

باسلام؛

## تفاوت فضاگشایی و تحمل

گر شکند پندِ مرا، زَفَت کند بندِ مرا  
بر طمعِ ساختنِ یارِ خریدار، مرا  
دیوان شمس، غزل ۳۹

روابط من و همسرم با کار روی خود و مداومت در راه معنوی گنج حضور و قبول اینکه مسئولیت سهم خود را در تخریب روابط بعهدہ گرفتم، با کمک زندگی بهبود یافت.

با فضاگشایی تا حدودی من به زوایای تیره من ذهنی ام در تخریب این روابط، پی بردم.

اخیراً من ذهنی ام با نارضایتی به من گفت:

«همه اش تو داری فضاگشایی می کنی و همسرت یاد گرفته که از تو سو استفاده بکنه، و به انتظارات و توقعات به حق تو توجهی نداره!»

این افکار را، من ذهنی به کُرأت به من تلقین میکرد، ولی جوابش را نمی دادم، و به نظرم فضاگشایی در مقابل همسرم را ادامه میدادم. ولی نمی توانستم توقعات و انتظاراتم را از او به «صفر» برسانم.

در زمانی که اصلاً انتظار نداشتم، و برخلاف میل درونیم به فضاگشایی و بی توجهی به انتظارات، به همسرم واکنش نشان دادم... و او هم واکنش شدیدتری نشان داد!

آیا آن زمان من دنبال «خریدار» بودم؟... بله... می خواستم همسرم مرا ببیند و به من توجه کند!

خدا را شکر که با پذیرش این لغزش، تا حدودی تفاوت بین فضاگشایی و تحمل را متوجه شدم و شناسایی کردم که من بیشتر تحمل میکردم تا فضاگشایی!!

این عجب نبود که کور اُفتد به چاه  
بوالعجب افتادن بینای راه

این قضا را گونه گون تصریف هاست  
چشم بندش یفعلُ الله ما یشاست

هم بداند، هم نداند دل فنش  
موم گردد، بهر آن مهر، آهنش

گویی دل گویدی که میل او  
چون درین شد، هرچه افتد، باش گو  
مثنوی معنوی، دفتر ششم، ابیات ۲۷۵۹ تا ۲۷۶۲

بله، برخلاف میل درونیم، و با حکم قضا، لغزش من صورت گرفت!... تا سختی این چالش آنقدر باشد، که دیگر دنبال خریدار نباشم!

و اما آنچه به نظر من و طبق تجربیاتم، تفاوت بین فضاگشایی و تحمل را متوجه شدم:  
۱- فضاگشایی را ما انجام نمی دهیم، بلکه خود زندگی انجام می دهد!... به عبارتی در هنگام فضاگشایی حضور ناظر، بسیار قوی است.

۲- در فضاگشایی خواسته ای را در زمان دنبال نمی کنیم، بلکه خاصیتی را انجام می دهیم، که باعث رویش مجدد جنس اصلی مان میشود.

۳- فضاگشایی با شادی و رضایت همراه است.

۴- در فضاگشایی من ذهنی در فضای باز شده، کوچک و کوچکتر میشود.

۵- فضاگشایی حد و حدود و انتهایی ندارد.

۶- فضاگشایی تسلسل فکر را می خواباند.

۷- در فضاگشایی به دنبال تایید و توجه دیگران نیستیم.

۸- اراده و عقل من ذهنی در فضاگشایی کار نمی کند و فضاگشایی به نظر عاقلان دیوانگی می آید.

۹- در فضاگشایی ایمان داریم، خطری از من ذهنی مان و منه‌ای ذهنی دیگر به ما نمیرسد.

نیست کند، هست کند، بی دل و بی دست کند  
باده دهد، مست کند ساقی خمار مرا  
دیوان شمس، غزل ۳۹

و اما تحمل که نوعی مقاومت درونی است، وقتی اشتباهاً به جای فضاگشایی، تحمل میکنیم:  
۱- تحمل را من ذهنی انجام میدهد.

۲- ما تحمل میکنیم تا اوضاع، افراد و موقعیت‌ها را به نفع خود تغییر دهیم.

۳- تحمل با کدورت و رنجش و سختی همراه است.

۴- تحمل باعث بزرگ شدن من ذهنی معنوی نما میشود.

۵- تحمل، تسلسل فکر را زیاد میکند.

۶- تحمل حد و حدودی دارد و زمان انفجار من ذهنی می‌رسد!

۷- در تحمل از تدبیر من ذهنی استفاده میکنیم.

۸- تحمل شاید تایید و توجه و قدر دانی، دیگران را به همراه داشته باشد.

... و در نهایت با تحمل به خود میگوییم:

آه!، که آن صدرِ سرا، می‌ندهد بار مرا  
می‌نکند محرمِ جان، محرمِ اسرار، مرا  
دیوان شمس، غزل ۳۹

چه کنیم که بتوانیم، فضاگشایی واقعی بکنیم؟

به نظر می‌رسد باید این آزمون و خطا را بپذیریم، و بدانیم... تبدیل به وسیله ما صورت نمی‌گیرد... بلکه ما درختی هستیم که، زندگی در تمام وجود ما ریشه کرده است... باید با او موازی باشیم... او کار می‌کند و ما نگاه میکنیم... اگر مقاومت کنیم و منقبض شویم، او نمی‌تواند در جریان باشد... او بسیار تمایل دارد که ما را به آب حیات برساند که دیگر خودمان رشد کنیم... در جریان کار زندگی روی ما، چشم حس را به اطراف دادن و تمرکز روی دیگر درختان، مقاومت محسوب شده و مانع کار زندگی میشود.

به نظر می‌رسد، فضاگشایی در دنیای معنوی مانند اکسیژن در جهان مادیست و زندگی معنوی بدون آن امکانپذیر نیست .

که درون سینه شرح داده ایم

 شرح اندر سینه ات بنهاده ایم

مثنوی معنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۱

با تشکر. نصرت. سنج