



پیغام عشق

قسمت هفتصد و چهاردهم





کشف فضای اتقوا

آقای شهبازی در برنامه‌های گنج حضور بارها گفتند: ابیات کلیدی را تکرار کنید. هفته پیش متوجه شدم که وقتی این صحبت را گوش می‌دهم فکر می‌کنم آن را به دیگران می‌گویند، نه به من. ناز کردنِ خودم را دیدم. من ذهنی در من مثل بیماری است که پشتش زخم است و از آن خون می‌چکد ولی یک کت شلوار شیک پوشیده و در حال مرخص شدن از بیمارستان خیلی مؤدبانه از جراح هم تشکر می‌کند. درک کردم که احساس اضطرار نعمتی بزرگ است. وقتی با گنج حضور یا همان مولانا قرین شده‌ام، مثل این است که آدمی را که خطرناک‌ترین مار او را گزیده باشد، به بهترین بیمارستان جهان در تخصص درمان زخم مار برده باشند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳

جز خضوع و بندگی و، اضطرار

اندرین حضرت ندارد اعتبار

بعد از احساس نعمت اضطرار و نیاز به درمان، خود را دیدم که در بیمارستان مولانا، خوش و خرم خوابیده‌ام و اصلاً عجله‌ای برای مرخص شدن ندارم. پرستارها اطرافم هستند، یک نفر سرم وصل می‌کند، یک نفر شربت‌ی درست کرده و با مهربانی و گرمی دستم را گرفته و می‌گه این را بخور، کمی تلخه ولی برایت خوبه، دکتر جراح هر روز به زخم من سر می‌زنه، با نهایت حوصله و صبر مرهم را عوض می‌کنه و یک مرهم تازه می‌گذاره، زخم هر روز بهتر می‌شه و من با رضایت، اعتماد و خیال راحت فقط شکر می‌کنم، دیگه دنبال این که کار زود تمام بشه و هرچه زودتر از زیر دست دکتر بیرون بیام نیستم. نمی‌خواهم بی ادبی عظیم آن شاگرد ویلونی باشم که بهترین استاد ویلون او را به خانه باشکوهش دعوت کرده ولی این شاگرد می‌گوید وقت ندارم پیام، تازه خودم دیگه بلدم و تنهایی تمرین می‌کنم، بدون شما. این آگاهی همراه بود با تکرار این بیت:



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

اختیار آن را نکو باشد که او

مالک خود باشد اندر اَتَّقُوا

این بیت بارها در برنامه گنج حضور به عنوان بیتی کلیدی، معرفی و به تکرار آن توصیه شده. به این فکر افتادم که شروع به تکرار این بیت کنم. موقع راه رفتن در خیابان، در یک مرکز خرید این بیت را تکرار می کردم. وقتی متوجه می شدم ناخودآگاه پشت ویتترین یک مغازه ایستادم و به خرید چیزی که لازم ندارم فکر می کنم، وقتی از آدمی یا چیزی خیلی خوشم می آید، وقتی سرکار مشغول به فکر کردن به یک موضوع کاری بودم، وقتی فکر نوشتن پیغام معنوی به سرم می آمد و یک میلی برای خودنمایی از این طریق را می دیدم، احساس شرم و ملامتی که بعد از این شناسایی می آمد، در همه این حالتها می گفتم:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

اختیار آن را نکو باشد که او

مالک خود باشد اندر اَتَّقُوا

و این بیت یک دنیای جدیدی را باز می کند. هرچی بیشتر تکرار می کنی، می بینی به آن بیشتر احتیاج داری، می دیدم که فکرهای بدون ناظر من، تقریباً همه شان به زهر آلوده اند و فضای اَتَّقُوا من را از آن زهر حفظ می کند، بسیار مهربان است و می گوید: نگذار فکر تو را بکشد، این جا در این فضای اَتَّقُوا می توانی مالک خودت باشی، از فکرهای همانیده ات هم نترس و ملامت نکن، آن ها ده ویران تو هستند ولی فضای اَتَّقُوا از همین ده ویران گنج را نشان می دهد. هم چنین این بیت جلوی کارافزایی را می گرفت. به یادم می آوردم برای هر کاری چقدر وقت و توجه بگذارم. اگر مثلاً می خواهم چیزی را بخرم برای انتخاب آن وقت محدودی را تعیین کنم. هر فکر همانیده مرکز انسان را زخمی می کند، انبوه این فکرهای همانیده در انجام



