

این هفته بعد از دو سال با استاد حرف زدم. برای کاری جدید ارائه‌ای آماده کرده بودم و می‌خواستم ارائه دهم. دو هفته طول کشید تا این جلسه ارائه برگزار شود چون هر بار استاد به دلیلی کنسل می‌کرد. من بدون این که بفهمم از کنار این کنسلی‌ها عبور کرده بودم و صرفاً تمرکز را روی انجام کارم گذاشته بودم. آخرین کنسلی یک ساعت قبل از ارائه بود که استاد گفت: خرید هستم یک ساعت دیگر زنگ بزن. من در آن یک ساعت یک لیوان آب خوردم و شروع کردم یک بار دیگر ارائه‌ام را برای خودم تمرین کردم بعد به استاد زنگ زدم و زمانی که جلسه‌ام با استاد تمام شد تازه معجزات را دیدم. من دو سال پیش می‌توانست در هر کدام از این کنسلی‌ها برنجد و در نهایت درد را به استاد منتقل کند، من دو سال پیش به جای تمرکز روی کارش و هشیاری این لحظه‌اش، تمرکز را روی استاد و قضاوت کارها و رفتار استاد می‌گذاشت، من دو سال پیش با این رفتارهای استاد حس بی‌ارزشی می‌کرد و می‌خواست که دیگر استاد را نبیند. اما در عوض همه این‌ها یکی در من فضاگشایی کرد و مثل آب از کنار موانع رد شد.

چون آب باش و بی‌گره از زخم دندان‌ها بجه

من تا گره دارم یقین می‌کوبی و می‌ساییم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۱۳۸۷ - برنامه ۸۷۶

و من معجزه را دیدم. من معجزه قانون جبران را دیدم. این اولین ارائه‌ای بود که من از آن لذت بردم، تنها ارائه‌ای بود که از گزند پندار کمال در امان مانده بود، تنها ارائه‌ای بود که من در طول آماده کردنش سعی کردم مطالب برای خودم ساده و لذت‌بخش باشد و در توضیح برای استاد هم شیرین باشد، تنها ارائه‌ای بود که سعی نکردم با مهارت‌های کامپیوتری‌ام استاد را تحت‌تأثیر قرار بدهم صرفاً به قدر نیاز از همه چیز استفاده کردم، تنها ارائه‌ای بود که من ترسی از ندانستن نداشتم، هرچه بلد بودم گفتم و آماده بودم اگر نمی‌دانم به استاد بگویم نمی‌دانم باید بیشتر تحقیق کنم بدون این که حس کوچک شدن پیدا کنم، این تنها ارائه‌ای بود که من از اشتباه کردن ترسی نداشتم و وقتی استاد من را تصحیح کرد خندیدم گفتم دقیقاً استاد شما درست می‌گویید بدون این که درونم به هم بریزد، این تنها باری بود که من با تمام توان قانون جبران را رعایت کردم و در تمام طول یک ماه و نیم فقط تمرکز را روی فضای گشوده‌شده درونم نگاه داشتم، این تنها باری بود که من ارائه‌ای را بدون حالت تکلف من‌ذهنی و با عشق انجام دادم و من نتیجه این عشق را دیدم. نتیجه‌اش برای من انجام دادن کار با شادی، با آرامش، با لذت و بدون حالت‌های هیجانی من‌ذهنی بود چون من به وجود بی‌نهایت خودم ایمان داشتم دنبال این نبودم که خودم را به استاد یا حتی خودم ثابت کنم، حتی ترس کوچک شدن نداشتم و چیزی از استاد نمی‌خواستم، تأیید و تشکر نمی‌خواستم، کار نمی‌خواستم، هیچی نمی‌خواستم. هر صبح تمرکز روی این بود که خرد زندگی باید به این کار بریزد. و نتیجه‌اش روی استاد هم شگفت‌انگیز بود. استادی که همیشه من را تحقیر و مسخره می‌کرد تشکر کرد، گفت خیلی خوب بود، یک نقطه‌ای که برایش مبهم بود برایش باز شده بود. باورم نمی‌شود این همان استاد است. بعد از تمام شدن ارائه وقتی داشتم با برادرم صحبت می‌کردم یک لحظه غمی

