



ده زکات روی خوب، ای خوبرو

شرح جان شرحه شرحه بازگو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. درعین‌حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده‌بدر غذايمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۱۱

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۹ فروردین ۱۴۰۱



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	آقای صادق از یک روستای ایلام	۴
۲	رهنمودهای آقای شهبازی	۸
۳	توضیحات آقای شهبازی پیرامون نمادهای استفاده شده در اشعار مولانا	۱۰
۴	خانم نسترن از فولادشهر اصفهان	۱۱
۵	صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون ضرورت توجه کودکان، نوجوان، و جوانان به آموزش‌های مولانا	۱۴
۶	خانم تیارا از زرین شهر	۱۴
۷	خانم زرین از زرین شهر	۱۴
۸	صحبت‌های آقای شهبازی	۱۵
۹	خانم پروین از استان مرکزی	۱۶
۱۰	صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون به نوشتار درآمدن پیغام‌های برنامه‌های ویژه‌ی تلفنی	۱۸
۱۱	آقای نیما از کانادا	۱۹
۱۲	صحبت‌های آقای شهبازی	۲۱
۱۳	صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون پست شدن پیغام‌های معنوی بینندگان در رسانه‌های مختلف	۲۲
۱۴	خانم فرزانه از فولادشهر اصفهان	۲۲
۱۵	خانم سارا از آلمان	۲۴
۱۶	توضیحات آقای شهبازی پیرامون داستان «دهد و سلیمان»، ارتباط معنایی آن با وضعیت انسان، و اهمیت آن در پرورش جوانان	۲۷
۱۷	خانم مرجان از سیدنی استرالیا	۲۸
۱۸	آقای پویا از آلمان	۳۱
۱۹	صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون آثار مخرب هشیاری جسمی در خانواده و جهان	۳۳
۲۰	آقای پویا از آلمان	۳۴
۲۱	آقای علی از دانمارک	۳۵
۲۲	صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون آثار بیرونی فضای گشوده	۳۸
۲۳	خانم ریحانه از استرالیا	۴۰
۲۴	خانم نرگس از نروژ	۴۲
۲۵	خانم دیبا از کرج	۴۶
۲۶	خانم زهره از کانادا	۴۷
۲۷	خانم یلدا از تهران	۴۹
۲۸	آقای فرشاد از خوزستان	۵۱
۲۹	پیام خانم فرح از تهران	۵۳
۳۰	خانم لیلا از استرالیا	۵۶

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۳۱	خانم زینب از بروجن	۵۹
۳۲	میتراناز از بروجن	۶۰
۳۳	سامان از بروجن	۶۰
۳۴	خانم پروین از اصفهان	۶۱
۳۵	خانم مریم از کانادا	۶۲
۳۶	صحبت‌های آقای شهبازی	۶۴
۳۷	آقای مهدی از اصفهان	۶۵
۳۸	صحبت‌های آقای شهبازی	۶۷
۳۹	خانم بیننده از تهران	۶۷
۴۰	خانم فاطمه از امریکا	۷۰
۴۱	خانم پریسا از کانادا	۷۲
۴۲	آقای داریوش از ژاپن	۷۴
۴۳	صحبت‌های آقای شهبازی راجع به خاصیت جذب درد من‌ذهنی به خاطر قانون جذب	۷۶
۴۴	آقای مهران از کرج	۷۷

گنج حضور Podcast

Search:

Parviz Shahbazi

or

Ganje Hozour






برنامه ۹۱۱-۱
بخش اول
برنامه ویژه پیغام‌های تلفنی

Studio : 001 747 4441290

Parviz Shahbazi



ما چون در روستا زندگی می‌کنیم معمولا مثال‌هایی که می‌زنم بیشتر مواردیست که در روستا خودم مشاهده کرده‌ام. حالا من در رابطه با مشابهت مسیر گنج حضور و کشاورزی که شغل ما روستاییان است می‌خواهم مواردی را بگویم. که برای خودم خیلی کمک کننده بوده و امیدوارم که بتواند به دوستان هم کمک کند. من با تمرکز که روی کشاورزی داشتم متوجه شده‌ام که:

۱ - من هیچ گاه کشاورزی را ندیده‌ام که کشت نکند و منتظر محصول باشد. کشاورز هیچگاه به خودش اجازه نمی‌دهد که به کنار زمینی برود که در آن هیچ بذری نکاشته و از خدا بخواهد که بهترین محصول بدهد این کار آنقدر غیر منطقی به نظر می‌رسد که هیچ کس این کار را نمی‌کند. چون ما به وضوح می‌بینیم وقتی در زمینی بذری نمی‌کاریم مثلاً به زمین استراحت می‌دهیم در آن سال هرچه باران به آن زمین می‌خورد و هرچه آفتاب می‌خورد غیر از مقداری علف هرز چیزی نمی‌روید من متوجه شدم که وقتی مولانا در دفتر اول بیت ۹۵۱ فریاد می‌زند :

گر توکل می‌کنی در کار کن کشت کن آنکه تکیه بر جبار کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۵۱)

این جهان مزرعه است و حتما باید بکاریم و گرنه چیزی از ما نمی‌روید. پس ما از کشاورز یاد می‌گیریم حتما باید بکاریم. ۲- کشاورز تمام تلاشش را می‌کند تا بهترین بذر را بکارد تا محصول او خوب باشد و به همین خاطر براساس موقعیت جغرافیایی زمین و شرایط منطقه و غیره در انتخاب بذر دقت می‌کند که بذر پوک و بذر بد نکارد. کشاورز می‌داند زمین قضاوت نمی‌کند که چه بذری کاشته است و آفتاب و باران هم نمی‌گویند که چون بذر بدی کاشته‌ای ما به او نمی‌باریم و نمی‌تابیم ، کشاورز می‌داند که هر بذری بکارد همان رشد می‌کند ، پس به دنبال بهترین بذر است.

رازها را می‌کند حق آشکار چون بخواهد رُست تخم بدمکار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۷۱)

مولانا هم در دیوان شمس غزل ۱۴۷۵ به ما می‌گوید این مزرعه دنیا فقط برای دو بذر خوب است عشق و مهر :

در این خاک در این خاک در این مزرعه پاک به جز مهر به جز عشق دگر تخم نکاریم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۷۵)

پس در عالم حضور ما فقط کافی است عشق و مهر بکاریم تا بهترین محصول دهند غیر عشق هرچه بکاریم محصول خوبی نمی‌دهد و هدر می‌رود

۳- من هیچگاه کشاورزی را ندیده‌ام که بگوید من بهترین بذر را انتخاب کرده‌ام در نتیجه حتماً حتماً بهترین محصول را هم خواهم داشت، کشاورز می‌داند که تا رحمت الهی نباشد هیچ‌گاه محصول او رشد نمی‌کند و به همین خاطر کشاورز از همه بیشتر دستش به درگاه خداست. در همین روستای ما وقتی بذر می‌کارند به زبان کردی دعاهایی می‌خوانند که می‌گویند: خدایا ما فقط به امید برکت تو بذر را می‌پاشیم و توکل می‌کنند به خدا و در واقع امیدش بیشتر به توکل است تا محصول. مولانا هم می‌فرماید:

**نیست کسبی از توکل خوب تر
چیست از تسلیم خود محبوب تر**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۹)

کشاورز یقین حاصل کرده وقتی در بعضی سال‌ها که نزولات آسمانی کم شده همه کاشته‌های او نابود شده به همین خاطر امیدش فقط به خداست.

**این همه گفتیم لیک اندر بسیج
بی عنایات خدا هیچیم هیچ**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۱۸)

۴- من هیچ‌گاه کشاورزی را ندیده‌ام که نخود بکارد و انتظار برداشت گندم داشته باشد چون می‌داند که در قانون مزرعه این کار غیر ممکن است و یقین دارد هرچه می‌کارد همان را درو می‌کند. مولانا هم در دفتر پنجم بیت ۳۱۸۳ فریاد می‌زند:

**زانک می‌بافی همه ساله بپوش
زانک می‌کاری همه ساله بنوش**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۳)

پس تو از چیزی می‌نوشی و می‌خوری که آن را می‌کاری و کشاورز این را خوب می‌داند و چه خوبست ما هم خوب بدانیم که اگر خشم بکاریم مهربانی درو نخواهیم کرد، و اگر بذر جنگ بکاریم صلح درو نخواهیم کرد. ما باید از کشاورز این را یاد بگیریم.

۵- کشاورز به وضوح می‌داند که اگر گندم بکارد، هم گندم برداشت می‌کند هم کاه، ولی اگر بخواهد زرنگی کند و کاه بکارد تا هم کاه به دست آید و هم گندم آنگاه زحمتش هدر می‌رود و هیچ‌کدام را به دست نمی‌آورد. پس هیچ‌گاه کشاورز این کار را نمی‌کند. مولانا به زیبایی در دفتر دوم بیت ۲۲۲۹ می‌فرماید:

هرکه کارد قصد گندم باشدش کاه خود اندر تبع می‌آیدش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۲۹)

که بکاری بر نیاید گندمی مردمی جو مردمی جو مردمی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۳۰)

پس ما اگر عشق را بکاریم وضع مالی و بقیه وضعیت‌ها به دنبالش می‌آید ولی اگر فقط وضعیت‌ها را بکاریم زحمت ما هدر می‌رود و عشق هم نمی‌روید.

این نکته را بگوییم که کشاورز کاملاً به قانون مزرعه ایمان دارد و می‌داند که مثلاً گندم که می‌کارد انتظار ندارد که بعد از یک ماه محصول دهد، او می‌داند که باید سیر طبیعی خود را سپری کند، پس صبر می‌کند و برای هر رشد گندمش در هر مرحله شکر می‌کند.

چه خوبست که ما هم در کار معنوی به قانون مزرعه و صبر ایمان داشته باشیم.

هر که را بینی یکی جامه درست دانک او آن را بصبر و کسب جست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷)

کاش ما هم مثل کشاورز بکاریم و صبر کنیم و شکر کنیم و صبر و کسب را از کشاورز یاد بگیریم

۶- من هیچگاه کشاورزی را ندیده‌ام که در وسط کار مراقبت از کشت را رها کند و بگوید تا این اندازه مراقبت کرده‌ام دیگر کافیت، کشاورز تا لحظه برداشت مرتب مراقبت می‌کند. بارها اتفاق افتاده که حتی وقتی محصول را خرمن کرده عدم مراقبت او باعث شده که خرمن او توسط حیوانات خورده شود و زیان ببیند یا این‌که آتش بگیرد و کل زحمت او هدر رود.

مولانا در دفتر اول بیت ۱۸۳۲ می‌فرماید:

اندرین ره می‌تراش و می‌خراش تا دم آخر دمی فارغ مَباش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۲)

پس ما نباید بگوییم تا این اندازه روی خودمان کار کردیم دیگر کافیت اگر مراقبت مستمر نکنیم چه بسا همه زحمت ما بسوزد. ضمناً من هیچگاه کشاورزی را ندیده‌ام که کشت مزرعه خود را رها کند و برود از مزرعه دیگران مراقبت کند. کشاورز با این که در خیلی موارد به هم کمک می‌کنند اما در کل همه تمرکز آن‌ها روی کشت و زمین خود است وقتی باغش لب خشک است، باغ خود را رها نمی‌کند و آب را هدر نمی‌دهد.

انصتوا یعنی که آبت را به لاغ هین تلف کم کن که لبخشک است باغ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹)

۷- در کشاورزی وقتی قسمتی از مزرعه کسی آتش می‌گیرد همه کشاورزان با هر وسیله‌ای که دارند می‌روند تا آن آتش را خاموش کنند و می‌دانند که اگر آن آتش خاموش نشود مزارع آن‌ها هم خواهد سوخت. و آن‌ها هیچ‌گاه نمی‌آیند با چوب و چماق به سروکله کشاورزی بزنند که مزرعه‌اش آتش گرفته بلکه تمام تمرکز خود را روی خاموش کردن می‌گذارند من همیشه می‌گویم ای کاش وقتی شخصی آتش درد در او شعله‌ور می‌شود بقیه به جای کتک زدن و تحقیر او سعی به خاموش کردن آتش او بکنند و بدانند اگر آن آتش خاموش نشود به مزارع آن‌ها هم لطمه می‌زند. چون ما در اصل یکی هستیم و مزارع ما بهم وصل است. و در سطح جمع هم وقتی آتش جنگ از طرف ملتی شعله می‌کشد بقیه فقط باید تلاش کنند خاموش شود چه بسا آن آتش کل بشریت یا بیشتر آن‌ها را بسوزاند اگر به موقع خاموش نشود، چون ما به هم وصلیم. ای کاش ما از کشاورز یاد بگیریم اولاً باید مواظب مزرعه خود باشیم تا تبدیل به آفتی برای خود و مزارع دیگران نشود وقتی هم دیدیم مزرعه یک نفر دچار آفت شده یا در حال آتش گرفتن است یقین بدانیم آن آتش به مزرعه ما هم خواهد رسید. پس باید تمرکز و تلاشمان را روی خاموش کردن بگذاریم من به شخصه وقتی به گذشته خودم نگاه می‌کنم که زیاد درد تولید کرده‌ام که هم خودم در آتش آن سوخته‌ام و هم شعله‌اش به خانواده و روستا و همه رسیده است. و حال تمام سعی‌ام را می‌کنم که این کار را نکنم.

۸- نکته پایانی اینکه کشاورزان قبل از این‌که محصولات را به انبار ببرند اول دفع شر موش می‌کنند و انبار را تمیز می‌کنند سوراخ‌ها را می‌بندند و سمپاشی می‌کنند تا موش همه زحمات آن‌ها را ویران نکند. ما خودمان همین دو سال پیش یکی از انبارهایمان که مقداری گندم در آن بود موش‌ها از فرصت استفاده کرده بودند و کل گندم را خراب کرده بودند.

این‌جاست که مولانا در دفتر اول بیت ۳۸۱ می‌فرماید:

اول ای جان! دفع شر موش کن و آنگهان در جمع گندم جوش کن (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۱)

گر نه موشی دزد در انبار ماست گندم اعمال چل ساله کجاست؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۲)

من به وضوح دیدم که آن همه تلاشی که برای آن مقدار گندم شده بود همه آن در انبار خراب شده بود چون مدت‌ها بود ما از آن خبر نداشتیم البته الان انبارها مثل قدیم پر از غله نیستند اما همان مقدار غله را هم که در آن می‌گذاریم باید به

شدت مواظب موش‌ها باشیم. موش نباید در انبار باشد و راه دیگری نداریم این‌طوری نیست که مثلاً یک جوری موش‌ها را قانع کنیم که در انبار باشند و محصول ما را خراب نکنند این غیر ممکن است.

من متوجه شدم البته به کمک اشعار مولانا و این برنامه که در کار معنوی‌ام همین‌طور است.

وقتی در انبار من، در مرکز من موش عجله، موش حسادت، و موش مقایسه، انواع موش‌های دیگر هست من هرچه گندم جمع کنم و هرچه کار معنوی کنم مسلماً ویران و غیر قابل استفاده می‌شود. گندم‌های انبار ما هیچ استفاده‌ای نداشتند و حتی حیوانات هم از آن‌ها نمی‌خورند و پر از فضلۀ موش و بدبو شده بودند.

و در آخر این را هم اضافه کنم که کشاورز اگر نخواهد چیزی بخواهد هیچ‌گاه بقیه به در خانه آن نمی‌روند تا او را مجبور به کاشتن بکنند. و در واقع این‌که محصول بکارد یا نکارد فتوا دهنده خودش هست. هرچند گاهی بقیه او را راهنمایی می‌کنند اما در نهایت خودش تصمیم می‌گیرد، اما کشاورز می‌داند که اگر ضرورت داشته باشد و نکارد جریمه دارد و جریمه‌اش هم در فصل برداشت، برداشت نکردن است و این‌که خانواده‌اش بی‌محصول می‌مانند و افسوس می‌خورد.

مولانا در دفتر ششم بیت ۵۳۰ می‌فرماید:

گفت مُفْتیّ ضرورت هم تویی
بی‌ضرورت گر خوری، مجرم شوی
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

و عطار هم به زیبایی می‌فرماید:

تخم امروزینه فردا بر دهد
ور نکاری ای دریغا بر دهد
(عطار)

و درو نکردن ای دریغا همان جریمۀ نکاشتن است چون کاشتن ضروری است و ضرورت دارد.



رهنمودهای آقای شهبازی

خیلی زیبا، خیلی عالی، آفرین بر شما، دیگر بیش‌تر از این واقعاً چجوری تحسین کنم این خردمندی شما را واقعاً؟ این پیغام شما را ما باید بارها و بارها گوش بدهیم و یاد بگیریم. قانون مزرعه را خیلی عالی بیان کردید و در زندگی‌مان پیاده کنیم و چطور هست که ما این زحمت را نمی‌کشیم، قانون جبران و صبر و همه این چیزهایی که گفتید رعایت نمی‌کنیم آن موقع یک کار بزرگی را به یک نفر می‌سپاریم، شروع می‌کنیم به انتقاد کردن، این چجور انحراف از قانون مزرعه است؟ یک کسی برای یک کاری ساخته نشده، جامعه زحمتش را نکشیده و کار را می‌دهند



به او و بعد آن کار را بلد نیست و بعد شروع می‌کنند به دادوبیداد کردن که چرا بلد نیستی؟ خوب برای این‌که زحمت نکشیدیم، نکاشتیم، الان اتفاقاً می‌بینید همین صحبت‌های شما در واقع نتیجه مولانا و گنج حضور است. به این خردمندی که صحبت می‌کنید برای این‌که کاشته‌ایم، بیست سال است داریم این برنامه را پخش می‌کنیم، نتیجه‌اش این پیغام است. البته شما می‌گویید روستایی، به نظرم شما شهری هستید، ما روستایی هستیم. شما، والله این پیغام‌ها را شما می‌گویید، می‌گویید من روستایی هستم تازه، در روستا حالا فرض می‌کنیم که واقعاً شما در روستا هستید، در روستا کمبود و قحط این‌جور دانش‌ها است. یکی از دلایل این‌که من این‌همه در این راه واقعاً وقت گذاشتم، زحمت کشیدم، حتی پول گذاشته‌ام، برای این‌که خودم روستایی هستم، می‌دانم در روستا همچین دانشی نیست پس باید ببریم به آن‌ها برسانیم و می‌بینید که همین به اصطلاح خواست من و کاشتن من نتیجه‌اش الان خردمندی شما شده، اصلاً این خردمندی شما به درد شاهان، تصمیم‌گیران، رهبران تمام دنیا می‌خورد، همین، همین پیغام شما را گوش بدهند. به قول شما جنگ نکارند، صلح طلب کنند، نروند خراب کنند بعد بگویند که آباد کردیم، همین پیغام را گوش کنند و همین ابیات را بخوانند برایشان کافی است، می‌توانند بروند کارشان را درست انجام بدهند و عجیب است که زندگی این را تصویر کرده برای ما، همین چیزهایی که شما گفتید جلوی چشمان ما است، از بس ما مشغول فکرهای من‌ذهنی خودمان هستیم که متوجه نیستیم، هرچه که شما گفتید جلوی چشمان ما است ولی نمی‌بینیم بعد آن موقع عکسش را عمل می‌کنیم. الان همین کودکان عشق که این بیت‌ها را می‌خوانند از مولانا و مرتب می‌خوانند

ای ز غم مُرده که دست از نان تهی است
چون غفور است و رحیم، این ترس چیست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷)

درین بحر درین بحر، همه چیز بگنجد
مترسید، مترسید، گریبان مدرانید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۷)

مرتب

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش
من همی‌کوشم پی تو، تو، مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

این‌ها را که می‌خوانند بچه‌های چهارساله، پنج‌ساله، این‌ها چهارساله که نمی‌مانند فردا چهل‌ساله می‌شوند، وقتی مصدر کار می‌شوند این‌ها یادشان است، این همین تخم گلی است که شما می‌گویید بهترین تخم را بکاریم دیگر،



شما می‌فرمایید و درست می‌فرمایید، الآن همین بچه‌ها در دلشان بهترین بذر کاشته می‌شود، همین، همین سه تا بیتی هم که خواندم بهترین بذر هستند که این‌ها به قحطی نمی‌افتند، به تنگ‌نظری نمی‌افتند، «درین بحر درین بحر، همه چیز بگنجد»، هی مرتب هم می‌خوانند: «دلبر بردبار من آمده برده بار من»، خوب بچه‌ها می‌خوانند، این همین تخم گل است دیگر. جوانان عشق داریم الآن ما، شما نگاه کنید آدم‌های سال‌خورده هشتاد و پنج ساله، نزدیک نودساله، این‌ها دلشان بسیار روشن است، پر از آرامش هستند، از کجا آمده؟ از این‌که این تخم کاشته شد. بله، عالی، عالی، واقعاً حالا که این پیام شما نشان می‌دهد که وقتی من به، شدید کار می‌کنم، خیلی کار می‌کنم من حالا بین خودمان باشد، من بعضی، الآن به شما می‌گویم که شما دیگر همه‌چیزمان یکی و محرم هستید، من ساعت سه، ساعت سه برنامه تمام می‌شود، بعد از نصف شب، من سه می‌نشینم این را ادیت (Edit) می‌کنم تا ساعت شش، یعنی من شش می‌خواهم، شش صبح، اگر بخوابم. حالا می‌گویند چرا؟ حالا چه می‌شود فردا؟ برای این‌که این برنامه هرچه زودتر پست بشود در اینترنت، به دست مردم برسد، من هم می‌دانم که یک عده‌ای منتظر هستند، شاید اثر بگذارد، یک دفعه همچو پیغامی دربیاید که شما گفتید، پیام شما خیلی خردمندانه بود، واقعاً خیلی ممنون، اصلاً نمی‌دانم چجوری سپاسگزاری کنم از شما.



توضیحات آقای شهبازی پیرامون نمادهای استفاده شده در اشعار مولانا

قطع شد، حیف شد که قطع شد ولی به‌رحال پیغامشان را داده بودند، مولانا، حالا صحبت ایشان را من دارم ادامه می‌دهم، نه به روستایی توهین می‌کند، نه به زن، باید درست دقت کنیم. منتها از نمادها برای بیان این موضوع نسبتاً ساده، واقعاً ساده است اگر دقت کنیم که چطور ما هم‌هویت می‌شویم، من ذهنی درست می‌کنیم ولی توجه نمی‌کنیم از طرف دیگر من ذهنی چون آن دید را ندارد، نمی‌تواند بفهمد؛ مثلاً من ذهنی نمی‌تواند همانیدن را بفهمد برای این‌که خودش همانیده است، اصل همانیدگی است، درست مثل این‌که بگوییم چشم نمی‌تواند خودش را ببیند، همه‌چیز را می‌بیند غیر از خودش و یک مقدار تمثیل لازم است. یک عده‌ای دقت نمی‌کنند، می‌گویند مولانا به زن توهین کرده، به روستایی توهین کرده، نه، شما می‌بینید که مولانا از ساده‌ترین ابزارها، بیل، کلنگ، نمی‌دانم گاو، خر، مار، دم مار، نمی‌دانم دم خر، همه از این چیزها استفاده کرده بلکه به ما بفهماند که بابا این من ذهنی چه هست، حضور چه هست، برای چه آمده‌ایم به این جهان ما. پس بنابراین نمی‌تواند به کسی یا گروهی توهین کرده باشد. من نباید توضیح بدهم. مرتب از من می‌پرسند که شما بیایید توضیح بدهید که مولانا به زن توهین نکرده، شما دقت کنید خودتان متوجه می‌شوید. مولانا دارد می‌گوید: «پس از نظر آید



صُور، آشکال مرد و زن شده»، یک هشیاری است آمده یکی زن شده، یکی مرد. منتها ما با من‌ذهنی زن را در یک جهتی راندیم، مرد را در یک جهتی، این‌ها را درمقابل هم قرار دادیم، ما ندادیم، من‌ذهنی، بگوییم دیو این کار را کرده است. این خاصیت‌هایی که به مرد و زن دادیم، ما دادیم، نه که خدا داده، هر دو یکی است، هیچ فرقی با هم ندارند. مولانا هم عیناً همین را می‌گوید، می‌گوید صورت از هشیاری می‌آید، در رو دو شکل متفاوت است، همین که ما به هشیاری نظر و حضور زنده بشویم، می‌بینیم که این شکل‌ها خیلی زیبا شدند و هر دو عالی هستند، هم زن، هم مرد. هیچ مزیتی هم نسبت به هم ندارند، حالا جایش این‌جا نیست من بیش‌تر توضیح بدهم.



