

با عرض سلام

«می‌خواهم؟ یا نمی‌خواهم؟»

من ۲۰ سالم هست، ۲۵ سالم هست، ۳۰ سالم هست، یا ۱۰۰ سالم هست، فرقی ندارد. تا این لحظه از عمرم را کاملاً در غفلت زندگی کردم و نتیجه زندگی‌ام فقط درد بوده. بهتر از این بلد نبودم و یا اصلاً بلد بودم ولی وقت را تلف کردم و اشتباه کردم.

حالا، در همین لحظه من دیگر آگاه هستم، با مولانا آگاه شدم، پس الان دیگر چرا باز هم لنگ راه می‌روم؟ چرا باز دارم دست و پا می‌زنم در ذهن و رها نمی‌کنم؟ چرا؟  
چون نمی‌خواهم واقعاً، چون هنوز کاملاً مطمئن نیستم که اشتباه می‌کنم، چون فکر می‌کنم می‌دانم، چون هنوز درد بسم نیست، هنوز بیشتر و بیشتر می‌خواهم.

درست است که یک عمر با ذهن و من‌ذهنی زندگی کردیم، ولی انسان اگر بخواهد حتماً موفق می‌شود. اگر انسان واقعاً بخواهد، آسان می‌شود. مولانا، برنامه گنج حضور، شکل‌های برنامه، پیغام‌های دوستان، این‌ها کار را آسان کرده و موفقیت واقعاً یک مسیر سراسر است و مستقیم است و نیازی به این همه زور زدن و فشار آوردن نیست.

ولی واقعاً در عمل این‌طوری نیست و ما می‌بینیم که ذهن بسیار قضیه را پیچیده می‌کند و معنویت را هم به تصویر ذهنی و همانندگی تبدیل می‌کند. چرا؟ چرا این‌طوری می‌شود؟

چون از ته دل نمی‌خواهم. به زبان می‌گویم: «معلوم است که می‌خواهم، ولی خب نگاه کن ...». همین یعنی نمی‌خواهم. همین که می‌گویم «ولی خب نگاه کن»، این یعنی نمی‌خواهم. این یعنی مانع و دلیل ذهنی.

آدم وقتی یک چیزی را واقعاً بخواهد، دیگر هیچ مانع ذهنی جلوش را نمی‌گیرد و مهم نیست برایش. همه‌چیز به خواستن ما برمی‌گردد. کسی که می‌گوید نمی‌توانم، قطعاً نمی‌خواهد و گرنه می‌تواند. کسی که می‌گوید نمی‌توانم، فقط می‌خواهد جبر و کاهلی را توجیه کند که خیالش راحت شود که کاری از دستش برنمی‌آید.

می‌توانیم خیلی ساده به مسئله نگاه کنیم. من الان متوجه شدم یک مریضی ذهنی در درونم وجود دارد که تا الان با این مریضی زندگی کردم. الان هم در حال حاضر کاملاً گیج هستم و نمی‌دانم چکار کنم. ولی خب از خودم می‌پرسم آیا واقعاً می‌خواهم آزاد شوم؟ اگر جوابم بله است، خب پس شروع می‌کنم به کار کردن.

خودم الان توانایی تصمیم و تمیز ندارم، می‌خواهم کاملاً درست در اختیار مولانا و گنج حضور باشم. کوچک‌ترین مانع ذهنی که بیاورم، به این معنی است که واقعاً نمی‌خواهم.

ولی اگر واقعاً بخواهم، خب در این صورت مولانا می‌گوید پرهیز کن از قرین بد، می‌گویم چشم پرهیز می‌کنم، خیلی هم راحت، حالا هرکسی یا هر چیزی می‌خواهد باشد. مولانا می‌گوید حواست را بده به خودت، مرتب افکارت را و درونت را نگاه کن و ببین چه خبر است، می‌گویم چشم. می‌گوید این همه حرص نداشته باش و نخواد، می‌گویم چشم. می‌گوید درد هشیارانه بکش اگر برایت سخت است رها کردن، می‌گویم چشم.

برخی از موانع ذهنی:

- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه این همسر و خانواده‌ام را چکار کنم.  
- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه من پنجاه سال است که با فامیل و اقوام صحبت و همنشینی دارم، الان نمی‌توانم پرهیز کنم و دیگر به آن‌ها زنگ نزنم.

- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه فکر نکنم این کار از عهده من بربیاید. من این قدر کار بد انجام دادم که دیگر امیدی نیست.  
- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه من همیشه در زندگی‌ام شکست خورده‌ام و همه هم به من گفته‌اند تو نمی‌توانی. این قدر گفته‌اند که دیگر باورم شده.

- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه الان چندین سال هست که با گنج حضور دارم کار می‌کنم و موفق نشده‌ام، حس می‌کنم نمی‌توانم. (علتش این بوده که نخواستیم، بلکه فقط به‌طور ذهنی می‌خواستیم و با ذهن کار کردیم).

- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه اطرافم را افراد پر از درد گرفته‌اند.  
- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه من دلم همه‌چیز می‌خواهد و نمی‌توانم نخواهم.

- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه یک سوال خیلی ذهنم را درگیر کرده. همین را بفهمم، دیگر تمام است، شروع می‌کنم.  
- من می‌خواهم، واقعاً هم می‌خواهم، ولی آخه یک کمی می‌ترسم، می‌ترسم تنها شوم. می‌ترسم از این که رها کنم.

و هزاران موانع ذهنی دیگر که این من‌ذهنی عجیب و غریب از خودش درمی‌آورد.

این‌ها همه موانع ذهنی هستند و نشان از این است که من نمی‌خواهم، نشان از این است که نمی‌خواهم قانون جبران را رعایت کنم.

و در پایان، تکلیفم را با خودم روشن می‌کنم. اگر الآن دارم در ذهن دست و پا می‌زنم و با وجود مولانا و گنج حضور باز هم پیشرفت نکردم، به این خاطر است که شک دارم، شک دارم در این که ذهن زندگی ندارد، شک دارم در این که پندار کمال را رها کنم، همه‌اش می‌گویم نکند چیزی را از دست بدهم و همه این‌ها خلاصه می‌شود در این که خودم نمی‌خواهم، خودم مقصر هستم. اگر موفق نمی‌شوم و دردهای زیادی دارم، فقط به این خاطر است که خودم نمی‌خواهم رها بشوم، فقط خودم.

هر که پائندان وی شد وصل یار  
او چه ترسد از شکست و کارزار؟  
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۰

هرکسی که واقعاً بخواهد و ایمان داشته باشد به این راه، دیگر از هیچ چیز نمی‌ترسد.

منگر آن که تو حقیری یا ضعیف  
بنگر اندر همت خود ای شریف  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۸

یعنی تو به ضعیف بودن که من ذهنی القا می‌کند نگاه نکن، بلکه به همت توجه کن که تو یک انسان شریف هستی .

تو به هر حالی که باشی می‌طلب  
آب می‌جو دایماً ای خشک‌لب  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۹

طلب کن، در هر وضعیتی هستی طلب کن، دائماً آب زندگی را طلب کن، دائماً پیگیر این باش که زندگی‌ات را براساس فضاگشایی بگذاری، که خیلی نیازمند این آب هستی و لب‌هایت خشک شده.

هر که را بینی طلب‌کار ای پسر  
یار او شو، پیش او انداز سر  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۴۶

هرکسی را می‌بینی که در طلب زنده شدن به زندگی است، یار و رفیق او بشو و نسبت به او فروتنی داشته باش و به حرفش گوش بده.

کز جوار طالبان، طالب شوی  
وز ظلال غالبان، غالب شوی  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۴۷

زیرا از همنشینی با افراد طالب، تو هم طالب زنده شدن خواهی شد و زیر سایه این افراد که مسلط بر من ذهنی خود هستند، تو هم مسلط بر من ذهنی می‌شوی.

گر یکی موری سلیمانی بجُست  
منگر اندر جستن او سست سست  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۴۸

اگر مورچه‌ای کوچک خواست به مقام سلیمان یا همان زنده شدن به زندگی برسد، تو به این طلب و مقصود او با چشم حقارت نگاه نکن.

هرچه داری تو، ز مال و پیشه‌ای  
نه طلب بود اول و اندیشه‌ای؟  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۴۹

یعنی این همه مال و ثروتی که الآن در اختیار داری، روزی به صورت طلب و اندیشه نبوده است؟ پس الآن هم می‌توانی، کافی است بخواهی.

با تشکر و سپاس  
-فرشاد از خوزستان