

به نام خدا و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و همهٔ دوستان
ایبائی از برنامهٔ ۹۶۶ گنج حضور:

ز آخورِ ثور برانیم سوی برج اسد
چو اسد هست چه با گلهٔ گاو آمیزیم؟
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۴۳)

زنده شدن به جنس اصیل خود و شادی بی سبب، از زندگی کردن در جهان اما جدا و با نجسبیدن به جهان میسر است، وقتی که دست از خواسته‌های نفس اماره برداریم و زندگی و شادی را در تقلید و چیزهای ذهنی و طمع‌ها و شهوت‌ها نبینیم و به جنس اصیل و بی‌نهایت و زندگی وصل شویم و شادی بی‌سبب و آرامش را تجربه کنیم، می‌بینیم که چقدر بی‌خود و بی‌جهت وقت و زندگی را در ذهن و خواسته‌های من‌ذهنی تلف کردیم، در صورتی که بزرگی و عمق درونی ربطی به نداشته‌ها و نداشته‌ها و یا چیزهای دیگر ندارد، ربطی به همسر داشتن و نداشتن ندارد، ربطی به زیبایی ظاهری ندارد، ربطی به پادشاه بودن ندارد، ربطی به مشهور بودن ندارد. فقط شادی اصیل از درون می‌جوشد، چه دارا و یا چه فقیر فرقی ندارد، هر دو می‌توانند این شادی بی‌سبب را با تسلیم و یکی شدن با زندگی در خود روشن ببینند.

اندرین منزل هر دم حَسری گاو آرد
چاره نبود ز سر خر چو درین پالیزیم
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۴۳)

تا وقتی من‌ذهنی وجود دارد، موانع هم وجود دارد، چه موانعی که در ذهن خودمان روشن می‌شود، چه موانعی که من‌های ذهنی دیگری برای ما روشن می‌کنند. پس در کل برای بیرون چاره‌ای نیست و نباید توقع داشت که دیگران موانع نسازند و یا مرکزشان عدم باشد و من‌ذهنی نداشته باشند و دنیا را برای ما جای بهتری کنند، نه، زیرا این وظیفهٔ ما نیست و از قدرت کنترل ما خارج است. اما می‌توانیم من‌ذهنی و همانندگی‌های خود را شناسایی کنیم و با پرهیز و صبر و شکر آن‌ها را به زندگی تحویل دهیم تا با تدابیر نیک خودش آن‌ها را جدا کند و همین‌طور در برخورد با من‌های ذهنی سکوت و سکون خود را با تسلیم و توکل به زندگی حفظ کنیم و تقلید نکنیم و هیجانان را شناسایی کنیم. مثلاً اگر در جمعی بازار خودنمایی گرم است خاموش شویم، و یا اگر کسی خشم و شهوت و گمراهی را به ما نشان داد، خاموش شویم و یا هر دیواری از نفس و من‌ذهنی در حال بلند شدن بود، آن را شناسایی کنیم تا خراب شود.

هر که نقص خویش را دید و شناخت
اندر استکمال خود، دوا سبب تاخت

ز آن نمی‌پرد به سوی ذوالجلال
کو گمانی می‌برد خود را کمال
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲ و ۳۲۱۳)
- استکمال: به کمال رسانیدن، کمال خواهی
- دوا سبب تاختن: کنایه از شتاب کردن و به شتاب رفتن

وقتی علت درد و رنج و دست و پا زدن و نرسیدن به شادی حقیقی را متوجه شویم و ایراد و همانندگی و گدایی و شهوت خود را ببینیم و دست از چیزها و کسانی که به آن‌ها چسبیده‌ایم و چنگ می‌زنیم برداریم و افراط و تفریط نکنیم و حد وسط داشته باشیم و با پرهیز و صبر و شکر و رضایت و توکل صد درصد زندگی کنیم، در هر وضعیتی و هر کشور که باشیم، درون ما روشن و عمیق و شاد و شاکر است. اما اگر هنوز پافشاری می‌کنیم و دست از باورهای من‌ذهنی بر نمی‌داریم و دست و پا می‌زنیم و کنترل می‌کنیم و حرص می‌زنیم و تقلید می‌کنیم و قضاوت می‌کنیم و مقاومت داریم، یعنی تسلیم نشدیم و به عقل خرد بی‌نهایت کائنات توجه نداریم و از ادعا و شخصیت من‌ذهنی نمی‌خواهیم پیاده شویم، بنابراین درد می‌کشیم و افسردگی و اضطراب و تلف شدن را تجربه می‌کنیم.