پیام خانم نسترن از فولادشهر اصفهان

أَنْتَ وَجَهِي، لَاعَجَبَ أَنْ لَا آرَاهُ
غَايَةَ الْقُرْبِ حِجَابُ الْأَشْتَبَاهِ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۶۶)

أَنْتَ عَقْلِي لَا عَجَبَ إِنْ لَمْ أَرَكَ
مِنْ وَفُورِ الْإِلْتِبَاسِ الْمُشْتَبِكِ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۶۷)

تو حقیقت من هستی و تعجبی نیست که او را نبینم زیرا غایت قرب حجاب اشتباه و خطاهای من شده است، تو از رگ گردنم به من نزدیک‌تر هستی تا کی در خطاب تو بگویم یا؟ یا برای اشاره به دور است.

هنگامی که متوجه شدم که با چیزهای جهان هم‌هویت هستم و درد دارم، فهمیدم خواسته‌هایم و جهان هم‌هویت شده‌ام گذرا است، توانستم هرچیز در حال گذشتن و تغییر را اجازه دهم بروند، فهمیدم می‌توانم به زندگی مستقر در همین لحظه دست پیدا کنم، و متوجه شدم آن‌چیزی که به دنبالش از بیرون جست‌وجو می‌کنم تا آرامش، رضایت، شادی را به من بدهد را جایگزین مرکز عدم کردم، و جداییم از حضور و ناآگاهی‌ام باعث گمراهی و ناآگاهی من در زندگی زنده‌ام شده است.

به‌جای امیدواری باید به مقام ناامیدی، از سمت هم‌هویت شدگی‌های جهانی برسیم یعنی ناامید از بدست آوردن خوشبختی و شادی از دنیای بیرون.

فضاگشایی کوتاه‌ترین و ساده‌ترین راه خدایی است.

عقل قربان کن به پیش مصطفی حسبی الله گو که الله‌أم کفی

(مولانا، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸)

و همین‌طور:

بس بُدی بنده را کفی بالله لیکش این دانش و کفایت نیست

(مولانا، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۹)

از خدا غیر خدا را خواستن ظن افزونیست و کلی کاستن

(مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

عقل من ذهنی را در راه حضرت حق قربان کنیم و بگوییم عقل خداوند برایم کافی است.

عقل‌هایی که از اول به این جهان آمده‌ایم و روی هشیاری ما را گرفته است برایمان تا الآن کفایتی نداشت، و دچار دید و بینش اشتباه شدیم و درد روی درد ذخیره کردیم، الآن باید به دید نوین، دید خداشناسی و خداگونگی محقق شویم تا تبدیل بشویم.

دیده‌ی ما چون بسی علت در اوست رو فنا کن دید خود در دید دوست

(مولانا، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱)

از ۱۰ الی ۱۲ سالگی که در ذهن رفتیم به ما یاد دادند هرچه بیشتر بدست بیاوریم بهتر است و یا اگر از دست دادیم و بی‌مراد شدیم برویم سراغ یک چیز، یا یک کسی دیگر جایگزین کنیم، تا «حال بدمان» از چیزهای قبلی که از دست داده‌ایم با جایگزین خوب بشود.

الآن بزرگ شده‌ایم، نوجوان هستیم، جوان هستیم، کهنسال هستیم حالمان خوب نیست! و آن قدر روی هم‌هویت‌شدگی‌ها وابستگی‌ها درد جمع کرده‌ایم که دیگر توان زندگی زنده را نداریم.

دید نوین و بینش جدید فضاگشایی به ما یاد می‌دهد، بزرگ‌ترین قدرت، قدرت از دست دادن است! این‌که فضا را باز کنیم، تا همه‌چیز عبور کند، نگه نداریم، مالکیت نداشته باشیم تا به عشق زنده بشویم.

قدرتمند کسی نیست که خانه‌های میلیاردری، ماشین‌های گران‌قیمت، مسافرت و خریدهای گران را دارد و ما فکر می‌کردیم کسی که میلیارد است چه قدرتی دارد، «به چه کسی است! حتما خیلی سخت‌کوش، قوی و عاقل است!»

جناب مولانا می گوید خیر!

چراکه میلیاردها هم باید بیایند از بینش و آگاهی جناب مولانا استفاده کنند، تمرین‌های معنوی کنند تا از دردهای ذهنی و فیزیکی و انباشتگی هم‌هویت‌شدگی‌ها و وابستگی‌ها روی هم رها شوند، و خدا را جایگزین خانواده، خانه، ماشین، ارث، ثروت، عشق‌های همانند شده بگذاریم و بدانیم خدا برایمان کافی است.

کافیَم، بدهم تو را من جمله خیر

بی سبب، بی واسطه یاری غیر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

کافیَم بی نان تو را سیری دهم

بی سپاه و لشکرت میری دهم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

کافیَم بی داروت درمان کنم

گور را و چاه را میدان کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۰)

شادیت را غم کنم چون آب نیل

که نیابی سوی شادیه‌ها سبیل

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۵)

هنگامی که طلب می‌کنیم برای مرکز عدم او با درمان و شادی و شفا می‌رسد، بدون دارو ما را از درد رها می‌سازد، بدون لشکر ما را شاه جهان از درون و بیرون می‌کند و شادی‌های هم‌هویت‌شده را تبدیل به غم می‌کند، تا دیگر از همانیدگی‌ها شادی نگیریم، بی‌مراد شویم تا به مقام بی‌دلیل و بی‌سبب شادی کردن برسیم.

و در آخر بیت زیبا و شفاف‌بخش جناب مولانا:

لذت بی کرانه ای است عشق شده است نام او

قاعده خود شکایت است ورنه جفا چرا بود؟

(مولانا، دیوان شمس، غزل ۵۰۶)

تَرَلَلَا..... تَرَلَلَا..... به برنامه گنج حضور.



صحبت‌های آقای شهبازی پیرامونِ ضرورت توجهِ کودکان، نوجوان، و جوانان به آموزش‌های مولانا

خیلی خوب، خیلی زیبا، برای این‌که مردم بدانند جوان هستید، سنتان را اگر می‌شود بگویید به ما. آفرین، آفرین، همین، عالی، عالی، خواهش می‌کنم. تنها، خیلی خوب، خداحافظ شما. کودکان و جوانان باید در معرض این دانش قرار بگیرند، تا بتوانند آدم‌های بی‌درد بشوند و برای جامعه مفید بشوند.



پیام خانم تیارا از زرین‌شهر

از ترازو کم کنی من کم کنم
تا تو با من روشنی من روشنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

وقتی ما من ذهنی درست می‌کنیم، کفه میزان، یعنی وقتی ترازو به دست من ذهنی است، یعنی هنگامی که می‌آییم به این جهان و من ذهنی درست می‌کنیم، مثلاً فرض کنیم که بیست درصد هشیاری حضور داریم و هشتاد درصد هم هشیاری جسمی من ذهنی یا فرض کنیم ده درصد هشیاری حضور و نود درصد هم هشیاری جسمی من ذهنی داریم. و حالا نتیجه می‌گیریم ترازو به سمت من ذهنی سنگین است و ترازو به سمت حضور سبک‌تر، ولی ما باید ترازو را برعکس کنیم. کفه ترازو باید به سمت حضور سنگین بشود و به سمت هشیاری جسمی من ذهنی سبک. و ما هم اکنون دائماً من ذهنی می‌باشیم.

کسی که من ذهنی ساخته است، یعنی من ذهنی را مرکزش قرار داده است، پس بنابراین ما همیشه زیر نظر و نفوذ آدم‌هایی هستیم که همیشه من ذهنی می‌بافند.



پیام خانم زرین از زرین‌شهر

در این هفته سطح هشیاری بسیار پایینی در لحظه داشتیم و شناسایی نکردم که این درد از من ذهنی است و دارد من را فریب می‌دهد و بر من غلبه کرده بود، این لحظه نمی‌توانستم خودم را از من ذهنی جدا کنم و بر من ذهنی ناظر بشوم، تا من ذهنی مرا قربانی درد و مشکلات خودش کرد.



ما با قضاوت و مقاومت، قربانی دردهای من‌ذهنی و اتفاقات این لحظه می‌شویم و من‌ذهنی پیروز می‌شود تا ما را با خودش یکی کند. خدا می‌خواهد که ما قربانی دردهای من‌ذهنی نشویم و هر لحظه ارتقای کیفیتی پیدا کنیم، نه که تازه هر لحظه در دردهای من‌ذهنی گم‌تر بشویم و متوجه نشویم.

مقصود اتفاقات این لحظه چیست؟

من‌ذهنی می‌خواهد از هر چیزی درد استخراج کند، اما حضور، درون ما می‌خواهد شادی و آرامش و بی‌نهایت لطفش را به ما ببخشد. پس با حضور درونمان همکاری کنیم و تسلیم بشویم. آیا رواست که ما بی‌نهایت خداوند هستیم، قربانی توهم من‌ذهنی شویم؟ هم‌چو چیزی روا نیست و خدا چنین چیزی را برای ما قبول نمی‌کند، برای همین لحظه ما را به حضور خودش دعوت می‌کند.

تَسْلِیْمِ مَسِّ بَبَايِدَ تَا كِيْمِيَا بَبَايِدَ تُو گَنْدَمِي وَ لِيَكِنَ بِيْرُوْنِ اَسْيَايِي

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۶۴)

اگر تسلیم شویم، مس وجود ما که بی‌ارزش هست، تبدیل به کیمیای حضور می‌شود. اگر ما فضا را در برابر اتفاقات باز کنیم، حضور خدا ما را تبدیل به بی‌نهایت فراوانی خودش می‌کند. می‌گوید تو گندم هستی، اما بیرون از آسیاب هستی. یعنی هنوز تسلیم نشدی تا آسیاب خدا تو را تبدیل کند.



صحبت‌های آقای شهبازی

خیلی زیبا، خیلی زیبا، آفرین، خوب کس دیگری که نیست؟ خیلی زیبا خواندید، عالی خواندید و به یک موضوع هم شما البته باید توجه کنید، این وضعیت‌های انفرادی یعنی تنها که هی این‌جا و آن‌جا اتفاق می‌افتد، این دلیل نمی‌شود که انسان پیشرفت نکرده، من‌ذهنی مرتب می‌خواهد که ما را ناامید کند؛ مثلاً شما این همه روی خودتان کار کرده‌اید، یک دفعه می‌بینید در یک مجلسی بین همه درمورد یک موضوعی بسیار خشمگین شدید، همه هم دیدند، ظاهراً آبرویتان رفت و این‌ها، ولی شما این را خیلی جدی نباید بگیرید. اولاً این هشدار است از طرف قضا که شما کامل نشده‌اید و باید روی خودتان کار کنید. این پیغام را ما می‌گیریم که ما کامل نشده‌ایم و من‌ذهنی نباید بیاید از پیشرفت‌های ما سوءاستفاده کند، ولی ناامید هم نمی‌شویم که این همه کار کردم چرا مثلاً حالم فلان موقع گرفته شد؟ چرا این قدر غمگینم الآن؟ این‌ها موقتی هستند و می‌گذرند و باید شما کار را ادامه بدهید. اصلاً



این را به اصطلاح محاصره کنید نگذارید جاهای دیگر برود، بگویید این موردی است که برای من اتفاق افتاد، ببینم که چه اشکالی دارم؟ با چه هم‌هویت هستیم؟ کدام درد را دارم؟ معنی این اتفاق چه بود که من آنجا این‌طوری واکنش نشان دادم؟ ولی به کار ادامه دهید. نه این‌که من ذهنی شما را متقاعد کند که پس چطور فایده ندارد، ببین حالا، رفتار من را ببین، آبرویم رفت. هیچ آبرویی نمی‌رود، ما کامل نیستیم و این پدیده‌ها اتفاقاً مفید هستند، چه خوب شد که این اتفاق افتاد، من یک عیب را در خودم ببینم، ممنونم از شما، عالی، خواهش می‌کنم، خداحافظ شما.



پیام خانم پروین از استان مرکزی

گرچه به زیرِ دلّی، شاهی و کیقبادی ورچه ز چشمِ دوری، در جان و سینه یادی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

مولانا در این غزل می‌خواهد حقیقتی را به یاد انسان بیاورد که مدت‌ها است که فراموش کرده‌است. این سخن از جانب هشیاری یا امتداد خداوند به خودش هست. می‌گوید گرچه در زیرِ دلّی هستی، گرچه که در زیر لباس کهنه‌ای به نام من‌ذهنی پنهان شده‌ای، گرچه که لباس مندرس همانندگی‌ها را پوشیده‌ای و خودت را با نقش‌ها و باورها، دردها، داشته‌هایت و نداشته‌هایت یکی دانسته‌ای، اما این را بدان هرچه قدر هم در افسانه من‌ذهنی پیشرفت کرده باشی هنوز از جنس خداوند هستی، هنوز شاه و کیقباد هستی، یعنی دارای فرّ ایزدی هستی و به آن جنس خدایی تو هیچ صدمه‌ای وارد نشده است.

اگرچه که اصل تو به چشم حسی دیده نمی‌شود اما مرکز تو و کل وجود تو خود اوست. تو می‌توانی به شاهی و کیقبادی خودت دست پیدا کنی در صورتی که لحظه به لحظه تسلیم شوی و فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز کنی، و از اتفاق این لحظه که ذهنت نشان می‌دهد چیزی نخواهی. در این صورت اتفاق یعنی چیزی که ذهنت نشان می‌دهد از مرکز بیرون می‌رود و آن فضای گشوده شده که خود زندگی و خداست، اصل توست مرکزت می‌شود. لحظه به لحظه تسلیم و فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه تو را از جنس همان هشیاری اولیه می‌کند که از اول از جنس آن بودی، و در این صورت دوباره از جنس شاه و کیقباد می‌شوی، یعنی به ابدیت و بی‌نهایت خداوند زنده می‌شوی.

گرچه به نقش پستی، بر آسمان شدستی قندیلِ آسمانی، نه چرخ را عمادی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

من ذهنی نقش ماست که پست و سطح پایین است، اصل ما در آسمان است. نیروی قائم به ذات همین حالا در ما وجود دارد فقط کافی است به آن توجه کنیم. در ما آسمانی وجود دارد که فوراً می‌تواند گسترش پیدا کند و بی‌نهایت شود. ما قندیل آسمان یعنی خورشید آسمان درونمان هستیم و جنس ما از همان جنسی است که نه چرخ روی آن بنا شده‌است. وقتی ما روی ذات خود بایستیم از جنسی می‌شویم که کائینات روی آن ایستاده، و از خردی استفاده می‌کنیم که کائینات را اداره می‌کند.

با خواندن این ابیات از خودمان بپرسیم: آیا من هنوز این نقش پست هستم؟ اگر هنوز هستم امنیت، عقل، هدایت و قدرت من از همانندگی‌ها می‌آید، پس من هنوز نقش پست هستم. اگر هنوز استرس دارم، خشمگین هستم، توقع دارم، می‌رنجم پس هنوز نقش پست من ذهنی را حفظ می‌کنم. اگر هنوز حسادت دارم خودم را مقایسه می‌کنم، در برابر دیگران به میزان همانندگی‌هایم احساس کوچکی و بزرگی می‌کنم، اگر هنوز گدای تأئید و توجه مردم هستم، اگر ارزش خودم را با میزان احترام مردم می‌سنجم، اگر ارزش خودم را به میزان تعداد دوستان و فامیل و آمدوشد مردم می‌سنجم، پس من در نقش پست من ذهنی هستم و خودم را با آن یکی دانسته‌ام و بی‌نهایت خداوند را به یک محدودیت ذلیل و بیچاره تبدیل کرده‌ام.

ما را نکنید یاد هرگز
ما خود هستیم یاد بی‌ما
با ما دل کیقباد بنده‌ست
بنده‌ست چو کیقباد بی‌ما
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۸)

مولانا می‌گوید وقتی من به خدا زنده شدم لزومی ندارد کسی احوال مرا بپرسد برای این‌که بدون من و ما یعنی بدون من ذهنی من همیشه در یاد خداوند هستم، او در دل و جان من است. وقتی ما من و ما داریم به ذهن کشیده می‌شویم و دل ما که کیقباد است بنده من ذهنی می‌شود و نیازمند جویای احوال‌پرسی مردم، ولی بدون ما من ذهنی دل کیقباد ما بنده خداوند است و بی‌نیاز از مردم.

بستی تو هست ما را، بر نیستی مطلق
بستی مراد ما را بر شرط بی‌مرادی

تا هیچ سست پایی، در کوی تو نیاید پیش تو شیر آید، شیری و شیرزادی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

ما در من‌ذهنی هستی واقعی نداریم وقتی مرکز ما نیستی مطلق یعنی عدم می‌شود هستی پیدا می‌کنیم. هرچه فضا در درون ما بیشتر باز می‌شود و ما بیشتر از جنس هشیاری اولیه می‌شویم ما هست‌تر می‌شویم. اما من‌ذهنی هستی را دیده‌شدن بیشتر در نظر مردم می‌داند. من‌ذهنی می‌گوید هرچه مردم به تو احترام بیشتری بگذارند و اهمیت بیشتری بدهند تو بیشتر هستی، برای همین ما من‌ذهنی با پندار کمال درست می‌کنیم. پندار کمال بزرگترین هست غیرواقعی را دارد. هرچه پندار کمال ما بزرگتر هستی واقعی ما کمتر.

مُراد ما زنده شدن به خداست، کسی به او زنده می‌شود که هیچ مُراد این جهانی در مرکزش نباشد. به اندازه‌ای که مرکز ما عدم است شیرزاده هستیم و از جنس خدا هستیم. و به اندازه‌ای که همانیدگی‌ها در مرکزمان هستند از جنس فرعون من‌ذهنی هستیم و سست پای هستیم. و تنها کسی که شیرزاده هست در کوی خداوند راه پیدا می‌کند و به او زنده می‌شود، انسانی که پندار کمال ندارد و عیب‌ها و نقص‌هایش را می‌پذیرد و به آن‌ها اقرار می‌کند شیرزاده هست. کسی که فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز می‌کند و مسئولیت هشیاری خود را به عهده می‌گیرد شیرزاده هست.

سهل شیری دان که صف‌ها بشکند شیر آن است آن که خود را بشکند (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۹)



صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون به نوشتار درآمدن پیام‌های برنامه‌های ویژه‌ی تلفنی

دوستان ما دارند کوشش می‌کنند که پیام‌های روز جمعه را به‌صورت نوشته دریاورند و آقای زارع‌پور و گروهشان حاضر شدند این کار را بکنند. برای کمک به ایشان قرار شده که شما پیام‌هایتان را بنویسید و نوشته را، اگر هم تایپ شده باشد که خیلی عالی است دیگر، تایپ بکنید و به آدرسی که بعداً می‌دهیم بفرستید. البته فعلاً می‌توانید به من ایمیل کنید، بعد یک آدرس در تلویزیون اعلام می‌کنیم و در تلگرام و غیره و وبسایت و این‌ها هم اعلام می‌کنیم که به آن‌جا بفرستید. پیام‌های شما در روز جمعه، برای هر جمعه می‌تواند یک کتاب خوبی



باشد، این پیغام‌ها بسیار بسیار خوب هستند و خوشبختانه متنوع هم هستند. می‌بینید که علت این‌که داریم پیشرفت می‌کنیم برای این‌که به‌جای یک محقق ما هزاران محقق داریم الآن و شما باید قدر این محققان را بدانید و به حرف‌هایشان گوش بدهید و از این ذهنیت هم ما داریم بیرون می‌آییم که همه‌چیز را فقط یک نفر می‌داند، همین شهبازی بیاید این‌جا صحبت کند، ما گوش کنیم، این‌طوری نیست. پیغام باید از طریق صدها نفر گفته بشود و آن موقع زیباست و قابل فهم است، باید آن راه را برویم که داریم می‌رویم، برای همین داریم پیشرفت می‌کنیم.



پیام آقای نیما از کانادا

«بی‌مراد بی‌چاره، بی‌سروپای بیگانه»

در برنامه ۹۱۱ آقای شهبازی فرمودند: «عقل جزئی من ذهنی در طول تاریخ فقط تولید جنگ کرده‌است.» تقریباً ۱۰ سال پیش با خانمی که از خودم ۶ سال بزرگ‌تر بود، همان‌بده شدم. اسمش را عشق و عاشقی گذاشته بودم، ولی «همان‌دگی» بود، آن هم تا عمق پوست و گوشت و استخوان. صبح و شب و تمامی لحظات فقط و فقط فکرم ایشان بود و محوریت زندگی‌ام.

منی که هیچ‌گاه تا آن موقع قصد ازدواج نداشتم، تصمیم به ازدواج با آن خانم گرفتم. همه اطرافیان و علی‌الخصوص مادرم مخالفت شدید نشان می‌دادند. بسیار شب‌ها نخوابیدم و گریه‌ها کردم، به چه فلاسفه‌ای که رجوع نکردم! اما واقعاً وقتی که عشق ایزدی نباشد، تماماً جنگ است.

مشاوره جواب نداد. کلک‌ها و دروغ‌ها و سیاست‌بازی‌ها جواب نداد. تنش پشت تنش در رابطه به اصطلاح عاشقانه‌ای که هیچ مشکلی نداشت. چه شب‌هایی که با دوستی تا صبح حرف می‌زدیم که با گذاشتن عقل هم بتوانیم راه‌حلی پیدا کنیم که نشد. روزبه‌روز نحیف‌تر و آسیب‌دیده‌تر. چه جملات قُلنْبه سلنْبه‌ای که از فلاسفه و روشن‌فکران از حفظ بودم، ولی نشد که نشد. تا که یک روز...

ز پیت مراد خود را دو سه روز ترک کردم

چه مراد ماند زان پس که میسر م نیامد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۷۰)

با این‌که بسیار بسیار سخت بود، رها کردم. مرادم (وصلت با آن خانم) را رها کردم. همین یک بیت مرا و ایشان را نیز، نجات داد. آری، فقط همین یک تک بیت.
درد پشتِ درد، گریه پشتِ گریه، ولی زهی که بهشت در سختی‌ها و ناگواری‌ها نهفته است.

شاد آن صبحی که جان را چاره‌آموزی کنی چاره او یابد که تُش بیچارگی روزی کنی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۷۷)

واقعاً که وقتی به بیچارگی‌ام اقرار کردم، باریکه‌ای نور به شبِ ذهنم تابید و کمی روشن شدم.
(ناگفته نماند که قدرش را ندانستم و راهِ عقلِ من‌ذهنی را باز پیش گرفتم و جنگ پشت جنگ در چالش‌های بعدی زندگی) اما مزه‌رهایی از دانستگی را اندکی چشیدم.
کاش آن زمان می‌دانستم که اقرارِ هشیارانه به بیچارگی یعنی همان صبح. اما نبود؛ حس و طلبی نبود که آموزشِ عشقی را بطلبد. الحق که:

از دل و از دیده‌ات بس خون رود تا ز تو این مُعجیبی بیرون رود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول بیت ۳۲۱۵)

تا به دیوارِ بلا ناید سرش نشود پندِ دل آن گوشِ کرش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)

اکنون دیگر ماری افعی شده بودم که از هر جنس مؤنثی بیزار بود و به چشم ابزار به آن‌ها نگاه می‌کرد. فکر می‌کردم که باید انتقام بگیرم.

آری... واقعاً که: «عقلِ من‌ذهنی برای حلِّ مشکلات فقط تولید جنگ کرده‌است.»

