

به نام خدا و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و همهٔ دوستان

ابیاتی از برنامه ۹۳۳ گنج حضور

گر نه نفس از اندرون راحت زدی

رهزنان را بر تو دستی کی بُدی؟

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳

علت گمراهی و رنج و درد و تیرگی ما پر کردن مرکز با داشته‌ها و خواسته‌ها و حسرت‌ها و کینه‌ها و شهوات و چنگ زدن‌های ما به جهان و به

دیگران است. علتش دانش و میدانم و ادعا و تعصب و کنترل‌گری ما است، همیشه دیگران را مقصر دانست و یا زندگی را.

هر شرایطی با صبر و پرهیز می‌توان آرام و ساکت شود. هر شرایطی حتی به ظاهر تلخ را می‌توان با فضاگشایی و سکوت و حفظ لحظهٔ حال و

نرفتن به گذشته و آینده، و ملامت نکردن، پشت سر گذاشت.

پس متوجه باشیم، بهانه‌گیری فایده‌ای جز انباشت درد بیشتر ندارد. ما نباید برای تسلیم شدن در برابر عقل بی نهایت کائنات ادعا داشته باشیم

و مقاومت کنیم، عقل زندگی و مشورت با زندگی تنها عقل درست است، و عقل من ذهنی خودخواه هم، راه غلط و منحرف را نشان ما می‌دهد.

زان عَوَانِ مَقْتَضَى که شهوت است

دل اسیرِ حرص و آز و آفت است

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۴

من ذهنی مأمور شده تا شهوات را غذا دهد. بنابراین اصل و زندگی ما را در همانیدن در چیزهایی مثل پول و کار و اجسام و انسانها و مقام و

شهرت و شهوت و تعصبات زندانی کرده و ما را در حرص و گدایی و بیماری و حس زندانی بودن و بی‌معنا بودن زندگی غرق کرده.

زان عَوَانِ سِرِّ، شدی دزد و تباہ

تا عوانان را به قهرِ توست راه

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۵

ما خود را بدست من ذهنی به بیراهه کشانیدیم، چون گذاشتیم من ذهنی زندگی و اصل ما را بدزد و زندانی کند و نگذارد طعم دوستی و یکی

بودن با کائنات و شادی بی سبب را بچشیم، بنابراین مرکزی متفکر و حراف و پر هرج و مرج درست کردیم و اجازه دادیم هر شهوت و هر

حرص و هر طمع و ولع و تنفری و یا انسانهای دیگر روی ما کار کنند و به ما افسار بزنند و کنترل ما را بدست بگیرند.

پس متوجه باشیم که اگر دیگران ما را کنترل می‌کنند و هیجانان ما را بالا می‌آورند، دلش من ذهنی خود ما است که هنوز حسادت و خشم

و تنفر و میدانم و ادعا و حسرت و کینه و کم بینی حمل می‌کند.

در خبر بشنو تو این پندِ نکو

بَيْنَ جَنبَيْكُم لَكُمْ اَعْدَى عَدُو

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۶

«سرسخت ترین دشمن شما در درون شماست».

حدیث

-«اَعْدَى ' اَعْدُوکَ نَفْسُکَ الَّتِی بَیْنَ جَنبَیْکَ»

«سرسخت ترین دشمن تو، نفس تو است که در میان دو پهلویت (درونت) جا دارد».

طُمطراقِ این عدو مشنو، گریز

کو چو ابلیس است در لَجّ و ستیز

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۷

هر سر و صدای من ذهنی برای بزرگ کردن خودش و زنده نگه داشتن خودش است. سر و صداهایی مثل خودنمایی، بیشتر داشتن، بیشتر دیده شدن، بیشتر مقام داشتن، و یا حتی بیشتر معنوی بودن، بیشتر دیگران را تغییر دادن، بیشتر کنترل کردن دیگران، و یا ملامت خود و یا دیگران همه و همه صدای نفس امر کننده است که همچون ابلیس ما را گمراه و تلف می‌کند، پس حتی اگر اشتباه کردیم، بدون ملامت تسلیم شویم و از همان نقطه بدون نگاه به گذشته و آینده و پندار کمال مداومت و تعهد را ادامه می‌دهیم و به دیگران هم نگاه نمی‌کنیم و توجه را روی خود قرار می‌دهیم.