کارها و تلاقی با جهان، مثل غبار بلند می‌شوند و فضای اتقوا دم ایزدی و حقیقت وجودی انسان است، آن دم مثل یک مرهم
عطرآگین گرد و غبار را محو می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

اختیار آن را نکو باشد که او

مالک خود باشد اندر اتقوا

این بیت به بقیه بیت‌های کلیدی وصل است. برای مثال:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

یار در آخر زمان، کرد طرب‌سازی

باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی

فضای اتقوا می‌گوید: فکرت را، وضعیت را بازی بین و جدی فقط این فضاست.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱

اگر نه عشق شمس‌الدین بُدی در روز و شب ما را،

فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟!

بُتِ شهوت برآوردی، دَمار از ما ز تابِ خود،

اگر از تابشِ عشقش، نبودی تاب و تب، ما را

فضای اتقوا همان تابش و گرمای عشق شمس‌الدین است که لحظه لحظه کمک می‌کند. اگر آن نبود از دام یک فکر به
دام فکری دیگر فرومی‌رفتیم. چراغِ پرنور لا و اتقوا، به یاد انسان می‌آورد که به یکی شدن به چیزی که ذهن نشان می‌دهد،



بگو لا، یعنی نه و پرهیز کن از جذب شدن به چیزی که ذهن خوشش می‌آید یا بدش می‌آید. در آن فضا وضعیت را هم خوب می‌بینم و با خرد زندگی پاسخِ خلاقانه به آن می‌دهیم. با تکرار ابیاتِ کلیدی پی بردم به این که ماندن در زیر درختِ مولانا و یا ماندن در زیر درمان او ضروری است.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۵

ور نهد مرهم بر آن ریش تو، پیر

آن زمان ساکن شود درد و نفیر

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۶

تا که پنداری که صحت یافته‌ست

پر تو مرهم بر آنجا تافته‌ست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۷

هین ز مرهم سر مکش ای پشت‌ریش

و آن ز پرتو دان، مدان از اصل خویش

پشت‌ریش کسی است که پشتش، مثلاً روی کمرش زخم دارد. یعنی زخمی که نمی‌توانی آن را بینی و دست خودت به آن نمی‌رسد. از مرهم سر نکشیدن، معادل این است که فعالانه با فضای گشوده و ابیاتِ کلیدیِ قرین شوم، کاربرد آن‌ها را به زندگی روزانه‌ام راه دهم و با تکرار آن ابیات نورافزایی کنم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

خواهی ببری جانی، بگریز به سلطانی

در خدمتِ تریاقی تا زهر بنگزاید

در زیرِ درختِ او، می‌ناز به بختِ او

تا جانِ پر از رحمت تا حشر بیاساید

با عشق و احترام،

سارا از آلمان



با سلام خدمت آقای شهبازی عزیز و دوستان گرامی

غزل شماره ۴۹۲ دیوان شمس

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

ز دام چند بپرسی و دانه را چه شده‌ست؟

به بام چند برآیی و خانه را چه شده‌ست؟

چقدر از هم‌هویت‌شدگی‌ها می‌پرسی؟ چقدر به‌دنبال بررسی کم یا زیاد شدن وضعیت مادی‌ات، روابطت با دیگران، ظاهر و مادیات هستی؟ چرا به‌دنبال اصل خودت که همین لحظه و عشق است نمی‌باشی؟ چقدر بالا می‌آیی و به فکرهایت جان می‌دهی؟ پس چرا لحظه‌ای از این بام فکرها پایین نمی‌روی و به خانه خودت که همان خداست، نمی‌روی؟ فکرها را خاموش کن و به پایین بیا.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