بی‌مرادی یادم رفت. یادم رفت که فقط با یک «پَرِ روزه» چه مرادهایی که نصیبم نشده بود. وقتی ویزای آمریکایم ریجکت شد، چه فحش‌ها و ناسزاهایی به خدا می‌دادم. وقتی که نتوانستم بروم خارج و مجبور شدم بروم خارج از شهر توی یک کارخانه در وسط کویر کار کنم، نمی‌دانستم که این لطفِ خداست که مرا بسازد. یادم رفت که بهشت در زیر سختی‌ها نهفته است.

وقتی باز به بیچارگی‌ام اعتراف کردم، از جایی که عقلِ جنگ‌سازم هم خبر نداشت، راه‌هایی باز شد و من آدمم کانادا. ولی باز قدرشناسی و ناسپاسی‌ام آن عسل‌نوشی را فراموش کرد.



عنایتش مرا به گنج حضور وصل کرد. اما باز آدم نمی‌شدم. تمام پول و زحمت و تلاش‌هایم را خرج فسق و فجور و کشیدن دراک و موادّ توهم‌زا می‌کردم. باز هم عنایتش شامل حالم شد. تا به بیچارگی مطلق برسم. آری وقتی سودایش در سرم افتاد، دیگر جز او مرادی نخواستم و نمی‌خواهم. یک راز به من گفت و هر ثانیه آن راز را می‌بوسم و نگاه می‌کنم و صدایش می‌کنم. تاب نگاه در خورشید را ندارم، ولی ماهش هم همان لذت را برایم به ارمغان می‌آورد:

سر سُخرهٔ سودا شد، دل بی‌سر و بی‌پا شد
 ز آن مه که نمودستی، ز آن راز که گفتستی
 (مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۲۶۸۲)

آن نیمای گذشته هنگام نوشتن این متن، ترس و لرزی داشت، می‌هراسید، ولی نعرهٔ لاضیرِ من، آن نیما را برایم بیگانه کرده‌است. آری بیگانه‌ای بی‌سروپا، بیچاره‌ای بی‌مراد:

می‌مالم این دو چشم که خواب است یا خیال
 باور نمی‌کنم عجب ای دوست کاین منم
 (مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۷۰۸)

آری، من هرگز به عقب برنخواهم گشت.

با عشق و احترام

نیما از کانادا



صحبت‌های آقای شهبازی

خیلی زیبا، خیلی مفید، آفرین، ممنونم، من فکر کنم خیلی‌ها مخصوصاً جوانان سپاسگزار این پیغام شما و پیغام‌های دیگران هستند که تجربه‌تان را می‌گویند با استفاده از شعرهای مولانا، مثال خوبی هم هست برای همین تقاضایی که من از شما کردم و امروز می‌بینید پیغام‌ها در آن مسیر است، پیغام اول هم که مال همین دوست ایلامی‌مان بود، درواقع آن جوهر را برداشته بودند، چراغ‌ها را برای ما روشن کردند با استفاده از قانون مزرعه. ممنونم آقا نیما، عالی، عالی.



صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون پست شدن پیام‌های معنوی بینندگان در رسانه‌های مختلف

خیلی زیبا، خیلی، خیلی مفید، خیلی عالی، خواهش می‌کنم، خدا حفظ شما، خدا حافظ، خدا حافظ. می‌دانید این پیام‌ها در وبسایت ما خیلی زود پست می‌شود، شما می‌توانید از طریق وبسایت www.parvizshahbazi.com بروید ببینید. در تلگرام تصویری پست می‌شود، در پیام‌های عشق پست می‌شود و همین الان از طریق فیسبوک و یوتیوب دارد پخش می‌شود. خواهش می‌کنم به این پیام‌های مردم گوش کنید، دوستان ما خیلی زحمت کشیده‌اند، تحقیق کرده‌اند، استعداد بیان دارند، مطلب را عالی بیان می‌کنند و من هم این‌جا به اندازه کافی نمی‌توانم تحسین کنم، یعنی سعی می‌کنم تحسین کنم و زیبایی‌هایشان را بیان کنم ولی دیگر فرصت نمی‌شود. شما می‌بینید و می‌دانید که چقدر این پیام‌ها مفید و باارزش هستند. یعنی شما کافی است به یک برنامه روز جمعه گوش بدهید، اگر درست گوش بدهید واقعاً، تقریباً همه‌چیز را دارند می‌گویند، می‌توانید یاد بگیرید، دانشی که هیچ موقع در دسترس نبوده و این، این جور برکت و فراوانی شکر زیادی می‌خواهد.



پیام خانم فرزانه از فولادشهر اصفهان

سلام استاد، فرزانه هستم.

همه ما انسان‌ها از یک جنس هستیم که آن هوشیاری ابدی و ازلی و خداگونه است. هوشیاری که هر لحظه با ماست و جدا شدنی نیست و همین هوشیاری ما را اداره می‌کند که آن را از شدت نزدیکی به خود نمی‌بینیم و یا در وضعیت‌ها پنهانش می‌کنیم و این‌قدر وجود دارد که ذهن عمق و عشق و شدت نیاز به آن را در فرم‌های مختلف مثل پول و هویت‌ها و ... ریخته است که حالا این کار من‌ذهنی است که این هوشیاری را به دو صورت حضور و جسمی در می‌آورد و انسان‌ها را به گونه مختلف محدود قابل مقایسه تبدیل می‌کند که در این صورت درگیر عقل جزوی می‌شویم.

مولانا در دفتر اول، بیت ۱۹۸۲ و ۱۹۸۵ دارند که:

عقل جزوی، عشق را مُنکر بُود
گرچه بنماید که صاحب‌سِر بُود
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۸۲)

لا بُوَد، چون او نشد از هست نیست چونکه طَوْعاً لا نشد، کُرْهاً بسی است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۸۵)

جهان خاموشیِ ذهن، جهانِ جدی نگرفتنِ ذهن، جهانی که در آن فضاگشایی کنیم و دیگران را از جنس خدا ببینیم و دوست بداریم جهان عشق است. عقل جزوی منِ ذهنی مُنکر این جهان است و مدام عقل من درست می‌گویم و من می‌دانم خود را به کار می‌آورد.

به هر چه که در آن فضایی گشوده شده نداریم زندگی بر سر شاخ ما در آن وضعیت می‌زند و این جبر خداست. اما ما آن را در منِ ذهنی به صورت درد می‌بینیم. اگر ما با اطاعت، یعنی دیدیم از وضعیتی شاد شدیم و یا دردمند شدیم، همان لحظه فضاگشایی بکنیم و از آن بجهیم یعنی به دستگیری اختیار عملکرد خود، این امر فضاگشایی در هر لحظه، ما را وارد بهار بیدلان، عاشقان شِکری و قندی و بهشت اصحاب خدا می‌کند.

جبر خدا می‌گوید: باید همانندگی را از مرکز برانیم دردها را شناسایی کنیم و بیندازیم. اصلاح درد ما اهمیت بالایی دارد چرا که هر انسان به وسعتِ جهان هستی گسترده است و با رفع هر درد از هر کدام از ما آن درد از گستردگی جهان بیرون کشیده می‌شود.

جناب مولانا در دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸ دارند که:

عقل، قربان کُن به پیشِ مصطفیٰ حَسْبِيَ اللهُ كُوْهُ اللهُ اَمَّ كَفِي

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸)

در محضر و بارگاه حضور بزرگان هستیم و همان جنس در همه انسان‌ها جاری است ولی عقل منِ ذهنی نمی‌گذارد آن را ببینیم و هر لحظه با هتک حرمت‌ها به این حضور دست هم «من می‌دانم» و «من می‌توانم» می‌زنیم.

در این بارگاه جز خضوع و بندگی هیچ چیز اعتبار ندارد چرا که نمی‌گذاریم او کار خودش را بکند و ما را در ایمن آباد زندگی قرار بدهد. جدی گرفتن فضا گشایی در هر وضعیت یعنی پذیرش و خضوع در آن لحظه، یعنی می‌گوییم این زندگی و خدا برای من کافی است و بر طبق تعهد به پیمان آست سری برای خود پیدا نمی‌کنم. فضاگشایی کفایت زندگی و بی‌کفایتی منِ ذهنی را برایمان آشکار می‌کند.

کافیَم، بدهم تو را من جمله خیر

بی‌سبب، بی‌واسطه یاری غیر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

کافیَم بی‌نان تو را سیری دهم بی‌سپاه و لشکرت میری دهم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

پریدن از یک جایگاهِ ذهن به جایگاهِ دیگرِ ذهن، به تصور کمک و چاره، کمک از ذهن است و این من‌ذهنی‌کاری از دستش ساخته نیست. کافی بودن و کفایت خدا در مرکزمان نمود آن بی‌نیازی به جهان فرم یا واسطه‌های ذهنی برای زندگی و یا حتی تبدیل شدن است.

چرا که برای زندگی هیچ چیز جز فضاگشایی که شامل پرهیز، شکر، صبر، جدی نگرفتن وضعیت‌هاست نیاز نداریم، که در غیر این صورت درد بی‌نیازی به جهان فرم را به ما می‌فهماند تا دیگر از هرچه جز زندگی، جز فضاگشایی زندگی نخواهیم.

عقل، قربان کُن به پیش مصطفیٰ حَسْبِيَ اللَّهُ كُوْهُ اللَّهُ أَمْ كَفِي

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸)



پیام خانم سارا از آلمان

هدهد کجاست؟

چراغ‌هایی از برنامه ۹۱۱ و هم‌چنین بیتی از غزل ۲۹۳۵ تفسیرشده در برنامه ۹۰۹ گنج حضور را به اشتراک می‌گذارم. بیت این است:

تَشْنِيعِ بَرِ سَلِيْمَانَ، أَرَى كَيْفَ كَمِ شَدَمِ مِنْ كَمِ شَوْ چَو هَدِدْ أَر تَو دَرِبَنْدِ اِفْتِقَادِي

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

تَشْنِيعِ زدن یعنی سرزنش کردن. در مصرع اول انسان به سلیمان که نماد زندگی‌ست اعتراض می‌کند که چرا من گم شدم؟ چرا حالم بد است و دیده نمی‌شوم؟

«تَشْنِيعِ بَرِ سَلِيْمَانَ، أَرَى كَيْفَ كَمِ شَدَمِ مِنْ» مصرع دوم می‌گوید: «گم شو چو هدد اَر تَو دَرِبَنْدِ اِفْتِقَادِي»، افتقاد یعنی دلجویی کردن، در این مصرع مولانا یک کلید به دست ما می‌دهد و می‌گوید باید مثل هدد گم بشوی. گم شدن هدد اشاره به سوره نَمَل دارد.

در این سوره بیان می‌شود که،

«وَتَقَدَّ الطَّيْرَ فَقَالَ مَا لِيَ لَا أَرَى الْهُدْهَدَ أَمْ كَانَ مِنَ الْغَائِبِينَ»

«خداوند در میان مرغان جست‌وجو کرد و گفت: چرا هدهد را نمی‌بینم آیا از غایب‌شدگان است؟»

(قرآن کریم، سوره نمل (۲۷)، آیه ۲۰)

«لَأَعَذِّبَنَّ عَذَابًا شَدِيدًا أَوْ لَأَذْبَحَنَّهُ أَوْ لِيَأْتِيَنِّي بِسُلْطَانٍ مُّبِينٍ»

«به سخت‌ترین وجهی عذابش می‌کنم یا سرش را می‌برم، مگر آن‌که برای من دلیلی روشن بیاورد.»

(قرآن کریم، سوره نمل (۲۷)، آیه ۲۱)

در ادامه سوره مشخص می‌شود که هدهد خوب گم شده بود، زیرا زود به بارگاه خداوند برگشت و حضور یافت. چراغی که این بیت برای من روشن می‌کند این است:

آیا این لحظه در حضور زندگی حاضر هستی؟ باید مثل هدهد گم بشوی، یعنی زود از ذهن برگردی و گرنه به موجب غیبت از فضای عدم و زنده نشدن به بی‌نهایت و ابدیت زندگی سخت تنبیه می‌شوی. اگر انقباضی حس می‌کنی یعنی حاضر نیستی و داری تنبیه می‌شوی تا بفهمی که باید برگردی.

این دستورالعمل مولانا و قرآن را بشریت در طول ۴۰۰۰ سال گذشته اجرا نکرده‌است. بشر در جهت فکرها، در آن چیزی که ذهنش نشان می‌دهد، یعنی در هشیاری جسمی، گم شده‌است. نتیجه این سبک زندگی درد و ایجاد جنگ در درون تک‌به‌تک انسان‌ها، در درون خانواده و در کل جامعه بشر بوده‌است.

صد هزاران سال ابلیس لعین

بود آبدال امیرالمؤمنین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۶)

دید هشیاری جسمی، پیام حضرت مسیح، مصطفی، موسی و بقیه پیغمبران را به خرافات ذهنی تبدیل کرد، خرافاتی که در طول تاریخ باعث درد شد. و همان هشیاری جسمی بعد از قرن‌ها توقف انسان در ذهن را با این طرز دید ادامه می‌دهد که آن چیزی که عقل جسمی انسان تشخیص می‌دهد، یعنی انسان آن را با چشم می‌بیند، میکروسکوپ نشان می‌دهد یا یک فرمول ریاضی ثابت می‌کند، اصل آن است، به چیز دیگری احتیاج نیست.

درست است که رهایی از خرافات و اداره جامعه با علم ذهنی پیشرفت‌های مادی برای بشر آورده، این پیشرفت‌های مادی و به‌خصوص تکنولوژی پندار کمال عظیمی را در حافظه جمعی بشر ایجاد کرده، که می‌گوید من عالی هستم چون رفاه مادی و پیشرفت ذهنی دارم.



اما آیا درد هم پایان یافته؟ تخریبِ طبیعتِ چطور؟ چطور شده که در کشوری مثلِ آلمان که دو جنگِ جهانی از آنجا آغاز شده باز هم انسان‌ها به جنگ فکر می‌کنند و از آن نگرانند؟ دیوی که درون شیشه است بدون تبدیلِ هشیاری باز هم بیرون خواهد آمد.

**علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای دُودلال**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

**از دل و از دیده‌ات بس خون رَوَد
تا ز تو این مُعْجَبی بیرون رَوَد**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵)

برنامهٔ تکان دهندهٔ ۹۱۱ گنج حضور این سوال را تداعی می‌کند که آیا ۴۰۰۰ سال کافی نبود برای ایجاد صلح و آرامش در خانوادهٔ جهانی بشر؟ چرا نمی‌شود؟ جواب را مولانا داده است، چون هدهد گم شده برنگشته!
«قضا» و «کُنْ فَاکُن» با دردهایی که در زندگی شخصی و جمعی ایجاد شده می‌گوید نمی‌توانی این‌جوری ادامه دهی.

**چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند
نفس زنده سوی مرگی می‌تند**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

چراغی که از برنامهٔ ۹۱۱ برای من روشن شد این است که: این لحظه عدم نگه داشتن مرکز و «اتَّقُوا»، یعنی پرهیز از این‌که یک فکر مرکز را جامد کند، مهم‌ترین کارم است. منی که فارسی‌زبان هستم، مولانا را به لطف برنامهٔ گنج حضور تا حدی شناختم و مزه‌ای از عشق را چشیده‌ام باید روی خودم کار کنم.

برنامهٔ ۹۱۱ یک زمین‌لرزهٔ عاشقانه است و باید روی تک‌به‌تکِ جمله‌های آن تأمل کنم. گفتید فکر کنید چه را نزدیکتان دارید که از شدتِ نزدیکی نمی‌بینید آش و قدرش را نمی‌دانید؟ اولی‌اش برای من همین برنامهٔ گنج حضور و مولانا است.

شاید همین تأمل روی این‌که چه چیزهایی را از شدتِ نزدیکی به خودم نمی‌بینم کمک کند به درکِ این‌که اصلِ آزلی ابدی و بی‌نهایت خودمان را هم به‌خاطر همین نزدیکی بیش از حد نمی‌بینیم.

مولانا دائماً در ابیاتش توجه ما را به هشیاری غیر از هشیاری پنج‌حس‌مان جلب می‌کند. در غزل ۵۹۶ تفسیر شده در برنامهٔ ۹۰۴ گنج حضور می‌گوید:

آن مه که ز پیدایی در چشم نمی‌آید
جان از مزه عشقش بی‌گشن همی‌زاید

عقل از مزه بویش وز تابش آن رویش
هم خیره همی‌خندد، هم دست همی‌خاید
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

با عشق و احترام، سارا از آلمان



توضیحات آقای شهبازی پیرامون داستان «دهد و سلیمان»، ارتباط معنایی آن با وضعیت انسان، و اهمیت آن در پرورش جوانان

چه پیغام عالی بود! در به‌اصطلاح همین آیه قرآن که می‌گوید: سلیمان نشسته‌است، سلیمان نماد خداوند است، همه در بارگاهش هستند غیر از دهدد. معنی‌اش این است که همه باشندگان عالم در خدمت خداوند نشسته‌اند و به امر او در این لحظه حرکت می‌کنند، زندگی می‌کنند، یعنی قضا و کن‌فکان، غیر از انسان.

و می‌گوید که این دهدد، یعنی انسان، کجاست؟ چرا نیست؟! و اگر عذر خوبی نیاورد من سرش را می‌برم یعنی سرِ ذهنش را می‌برم و از این‌جا ما می‌فهمیم که همان سال‌های اولیه است که ما بگیریم هشت، نه، ده سالگی است که ما می‌توانیم در ذهن باشیم و می‌گوید اگر نیاید تنبیهش می‌کنم یعنی اگر انسان به‌زودی از ذهن خودش را جمع‌وجور نکند و به حضور نرسد که جزو بقیه باشد، شدیداً تنبیه می‌شود و دارد تنبیه می‌شود.

چهارهزار سال تاریخ بشر نشان می‌دهد که بشر خودش، خودش را تنبیه کرده‌است همان‌طور که سارا خانم فرمودند و آن فیلمی هم که نشان دادیم در برنامه نشان می‌دهد که بشر نتوانسته‌است صلح را در جهان برقرار کند، چرا؟ هشیاری جسمی کار نمی‌کند. با هشیاری جسمی‌اش خواسته‌است صلح و امنیت و فراوانی را در جهان برای همه برقرار کند و جهان به‌صورت یک شهر عالی بگردد. به‌جای شهر عالی ما الآن در دنیا جنگ داریم، ستیزه داریم و حتی در سطح جامعه داریم، در خانواده داریم در خودمان هم داریم، دائماً با خودمان می‌جنگیم. فکریایی می‌کنیم که تن ما را خراب می‌کند، فرمان را خراب می‌کند و این همان قضیه غیبت دهدد است.



غیبت هدهد معنی‌اش این است که عرض کردم پیغام فوق‌العاده مهمی است که مولانا از قرآن درآورده‌است که بعد خودش توضیح داده‌است باید شما این‌ها را بروید بخوانید حیف است که واقعاً این فرصت‌ها را ما از دست بدهیم.

معنی‌اش این است که اگر بعد از دوازده سالگی، ده سالگی، دوازده سالگی آن سال‌های اول که گذشت در ذهن بمانیم، هم به خودمان لطمه خواهیم زد هم به دیگران و گفت هدهد می‌گوید که من رفتم، وقت را تلف نکردم، من رفتم متوجه شدم یک عده‌ای دارند در سرزمین صبا زندگی می‌کنند، همه‌چیز دارند، شکر نمی‌کنند، قدرش را نمی‌دانند و این ما هستیم و نمی‌بینیم این را.

هدهد دیده بود گفت حالا که تو دیدی عذرت موجه است حالا بنشین مثل بقیه در بارگاه من. سلیمان می‌گوید، یعنی خداوند می‌گوید حالا انسان دوازده سال رفتی به جهان و با ذهنت دیدی که این‌جا اگر در ذهن باشی ناشکر می‌شوی و صبر را از دست می‌دهی، من را از دست می‌دهی، خرد کل را از دست می‌دهی و نباید آن‌جا باشی برگرد. و برگشتی خُب بفرمایید خوش آمدی ولی ما یاد نمی‌گیریم.

شما بگویید چرا آدم پانزده ساله رو می‌آورد به مواد مُخدر، سیگار و مشروب، نمی‌دانم بدنش را خراب می‌کند؟ برای چه؟ برای این‌که بد پروگرام (program) شده‌است، برای این‌که به‌جای عشق، در او فکرهای مسموم کاشته‌اند. با فکرهای مسموم همانیده شده‌است، در دوازده سالگی به حضور برنگشته‌است بهش نگفتند باید برگردی مثل هدهد.

ما همه هدهد هستیم همین‌که جهان را دیدیم ده سال، دوازده سال، باید فوراً برگردیم به بارگاه خداوند با حضور و هشیاری نظر در آن‌جا در خدمتشان بنشینیم تا خرد کل ما را اداره کند.



پیام خانم مرجان از سیدنی استرالیا

بیتی از غزل شماره‌ی ۱۸۵۰ در برنامه‌ی ۹۱۱ توجهم را به خود جلب کرد. که اشاره دارد به حدیثی از پیغمبر که می‌فرماید:

«الصَّوْمُ جَنَّةٌ مِنَ النَّارِ»

«روزه سپری است در برابر آتش جهنم»

(حدیث)



آتش جهنم برای من دوری از اصلتم است. عذاب دوری از خدا. پس روزه مرا به اصلم نزدیک نگاه می‌دارد. و مرا با اصلتم یکی می‌کند. پس یکی از راههای وحدانیت با زندگی می‌تواند همان روزه باشد.

**چو پیغامبر بگفت: الصَّوْمُ جُنَّةٌ، پس بگیر آن را
به پیش نَفْسِ تیرانداز، زَنهار، این سپر مکن
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۵۰)**

این بیت معنای حقیقی روزه را برایم روشن کرد.

این بیت اهمیت پرهیز را برایم دوچندان کرد.

این بیت به من یادآوری کرد که نفست تیرانداز است پس تو سلاح لازم داری. آن هم چیزی نیست جز روزه.

این بیت در درونم امید را صدچندان کرد، با نوید این‌که پرهیز و روزه سپری خواهد شد برایت.

این بیت به من هشدار داد که مبادا این سلاح را بیندازی. این روزه را بگیر و ولش نکن. تو هر لحظه به این سپر نیازداری.

این بیت لیست مواردی که باید روزه بگیرم را به صورت منظوم برایم نمایان کرد. که اگر اجازه بدید بخوانم:

**پس پیمبر گفته است الصَّوْمُ جُنَّةٌ
گرفتم آن سپر، روزه‌ست سنّه**

**شهم گوید بپرهیز از ضلالت
بُود روزه، گریز از هر ضلالت**

**بُود روزه فرار از دیو ملعون
خطر دارد عنایت‌های فرعون**

**بُود روزه گریز از حرص و شهوت
فرار از خشم و مکر و کبر و فکرت**

**بُود روزه گریز از بت‌پرستی
فرار از ظاهر و صورت‌پرستی**

بُود روزه گریز از گول و ابله
فرار از هر قرین شوم کژره

بُود روزه گریز از آن قلاووز
که گمراهت کند در شام و در روز

کشد دستت به سوی کام شیرین
بدیدی دام و شد پوزت به زیرین

بُود روزه گریز از ناس و از خلق
که نشناسند گوهر از کفی دلق

پی دارو ز دردت چاره جویی؟
بُود روزه گریز از چاره‌جویی

پی چاره دوان در سوی چاره؟
کجا یابی ز بی‌چاره تو چاره؟

چرا جویی رهایی زان تک چه
ز محبوسی گدا اندر خم ره؟

تو والایی شنو زآن گوش جانت
بپرهیز از خسان کوز قامت

بُود روزه گریز از هر اِلَى‌الله
به خلوتگاه امن و گرم الله

بُود روزه گریز از ناامیدی
صبوری بر درش، هر چه که دیدی!



