

این هفته کسی مقداری پول ما را خورد من برای دقایقی آمدن ابر مازندران و آشفته شدن سمنزار رضای درونم را مشاهده کردم و به دنبال آن ناامیدی که بر من حاکم شد. از خودم می پرسیدم کار کردن من روی خودم چه فایده ای دارد؟ کار کردن ما روی خودمان چه فایده ای دارد؟ دنیا پر از من ذهنی است. قدرت دست من های ذهنی است. همیشه من های ذهنی دست بالا را داشتند. در اوج ناامیدی یادم آمد:

نگفتمت مرو آن جا که آشنات منم

در این سراب فنا چشمه حیات منم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۵

چه قدر عاشق ترکیب سراب فنا هستم. این دنیایی که این قدر واقعی به نظر می رسد، این یه قرون دوهزاری که تو این جهان این قدر جدی می آید از نظر حضرت مولانا سراب فنا است. سراب وجود واقعی ندارد. حالا این چیزی که وجود ندارد باقی هم نیست. یک توهم آفل. از خودم می پرسم به خاطر توهم آفل گرفته شده ام؟ حالا یک نخود به این توهم آفل اضافه بشود یا از آن کم بشود چه فرقی می کند؟ غزل را چندین بار برای خودم می خوانم.

نگفتمت که مگو کار بنده از چه جهت

نظام گیرد خلاق بی جهات منم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۵

زندگی پاسخ من را از این جا بعد پشت سر هم داد. اول گفت: نگو چه طوری اوضاع درست می شود. من درست می کنم. قدرت عمل و خلاقیت دست من است. بعد گفت: تو چراغ خودت را روشن کن، تو روی خودت کار کن. کاری به دنیا و بقیه من های ذهنی نداشته باش.

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟

تو یکی نه ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز

که یکی چراغ روشن ز هزار مرده بهتر

که به است یک قد خوش ز هزار قامت کوز

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷

زندگی گفت: نگو همه می‌جنگند، همه دزدی می‌کنند، همه دروغ می‌گویند حالا من روی خودم کار کنم که چه بشود! تو شمع وجودت را روشن کن. اولاً تو یکی نیستی هزاری. وقتی به من زنده بشوی بی‌نهایت می‌شوی. با ذهن محدوداندیش قدرت حضور را اندازه نگیر. ثانیاً حتی اگر یک چراغ هم باشی. به هر حال یک چراغ روشن از هزار تا چراغ خاموش بهتر است. یک قامت راست از هزار تا قامت خمیده بهتر است. زندگی گفت: تو هم مثل دیگران زیر دردِ اخبار، زیر مقاومت، زیر شکایت، زیر ناله، زیر من بدبختیم، قامتت خم بشود به چه دردِ من می‌خوری؟ تو اگر به بودن زنده شوی و پشت فکرهايت و اعمال سکون زندگی باشد، بودن زندگی باشد، ساکن روان شوی، یعنی چراغ روشن شده است، از هزار تا من ذهنی بهتر هستی. زندگی ادامه داد کسی که مخالف سازِ من می‌زند می‌تواند همه را منحرف کند.

به میان بیست مطرب چو یکی زند مخالف

همه گم کنند ره را چو ستیزه شد قلاووز

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷

بین بیست تا نوازنده یکی مخالف بزند، یکی اشتباه کند همه را می‌تواند گمراه کند. انسان‌ها مطرب هستند باید با آهنگ زندگی برقصند اگر بین آن‌ها یکی من‌ذهنی باشد، اگر مقاومت و ستیزه قلاووز یعنی رهبر بشود همه راهشان را گم می‌کنند. میلیون‌ها انسان که باید شادی و برکت خدایی را پخش کنند، با من‌ذهنی خودشان خارج می‌زنند. مقاومت ما را از زندگی و شادی آن قطع کرده و متصل به من‌ذهنی و دردهایش می‌کند. ما فکر می‌کنیم با من‌ذهنی می‌توانیم فکر کنیم و راه را پیدا کنیم. فکر می‌کنیم با من‌ذهنی می‌توانیم در کنار هم زندگی کنیم. زندگی گفت: برای همین تو اصلاً مقاومت نکن. بگذار فرم‌هایت با آهنگ من برقصد. بگذار همان‌طور که تمام کائنات را من اداره می‌کنم،

زندگی تو را هم اداره کنم. ببین هیچ باشنده‌ای جرئت ستیزه با من را ندارد. مبادا تو با من ذهنیات این لحظه درمقابلِ قضا که تصمیم من است بایستی.

چون جهان زهره ندارد که ستیزد با شاه

الله الله که تو با شاه جهان نستیزی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۶۲

از آن جایی که هیچ باشنده‌ای توان ستیزه با زندگی را ندارد تو را خدا تو را خدا تو حواست باشد که این لحظه را با مقاومت شروع نکنی، این لحظه با شاه جهان که به شکل اتفاق این لحظه خودش را به تو نشان می‌دهد نستیزی. ستیزه با اتفاق این لحظه ستیزه با خداست. ناله تو، شکایت تو، عدم پذیرش تو، خشم تو، ترس تو و هر هیجان منفی تو یا هر هیجان مثبت تو، هر قضاوت تو که با من ذهنی صورت می‌گیرد، یا مقاومت است یا مبنای مقاومت است. حواست باشد این لحظه جدی نشوی و به شاه کیش ندهی. تو فقط حق داری درمقابلِ اتفاق این لحظه فضاگشایی کنی و گرنه دل درد می‌گیری.