فسرده چند نشینی میان هستی خویش؟

تنور آتش عشق و زبانه را چه شده‌ست؟

چقدر به غم و افسردگی خودت می‌خواهی ادامه بدی؟ چقدر در این خانه غمگینت می‌خواهی بمانی؟ پس آتش عشقت به خدا و شادی و سرزندگی اصلی‌ات کجاست؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

به گرد آتش عشقت ز دور می‌گردی

اگر تو نقره‌ی صافی، میانه را چه شده‌ست؟



چرا از دور به دور آتش عشق خدا می‌گردی؟ چرا فقط ابیات را می‌خوانی و آن‌ها را معنی می‌کنی؟ چرا آن‌ها را کاملاً در زندگی‌ات اجرا نمی‌کنی؟ چرا این قدر به صورت جسته و گریخته به برنامه گنج حضور گوش می‌دهی و تعهد کامل خودت را نشان نمی‌دهی؟ مگر تو مانند نقره صاف نیستی، پس چرا پا در میان آتش عشق نمی‌گذاری و من ذهنی خود را نمی‌سوزانی؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

ز دُرْدیِ غم و اندیشه سیر چون نشوی؟

جمال یار و شرابِ مُغانه را چه شده‌ست؟

آیا از این خوشی ناخالصی که غم و فکرهاست به تو می‌دهد سیر نشدی؟ آیا هنوز هم از غمگین بودن و حس مظلوم بودن و حس بدبخت بودن، اندکی شادی ناچیز برای زمان کوتاه مدت می‌گیری؟ آیا هنوز هم از فکری که به سرعت از ذهنت می‌گذرند، شادی کوچکی می‌گیری و چند دقیقه با آن شادی مقداری خوشحال می‌شوی؟ پس چرا به این لحظه نمی‌آیی تا هر لحظه زیبایی و جمال خدا را ببینی و شادی واقعی و ابدی را بیابی؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

اگر چه سرد وجودیت گرم در پیچید

به ره کُشش به بهانه، بهانه را چه شده‌ست؟

اگر چه الان این من ذهنی سرد به سختی در وجود تو پیچیده است و ول کن تو نیست اما تو می‌توانی با من ذهنی‌ات با منطق صحبت کنی و کاری کنی فعلاً مقداری دست از سرت بردارد. به او با منطق بگو، تو وقتی عصبانی می‌شوی، هم به روابط من ضربه می‌زنی، هم به روابط خودت. با منطق به او بگو، وقتی ناراحت می‌شوی، هم دوستان خودت رو می‌رنجانی و هم دوستان من رو. وقتی حسادت می‌کنی، نه می‌گذاری خودت خوشحال باشی و نه من. وقتی تنبلی



می کنی، نه می گذاری من تو این دنیای مادی پیشرفت کنم و از نعمت‌ها بهره‌مند بشم، نه خودت. من و تو فعلاً با هم در این بدن هستیم، پس لطفاً به هیچ کدوم از ما ضربه نزن.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

شکایت از زمانه کند، بگو تو ورا

زمانه بی تو خوش است و زمانه را چه شده‌ست؟

اگر از کمبودهای مادی شکایت کند، مثلاً بگوید: چرا وضع مالی من خوب نیست؟ چرا ماشین می‌خواهم رو ندارم؟ چرا خونه خوب ندارم؟ چرا رابطه عاشقانه‌ام اونجوری که می‌خواهم نیست؟ چرا دوستای زیادی ندارم؟ بهش بگو: با این شکایت‌های تو، هیچ چیز درست نمی‌شود. زمانه و روزگار دارد می‌گذرد و همه چیز در جهان در سر جای خودش قرار دارد و هیچ نیازی هم به کمک تو نیست. پس لطفاً در مسائل من هم دخالتی نکن. آن‌ها هم خودشان به لطف خداوند درست خواهند شد. اما اگر تو دخالت کنی، فقط شرایط رو بدتر می‌کنی و هم از نظر معنوی برای من مشکل می‌سازی و هم اون مسائل مادی که خودت نگرانش هستی بدتر می‌شوند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

