

با سلام

یک فنجان آب از اقیانوس برنامه ۹۹۰

هر که نقص خویش را دید و شناخت
اندر استکمال خود دواسبه تاخت
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲-

آیا نقص هایت را در من ذهنیات می بینی؟ آن‌ها را می شناسی؟ خشم، رنجش، غیبت، پندار کمال، تمسخر دیگران، دخالت در کار دیگران، تمرکز روی دیگران، زندگی را زندگی نکردن و اجازه ندادن به دیگران که زندگی کنند، مسئله سازی و دشمن سازی، غرور، نظر دادن به دیگران، من می دانم، درد، رنجش و کینه این‌ها همه نقص‌های ما هستند. اگر این نقص‌ها را می بینیم جای خوبی هستیم. مهم نیست چقدر نقص داریم بلکه مهم این است که آن‌ها را ببینیم و ترسیم. دیدن این نقص‌ها یعنی زندگی به ما توجه و محبت دارد.

زنده شدن به زندگی یک روند بسیار ساده دارد، فقط کلید این است که هر لحظه آن را تکرار کنیم و به این تکرار، تعهد داشته باشیم. هیچ راه میانبر دیگری هم وجود ندارد. آن روند ساده این است: نقص خویش را ببینیم و آن‌ها را شناسایی کنیم، باز تکرار می‌کنم نقص خویش را ببینیم نه دیگری را و اگر در دیگری نقص می‌بینیم آن را در خودمان جستجو کنیم.

هر که نقص خویش را دید و شناخت
اندر استکمال خود دواسبه تاخت
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲-

اتفاقی که می‌افتد، وقتی نقص خود را می‌بینیم در هشپاری ما ذخیره می‌شود. پس باید به آن نقص همانند حضرت آدم اعتراف کنیم که من به خودم ستم کردم که چنین نقصی را نگه داشتم و مجرم خودم هستم.

خویش مُجرِم دان و مُجرِم گو، مترس
تا ندردد از تو آن اُستاد، درس

چون بگویی: جاهلم، تعلیم ده
این چنین انصاف از ناموس به
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷ و ۱۳۸۸

وقتی اعتراف می‌کنیم کارگاه زندگی می‌شویم و زندگی در کارگاهش شروع به کار می‌کند، چون کارگاه زندگی زمانی برای ما آماده است که ما نقص خود را می‌پذیریم و اعتراف می‌کنیم.

جمله استادان پی اظهار کار
نیستی جویند و جای انکسار

لا جَرَمَ اسْتادِ اسْتادانِ صَمَد
کارگاهش نیستی و لا بُود

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۸ و ۱۴۶۹

زمانی که اعتراف کردیم و لا کردیم، ما نمی‌دانیم چطور هم‌هویت شدگی را بیان‌دازیم اما او می‌داند. او در یک تکه چوب میز و صندلی می‌بیند و ما فقط یک تکه چوب می‌بینیم که اصلاً به درد نمی‌خورد. پس باید خودمان را بدون هیچ سوال و شکایتی در اختیار زندگی قرار دهیم. در سکوت و سکون بمانیم و هیچ عکس‌العملی نشان ندهیم تا زندگی تکه چوب را تراش بزند و میز و صندلی از آن بیرون بیاورد و در طی این تراش خوردن درد آگاهانه را به جان بخریم و در سکوت و سکون بمانیم. مولانا می‌فرماید وقتی کارگاه خداوند شدی این‌گونه باش:

آنچنانکه بر سرت مرغی بود
کز فَوَاشِ جان تو لرزان شود

پس نیاری هیچ جنبیدن ز جا
تا نگیری مرغِ خوب تو هوا

دَم نیاری زد، ببندی سُرُفه را
تا نباید که پیرَد آن هما

ور کَسَت شیرین بگوید یا تَرُش
بر لب انگستی نهی یعنی خُمُش

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۴۶ تا ۳۲۴۹

همانند آن که مرغی بر سرت نشسته که آن مرغ حضور توست، پس در هر وضعیتی که پیش می‌آید تو باید در سکون کامل بمانی. اگر کسی از تو تعریف و تمجید می‌کند یا به تو ناسزا می‌گوید باید بر هیجان‌ات خود شاهد و ناظر بمانی و تکان نخوری و با وجود فشاری که به تو می‌آید آرام و بی‌عکس‌العمل بمانی. سبب‌سازی ذهنی نکنی و دائم از یک صندوق فکر به صندوق بعدی نروی، در صندوق را باز نکنی و صندوق را باز نکرده بفروشی و بدانی که زندگی این اتفاق را برای تو بوجود آورده و فقط مُسبب را ببینی.

آن که بیند او مُسَبِّب را عَیان
کی نَهَد دل بر سب‌های جهان؟
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت (۳۷۸۷)

دیگر سوال نپرسی که حالا این مرغ اگر تکان نخورم کجا می‌رود، حالا اگر عکس‌العمل نشان ندهم که نمی‌شود. خلاصه با من‌ذهنی به دنبال حضور نگردي، چون خود من‌ذهنی ماست که مانع اتصال ما به زندگیست. آن همای سعادت خوب می‌داند کجا برود و کجا بنشیند نیازی به دستورالعمل‌های پوسیده ما ندارد. او نو به نو می‌داند چه کند.

خود شناسد جای خود، مرغ زیر کسارِ ما
بَعْدِ ما پیدا کُنی، در زمین آثارِ ما
-مولوی، دیوان شمس، غزل (۲۳۷)

پس نقص را ببینیم، آن را بپذیریم، اعتراف کنیم که به خود ستم کردیم و مجرمیم، که کارگاه خداوند شویم و وقتی خداوند در حال کار در این کارگاه است ساکت و ساکن بمانیم. فضاگشایی هم به همین شکل انجام می‌شود و وقتی ما این‌طور عمل می‌کنیم فضا خود به خود باز می‌شود. فضاگشایی کاری نیست که ما بتوانیم انجام دهیم. وقتی همین روند را در هر لحظه در زندگیمان پیش بگیریم فضا باز و بازتر می‌شود و ما حس حضور را تجربه می‌کنیم.

اما برای این که در این کارزار بتوانیم به مقابله با این من‌ذهنی برویم و اجازه دهیم این روند انجام شود، نیاز به یک شمشیر پولادین داریم و آن شمشیر پولادین تکرار آیات دیوسوز مولاناست و گرنه با شمشیر چوبین من‌ذهنی نمی‌توانیم نقص خود را ببینیم و تسلیم شویم و در حال سکوت باقی بمانیم و یادمان باشد که این باید کار هر روز ما باشد چون این راه انتهایی ندارد. با یک حال خوب نگوئیم خوب دیگر من‌حالم خوب شد و از راه بمانیم.

من غلام آن که اندر هر رباط
خویش را واصل نداند بر سیماط

بس رباطی که نباید ترک کرد
تا به مسکن در رسد یک روز مرد
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۹ و ۳۲۶۰-

با سپاس
-لی لا