



پیغام عشق

قسمت ہزار و پانصد و دوازدہم





برداشتی از قصه دلک

مولانا سناریویی را طراحی کرده است که در آن شاه که نماد زندگی است در شهر اعلام می کند که چه کسی می تواند از سمرقند که فضای یکتایی است برای من خبر بیاورد.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۰

سید ترمَد که آنجا شاه بود

مسخره او دلک آگاه بود

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۱

داشت کاری در سمرقند او مهم

جست اَلاقی تا شود او مُستتم

دلک نماد تک تک ما انسان هاست که با اعمالمان شاه را می خندانیم و آگاه به هشیاری جسمی هستیم. حالا زمان این رسیده است که شاه بتواند از طریق ما گنجی را که نهان کرده بود آشکار کند.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۹

کُنْتُ كَنْزاً كَفْتُ مَخْفِيّاً سَنُو

جوهر خود گم مکن، اظهار شو

شاه که همان نماد خداوند است می گوید ای انسان، گوهر اصلی خودت را گم نکن و آن را با همانیدگی ها نپوشان.

حدیث

«كُنْتُ كَنْزاً مَخْفِيًّا فَأَحْبَبْتُ أَنْ أُعْرَفَ فَخَلَقْتُ الْخَلْقَ لِكِي أُعْرَفَ.»

«من گنجی نهان بودم، دوست داشتم شناخته شوم، پس آفریدم آفریدگان را تا شناخته شوم.»

وقتش رسیده دلک دست از مسخره‌بازی بردارد و مستم یعنی تمام‌کننده باشد، یعنی برود و از آن جا خبر بیاورد. شاه می‌خواهد که او به هدف اصلی آفرینشش که زنده شدن به او و پیام آوردن برای همه موجودات و خلایق است برسد.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۳

دلک اندر ده بُد و آن را شنید

بر نشست و تا به ترمَد می‌دوید

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۴

مَرگِبی دو اندر آن ره شد سَقَط

از دوانیدن فَرَس را ز آن نَمَط

دلک در ده است، یعنی در ذهن و هشیاری جسمی به سر می‌برد و وقتی که می‌شنود که زمان آن فرارسیده که از ذهن خارج شود، چنان با شتاب و مقاومت و تعجیل می‌خواهد خودش را به شاه برساند و بگوید نه من نمی‌توانم که دو اسب را به کشتن می‌دهد. این کشتن دو اسب و تعجیل چه حقایقی را برای ما آشکار می‌کند؟

دلک نماد تک‌تک ما انسان‌هاست که تا خردسالی و کمی بالاتر با کارهای خنده‌دارمان دل شاه ریشه می‌رفت. وقتی عروسکمان را گم می‌کردیم و برایش گریه می‌کردیم یا وقتی موقع بازی با هم دعوا می‌کردیم و همدیگر را می‌زدیم، شاه



به ما می‌خندید. بزرگ‌تر که شدیم در سن ده‌سالگی شاه پیک فرستاد که موقع آن شده تا با هرچه همانیده شده‌اید را رها کنید و مرکز را خالی کنید و به فضای یکتایی بروید، اما ما هیجان‌زده گفتیم هنوز ما خانه و ماشین نداریم، ازدواج نکردیم، مسافرت نرفتیم و آن‌چنان شتاب‌زده شدیم که گاهی بدن خودمان را بر اثر استرس به دست آوردن همانیدگی‌ها از دست دادیم و در حالت بهتر مالمان را بر سر حرص و جمع کردن بیشتر پول و ثروت هدر دادیم. ما خواستیم بگوییم و ثابت کنیم که شاه، زندگی من نمی‌آیم، درست است که من آگاه هستم که باید به تو زنده شوم و می‌دانم که در الست با تو پیمان بستم، اما حالا نمی‌توانم، این کار از عهده من بر نمی‌آید.

