

با سلام و عرض ادب خدمت پدر بزرگوارم آقای شهبازی عزیز و تمامی دوستان محترم. تجربه شخصی‌ای داشتم خواستم با شما عزیزان به اشتراک بگذارم.

همانندگی‌ها داغ دل است و بعد شناسایی آن باید خیلی مراقب بود، وگرنه سخت در اشتباه و در دام دیگر من‌ذهنی یعنی همان خرس تربیت‌شده می‌افتیم.

این شناسایی‌ها که می‌گویم در عرض چند ماه و یا چند وقت پیش ایجاد شد. فهمیدم با همسر و فرزند، پرورش گل‌های داخل خانه حتی، درخصوص نوشتن متن برنامه، که همه این‌ها با دو کلمه یعنی انتظار داشتن خلاصه می‌شود، دیده و شناسایی شد. انتظار از خصوصیات کار من‌ذهنی، و عواقب بسیار بدی دارد که بیشترین را بده و کمترین را ببر. وای چقدر این عمل زشت و ناپسند است.

خدا را شکر متوجه دوستی با خرس مهربان شده، دیگر با او همکاری نکنم، چون عاشق بی‌ادب نباشم و در محضر بزرگان خاموش بنشینم و سوءظن به خود ببرم.

حال چون عاشق بی‌ادب از دست عوان‌های بیرونی فرار کرد و به باغ گنج حضور پناه آورد، من همانند او همانندگی‌ها را از خداوند نخواهم.

چند ماه است شروع کردم خودم را بشکنم. از هیچ‌کس، حتی از خدا هیچ نخواهم. انتظار از هیچ‌کس نداشته باشم. در مقابل ذهن اگر چیزی وسوسه‌ام می‌کند خود را به عقب کشیده و کاری انجام ندهم، فقط نگاهش کنم، و این کار بسیار سخت است، اما شدنی است.

و شکر بابت پیام دوستان عزیز، به‌ویژه یلدا جان عزیزم بسیار کمک کرد. حالا درد من‌ذهنی خوابید، از راه دیگر وارد که ما پر از عیب و ایراد هستیم. واقعاً همین‌طور است، او از این راه وارد می‌شود و کارمان را حیف و میل و تخریب می‌کند.

دقیقاً من‌ذهنی با من همین کار را کرد، که ای بابا تو هیچ بلد نیستی، تو خنگی، تو پر از ایرادی، تو با دیدن این برنامه هیچ تغییری نکردی،

تو فضاگشا نیستی. من‌ذهنی آدم را گیج و منگ می‌کند و از هر طرف تشنیه و طعنه‌های بیهوده می‌زند، تا ما به راه خود ادامه ندهیم. و باز تشکر از لطف زندگی خودش مرا به جلو می‌راند و همچنان امیدوارانه به پای برنامه می‌نشینم و حتی با من‌ذهنی تربیت‌شده

مطلب را تهیه می‌کردم.

لنگ و لوک و خفته شکل و بی‌ادب

سوی او می‌غیژ و، او را می‌طلب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۸۰)

-لوک: آن که به زانو و دست راه رود از شدت ضعف و سستی، عاجزی و زبونی

-خفته: خوابیده، خمیده

-غیژیدن: خزیدن، چهار دست و پا مانند کودکان راه رفتن، به روی زانو نشسته راه رفتن

وقتی مطلب آقای شهبازی را در برنامه تلفنی جمعه شب پایان برنامه فرمودند نوشته‌های اخیر همه با من‌ذهنی نوشته شد، من به خود گرفته و سر و صدای من‌ذهنی تو گوشم پیچید که تو یکی‌اش هستی، تو فضاکشایی بلد نیستی. تا چند روز من با ذهنم درگیر بودم و واقعاً از ته دل زار زار گریسته خدایا شادی بی‌سبب ندارم، من نمی‌دانم. صبر کردم تا گل نخورم و او برود قندش را برایم بیاورد. البته در پُرانتز بگویم چندین هفته هر دم با تکرار و مراقبه ابیات در شبانه‌روز سرگرم بودم. با وجود حالت قبض دل، حس خوبی داشته که او فعلاً کنارم نیست، اما هست همین‌جا.