درخت‌وار چرا شاخ‌شاخِ وسوسه‌ای؟

یگانه باش چو بیخ و یگانه را چه شده‌ست؟

چرا مانند شاخه‌های درخت هر لحظه از ذهنت یک فکر می‌گذرد؟ چرا یکی نیستی؟ چرا یگانه نیستی؟ چرا حس وجودی‌ات در خودت نیست و هشیاری‌ات را هزار قسمت کردی و به هزار فکر دادی؟ چرا نمی‌توانی مانند بیخ درخت یگانه باشی؟



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

در آن ختن که در او شخص هست و صورت نیست

مگو فلان چه کس است و فلانه را چه شده‌ست؟


در این لحظه که حضور وجود دارد اما من ذهنی وجودی ندارد، کسی را قضاوت نکن و به دنبال اخبار مادی نباش، زیرا باعث می‌شود شادی و آرامش این لحظه را که مانند زیبارویان ختن است از دست بدهی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

نشان عشق شد این دل ز شمس تبریزی

بین ز دولت عشقش نشانه را چه شده‌ست؟

این دل از برکات شمس تبریزی و خداوند نشان عشق شد. به آن نشان عشق توجه کن. چرا آن را نمی‌بینی و به آن بی توجهی می‌کنی؟

با تشکر از زحمات آقای شهبازی عزیز و دوستان گرامی 

عباس از شیراز





به نام خدا

با سلام خدمت پدر عزیز و مهربانم آقای شهبازی جان و تمام دوستان و همراهان بیدار.

برنامه ۹۰۴، غزل شماره ۵۹۶

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

آن مه که ز پیدایی در چشم نمی آید

جان از مزه عشقش بی گشن همی زاید

قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیه ۱۰۳

«لَا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ.»

«او را هیچ چشمی درک ننماید و او همه بینندگان را مشاهده می کند و او لطیف و (به همه چیز خلق) آگاه است.»

شدت ظهور خداوند در جهان، آشکار ولی چشم جسم بین از مشاهده این نور محروم که همواره با چشم علت بین می بیند و عینک همانندگی ها مانع و حائل این مشاهده.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۷

پنبه آن گوشِ سر، گوشِ سر است

تا نگردد این گر، آن باطن، گر است

و حال باید این دیده بیمار را بی هیچ واسطه در دید دوست رها کرد.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱

دیده ما چون بسی علت دروست

رو فنا کن دید خود در دید دوست

و با توکل و تسلیم، بی دخالت خرد کافرکیش ذهن، امور را به دست زندگی سپرد تا آینه نقص و نیستی که ارمغان ما برای خداوند است، در این تسلیم محض، صیقلی یابد و محل تابش انوار الهی گردد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۰۴

نیستی و نقص، هر جایی که خاست

آینه خوبی جمله پیشه‌هاست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۰

نقص‌ها آینه وصف کمال

و آن حقارت آینه عز و جلال

و در این حالت یعنی اقرار به عجز و ناتوانی خود در ذهن و اظهار بندگی و تسلیم، آن گاه بی دخالت اسباب ذهن و هر صورت که در آن نقش می‌بندد، هشیاری خود در انسان به جست‌وجوی خود می‌پردازد و تمام همانیدگی‌ها را زیر و زبر می‌سازد و از خرابه این ویرانی، دوباره از نو متولد می‌شود و شروع زیستنی راستین و حقیقی در سفر انسان، به امر قضا و کن‌فکان رقم می‌خورد.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۳

چون بسته نبود آن دم، در شش جهت عالم

در جُستن او گردون، بس زیر و زبر آمد

پس با گشودن فضا و استقرار در این لحظه، از رفتن به شش جهت عالم باز آمده و آن گاه زندگی خود، هشیاری به تله افتاده در جهات را آزاد کرده و خبر و حقیقت بزرگ، به وقوع می پیوندد و هشیاری از هشیاری آگاه می شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

عقل از مزه بویش وز تابش آن رویش

هم خیره همی خندد، هم دست همی خاید

و آن گاه در اثر این بیداری، عقل ذهن با فضاگشایی و بی کار ماندنش، پرتویی از نور را تجربه می کند و حلاوت و شیرینی اش را مززه و بدین طریق به ره می شود و از وسعت این فضا در حیرت و شگفتی و مغموم و نادم که کاش جزو گروهی بودم که می دانستم.