حتی تعلیماتی هم که همه ادیان آورده‌اند به‌جای رهانیدن از ذهن به نوعی تبدیل به همانیدگی شده و ما را بیشتر در ذهن گیر انداخته است، طوری که برای باور و دین انسانیت را می‌کشند و ادعای رفتن به فضای یکتایی را با کشتن هزاران انسان دارند.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۶

فُجُجُجی در جمله دیوان فتاد

شورشی در وهم آن سلطان فتاد

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۷

خاص و عام شهر را دل شد ز دست؟!

تا چه تشویش و بلا حادث شده‌ست

دلک با عجله می‌خواست شاه را ملاقات کند و با این استرسی که داشت همه خلق را به تشویش انداخت. در سطح خانواده استرس و مقاومت پدر و مادر که در رأس خانواده قرار دارد چنان تشویشی در بچه‌های آن‌ها ایجاد می‌کند که در سنین



پایین که قرار است شاه هنوز از حرکات آن‌ها بخندد، آن چنان دچار اضطراب و تشویش و ترس می‌شود که دل شاه را به درد می‌آورند و در سطح جمع در همه جای دنیا که نگاه می‌کنیم، نشان از ترس، مقایسه، حسادت، دشمن بینی، مسئله‌سازی، حرص، قبض، رنجش، خودبینی می‌بینیم. همه این‌ها یعنی چه؟ یعنی مقاومت، یعنی ای خداوند، ای زندگی، من نمی‌آیم، من نمی‌خواهم به الست عمال کنم. می‌گویند خاص و عام شهر همه از این عمل دلک ترسیدند. ترس و تشویش دلک به همه منتقل شد. ما هم همین‌طور هستیم، همه جا در حال صحبت هستند که بالاخره چه به سر این جهان که در سرما و یخبندان فرورفته، می‌آید، می‌ترسند که بمیرند و غذا بهشان نرسد غافل از این که مرده‌اند، خودشان نمی‌دانند. ما در دهلیز قاضی به دلیل لجبازی خودمان گیر کرده‌ایم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۲۱

از شتاب او و فُحشِ اجتهاد

غُلُغُل و تشویش در تَرَمَد فتاد

واقعاً این عاقلانه است که دلک دو اسب را بکشد و عجله کند تا به شاه برسد و بگوید من نمی‌توانم. انسان‌ها در حال شتاب هستند که به شاه بگویند من نمی‌توانم به فضای یکتایی بیایم؟ چرا؟ دلک امکاناتش را که دو اسبش بود از دست داد تا بیاید به شاه بگوید من نمی‌توانم؟ ما هم با استرس و مقاومت و شتابان می‌گوییم نمی‌توانیم ذهنمان را رها کنیم. به نظرم این ماندن و حرکت نکردن به فضای یکتایی دلایلی دارد.

۱- ما همچون طفلی می‌مانیم که در رحم مادر است و جهان بیرون را ندیده، نمی‌خواهد از رحم بیرون بیاید.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۷

همچنانکه آن جنین را طمَعِ خون

کآن غذای اوست در اوطانِ دون

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸

از حدیثِ این جهان، محجوب کرد

غیرِ خون، او می نداند چاشتِ خورد

۲- تقلید از عجله و شتاب همدیگر

شتاب دلک که مولانا به عنوان اجتهاد فاحش یا بیش از حد یاد کرده است، غلغله و ولوله‌ای در شهر به راه انداخت و همه تجسم اتفاق بد را می کردند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۳

