



پیغام عشق

قسمت دویست و پنجاه و هشتم





آقای علی از رشت



با سلام خدمت استاد عزیز و همراهان محترم گنج حضور.

قانون اساسی من ۳۳ اصل دارد و امروز می خواهم در مورد اصل ششم آن صحبت کنم و چنانچه صلاح دانستید آن را با بقیه ی دوستان به اشتراک گذارید.

اصل ششم، از مهمان و مهمانی رفتن، هراس نداشته باشم.

من ذهنی من به شدت، با مهمان هم هویت بود. آمدن مهمان به ویژه اگر بچه ی کوچک می داشت و یا تعدادشان زیاد بود، همیشه برای من ذهنی من، ایجاد استرس می کرد. نگران بریز و بیاش، کثیف شدن منزل، بی نظمی و.... بود. به همین دلیل همیشه توجیهات خودش را برای نیامدن مهمان و مقاومت در برابر آن داشت. تمایلی به آمدن مهمان به خانه نداشتم، گرچه در مقابل آنان واکنشی نشان نمی دادم و یا شاید آنان متوجه می شدند، ولی به روی من نمی آوردند. البته از آن طرف هم خیلی علاقه ای به مهمانی رفتن نداشتم.

نوعی ترس از حضور مهمان، مانع از آن بود که من ذهنی با روی باز و گشاده، فراوانی و کوثر خدا را به نمایش بگذارد و پذیرای مهمانان برای پیش از یک مدت زمان خاص، باشد. تصویر من ذهنی از آمدن مهمان، بهم ریختگی، بی نظمی و عدم آرامش بود. طبیعتاً مهمانان هم در منزل چنین فردی، خیلی احساس آرامش نمی کنند.

یکی از برکات گنج حضور برای من این بود که بتوانم این هم هویت شدگی را شناسایی کنم. من ذهنی به خیال خودش دلسوز ماست، به ما کمک می کند، درحالیکه دشمنی، درلباس دوست است و همیشه کمکش منجر به درد و جدایی می شود. وقتی دلایل نگرانی من ذهنی را برای نیامدن کسی به منزل بررسی می کنم، تنها به عدم پذیرش، مقاومت و قضاوت می رسم. من ذهنی در جستجوی نظم پارک است. می خواهد هر چیزی همیشه در جای خودش باشد و این بهترین است. اما در جنگل چنین قاعده ای، وجود ندارد. بهترین را زندگی تعیین می کند نه من ذهنی. عقل کل، براساس کن فکان و قضا، بهترین رویداد را برای من رقم می زند، و من فقط باید تسلیم باشم و فضاگشایی کنم.

مولانا در دفتر پنجم می فرماید:

هست مهمان خانه این تن ای جوان
هر صباحی ضیف نو آید دوان

هین مگو کین ماند اندر گردنم
که هم اکنون باز پرد در عدم

هرچه آید از جهان غیبوش
در دلت ضیفست او را دار خوش

—مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴ تا ۳۶۴۶—

مولانا فکرها را به مهمان تشبیه می کند، که هر لحظه وارد ذهن می شوند و ما تنها و تنها وظیفه مان پذیرش آنها با خوشرویی است. در برابر مهمان واقعی هم که به منزل مان می آید همین مسئولیت را داریم، پذیرش، تسلیم، خوشرویی و فضاگشایی. اما باز هم عرض می کنم، دانستن ذهنی این مطالب کافی نیست، عملی کردن آموخته ها در بروز رویدادها، کشیدن درد هشیارانه و عدم واکنش مهمترین مسئولیت ماست.