آمد به دلم. من تمام سه سالی که با این استاد کار کردم از او می‌ترسیدم و دو سال بعدش از او در ذهنم دیو ساخته بودم یعنی پنج سال رنجش روی رنجش کوبیده شده بود و از او متنفر بودم، تنفر من به درجه‌ای رسیده بود که به روانشناسم گفته بودم من دلم می‌خواهد با گلدون بکوبم توی سر استاد خون از صورتش بریزد و من لذت ببرم از دیدنش. الآن باور نمی‌کنم یلدایی که دلش از رنجش و کینه این‌قدر سفت شده بود که راضی به دیدن زجر استاد بود حالا یک چیز دیگر می‌بیند. به قول برادرم:

پیش چشمت داشتی شیشه‌ی کبود

ز آن سبب، عالم کبودت می‌نمود

گر نه کوری، این کبودی دان ز خویش

خویش را بد گو، مگو کس را تو بیش

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۱۳۲۹ و ۱۳۳۰

این کبودی از من بود، نمی‌گویم انسان‌ها من‌ذهنی ندارند، چرا دارند و درد هم پخش می‌کنند اما اگر ما فضا را باز کنیم مثل آب روان رد می‌شویم و زخمی به ما نمی‌رسد، از روی جهنم رد می‌شویم بدون این‌که بدانیم چگونه و جهنم به نظر ما باغی سرسبز می‌آید. اما یکی از بزرگترین درس‌ها برای من این بود که هر اتفاق بدی می‌افتد یک چیزی در من باید عوض شود و چیزی که در این‌جا من دیدم عوض شد مرکز خارهام بود. مهمترین مشخصه دل خاره درد است، انعطاف‌پذیر نیست، می‌شکند و شکستنش سبب درد می‌شود. همان‌ش با چیزهای آفل و مقاومت دل من را سفت کرده بود. هرچه خواسته‌هایمان از جهان بیشتر باشد، بیشتر می‌رنجیم. رنجش و خشم ابزارهای سفت شدن دل هستند. دل مثل خاره را دل‌های مثل خاره برای دعوا جذب می‌کنند. من که دلم خاره شده بود اصلاً حاضر نبودم بپذیرم که دلم سفت شده و تمام دردهایم ناشی از سفتی دل خودم است. اما حضرت مولانا و آقای شهبازی به من یاد دادند وقتی رنجیدم به جای نگاه کردن به دیگران و ملامت آن‌ها باید دل سفت و خاره خودم را ببینیم. اگر بخوایم این بار شیشه را حمل کنم جز درد و سم برای خودم و دیگران چیز دیگری حاصل نمی‌شود.

ای گشته دلت چو سنگ خاره

با خاره و سنگ، چیست چاره؟

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۵۷ - برنامه ۸۸۷

در خشکی ذهن که دل ما خاره شده ما سفت هستیم، روان نیستیم و مست هم نیستیم. زندگی می‌خواهد با شرابش ما را مست می‌کند آن وقت ما مثل تفاله بر مسیر افتادیم و در جدایی هستیم. زندگی می‌خواهد این لحظه برکاتش را به چهار بعد ما بریزد و از طریق ما در جهان پخش کند بنابراین همانندگی‌ها را می‌کند تا از جای خالی آن خودش بالا بیاید اما ما با ناله و زاری، با مقاومت و قضاوت به خشکی ذهن می‌رویم و سفت‌تر می‌شویم.

روان کردم ز سنگت آب حیوان

به سوی خشک رفتی، خاره گشتی

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰ - برنامه‌های ۷۳، ۷۵۳، ۸۱۶

دل همانیده پر از تقاضا است به محض این که بگویی نه می‌شکند. تنها یک چاره وجود دارد آن هم این که یک باره این بار شیشه را خالی کنیم، بی خود من درست کردیم، بدانیم بی خود توقع داشتیم، بی خود رنجیدیم، بی خود رنجش‌ها را روی هم کوبیدیم. ما به خاطر گرسنگی گاوی مان خواستیم، توقع داشتیم، رنجیدیم و خاره شدیم.

عصای عشق از خارا کند چشمه روان ما را

تو زین جوع البقر یارا، مکن زین بیش بقاری

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۰۲ - برنامه ۸۸۶

روان کردن چشمه: اشاره به چشمه‌ای که از سنگ برای موسی بیرون آمد.
جوع البقر: نوعی بیماری که بیمار از خوردن احساس سیری نکند.
بقاری: گاوداری، گاوچرانی.