قرآن کریم، سوره یاسین (۳۶)، آیه ۲۶

«قِيلَ ادْخُلِ الْجَنَّةَ قَالَ يَا لَيْتَ قَوْمِي يَعْلَمُونَ»

«گفته شد: داخل شو به بهشت، گفت: ای کاش ملت من هم (از این نعمت بزرگ) آگاه بودند و می دانستند.»



یعنی بیداری از خواب ذهن، در اثر تجربه حقیقت وجودی خویش از شدت نزدیکی و یکی بودن به ذات انسان، آن قدر خوش آیند و دل نشین است که حسرت به همراه دارد که ای کاش جزو غافلین نبودم و زودتر از این می دانستم اما نه حسرتی بازدارنده که، شوق و ذوق سالک را در پیمودن این راه و شناسایی تمام موانع و علل بازدارنده دو چندان می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

هر صبح ز سیرانش، می باشم حیرانش

تا جان نشود حیران، او روی بنماید

و تا این اشتیاق و ذوق به نهایت خود نرسد، معشوق پرده از نقاب بردارد.

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۲۳۳

جان بر لبست و حسرت در دل که از لبانش

نگرفته هیچ کامی جان از بدن درآید

از حسرت دهانش آمد به تنگ جانم

خود کام تنگستان کی زان دهان برآید

یعنی، جان از این بیداری سرمست و اما کوله بار همانیدگی ها هم چنان بر دوش؛ نه یارای ترک کامل این همانیدگی ها و نه دوست را اجازه دیدار، قند لبش را در فضاگشایی و تسلیمی نه چندان درخور حضور حضرتش چشیده و حال باید قدرت نفس کشیدن در جهات را از خود باز پس گیرد تا جان به تنگ آمده را اجازه دیدار باشد.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

هرچیز که می‌بینی، در بی خبری بینی

تا باخبری والله او پرده بنگشاید

تمام افعال صادره از انسان، توسط آن یک هشیاری انجام می‌شود؛ اما انسان غافل، هم‌چنان از دیدن او غایب و همواره در تصاویر نقش بسته در ذهن به توصیف خود می‌پردازد و از آن حقیقت بزرگ محروم و بی‌نصیب و مادام که در نقطه‌چین همانندگی‌ها در اخبار و تصاویر می‌غلطد محروم از شنیدن پیغام سرورش.

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۲۸۶

تا نگردي آشنا زين پرده رمزي نشنوي

گوش نامحرم نباشد جای پیغام سرورش

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

دم همدمِ او نَبود، جان محرمِ او نَبود

و اندیشه که این داند، او نیز نمی‌شاید

و غرض از تمام حرف و صوت و گفت‌ها برای آگاهی و بیداری از خواب ذهن و هرچند در ابتدا دانستن ذهنی مفاهیم عرفانی برای آگاهی و بیداری سالک لازم است، اما کافی نیست و باید در مرحله عمل فراتر از ذهن، پرده‌های گفت و حرف و صوت در هم تنیده شود که در این مرحله بیان و به تصویر کشیدن و به توصیف درآمدن، همان مقاومت است و خاری است روییده بر دیوار معنا.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲۹

حرف، چه بود؟ تا تو اندیشی از آن

حرف، چه بود؟ خارِ دیوارِ رزان

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳۰

حرف و صوت و گفت را برهم زخم

تا که بی این هر سه با تو دم زخم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