با سپاس فراوان،
علی از رشت



خانم زهرا از تبریز



سلام بر عشق

برنامه ی ۸۵۰، غزل ۲۱۷، دیوان شمس مولانا

چه نیکبخت کسی که خدای خواند تو را
درآ درآ به سعادت درت گشاد خدا

- بیت اول، غزل اصلی ۲۱۷ -

اصل، خود جذب است، لیک ای خواجه تاش
کار کن، موقوف آن جذبه مباش

- مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷ -

یک عنایت به ز صد گون اجتهاد
جهد را خوفست از صد گون فساد

-مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۹-

هر لحظه و هر ساعت، یک شیوه نو آرد
شیرین تر و نادرتر زان شیوه پیشینش

-دیوان شمس مولانا، غزل ۱۲۲۷-

پنبه اندر گوش حسّ دون کنید
بندِ حس از چشم خود بیرون کنید

-مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۶-

بی حس و بی گوش و بی فکر ت شوید
تا خطابِ ارجعی را بشنوید

- مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸ -

جمله چو شهید و شیر شو، وز خود خود فقیر شو
زان که ز شه فقیر را عشر و زکات می رسد

- دیوان شمس مولانا، غزل ۵۵۰ -

ما ز خود سوی تو گردانیم سر
چون تویی از ما به ما نزدیک تر

- مثنوی، دفتر دوم، ۲۴۴۸ -

خوشا به حال انسانی که خدا را ستایش حقیقی می کند. ذهن و زبانش خاموش است و هر لحظه آنچه را خدا می آفریند، می پذیرد و درگیر زمان نمی شود. تسلیم است و فضاگشایی می کند و در مسیر تغییر هشیاری جسمی به هشیاری حضور آگاهانه تلاش و کوشش می کند و ثابت قدم است. کشت های ثانویه را شناسایی می کند و با عنایت و جذبه ی الهی ریشه ی آنها را می خشکاند و از دیدن بر حسب آنها و فکر و عمل و قضاوت و مقاومت کردن بر اثر آنها رها می شود و خالص و فقیر می شود و از همانیدن دوباره و کشت نو پرهیز می کند.

در سعادت و نیک بختی، به روی چنین انسانی گشوده می شود و هر لحظه مورد خطاب زندگی قرار می گیرد. زیبا می شود و همه چیز را زیبا می بیند زیرا با چشم و گوش عدم می بیند و می شنود. با قلبی آرام و مطمئن، صبورانه و شاکر، هدایت، عقل و قدرت الهی را دریافت می کند و برای خود و انسان های دیگر نور و روشنایی می شود تا راهشان را بیابند. شادی اصیل و بی سبب در وجودش جاری می شود و زیبا و خلاقانه می آفریند. ارزش خود و زندگی را می داند و با زندگی یکی می شود و عشق واقعی را عملاً و با تمام وجود حس می کند و این عشق را به کائنات می ریزد و به هدف آفرینش خود دست می یابد.

-آیات ۲ تا ۸ غزل اصلی ۲۱۷-

که برگشاید درها؟ مفتح الأبواب
که نزل و منزل بخشید؟ نحن نزلنا

که دانه را بشکافد، ندا کند به درخت
که سر برآر به بالا و می فشان خرما؟

که دردمید در آن نی که بود زیر زمین؟
که گشت مادر شیرین و خسرو حلوا؟

که کرد در گف کان خاک را زر و نقره؟
که کرد در صدفی آب را جواهرها؟

ز جان و تن برهیدی به جذبِ جانان
ز قاب و قوسِ گذشتی به جذبِ او ادنی

چنین بلند چرا می پرد همای ضمیر؟
شنید بانگِ صغیری ز ربیِ الأعلی

هم آفتاب شده مطربت که خیز سجود
به سوی قامتِ سروی ز دستِ لاله صلا

تنها خدا و زندگی است که می تواند هشیاری اولیه، آن کشت اول را بکارد و آن را از آفت من ذهنی و کشت های ثانویه حفظ کند و برویاند و به جایگاه اصلی خود برساند. تنها کار ما تسلیم و فضاگشایی و همکاری با زندگی و سپردن خود به دست آن است، نه ستیزه و مقاومت و کارشکنی در کار آن.

پس خود را نسبت به غیر از او کور و کر کنیم و بگوییم نمی دانم تا جذبه و عنایت خدا رویمان کار کند و مرکزمان رفته رفته باز و بازتر شود که همین مرکز باز شده نمی گذارد که دوباره به بیراهه برویم و هدف و مقصود را گم کنیم و این شادی و آرامش و هدایت و عقل و قدرت و حس امنیتی که از مرکز عدم می آید، راه را برایمان روشن و روشن تر می کند و دیگر با من ذهنی و دید همانیدگی هایمان گمراه نمی شویم و غمگین نشده و نمی ترسیم و پذیرش و تسلیمان، همراه با لذت و صبر و شکر و بدون قضاوت و مقاومت و با اعتماد به زندگی انجام می گیرد.