از ترازو کم کنی، من کم کنم

تا تو با من روشنی، من روشنم

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

خرد بی‌نهایت کائنات نظم را ایجاد کرده. از نظم کهکشان‌ها و منظومه‌ها تا نظم حیوانات و موجودات و گیاهان و دریا و صحرا و هر چیزی دیگر، اما اگر ما بخواهیم بر اساس خواسته‌های نفس امر کننده و من‌ذهنی و تقلبی نظم برای خود و دیگران و جهان درست کنیم، درد درست می‌کنیم، جنگ درست می‌کنیم، قهر درست می‌کنیم، فساد درست می‌کنیم، فقر درست می‌کنیم، جدایی درست می‌کنیم، نژاد پرستی درست می‌کنیم.

زندگی همچون ترازویی عمل می‌کند که اگر با خرد زندگی پیش رویم ترازو به سمت خیر و شادی بی‌سبب و سبک‌بالی و سکوت و آرامش می‌رود، اما اگر با عقل من‌ذهنی و شهوت و حرص و طمع و حسادت و حسرت پیش رویم ترازو به سمت بیراهه و درد می‌رود، بستگی دارد به اینکه ما به ترازو بگوییم چه چیزی برای ما بکش و تحویل ما بده، زندگی ما را آزاد گذاشته تا خودمان آگاهانه به زندگی زنده شویم و خودمان از روی ترازو آزادانه برکت و عشق و شادی بی‌سبب و یا درد و بدبختی را برداریم، حال تصمیم بگیریم که تسلیم شویم و یا مقاومت و قضاوت

و جنگ و قهر و شهوت‌رانی و ستیزه و جر و بحث و ادعای میدانم داشته باشیم، به عبارتی هرچه درون خالی باشد درون و بیرونی روشن و اگر درون شلوغ باشد و در پی احتکار و انتقام کینه ورزی و تنفر و کم بینی، درونی تیره و تاریک را زندگی می‌کنیم.

ور ز دستت دیو، خاتم را ببرد

پادشاهی فوت شد، بختت بمرد

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۸۱

-*خاتم: انگشتر؛ نگین انگشتر را نیز گویند.

اگر اجازه دهیم من ذهنی بزرگ و بزرگتر شود، اصل و هشیاری و خداگونگی و شادی بی‌سبب و سبک بالی و عشق و محبت ما را می‌دزدد و ما را تلف می‌کند.

پس متوجه باشیم که هر چه که در مرکز ما جا خوش کرده و ما را در خودش زندانی کرد و ما را از این لحظه و هشیاری دور کرد و ما را در افکار غرق کرد را، شناسایی کنیم و با پرهیز و رضایت از آن دور شویم و آن را زندگی نبینیم، تا با زندگی و کل کائنات هماهنگ باشیم و در سکوت ذهنی و آرامش و سکوت زندگی کنیم.

بعد از آن یا حسرتا شد یا عباد

بر شما محتوم، تا یوم التناد

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۸۲

«ای بندگان هوی، پس از آنکه حکومت و پادشاهی معنوی شما از میان رفت، آنگاه تا روز قیامت باید واحسرتا بگویید.»

-قرآن کریم، سوره زمر (۳۹)، آیه ۵۶

«أَنْ تَقُولَ نَفْسُ يَا حَسْرَتَا عَلَى مَا فَرَطْتُ فِي جَنْبِ اللَّهِ وَإِنْ كُنْتُ لَمِنَ السَّآخِرِينَ»

«تا کسی نگوید: ای حسرتا بر من که در کار خدا کوتاهی کردم، و از مسخره‌کنندگان بودم.»