بُود روزه فرار از هر ستیزه
قبول امر آن شه چون کنیزه

چو دیدی از قضا تلخی حکایت
بود روزه گریز از هر شکایت

بُود روزه گریز از جستن یار
ز بیرون از وجودت، در شب تار

طلب داری که یابی راه جنت؟
شنو از مصطفی زین کان سنت

بُود روزه گریز از خواستن‌ها
ز خلقش، جز ز حق آن خواستن‌ها



پیام آقای پویا از آلمان

آقای شهبازی من یک چند هفته‌ای است در این دو بیت گیر کرده‌ام. بعد، عرضم به حضورتان که این بیته که داشتیم گفت از دفتر سوم بیت ۴۲۹۸:

گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این
کارافزایان بُدند اندر زمین
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۸)

با اجازه مولانا، اگر اجازه بدهند، این کارافزایان را یک کم تغییر بدهیم، بگوییم:

گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این
جنگ‌افزایان بُدند اندر زمین

یا یک کم دیگر تغییرش بدهیم، می‌توانیم بگوییم:

گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این

دردافزایان بُدند اندر زمین

پیوست این‌که کلاً دردافزا هستیم و جنگ‌افزا هستیم، یک متن خیلی کوچکی نوشتم. فقط می‌خواهم ببینم که راه حلش را هم در ادامه مولانا به ما داده:

هین تو کار خویش کن ای ارجمند

زود، کایشان ریش خود بر می‌کنند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۹)

«گفت مادر»، مادر یا زندگی به ما می‌گوید که تا جهان بوده، تا جهان آفریده شده و ما وجود یافتیم، همان‌طور که شما در برنامه ۹۱۱ ثابت کردید که هشیاری جسمی کار نمی‌کند و اگر با همین هشیاری جسمی و عقل من‌ذهنی بخواهیم جلو برویم، به جز جنگ‌افزایی و دردافزایی کاری نداریم. جنگ‌افزایی و دردافزایی را شما به‌اضافه هم بکنید مولانا زیرمجموعه کارافزایی پوشش داده.

برای این‌که ما دچار این چرخهٔ بی‌هوده نشویم، مولانا به ما پیشنهاد می‌کند که، پیشنهاد چه عرض کنم دوایمان را می‌گوید:

هین تو کار خویش کن ای ارجمند

زود، کایشان ریش خود بر می‌کنند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۹)

ما باید به‌عنوان یک حضوری که ارجمند هستیم در پیشگاه خداوند کار خودمان را بکنیم و آن راه نیاکانمان را نرویم که اشتباه رفته‌اند چهارهزار سال، همه‌اش جنگ ایجاد کردند. ما یک کار جدید خودمان را انجام بدهیم که اگر بخواهیم آن راه را دوباره ادامه بدهیم ریش خودمان را داریم می‌کنیم، یعنی داریم خودمان را مسخره می‌کنیم مانند آن عبارت اینشتین که قبلاً نقل می‌کردید که یک کاری را با روش قبلی انجام بدهی اما انتظار نتیجهٔ دیگری داشته باشی، مثل این است که ریش خودت را بکنی و خودت را مسخره بکنی.

صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون آثار مخرب هشیاری جسمی در خانواده و جهان

در خانواده هم همین است آقای پویا می‌بینید که هفتاد سال، هشتاد سال، دونفر بگوییم زن و شوهر نمی‌توانند یک محیط آرام درست کنند، یعنی درواقع زود به خودشان ثابت می‌کنند که هشیاری جسمی همراه با درد و کارافزایی کار نمی‌کند و خانواده هم همین‌طور است. خانواده خیلی مهم است که ما بفهمیم اشکالش چه هست فوراً رفع کنیم. اگر رفع کنیم جامعه درست می‌شود. خیلی ممنون بفرمایید آن بیت را هم همین الان گذشتیم که می‌گفت که:

صد هزاران سال ابلیس لعین

بود ز ابدال و امیر المؤمنین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۶)

پنجه زد با آدم از نازی که داشت

گشت رسوا همچو سرگین وقت چاشت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۷)

الآن بعد از چهارهزار سال بشر که خودش را مسخره کرده، الآن رسوا شده، مشخص شده که هیچ کار مثبتی نتوانسته انجام بدهد، فقط جنگ ایجاد کرده، الآن هم جنگ است و ما از ترس جنگ شب خوابمان نمی‌برد، که مبادا یک بمب اتم یکی بیندازد، بعد آن یکی بیندازد بعد نمی‌دانم وسائل کشتار همگانی مثل چه می‌دانم مواد شیمیایی و این‌ها را پراکنده کنند، هی تهدید می‌کنند رهبران عالم همدیگر را تهدید می‌کنند.

بله «پنجه زد با آدم»، آدم یعنی هشیاری حضور و یعنی هشیاری جسمی با هشیاری آدم که نظر است و درواقع حرف‌زدن خدا از طریق ماست، پنجه زده، کشتی گرفته، رسوا شده و ما رسوایی خودمان را نمی‌بینیم.

و ما رسوایی خودمان را به لحاظ شخصی هم می‌توانیم ببینیم، می‌گوییم آقا من چهل سالم است، پنجاه سالم است، شصت سالم است، من در این جهان نتوانستم حال خودم را خوب کنم؟ خودم را سلامت نگه دارم؟ همه را هم ملامت می‌کنم، این کرده، آن کرده؟ تو چه؟ تو که مافوق لیسانس، نمی‌دانم دکترای سواد داری، چرا حال خودت را خودت نمی‌توانی خوب کنی؟ «گشت رسوا همچو سرگین وقت چاشت».

در هفتاد سالگی، هشتاد سالگی به خودمان ثابت می‌کنیم که ما موفق نشدیم، حتی حال خودمان را خوب کنیم، بعد آن موقع می‌خواستیم حال همه را خوب کنیم و جهان را آبادان کنیم. بهتر می‌بوده که می‌فهمیدیم در ما من‌ذهنی نماینده ابلیس به‌جای امیرالمؤمنین یعنی هشیاری نظر نشسته است.



پیام آقای پویا از آلمان

شبی بعد از روز کاری‌ای طولانی، شام را آماده کرده و در جلوی تلویزیون منتظرم تا فیلمی را که پلی (play) کرده‌ام شروع شود و با آن، شام را بخورم.

خلاصه فیلم در مورد زندگی جوانی است که از سن نوجوانی با مواد مخدر آشنا می‌شود. این جوان هی ترک می‌کند با کمک پدر و مادرش، ولی هی برمی‌گردد و خلاصه این چالشی که با آن روبرو است.

از صحنه‌های تکان‌دهنده فیلم جایی است که شخص با سرنگ، بدن نازنین خودش را بمباران می‌کند. من تحت تأثیر قرار گرفته‌ام و به فکر فرو می‌روم که چگونه امکان دارد چنین جوانی که در خانه‌ای بر روی یک تپه سرسبز و پر از رفاه زندگی می‌کند، این کار را با خودش بکند؟ یا در ذهنم سؤال دیگری به جنبش درمی‌آید. اصلاً چرا انسان باید با این همه قدرت آفرینشش که خدا از آن یاد می‌کند، چنین ماده آسب زنده‌ای را خلق کند؟

این ردپای الگوهای آفریده‌های مخرب ما در این جهان را به خوبی می‌توان شناسایی کرد. برای مثال چرا ما چیزی آفریده‌ایم که تنها با یک انگشت فشار دادن می‌توانیم با موشکی ساختمانی را تخریب کنیم ولی با یک انگشت فشار دادن نمی‌توانیم ساختمان و یا پلی را بسازیم؟

چرا از ابتدای خلقت وسایل حمل و نقل کسی به این نیندیشیده که آن وسیله در یک هارمونی با طبیعت باشد نه این‌که با کربن‌دی‌اکسیدش زمین را به خطر اندازد؟ چرا بشر از ابتدا به این موضوع فکر نکرده که زباله تولید نکند بلکه هر خروجی‌ای از سیستمش ورودی‌ای باشد برای سیستم دیگری؟

خلاصه مطلب در شناسایی ردپای تخریب‌کننده ما در آفریده‌هایمان است. چرا ردپای خلقت‌هایمان و آفریده‌هایمان زنده‌کننده نیستند؟ یعنی در نهایت به تخریب ختم می‌شوند. مثل این‌که با فشار دادن دکمه‌ای دردهایمان تمام شود نه این‌که بیشتر درد بیافرینیم.

خلاصه این‌که آدمی وقتی به تاریخچه چند هزار ساله خود می‌نگرد باید یک وزن‌دهی صادقانه بکند. آیا آفرینش درد و جنگ بیشتر بوده یا آفرینش آسایش و راحتی برای همه؟ آیا شما بینندگان ردپای کوثر و بخشش بی‌نهایت را در تاریخ ملتی توانسته‌اید کشف کنید؟ ردپای این‌که به یک‌دیگر بدون منت، عشق و محبت و دانش ببخشیم.

چرایی وجود این ردپای آفرینش درد و جنگ بی‌حد و مرز را در برنامه ۹۱۱ گنج حضور شکافتیم. جواب در این نیم جمله است: هشیاری جسمی و هشیاری من‌ذهنی کار نمی‌کند!

در این بازار جهان که هر روز از نوع جدیدی از درد رونمایی می‌شود به درمانگری احتیاج داریم که در سریع‌ترین زمان به ما کمک کند. برنامه گنج حضور به ما ثابت کرد که این درمانگر جهانی مولاناست. مولانایی که با خوب گوش‌سپردن و دل‌سپردن به حرف‌هایش در عرض چند ماه، تکرار می‌کنم در عرض چند ماه می‌توان هشیاری حضور زیادی را در آدمی آزاد کرد.

من هم به ضرس قاطع اگر با برنامه گنج حضور و مولانا آشنا نمی‌شدم سرنوشت بهتری از جوان درگیر با ماده مخدر نداشتم. شاید با ماده مخدر معتاد نمی‌شدم ولی ابزارهای بسیار دیگری بشر خلق کرده که آدمی می‌تواند خود را با آنها معتاد کند و به مرز جنون و نابودی بکشد. باز هم ردپای تخریب را می‌بینیم.

چون دید که می‌سوزم، گفتا که قلاووزم

راهیت پیاموزم، کان راه نرفتستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)

بی کلید، این در گشادن راه نیست

بی طلب، نان سنت الله نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)



پیام آقای علی از دانمارک

با درود و تقدیم احترام و با سپاس فراوان از آقای شهبازی عزیز و رعایت‌کنندگان محترم قانون جبران.

چراغ‌هایی از برنامه ۹۱۱

هر که او را برگ این ایمان بود

هم‌چو برگ، از بیم این لرزان بود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۸۹)

بر بلیس و دیو از آن خندیده‌ای

که تو خود را نیک مردم دیده‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۰)

چراغ روشن‌شده: اگر به خیال خودمان آدم با ایمانی هستیم باید خودمان را مورد آزمایش قرار دهیم تا بفهمیم ایمان عملی داریم یا ایمان ذهنی. اگر ایمان واقعی داشته باشیم یعنی تا حدود زیادی هشیاری ما تبدیل شده



باشد، این هشیاری حضور دائماً ناظر و مراقب است که اسیر و سوسه‌های من‌ذهنی نشود و از حالت رضا و شکر خارج نشود، مثلاً برای امتحان وقتی عصبانی می‌شویم آیا مراقب هستیم که این عصبانیت تبدیل به خشم و بروز یک واکنش منفی در ما نشود؟

یعنی آیا ناظر این حالت من‌ذهنی می‌شویم؟ و با صبر و عذرخواهی فوراً به حالت آرامش برمی‌گردیم؟ و این در اصطلاح دینی به کظم غیظ گفته شده است. اگر این رفتار از ما سر بزند، نشانه سنگین‌تر شدن کفه هشیاری حضور در ماست.

جای لغزش آن‌جایی‌ست که هیچ تبدیلی در ما صورت نگرفته باشد و درعین‌حال خود را کامل و بی‌نقص بدانیم درحالی‌که عملاً مطیع و فرمان‌بردار اوامر ديو یا من‌ذهنی هستیم، این حالت می‌تواند بدترین حالت ممکن باشد چون ما با عقل ناقص من‌ذهنی خیال می‌کنیم که داریم به خودمان و اطرافیانمان خدمت می‌کنیم، درحالی‌که در حال ضرر زدن هستیم. این بیت هم که منسوب است به مولانا می‌گوید:

**آن کس که نداند و نداند که نداند
در جهل مرکب ابدالدهر بماند
(منسوب به مولانا)**

به‌خاطر همین پندار کمال است که ابلیسیت در ما توانسته است به‌جای خدایت بنشیند.

**گفت تو، ز آن سان که عکس دیگری‌ست
جمله احوالت، بجز هم عکس نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۱)**

**خشم و ذوق هر دو عکس دیگران
شادی قواده و خشم عوان
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۲)**

اگر می‌خواهیم بدانیم که گفته‌ها و کارهایمان از روی تقلید است و یا از خلاقیت خودمان نشأت می‌گیرد، باید خودمان را امتحان کنیم؛ برای این کار می‌توانیم به‌صورت ناظر مراقب گفته‌هایمان باشیم و ببینیم سرچشمه آن‌ها از کجاست. اگر دانسته‌های ما تقلیدی و کورکورانه باشد، نسبت به آن‌ها تعصب هم داریم و چنان‌چه مورد انتقاد و یا رد کسی واقع شوند، واکنش‌های شدیدی از ما سر می‌زند. وقتی کاملاً از ریشه خودمان جدا شده‌ایم همه گفتار و کردارمان از روی تقلید و دانشی است که یاد گرفته‌ایم.



همه هیجان‌ها ما هم ناشی از تغییر وضعیت‌های ذهنی است، هیچ ثبات و سکونی در ما وجود ندارد زیرا مرکزمان خالی نیست و پر از همانندگی و دردهای ناشی از آنها است. با نگاهی به گذشته خودم کمبود این دانش معنوی را در آن زمان به خوبی درک می‌کنم.

به یاد دارم که چطور با ناآگاهی و غفلت تحت تأثیر حرف‌ها و هیجان‌ها اطرافیانم که مراکزی پر از درد داشتند واقع می‌شدم و متقابلاً من هم هیجان‌ها و عکس‌العمل‌های مشابهی را نسبت به نزدیکانم بروز می‌دادم. همه خوشی‌هایم سطحی بود چراکه با کوچک‌ترین تحریکی تبدیل به عصبانیت و خشم می‌شد. هم‌چنین نسبت به یکسری باورهای سیاسی و یا مذهبی تعصب خاصی داشتم که کورکورانه آنها را در مرکزم قرار داده بودم.

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نفس زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

اگر به صورت ناظر به کارهای من‌ذهنی‌مان نگاه کنیم متوجه می‌شویم که چگونه در حال تخریب و آسیب‌رسانی به خودش می‌باشد و اگر ما هم به عنوان هشیاری خود را از او جدا نکنیم، مورد آسیب واقع می‌شویم. برای این‌که بفهمیم تا چه اندازه مورد آسیب من‌ذهنی‌مان واقع می‌شویم می‌توانیم خودمان را امتحان کنیم.

مثلاً در پایان هر روز عملکرد آن روزمان را مورد ارزیابی قرار دهیم و بسنجیم که کجاها با من‌ذهنی هم‌کاری کرده‌ایم و به خود ضرر زده‌ایم و کجاها با زندگی همراه بوده‌ایم و از گزند من‌ذهنی مخریمان در امان مانده‌ایم؟ اگر نگاهی به گذشته‌مان بیندازیم متوجه می‌شویم هرچا به هر جنبه‌ای از خودمان آسیب رسیده است به‌خاطر این بوده که من‌ذهنی‌مان به صورت افسارگسیخته به‌سوی مرگ می‌تاخته و ما هم با او همراه بوده‌ایم.

شاد آن صوفی که رزقش کم شود

آن شبه‌ش دُر گردد و او یم شود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۰)

ز آن جرای خاص هر که آگاه شد

او سزای قرب و اجری‌گاه شد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۱)

ز آن جرای روح چون نقصان شود

جانش از نقصان آن لِرزان شود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۲)

پس بداند که خطایی رفته است که سَمَن زارِ رضا آشفته است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۳)

پس از مدتی کار روی خود و جدوجهد در فراگیری این آموزش به این درک می‌رسیم که چیزهایی که قبلاً برایمان خیلی مهم و جدی بود، دیگر از درجه اهمیت افتاده است و در مقابل برکاتی که از فضاگشایی و عدم کردن مرکز نصیبمان شده است، قابل قیاس با چیزهایی که ذهن آن‌ها را مهم می‌داند نیست.

وقتی از این برکات برخوردار شویم بیشتر اوقات در حالت شکر و رضا هستیم، هرچند که اندازه‌گیری میزان حضور به وسیله معیارهای ذهنی امکان‌پذیر نیست، ولی برای ارزیابی و مراقب بودن هشیاری حضورمان می‌توانیم میزان رضایت و شاکر بودنمان در این لحظه را بسنجیم و هر وقت احساس کردیم از حالت شکر و رضا خارج شده‌ایم بدانیم که شهوت یک چیز ذهنی ما را به فضای ناشکری و عدم رضایت کشیده است پس با شناسایی آن همانندگی می‌توانیم به این لحظه ابدی برگردیم. خیلی ممنون جناب شهبازی.



صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون آثار بیرونی فضای گشوده

بله همین‌طور که می‌فرمایند حضور و هشیاریِ نظر به وسیله هشیاریِ جسمی قابل اندازه‌گیری نیست ولی آثار آن را می‌توانیم در بیرون ببینیم همین‌که فضای درون گشوده‌تر می‌شود شما آثار خوبش را و عدم کارافزایی را در خودتان خواهید دید می‌بینید کارها آسان‌تر انجام می‌شود.



پیام خانم سرور از گلستان

موضوع: معیت

معیت همراهی خداوند با ما، معیت برگرفته از آیه ۴ سوره حدید است.

«...وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ...»

«و او با شماست هر جا که باشید»

(قرآن کریم، سوره حدید (۵۷)، آیه ۴)



در خواب و در بیداری خدا با ماست، خدا از رگ گردن به ما نزدیک‌تر است یا خدا خود ماست، ما هم خودش هستیم. ولی از این بودن، معیت و همراهی خداوند هشیارانه آگاه نیستیم. زمانی می‌توانیم از این همراهی آگاه شویم که تسلیم واقعی باشیم، فضا را کاملاً باز کرده و ذهن را خاموش کنیم.

همه ما در هنگام خواب جسمی کاملاً در اختیار خداوند هستیم چون حس‌های ما و همچنین ذهن ما موقع خواب بیکار و در اختیار خداوند است. یعنی ما هر لحظه با فضاگشایی باید در اختیار خداوند باشیم تا او ما را اداره کند، نه من ذهنی. به عبارتی ما هر لحظه با فضاگشایی باید خودمان را در اختیار خداوند قرار بدهیم. این‌گونه است که ما هم آگاهانه با او همراه می‌شویم و معیت همراهی خداوند را با تمام وجود درک می‌کنیم.

ما همیشه خدا را در بیرون جستجو کردیم، در حالی که خدا در درون ماست نه در بیرون و تمام وجود ما را احاطه کرده است. ۹۹/۹۹ درصد از بدن ما خالی است خدا به صورت عدم خودش را در ما نفوذ داده، همه چیز ما اوست، با او می‌بینیم، می‌شنویم راه می‌رویم یعنی همه کارهای ما به وسیله هشیاری صورت می‌گیرد. ما بی او هیچیم اما فعلاً من ذهنی وجود ما را اشغال کرده است، با شناسایی این که ما من ذهنی نیستیم می‌توانیم از من ذهنی رها شویم چون شناسایی مساوی آزادی است. باید با فضاگشایی مرکز را عدم کنیم مقاومت و قضاوت را صفر کرده و در درون با خدا ملاقات نماییم.

خداوند در همه جا و در همه حال با هر موجودی همراه است، ارتباط خدا و موجودات بی چون و بی سبب است به فکر و حرف در نمی‌آید، پس خدا همیشه با ماست ولی ما با همانیده شدن و ایجاد من ذهنی از خدا غافل و دور شدیم، اصلاً حواسمان به خدای حقیقی که در درونمان می‌تپد نیست، بلکه یک خدای جسمی و ذهنی ساختیم و آن را می‌پرستیم چون نمی‌دانستیم که نباید در ذهن باشیم، کسی به ما نگفته بود اما الان که فهمیدیم باید با فضاگشایی و تسلیم با عدم کردن مرکز از ذهن زاده شویم از محدودیت ذهن بیرون بیاییم به ابدیت و بی‌نهایت خدا زنده بشویم.

با تو باشد در مکان و، بی‌مکان

چون بمانی از سرا و، از دکان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۶)

ای انسان زندگی، خدا همواره با توست اگر تو از خانه و دکان یعنی از من ذهنی جدا شوی خداوند به اقتضای مقام معیت در مکان که چهار بُعد توست، جسم، ذهن، هیجان‌ات و جان جسمی و لامکان که فضای باز شده است همراه تو خواهد بود. پس فضا را بگشا، تسلیم شو و خدای حقیقی را ستایش کن تا وارد فضای یکتایی شوی و به خدا زنده گردی.

آن مَعِيَّتِ كِي رُودِ دَرِ گُوشِ مَن تا نَگَرْدَمِ گِرْدِ دَوْرَانِ زَمَن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۷۸)

این‌که «خدا با شماست هر جا باشید» کی در گوش من ذهنی‌ام که جسم است فرو می‌رود مگر این‌که در زمان بگردم یعنی این لحظه به ذهن بروم و دوباره به این لحظه برگردم. معیت را موقعی درک می‌کنم که دیگر از جنس تصویر و من‌ذهنی نباشم بلکه در یک فضای بی‌نهایت وسیع باشم که همه چیز را دربر می‌گیرد و همه چیز در آن اتفاق می‌افتد. وقتی در اثر تسلیم و فضاگشایی مرکز م‌عدم شد، و به بی‌نهایت خدا زنده شوم معیت برایم معنی پیدا می‌کند.

کی کنم من از مَعِيَّتِ فِهْمِ راز؟ جز که از بَعْدِ سَفَرِهایِ دِراز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۷۹)

من چگونه می‌توانم به اسرار معیت آگاه شوم در حالی‌که هشیاری جسمی دارم و در ذهن زندگی می‌کنم، مگر این‌که به خدا زنده بشوم و این هم پس از سفرهای زیاد امکان‌پذیر است، نه سفرهای جغرافیایی بلکه سفر به جهان همانندگی‌ها و برگشت به این لحظه ابدی، شناسایی همانندگی‌ها و انداختن آن‌ها، این رفت‌و برگشت به جهان و این لحظه بیهوده نبوده ولی ما بیش از حد ادامه دادیم، چون نمی‌دانستیم، نمی‌دانستیم که نباید در ذهن باشیم بلکه از زمان گذشته و آینده جمع می‌شدیم و به این لحظه می‌آمدیم و در این لحظه می‌ماندیم. خدا در این لحظه حاضر و آماده است، ای انسان در حذر دیگر سفر نکن و این لحظه ثابت و مستقر بمان به بی‌نهایت خدا زنده شو.

من پیشِ توامِ حاضر، گرچه پسِ دیواری من خویشِ توام، گرچه با جورِ تو جفتستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)



تا در طلبِ گوهرِ کانی، کانی
تا در هوسِ لقمهٔ نانی، نانی

این نکته رمز اگر بدانی، دانی هر چیز که در جستنِ آنی، آنی

(مولوی، دیوان شمس، رباعیات، شماره ۱۸۱۵)

می‌گوید تا زمانی که دنبال این هستی که به عدم برسی و طلبِ خداوند را داری، حتی همین لحظه که داری تلاش می‌کنی، درحقیقت به آن رسیدی. منظورش از «لقمهٔ نان» همان همانیدگی‌های من‌ذهنی هست و مال و منال دنیا که ما تا زمانی که دنبال این چیزها هستیم در من‌ذهنی هستیم.

«این نکته رمز اگر بدانی، دانی» این نکته را اگر بدانی و درک کنی، خیلی دانا هستی که هرچیزی که دنبالش هستی، همان هستی. اگر دنبال رسیدن به حضور هستی، به آن رسیدی. اگر دنبال رسیدن به من‌ذهنی و همانیدگی‌ها هستی مثل پول و مقام و چیزهای دنیوی، بدان که در من‌ذهنی هستی هنوز.

