

به نام خدا

و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و همه دوستان

ابیاتی از برنامه ۶۰۸ گنج حضور:

عمر رفت و تو منی داری هنوز
راه بر نایمنی داری هنوز
عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۴۱۳

انسانی که هنوز هشیاری را در ذهن و شرطی شدگی‌ها و تقلیدها زندانی کرده و خودش را توصیف می‌کند و ادعای می‌داند دارد و یا خود را حقیر و با بالا می‌داند و خود را بر اساس داشته‌ها و نداشته‌ها اندازه و وزن می‌کند و از انسان‌ها و جهان توقع‌های متفاوت دارد و ایرادهای خودش را نمی‌بیند و نمی‌اندازد، عمر را تلف می‌کند و در راهی ناامن و تلف‌کننده قدم می‌زند، با شهوات و حسادت‌ها و حسرت‌ها و توقع‌ها و لذت‌طلبی‌ها و مسابقه برای خودنمایی، خودش را و دیگران را تلف می‌کند ولی اگر از این چرخه باطل آگاه شود و شادی بی‌سبب را بچشد، با خرد کل و خدا خلوت می‌کند و روی خودش کار می‌کند و با شناسایی و پرهیز و درد هشیارانه و صبر به زندگی اجازه زنده کردن خودش را می‌دهد، دلیل ترک یک معتاد همین است، یا دلیل ترک دروغ و قضاوت و شایعه پراکنی و پرخوری و شهوت‌رانی، زیرا این نوع انسان متوجه تلف شدن خود شده و از خدا و زندگی طلب راهنمایی می‌کند و زندگی راه درست و حقیقی را برایش به صورت بینشی نو نمایان می‌کند، پس هر اعتیاد و حرص و ولع و طمع و حيله و خودنمایی و خشم و توقع و شهوت و حسادت و مقایسه و چسبیدن به دیگران و چیزها و پریدن از فکری به فکر دیگر و اعمال نظر و عقیده به دیگران را شناسایی کنیم و به زندگی تحویل دهیم تا به اصل خود و نامحدودی و شادی بی‌سبب تبدیل شویم.

زخم کاید بر منی آید همه
تا تو می‌رنجی منی داری هنوز
عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۴۱۳

ما از جنس زندگی و خدا هستیم و نقش‌های دیگر همه فانی و آفل است و بنابراین نباید برای نداشتن و یا از دست دادن بترسیم و باید همیشه زندگی پذیرشی داشته باشیم و واکنش را بیندازیم. اگر هشیار باشیم متوجه می‌شویم اتفاقات و مسئله‌هایی که ایجاد می‌شود برای این است تا متوجه شویم که در مسیری اشتباه و تلف‌کننده هستیم و باید خود را از هر باور و تعصب و چسبیدن پاک کنیم، باید می‌دانم و کنترل و توقع و خشم و شهوات را بیندازیم و سبک شویم، و گرنه رنج‌ها و افسردگی‌ها و اضطراب‌ها دست از سر ما بر نمی‌دارند. ریشه رنج و دردهای ما خواسته‌ها و شهوات و چسبیدن ما به جهان است، چون فکر کردیم که ارزش ما را چیزها بیشتر می‌کند، اما این توهمی است که انسان‌های دیگر به ما دادند، باید متوجه باشیم که حتی پادشاهانی بودند که قدرت و پول و همسر و فرزند و محبوبیت داشته‌اند اما رنج و درد و اضطراب و بدبینی و ادعای می‌دانم و خشم و تنفر و دیگر دردها را حمل می‌کردند، پس چاره کار پاک شدن و اصل شدن است.

هوشی است بند ما و به پیش تو هوش چیست؟
گر برج خیبر است، بخواهیش بر کنی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۰۰

انسان از جنس بی‌نهایت است اما در ذهن خود را گیر انداخته، در ترس‌ها و خواسته‌ها و داشته‌ها و کینه‌ها خود را گیر انداخته، اما اگر بگوییم دیگر کافیه و دیگر این من کاذب و تقلیدی و واکنشی را نمی‌خواهم ادامه دهم و می‌خواهم بر طبق عقل خرد کل کائنات زندگی کنم و موانع را از سر راه با کمک خرد کل برمی‌دارم در مسیر حقیقی هدایت می‌شویم.

اندر مقام هوش همه خوف و زلزله‌ست
در بی‌هشی است عیش و مقامات ایمنی
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۰۰

در مسیر پاک شدن از همانندگی‌ها من ذهنی مدام ما را می‌ترساند و طمع و حرص را بالا می‌آورد، اما اگر توکل صد در صد داشته باشیم، ترس را کنار می‌زنیم و با تمام قوا از چرخه افکار بیرون می‌پریم، از ذهن و محدودیت و خودآزاری بیرون می‌پریم و به فضای بی‌نهایت زندگی وارد می‌شویم و اینجا جایی است که با افکار و چیزها محدود نمی‌شویم و سکون و سکوت می‌شویم.