-قرآن کریم، سوره غافر (۴۰)، آیه ۳۲

«وَيَا قَوْمِ إِنِّي أَخَافُ عَلَيْكُمْ يَوْمَ التَّنَادِ»

«ای قوم من، از آن روز که یکدیگر را به فریاد بخوانید بر شما بیمناکم.»

انسانی که گدای دیگران و چیزها است و زندگی اصیل و بی‌نیازی و شادی بی‌سبب را فراموش کرده، در درد و رنج دست و پا می‌زند و همین شناسایی باعث بیداری می‌شود، باعث خالی کردن درون می‌شود، باعث کنار گذاشتن دشمن بینی می‌شود.

اگر زندگی را در رقابت و حسادت و بیشتر داشتن ببینیم و یا جبر و اوضاع خانوادگی و ظاهر و ثروت و شغل و دیگر چیزهای خود را مقایسه

کنیم و کلاً زندگی را در جسم و خواسته‌های نفس امر کننده خلاصه کنیم، همیشه یک دردی با خود حمل می‌کنیم و می‌سوزیم، اما اگر به

خود بیاییم و تسلیم شویم و خود و دیگران را به زندگی بسپاریم درون و بیرونی نرم و آرام و ساکت و ساکن را زندگی می‌کنیم و حتی در شرایط به ظاهر سخت دست زندگی را در دست خود حس می‌کنیم.

اما این برای کسانی که هنوز مقاومت و قضاوت و ناشکری و می‌دانم و ادعا و تعصب و کنترل‌گری دارند و فقط به فکر خود و داشته‌ها و خواستن‌هایش است ناپیدا است و همین دست و پا زدن و درد کشیدن او را ممکن است تلف کند و شادی بی‌سبب و سبک‌بالی و آزادی را نتواند زندگی کند.

ور تو ریو خویشتن را مُنْکری

از ترازو و آینه، کی جان بَری؟

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۸۳

-*ریو: مکر و حيله، نیرنگ

اگر خود و دیگران را فریب می‌دهیم و زرنگی و حيله و نفاق اندازی و وسوسه و هوس‌رانی را منکر می‌شویم از ترازوی زندگی که درون ما را می‌بیند، نمی‌توانیم فرار کنیم، اگر درونی زرنگ و حيله گر داشته باشیم، ترازو برای ما درد و غم و انقباض را وزن می‌کند و تحویل می‌دهد، اما اگر تسلیم و خالی باشیم و متوجه بازی سطحی بیرونی و ذهن شده باشیم، دیگر از جهانی که ذهن برای ما ساخته زندگی نمی‌خواهیم، دیگر از حسادت و مقایسه و تنفر و حس نقص و دیده نشدن و دیده شدن که بازی ذهن و ساخته ذهن است زندگی نمی‌خواهیم، این‌ها را ذهن ما درست کرده، نه زندگی و خدا.

اگر مرکز را خالی کنیم و افکاری که ذهن جلوی ما درست می‌کند را نادیده بگیریم و دنبال نکنیم، زندگی و شادی را تجربه می‌کنیم و این زندگی و شادی با هیچ شهوت و اعتیاد و ثروت و شهرتی قابل مقایسه نیست و این یعنی دیگر وصل به زندگی شدیم و با عقل خدا زندگی می‌کنیم، کار می‌کنیم، حرف می‌زنیم، فکر می‌کنیم، می‌خوریم، راه می‌رویم، محبت می‌کنیم.

یعنی دیگر با من ذهنی زرنگ و خودنما و معنوی‌نما عمل نمی‌کنیم، فکر نمی‌کنیم، حرف نمی‌زنیم، فقط با صبر و هشیاری و گوش‌بزرگی ندای زندگی را متوجه می‌شویم.

متوجه باشیم که ترازوی زندگی با انتخاب ما کار می‌کند، با تسلیم یا مقاومت، با تقلبی بودن و ذهنی بودن یا اصیل و تسلیم و هشیار و مراقب بودن.

با سپاس از همه

علی از تهران