گل شکفته بگویم که از چه می خندد؟
که مستجاب شد او را از آن بهار دعا

چو بوی یوسف معنی گل از گریبان یافت
دهان گشاد به خنده که های یا بشرا

به دی بگوید گلشن که هرچه خواهی کن
به فر عدل شهنشہ نترسم از یغما

چو آسمان و زمین در گفش کم از سیبست
تو برگ من بر بایی، کجا بری و کجا؟

- ابیات ۹ تا ۱۲، غزل اصلی، ۲۱۷ -

در ذهن و با من ذهنی به دنبال خدا و زندگی و سعادت و خوشبختی و رسیدن به کمال بودی! حال که شکفتن خود و زنده شدن به زندگی را لحظه به لحظه، تجربه می کنی و بوی آن را می شنوی و دریافتی که راه رسیدن به او نه در بیرون، که از طریق مرکز عدم است، این بشارت و مژده را با عشق و شادی بی سبب به جهانیان می دهی و درون و بیرون گلستان می شود و دیگر از زمستان همانیدگی ها و غارت آنها نمی ترسی و می دانی همه ی آنها افل و پوسیدنی هستند و به هیچ دردی نمی خورند و عدل خدا پشت آن است و به راحتی می گویی ببر، غارت کن تا من زنده و زنده تر شوم!

چو اوست معنی عالم به اتفاق همه
به جز به خدمتِ معنی کجا روند آسما؟

شد اسم مظهر معنی گاردتُ آن اعرَف
وز اسم یافت فراغت، بصیرتِ عرفا

گلیم را بشناسد به معرفت هارون
اگر عصاش نباشد و گر یدِ بیضا

-ابیات ۱۱۳ الی ۱۵، غزل اصلی ۲۱۷-

جان فدا کردن برای صید غیر
کفر مطلق دان و نومیدی ز خیر

-مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۱۱-

موجب ایمان نباشد معجزات
بوی جنسیت کند جذب صفات

-مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۱۷۶-

خدا در هر چیزی جاری و ساری است و در هر چیزی می توان خدا را دید. ولی تنها انسان است که با وجود داشتن جسم و ذهن می تواند با تبدیل شدن به خدا و زنده شدن به او خدا را بشناساند و گنج پنهان الهی را آشکار کند و نیازی به معجزه و کارهای خرق عادت نیست و انسان زنده به حضور، از این ظواهر و جسم ها گذشته و با دید عدم می تواند خدا و زندگی را در هر چیزی و در هر وضعیتی و در هر انسانی، شناسایی کند و هیچ چیز را خوب و بد نکند، زیرا که هر چیزی هم جنس خود را جذب می کند.

چگونه چرخ نگردد به گرد داد و درش؟
که آفتاب و مه از نور او کنند سخا؟

چو نور گفت خداوند خویشتن را نام
غلام چشم شو، ایرا ز نور کرد چرا

- بیت ۱۶ و ۱۷، غزل اصلی ۲۱۷ -

پس، وقتی انسان با تسلیم شدن و عدم کردن مرکز و صبر و شکر، از او نور و برکت می گیرد و سعادت مند می شود و چشم عدم بین و قوه ی تمییز و تشخیص پیدا می کند و با زندگی همسو و همراه می شود، پس غلام آن چشم دلت شو که نورش را از خدا می گیرد، نه از چیزهای بیرونی، نه غلام همانیدگی ها که چشم دلت را کور می کنند و تو را گمراه کرده و به هپروت می برند.

خدا نور آسمان ها و زمین است.

