔ ۱۰۰۰ گنج حضور

پس ریاضت را به جان شو مشتری

چون سپردی تن به خدمت، جان بری

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۶

ور ریاضت آیدت بی اختیار

سر بنه، شکرانه ده، ای کامیار

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۷

چون حقت داد آن ریاضت، شکر کن

تو نکردی، او کشیدت ز امر کن

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۸

اگر امتحانی می‌شویم، باید درد هشیارانه و ریاضت بکشیم تا از این امتحانات گذر کنیم تا بتوانیم من ذهنی را کوچک کنیم و هشیاری حضور و خداگونهٔ خود را زنده کنیم، زندگی ما را با اتفاقات کمک می‌کند تا زنده شویم، اگر چیزی از دست دادیم، اگر به چیزی نرسیدیم، باید همواره شاکر باشیم.

اگر متوجه اعتیادی شدید باید با درد هشیارانه آن را کنار بزنیم و زنده شویم، اگر به چیزی چسبیدیم مشت خود را باز کنیم و خود را آزاد کنیم. بعضی چیزها را دور بریزیم مثل مخدرها و شهوات، بعضی چیزها را آزاد کنیم و کنترل را کنار بگذاریم تا آنها در کنار ما راحت باشند و خود ما هم آزاد و در آرامش باشیم مثل انسانها و خانواده، خلاصه هر چه که در مرکز هست و فکر ما را شلوغ کرده و ما را از هشیاری و آرامش و آزادی دور کرده شناسایی کنیم و آن را تعقیب نکنیم تا بتوانیم در لحظهٔ حال و شادی بی سبب زندگی کنیم.

گاو زرین بانگ کرد، آخر چه گفت؟

کاحمقان را این همه رغبت شگفت

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۵۳

این همه به افکار من ذهنی گوش کردیم و باعث افسردگی، خشم، نفرت، حسادت، جر و بحث، نفاق، قهر و مریضی برای خود و دیگران شدیم کافی نیست؟ اگر متوجه این روند شده باشیم، دیگه خواسته‌های من ذهنی را عملی نمی‌کنیم دیگر فقط صبر و پرهیز و شکر را جاری می‌کنیم تا زندگی راه را به ما نشان دهد، باید ترس را کنار بگذاریم و به خرد بی نهایت کائنات ایمان داشته باشیم و توکل صد در صد، و همین توکل صد در صد ما را از ته هر چاهی بیرون می‌کشد و یا دل ما را در ته هر چاهی روشن می‌کند و حس بزرگی را در ما جاری می‌کند به طوری که افکار پشت سر هم و زندگی در ذهن، برای ما بی اهمیت می‌شود.

رُو، ز درمانِ دروغین می‌گریز

تا شود دردت مُصیب و مُشک‌بیز

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۳۱۱

اگر زندگی درد، اتفاق، بی‌مرادی و هر مانعی ایجاد کرد نباید با فرار و یا چسبیدن به مخدرها و شهوت رانی‌ها و طمع و ولع و دیگر چیزها خود را تخدیر کنیم، اینها میاد تا ما خود را بتکانیم و پاک شویم، حالا در بعضی درد کمتر و در بعضی درد بیشتر می‌کشیم، اما بعد از مدتی مداومت، زنده شدن به زندگی و دید شفاف را حس می‌کنیم و معنی شادی بی‌سبب را متوجه می‌شویم.

گفت با خود: گنج در خانه من است

پس مرا آنجا چه فقر و شیون است؟

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۳۲۲

بر سرِ گنج، از گدایی مُرده‌ام

زانکه اندر غفلت و در پردَه‌ام

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۳۲۳

زین بشارت مست شد، دردش نماند

صد هزار الحمد، بی لب او بخواند

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۳۲۴

وقتی انسان به هر روشی متوجه من ذهنی تقلبی و من حقیقی شود و شادی بی سبب و سبک بالی و خداگونگی خود را کشف کند، دیگه نمی تواند به زندگی گذشته و شهوات و مخدرها و چسبیدن های خود برگردد و برای اسباب بازی ها و رقابت های بیرونی گریه کند و حسرت بخورد و حسادت و مقایسه داشته باشد، بنابراین شکر و رضایت در او زنده می شود و در هر شرایط حتی به ظاهر غمناک او جاری است و با چیزی معتاد و همانیده و یا فراری نمی شود و به زندگی ادامه می دهد او فقط متعهد به راه حقیقی و خداگونه می شود و خود را و من تقلبی را تا جایی که شناسایی می کند شخم می زند و بیرون می راند تا پاک باشد، البته او خودنمایی و معنوی نمایی و چسبیدن به خدا را هم که یکی از بازی های من ذهنی است شناسایی می کند، پس خوشا به حال انسانی که برای زنده شدن دست به عمل می زند و لاف زدن را کنار می گذارد.

با سپاس از همه

علی از تهران