چیزی که من در خودم دیدم این بود که من خیلی برایم مهم بود برند و مارک، کیف برند، کفش برند، لباس برند. چند وقت پیش داشتم اینترنت را بالا و پایین می‌کردم و دنبال یک بوت بارانی خوب می‌گشتم. از وقتی که دارم روی خودم کار می‌کنم، سعی کردم که در خرید کردن و پول اضافه خرج کردن ناظر رفتارم باشم و جایی که لازم نیست خرج نکنم.

وقتی داشتم دنبال بوت می‌گشتم، به خودم گفتم که فعلاً یک ارزانش را بخر، کارت را راه می‌اندازد کافی است. نمی‌دانم دقیقاً چقدر زمان گذاشتم ولی وقتی به خودم آمدم دیدم که دوباره دارم در وبسایت برند، دنبال بوت می‌گردم. سریع به خودم گفتم: «! حواست نیست‌ها! قرارمان این نبود.» بعد گفتم حالا دیگر چه است؟ تو هم آدم هستی، چه فرقی داری با بقیه دوستانت و هم‌سن و سالانت؟

خلاصه در همین گیرودار من‌ذهنی بودم که احساس کردم دوباره همه‌جا دارد تیره‌وتار می‌شود و درد و اضطراب هم دارد بالا می‌آید یواش‌یواش. در تاریکی یک نوری آمد که اگر کفش برند نپوشی چه می‌شود؟! بدون کفش برند می‌میری؟! بعد می‌خواهی پُز بدهی به دوستانت و به آشنایان که چشمانتان را باز کنید، من هم کفش برند می‌پوشم؟ جایزه مگر گذاشته‌اند برای آن؟ چقدر لذت به تو می‌دهد؟

حالا هم به فرض مثال به بقیه نشان دادی و یک‌سری‌ها هم خوشحال شدند، یک‌سری‌ها هم گفتند خوش به حالت! یک‌سری‌ها هم حسودی‌شان شد و یک‌سری‌ها هم رفتند عین آن کفش را خریدند. تو هم خوشحال شدی که دارند از تو تقلید می‌کنند، آبروی من‌ذهنی هنوز برایت مهم است عزیز دلم!

حالا بیا این‌طوری فکر کن که یک کفش ارزان‌تر بخری و بقیه پول را هم بریزی به حساب برنامه، یک آدم دیگر هم امکان این را داشته باشد که آشنا شود با برنامه. کدام یک از این‌ها حس و حالِ بهتری را به تو می‌دهند؟ کدام بیشتر به تو لذت و آرامش می‌دهند؟

یادت می‌آید روزهای اولی که با گنج حضور و آقای شهبازی و حضرت مولانا آشنا شده بودی؟ وقتی که به حضور رسیدی، رفتی به همه دوستان و فامیل‌هایت گفתי که آن‌ها هم بروند برنامه را نگاه کنند، که حالشان هم مثل حال تو خوب بشود. بماند که هیچ‌کس نگاه هم نکرد، حتی چندتا از آشناها هم دیگر با من در تماس نیستند، از وقتی که من شروع کردم به دنبال کردن برنامه. البته بهتر! همین که حالم خوب است راضی هستم، خدا را شکر! چقدر آقای شهبازی گفت: «سکوت، خاموش، اَنْصِتُوا! به کسی چیزی نگو، فقط روی خودت کار کن!» چرا همه این کارها را کردی؟ چرا جار زدی؟ چون می‌خواستی حال آن‌ها هم خوب بشود.

خوب پس به جای این خرج‌های اضافه که اصلاً لازم نیست، پول را بریز به حساب برنامه و بگذار آدم‌هایی که واقعاً می‌خواهند استفاده کنند، این شرایط برایشان فراهم شود و امکانش را داشته باشند. من هم نگذاشتم یک به دو برسد، سریع هم این کار را کردم، کلی هم بعد از آن من ذهنی آمد بالا و مرا سرزنش کرد ولی از ته دل خوشحال بودم و گفتم: «اشکال ندارد، حالا تو هم بیا یک چندتا چیز بگو و برو.»

جالب است بگویم که همین الان هم که دارم این متن را می‌نویسم من ذهنی‌ام آمده بالا می‌گوید: می‌خواهی زنگ بزنی به برنامه و این متن را برای آقای شهبازی و بینندگان بخوانی که یعنی بگویی داری پول می‌ریزی به گنج حضور؟

**چون سَمَنَدَر در میان آتَشش باشد مُقام
هرکه دارد در دل و جان، اینچنین شوق و ولا**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۲)



پیام خانم نرگس از نروژ

**صد هزاران سال ابلیس لعین
بود اَبْدَالِ امیرالمؤمنین**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۳۲۹۶)



پنجه زد با آدم از نازی که داشت گشت رسوا، همچو سرگین وقت چاشت

(مولوی، دفتر اول، ابیات ۳۲۹۷)

تا مدت‌ها وقتی روی خود کار می‌کنیم، چون من‌ذهنی داریم با من‌ذهنی کار می‌کنیم و من‌ذهنی ما تبدیل به من‌ذهنی معنوی می‌شود. من‌ذهنی که نمایندهٔ ابلیس در ماست تا مدت‌ها خودش را به‌عنوان حضور جا می‌زند و فکر و عمل ما را تعیین می‌کند و هشیاری ما چون نیسی است و قطعیت ندارد، گاهی فکر و عمل ما از من‌ذهنی است و گاهی از هشیاری حضور است.

پنجه زدن من‌ذهنی با حضور در درون ما و حضور درون انسان‌های دیگر در زمان چالش‌ها و دردها بالا می‌آید. این‌که ما با عینک درد همسر خود را ببینیم یعنی هر فعل او یادآور دردی از گذشتهٔ ما باشد یا دردی که از مادر ما درمورد جنس مرد به ما رسیده و به‌صورت عینک در ما هست و ما خود نمی‌توانیم بفهمیم که چرا همیشه به یک‌سری رفتارهای همسرمان حساسیت داریم یا مقاومت در ما ایجاد می‌شود یا واکنش نشان می‌دهیم.

همین‌طور با عینک درد دیدن رفتارها و چالش‌های بچه‌هایمان که از بچگی به ما به‌ارث رسیده و نمی‌دانیم چرا چنین واکنش شدیدی نسبت به رفتار کودکان نشان می‌دهیم.

در روانشناسی فرزندپروری مفهومی هست که در آن می‌گویند همواره واکنش خود را با واقعیت موجود بسنجید. گاهی اوقات می‌بینیم واکنشی که ما نسبت به رفتار کودکان برای تصحیح او می‌دهیم، بسیار بیشتر از واقعیت موجود است و این‌جاست که «عوجاج ذهن» در اثر عینک درد پیش می‌آید و باید ناظر رفتار خود و واکنش خود به فرزندمان باشیم که آیا از روی حس مسئولیت و فضاگشایی و عشق است برای تربیت کودکان؟ و یا این از کینه و دردی از گذشته است که مثلاً از خواهر یا برادر یا پدر و مادرمان رسیده است؟

در تو هست اخلاق آن پیشینیان چون نمی‌ترسی که تو باشی همان؟

(مولوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۱۴)

آن عوان را، آن ضعیف آخر چه کرد که دهد او را به کینه زجر و درد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۳)

در مورد خودمان و وضعیت‌ها نیز به همین صورت است، در چالش‌ها وقتی دردی بالا می‌آید به علت سختی‌ها یا دردهایی که در گذشته تجربه کرده‌ایم، وقتی فضای درد بالا می‌آید، پنجه زدن من‌ذهنی یا ابلیس، با حضور یا

آدم است و با دیدن وضعیت با عینک درد دچار عوجاج ذهن می‌شویم و واکنش یا فکر و عملی نامتناسب با حقیقت و واقعیت موجود داریم.

از تجربیاتی که داشتم در گذشته در زمان بالا آمدن دردها و گیج شدن به شدت از رجوع کردن به من‌های ذهنی و راه حل گرفتن از آنها باید پرهیز کنیم، مخصوصاً ما که مدتی روی خود کار کرده‌ایم و پرهیز از قرین‌ها داشته‌ایم. برخی من‌های ذهنی اطراف ما هستند که ممکن است با کینه و درد خود راه حل نامناسبی در پوسته کاملاً منطقی و درست تقدیم‌مان کنند که برای ما کاملاً زهر است.

راه حلی که بوی انتقام دارد و در ظاهر کاملاً منطقی است، به خاطر ظلمی که به شما شده است که حتی طبق قانون نیز درست است ولی نتیجه آن جز از هم‌پاشیدگی یک زندگی و آوارگی فرزندان و پشیمانی بعد از آن و نرسیدن به مدینه فاضله زندگی خوش‌بخت نیست.

با صبر و فضاگشایی و کشیدن درد هشیارانه، صفر کردن توقع و بخشیدن و تمرکز روی هشیاری حضور نزدیکان نه من‌ذهنی آنها و این‌که تقصیر دست هیچ‌کس نیست، تقصیر فقط بر من‌ذهنی است، بر توهم و درد است نه انسان یا نزدیکان ما.

وقتی فضا را باز می‌کنیم و با چشم عدم‌بین حرکت درد و اعمال و افکار نشأت‌گرفته از درد گذشتگان را در خود و اطرافیان می‌بینیم، گویا در همان لحظه هاله‌ای از ایمنی را در اطراف خود و اطرافیان می‌تنیم و باعث ریزش توهم و درد در خود و دیگران می‌شویم. با عمل و برخورد و انرژی از فضای گشوده‌شده، کمک به روشن شدن این لحظه می‌کنیم.

جز عنایت که گشاید چشم را؟

جز محبت که نشاند خشم را؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸)

تجربه دیگری که داشتم هفته گذشته چالشی بین همسر و پسر پیش آمد و من به شدت به واکنش در آمدم. نتیجتاً باعث بالا آمدن دردهای بیشتری در همسر شدم و باز خود ترس را احساس کردم.

بارها این تجربه را داشتم وقتی با ترس یکی شوی در طرف مقابل نیز کینه و درد بالاتر می‌آید و چه بسا مانند گربه‌ای خشمگین‌تر و خشمگین‌تر می‌شود. گویا انرژی درد ترس، انرژی درد خشم را افزایش می‌دهد و گویا خود ترس تحریک‌کننده خشم است.



یک آن که ترس خود را ببینی و بفهمی که این اعوجاج ذهن است و باز عکس‌العملی بالاتر از حقیقت اتفاق موجود است، ترس فروکش می‌کند، آرامش جایگزین می‌شود.

ترس ما از گذشتگان برای ترس از مردن و یا تحت حمله و خشونت قرار گرفته شدن به ما رسیده‌است ولی وقتی نگاه می‌کنیم آن از بین می‌رود. پسر برای کادوی تولدش یک سوسک مصنوعی گرفته بود و یک روز من را خواست غافل‌گیر کند، من ولی صدای اسباب‌بازی را می‌شنیدم ولی باز هم وقتی به پای من نزدیک شد ترس را در خود دیدم و پای خود را عقب کشیدم.

جالب بود پسر و دخترم به من اصرار می‌کردند که مامان بین این سوسک مصنوعی است بگذار بگذاریم روی دستت یا روی صورتت ولی با وجود این باز من به‌خاطر خاطرات کودکی از وحشتی که از سوسک کرده بودم، که شبی در حیاط خانه روی صورتم بود نمی‌توانستم این کار را بکنم. یک لحظه شناسایی در من شکل گرفت و یک ربع نشستم دیدم تمام ترس‌های من نیز به همین صورت است.

جاء الربيع و البطر زال الشتاء و الخطر
من فضل رب عنده كل الخطايا تغفر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۷۲)

«بهار و شادی آمد، زمستان و خطر رفع شد، از فضل پروردگاری که همه گناهان پیشش بخشوده می‌شود.»

آن روز نتوانستم آن سوسک مصنوعی را روی دستم بگذارم و آن وحشت و یا ترس درون مانع می‌شد. با این‌که می‌دانستم و می‌دیدم این مصنوعی است. فهمیدم تمام ترس و دردهای من است و هیچ قدرتی ندارد. تمام افکار دردآور ما یا خشم اطرافیان ما هم نسبت به هشیاری ما بی‌قدرت است.

تنها با دیدن این اعوجاج نقطه آرامش در ما مرتعش می‌شود و بر خود و اطرافیان ما تأثیر می‌گذارد و یک آن خشم فرومی‌نشیند و ترس هم می‌رود و آرامش جایگزین می‌شود.

شهر ما فردا پر از شکر شود
شکر ارزان‌ست، ارزان‌تر شود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۲۸)

در شکر غلطید ای حلواییان
هم‌چو طوطی، کوری صفراییان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۲۹)

نیشکر کو بید کار این است و بس

جان برافشانید یار این است و بس

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۳۰)



پیام خانم دیبا از کرج

یک قصه کوچکی از زندگی گذشته‌ام می‌گویم که، یک پیامی دارد. در جزیره کیش زندگی می‌کردم از لحاظ مالی زیر صفر بودم. جوان بودم و پر از آرزو، مردمی را می‌دیدم که چگونه از بازارهای پرزرق و برق کیش خرید می‌کردند. و من دختر کبریت فروش باید کار می‌کردم تا یک لقمه نانی برای خانواده‌ام در بیاورم.

یادم است یک روز مهمان داشتم از باغچه جلوی خانه‌ام گوجه و سبزی چیدم و غذایی تهیه کردم. ولی مهمان‌های آن روز با داشتن من‌ذهنی شروع به مسخره کردن من کردند و گفتند دیبا درون مرغدانی هم برود می‌خواهد زندگی بکند، چطور این‌جا که از گرما تخم مرغ را روی زمین بیندازی می‌پزد، داری زندگی می‌کنی.

گرمای کیش شدید بود، یادم است آن روز خیلی گریه کردم ولی «بی‌مرادی شد قلاووز بهشت»، و به من گفت که ثروتمند کسی است که از آنچه که دارد لذت ببرد و تازه آن موقع بود که من دارایی آن جزیره را که دریای بیکرانش بود دیدم.

از سوزش دلم و از گرمای هوا به دریا پناه بردم. حکایت زندگی عجیب من است که در جزیره زندگی‌ام باید مواظب من‌ذهنی خودم و من‌های ذهنی آدم‌های اطرافم باشم که مثل کاکتوس‌های زیبای آن جزیره باید فاصله‌ای را حفظ کنم، وگرنه خارهای آن‌ها مرا از پای در می‌آورد. من خودم را به دریای بیکران خرد مولانا سپردم و خنکی ابیات زنده‌کننده‌اش مرا زنده و زنده‌تر می‌کند.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوْاىِ خَوْشِ سِرْشَتْ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

بستی تو هست ما را، بر نیستی مطلق
بستی مراد ما را بر شرط بی‌مرادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

اگر ما درک بکنیم که این بی‌مرادی، نخواستن مراد از همانیدگی‌هاست به مراد اصلی‌مان می‌رسیم.



پیام خانم زهره از کانادا

درسی از برنامه ۹۱۱

برنامه زیبای ۹۱۱ حول محور این موضوع بود که عقل من ذهنی برای ایجاد سامان و سازندگی در این دنیا کافی نیست و اگر می‌خواهیم دنیا جای بهتری شود باید به تعداد انسان‌هایی که هر روز به خرد زندگی زنده می‌شوند اضافه شود، تا همان‌ها عشق و خرد را از آن دنیا بیاورند و در این جهان پخش کنند. همین موضوع درباره ارتباطات انسانی ما با دیگران هم مصداق دارد و به عبارتی تا زمانی که ما در ذهن هستیم، نمی‌توانیم تعامل سازنده‌ای با مردم و با اطرافیانمان داشته باشیم.

هفته گذشته که با خانواده‌ام در ایران صحبت می‌کردم، متوجه شدم که مشکلی برای یکی از اعضای فامیل به وجود آمده است. بعد از قطع کردن تلفن تا حدود ۲-۳ ساعت ذهنم مرا درگیر کرد که چگونه می‌توانم به آن فرد کمک کنم.

من ذهنی‌ام با ارائه حس دلسوزی و احساس مسئولیت در قبال مشکل پیش‌آمده برای آن فرد مرا گیر انداخت و من چندساعتی در انقباض ذهن فرورفتم. پیشنهاداتی هم ارائه می‌کرد، از جمله این‌که گوشی را بردارم و به آن فرد زنگ بزنم و بگویم به نظر من (البته از نظر من ذهنی من) بهتر است این‌کار را بکنی. بعد خودش خودش را نقض می‌کرد و می‌گفت نه ممکن است به او بربخورد، به فرد دیگری از نزدیکانش زنگ بزن و بگو او پیغام را به صورت غیرمستقیم به گوش او برساند. باز می‌گفت نه ممکن است ناراحت شود. خلاصه این‌که این گفت‌وگوها در ذهنم ادامه داشت.

با ذهن ناظم شاهد بودم که من ذهنی‌ام چگونه با حس دلسوزی وارد شد و سپس شروع کرد به راه حل دادن و خودش هم راه حل‌ها را رد کردن. در هر صورت توانستم با فضاگشایی و با ذهن ناظر از دامی که من ذهنی‌ام برایم پهن کرده بود بیرون بیایم. زندگی در گوشم گفت اگر می‌خواهی واقعاً به کسی کمک کنی فقط و فقط روی خودت کار کن. اگر روی خودت کار کنی و فضاگشا باشی در آن حالت است که زندگی آب حیات‌بخشش را از طریق تو در این دنیا پخش می‌کند، که همان آب عشق و خرد می‌تواند آلودگی‌ها و ناملایمات را از این دنیا و از زندگی اطرافیان بزداید.

در برنامه ۹۱۱ هم حضرت مولانا به زیبایی پاسخ من را داد:

۱- اولاً این‌که اگر کسی در زندگی‌اش دچار رنج و گرفتاری است و به تعبیر مولانا از کوثر خشک لب است و فقط با راه حل‌های من ذهنی کار می‌کند، ولو این‌که نزدیک‌ترین فرد به تو باشد، باید از او دوری کنی و سعی نکنی با

راه‌های ذهنی کمک‌ش کنی. این موضوع برای من جا نمی‌افتاد چون من ذهنی‌ام مدام با حس مسئولیت‌پذیری و دلسوزی در مورد دیگران به سراغم می‌آمد اما ابیات مرتبط با **أَحَبَّ لِلَّهِ** و **أَبْغَضَ لِلَّهِ** که در برنامه ۹۱۱ مطرح شدند خیلی برایم روش‌کننده بودند.

أَبْغَضَ لِلَّهِ: برای رضای خدا دشمنی کرد

أَحَبَّ لِلَّهِ: برای رضای خدا دوستی کرد یا دوست داشتن برای خدا

تا **أَحَبَّ لِلَّهِ**، آید نام من
تا که **أَبْغَضَ لِلَّهِ**، آید کام من
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰۳)

تا که **أَبْغَضَ لِلَّهِ** آیی پیش حق
تا نگیرد بر تو رشک عشقِ دَق
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۴۰)

«تا در شمار کسانی به شمار آیی که خشم و غضبشان نیز برای حضرت حق است، تا غیرتِ عشقِ الهی، خلوصِ ایمان و ایقانِ تو را مورد طعن و ایراد قرار ندهد.»

۲- دوم اینکه یادآوری داستان کر و بیمار در برنامه ۹۱۱ به من گوشزد کرد که هرگونه کمک و راهنمایی من به افراد دقیقاً مصداق من کر است که از آن بیمار عیادت کند. من کر بر مبنای الگوهای شرطی شده‌ام در ذهنم داشتم مکالمات و راه‌حلهایی برای مشکلات آن فرد می‌چیدم اما ممکن بود اگر اقدامی در این راستا می‌کردم هزار جور درد از آن بیرون می‌آمد.

۳- مولانا به زیبایی در برنامه ۹۱۱ به من یادآوری کرد که تو با من ذهنی هیچ سازندگی و کارخیری نمی‌توانی در این جهان انجام بدهی، حتی اگر ظاهراً نیت خیر هم داشته باشی، نتیجه تلاشهای من‌های ذهنی همین دنیای نابسامانی است که در آن هستیم. اگر می‌خواهی در زندگی خویشانِ نسبیات و یا به‌طور کلی در جهان سازندگی داشته باشی، لازم نیست گوشی را برداری و پیشنهادات برخواسته از من‌ذهنیات را به طرف ارائه کنی، فقط روی خودت کار کن. وقتی از ذهنت خلاص شوی پرتو نور و عشق و خردت از تو به زندگی اطرافیان و به جهانت می‌تابد و آنجاست که سازندگی واقعی اتفاق می‌افتد.



گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این کارافزایان بُدند اندر زمین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۸)

هین تو کار خویش کن ای ارجمند
زود، کایشان ریش خود بر می‌کنند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۹)

کارافزایان چگونه در زندگی من سوت می‌زنند؟

(۱) با انتقاد

این‌گونه از سوت‌زنان که می‌دانم دارند، فکر می‌کنند با انتقاد می‌شود سازندگی ایجاد کرد. هر تلاشی برای فهماندن به آن‌ها که انتقاد کار نمی‌کند یا انتقادشان وارد نیست، باعث می‌شود به خری گرفته شویم. فقط سعی می‌کنم با فضای گشوده‌شده گوش کنم اگر شناسایی‌ای هست بردارم و اگر انتقاد وارد نیست رد شوم.

(۲) با دادن پیام نمی‌توانی

از درودیوار من‌های ذهنی پیام تو نمی‌توانی و محدودیت می‌بارد. حتی اگر مستقیم نگویند، کاملاً بوی تو نمی‌توانی از رفتار و گفتارشان به مشام می‌رسد. کسی که از کوثر خدا بی‌خبر است، نمی‌داند قدر هر روزی از مرد کار پنجاه‌هزار سال است و از برکات بی‌نهایت عدم بی‌خبر است، جز این هم نمی‌تواند پیامی به دیگران بدهد. هر تلاشی برای اثبات خودمان به این‌ها باعث می‌شود به خری گرفته شویم و از فضای عدم بیرون بیفتیم. باید با لحظه‌به‌لحظه ناظر بودن سوت زدن این‌ها را ببینیم، فضا را باز کنیم و از آن فضا قدرت و حس امنیت بگیریم.

(۳) با مقایسه

من‌های ذهنی چون خودشان جسم هستند، ما را هم جسم و تصویر ذهنی می‌بینند و با مقایسه، ما و خودشان را تأیید می‌کنند. به‌عنوان مثال پدر یا مادری که من‌ذهنی دارد هر لحظه کودکش را با دیگران مقایسه می‌کند و در زندگی او سوت می‌زند. می‌گوید ببین فلانی چگونه است؟ ببین فلانی چه کرد؟ ببین فلانی کجا رسید؟ زیر تمام این ببین‌ها این است که تو هیچی نیستی و یک تکانی بخور شاید چیزی شدی. هر نوع اعتراضی به این‌که چرا من



را مقایسه می‌کنید، یا من هم خوبم ارزش‌های من را هم ببینید، باعث می‌شود ما به خری گرفته شویم. سرمان را بیندازیم پایین کار خودمان را بکنیم.

(۴) با تهدید

من ذهنی بسته به میزان بزرگ بودن منش و بسته به امکاناتی که دارد ما را تهدید می‌کند و در زندگی ما سوت می‌زند. اولین چیزی که به من کمک کرد این بود که جز فضای عدم، «هیچ کنجی بی‌دد و بی‌دام نیست» و اگر فضا را باز کنم و خدا پشتم باشد، کسی نمی‌تواند آسیبی به من بزند.

(۵) با تعریف ذهنی

تعریف من‌های ذهنی مثل شرابی‌ست که سطح هشیاری ما را پایین می‌آورد، من ما را بزرگ می‌کند و ارتباط ما را با زندگی قطع می‌کند. حتی تعریف هم باید از فضای گشوده‌شده بیاید. بنابراین درمقابل این سوت‌زنان، باید حواسم باشد حزم آن است که اگر تعریف می‌کنند من نگویم مست و خواهان من هستند. بدانم اگر کار نیکی انجام شده از طرف زندگی بوده است و اگر من‌ذهنی تعریفی می‌کند در مقابلش انتظاری دارد یا حيله‌ای پشتش است.