گر نکنی موافقت دردِ دلی بگیردَت

هم‌نفسی خوش است خوش، هین مگریز یک نفس

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۰۵

اگر این لحظه را با فضاگشایی شروع نکنی و اتفاق را جدی بگیری درد دل می‌گیری، سمن زار رضا آشفته می‌شود. اگر این لحظه مهمانی می‌آید، یک فکری می‌آید، وضعیتی در این لحظه تولید می‌شود، چه در ذهنت، چه در بیرون، اگر فضا را در اطرافش باز نکنی و منقبض بشوی، دلت درد می‌گیرد یعنی درد به مرکزت می‌آید و به ذهن می‌افتی. حتی یک نفس، حتی یک لحظه هم از هم‌نفسی با من که اصلت هستم دور نشو. حتی یک نفس هم فضا را نبند.

تو مخالفت همی‌کش، تو موافقت همی‌کن

چو لباسی تو درانند، تو لباسی وصل می‌دوز

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷

حتی اگر فکر می‌کنی بهت ظلم شده، تو به ستیزه نپرداز، تو موافقت کن. تو لباس وصل بدوز. زندگی گفت: این لحظه من اتفاقات را یک‌جوری به‌وجود می‌آورم که ذهن تو نمی‌پسندد تا تو را از خواب همانیدگی‌ها بیدار کنم. من یار تو هستم و باید آگاه شوی که این توهم نمی‌تواند تو را به من برساند. درست است که زیر سلطه من ذهنی هستی اما فضا را باز کن. مخالفت نکن، مقاومت نکن، ستیزه نکن. فضا را باز کن بگذار لباس من ذهنی دریده شود و آب برود. این فرمول آزادی تو است: بگذار لباس من ذهنی دریده شود و زندگی به تله افتاده آزاد شود. مبدا میزان زنده شدنت را با ذهن اندازه‌گیری. مبدا با قضاوت و مقاومت از من جدا شوی. مبدا من را پشت اتفاق این لحظه نبینی، مبدا اسیر سبب شوی. مبدا کلاغ را ببینی و اسیر زشتی و غارغارش شوی.

باد را یا رب نمودی، مِروَجه پنهان مدار

مِروَجه دیدن چراغِ سینه پاکان شده

هر که بیند او سبب، باشد یقین صورت پرست

وآنکه بیند او مسبب نورِ معنی دان شده

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۷۰

خدایا باد را نشان دادی، بادران را هم نشان بده بگذار تویی که مسبب هستی را ببینم. نگذار در اتفاقات گم شوم. نگذار اسیر سبب شوم و تویی که مسبب هستی را نبینم. اتفاق این لحظه را تو پیش آوردی تا گره‌های من، همانیدگی‌های من را نشان بدهی. اتفاقات می‌افتند چون من گره دارم. بنابراین واکنش نشان نمی‌دهم تا مثل آب بی‌گره بشوم. کسی آب را نمی‌تواند بجود چون گره‌ای ندارد. من هم این‌قدر در این مسجد می‌مانم تا بی‌گره بشوم.

چون آب باش و بی‌گره از زخم دندان‌ها بجه

من تا گره دارم یقین می‌کوبی و می‌ساییم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۸۷

در آخر می‌توانم یکی از مکرهای من‌ذهنی‌ام را که همان ایجاد ناامیدی است ببینم. ترس و ناامیدی آواز من‌ذهنی است که من را تا پایین‌ترین سطح هشیاری می‌کشد.

ترس و نومیدیت دان آواز غول

می‌کشد گوش تو تا قعرِ سُفول

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷

این مکر من‌ذهنی است که می‌گوید: من یک آدمِ کوچکِ بی‌قدرت چه تأثیری می‌توانم روی این من‌های ذهنی بگذارم؟ زندگی گفت: هرگز دیگر این حرف را نزن. حضرت مولانا جهانی را به آتش کشیده و آقای شهبازی هم به تنهایی تا به این‌جا این کشتی را آورده‌اند و باعث شکوفا شدن این همه گل شده‌اند بنابراین مهم نیست چه قدر من‌های ذهنی زیاد یا قدرتمند هستند من شمع خودم را روشن می‌کنم. پشت این فرد به‌ظاهر بی‌اهمیت از نظر من‌ذهنی خدا نشسته، زندگی نشسته است. پس می‌گذارم زندگی با عقل کلش من را اداره کند و با این توهم در کار زندگی اختلال ایجاد نمی‌کنم. من با دید من‌ذهنی نمی‌گویم که بی‌اهمیت من وقتی چراغ روشن شود چه به‌لحاظ قدرت چه به‌لحاظ تعداد بی‌نهایتیم. زندگی درون من همان یک زندگی را در انسان‌های دیگر به ارتعاش درمی‌آورد.

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟

تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز

که یکی چراغ روشن ز هزار مرده بهتر

که به است یک قدِ خوش ز هزار قامتِ کوز

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷

یلدا از تهران