تن پرده بدوزیده، جان برده بسوزیده

با این دو مخالف دل بر عشق بنبساید

و زندگی هم‌چنان در کار بیداری انسان، هرچند انسان در نهایت غفلت از یک سوراخ همانیدگی، هزاران بار گزیده می‌شود و پیغام زندگی را نادیده می‌گیرد، اما حقیقت این است که تمام پرده‌های بافته به دست ذهن، به دست خداوند سوزانده و ویران خواهد شد و فرقی نیست که این پرده‌ها در راه تعلقات این دنیایی باشد یا نه. با یادگیری سطحی ذهن درباره مفاهیم عرفانی و عمل نکردن بدان، پرده دیگری بر پرده جهل و نادانی ذهن افزوده و در هر حال تمام این نقش‌ها توسط قضا و کن‌فکان به آتش کشیده خواهد شد و راه‌های ارتباطی با مشترک مورد نظر هم‌چنان مسدود.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

دو لشکر بیگانه تا هست در این خانه

در چالش و در کوشش جز گرد بنفزاید

خانه دل انسان در اثر افکار پی‌درپی و قضاوت و مقاومت بی‌وقفه در هر رویداد و اتفاق، که حتماً باید آن را خوب و بد کند و نتواند به‌عنوان هشیاری نظر، از دور، آرام، نظاره‌گر وقایع باشد؛ همان گرد و غبار به‌پا شده در وجود اوست که اگر چاره کار نیندیشد از شدت این گرد و خاک، به هلاکت خواهد رسید و شمع حضورش رو به خاموشی و جسمش در معرض انواع آفات و بلاها.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

خواهی ببری جانی، بگریز به سلطانی

در خدمت تریاقی تا زهر بنگزاید

و حال در این گرد و خاک به‌پا شده، باید چاره نجات اندیشید؛ باید به سلطانی پناه برد، باید به محضر بزرگان و واصلین پناه برد، باید تسلیم شد و دهان بست و هیچ نگفت و آینه ناتراشیده خود را در کمال ادب و فروتنی و اقرار به عجز و ناتوانی خویش که از مرکز همانیده عمل کرده‌ام، پیش زندگی برد تا همان آینه ناصاف در اثر تسلیم و ادب، محل تابش انوار الهی گردد و آن‌گاه:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

در زیر درخت او، می‌ناز به بخت او

تا جان پر از رحمت تا حشر بیاساید

در زیر درخت تسلیم و فضاگشایی، از جام رحمت خداوند نوشانده شوی؛ اما هشدار که کمال ادب را فرونگذاری، عهد الست را پیوسته به جا آوری و چارق ایاز خود، پیش رو که راه بسیار طولانی و وسوسه‌های ذهن هر دم به شگردی نو در کار.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

از شاه صلاح‌الدین چون دیده شود حق بین

دل رو به صلاح آرد، جان مشعله بریاید

هم‌نشینی و قرین شدن با بزرگان زنده به عشق و در پرتو فضای گشوده زیستن، خلق و خوی ناپسند ذهن را تبدیل می‌کند؛ ولی مبدا مکر پنهان ذهن، این بار به نوعی دیگر آن را به خود نسبت دهد که تا زمانی که زنده هستیم از شر آن هر لحظه باید به خدا پناه بریم و از حضور زندگان به عشق توسل جوییم که خداوند در قرآن کریم در سوره ناس می‌فرماید:

قرآن کریم، سوره ناس (۱۱۴)، آیات ۱ تا ۴

«قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ» (۱)

«بگو پناه می برم به پروردگار مردم.» (۱)

«مَلِكِ النَّاسِ.» (۲)

«پادشاه مردم.» (۲)

«إِلَهِ النَّاسِ.» (۳)



«معبود مردم.» (۳)

«مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ» (۴)

«از شر وسوسه‌گر نهانی» (۴)

یعنی مادام که از ذهن آگاه نیستی و خود را با آن یکی می‌پنداری و براساسِ آواز غول مانندش عمل می‌کنی، در امان نیستی و آسیب خواهی دید. پس عشق کاری ست که موقوف هدایت است و در پرتو راهنمایی پیر راه‌دان پرفطن و ارتعاش نور دل زندگان به عشق این آتش شعله می‌گیرد و جهان ذهن را می‌سوزاند. ان شاءالله!

