

با سلام خدمت آقای شهبازی و دوستان عزیز
نرم افزار «پندارِ کمال»

گاهی اوقات خودم را در این کره زمین، تنها تصوّر می‌کنم و از خودم می‌پرسم که: اگر من در این کره زمین تنها بودم، وضعیت من ذهنی‌ام چه جوری می‌شد؟

خب این چیزی نیست که بشود جواب دقیق به آن داد. اما یک چیز را براساس تجربیاتم در زندگی مطمئن هستم. فرض بر این که اندکی معلومات اولیه زندگی دارم: اگر من در جهان تنها بودم به چیزهای ساده قانع بودم.

در یک غاری زندگی می‌کردم که به داشتنش رضایت می‌دادم. غذایی از گیاهان و سایر چیزهای ساده برای خودم مهیا می‌کردم. در زمستان با آتش خودم را گرم می‌کردم و در تابستان در غار خنک می‌شدم و شاید هم مسافتی را پیاده می‌رفتم تا به رودخانه و یا دریایی برسیم و آبی به بدن بزنم و از این مسیر بسی لذت می‌بردم.

خلاصه بگویم اکثر چیزها به آرامی و تحت امنیت و رضایت قابل قبولی پیش می‌رفت. تا این که روزی متوجه بشوم که شخص دومی هم در حوالی من در این جهان وجود دارد. به محض متوجه شدن این موضوع، نرم افزار «پندارِ کمال» در ذهنم نصب می‌شود. نرم افزار «مقایسه» نصب می‌شود.

آن رضایت‌ها و احساس آرامش و امنیت به کلی تغییر می‌کنند. مقاومت‌ها و شکایات شروع می‌شود. آنصورتاً از بین می‌رود و دودافزایی و ایجاد گرد و غبارِ ذهنی می‌شود حرفه اصلی من.

از این مدل دودها تحویل خدا میدم:

خدایا من این همه این‌جا هستم، چرا غارِ اون بهتره؟

مال من مثلاً نشتی داره از سقفش آب می‌چکه ولی مالِ اون سالم و خوبه. تازه آفتاب خورش هم بهتره.

خدایا چرا کنار اون این همه درخت میوه گذاشتی؟ این همه تنوع میوه نصیبش کردی. این همه حیوان اهلی گذاشتی. ولی من اینجا فقط نارگیل دارم می‌خورم. خسته شدم از نارگیل بابا.

خدایا چرا اون به رودخونه نزدیکه ولی من باید کلی قدم بزنم؟

خدایا من که نمیرم باهاش حرف بزنم. چون من از قبل اون اینجا هستم و دارای کمالات هستم. کلی چیز بیشتر بلدم. من باهاش دوست نمیشم. باید یه کاری کنم کمتر از من داشته باشه. اون باید به من احترام بذاره. امان از این پندارِ کمال که واقعا بدترین مرض است. مرضی که کل من ذهنی حول محورِ آن طراحی شده.

علّتی بتر ز پندارِ کمال

نیست اندر جان تو ای دودلال

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

علّت ابلیسِ آن‌اخیری بدهست

وین مرض، در نفس هر مخلوق هست

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶

-دودلال: صاحب ناز و کرشمه

منی که تا همین لحظه پیش از غذا و امکانات و حتی مسیر رودخانه راضی بودم، حالا همه را نادیده گرفته و اسیرِ مقایسه‌ها و حقارتِ ناموسِ تصویری پندارِ کمال شدم. بند صد من آهن همین است. دیگر شکر و رضایت یادم رفته. چنان اسیرِ حسادت و حرص و کینه و ناامیدی و نوساناتِ پندارِ کمال شدم که دیگر هیچ نعمتی را نمی‌بینم. شومیِ جرأتِ تسخیرم کرده. خلاصه که کن‌فکانِ خداوند مهرِ بزرگ و عجیبی بر چشم و گوشم زده.

دیگه هیچی نمی‌بینم. این مثال را زدم چون خودم خیلی درگیرِ پندارِ کمال و مقایسه‌هایم بودم. خیلی خیلی.

خیلی از همانیدگی‌های بزرگی که داشتیم همه رفتند اما این پندارِ کمال و مقایسه‌هایم ظاهراً نظارت و صبرِ خیلی زیادتری می‌طلبند. من در این مسیر معنوی بارها عهدم را شکستم. «ردوا لعادوا» کار من بوده. در توبه و میثاق و وفا به زندگی سست بودم. اجازه بدهید این شعرهای زیبا را بخوانم:

گفت: می‌دانم سبب این نیش را

می‌شناسم من گناهِ خویش را

من شکستم حرمتِ ایمان او

پس یمینم برد دادستان او

من شکستم عهد و، دانستم بدست

تا رسید آن شومی جرأت به دست

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۱۶۸۷ الی ۱۶۸۹

ربّ می‌گوید برو سوی سبب

چون ز صنم یاد کردی؟ ای عجب

گفت: زین پس من تو را بینم همه
ننگرم سوی سبب و آن دمدمه

گویدش: رَدُّوا لَعَادُوا، کارِ توست
ای تو اندر توبه و میثاق سست
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۳۱۵۶ الی ۳۱۵۸

واقعاً که سست میثاقم. اما به راهم ادامه دادم. لنگ و لوک و خفته شکل و بی ادب وار جلو آمدم. به خدا می گفتم:

خدایا من بی ادبم. من کافرَم. من عهد می شکنم. من ایراد دارم. من اسیرم. من داغونم. من تنگ نظرم. همه جوره در تنگنا هستم. هم مادی هم معنوی. اما قلباً تو را می خواهم. اما چه کنم که اسیرم. گیجَم نمی دانم چه کار کنم. کمکم کن. خودم بدترش می کنم. تو بیا دستی بر سرم بکش.

