

با سلام و سپاس فراوان  
موضوع پیغام: استدرج یا مرگ تدریجی

وقتی به گذشته خود نگاه می‌کنم نه که در آن توقف کنم بلکه برای آموختن، می‌بینم چقدر در بیچگی شاداب، سرزنده و بیخیال و پر از انرژی و سلامتی بودم. کم‌کم وقتی زمان پیش رفت و بزرگتر شدم و خود را در قالب یک معلم و سپس یک مادر دیدم اندوه، درد و دل نگرانی‌هایی به سراغم آمد همیشه با خود می‌گفتم کاش کودک بودم اما حیف که نمی‌شد مثل به کودک رفتار کرد زیرا جامعه به ما آموخته بود که وقتی سن تقویمی‌ات بالا می‌رود باید خودت را بگیری باید اخم کنی باید بزرگانه رفتار کنی.

اما تمام این رفتارها و همانندگیاها به مرور و کم‌کم و ذره ذره در وجودم جایگزین شد آنچنان که سالها نفهمیدم که آنچه را که می‌یافم و آنچه را که می‌دوزم تماما توهمی بیش نیست. در طول سالیان عمرم کم‌کم آن نشاط و سرزندگی را از دست دادم کم‌کم دچار استرس و ناراحتی شدم.

کم‌کم و ذره ذره وجودم دچار درد شد کم‌کم و ذره ذره به درد و اندوه عادت کردم زیرا به من گفتند و می‌دیدم در دنیایی که زندگی می‌کنم همه انسانها دچار دردند چه بسا دردهایی بدتر از من، پس خود را یعنی من ذهنی‌ام یعنی دشمن درونم مرا دلداری می‌داد و می‌گفت تو که خیلی خوبی، فلانی را ببین، ببین چقدر درد دارد، چگونه دردهایش راتحمل می‌کند.

پس راضی باش تازه شاکر باش از این دردها، خیلی جالب بود، این من ذهنی‌ام صبر و شکر را هم به من می‌آموخت اما از راه مقایسه از راه حسادت، حسادتی که به دردهای بیشتری ختم شد اما همه اینها کم‌کم و به تدریج اتفاق افتاد چنان مودبانه و زیرکانه که مدام اطرافیانم را مقصر تمام بلاها می‌دانستم و در آخر کم‌کم دست به ملامت خودم زدم و اینجا بود که من ذهنی‌ام، دشمن درونم ساز و تنبک به دست گرفته و می‌رقصید اما مگر زندگی امتداد خودش را فراموش می‌کند؟ هرگز.

آمده‌ام که تا به خود گوش کشان کشانمت  
بی‌دل و بی‌خودت کم در دل و جان نشانمت  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۲

شاد از وی شو مشو از غیر وی  
او بهار است و دگرها ماه دی  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۷

هر چه غیر اوست استدرج توست  
گرچه تخت و ملک توست و تاج توست  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۸

قرآن کریم، سوره اعراف ۷، آیه ۱۸۱  
-وَمِمَّنْ خَلَقْنَا أُمَّةً يَهْدُونَ بِالْحَقِّ وَبِهِ يَعْدِلُونَ  
از آفریدگان ما گروهی هستند که به حق راه می‌نمایند و به عدالت رفتار می‌کنند.

قرآن کریم، سوره اعراف ۷، آیه ۱۸۲  
-وَالَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا سَنَسْتَدْرِجُهُمْ مِنْ حَيْثُ لَا يَعْلَمُونَ  
و آنان را که آیات ما را دروغ انگاشتند از راهی که خود نمی‌دانند به تدریج خوارشان می‌سازیم.

از آقای شهبازی آموختم از مولانا آموختم که باید فضا را باز کنم باید صبر واقعی داشته باشم باید تسلیم باشم هر چه را غیر خداست بشناسم و به حاشیه برانم به مرکز چیزی راه ندهم هر لحظه مرکز را عدم کنم زیرا هر چه غیر خداست به تدریج و کم‌کم و به مرور مرکز را تسخیر می‌کند.

پس به صورت هشیاری ناظر بر افکارم باشم هر لحظه تسلیم باشم اگر درد لحظه لحظه سراغم می‌آید از درد بیاموزم که من نیز باید لحظه لحظه آگاهانه به دردهایم نگاه کنم نور افکن را روی خودم قرار دهم، هشیاری‌ام را حفظ کنم و نگذارم دردها و هیجانات هشیاری‌ام را تسخیر کنند لحظه به لحظه حضور ناظر باشم و بگویم آنچه ذهنم نشان می‌دهد مهم نیست بلکه توهمی بیش نیست.

این یعنی صبر تا از راهی که نمی‌دانم به تدریج خوار نشوم و به منظور آمدنم به جهان که وحدت با خدا و عشق هست نائل شوم و از مرگ تدریجی در ذهن یعنی استدرج رهایی یابم، وقتی دردها به تدریج هشیاری‌ام را زدیدند پس به تدریج نیز باید هشیاری به تله افتاده‌ام آزاد گردد و این مهم با صبر و تسلیم و خاموشی امکان دارد انشاءالله.

صبر و خاموشی جذوب رحمت است

وین نشان جستن نشان علت است  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵

جز توکل جز که تسلیم تمام  
در غم و راحت همه مکر است و دام  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸

با سپاس فراوان، نسرین از گلستان