منم که شهره شهرم به عشق ورزیدن
منم که دیده نیالوده‌ام به بد دیدن
حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳

اصل ما از جنس رواداشت، فراوان بینی، شکر، محبت، تواضع، راست‌گویی، کافی بودن و حس امنیت است، آیا ما این طور می‌بینیم؟ اگر نه پس من ذهنی و بافتی تقلبی درست کردیم و باید این بافت را پاره کنیم و تبدیل به عشق و سبک‌بالی و آزادی شویم و با زندگی و خدا یکی و همراه

شویم و این مستلزم ترک بارهای اضافه مثل شهوات و تعصبات و کنترل‌ها و گدایی ما از دیگران و جهان است، پس خوش به حال کسی که به این امر عمل کند و پاک شود و پاک بماند و عشق و شادی و برکت را ارتعاش کند.

وفا کنیم و ملامت کشیم و خوش باشیم
که در طریقت ما کافر نیست رنجیدن
حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳

انسان حقیقی به زندگی وفا دارد و خودش را به چیزهای آفل و گذرا و مردنی گره نمی‌زند و در مواقعی که نفس امر کننده و تلف کننده حرص و طمع و شهوت و خشم و حسادت و بدبینی و ملامت را در او بالا بیاورد، پرهیز و درد هشیارانه را به کار می‌گیرد و دست زندگی او را کمک می‌کند و دلش را شاد بی‌سبب می‌کند، توجه را اگر از روی خود برداریم و به دیگران و جهان بچسبیم راه اشتباه را می‌رویم، ما باید صبر را تمرین کنیم تا زندگی مستقیم عقل و فکر درست را در لحظه در ما سرازیر کند و این موجب می‌شود تا در مسیر معنوی روان باشیم و ریشه‌داری کنیم و فریب ملامت و دعوت من‌های ذهنی و تقلیدی را نخوریم، انسان معنوی طعم شادی بی‌سبب و سبک‌بالی را چشیده و آن را با هوس‌های نفسانی و چشم و هم چشیمی‌ها عوض نمی‌کند.

بنده چند مورد از چیزهایی که در آن‌ها زندانی بودم را شناسایی کردم، مثل توقع از مردم و خدا، حسادت، حرص و خرید کردن، حس حقارت، حس کم بینی، جلب توجه دیگران با ظاهر و سخنرانی و حیر و سنی کردن و هر راهی دیگر، مواد مخدر، مشروب، سیگار، فکر کردن به جنس مخالف و یا دیدن فیلم‌های منحرف کننده و روانی کننده جنسی، رفیق بازی و چسبیدن به آن‌ها، کنترل کردن دیگران، باورهای سیاسی و حدس و گمان‌ها و شایعه‌پرانی! و خدا رو شکر که از دست خیلی از این‌ها خلاص شدم و با زندگی آن‌ها را کم‌رنگ و ضعیف کرده و به جای آن‌ها شادی بی‌سبب و حس کافی بودن را در من جاری کرده.

به پیر میکده گفتم که چیست راه نجات
بخواست جام می و گفت عیب پوشیدن
حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳

اگر با انسانی که به زندگی زنده است همراه باشیم، او به ما نشان می‌دهد که توقع و عیب‌بینی را بیندازیم، ایرادگیری و ناشکری و دشمن‌بینی را بیندازیم، گدایی و حس نقص و حس حقارت را بیندازیم، نظر دادن و اختلاف نظر داشتن و جر و بحث و واکنش را بیندازیم و پذیرشی و سبک شویم و شادی بی‌سبب را جایگزین کنیم.

مراد دل ز تماشای باغ عالم چیست
به دست مردم چشم از رخ تو گل چیدن
حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳

مراد دل ما این نیست که به چیزها بچسبیم و حرص بزنییم و ملامت کنیم و خشمگین و شهوت‌رانی کنیم و اصل خود را فراموش کنیم و خود را پست و حقیر و گدا کنیم، مراد را مرکز خالی و عدم به ما می‌دهد، مراد شادی بی‌سبب و عمق بی‌نهایت و سکون و سکوت و هشیاری و آگاهی و سبک‌بالی است که با تسلیم و پذیرش و پرهیز و درد هشیارانه و شکر و صبر کار می‌کند.

عنان به میکده خواهیم تافت زین مجلس
که وعظ بی‌عملان واجب است نشنیدن
حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳
عنان: لگام، دهانه اسب
و عطا: پند دادن، نصیحت کردن، پند و اندرز

بهتر است با خود صادق باشیم و ببینیم از جنس کسانی هستیم که موعظه می‌کنند و حرف‌های کلیشه‌ای و تکراری می‌زنند و خودشان به جای سکون در لحظه، بدون بد و خوب کردن در گذشته و آینده و در افکار پرت می‌زنند و خودشان در پای عمل سست هستند و نمی‌توانند مرکز را عدم کنند و اگر این‌طور است با یک جهش و شناسایی تغییر مسیر دهیم و راه سکوت و ناظر خود بودن را انتخاب کنیم، راهی که همراه عقل و خرد و تدبیر خدا و زندگی می‌شویم و دیگر ادعا و خودنمایی و می‌دانم را کنار گذاشتیم و فقط شناسایی و عمل پرهیز و پذیرش و توکل صد در صد به زندگی را به کار بسته‌ایم.

با سپاس از همه
علی از تهران