(۶) با سؤال

سوت‌زنان با منظوره‌های مختلفی سؤال می‌کنند. گاهی هدفشان کنترل ما است، گاهی می‌خواهند نصیحت کنند، گاهی می‌خواهند بفهمند ما چه هستیم، خودشان را با ما مقایسه کنند و برتر دربیایند. گاهی می‌خواهند کم‌تر دربیایند و درد بکشند و دردشان را به ما هم منتقل کنند، گاهی هم با سؤالاتشان حرص را در ما بالا می‌آورند و به سوهای این جهانی می‌کشند مثلاً هنوز نرفتی؟ هنوز ازدواج نکردی؟ هنوز بچه‌دار نشدی؟ در کل با سؤال و فضولی در زندگی ما سوت می‌زنند. تنها چیزی که به من کمک می‌کند این است که فضا را باز کنم، آن فضا به اندازه به سؤالات جواب بدهد یا حتی اصلاً جوابی ندهد.

(۷) با راهنمایی خواستن

ای وای از کسانی که می‌خواهند تو به‌جای آن‌ها فکر کنی. این‌گونه از سوت‌زنان به‌جای این‌که خودشان فضا را باز کنند و از آن فضا خرد را بیاورند می‌خواهند از شما بپرسند، شما به‌جای آن‌ها فکر کنید و درنهایت همه‌چیز را هم تقصیر شما بیندازند. به‌هرحال اگر در دام راهنمایی بیفتیم، خودمان بدخو و خالی می‌شویم و ممکن است از طریق این راهنمایی دائماً به ما درد بدهند. تنها راه این است که بگوییم نمی‌دانم، اگر هم چیزی می‌گوییم فقط راه نشان دادن باشد نه راه‌حل دادن.

(۸) با کنترل

انسان‌ها با نصیحت و کمک با ذهن، که در واقع کنترل است نه محبت، سوت می‌زنند. اولین اصل کمک صادقانه این است که ما از مردم بپرسیم آیا کمک ما را می‌خواهند؟ و اگر می‌خواهند ما به چه صورتی می‌توانیم به آن‌ها کمک کنیم؟ نشانه کنترل محبت‌نما، زوری بودن آن است. سوت‌زن انتظار دارد تمام و کمال به نصایحش عمل شود، انتظار قدردانی دارد، منتظر است اگر طرف به نصیحت عمل نکرد یا کمک را نگرفت، به سختی بیفتد بعد بیاید به او بگوید حقت است، اگر به حرف من گوش می‌کردی این‌طوری نمی‌شد. این‌ها به دنبال ارضای من می‌دانم و پندار کمال خودشان هستند. در خودم می‌بینم که باید توقع و انتظارم را از این گونه‌های کنترل‌گر به صفر برسانم و هیچی از آن‌ها نخواهم. حتی اگر ضرورت دارد بخواهم هم بهتر است نخواهم چو بلافاصله در دام می‌افتم و تاوانش را پس می‌دهم.



پیام آقای فرشاد از خوزستان

یکی از عواملی که زحمات‌های ما را بی‌اثر می‌کند و مانع پیشرفت ما می‌شود، دیگران هستند که من‌ذهنی دارند، آن‌ها ما را ول نمی‌کنند. از یک طرف هم خودمان عادت کرده‌ایم از آن‌ها چیزی نخواهیم. ما شک داریم و نمی‌توانیم فضا را باز کنیم، نمی‌توانیم از دیگران چیزی نخواهیم. اگرچه می‌خواهیم مراقب باشیم، اگرچه می‌خواهیم خودمان را از من‌های ذهنی دور نگه داریم، ولی نمی‌توانیم. یک عادت‌هایی در ما هست که آن‌ها را رها نمی‌کنیم و همین عادت‌ها به دیگران این اجازه و جرئت را می‌دهد که در زندگی ما دخالت کنند. مولانا یک بیت در غزل ۹۶ دیوان شمس دارد، می‌گوید:

خواهی که ز معده و لب هر خام‌گریزی

پُرگوهر و روتلخ همی‌باش چو دریا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۶)

یعنی اگر می‌خواهی از معده‌خامان یعنی من‌های ذهنی در امان باشی، در این صورت پرگوهر و روتلخ باش. پرگوهر یعنی این‌که مدام همانندگی‌ها را شناسایی کن تا پر از گوهر حضور بشوی. اما عبارت «روتلخ» خیلی جالب است. این‌که مولانا می‌گوید «روتلخ باش چو دریا» یعنی چه؟



شاید به این معنی باشد که من اجازه نمی‌دهم کسی گوهرهای من را بدزدد، به طوری که کسی حتی جرأت نکند چنین کاری را بکند.

بیشتر مواقع اگر دیگران از جمله خانواده و خویشاوندان نزدیک، در زندگی ما دخالت می‌کنند و باعث می‌شوند ما به ذهن برویم، به خاطر کارهای خودمان است، چرا؟ چون چیزی می‌خواهیم از آنها.

مثلاً: گنج حضور گوش می‌کنیم، دوست داریم هم‌اشاره درباره خودمان با مردم صحبت کنیم و هر جا می‌نشینیم، می‌خواهیم بحث این را بکنیم. یا مثلاً: در فضای مجازی عکس‌هایی می‌گذاریم که من مثلاً مولانا می‌خوانم. خوب این‌ها دام هستند برای خودمان، چرا؟ چون داریم بقیه را دعوت می‌کنیم که بیایید در زندگی من دخالت کنید، بیایید تا من کمکتان کنم.

روتلخ بودن یعنی این‌که من اجازه نمی‌دهم کسی روی من تمرکز کند، اجازه نمی‌دهم کسی من را بالا ببرد.

مثالی دیگر: وقتی به یک موفقیتی می‌رسیم و می‌رویم تمام جزئیات را به خانواده و اقوام می‌گوییم و همه‌جا پخش می‌شود و انگشت‌نما می‌شویم، در این صورت دیگران را دعوت می‌کنیم که بیایید در زندگی من دخالت کنید و دخالت آن‌ها ما را به من‌ذهنی می‌برد.

وقتی مشکلات و گرفتاری‌هایمان را پیش هرکسی می‌نشینیم می‌گوییم، داریم دعوت می‌کنیم که در زندگی ما دخالت کنید.

مثالی دیگر: رابطه با خویشاوندان نزدیک، همه براساس توقع است. وقتی مدام در فکر سلام و احوال‌پرسی هستیم، وقتی مدام در حال این هستیم که به فلانی زنگ بزنم و یا چرا فلانی به من زنگ نزد، در این صورت داریم از دیگران دعوت می‌کنیم که بیایید با هم یک رابطه‌ای براساس توقع درست کنیم و در زندگی من دخالت کنید. وقتی با یک نفر همان‌بده باشیم و مدام بخواهیم کارهایش را بکنیم و به او بگوییم فلان کار را بکن فلان کار را نکن، در این صورت این رابطه براساس توقع است و باعث می‌شود آن شخص هم در زندگی ما دخالت کند.

شاید مهم‌ترین عامل این‌که دیگران در زندگی ما دخالت می‌کنند، عدم رعایت قانون جبران است. یک چیزی را مفت و مجانی می‌خواهیم، خوب معلوم است که آن‌ها هم اگر من‌ذهنی دارند توقع دارند و چون ما مدیون هستیم، بعضی مواقع گرفتار می‌شویم.



مثلاً یک کاری را که من خودم می‌توانم انجام بدهم و یا اصلاً ضرورت ندارد را به دوستم می‌گویم برایم انجام بده. فردای آن روز، او از من یک تقاضای غیرمنطقی دارد و اگر انجام ندهم ناراحت می‌شود، بنابراین به ناچار انجام می‌دهم و از این به بعد روابط ما براساس توقع است.

ما در من‌ذهنی، آدم‌ها را کوچک و بزرگ می‌کنیم، می‌گوییم فلانی خاص است و فلانی معمولی، فلانی پارتی دارد فلانی ندارد. به همین خاطر از یک عده‌ای توقع داریم و یک عده‌ای هم از ما توقع دارند، در زندگی ما دخالت می‌کنند و می‌گویند نباید فلان کار را بکنی و بنابراین مدام ما را به من‌ذهنی می‌کشند.

به‌طور خلاصه، روتلخ بودن به این معنی است که ما اجازه نمی‌دهیم کسی با ما همانیده شود، و در نتیجه از ما انتظار و توقع داشته باشد. چون در این صورت نمی‌گذارد ما زندگی کنیم.



پیام پیام خانم فرح از تهران

نکاتی از برنامه ۹۰۹

وقتی مرکز ما عدم می‌شود، فرّ ایزدی از ما تابش پیدا می‌کند و تبدیل ما از هشیاری جسمی به هشیاری حضور صورت می‌گیرد.

ما شاه وجود خود و امتداد خدا هستیم، ولی وقتی وارد جهان می‌شویم در اثر پوشیدن لباس من‌ذهنی برای خود من‌ذهنی کمال یافته پرده پندار می‌سازیم که دائماً به ما ضرر می‌زند، ولی وقتی حضور ناظر روی خود داشته باشیم، می‌توانیم اشتباهات خودمان را ببینیم، از فکرها منفصل شویم.

عدم و هشیاری نظر دائماً در ما وجود دارد که اگر ناظر ذهن خود باشیم، این هشیاری سبب بینایی چشم ما می‌شود.

اگر ما من‌ذهنی و نقش‌های آن را نگه داریم پست می‌شویم، در صورتی که اصل ما آسمان یکتایی‌ست که اگر از نقش‌ها دست برداریم، خورشید آسمان درون خودمان می‌شویم و اگر بتوانیم روی ذات خود بایستیم، همه موجودات به این هشیاری ما نیاز دارند.

تا وقتی مرکز ما عدم نباشد ما هستی واقعی نداریم. مراد ما زنده شدن به اوست و کسی به او زنده می‌شود که مراد و خواسته دیگری در مرکزش ندارد.

بی‌مرادی شد قلاووزِ بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُو اِیْ خُوشِ سِرْشَتْ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

«بهشت در سختی‌ها و دوزخ در شهوات پیچیده شده است.»

(حدیث)

من ذهنی هم می‌خواهد از همانندگی‌ها بهره‌مند بشود و هم می‌خواهد به خدا زنده بشود، به همین دلیل سست‌پاست و کسی که همانندگی در مرکزش باشد به کوی خدا راه پیدا نمی‌کند. ما باید نسبت به من‌ذهنی خودمان را «نیست» کنیم تا در نظر خدا مرتبه و مقام پیدا کنیم.

کسی که مرکزش را عدم می‌کند سر من‌ذهنی را می‌دهد و پیش خدا می‌آید تا بدون گوش حسی خطاب «یا عبادی» را بشنود که می‌فرماید:

ای رسول رحمت! به آن بندگانم که به عصیان به نفع خود اسراف کردند بگو هرگز از رحمت خدا ناامید نباشید، زیرا خدا همه گناهان را [اگر توبه کنید] خواهد بخشید، که او بسیار آمرزنده و مهربان است.

«قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ»

«بگو: ای بندگان من که بر زیان خویش اسراف کرده‌اید، از رحمت خدا مأیوس مشوید. زیرا خدا همه گناهان را می‌آمرزد. اوست آمرزنده و مهربان.»

(قرآن کریم، سوره زمر (۳۹)، آیه ۵۳)

راه تبدیل هشیاری جسمی به حضور به صورت روان یک‌لحظه هست ولی مرکز همانیده این راه کوتاه را طولانی می‌کند.

یک زمان کارست بگزار و بتاز
کارِ کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

مولانا می‌فرماید زر و ثروت در مقابل جان اصلی تو چه ارزشی دارد؟ انبار جان اصلیات را بیاور. اگر عاشق بخشندگی خدا هستی هم‌هویت‌شدگی را که جانت در آن‌ها سرمایه‌گذاری کرده‌ای بده برود.



وقتی ما ناظر ذهنمان هستیم، نیازی به راهنما نداریم چون «هادی و مهتدی» یعنی هدایت‌کننده و هدایت‌شده یکی‌ست، هشیاری سوار بر هشیاری خودش را به ما نشان می‌دهد. همان‌طور که مجنون بوی مزار لیلی را از صدهزار خاک می‌شناسد، کسی که فضاگشایی می‌کند بوی عشق را می‌گیرد و به‌سوی زندگی می‌رود.

همان‌طور که ماه شب چهارده از کوچک شدن نمی‌ترسد و آن‌قدر کوچک می‌شود که دیده نمی‌شود، بعد آن‌قدر بزرگ می‌شود تا به ماه کامل تبدیل می‌شود، ما هم نباید از کوچک شدن من‌ذهنی بترسیم. تا نسبت به من‌ذهنی کاهش پیدا نکنیم، نسبت به من اصلی نمی‌توانیم افزایش پیدا کنیم. بعد از صفر شدن من‌ذهنی است که مانند ماه کامل می‌شویم.

هرکس با استفاده از ابیات مولانا و آموزه‌های شما استاد معنوی، این راه تبدیل را ادامه بدهد هم در درون و هم در بیرون گل حضور می‌چیند و این گل‌ها نتیجه دست‌رنج خودش و بهره‌مند شدن از فکر و اتحاد خوبی است که از فضاگشایی با مرکز عدم به‌دست آورده.

من نمی‌گویم مرا هدیه دهید
بلکه گفتم لایق هدیه شوید
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۷۴)

پس فضا را باز می‌کنیم تا لایق هدیه و برکات خداوند بشویم.

تشنیع بر سلیمان، آری که گم شدم من
گم شو چو هدهد ار تو دربند افتقادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

«وَتَفَقَّدَ الطَّيْرَ فَقَالَ مَا لِيَ لَا أَرَى الْهَدُودَ أَمْ كَانَ مِنَ الْغَائِبِينَ»

«در میان مرغان جستجو کرد و گفت: چرا هدهد را نمی‌بینم، آیا از غایب‌شدگان است؟»

(قرآن کریم، سوره نمل (۲۷)، آیه ۲۰)

«لَأَعَذِّبَنَّكَ عَذَابًا شَدِيدًا أَوْ لَأَذْبَحَنَّهُ أَوْ لِيَأْتِيَنَّكَ بِسُلْطَانٍ مُّبِينٍ»

«به سخت‌ترین وجهی عذابش می‌کنم یا سرش را می‌برم، مگر آنکه برای من دلیلی روشن بیاورد.»

(قرآن کریم، سوره نمل (۲۷)، آیه ۲۱)

در سوره نمل آیات ۲۰ و ۲۱ قرآن می‌فرماید:



سلیمان - که رمز خداست - گفت هدهد - که رمز انسان کامل و راهنماست - را در بارگاهم نمی‌بینم. اگر برای غیبتش دلیل نیاورد و زود برنگردد، سرش را از تنش جدا می‌کنم.

هدهد به ذهن رفته و اگر از ذهن به فضای یکتایی حرکت کند، حضور پیدا می‌کند یعنی به بی‌نهایت خدا زنده می‌شود. غیبت هدهد به این دلیل بود که به شناسایی برسد.

بیت غزل می‌گوید به خدا ایراد می‌گیری که چرا به صورت من ذهنی خوب دیده نمی‌شوم، ما - مانند هدهد - وقتی در ذهن گم می‌شویم باید زود برگردیم، خداوند به دنبال آن هشیاری‌ای است که آفریده و آن سری که نمی‌گذارد که انسان به بی‌نهایت خدا حاضر بشود را از بین می‌برد. انسان باید مُرشد کامل بشود و به موجودات دیگر غذای روح برساند.

مولانا می‌فرماید آفتاب حضور برخواسته ولی ما هنوز چراغ ذهن را روشن کردیم، در صورتی که با چراغ ذهن نمی‌توانیم مرشد کامل بشویم.

روز روشن، هر که او جوید چراغ

عین جُستن، کوریش دارد بلاغ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۱)

پس صبح دمید، اکنون سرآغازِ رهایی از خوابِ ذهن است. اگر در مرکز عدم باقی بمانیم خدا ما را از همانیدگی‌ها آزاد می‌کند. با شناسایی همانیدگی‌ها هیچ درد و غمی در ما نخواهد ماند و هر لحظه شادی و برکات او به ما می‌رسد و سرمستی ما روز به روز گسترش پیدا خواهد کرد.



پیام خانم لیلا از استرالیا

سؤال کردن یا نکردن.

تقریباً همه ما چالشی یا رنجشی در زندگی‌مان داریم که در حال دست و پنجه نرم کردن با من‌ذهنی‌مان راجع به آن هستیم و از آن جایی که احساس می‌کنیم قرین‌هایمان می‌توانند ما را درک کنند پس فکر می‌کنیم خوب فلان چالش یا مسئله را به نزد قرین گنج‌حضورِ ام ببرم او می‌تواند در این چالش مرا راهنمایی کند، و راه‌حلی به من بدهد. پس شروع می‌کنیم به پرسیدن سؤال در مورد چالش یا رنجش خود که چطور آن را رفع کنیم. غافل از آن‌که قرین ما نیز همانند خودمان بر درِ خانه زندگی آمده تا از دست من‌ذهنیِ خودش رهایی یابد.



ما با تکرار آن رنجش در ذهن خود یا تعریف آن برای قرین خود، آن رنجش یا چالش را صدها برابر سنگین‌تر می‌کنیم. چون متوجه نیستیم در حال پُرکردن سوخت بنزین من‌ذهنی خودمان و قرین‌مان هستیم. بعد از مدتی که چالش حل نمی‌شود از خودمان می‌پرسیم چرا فلان رنجش یا چالش حل نمی‌شود؟ و ناامید و سرخورده می‌شویم و چه‌بسا که بر روی دوستی‌های زیبای معنوی‌مان هم تأثیر مخرب دارد، چون مسئله برای خودم پیش آمده بود.

متوجه شدم که یک‌جای کارم ایراد دارد. من در من‌ذهنی خودم ریز شدم و آن را نگاه کردم که چه می‌کند. ایراد این‌جا بود لیلیا تو سوال می‌کنی، و با من‌ذهنی خودت و دیگران می‌خواهی مسئله را حل کنی، فکر نکن چون قرین تو در این راه است می‌تواند مشکل تو را رفع کند یا درد تو را کمتر کند، آنها نیز همانند خودت نیازمند زندگی هستند، پس چطور نیاز خود را بر دَرِ نیازمندی دیگر می‌بری. بی‌نیازِ مطلق اوست.

پس به‌لطفِ زندگی و آقای شهبازی متوجه شدم که نباید برای حل رنجش یا چالش‌ام از قرین سؤال کنم. بلکه به‌جای آن باید متعهدانه یک برنامه را به‌طور کامل گوش کنم. آقای شهبازی جواب تمام سوال‌ها را حتی در یک برنامه به‌طور کامل داده‌اند.

قانون جبران مادی و معنوی را رعایت کنم و کلیدی که مرا نجات داد و دَر را باز کرد این بود: هر چالشی را با خضوع و تضرع قلبی و با تمام وجودم به پیش زندگی ببرم، اعتراف کنم که از حل و رفع آن عاجز هستم و غیر از او از کسی چیزی نمی‌خواهم و صبر کنم و ابیات کلیدی را به دفعات تکرار کنم و منتظر رفع آن چالش یا درد از طرف زندگی باشم.

جز خضوع و بندگی و اضطراب اندرین حضرت ندارد اعتبار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)

به کلمه «جز»، توجه کنیم، مولانا می‌فرمایند غیر از این راهی نیست مخصوصاً دردهایی که کهنه شده‌اند، بعد از این‌که متوجه این موضوع شدم، با خضوع و بندگی به درگاهش رفتم و زندگی جوابم را داد و همه دَرها یکی پس از دیگری به‌طور معجزه‌آسایی باز شد. از راهی که هیچ احدی جز خودش نمی‌توانست حتی فکرش را بکند.

هله، نومید نباشی که تو را یار براند
گرت امروز براند نه که فردات بخواند؟

در اگر بر تو ببندد، مرو و صبر کن آنجا
ز پسِ صبر تو را او به سرِ صدر نشاند

و اگر بر تو ببندد همه رهها و گذرها
ره پنهان بنماید که کس آن راه نداند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۵)

فردات بخواند: فردا تو را می خواند.

بعد از مدت کوتاهی متوجه شدم تمام آن رنجش‌ها از اطرافیان و عزیزانم تبدیل به عشق شده و رضایت و شادی بی‌سبب به قلبم آمده. خضوع در برابر زندگی و اعتراف به این‌که چیزی در زندگی‌ام هست که نمی‌توانم آن را حل کنم و پذیرفتن این‌که هیچ‌کس جز او نمی‌تواند رنجش‌ها و مسائل مرا حل کند، زندگی مرا تبدیل به بهشت کرد. ما با سوال کردن از قرین‌هایمان یا حتی آقای شهبازی نازنین، کارافزایی می‌کنیم. چون در صورت جواب دادن یا ندادن سؤال ما، ذهن ما شروع به قضاوت کردن رنجش یا مسئله‌سازی می‌کند. با سؤال کردن ما اجازه نمی‌دهیم زندگی به ما کمک کند. و راه برای ما طولانی‌تر می‌شود.

ما با سؤال کردن، خودمان سد راه حل چالش و مسئله‌مان می‌شویم. فقط انرژی ذخیره شده در وجود خود و قرین‌هایمان را تخلیه می‌کنیم، چون صبر نداریم.

باز با خود گفت صبر اولیترست
صبر تا مقصود زوتر رهبر است
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۶)

چون نپرسی زودتر کشف شود
مرغ صبر از جمله پَران‌تر بُود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۷)

ور بپرسی دیرتر حاصل شود
سهل از بی‌صبریت مشکل شود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۸)

صد هزاران کیمیا حق آفرید
کیمیایی همچو صبر آدم ندید
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۴)



سال‌ها دل طلب جام جم از ما می‌کرد
و آنچه خود داشت ز بیگانه تمنا می‌کرد

گوهری کز صدف کون و مکان بیرون است
طلب از گمشدگان لب دریا می‌کرد

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۴۳)

سال‌های سال است که خداوند از ما می‌خواهد که دلمان را از همانیدگی‌ها پاک کنیم و آن دل، آیینه‌ای شود که فقط خودِ اصلی را در آن ببینیم. ولی به‌جای این کار بیش‌تر به‌سمت همانیدگی‌ها و کسانی که فکر می‌کردیم آن‌ها می‌توانند وسیله‌ای باشند در جهت رسیدن به همان همانیدگی‌ها رفتیم و آدرس اشتباهی گرفتیم و هشیاری ما پایین و پایین‌تر رفت.

درواقع از گمشدگان لب دریا چیزی را درخواست می‌کردیم که اصلاً معنی آن را نمی‌دانستند، چه بسا اگر می‌دانستند خود را نجات می‌دادند.

لیک حاضر باش در خود ای فتی
تا به خانه او پیابد مرّ تورا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۸)

ورنه خلعت را برد او باز پس
که نیابیدم به خانه‌ش هیچ کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۹)

یعنی در خود حاضر بودن، یعنی حواس و توجه زنده را پیش خود نگه داشتن و مراقب بودن که مبادا به طرفی برود. اگر این کار را بکنیم، خداوند به ما دسترسی پیدا می‌کند و آن وقت است که هدیه و خلعت را در این لحظه به ما خواهد داد.

لذت بی‌کرانه‌ایست عشق شده‌ست نام او
قاعده خود شکایت است و نه جفا چرا بود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)



عشق یعنی با خدا یکی شدن، هر وقت این تجربه عشق را در خود دیدیم، بسیار لذت‌بخش است. ولی چون ما دائماً درون شکایت و کمیابی، محدودیت‌اندیشی یا عدم رواداشت، دردهای ناشی از افکار منفی و هیجانات منفی هستیم و عدم پرهیز و نداشتن انصتوا هستیم، هیچ به نفع خود که کار نمی‌کنیم.

بلکه فقط به خود و دیگران ظلم و ستم می‌کنیم. من در خود این شکایت را بسیار دیده‌ام، خیلی وقت‌ها هست که توقع و پندار کمال و زندگی خواستن از افراد و چیزها مرا به شکایت وامی‌دارد، ناشکر و ناسپاس هم می‌شوم و خیلی وقت‌ها هست که فضا را می‌بندم و با حرف‌ها یا دنبال مقصر گشتن، خود را مشغول می‌کنم.