با این اعتراف به «نمی دانم»، خداوند دست مهرش را بر سرم کشید. حالم بهتر شد. خیلی چیزها را شناسایی کردم و یکی از شناسایی هایی که به جرأت می توانم بگویم تا حالا در زندگی شخصی من آنقدر کلیدی نبوده، این بوده که فهمیدم که عامل اصلی در عدم تعهد بنده، پندار کمال و مقایسه هایش است. در همه زمینه ها، نه فقط معنوی.

در مورد من، مقایسه تخمش را می کرد و در اکثر موارد محصول این تخم فاسد، ناامیدی و یأس است و پندار کمال احساس حقارت و ضعف می کند و در این مواقع ناگهان آنقدر بی میل می شوم که کارهای معنوی را نیم کنار می گذارم و حتی کارهای این دنیایی هم با کم ترین بازده ممکن انجام می دم.

این شناسایی من را بیدار کرد. از آن موقع که شناسایی صورت گرفت تا همین الان که دارم این را می نویسم، و البته صدام رو ضبط می کنم، قدرت حزم را در لب مرز درونم گذاشتم و اجازه ورود همچین نامحرمی را نمی دهم. حزمی که اگر این من های ذهنی جهان صدها و هزاران میلیارد دلار بودجه نظامی خود را صرف تجهیزات پیشرفته صرفاً جهت مرزبانی کنند، باز هم در کنار قدرت شگفت انگیز و پیشرفته حزم، اسباب بازی ای بیش نیستند. آن هم اسباب بازی بی کیفیت.

حَزْمٌ، سُوءَ الظَّنِّ گفته ست آن رسول
هر قدم را دام می دان ای فضول
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸

زین کمین، بی صبر و حزمی کس نجست
حزم را خود صبر آمد پا و دست

حَزْمٌ کن از خورد، کین زهرین گیاست
حزم کردن زور و نور انبیاست
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۲۱۳ و ۲۱۴
-فضول: زیاده گو

واقعاً که این حزم زور و نور انبیاست و وقتی حزم بنده این فکر مقایسه همانیده را شناسایی کرد، با قدرت احتما آن را برمی گردانم و می گویم: این جا جایی برایت نیست. از همان جا که آمدی برگرد برو همان جا یا هر جایی که دوست داری. اجازه آمدن به مرکز را نداری. ممنوع ورود هستی، این یعنی اصل دوا.

اِحْتِمَا اصل دوا آمد یقین
اِحْتِمَا کن قوه جان را ببین
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۱

و دقیقاً در همین شرایط حزم و پرهیز و فضاگشایی هستش که صبر هم معنی پیدا می کنه. صبر سوخت همشونه و عمل متعهدانه به همه این ها یعنی شکر واقعی. احتما و پرهیز مکرر از همانیدگی ها یعنی شکر واقعی. این که دیگه اجازه ندهم این اغیار وارد مرکز بشوند.

صبر کردن، جان تسبیحات توست
صبر کن، کآنست تسبیح درست
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۵

این دو ره آمد در روش، یا صبر یا شکر نعم

بی شمع روی تو نتان دیدن مر این دو راه را
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱

چون رهیدی، شکر آن باشد که هیچ
سوی آن دانه نداری پیچ پیچ
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۸۰

پس شکر یعنی لا کردن دائمی من ذهنی، فضاگشایی متعهدانه و قدر زنده شدن به خدا را دانستن.
چیز دیگری که خیلی بهم کمک کرد که بتوانم پندار کمال و مقایسه‌ام را کنترل کنم، جا انداختن عمیق «فراوانی اندیشی» در خودم بود.

در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد
مترسید مترسید گریبان مدرانید
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۷

من همیشه خدا فکر می‌کردم فراوانی اندیش هستم، ولی نبودم. به ظاهر آدم دست و دلبازی بودم، اما حقیقتاً که فراوانی اندیش نبودم.
کمیاب اندیش بودم. وقتی فراوانی اندیشی رو در خودم جا انداختم، خود به خود این مقایسه و حس کمال ضعیف و ضعیف‌تر شد در من.
چون آگاه شدم که هر شخصی مشمول کرما و بی‌نهایت فراوانی خداست، من هم همین‌طور.
هنوز هم مراقبم، و این را هم باید در خود جا بندازم که این کار تمامی ندارد. فضاگشایی همیشه پا برجاست. نقطه پایان ندارد. حتی وقتی
که من ذهنی عاجز شده است. چون خداوند پایان و انتها ندارد، و ما هم از جنس او هستیم.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه
صدر را بگذار، صدرِ توست راه
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

شاد باشید، اشکان از مازندران