مر مرا تقلیدشان بر باد داد

که دو صد لعنت بر آن تقلید باد

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۴

خاصه تقلیدِ چنین بی حاصلان

خشمِ ابراهیم با بر آفلان



مولانا این حرکت را سیران درشت می‌نامد و از زبان شاه می‌گوید که ای دو صد «لعنت بر این زودیت باد». حرکت مداوم ذهن به سمت آینده و گذشته و علاقه او به زمان به مجازی ما را از بودن در این لحظه ابدی محروم می‌کند. به خودم که نگاه می‌کنم، همان دلچکی را می‌بینم که باشتاب خواست به شاه برسد و به او بگوید که از عهده من خارج است که به فضای یکتایی بروم. تمام عمر عجله کردم که به زندگی بگویم من الآن این لحظه وقت ندارم، کاری مهم‌تر از ماندن در این لحظه دارم. از حرکات معمول و ساده که شروع کنم در آن عجله بوده و هنوز هم هست. در صحبت کردن، راه رفتن، غذا خوردن، کار خانه کردن، کار بیرون انجام دادن، در محل کار با بیمار برخورد داشتن، همه در حال شتاب است چون ذهن می‌گوید زود باش وقت نداریم. به عنوان مثال بارها در حال غذا خوردن متوجه شده‌ام که هنوز یک لقمه را نجویده، ذهن می‌گوید زود باش قورت بده لقمه دیگر را بخور، همان جا قورت دادن را متوقف کردم و دوباره شروع به جویدن کردم. من با خانواده‌ام تصمیم گرفته‌ایم که زمان خوردن غذا را طولانی‌تر کنیم. از یک ربع به نیم ساعت افزایش دادیم. من بارها بهشان گفته‌ام که این غذا ساعت‌ها برای تهیه مواد اولیه و پختش وقت صرف شده، چطور در یک ربع یا کمتر ذهن می‌خواهد حریصانه بلعیم بدون این که خوب بجوییم که باعث بیماری‌های معده و دستگاه گوارش می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۰۰

صبر از ایمان بیابد سر کُله

حَيْثَ لَاصْبَرَ فَلَا اِيْمَانَ لَهُ

برای همین است که مولانا می‌گوید هر که ایمان داشته باشد صبور خواهد بود و در لحظه خواهد ماند.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳

نفس و شیطان، هردو یک تن بوده‌اند

در دو صورت خویش را بنموده‌اند

شیطان یا نیروی وسوسه‌گر هر لحظه در حال کارست. همان غلغل و تشویشی که در بیرون است از غلغل و ولوله مرکز ما می‌آید. مرکز ما می‌گوید نه ما این کار را نمی‌توانیم بکنیم. همین است که دلک با عجله می‌گوید من نمی‌توانم. من بارها در خود دیده‌ام که اگر صدها بار بخواهم کاری را انجام دهم تا مرکزم با من همراه نباشد و ذهنم خاموش نشود، نمی‌توانم. ۴- برای ما رفتن به این فضای یکتایی به حالت ضرورت درنیامده است. ما فراموش کرده‌ایم و در خواب ذهن فرورفته‌ایم. ۵- ما اصل خود را نمی‌شناسیم چون بر قرین اصلی خویش در سخن گفتن پیشی گرفته‌ایم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴

بر قرین خویش مَفْزَا در صفت

کَانَ فِرَاقِ اَرْدِ یَقِینِ در عاقبت

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۷

موسیا، بسیار گویی، دُور شو

ور نه با من گُنگ باش و کور شو



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۶

گوش را بندد طمع از استماع

چشم را بندد غرض از اطلاع

گوش و چشم را همانیدگی‌ها و خواستن بی‌رویه ذهن بسته است. گوش سرّ ما بسته است.

۶- نظم و قانون زندگی را یا نمی‌شناسیم یا اگر می‌دانیم و آگاه هستیم فکر می‌کنیم مانند حیلۀ کردن در جمع‌آوری همانیدگی‌ها در این خصوص هم می‌توانیم با عقل جزئی خود قوانین را عوض کنیم.

دلک می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۴۳

من شتابیدم بر تو بهر آن

تا بگویم که ندارم آن توان!

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۴۴

این چنین چستی نیاید از چو من

باری، این اومید را بر من متن!