پیام میتراناز از بروجن

تا کُنِی مَرِّ غَیْرِ رَا حَبْرٍ وَ سَنِی
خویش را بدخو و خالی می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۷)

مُتَّصِلٍ چَوْنَ شُدَّ دَلَّتْ بَا آن عَدَن
هین بگو مه‌راس از خالی شدن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۸)

أَمْرٍ قُلِّ زَیْنِ آمَدَشْ كِی رَاسْتِیْن
گم نخواهد شد بگو دریاست این

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹)

أَنْصِتُوا یعنی که آبت را به لاغ
هین تَلَفْ گم کن که لب‌خُشک است باغ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۰۰)



پیام سامان از بروجن

ترس و نومیدیت دان آواز غول
می‌کشد گوش تو تا قعر سُفول

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۶۱)

هر ندایی که تو را بالا کشید
آن ندا می‌دان که از بالا رسید
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۶۲)

تا کُنِ مَرِّ غَیْرِ رَا حَبْرٍ وَ سَنِی
خویش را بدخو و خالی می‌کُنِ
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۷)

مُتَّصِلٍ چُون شُد دَلَّتْ بَا آن عَدَن
هین بگو مَهْرَاسِ از خالی شُدَن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۸)

أَمْرٍ قُلِّ زَیْنِ آمَدَشْ كِی رَاسْتِیْن
کَم نخواست شُد بگو دریاست این
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹)

أَنْصِتُوا یعنی که آبت را به لاغ
هین تَلَفْ کَم کُن که لبْخُشک است باغ
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۰۰)



پیام خانم پروین از اصفهان

برداشتی کوتاه از برنامه ۹۱۱

همه ما از یک خمیرمایه درست شدیم، در این جهان من‌ذهنی درست کردیم و درد آفریدیم.
به زندگی قبلی خود نگاهی بیندازیدم و همه را عفو کنیم. هر عفو و بخششی انعکاسی از بخشش خداوند است.
هر احساس گناه، یا خشم از دیگران را در وجود خود به صفر برسانیم.

پیغام مسیح بخشش، نبستن فضا در هنگام چالش‌ها و شکایت نکردن از رفتار دیگران است. باید قدرت را از دست دیوانه من‌ذهنی درآوریم و تا زمانی که تبدیل نشدیم حداقل با حزم و دوراندیشی دیو را در شیشه نگه داریم.

هیچ‌گاه کام ما با من‌ذهنی شیرین نخواهد شد، گرچه درد هشیارانه به‌نظر سخت می‌رسد ولی در مقایسه با غم فراق و جدایی از خداوند ناچیز است.



عذابست این جهان بی تو مبادا یک زمان بی تو
به جان تو که جان بی تو شکنجه است و بلا بر ما

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۴)

در من‌ذهنی ما ساحریم، با سحر به فکرهای توهمی جان ندهیم، امکانات، دست‌آویزها و زمان روان‌شناختی
من‌ذهنی را کامل کنار بگذاریم.

در طول تاریخ جمع همیشه اشتباه کرده است، با کنار گذاشتن تقلید چراغ خود برافروزیم.

عشق اگر محرم است چیست نشان حرم
آنکه بجز روی دوست در نظر او فناست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۶۲)



پیام خانم مریم از کانادا

﴿إِتَّقُوا﴾؛

خواهم که روم زین جا، پایم بگرفتستی
دل را پر بودستی، در دل بنشستستی

سر سُخره سودا شد، دل بی‌سر و بی‌پا شد
زان مه که نمودستی، زان راز که گفتستی

بر پر به پر روزه، زین گنبد فیروزه
ای آن‌که در این سودا بس شب که نخفتستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)

معنی این سه بیت شعر مولانا دیروز برایم باز شدند. ابر سیاهی روی دلم را پوشانده بود و بَغضِ گلویم را گرفته بود، می‌خواستم حرف بزنم اما در گوشم خوانده می‌شد:

صبر و خاموشی جَدُوبِ رحمت است

وین سخن گفتن نشان عِلَّت است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۵۹)



احساس انقباضی در گلویم می‌کردم و در عین حال لطافت را هم در خود احساس می‌کردم. این لطافت از نور اشعار مولانا می‌آمد، چون هر لحظه که مرکز از عدم شدن خارج می‌شد و ذهن فکری آزار دهنده به یاد می‌آورد، قبل از این که ذهن وارد عمل شود بیتی از اشعار مولانا وارد عمل می‌شد. چراغی برایم روشن می‌شد و دوباره مرکزم عدم می‌گردید.

این کشاکش همان‌طور ادامه داشت و ابیات در جان من می‌رقصیدند. آری! در دل و جانم این آموزه‌های جناب مولانا و آقای شهبازی نازنین آشیانه کرده‌اند و هر لحظه به کمک من می‌آیند، پایم را می‌گیرند تا در طوفان رَبِّ أَلْمَنُونِ و قُضَا و كُنْ فَكَانَ نَيْفَتُمْ. متوجه شدم که از همسر چیزی می‌خواهم، رنجیدم. بلافاصله این بیت حضرت مولانا به گوش دلم خوانده شد:

**گفت پیغمبر: که جَنَّتْ از إله
گر همی خواهی ز کس چیزی مخواه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)**

زبانم الکن شد از صحبت کردن، در میان تفکراتم، ملایم در گوش جانم خوانده شد که؛ مریم خوشبختی از کسی نخواه، به کسی متکی نباش، توقع نداشته باش، بگو نمی‌دانم و تو نمی‌دانی.

این فضای گشوده شده تمام چیدمان‌های ذهن را به هم ریخت و او را به باد مسخره گرفت. آرامشی در دلم بر پای شد، لطافتی که از ابرهای آسمان هم لطیف‌تر به نظر می‌رسید، دل من مانند گویی آتشین به رقص درآمد و ذهنم آرام شد.

هر لحظه وقتی به سمت فکری می‌روم، او پایم را می‌کشد. پای من با طنابی غیبی به او وصل است، او مرکز من را تسخیر کرده است و دل من را ربوده است، و اَلَا کَجَا می‌توانستم صبر کنم و حرف نزنم، مگر ذهن می‌گذاشت؟! دستور می‌داد که از او دفاع کنم. آری دوستان برای ما یار، همه راها را بسته است. اما پَری قوی داده و آن پَر پرهیز و اِتَّقُوا می‌باشد؛

**سر سُخْرَهٗ سودا شد، دل بی‌سر و بی‌پا شد
زان مه که نمودستی، زان راز که گفتستی**

**بر پَر به پَر روزه، زین گنبد فیروزه
ای آن‌که در این سودا بس شب که نَخُفتستی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)



مولانا در این غزل رازی بزرگ را برای ما آشکار کرده و آن رهایی از هر همانیدگی در این جهان با کمک پر قوی «إتَّقُوا و پرهیز» است، پرهیز از فضا بندی. إتَّقُوا و پرهیز تمام راه‌هایی را که به ذهن ختم می‌شود، می‌بندد و شعله خواستن ذهن را که هر لحظه شعله‌ورتر می‌شود به سمت خاموشی می‌راند.

**سایه و نور بآیدت هردو بهم زمن شنو
سر بنه و دراز شو پیش درخت إتَّقُوا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۵۵)**

حضرت مولانا آموزشی بی‌نظیر برای قوی شدن پرهیز به ما داده است و آن چاره‌آموزی است. این‌که بی‌چارگی را به چاره‌گر عرضه کنیم و بگوییم:

ای زندگی من از راهایی که ذهن نشان می‌دهد، چاره نمی‌خواهم، من بی‌چارگی‌ام را به تو اعلام می‌کنم و رحمت تو «پُر» است؛ کمک کن تا بتوانم هم‌چون بازی از روی همانیدگی‌ها و چیزهایی که ذهن به من نشان می‌دهد، آسان بجهم.

**شاد آن صبحی که جان را چاره آموزی کنی
چاره او یابد که تُش بیچارگی روزی کنی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۷۷)**

و پریدن از روی همانیدگی‌ها و نیفتادن در مرداب ذهن جز با پر إتَّقُوا ممکن نیست و إلاً خداوند نمی‌تواند به ما چاره‌آموزی کند.

**چون نباشد قوتی پرهیز به
در فرار لایطاق آسان بجه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)**



صحبت‌های آقای شهبازی

همان اسمش حَزَم است، ما باید راجع به حَزَم خیلی صحبت کنیم. وقتی آدم حواسش نیست و هشیاری پایین است، خواندن یک بیت مولانا به ما کمک می‌کند، اصلاً گفتن این واژه اتقو، این خواستن را فرو می‌نشانند.

هر موقع دیدیم داریم می‌رنجیم و موج خشم دارد می‌آید بالا می‌توانیم با خودمان قرار بگذاریم اتقو، یعنی پرهیز کن از خواستن، پرهیز کن از خواستن زندگی از کسی، از جسمی به جای زندگی یا خداوند، یعنی عوض این‌که فضا



را در این لحظه باز کنیم و از خداوند زندگی بخواهیم، وقتی موج خشم می‌آید بالا، حواسمان هست که از کسی یا چیزی این را می‌خواهیم و این غلط است.

اتّو از خواستن، انصتوا برای خاموشیِ ذهن، خاموش باش برای این‌که حرف‌هایی که می‌زنی بی‌ربط است و شما دارید همین، همین دو کلمه را بگویید این حزم است، حزم یعنی پناه بردن به یک شعرِ مولانا وقتی عرصه تنگ می‌شود. هشیاری می‌آید پایین و آدم نمی‌تواند فکر کند، آن موقع یک بیت شعر به دادِ آدم می‌رسد.

همین، همین شعرهایی که الان نشان می‌دادم می‌گوید خداوند برای تو کافی است، اگر خداوند برای من کافی است من دیگر چرا این قدر خودم را دارم آزار می‌دهم. من در چه حالتی هستم الان؟

از همسر دارم این را می‌خواهم و آن موقع می‌بینید که حالتِ عشق و دلسوزی، آدم به همسرش پیدا می‌کند که کارهای او را می‌بیند می‌گوید: بابا این همه کار دارد، دیگر نباید به من بدهد، من خودم بروم پیدا کنم این را دیگر نخواهم.



پیام آقای مهدی از اصفهان

قوّت از حق خواهم و توفیق و لاف

تا به سوزن بر کنم این کوه قاف

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۸)

با لجبازی و حرص دادن خانواده‌ام را اذیت می‌کردم، همه‌اش می‌خواستم که خانواده‌ام طبق حرف‌های من عمل کنند، به برنامه گوش دهند حتی به زور، همه‌اش به دنبال تأیید و توجه از بقیه بودم، شادی، امنیت و آرامش را از بیرون از خودم، یعنی انسان‌ها می‌خواستم مخصوصاً از جنس مخالف و تحریک شدن نسبت به جنس مخالف. هر دختری که باب میل خودم بود با او باید رابطه‌ای ایجاد می‌کردم، سعی خودم را می‌کردم. موقعی هم که همه‌چیز طبق نقشه‌های ذهنی‌ام پیش نمی‌رفت خودخوری می‌کردم و عصبی می‌شدم.

این گرفتن تأیید و توجه را با خود کشاندم، این گرفتن توجه را حتی از یاران معنوی که در کنارم بودند را هم می‌خواستم. مثل یک انسان‌گدایی بودم که همه‌چیز را از دیده همانیدگی‌ها می‌دیدم و می‌خواستم.



درد آگاهانه را اصلاً نتوانستم تا به حال تحمل کنم، در صورتی که بیشتر در مورد آن در متن‌هایم می‌گفتم، تا درد آگاهانه به سراغم می‌آمد فرار می‌کردم از آن، از وقتی که با قانون جبران آشنا شدم، چه معنوی و چه مادی بیشتر موقع‌ها زیر پا می‌گذاشتم.

با برنامه گنج حضور آشنا شدم خوب اولش از دید یک بازی به برنامه گوش می‌دادم، موقعی که می‌دیدم هم‌نوع‌های معنوی‌ام متن می‌نویسند و زنگ می‌زنند من هم تصمیم گرفتم این کار را بکنم، ولی خوب از دید حسادت و این‌که بله، من هم می‌توانم و هستم بود، ولی خوب با تلاش‌های هم‌نوع‌های معنوی‌ام و زمان گذاشتن پای برنامه کم‌کم این بازی برداشته شد.

بوی حسادتم داشت خفهام می‌کرد، وقتی شما استاد عزیز کسی را تشویق می‌کردید بابت متن خوبشان، حسادتم خفهام می‌کرد، همه‌اش با خودم می‌گفتم که متن من چرا هنوز به اندازه فلانی نشده تا مورد تشویق استاد دربیایم، در صورتی که هر موقع متن من تمام می‌شد مورد تشویق قرار می‌گرفتم.

ولی خوب من ذهنی‌ام هی دوست داشت که بیشتر و بیشتر این کار انجام بشود. بیشتر متن‌هایی که می‌نوشتم می‌شود گفت نود درصد آن‌ها به خاطر چشم و هم‌چشمی بوده و یک تأیید و توجه از شما استاد عزیز بوده.

که به مرور زمان متوجه شدم که اگر هم مورد تشویق زیاد می‌شدم یک جوری سوخت‌رسانی به ذهنم بوده، و این‌که اگر بخوام متنی یا حرفی بزنم برحسب چیزهای ذهنی نباشد بلکه برای پیغام دادن به مردم باشد نه چیز دیگری.

داخل متن‌هایم حرف از درد آگاهانه می‌زدم، حرف از حس حضور این لحظه می‌زدم، ولی خوب حالا که یک کم از دید صادقانه دارم به خودم نگاه می‌کنم می‌بینم من هیچ‌وقت نتوانستم عمل کنم.

به پندار کمال رسیدم، همه‌چیز باید طبق حرف‌های من باشد، هر چیزی که من می‌گویم آن درست است. در هر چیزی نظر می‌دادم چه چیزی که به من مربوط می‌شد و چه چیزی که به دیگران مربوط می‌شد. یک جور با توجه کردن خواستم به بقیه بفهمانم که آره من بلدم شما چیزی متوجه نمی‌شوید.

گاهی مواقع بعضی جاها خودم را یک انسان به کمال رسیده جا می‌زدم در صورتی که این‌طور نبود، الآن در این موقعیت یک جور ولی در جای دیگر یک جور دیگر.

الآن نمی‌گویم که عارف شدم به حضور رسیده‌ام، نه حتی الآن که دارم این متن را می‌خوانم، این تأیید و توجه را از بقیه می‌خواهم. حتی همین الآن هم می‌خواهم که مورد تشویق شما استاد گرامی و مورد توجه دیگران قرار بگیرم بابت متنم، ولی خوب دارم تلاش می‌کنم که پرهیز کنم از این هم‌هویت‌شدگی‌ها.



خود ندارم هیچ، به سازد مرا
 که ز وهم دارم است این صد عَنَّا
 (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴)



صحبت‌های آقای شهبازی

شما چند سالتان است؟ (۱۸ سال)

خوب ببینید باید با خودتان مدارا کنید. باید حوصله کنید. سن شما خوب ایجاب می‌کند که باید یواش یواش این تغییر صورت بگیرید. بالاخره عوامل من‌ذهنی، تقلید، هم‌هویت‌شدگی‌ها، این شکوفایی جوانی، که من‌ذهنی از آن سوء استفاده می‌کند. در شما، و یعنی آن سن و سال وجود دارد.

بنابراین انتظار حالت‌های عالی و ایده‌آل، همین کمال‌طلبی من‌ذهنی است. مواظب باید باشید.

باید مدارا کنید باید صبر کنید تا... الان ببینید چقدر پیشرفت کردید. اشکالات‌تان را دیدید، حتی آدم ممکن است یک جایی دروغ بگوید، خودش را جا بزند، نفاق کند، خودش هم بداند که دروغ است و این‌ها...

این‌ها هم اشکالی ندارد باید بپذیرد، نه این‌که خودش را ملامت کند. مواظب باشید که هیچ عاملی سبب ملامت خود و دیگران نشود. ملامت یکی از مهمترین ابزارهای من‌ذهنی است. و ملامت خود از همه خطرناک‌تر. بله، ولی ایرادهای خودمان را ببینیم. ببینیم، مدارا کنیم، صبر کنیم، کار کنیم. تا ان‌شالله کاملاً راستین بشویم.



پیام خانم بیننده از تهران

خواهم که روم زینجا، پایم بگرفتستی
 دل را بر بودستی، در دل پنشستستی
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)

۱. ما فضای بی‌نهایت هستیم. مستقر در این لحظه، اتفاقات می‌افتند فضا را باز می‌کنیم تا از این فضای باز شده خلایق بیاید. درد در همانیدگی‌ها همان حسادت، رنجش، حس سیر نشدن، میل به قدرت و غیره است. در بازار خدا سرمایه عشق است، حضور است.

برای من‌ذهنی سرمایه درد است. ما باید ببینیم درد کجا جمع شده و این دردها باید شفا پیدا کنند. خشم هم از دردهای ذهن است. دردهای انسانی را جز این‌که به یک‌دیگر محبت کنیم و عشق بورزیم به هم‌دیگر چیز دیگری نمی‌تواند شفا بدهد. در بازار من‌ذهنی درد هست که حرکت می‌کند.

مردها هشتاد درصد «می‌دانم» دارند، بیست درصد «درد» و زن‌ها هشتاد درصد «درد» دارند، و بیست درصد «می‌دانم». هرکسی فضاگشایی می‌کند اقرار می‌کند که نمی‌دانم و هرکس فضابندی می‌کند اقرار می‌کند که می‌دانم.

بر پلیس و دیو از آن خندیده‌ای که تو خود را نیک مردم دیده‌ای (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۰)

با هُشیاری جسمی و عقل من‌ذهنی ما زندگی خودمان را خراب می‌کنیم. چون به منظور زندگی توجه نکرده‌ایم، تخریب کرده‌ایم و ضررش به خودمان هم رسیده است. وقتی در ما هُشیاری عدم سرسبز کند ما موفق هستیم. پیشرفت‌های ما روی کثافات مانند سبزه روییده اگر من‌ذهنی هستیم. فضاگشایی و در نتیجه‌اش خلاقیت هست که ما می‌توانیم خدمت کنیم. پس بگو که من باید کار سازندگی را بکنم.

این خرافات است که در هر ... جنگ راه انداخته است. این هُشیاری جسمی به جهنم خواهد رسید و خودش را نابود می‌کند. در من‌ذهنی ما ماشین هستیم آدم نیستیم. در این جهان هُشیاری حضور هست که می‌شود به آن اعتماد کرد. اگر فضا را باز کنیم خودمان را کوچک می‌کنیم با زندگی.

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟ تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

ضرر من‌ذهنی به خودش و دیگران به‌خاطر اقتضای هُشیاری‌اش است. مرکز ما را او تصرف کرده است پس چرا تسلیم نمی‌شویم؟ چرا از فضای گشوده‌شده نمی‌خواهیم به ما عقل و زندگی بدهد؟ به هرکسی که تعظیم می‌کنند و او تعظیم را قبول می‌کند عقل ندارد.

ما باید فضا را باز کنیم تا از آن‌جا خرد و عقل زندگی بیاید بالا. ذهن ما هرچه نشان می‌دهد هر اتفاقی می‌افتد از آن چیزی نخواهیم. فضا را باز کنیم تا آن فضا به ما بگوید چکار کنیم.

پرهیز یعنی نگه داشتن مرکز عدم از چیزهایی که در این جهان هست لذت ببریم و استفاده کنیم اما با هُشیاری حضور.



مرکز را عدم‌کن هرکاری می‌خواهی بکن. چون حضور داریم و خدا کارها را انجام می‌دهد. تمام دردهای ما به‌خاطر این است که دور می‌شویم از مرکز عدم. ما باید خود او را ستایش کنیم نه چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد را. اگر بفهمیم مرکزمان همانیده است مسئله ایجاد می‌کنیم، فوراً مرکز را عدم می‌کنیم فضاگشایی می‌کنیم. افسانه من‌ذهنی عقلش نمی‌رسد. آیا برای ما روشن هست؟ حقیقت وجودی انسان را ادامه می‌دهیم تا هیچ همانیدگی در ما نماند.

بوی دردهای من بالا آمده چرا قبول نمی‌کنم که این هُشیاری جسمی و این من‌ذهنی کار نمی‌کند؟ ما می‌خواهیم به طرف خدا برویم ولی حرص من‌ذهنی نمی‌گذارد.

هله ای دل به سما رو، به چراگاهِ خدا رو به چراگاهِ ستوران چو یکی چند چَریدی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۲۰)

در سال جدید می‌توانیم تعهد کنیم که من در این سال جدید مثلاً نمی‌خواهم با همسرم دعوا کنم. اگر عمل کنیم شیطان شکست خورده است.

تدبیر بنده هیچ‌وقت شبیه تدبیر خداوند نیست که با قضا و کُن‌فکان انجام می‌شود و با خرد هست. چون مایه من‌ذهنی ما درد هست ما به‌طور خودکار می‌آییم به‌سوی درد که ما باید خاموش بشویم تا درد را پخش نکنیم. فضا را باز می‌کنیم هرچه فضا گشوده‌تر می‌شود می‌بینیم این فضای گشوده‌شده از چیزهای مادی خیلی بهتر است. و وقتی فضا واقعاً گشوده می‌شود می‌بینیم واقعاً جایی بهتر از این جا نیست. وقتی مرکز ما عدم هست متوجه می‌شویم بلد نیستیم و زندگی نشان می‌دهد به ما با فضاگشایی.

خدا می‌خواهد در انسان به خودش زنده بشود. یعنی هر انسانی به خداوند زنده بشود و از این طریق عشق، خرد، آرامش، حس امنیت و هدایت را در جهان پخش کند. فضا را باز می‌کنیم و می‌گوییم خدا از طریق فضای گشوده‌شده مرا هدایت کند. و می‌گذاریم مرکزمان را زندگی دُرست کند و با او یکی بشویم و برویم جلو. گوی بشویم و بگوییم نمی‌دانم. فضا را باز کنیم تا مرکز عدم به ما خاصیت پرهیز را بدهد. آیا ما مواظب هستیم تا توجه زنده‌مان نرود؟! «اتقوا» یعنی با مواظبت روی زمین راه رفتن این یعنی چشم عدم انسان. پرهیز کنیم از فضا‌بندی و انقباض و مقایسه نکنیم.



«اتقوا» یعنی مثلاً وقتی حسادت می‌آید بفهمیم خودمان را کاهش داده‌ایم به جسم. «بربر به پر روزه» یعنی مواظب باش و تسلیم قطعی من زندگی را در فضای گشوده‌شده می‌بینم و اتفاقات برای من بازی است و فضاگشایی جدی هست. پرهیز یعنی در زیر کنترل و اداره زندگی درآمدن.

گر روزه ضرر دارد صد گونه هنر دارد سودای دگر دارد، سودای سرّ روزه (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۰۷)

ما حق داریم خیلی کم داریم به ذهن. پرهیز در ذات فضای گشوده‌شده است. شکایت یعنی درد، درد شکایت هست. شکایت بستن راه کرم است. خدا می‌گوید من دائم در مرکز تو هستم. دست و پا نداشته باش. شکایت باعث می‌شود ما از خدا چیزی نگیریم و وضعمان خراب‌تر شود. تا جایی که ما از جنس اولیه نشویم ما نمی‌سوزیم. فضا را باز کنیم بگذاریم خداوند برای ما دعا کند، نماز بخواند.

تمام ذوق آفرینندگی از هشیاری حضور می‌آید. وقتی من فضاگشایی می‌کنم خداوند به من تعلیم می‌دهد. با فکرهای من ذهنی نباید چاره پیدا کنیم، باید فضا را باز کنیم از آن‌ور چاره بیاید و ما بیچاره هستیم. صحبت‌های بزرگان را به ذهن درآوردیم برای همین هم همه چیز درست نشد. نفرین کنیم به خودمان برمی‌گردد.



پیام خانم فاطمه از امریکا

کار (درس) با عشق

بعد از سالیان سال فراز و نشیب در رشته تحصیلی و کار، دوباره تصمیم گرفتم که در همان رشته شروع به درس خواندن کنم و امتحانات لازم را بدهم تا بتوانم همان کاری که همیشه دوست داشتم و به آن علت درسش را خوانده بودم را انجام دهم. ولی این درس خواندن بعد از وقفه و این‌که جدا شده بودم از گروه هم‌دوره‌ای‌ها برایم خیلی سخت شده بود.