وز سر ناز بگویم چه چیزید شما
سجده آرند که ما پیش شما ناچیزیم
- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۴۳)

وقتی شادی بی‌سبب و بیست و چهار ساعته و آرامشی را که با تسلیم و پرهیز و صبر چشیدیم، هر همانندگی جدید و یا قدیمی که در ذهن روشن شود، با بی‌میلی نگاه کرده و پیش پا افتاده می‌بینیم، زیرا که تجربه لذات گذرا و خمارکننده و خشک‌کننده و اسیرکننده را شناسایی کردیم و این بیش باعث می‌شود همانندگی و هیجانان دم خودشان را روی کول بگذارند و زود محو شوند.

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

-(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۴)

برای زنده شدن و کوچک کردن من ذهنی و نفس امرکننده، باید متوجه باشیم که هیچ ساختاری و باوری لازم نیست، فقط صفر شدن و خالی شدن نیاز است، و کسی که متوجه این باشد، هیچ چیزی را در مرکز نمی گذارد، هیچ قضاوت و مقاومت و غیبت و بد و خوبی نمی کند، هیچ همانندگی و چیزی را با چنگ و شهوت نمی خواهد، هیچ نگرانی و اضطرابی را راه نمی دهد، کنترل و نصیحت و مقاومت و می دانم می دانم را خاموش می کند. او احتیاجی به توجه دیگران و تعریف و به به شنیدن ندارد، او برای خودش کافی است و دیگران را هم به زندگی واگذار می کند و دخالتی در امور زندگی نمی کند و فقط روی خودش مراقبت دارد، تا ارتعاشی از جنس خرد زندگی باشد، تا به اصل اول و حقیقی برگردد.

هر چه بینیم اندر او غیر خدا

آن من نبود، بود عکس گدا

-(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۵)

هر چه که به مرکز بیاید و بخواهد هشیاری ما را بدزدد و ما را در افکار فرو ببرد، کار من ذهنی و من تقلبی است. نفس امرکننده شهوت خیلی چیزها را دارد، شهوت حرف زدن و توجه طلبی، کنترل کردن، تنفر ورزیدن و انواع واکنش به وسیله حرف زدن و یا حرص و طمع و نگرانی و کم بینی دارد، ترس و اضطراب از دست دادن دارد، شهوت جر و بحث و جدل و غیبت کردن و تحمیل کردن دارد و شهوت هر چیز دیگری که بخواهیم آن را، یعنی مرکز ما اشغال شده و موضوع هر چه که باشد باید فعلا از آن آگاه باشیم و با صبر و درد هشیارانه آن را ادامه ندهیم، تا قوه تشخیص اصیل ما را هدایت کند و مسیر حقیقی را روشن کند، باید متوجه باشیم که صبر قبل از هر چیزی مفید است، قبل از خرید چیزی، قبل از حرفی، قبل از واکنشی، قبل از عملی، قبل از حتی خود فکر و تصمیم صبر کنیم و ببینیم که آیا نفس امرکننده و من تقلبی ما می خواهد یا زندگی و هشیاری حضور.

دشوارها رفت از نظر، هر سد شد زیر و زیر

بر جای پا چون رست پر، دوران به آسانی کنم

-(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱)

با فضاگشایی پیوسته و عدم کردن مرکز با صبر و شکر و درد هشیارانه و رضایت، از ذهن بیرون می آیم و سبک بال و آزاد می شویم، جوری که قدرت پرواز از روی هر مسئله و موضوع و اتفاقی پیدا می کنیم و به اصل حقیقی خود برمی گردیم و این یعنی دیگر کنترل من ذهنی کار نمی کند و امور را خرد بی نهایت کائنات سر و سامان می دهد و دیگر برای شادی و خوشی نیاز به گدایی و مقاومت و حس قربانی و دست و پا نیست؛ زیرا که شادی بی سبب و آرامش طبیعی و مستی ملایم حقیقی در ما روشن شده.

با سپاس از همه

علی از تهران