او همان است، با لباس نو در اتفاق این لحظه آمد و بالاخره با پذیرش این چیزها او قندش را برایم آورد، ناگهان سکوت همه‌جا را فراگرفت و در گوشم یک جور خاصی گفت که تو چرا حرف‌های من‌ذهنی بیهوده را باور و جدی‌اش می‌گیری که فضاکشایی نکردی؟! اصلاً من‌ذهنی معنای فضاکشایی را بلد نیست، تو هم نمی‌دانی فضاکشایی چیست. علم فضاکشایی از درون می‌آید، همانند راه رفتن بچه خودبه‌خود ایجاد می‌شود، با ذهن خاموش و تسلیم به‌کار می‌افتد.

شکر بابت این شناسایی که به من آموخت ولو این‌که من‌ذهنی حرف می‌زند، هیچ مگو، همین‌طور خاموش و شاهدش باش.

پس زندگی خودش، به وقتش، از طریقم خواست سخنی بگوید می‌گوید. حال متوجه‌ام آقای شهبازی برای چه بارها در تمامی برنامه‌ها از ابیات حبر و سنی کردن استفاده کرده و می‌گوید بیشتر گوش بده و کمتر حرف بزن. اولاً این‌که من به کیفیت فضاگشایی پی می‌برم و دوم این‌که متوجه می‌شوم دانش سطحی ذخیره کردن و به نمایش گذاشتن برای دیگران تا زمانی که ابیات را کاربردی و عملاً روی خود پیاده نکنم، هیچ سازنده و کار نمی‌کند. چه بسا شاهد هستیم پیامی از یک بیننده‌ای اثر خاصی دارد، چون بیشترین تمرکزش تنها روی خود گذاشته و سکوت می‌کند. آموختن لازم نیست همه ابیات را حفظ کرده باشم، بلکه تکرار و مداومت و بعد روی خود عملاً پیاده کردن اثر پذیری‌اش چندین برابر است، یعنی یک عنایت حق بهتر است با صد کوشش و عمل من‌ذهنی ترسو و نابخرد.

که یک جذبِ حق به ز صد کوشش است
نشان‌ها چه باشد بر بی‌نشان؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۸۹)

یک عنایت به ز صد گون اجتهاد
جهد را خوف است از صد گون فساد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۹)

نه قبول اندیش، نه رد ای غلام
امر را و نهی را می‌بین مدام
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۹)

باید و نبایدها کار من‌ذهنی هیچ‌کدام درست نیست. دستور گرفتن از من‌ذهنی تنها سردرگمی و بی‌بهرگی است. کمک گرفتن از فضاگشایی فقط مهم و کارگشا و چقدر شکفت انگیز است.

عاشقِ صنُوعِ توام در شکر و صبر
عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گیر؟

عاشقِ صنُوعِ خدا با فر بود
عاشقِ مصنوعِ او کافر بود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت 1360 و ۱۳۶۱)

عاشق صنوع ایزدی فر دارد. و هم جای شکر و صبر دارد، شکر بابت این‌که زندگی فقط لطف است و صبر این‌که همانیدگی‌ها را او نشانم می‌دهد تا شناسایی شوند و در کندن همانیدگی‌ها زیر درد آگاهانه حاضر باشم و فرار نکنم در غیر این‌صورت مصنوع او واقع شدن کافر است. اگر من‌ذهنی می‌خواهد شادی این دم زنده را از من بگیرد و به غم و مسئله‌سازی و مانع و دشمن و درد تبدیل کند، با این بیت بیدار می‌شوم که باطن زندگی جدی است و ظاهر او بازی.

یار در آخر زمان کرد طرب سازی
باطن او جدِ جد، ظاهر او بازی

جمله عشاق را یار بدین علم گُشت
تا نَکند هان و هان، چهل توطنازی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳)

و در مقابل گرگ درنده که می‌خواهد آزار و اذیت کند، تنها در غم عشق فقط باید صبر کرد.

