

آب خوردن بدون سوت:

مولانا در داستان شیرینی از دفتر سوم مثنوی، ما را آگاه می‌کند که برای انسانهای دیگر سوت اضافی نزنیم و ایجاد کارافزایی نکنیم و در عین حال خودمان با وجود سوت اضافی دیگران و کارافزایی آنها آب حیات را بنوشیم. این قسمت در برنامه ۹۰۳ گنج حضور تفسیر شد.

تابلوی داستان:

یک گروه اسب برای آب خوردن کنار رودخانه‌ای هستند. یک بچه‌اسب هم در کنار مادرش مشغول به آب خوردن شده است. ناگهان مسئول اسب‌ها شروع می‌کند به سوت زدن و قصدش از این سوت زدن این است که اسب‌ها با سوت او آب بخورند. بچه اسب که خودش شروع به آب خوردن کرده بود، با شنیدن صدای سوت ناگهان بازمی‌ایستد و می‌ترسد. به مادر می‌گوید این سوت می‌زند، من می‌ترسم و نمی‌توانم آب بخورم. مادر به او می‌گوید، ای ارجمند تو آب خودت را بخور و نگذار سوت او مزاحمت شود. تا جهان بوده از این مردم کارافزا هم بوده. ولی کار آنها بی‌فایده است. با وجود این کارافزایان، حواست را از آب خوردنت پرت نکن، و همان جور که خودت بدون سوت او داشتی می‌خوردی، آبت را بخور.

گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این کارافزایان بدند اندر زمین

هین تو کار خویش کن ای ارجمند زود، کایشان ریش خود برمی‌کنند

وقت، تنگ و، می‌رود آب فراخ پیش از آن کز هجر گردی شاخ، شاخ

شهره کاریزی‌ست پر آب حیات آب کش، تا برآمد از تو نبات

- مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۸ تا ۴۳۰۱

در اینجا منظور از کاریز چشمه و جویبار است.

بعد از خواندن این ابیات متوجه سوت زدن اضافی خودم برای یکی از نزدیکانم شدم. این زمانی بود که می‌خواستیم از طریق حرفهای معنوی، به او چیزی یاد بدهم و به خیال خودم کمکش کنم. ولی آگاه شدم که این همان سوت زدن و کارافزایی است. این کار هم شخص گوینده و هم شنونده را بیشتر به ذهن می‌برد. دیگران به جای حرفهای ما به این نیاز دارند که ما خاموش باشیم، حقیقتاً فضا را باز کنیم و عمیقاً آنها را بشنویم و فقط گوش بدهیم. همچنین اینکه دیگران را و وضعیت این لحظه را همانطور که هست، بدون کنترل و تلاش من ذهنی برای تغییر وضعیت بپذیریم.

آب خرد و عشق در مرکز هر انسانی جاری است. با تذکر، ایرادگیری و حتی حرفهای معنوی به راحتی انسانها را به ذهن می‌بریم و جلوی آب حیات را می‌گیریم.

برای مثال، حتی اینکه به کسی بگویم گنج حضور برای من اینگونه کار کرده و من برنامه‌ها را به این شکل خاص گوش می‌دهم به احتمال زیاد، همان سوت زدن کارافزاست. هرگونه کمک خیالی از طریق حرف زدن، در حالی که دیگران از ما سوال نکردند، سوت زدن است.

در عین حال، از این داستان آموختم که انسانها در بیرون برای من سوت خواهند زد. آنها راهنمایی خواهند داد، راه حل خواهند داد، تجربیاتشان را خواهند گفت و وانمود خواهند کرد که می‌دانند برای من چه کاری درست است. دیگران در زندگی من دخالت خواهند کرد و این در کنترل من نیست. اما همان طور که مادر به بچه‌اسب گفت، می‌توانم بدون هیچ اعتراض و مقاومتی به کارافزایی دیگران، آب خوردن خود را ادامه دهم. یعنی ناظر بی‌واکنش سوت‌زنها باشم، از دیدن آنها به یاد آورم که من نباید برای کسی سوت بزنم. و خیالم راحت باشد که آب حیات را همیشه از مرکزم می‌گیرم. این آب این لحظه جاریست و اگر هشیار باشم، سوت‌زنها به من آسیبی نمی‌رسانند و وقت مرا تلف نمی‌کنند.

این داستان نمادگونه به خصوص در رابطه انسانهایی که سنشان بالا است با کودکان و جوانان کار می‌کند. یک مربی، یک معلم یا پدر و مادری که مسئولیت سرپرستی از کودکی را به عهده دارند، به سادگی می‌توانند تبدیل به یک سوت‌زن مزاحم شوند که کودک یا جوان را می‌ترسانند و مانع این می‌شوند که او آب حیات را که این لحظه جاری است، خودش تجربه کند.

همچنین از این داستان می‌توان در رابطه با کارافزایی‌های بزرگ جمع من ذهنی در بیرون هم استفاده کرد. محصول من ذهنی جمع ایجاد دردهای بزرگ است، من ذهنی جمع برای مثال جنگ درست می‌کند. ایجاد جنگ یک کارافزایی عظیم است. پرداختن به جزئیات این موضوع و فکر کردن به اینکه چه گروهی مقصر هستند مثل این است که بچه‌اسب آب خوردن را قطع کند و خود را با جزئیات سوت مشغول کند. در این صورت از طرفی رسیدن آب حیات به او قطع می‌شود و از طرف دیگر او خود را در معرض ارتعاشات یک کار شدیداً مخرب و بی‌فایده قرار می‌دهد.

مولانا در بیت دیگری که آن هم در برنامه ۹۰۳ گنج حضور تفسیر شد، جهان من ذهنی را یک خانه پرغوغا و مردم کارافزا می‌نامد و آن را به یک آخور خر تشبیه می‌کند. می‌گوید عیسی که از جنس زندگی است، از این آخور خر حلوا نمی‌خورد. او شیرینی و مایه حیات را از چشمه درونش که به زندگی وصل است می‌گیرد.

موسیّ نِهان آمد، صد چشمه روانِ آمد
جان همچو عصا آمد، تن همچو حجر آمد

زین مردمِ کارافزا، زین خانه پرغوغا
عیسی نخورد حلوا، کاین آخرِ خر آمد
- مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۳

- با عشق و احترام، سارا از آلمان -