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۴۵

گفت شه: لعنت بر این زودیت باد

که دو صد تشویش در شهر افتاد



دلک با عجله و بدون صبر می گوید من نمی توانم از عهده من بر نمی آید. این کلمات را بارها از زبان خودم و انسان های اطرافم شنیده ام. برای بهتر شدن زندگی خودت و اصلاح اشکالات و ناهماهنگی های بسیاری که در ما وجود دارد باید مسئولیت را بپذیریم و بگوییم بله، چشم، زندگی من امتداد تو هستم، پس باید در خور تو باشم، اما بدون لحظه ای درنگ و صبر و حزم می گوئیم نه، نمی توانیم. همین است که شاه می گوید لعنت به این همه عجله و شتابت باد که در شهر تشویش ایجاد کردی. چرا ذهن همیشه طبل و سورا می زند که من فلان کار را کردم، به من آفرین بگوئید یا نه نمی توانم و از عهده فلان کار بر نمی آیم. انگار کار ذهن نمایش دادن و نشان دادن است.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۰۹

غُلُّغُل و طاق و طُرُنْب و گیر و دار

که نمی بینم، مرا معذور دار

دلک می خواهد با سروصدا از مسئولیتی که پذیرفته شانه خالی کند، اما غافل از این است که نظم کائنات هیچ گونه معذوریتی را نمی پذیرد. حالا عقل کل می گوید این دلک برای کاری آمده بود، حالا پشیمان شده و لجبازی می کند. کتکش بزنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۶۱

ز آب و روغن، کهنه را نو می کند

او به مسخرگی برون شو می کند

اصطلاح آب و روغن کردن یعنی آن قدر مشکلات فشار آورده است که ذهن گیج شده و فرد درمانده شده و فشار مشکلات و درد می تواند تحولی مثبت در شخص ایجاد کند. با مسخره بازی هایی که دلک درمی آورد می خواهد از این دردها فرار



کند. از لجبازی که به صورت فردی و جمعی راه انداخته‌ایم و می‌خواهیم به مسخرگی‌مان ادامه بدهیم، به درد و ریاضت می‌افتیم و کتک می‌خوریم. بسیاری از ما هم مانند دلکک به درد افتاده‌ایم و کتک خورده‌ایم و آن وقت یادمان آمد که ای دل غافل ما برای مقصود و منظور دیگری به این دهلیز آمده‌ایم. حالا که آگاه می‌شویم که باید کتک بخوریم مانند آن دلکک می‌گوییم ای زندگی، در تنبیه من عجله نکن.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۲

تا بدین حد چیست تعجیلِ نَقَم؟

من نمی‌پرَم، به دستِ تو دَرَم

شاد و پاینده باشید، خداحافظ.

مریم از کانادا



با سلام

شوریدن در من ذهنی

چه عواملی من را از مرکز عدم بیرون می کند؟

۱- صورت سازی ذهنی

ذهن بدون ناظر هر لحظه در حال صورت سازی از خودش، افراد دیگر و رویدادها است. حتی صورتی از خدا و معنویت می سازد و بر مبنای این تصویر سازی بلند می شود. آگاه باشم که اصل من بی فرم و بی صورت است.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۰۷

زین قدح های صُور، کم باش مست

تا نگردي بُت تراش و بت پُرس

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۰۸

از قدح های صُور بگذر، مایست

باده در جام است، لیک از جام نیست

۲- سؤال کردن در مسیر معنوی

سؤال کردن یکی از ترفندهای من ذهنی است که ما را در ذهن بیشتر نگه می دارد. زنده شدن به زندگی یعنی بیرون پریدن از ذهن همانیده، من ذهنی برای طرفه رفتن از کار بر روی خود همیشه سؤال ذهنی دارد تا زنده شدن را موقوف به آینده بکند.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۷

چون نپرسی، زودتر کشف شود

مرغ صبر از جمله پَران تر بُود

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۸

ور پیرسی دیرتر حاصل شود

سهل از بی صبریت مشکل شود

۳- تهدیدات من ذهنی خود و دیگران

من ذهنی وقتی می بیند دارد ضعیف می شود ما را می ترساند. پس بلند می گوئیم که ما نمی خواهیم علیه اصل خودمان بشوریم. هیچ چیزی ذهنی نیست که برود و ما ضرر بکنیم. پس به تهدیدهایی که من ذهنی در این راه جلو پای ما می گذارد اهمیت نمی دهیم تا زندگی بتواند جان ما را آزاد کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹

نعره لاضیر بر گردون رسید

هین بپر که جان ز جان کندن رهید



۴- ناز کردن در برابر زندگی

عشوه‌های من ذهنی نشانه بی‌نیازی‌اش نسبت به خداوند است. حس حقارت، حس عدم شایستگی، کوچک دیدن خود، اصلاً هر جور من ذهنی خودش را می‌بیند به عدم نیاز به خداوند منجر می‌شود. همین که ما راه نیاز را در پیش بگیریم، من ذهنی می‌گوید، من می‌دانم و مانع زنده شدن ما به زندگی می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۴

ناز کردن خوش‌تر آید از شکر

لیک، کم خایش، که دارد صد خطر

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۵

ایمن آبادست آن راه نیاز

ترک نازش گیر و، با آن ره بساز

۵- گوش نکردن به پند اصلح

با سبب‌سازی ذهن قضاوت کردن پیر باطل است. ما باید عقل خودمان را در برابر بزرگان و زندگی هر لحظه صفر کنیم. استفاده از خرد زندگی و مولانا چشم عدم ما را کم‌کم باز می‌کند. این کار با درد هشیارانه همراه است، چون ابیات دیوسوز مولانا ایراداتمان را قطعاً نشان می‌دهند، پس به ما بر نمی‌خورد و با ذهنمان قضاوت نمی‌کنیم.



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷۲

گر نخواهی هر دمی این خُفت و خیز

کُن ز خاک پایِ مردی چشم تیز

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷۳

کُحلِ دیده ساز خاکِ پاش را

تا بیندازی سرِ آبِ پاش را

۶- عادت‌های عارضی من ذهنی

لذت مصنوعی همه هیجان‌ات من ذهنی کاذب است. تأخیر در برآوردن نیازهای کاذب باعث می‌شود لذت ذوق انجام آن کار در ما به مرور کم‌رنگ و پس از مدتی میل انجام خواسته من ذهنی در ما از بین برود.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۴

و آنچه باشد طبع و خشمِ عارضی

می‌شتابد، تا نگردد مرتضی

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۵

ترسد ار آید رضا، خشمش رود

انتقام و ذوقِ آن، فایت شود



۷- تأخیر و معطل کردن در من ذهنی

حذر کردن از رفتن به سوی زندگی و تأمل در ذهن و ماندن در آن باعث شور و شر درونی و پیریشان حالی می شود. همین لحظه و همین این جا زمان زنده شدن به زندگی است. ذهن همانیده رفتن به زمان مجازی آینده را برای زنده شدن به زندگی فقط می شناسد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۰۹

در حذر شوریدن شور و شر است

رو توکل کن، توکل بهتر است

۸- تقلید از من های ذهنی

اگر پس از مدتی کار کردن روی خود یک مقدار انباشتگی حضور جمع کرده ایم، فضایی در درون ما باز شده ما دیگر از قرین ها تقلید نمی کنیم، نگذاریم من های ذهنی ما را از راه به در کنند. در کار رسیدن به زندگی، یعنی زاییده شدن از من ذهنی به فضای یکتایی، تقلید به درد نمی خورد.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۸۹

دید خود مگذار از دید خسان

که به مردارت گشند این کرکسان



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۹۱

وآن عصاکش که گزیدی، در سفر

خود بینی باشد از تو کورتر

خیلی ممنونم، خدا نگهدار.

شهناز از هلند



زبان و زیان

از خود پیرسیم آیا نعمت سخن گفتن با زبان را به درد یا زیان تبدیل می‌کنیم و من ذهنی را بزرگ می‌کنیم؟ پیرسیم در روز چقدر با زبان به خود و دیگران ضرر می‌زنیم؟ خوب اگر من ذهنی داریم، زیر بار این مسئولیت نمی‌رویم و می‌گوییم من تجربه دارم و صلاح همسر، فرزند و آدم‌های اطرافم را بهتر می‌دانم، چون آن‌ها اشتباه می‌کنند. مثلاً وقتی عیب دیگران را می‌گوییم که چاق شدی یا لاغر شدی یا چرا بی‌حوصله و افسرده‌ای، چرا صورتت جوش زده و چرا سیگار می‌کشی، چرا بی‌نظمی و چرا ورزش نمی‌کنی؟ همه زیان است. آن‌ها ضعف‌های خود را می‌دانند و بسیار غمگین‌اند، نیازی به گفتن ما نیست. وقتی به آدم‌ها می‌گوییم چه ایرادی دارند داریم به آن‌ها ضرر می‌زنیم و من ذهنی‌شان را مقاومت می‌کنیم، داریم خودمان را بدخو و خالی می‌کنیم و به‌جای این که چراغ باشیم قاضی می‌شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۲۰