کای خدا افغان ازین گُرد گُهن
گویدش: نک، وقت آمد، صبر کن
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۲)

هوئی هوئی باد و شیرافشانِ ابر
در غم مانند، یک ساعت تو صبر
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۵)

صدای باد و بارش ابر یعنی دمِ خداوند و نیروی شفابخش زندگی به فکر ما هستند. خدا می‌خواهد به ما کمک کند، پس مدتی صبر کن و فضا را بگشا.

تا که پُشکی مُشک گردد ای مُرید
سال‌ها باید در آن روضه چرید
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۲)

سال‌ها باید در این روضه مولانا چرید تا پشکمان به مشک تبدیل شود. خدایا شکر مرا متوجه دوستی با خرس مهربان کردی، تا گت بسته در اختیار تو و یا بنده پاکت مولانای جان آورده و به شکوه و جلال بیرونی بی‌توجه باشم، پس تا قلاووزم نجیبیده من هم نمی‌جنیم.

اندرین ره ترک کن طاق و طُرُب
تا قلاووزت نجیب، تو مَجَنِب
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۹)

حال ای خدای مهربان بار دیگر با عزم جدی آن بنده آواره که تنها نیازمندی‌اش به خود تو، و دست یاری به سویت دراز می‌کند، کمک بفرما که بی تو نتوان رفتن.

بی او نتوان رفتن، بی او نتوان گفتن
بی او نتوان شستن، بی او نتوان خفتن
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۸۳)

-شستن: نشستن
-خفتن: خوابیدن

آن بنده‌ی آواره بازآمد و بازآمد
چون شمع به پیش تو در سوز و گداز آمد

چون عیهر و قند ای جان، در روش بخند ای جان
در را بمبند ای جان، زیرا به نیاز آمد
-(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۱۴)
عیهر: گلِ نرگس، گل

و شمعی به حقیقت در سوز و گداز و به پیش تو آب می‌شود و تنها نیازش به سوی توست که وضعیت فعلی‌اش هر جور که هست به رویش می‌خندد و از ته دل راضی و خشنود و در این راه بی‌پایان در تلاش بیشتر از این که صدر را گذاشته و فقط راه برود که واقعا،

گاو زربین بانگ کرد، آخر چه گفت؟
کاحمقان را این همه رغبت شگفت
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۵۳)

من‌ذهنی تاکنون این‌همه چیزها به گوشمان خوانده است و هنوز می‌خواند مگر چه گفت؟

جز اینکه با یاهوگویی‌ها مقاومت و قضاوت کردن درد ایجاد کند و ما گیج شویم تا اینکه خودش یعنی اصلِ ماند، اینرسی را در ما حفظ و از حقیقت زندگی به دورمان کند.
ای من‌ذهنی سرکش دیگر بس است، ما با تو همکاری نمی‌کنیم و تو هیچ نمی‌ارزی، راه ما با تو جداست.

می‌نروم هیچ ازین خانه من
در تک این خانه گرفتم وطن

خانه یار من و دارالقرار
کفر بود نیت بیرون شدن

سر نهم آنجا که سرم مست شد
گوش نهم سوی تن نتن
(مولوی دیوان شمس، غزل ۲۱۰۸)

ولیکن باز تو همچنان از هر دری وارد و تهدید می‌کنی اما:

ما بدانستیم، ما این تن نه‌ایم
از و رای تن، به یزدان می‌زی‌ایم
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰)

طبیعی است تهدیدات ظاهری بیرونی تو به ما و حرفه‌اش این است یعنی دیو، کارمند خداوند مرد را از نامرد جدا کند.
پس تنها مراقب هوشیاری خود و چراغ اضافی‌ها را در ذهن خاموش می‌کنم و تنها به یک چراغ آن هم فضاگشایی با مرکز عدم‌بین اکتفا کرده. حال:

ننگرم کس را و گر هم بنگرم
او بهانه باشد و، تو منظر
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

اگر ناخواسته، طبق عادت من‌ذهنی به کسی نگریسته، آگاه شده او بهانه‌ای است برای آوردن فضاگشایی‌هایم. (انشاءالله)

قفل زفتست و، گشاینده خدا
دست در تسلیم زن و اندر رضا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۰۷۳)

با احترام و عشق فراوان
زهره از آمل 🙏❤️