قرآن کریم، سوره ی نور، آیه ۳۵

از این همه بگذشتم، نگاه دار تو دست
که می خرامد از آن پرده مست یوسف ما

چه جای دست بود، عقل و هوش شد از دست
که ساقیی است دلارام و باده اش گیرا

خמוש باش که تا شرح این همو گوید
که آب و تاب همان به که آید از بالا

-ابیات ۱۸ تا ۲۰، غزل اصلی ۲۱۷-

همین گونه که شرح دادم، عمل کن و در این راه تعهد داشته باش! تلاش و کوشش کن تا خودت رفته رفته آن یوسف مست را، آن خدائیت را که آهسته آهسته می خرامد و به سوی تو می آید بینی و آن هشیاری حضور بیشتر و بیشتر شود و از توبه کردن هم خلاص شوی و عقل و هوش ذهنی ات را بدهی برود و عقل او را بگیری و شراب عشق او، دلت را آرام و مطمئن کند. خاموش باشیم و بگذاریم تا یوسفیت درونمان خودش، خودش را برایمان نمایان کند و توضیح دهد و با ذهن آن را توضیح ندهیم و خودمان در درون، آن را تجربه کنیم.

با تشکر

-زهرا، ۳۶ساله از تبریز-



خانم سهیلا از انگلیس



با سلام
برداشتی از غزل شماره ۱۴۳

دوش من پیغام کردم سوی تو استاره را
گفتمش خدمت رسان از من تو آن مه پاره را

این بیت از زبان انسانی است که آفل بودن من ذهنی اش را شناسایی کرده و به ذات الهی خویش آگاه شده است و هر لحظه با حضور ناظر و بازگشت به این لحظه، با ستاره حضور خود برای زندگی پیغامی از وفاداری به مرکز عدم و اظهار بندگی را می فرستد و می داند که تنها راه اتصال با زندگی و حفظ و صیانت آن تسلیم و فضا گشایی در برابر اتفاقات و ایمان به نیروی زندگی است و این اتصال را هر لحظه با عشق، صدق و اخلاص درون حفظ میکند.

سجده کردم گفتم این سجده بدان خورشید بر
کو به تابش زر کند مر سنگهای خاره را

انسان هوشیار و متعهد به مرکز عدم هر لحظه با مقاومت و قضاوت صفر و باز کردن فضا در حال سجده کردن است و با صبر ، رضایت و خشنودی اجازه می دهد تابش نور زندگی از درون، مرکز همانیده اش را که مثل سنگ خارا سفت شده نرم و لطیف و از جنس خودش کند و آگاه است که هرگونه مقاومت و قضاوت در برابر فرم و اتفاق این لحظه که زندگی با قضا و کن فکانش پیش می آورد او را از جنس من ذهنی و قربانی اتفاق می کند و در این حالت هوشیاری جسمی ما توانایی دیدن و شناسایی همانیدگیها را از دست داده و در غیبت حضور ناظر، نور زندگی در درونمان پوشیده و پنهان می ماند و به فراموشی ذات الهی خود دچار می شویم.

سینه خود باز کردم زخمها بنمودمش
گفتمش از من خبر ده دلبر خونخواره را

شرط خبر دادن به دلبر خونخواره یا زندگی هوشیار شدن و آگاهی از دل پر درد و زخم خودمان است، در غیر این صورت در اثر ناآگاهی و بودن در خواب ذهن به انباشتن هر چه بیشتر بهتر هم هویت شدگی ها و خوشی های کاذب آن و افتادن در چرخه لذت و رنج ادامه خواهیم داد. پس تنها راه نجات، پذیرش و رضا به اتفاق این لحظه و باز کردن فضای بین فکرهاست تا همه دردها و ناخالصیهایی که مرکزمان را پوشانیده در معرض دید زندگی قرار گیرد و هر چه غیر او از دل ما پاک شود و هوشیاری از همانیدگی ها آزاد و از خودش آگاه شود.