بعد از این‌که متوجه شدم چقدر برایم سخت شده‌است، به روی این موضوع که چگونه می‌توانم عشق و علاقه را به کار و یا درس و یا هر پروژه‌ای که در دست دارم را بریزم؟ چگونه می‌توانم کارم را با همان انرژی‌ای که شروع کردم ادامه بدهم و خسته نشوم؟

این موضوع علاقه‌نداشتن به کار در دست و یا خسته‌شدن اخیراً شده بود موشی که حضور، آرامش، شادی و زندگی را از من می‌زدید. شده بود آفت من ذهنی و دائماً در پی راه حلی بودم. در عین پیدا کردن راه حل متوجه



شدم که تجربه حضور و یکی شدن با زندگی در این لحظه برای همه واقعا امکان دارد. صرف نظر از هر گذشته‌ای و هر چقدر همانندگی و یا هر من ذهنی‌ای به شرطی که طلب باشد و هم در پی شناسایی موش‌ها و واقعا از بین بردن آن موش‌ها.

چگونه می‌شود موشی را از بین برد بعد از شناسایی؟ با تأمل، با طلب که دیگر نمی‌خواهم چنین موشی داشته باشم، نمی‌خواهم زندگی و حضورم را تقدیمش کنم. نمی‌خواهم آن موش قوی‌تر از من اصلی من باشد. برای حل مشکل رفتم در پی پیدا کردن ابیاتی که در مورد کار و عشق به کار هستند. به بیتی از غزل رسیدم که می‌فرماید:

چو بگشادم نظر از شیوه تو

بشد کارم چو زر از شیوه تو

(مولانا، دیوان شمس، غزل ۲۱۸۵)

شروع کردم به تکرار این بیت، برایم کمی کمک بود ولی هنوز آن قدر نه که بتوانم خوب و با عشق درس بخوانم و کار کنم. پس رفتم سراغ ابیات دیگری تا این که رسیدم به این بیت:

لذت بی کرانه ایست عشق شدست نام او

قاعده خود شکایتست ورنه جفا چرا بود؟

(مولانا، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

این بیت برایم این آگاهی را آورد که من به این علت با عشق کار نمی‌کنم که شکایت می‌کنم، می‌گویم دوست ندارم، بیا و این را اصلاً نگو. سعی کن هیچ فکری نکنی، هیچ هیجانی نداشته باشی. ببین آن عشقی که قبلاً بوده از درون می‌آید بیرون و روی درس و کارت می‌ریزد؟ این بیت را شاید من هزاران بار تکرار کردم، با کمی آوازخوانی می‌خواندم. صدایم را ضبط کردم و گوش می‌دادم. برایم خیلی اثر گذاشت و کمک کرد تا باز بهتر و روان‌تر درس بخوانم و کار کنم ولی هنوز کاملاً روان نبودم که به راحتی و با عشق تمام درس بخوانم.

تا این که نشستیم و گفتم پس گره کجاست؟ چرا نمی‌توانم وقتی این آگاهی هست که این کار به نفع من است، چرا نمی‌توانم کاری که مفید است را انجام بدهم تا این که چراغی برایم روشن شد و آن این بود که این من ذهنی من است که کاری که به نفع است را انجام نمی‌دهد و ناله می‌کند و دوست ندارد و غر می‌زند و خسته می‌شود. برایم این چراغ روشن شد که من انگار تا به حال من ذهنی خود را نشناخته بودم.

بارها و بارها من از من ذهنی شنیده بودم و فکر می‌کردم که می‌دانستم چیست ولی خیر، من من ذهنی خودم را نشناخته بودم. فقط دنبال شناسایی همانندگی‌ها و انداختنشان بودم. فکر می‌کردم که همین که خیلی از



همانندگی‌ها را انداختم و یا به حاشیه راندم، من دیگر آزاد شده‌ام، حتی همانیده‌شدن با کار، ولی همانندگی مساوی من‌ذهنی نیست. من‌ذهنی من واقعاً در عین توهم کاملاً حقیقت دارد و در من است. من‌ذهنی من چیزی است در من، کسی است در من، عین خودم یک آدمی است در من. همیشه بوده است و من باید بیشتر بشناسمش. من‌ذهنی در همه انسان‌ها وجود دارد در یکی ضعیف‌تر و در یکی قوی‌تر. در یکی با خصوصیات ویژه خود، در یکی با خصوصیات دیگری. من باید من‌ذهنی خودم را بشناسم. وقتی شناختمش شروع کنم به دوستی با آن و با نرمی برای آن توضیح بدهم که مزاحم نشود. من‌ذهنی قصد اولی‌ه‌اش خیر بوده است، برای بقای من به وجود آمده ولی تا حدی. باید این را برایش توضیح بدهم و دائماً بگویم و با آن صحبت کنم. هر موقع گفت دوست ندارم این کار را انجام بدهم این را می‌گویند چون می‌خواهد ضرری به من نزند ولی نمی‌داند که تمام کارهایش ضرر است. به او باید بگویم هیچ نگو، تو ساکت باش این کار به نفع من است. بگذار بخوانم، آن قدر سخت نیست، می‌توانم انجام بدهم.

بگذار برنامه را بیشتر گوش بدهم، بگذار بروم پیاده‌روی، بگذار چیزی نگویم الان، بگذار آرام باشم، بگذار توکل کنم، بگذار نگران نباشم. من اصلی من باید دائماً برای من‌ذهنی‌ام توضیح بدهد و بگوید این کارها به نفع هر دوی ماست. پیدا کردن بیتی که برای هرکسی ممکن است متفاوت باشد و تکرار آن قدر که انرژی‌اش در ما زنده بشود، برای من کمک دیگری هم کرده، که من این کار را با بیتی کردم و ضبط کردم و گوش دادم، می‌توانم با درس‌هایم هم همین‌کار را انجام بدهم، بخونم و ضبط کنم.

چون دید که می‌سوزم گفتا که قلاوزم راهیت بیاموزم کان راه نرفتستی

(مولانا، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)

راه حل دیگر این است که واقعا قلباً تصمیم بگیرم و تعهد کنم که این کار را با توکل به زندگی انجام می‌دهم.



پیام خانم پریسا از کانادا

با سلام خدمت دوستان و همراهان معنوی. با آموزش‌های آقای شهبازی هر بار بیشتر با جنبه‌های مختلف پندار کمال آشنا می‌شوم.

عَلَّتِي بَتَّرَ زِ پندار کمال
نیست اندر جان تو ای دُودَلال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

عَلَّتْ اَبْلِيسُ اَنَاخِيْرِي بُدَهْسْت
وین مرض، در نَفْسِ هر مخلوق هست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶)

آقای شهبازی یک بار با خواندن ابیات بالا، قسمتی از همین بیت را با تأیید، تکرار کردند: «در نفس هر مخلوق هست» و به یک‌باره انگار من چیز جدیدی فهمیدم، بله! در نفس هر مخلوق هست!

به یک‌باره دیدم فقط آن‌هایی که فکر می‌کنند از دیگران برتر هستند، فقط آن‌ها نیستند که پندار کمال دارند. آن‌هایی هم که فکر می‌کنند از دیگران پایین‌ترند و حس نقص می‌کنند، آن‌ها هم پندار کمال دارند.

عجب! پس همه انسان‌ها یک مرض و یک دشمنی در وجود خودشان دارند. مرض عجیبی به نام «پندار کمال». حس کامل بودن و حس ناقص بودن، دو روی یک سکه هستند. دقیقاً یک سکه (نه دو سکه مختلف). این‌ها یکی هستند. ریشه‌شان یکی است.

پس وقتی من با ایراد گرفتن از انسان دیگری حس نقص را به او منتقل می‌کنم، دارم استخوان لای زخم پندار کمال او می‌گذارم. دارم پا در خارزار می‌گذارم، پا روی مین می‌گذارم. پس تعجب نکنم اگر فرد مقابل منفجر شود، اگر واکنش نشان دهد، اگر شروع به دفاع کردن از خود بکند، و یا اگر بخواهد به من ثابت کند که خوب است و خوب می‌داند و بهتر متوجه مسائل است و هیچ نقصی ندارد.

این‌ها همه از پندار کمال سرچشمه می‌گیرد. هم منی که به او اشتباهش را گفته‌ام و حس نقص را به او منتقل کرده‌ام، پندار کمال دارم، چون فکر کرده‌ام برتر هستم و حق دارم که از کسی ایراد بگیرم، هم طرف مقابل من که به دفاع از حیثیت خود در ذهن می‌پردازد، پندار کمال دارد. برای همین باید خیلی مراقب بود. هر جا که می‌رویم خارزار است. این‌که همه‌جا خارزار است، من را به یاد بیت زیر انداخت:

گفت حق که بندگان جُفت عَوْن
بر زمین آهسته می‌رانند هَوْن
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۴)

پابره‌نه چون رود در خارزار؟
جز به وقفه و فکرت و پرهیزگار
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۵)

یعنی بندگان که از خدا طلب یاری می‌کنند، بر روی زمین آهسته و با فروتنی راه می‌روند. چون آن‌ها می‌دانند همه انسان‌ها به‌خاطر پندار کمالی که دارند، خارزار هستند. کلی خار درد دارند. انسان‌ها به‌خاطر داشتن پندار

کمال میدان مین هستند و آماده انفجار می‌باشند. کافی است که با ایرادگیری از یک نفر، پندار کمال را در او تحریک کنی، آن وقت مثل مین منفجر می‌شود.

درسی که مجموع این ابیات به من می‌دهند، این است:

۱ - همه انسان‌ها پندار کمال دارند، پس آماده انفجار هستند.

۲ - من باید در ارتباطات خود بسیار محتاط باشم و به قول مولانا بر زمین خدا، آهسته و با فروتنی راه بروم. نکند پندار کمال در من باعث این بشود که از یک انسان دیگر ایراد بگیرم، و در نتیجه باعث شوم مرض پندار کمال در فرد مقابل هم بالا بیاید.

۳ - من با فروتنی و پرهیزگاری و کم کردن پندار کمال در خود، می‌توانم به اطرافیان خود و کسانی که با آنها ارتباط می‌گیرم هم کمک کنم تا پندار کمال در آنها بالا نیاید، و یا حداقل کمتر بالا بیاید، و کمتر خراب‌کاری کند.



پیام آقای داریوش از ژاپن

سلام آقای شهبازی از ژاپن تماس می‌گیرم. خواستم گوشه کوچکی از وضعیت گذشته خود را که در این سال‌ها داشتم خدمتتان بگویم. و ارتباط آن را با دو بیت از مولانا.

اگر من با آموزه‌های مولانا آشنا بودم و معنی دو بیت از آن را فهمیده و درک می‌کردم، چهل سال در زندگی خود درجا نمی‌زدم. تا آن جایی که می‌دانم آدم کارکن و پرتلاشی بودم و زیاد ولخرجی نمی‌کردم و به قول معروف آدم قناعت‌کاری بودم و ظاهراً دلسوز و مهربان البته از دید خانواده و اطرافیان، و اما درون انگار چیز دیگری بود.

حقیقتاً تلاش و کوشش می‌کردم و هدفم این بود که خود و خانواده به آرامش و خوش‌بختی برسند. حقوقی که می‌گرفتم مختصری از آن را برای خورد و خوراک خود برداشته، بقیه آن را برای خانواده در ایران می‌فرستادم، تا بلکه برادران با آن کاری انجام دهند و همین‌طور خودشان مشغول باشند و حق ما هم محفوظ باشد.

مدت زمان این رویه و روش کار هشت، نه سال ادامه داشت. با کار سخت و تلاش زیاد بعد از این هشت، نه سال و بعد از آن با تماس‌ها و تلفن‌های مکرر که چکار کردید و کار به کجا رسیده، اطلاع دادند که هیچ سرمایه‌ای وجود ندارد؛ بله! سرمایه به عناوین مختلف و توسط افراد مختلف خورده شده و از بین رفته‌اند.



با این همه اطمینان و اعتماد نتیجه صفر! مثل این‌که آن‌طور که من فکر می‌کردم اوضاع به‌خوبی پیش نمی‌رفته که هیچ، بلکه هم خیلی اوضاع وخیم بوده.

هشت، نه سال هم نگو که من ساده‌تر از این حرف‌ها هستم، هشت، نه سال هیچ، حالا باید هشت، نه سال هم کشمکش و ستیزه و دعوا آیا به حقم می‌رسیم یا نه! که نرسیدیم هم، آن بماند.

خلاصه این‌که نه تنها خود و خانواده به آرامش و خوش‌بختی نرسیدیم هیچ! خود خانواده را درگیر دادگاه و پاسگاه و یک مشت کلاهبردار و تبهکار کرده بودم، یعنی به راه انداختن جنگ!

زندگی شده بود زهر مار. حاصل و دست‌آورد این سال‌ها صفر، درعوض کارافزایی، مسئله‌سازی، دشمن‌سازی و درد و روابط خراب و خشم در سطح بالا و صددرصد، ریب‌آلمون به تمام معنا.

همین بود که عرض کردم درجا زدم، به همین منوال جدال‌ها، کشمکش‌ها، ستیزه ادامه داشت تا این‌که مولانا در مسیر راهم قرار گرفت.

مدت زیادی طول نکشید که کلاً وضعیت عوض شد و زیر و رو شد متوجه شدم که هیچ‌کسی مقصر نیست، مسئول منم، من باید حواسم روی خودم باشد، نورافکن باید روی خودم باشد، تقصیر خانواده، آدم‌ها، سرنوشت، شانس، ارثی بودن، ژن، مکان یا موقعیت خراب و از این قبیل حرف‌ها نیست و باید دست از سر این و آن بردارم که همه‌چیز از خودم شروع شده و به این‌جا ختم شده و باعث‌وبانی همه آن‌ها جز خودم، کس دیگری نیست اگر بخواهم تا آخر عمرم این و آن را مقصر بدانم، وضع از این بدتر هم خواهد شد.

من باید خودم را تغییر بدهم، بله با مولانا راه جدید، بینش نو به‌وجود آمده و همه‌چیز و همه‌کس بخشیده و عفو شده‌اند. از مولانا عشق و عشق ورزیدن را آموختم، و این مسیری است که تا آخرین نفس رهپیمای این راه خواهم بود.

بله همه آن دشمنی و کینه و استرس از بین رفته و حتی شاید ارزش یادآوری هم نداشته باشد، ولی بلکه به‌عنوان یک تجربه گفته می‌شد و فکر می‌کنم که شاید زندگی این‌طور خواسته بوده که من این بالا و پایین شدن‌ها را طی کرده و بعد به مولانا برسم و شاید برای آدمی مثل من لازم بوده که این مراحل را طی کنم.

این بود که عرض کردم دو بیت مولانا را اگر شنیده و درک کرده بودم، شاید می‌توانستم من‌ذهنی خود و دیگران را زودتر و بهتر شناسایی کنم و این‌همه سال طول نکشد.

و این دو بیت مولانا این‌ها هستند از دفتر دوم ابیات ۵۹۰ و ۵۹۱:

گر گریزی بر امید راحتی زان طرف هم پیشت آید آفتی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۰)

اگر به امید راحتی و آسایش به هرجایی، به هر شهری، به هرکسی پناه ببری و از شرایط فعلی خود فرار کنی باید بدانی که هرجا روی آفت دیگری پیش می‌آید. چون که من‌ذهنی پُردرد را در مرکز خود دارید، با این من‌ذهنی هرجای این دنیا برای شما یک زندان است.

هیچ کُنْجی بی‌دَد و بی‌دام نیست جز به خلوت‌گاهِ حق، آرام نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

انسان در چنگال من‌ذهنی خود گرفتار است به هرجا رود مورد آزار من‌ذهنی خود و دیگران قرار می‌گیرد. تنها خلوت‌گاه آرام، محل آرامش بی‌سبب است، فضای یکتایی است که باید در درون هر انسانی گشوده شود و این تسلیم و پذیرش بی‌قید و شرط اتفاق این لحظه است که باعث گشوده شدن فضا در درون می‌شود، امنیت و ثباتی که همیشه در انسان پایدار می‌ماند.



صحبت‌های آقای شهبازی راجع به خاصیت جذبِ دردِ من‌ذهنی به خاطر قانونِ جذب

من‌ذهنی را با خودمان هر جا ببریم، یک خاصیتی دارد که هم‌جنس خودش را اطراف خودش، ولو از فرهنگ‌های دیگر از زبان‌های دیگر دور خودش جمع می‌کند، که به او آزار بدهند و او را اذیت کنند، طبق قانونِ جذب چون درد حمل می‌کند، یک انرژی خاصی دارد و باید آن بیت را عمل کند، که :

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کُند نفسِ زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

من‌ذهنی این را هر لحظه اجرا می‌کند، پس ما به‌عنوان من‌ذهنی هر لحظه خودمان به هرکسی می‌رسیم لطمه می‌زنیم، ظاهر آن خوبی است احسان است، ولی باطن آن، با توجه به این‌که این قانون را زیر پا می‌گذارد، قانون چیست؟ قانون عبارت از این است هیچ کس اگر اسم او انسان است و به‌صورت انسان خلق شده، نباید پس از ده-دوازده سالگی به‌عنوان من‌ذهنی حرف بزند عمل کند، بلکه باید خودِ زندگی از طریق آن‌ها فکر کند عمل

کند، که می‌گوید: تو خاموش باش تا من از طریق تو حرف بزنم. اگر این قانون را زیر پا می‌گذارد به خودش و به دیگران لطمه خواهد زد. پس یک من‌ذهنی هر جا باشد، می‌گوید من یک دستگاهی هستم فرض کنید، یک موتور هستم، یک سیستمی هستم، یک باشنده‌ای هستم که هرکسی را می‌بینم لطمه می‌زنم، هرکسی هم به من می‌رسد باید به من لطمه بزند.

حالا شما نگاه کنید ببینید که به صورت جمعی این چقدر خطرناک می‌شود. وقتی آدم‌هایی بخاطر یک مثلاً باور خاصی دارند دور هم جمع می‌شوند، که این‌ها می‌خواهند به خودشانشان لطمه بزنند، به دیگران هم لطمه بزنند، به ما‌های دیگر لطمه بزنند، همین جنگ‌ها پیش می‌آید، همین اوضاع پیش می‌آید.

گفتیم در مدت ۴۵۰۰ سال گذشته، انسان فقط یا جنگ کرده، یا آماده می‌شده برای جنگ. البته بهانه او هم همانندگی‌ها هستند. ولی علت اصلی آن نوع هشیاری است که بنا به قانون ایزدی این هشیاری نمی‌تواند در انسان باشد. انسان پس از یک مدتی باید به هشیاری حضور برسد.



پیام آقای مهران از کرج

«رُدُّوا لَعَادُوا» های یک جوان همانیده

رُدُّوا لَعَادُوا یعنی شکستن عهد انسان که خدا در قرآن می‌گوید من می‌دانم که تو توبه‌شکن هستی و فضای بی‌نهایت زندگی را به جهان فرم، مفت و ارزان می‌فروشی.

مهران چند خصوصیت بد دارد که پس از ۲۸ سال، به برکت گنج‌حضور شناسایی شد. با این‌که این خصوصیات به دلیل درمان نشدنش ریشه‌دار شد، باز هم شکر خدا که درمانش از طریق مولانا و جناب شهبازی پیدا شد. مرض‌هایی که من‌ذهنی در مدت خیلی زیادی آن را پرورش می‌دهد، نیاز به طول درمان زیادی هم دارد. مثلاً مرضی که ۲۸ سال با من بوده، چطور می‌شود یک یا دو ساله ریشه‌کن شود؟ پس باید تابع امر «إِصْبِرْ» یا «صبر کنید» باشیم که از سوی زندگی‌ست.

همچنان چون شاه فرمود: **إِصْبِرْ**

رغبتی باید کز آن تابی تو رُو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۸۱)

تابی تو رو: از آن جدا شویم

وقتی شاه به من فرمان صبر داد، من رغبتم را قوت دادم تا از علت‌ها و مرض‌هایم جدا بشوم.
مهران به‌عنوان یک من ذهنی پر از مرض می‌گوید:

**گفت: زین پس من تو را بینم همه
ننگرم سوی سبب و آن دمدمه
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۷)**

مهران می‌گوید زین پس من فقط تو را در مرکز خودم راه می‌دهم، تا مرض‌ها را از بین ببری. اما مهران به‌محض این‌که اندکی فضا را باز می‌کند، دوباره فضا‌بندی می‌کند و مرض‌ها بالا می‌آید. و زندگی می‌گوید:

**گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کار توست
ای تو اندر توبه و میثاق، سست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)**

زندگی یا خدا به مهران می‌گوید کار تو عهدشکنی و سستی است. تو اگر در ۲۴ ساعت روز، یک دقیقه فضا باز کنی، ۲۳ ساعت و ۵۹ دقیقه فضا را می‌بندی. این عهد و میثاق تو خیلی سست شده است.

آقای شهبازی من یک ایرادی دارم که این باعث کارفزایی‌های بسیار زیادی شده. و این ایراد من فراموش‌کاری هستش. در کلاس شما فهمیدم که وقتی من به ذهن و خواب تسلسل افکار می‌روم، همه امور به دست من ذهنی می‌افتد و من شبیه کسی می‌شوم که در شب در خواب راه می‌رود بلند می‌شود محکم به دیوار می‌خورد، زیرا آن در خواب راه می‌رود.

یک نمونه‌اش را می‌خواهم تعریف کنم. اواخر همین ماه پیش نزدیک عید بود. دو روز مانده بود که از کارم تعطیل بشوم. حسابدار شرکت با من تماس گرفت و گفت که وقتی از یکی از مشتری‌ها چک گرفتم مهر پشت چک را فراموش کرده بودم بگیرم. از خانه تا شرکت رفتم چک را گرفتم. و از شرکت تا فروشگاه مشتری رفتم برای گرفتن یک مهر و از فروشگاه تا شرکت برای تحویل چک رفتم و از شرکت تا خانه هم رفتم. این فرآیند یعنی نزدیک ۲۰۰ کیلومتر دوندگی ماشین و سوخت بنزین و مصرف انرژی.

اگر من آن لحظه تحویل چک به خواب ذهن نمی‌رفتم و تمام حواسم را متمرکز بر کارم می‌کردم چنین کارافزایی زیادی را نمی‌کردم.

علاوه بر این مورد در خصوص فراموشی کارافزایی‌های زیاد دیگری داشتم که واقعاً ضررهای بسیاری به من می‌زند. جریمه‌های کارافزایی از خاصیت قوانین زندگی است که مولانا با «فرمانِ مُر» یا فرمان تلخ از آن یاد می‌کند.

آن شتربان سیه را با شتر سوی من آرید با فرمانِ مُر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۳۷)

من وقتی فراموش‌کار می‌شوم، به گفته مولانا می‌شوم «شتربان سیه با شتر». زندگی می‌گوید:

آن شتربان سیه را با شتر سوی من آرید با فرمانِ مُر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۳۷)

یعنی آن من‌ذهنی که فراموش‌کار شده و از ذهن امر می‌گیرد را با تلخی‌ها و جریمه‌ها به‌سوی من بکشانید. درست است که با تلخی کشانده می‌شویم. اما این تلخی رحمت زندگی است. این تلخی مانند داروی تلخ است که ما را از امراضمان آگاه می‌کند. مثلاً وقتی من سرما می‌خورم، این سرماخوردگی به من گلودرد و کسلی و بی‌حالی می‌دهد تا من به فکر درمان باشم. وقتی من از طریق فراموشی جریمه و تنبیه می‌شوم، این یعنی زندگی پیغام می‌دهد به اصل خود بازگرد تا جرایم و تلخی‌ها به پایان برسد.

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم رحمتم پُرست، بر رحمت تنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

پس تلخی‌ها یا فرمانِ مُر همان رحمت زندگی است

من که خصم هم منم، اندر گریز تا ابد کار من آمد خیز خیز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۰)