گفت: این اوباش، رأیی می‌زنند

تا درین شهرِ خودم قاضی کنند

اوباش من ذهنی است که مدام حرف می‌زند و ما را به قضاوت وادار می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۹۹

ای زبان، تو بس زبانی مرا

چون تویی گویا، چه گویم من تو را؟

مولانا از زبان زندگی می‌گوید تا تو با من ذهنی‌ات حرف می‌زنی من دیگر چیزی نمی‌گویم، مگر این که خاموش شوی. زیان این است که تمرکزمان را از روی خود برمی‌داریم و می‌خواهیم دیگران را عوض کنیم. ما خودمان را هم به‌سختی



عوض می‌کنیم، چون من ذهنی به راحتی نمی‌میرد و از این نفس بریده نمی‌شود، مگر این که به طور مداوم با صبر و شکر و پرهیز روی خود کار کنیم، قانون جبران را رعایت کنیم، انصتوا کنیم و فضا باز کنیم تا کم‌کم از مرده من ذهنی هشیاری زنده بیرون بیاید و ما تغییر کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد

هر که مُرده گشت، او دارد رَشَد

یعنی اگر به من ذهنی بمیریم، زندگی امکان رشد را برای ما فراهم می‌کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۶

بمیرید، بمیرید و زین نَفَس ببرید

که این نَفَس چو بند است، و شما همچو اسیرید

ما باید به خواهش‌های نفسانی بمیریم و بند همانیدگی‌ها را یک‌یک ببریم تا اسیر زبانی که بی حضور ناظر حرف می‌زند و زبان می‌رساند نشویم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۰۰

ای زبان، هم آتش و هم خرمنی

چند این آتش در این خرمن زنی؟



زبان اگر بی ضرورت سخن بگوید مثل آتشی ست که به خرمن هشیاری زده می شود و زیانش به همه کائنات می رسد ولی اگر خاموش باشیم، زندگی از طریق ما حرف می زند و وضعیت های درون و بیرونمان را سامان می دهد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶

أَنْصِتُوا بِيَذِيرٍ، تا بر جانِ تو

آید از جانان، جزای أَنْصِتُوا

انصتوا که از قرآن کریم می آید یعنی خاموش باشید را بپذیرید و با زیانتان زیان نرسانید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۹۱

دست پدر گیر ای پسر، با او وفا کن تا سحر

کامشب منم اندر شرر زآن ابر آتش بار من

پسر ما هستیم که در شب ذهن هستیم و با پندار کمال براساس ناموس و درد حرف می زنیم تا به دیگران ثابت کنیم من می دانم و لحظه لحظه من ذهنی را قوی می کنیم. حال اگر سکوت کنیم، پدر که زندگی ست دست ما را می گیرد و به یادمان می آورد که از جنس الست و فضای گشوده هستیم و می توانیم با خرد آتش بار فضای گشوده شده شرارت و زیان من ذهنی را بسوزانیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۰۲

ای زبان هم گنج بی پایان توی

ای زبان، هم رنج بی درمان توی



زبان فضاگشایی زبان عشق است که محبت، شوق زندگی و تسلیم و ایمان را در همه به ارتعاش می‌آورد، این گنج تمام نمی‌شود مگر این که من‌های ذهنی با زبان تیز و بُرنده‌شان سخن بگویند و کنترل، خشم، کینه، رنجش، توقع، حرص، حسادت و درنهایت جنگ و ویرانی را زیاد کنند. و در آخر دو بیت طلایی که بسیار در من کار کرد را بیان می‌کنم:

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع

منتظر را به ز گفتن، استماع

پس نتیجه می‌گیریم با حرف زدن ارتفاع نگیریم و منتظر باشیم و ببینیم زندگی از طریق ما چگونه سخن می‌گوید، فضا باز کنیم و گوش کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۱۲

هین مشو چون قند پیش طوطیان

بلکه زهری شو، شو ایمن از زیان

پس مولانا می‌فرماید آگاه باش! برای این که تو را تأیید کنند مثل طوطی تقلیدوار حرف نزن و به خودت و دیگران زیان نرسان، ساکت باش و دهانت را ببند، شاید این کار برایت مثل زهر تلخ باشد، ولی بدان که کلام تو باید از نیستان شکر فضاگشایی بیاید.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۲۸

کانِ قندَم، نیسْتانِ شِگَرَم

هم ز من می‌روید و، من می‌خورم

با سپاس فراوان 🙏❤️

دیبا از کرج



سلام، برگرفته از برنامه شماره ۳ گنج حضور:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۵

مُطربِ عشقِ ابدم، زخمهٔ عشرت بزَنم

ریشِ طَرَبِ شانه کنم، سبَلتِ غم را بِکَنم

زندگی می گوید من شادی هستم، شادی عشقِ ابدی. ما ابدی را با ذهن بی نهایت زمان آینده می دانیم، اما ابدیت و بی نهایت دو صفت خدایی ست که اگر به این دو صفت زنده شویم، می توانیم درک کنیم که انسان اصلاً چیست؟ ابدیت یعنی آگاهی به این لحظه که تا بی نهایت ادامه دارد.

مطرب عشق ابدم یعنی ذات من از جنس شادی ست و من درد و غم را نمی شناسم چون با ذات اصلی من سازگاری ندارد. پس به هر کاری که دست می زنم شادی، خرد و آرامش خدایی به آن کار می ریزد و سبیل غم را می کنم و رسوایش می کنم.

آیا شما هر کاری که می کنید شادی خدایی با آن عجین می شود و به آن کار می ریزد؟ آیا با هر کسی که برخورد می کنید می توانید به او عشق و آرامش را ارمغان دهید؟ هرچه ما شادتر و آرام تر می شویم به ذات اصلی خودمان نزدیک تر می شویم. کار اصلی ما هم این است که به شادی خدایی دست پیدا کنیم و گذشتهٔ پردرد خود را رها کنیم و ببخشیم. ببخشیم یعنی به بی اساس و توهمی بودن دردهایمان پی ببریم.

رهایی از رنجش ها و دردهای ما فقط توسط خود ما انجام می شود و مسئول آن فقط خود ما هستیم. هیجانان ما مثل خشم و رنجش باید عمر بسیار کوتاهی مثلاً یک یا دو دقیقه داشته باشند نه این که بیست سال آن را با خود حمل کنیم.



مثالی می‌زنم. زمانی که سنگی را بر روی سطح اقیانوس می‌اندازیم چند دایره روی آب تشکیل می‌دهد و بعد از مدت بسیار کوتاهی آن دایره‌ها از بین می‌روند. هیجان‌ات ما هم همین‌طور باید باشند تا بتوانیم دائم به زندگی وصل باشیم و شادی ابدی داشته باشیم. برای رسیدن به چنین شادی اصیلی برنامه‌گنج حضور راه را برای شروع تمرین معنوی به‌سادگی به ما نشان داده است.

با سپاس فراوان از آقای شهبازی،

لی لا



همراهان عزیز گنج حضور، لطفاً برای ارسال پیغام‌های عشق خود، از کانال تلگرام آقای شهبازی که در زیر مشاهده می‌شود استفاده نمایید. در موارد استثنایی که دسترسی به تلگرام وجود ندارد، می‌توانید پیغام خود را از طریق ایمیل به آدرس ایمیل آقای شهبازی ارسال فرمایید.

با سپاس،

گروه تهیه مجموعه پیغام عشق



تلگرام آقای شهبازی

+1 818 970 3345



ایمیل آقای شهبازی

Parviz4762@mac.com