و در غزل زیبای شماره ۴۴ مولانا در بیان اهمیت پذیرش و رضا به قضای الهی می فرماید:

آب حیات او بین، هیچ مترس از اجل
در دو در رضای او هیچ ملرز از قضا

و در ادامه غزل ۱۴۳ داریم:

سو به سو گشتم که تا طفل دلم خاموش شود
طفل خسبد چون بجنباند کسی گهواره را

ما به عنوان هوشیاری برای تجربه یک شادی اصیل و بی سبب به این دنیا آمدیم اما شادی اصلی در هم هویت شدن و حس وجود با اجسام، انسان ها، باورها، دردها و هیجانات گم شد و در جستجوی آن شادی اصیل جذب اتفاقات بیرونی شدیم و در چرخه لذت و خوشی و درد و رنج افتادیم و به سوهای فکری و کسب دانشهای ذهنی و گاه انباشتن پول و گاه به دنبال تایید و توجه دیگران و هزاران فریب دیگر من ذهنی افتادیم و آرامش و شادی را در آنها جستجو کردیم و خودمان را از برکات زندگی زنده این لحظه محروم کردیم.

حالا که لطف و کرم زندگی شامل حالمان شده با یادآوری ذات الهی خویش و عدم کردن مرکز از این چرخه لذت و رنج، با یاری و عنایت او می گذریم و با آگاهی به این موضوع مهم که همه اتفاقات و داستانهای زندگی ما در فضای حضور این لحظه اتفاق می افتند و ما بی خبر از این فضای خالی در اطراف اتفاقات که از جنس بی مکانی و بی زمانی ست، جذب فکرها و اتفاقات بیرونی شدیم. حال با کار مداوم و با تعهد به مرکز عدم همراه با صبر، شکر و پرهیز اجازه می دهیم فضای عشقی و پر از برکت و مهر و لطف خداوند را که همه چیز را در بر گرفته، به آرامی گهواره ذهنمان را بجنباند تا طفل دلمان آرام و قرار یابد و شادی و برکات زندگی در شهر وصلت را به یاد بیاورد.

طفل دل را شیر ده ما را ز گریه اش وارهان
ای تو چاره کرده هر دم صد چو من بیچاره را

انسانی که به اصل و ذات الهی خویش آگاه شده می داند که فقط در فضای گشوده شده و با دید عدم و فرار نکردن از این لحظه است که می تواند در شهر وصلت دل مستقر شود و اتصال با خدا و شیر زندگی را چاره دردها، چالشها و نگرانیها کند. پس می توانیم فعالانه و هوشیارانه در حالی که ناظر و شاهد احوالات درون و افکار و پیرامونمان هستیم، آینه زنگار گرفته وجودمان را در مقابل نور و خرد او قرار دهیم تا جانمان را صیقل دهد و با دادن شیر زندگی و نور عدم ما را از آوارگی و سرگردانی در بیابان ذهن و دنیا برهاند و تمام دردهایمان را چاره کند.

شهر وصلت بوده است آخر ز اول جای دل
چند داری در غریبی این دل آواره را

وقتی ما به عنوان هوشیاری در لباس فرم پا به این جهان گذاشتیم، در شهر وصلت، در فضای یکتایی این لحظه بودیم و حالا هم همه ما در فضای خالی یکتایی هستیم ولی به آن آگاه و هوشیار نیستیم و توجهمان جذب اتفاقات و فکرها شده و خویش اصلیمان را که یک حضور پاک و درخشان است فراموش کردیم. ولی در این لحظه می توانیم هوشیارانه انتخاب کنیم که با بازگشت به این لحظه، همسو و هماهنگ با حقیقت الهی خود زندگی کنیم و با دید مرکز عدم و حضور ناظر در میدان این لحظه در اتصال با شهر وصلت که از ابتدا محل ملاقات ما بوده قرار بگیریم تا ما را از غربت این جهان و خواب ذهن برهاند و عشقش و برکاتش را با ما که اجزایش هستیم شریک شود.

من خمش کردم ولیکن از پی دفع خُمار
ساقی عشاق گردان نرگس خُماره را

برای اینکه زندگی بتواند به ما کمک کند و خماری و دردهای ما را شفا دهد باید در این لحظه با ذهن خاموش در دسترس او قرار بگیریم شرط کمک او به ما خاموشی ذهن و بازگشت به این لحظه است تا زندگی بتواند نظرش را روی ما نگه دارد و ما فکر و عمل مان را با جریان زنده و پویای زندگی در این لحظه هماهنگ کنیم و ساقی عاشقان، نور، خرد و برکاتش را در فضای هوشیاریمان جاری گرداند و ما را شایسته انطباق و آگاه شدن هوشیاری از هوشیاری کند.

