

یادآوری شکر

هزار ابر عنایت در آسمان رضاست، ما باید بخاطر باز شدن چشمان خدا را شکر کنیم، حال چطور یاد این شکر بیفتیم؟
تا به حال به نفس کشیدن مان توجه کرده ایم؟

دم، بازدم، دم، بازدم، دم، بازدم

اصلاً چیزی از این نامحسوس تر و در عین حال مهم تر، که زندگی ما به آن وابسته است؟ فقط کافیت یک دم صورت نگیرد و یا این که یک بازدم برنگردد.

مَنْتَ خدای را عز و جل که طاعتش موجب قربت است و به شکر اندرش مزید نعمت. هر نفسی که فرو می رود، ممدّ حیات است و چون بر می آید مفرح ذات. پس در هر نفسی دو نعمت موجود است و بر هر نعمتی شکری واجب.
گلستان، سعدی، دیباجة

حال جناب مولانا در اینباره چه فرموده اند؟

پس بِنَه پر جای هر دم را عَوْض
تا ز واسجد واقترب یابی غرض
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۱۲۷

این دم مهم است، این دم را بده و به ازاش عوضی بگیر. یعنی به ازای این دم که از طرف خدا هست باید شاکر باشیم و چیزی بدهیم و آن خاموشی ذهن است تا به موجب آن تسلیم شویم و به خدا نزدیک شویم و از خدا، فضای گشوده ی بیشتری را بگیریم، تا دم های دیگر بیشتر وصل باشیم.

این دم از کجا می آید؟ و آیا برای به دست آوردن آن نیاز به اسباب بیرونی داریم؟

دم او جان دهدت رو ز نفخت بپذیر
کار او کن فیکون است نه موقوف علل
-مولانا، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

کی این کار مراقبت دم به دم باید صورت بگیرد؟ نتیجه این توجه و ناظر بودن را چند سال دیگر می بینیم؟

گر مراقب باشی و بیدار تو
بینی هر دم پاسخ کردار تو
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت شماره ۲۴۶۰

دم به دم چون تو مراقب می شوی
داد می بینی و داور ای غوی
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۳۸۳

هر لحظه نتیجه این مراقب بودن را خواهیم دید. پس هر لحظه در زندگی ما مهم می باشد.

اگر مراقب نباشیم چه اتفاقی می افتد؟

فعل توست این غصه های دم به دم
این بود معنی قد جفا لکلم
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۳۱۸۲

خودمان غصه ایجاد می کنیم و آن هم به علت عدم توجه دم به دم می باشد. عدم ناظر بودن دم به دم، اجازه دادن به ذهن که در این لحظه و این دم به هر جایی برود، درد، مانع و مسئله درست کند و آن را بر گردن دیگران بیندازد.

حال اگر این لحظه را از دست دادیم، آیا می شود آن را جبران کرد؟

قضا نتانم کردن، دمی که بی تو گذشت
ولی چه چاره؟ که مقدور جز قضای تو نیست
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

این لحظه را از دست اگر بدهیم، لحظه‌ای را از دست داده‌ایم، اگر در فکر همانیده بوده است یا در کارافیزی، این دم از دست رفته است.

آیا خدا ما را به خاطر آن تنبیه می‌کند؟

لیک من آن ننگرم رحمت کنم
رحمتم پر است بر رحمت تنم
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۳۱۵۹

ننگرم عهد بدت بدهم عطا
از کرم این دم چو می‌خوانی مرا
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۳۱۶۰

آیا پس از فضاگشایی‌های پی در پی همه چیز تمام می‌شود و ما از دم نفس و نفسانیات رها می‌شویم و دیگر درگیر دم ذهنی و سبب‌سازی و از اتفاق این لحظه زندگی خواستن نمی‌شویم؟

دم به دم ما بسته دام نویم
هر یکی گر باز و سیمرغی شویم

می‌رهانی هر دمی ما را و باز
سوی دامی می‌رویم ای بی‌نیاز
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۷۵ و ۳۷۶

خیر!
حتی اگر باز و سیمرغ شویم، باز در هر دم و بازدم، برای ما خطر وجود دارد .

اندرین ره می‌تراش و می‌خراش
تا دم آخر دمی فارغ مباش

تا دم آخر دمی آخر بود
که عنایت با تو صاحب سر بود
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات شماره ۱۸۲۲ و ۱۸۲۳

تا لحظه‌ایی که از دنیا می‌رویم باید مراقب این دم و بازدم باشیم. اصلاً برای این ناظر بودن است که آمده‌ایم که این فضای گشوده آنقدر وسیع شود تا هوشیاری در نهایت بر روی هوشیاری منطبق شود و ما به خدا زنده شویم و به سر خدا پی ببریم.

با تشکر
-زهرا از فنلاند