

به نام عشق و سلام بر همه بزرگواران.

چند نکات آموزنده از آموخته‌هایم:

مطلبی را برای روشن شدن فضاگشایی خدمتتان عرض می‌کنم که شما پدر بزرگوار به ما آموخته‌اید. در برنامه تلفنی ۸۴۷ شما فرمودید که توصیف فضاگشایی فایده‌ای ندارد و شما باید لحظه‌به‌لحظه فضاگشایی کنید. آن خاصیت فضاگشاینده در درون شما هست و فقط کافی است که این فضا در درونتان باز شود و به صورت ابزار در اختیار شما قرار گیرد و شما از خرد این فضا برای حل مسائل‌تان استفاده کنید.

اگر در اوایل این مسیر هستید، این اشعار به‌عنوان کلید خوب هستند و به شما کمک می‌کنند که چطور عمل کنید، و شما را از مسائلی که گیج می‌کنند و هیجانات منفی ایجاد می‌کنند آزاد کند، ولی این یک کار ذهنی است و هنوز در ذهن هستید، بهتر است ابیات را بخوانید و عمل کنید تا از بسیاری از مسائل غیرضروری پرهیز کنید و تمام حواستان به خودتان باشد که دشمن‌سازی و مانع‌سازی نکنید.

پس اگر فقط از اشعار مولانا به‌عنوان یک ابزار این‌جهانی و بیرونی استفاده می‌کنید ولو این که از خرد خوب مولانایی است، هنوز در ذهن هستید، درست مثل این که یک مشاور یا وکیل به شما بگوید این‌جا چکار کنید.

از طرفی شما هر جلسه در ابتدای هر برنامه به ما یاد آور می‌شوید که ما از اول از جنس عدم بودیم، ولی با آمدن به این جهان و همانند شدن با چیزهای آفل و در مرکز قرار دادن آن‌ها، مرکزمان را از این چیزهای گذرا پر کرده‌ایم و پرده پندار درست کرده‌ایم، که ما را از خدای درونمان و آن مرکز عدم جدا ساخته است، اما خوشبختانه دوباره با عمل واهمانش یعنی هر لحظه با عذرخواهی و برگشتن به این لحظه ابدی و پرهیز در هر لحظه با هشیاری ناظر، فضای درونمان می‌تواند باز شود و مرکز ما دوباره عدم شود. و خود خرد زندگی به ما می‌گوید که چکار کنیم و این تمرین را باید مرتب انجام دهیم.

این عدم کردن یعنی ما این لحظه آن‌چه ذهن برحسب همانیدگی‌ها به ما نشان می‌دهد را به مرکزمان راه نمی‌دهیم و به این ترتیب می‌توانیم خود را در آن روز و روشنایی که مد نظر مولانای جان هست قرار دهیم و هر لحظه قیامت ما باشد نه شب ذهن، پس ما با هر فضاگشایی و عدم کردن مرکز، حضور و در محضر خدا بودن را حس می‌کنیم و این حضور نباید در آینده اتفاق بیفتد که بخواهیم منتظر آن باشیم.

وقتی که هر بار در مقابل هر چالش و هر فکری که این لحظه می‌آید با عجله و شتاب عمل نکنیم و تأمل داشته باشیم تا قدرت تمیز و تشخیص و قدرت انتخاب در ما به کار بیفتد و پرهیز کنیم، عمل ما از خرد آن مرکز عدم و حضور ما انجام می‌شود و کم‌کم این همانی‌دگی‌ها از مرکز ما کنار می‌روند و دیگر برای ما مهم نمی‌شوند و از آن‌ها زندگی نمی‌خواهیم و پله‌پله به سوی فنا شدن پیش می‌رویم که همان یکی شدن با خداوند و زنده شدن به حضور است و درجه و فرکانس روحی و معنوی ما هم ارتقا پیدا می‌کند و این برای همه در هر سنی می‌تواند اتفاق بیفتد.

از مقاماتِ تَبَّتْ تا فنا

پایه پایه تا ملاقات خدا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵

بنابراین مسئولیت ما این است که هر لحظه با قدرت تشخیص و ناظر هشیاری خود بودن، جواب سلام خداوند را که این لحظه به ما سلام می‌کند، آگاهانه بدهیم، نه این‌که فقط در برابر چالش خاصی بخواهیم فضاگشایی کنیم. و متوجه هر لحظه که خدا امتحاناتش را می‌فرستد نباشیم و به دام فکر و عمل من‌ذهنی بیفتیم. با هر فضاگشایی است که این لحظه به لحظهٔ پسندیده‌ای تبدیل می‌شود، پس تغییر و تبدیل هر لحظه در ما صورت می‌گیرد و منتظر حضور در آینده نباشیم. و بدانیم که این بارگاه بی‌نهایت راه است و صدر راهی وجود ندارد، فقط باید به فضاگشایی کردن ادامه دهیم و در این راه نماییم.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

نکته بعدی که باید به آن توجه کنیم این است که این من‌ذهنی اصل نیست و با خوب و بد کردن و سبب‌سازی ذهن در ما خودش را به ما تحمیل می‌کند و ما نباید با یک کار اشتباه و عمل از طریق دید من‌ذهنی به خود تلقین کنیم که این من‌ذهنی هستیم، بلکه باید دائم به خود

تلقین کنیم که از جنس زندگی هستیم و حال اصلی ما ثبات دارد، و با کم و زیاد شدن همانیدگی‌ها تغییر نمی‌کند. پس اگر اشتباهی کرده‌ایم آن را بپذیریم و خود را ملامت نکنیم تا من ذهنی ما قوی‌تر نشود.

اگر چالشی برای ما پیش می‌آید اجازه ندهیم که غم من ذهنی بر ما چیره شود و یا بخواهیم از آن فرار کنیم و یا حتی درد خود را با واکنش و حتی با درد و دل کردن به دیگران منتقل کنیم، بلکه اعتراف کنیم که درد داریم و نیازمند به خداوند هستیم و ذهنمان را خاموش کنیم.

پس این من ذهنی حقیقت ندارد بهتر است در موردش حرف نزنیم که آن را مهم جلوه دهیم و با تسلیم و رضا و شکر و پرهیز در سکوت بمانیم تا خداوند از طریق ما حرف بزند و عمل کند.

نکته بعدی که برایم خیلی جالب بود این است که بدانیم هر دردی که در زندگی ما تکرار می‌شود یعنی ما درس و پیام آن را درست نگرفته‌ایم و این بار باید هشیارانه عمل کنیم.

سپاس و شکر خدا را که بندها بگشاد

میان به شکر چو بستیم، بند ما بگشاد

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۳۰

با سپاس و کمال احترام

مهردخت از چالوس