عصای عشق که در این جا نماد فضاگشایی در اطراف اتفاقات است، می‌تواند از سنگ خارا، من‌ذهنی سفت و دل پر از همانندگی و درد ما چشمه آب روان زندگی را جاری کند. به شرط این که ما بیشتر از این مانند گاوان گرسنه از علف‌های این جهانی چرا نکنیم و موتور خواستن من‌ذهنی را فعال نکنیم بلکه به عنوان حضور ناظر به ذهن نگاه کنیم و خاصیت سیری‌ناپذیری من‌ذهنی را شناسایی کرده و از آن پرهیز کنیم. در غیر این صورت مدام می‌شکنیم.

با خاره چه چاره شیشه‌ها را؟

جز آنکه شوند پاره پاره

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۵۷ - برنامه ۸۸۷

درست است که خارِه است اما از شیشه درست شده و هر لحظه می‌شکند و درد می‌آید. با خارِه و سفتی، ما هیچ چاره‌ای در این جهان نداریم فقط مرتب می‌شکنیم. ما در من‌ذهنی سفت‌مان مثل سبوی هستیم که از سنگ می‌ترسیم، سنگ ضربات زندگی با قانون کن‌فکان و قضا است، اما اگر نترسیم از شکستن سبوی ذهن و خودمان را با آن یکی ندانیم بگذاریم این من‌ذهنی پودر شود، از سبوی محدودِ ذهن چشمه روان می‌شود، از مرکز عدم که بی‌نهایت است برکات جاری می‌شود.

از سنگ سبو ترسد، اما چو شود چشمه

هر لحظه سبو آید تازان به سوی خارِه

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۰۶ - برنامه ۶۹۱

اگر همانیدگی‌ها می‌روند باید خوشحال باشیم که زندگی به دام افتاده دارد آزاد می‌شود. وقتی مزه شکستن بخشی از کوزه ذهن را می‌چشیم بدویدو می‌خواهیم کل کوزه ذهن را بدهیم زندگی بشکند و خُرد کند. زندگی منتظر است ما کوزه ذهن را بدهیم چشمه جاری کند.

ای کرم شاه هزاران کرم

چشمه فرستی جگر خارِه را

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۴ - برنامه ۱۳۵

خدا خودش می‌خواهد از این مردگی، زندگی را بیرون بکشد. زندگی کان هر نعمت و برکتی است و نمی‌گذارد ما به این سبک زندگی محدوداندیش و نکبت‌بار در ذهن ادامه دهیم چون می‌خواهد برکاتش را جاری کند برای همین با تیرهای قضا مرکز ما را خالی می‌کند، این کار را با شیرینی انجام می‌دهد. صفت زندگی وقتی فضاگشایی می‌کنیم این قدر لطیف است که نظیر آن در جهان نیست.

که بُود آب که دارد به لطافتِ صفتِ او؟

که دو صد چشمه برآرد ز دلِ مَرَمَر و خارِه

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۲ - برنامه ۸۷۶

هیچ‌کس نباید ناامید باشد که دلش سفت است، همانیدگی‌هایش زیاد است، سال‌ها رنجش کوبیده، تمام روابطش خراب شده، اعضای بدنش آسیب دیده، سنش بالا رفته، حضرت مولانا نوید می‌دهد اگر فضاگشایی کنی، سجده حقیقی کنی، لطف زندگی با نرمی به دادِ این مرکز خارِه می‌رسد.

سجده کردم، گفتم: این سجده بدان خورشید بر
کاو به تابش زر کند مر سنگهای خاره را
مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳ - برنامه ۸۵۹

همین که شناسایی کنیم که از اتفاق این لحظه هیچ چیزی نمی‌خواهیم بنابراین نباید کاری با آن داشته باشیم، ستاره عدم این سجده را نزد زندگی می‌برد و زندگی از طریق مرکز عدم ما می‌تابد. همان‌طور که تابش خورشید و فشارات زمین سنگ‌های خاره را تبدیل به طلا می‌کند، این دل سنگ شده و پر از همانندگی را تابش نور زندگی تبدیل به زر حضور می‌کند.

یلدا