پس شما خاموش باشید انصتوا
تا زبانتان من شوم در گفتگو
دفتر دوم مثنوی بیت ۳۶۹۲

شاد باشید، سهیلا از انگلیس



آقای فرشاد



با سلام و خداقوت

ما وقتی به دنیا می‌آییم، خانواده و جامعه به ما یاد می‌دهند که هدف از زندگی این است که ما خوشبخت بشویم، عاقبت بخیر بشویم، انسان بزرگی بشویم و به آرامش برسیم. یک چیزهایی در دل ما قرار می‌دهند که برای ما بسیار مهم می‌شود و ما یاد می‌گیریم این خوشبختی و آرامش را از زیاد کردن این چیزها بدست بیاوریم. مثلاً یاد می‌گیریم زندگی یعنی این که کار کنیم، ازدواج کنیم و فرزندان خوب تربیت کنیم و یک خانواده دارای آبرو و احترام تشکیل بدهیم. یاد می‌گیریم باید در همه چیز بهتر و برتر باشیم و فکر کنیم خوشبختی و شادی یعنی این که هر کاری بکنیم تا تایید و توجه بدست بیاوریم. یاد می‌گیریم باورهای مختلف را جدی بگیریم و زندگی خود را براساس آن باورها سازماندهی کنیم. یاد می‌گیریم خوشبختی یعنی پول، مقام، شهرت، خانه، ملک، دانش و...

کم کم جلو می‌رویم و این چیزها را زیاد می‌کنیم، مدام فکر ما این است که چگونه چیزها را زیادتر کنیم تا به زندگی برسیم. درس می‌خوانیم و دانشگاه خوب قبول می‌شویم و کل شهر برایمان دست می‌زنند، می‌بینیم زندگی نداد. می‌گوییم با فلان شخص رفیق شوم، آدم‌های زیادی را بشناسم، فلان وسیله را بخرم، فلان ماشین، فلان کار، ازدواج، بچه و هیچ کدام زندگی نمی‌دهند و تازه روز به روز درد ما بیشتر می‌شود. تمام آن چیزهایی که فکر می‌کردیم بهشت است، جهنم ما شدند.

زآنکه نامی بیند و معنیش نی
چون بیابان را مفازه گفتنی

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۶۵-

مر بیابان را مفازه نام شد
نام و رنگی عقلشان را دام شد

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۷۳-

مانند کسی که بیابان را جای رهایی و پناه تعریف کند، ما من ذهنی که پر از همانیدگی‌هاست را مانند بهشت می‌دانیم و می‌خواهیم از آن زندگی بگیریم، فقط روی همین حساب که روز اول به ما گفتند این چیزها مهم است.

سفر کردم به هر شهری دویدم
چو شهر عشق من شهری ندیدم

ندانستم ز اول قدر آن شهر
ز نادانی بسی غربت کشیدم

به غیر عشق آواز دهل بود
هر آوازی که در عالم شنیدم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۰۹-

ما همه چیز را امتحان کردیم، به هر شهری سفر کردیم برای گرفتن زندگی، ولی نداد. مولانا می گوید ما باید به شهر عشق برویم، یعنی دل مان را از آن چیزها خالی کنیم و فضای گشوده شده بشویم. اگر تا به حال دردهای زیادی کشیدیم، به خاطر پر بودن مرکزمان از همانیدگی ها و دوری از شهر عشق است. تمام آن چیزها مانند آواز دهل بودند که از دور ظاهراً خوب بودند.

مولانا می گوید ما خودمان شادی هستیم، زندگی هستیم آرامش هستیم، نیازی به چیزی نداریم، بلکه برعکس آن چیزها روی این شادی را می گیرند.

کشت اول کامل و بگزیده است
تخم ثانی فاسد و پوسیده است

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۹—

با تشکر
—فرشاد—



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود