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۱۵۸

زاهد ار راه به رندی نبرد معذورست

عشق کاریست که موقوف هدایت باشد

بنده پیر مغانم که ز جهلم برهاند

پیر ما هرچه کند عین عنایت باشد

والسلام

با احترام؛

سرور از شیراز 🌹🙏



«پس داری من ذهنی‌ات را بزرگ می‌کنی»

امروز در طول روز من ذهنی به عناوین مختلف و از دریچه‌های مختلف وارد شد. در جلسه با همکارانم، جلسه با ریسم و کار روی گزارش خیلی مهمی که در دستم دارم. من به‌طور عینی دیدم که من ذهنی چطور در هر قدم دام پهن می‌کند و اگر پرهیز و حزم نداشته باشم چه راحت ممکن است در این دام بیفتیم. کما این که چند باری هم افتادم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۲۶۷ و ۲۶۸

حَزْمَ آن باشد که ظنِ بدِ بَری

تا گُریزی و، شوی از بد، بَری

حَزْم، سُوءِ الظنِ گفته‌ست آن رسول

هر قَدَم را دام می‌دان ای فَضول

در ادامه بخشی از مچ‌گیری‌هایم از من ذهنی را که امروز به سراغم آمد و سوءالظن‌هایم را به من ذهنی به اشتراک می‌گذارم:

- در انجام این گزارش احساس ترس و استرس می‌کنی؟! پس داری من ذهنی‌ات را با تزریق ترس و استرس بزرگ‌تر می‌کنی.

- احساس بی‌کفایتی می‌کنی و فکر می‌کنی از پس این کار بر نمی‌آیی؟! پس داری من ذهنی‌ات را بزرگ می‌کنی.

-برایت مهم است که تأیید و توجه بگیری؟! پس داری من ذهنی‌ات را بزرگ می‌کنی.

-خودت را با دیگران مقایسه می‌کنی؟! پس داری من ذهنی‌ات را بزرگ می‌کنی.



- کسی از تو تعریف می کند و تو خوشحال می شوی؟! پس داری من ذهنی ات را بزرگ می کنی.
- در شبکه های اجتماعی الکی می چرخی؟! پس داری به من ذهنی ات فرصت می دهی تا بالا بیاید و خودش را بزرگ کند.
- از موفقیت و خوشحالی دیگران خوشحال نمی شوی؟! پس حسودی و داری با حسادت من ذهنی ات را بزرگ می کنی.
- نظر دیگران برایت مهم است؟! پس داری کارافزایی می کنی و من ذهنی ات را بزرگ می کنی.
- وقتی یک کار خوب و باکیفیت انجام می دهی سریع به خودت افتخار می کنی و کردیت می دهی؟! می گویی به به! چه کاری کردم؟! پس داری من ذهنی ات را بزرگ می کنی.
- به برنامه گنج حضور گوش نمی کنی؟! پس داری به من ذهنی ات فرصت می دهی که بالا بیاید و خودش را بزرگ کند.
- به درس ها و نکات برنامه گنج حضور توجه عمیق نمی کنی؟! به توصیه های آقای شهبازی عمل نمی کنی؟ ایبات را تکرار نمی کنی؟ روی ایبات تأمل نمی کنی؟ پس داری کارافزایی می کنی و من ذهنی ات را بزرگ می کنی.
- می گویی وقت ندارم روی خودم کار کنم؟! پس داری کارافزایی می کنی و من ذهنی ات را بزرگ می کنی.
- داری فکر می کنی که کارهای مهم زیادی داری و گنج حضور بس است؟! پس داری من ذهنی ات را بزرگ می کنی.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

گر مراقب باشی و بیدار تو

بینی هر دم پاسخ کردار تو

برای بار صد هزارم به خودم یادآوری می کنم که اگر می خواهی به مرکز عدم متعهد باشی و متعهدانه روی خودت کار کنی، هر لحظه و هر لحظه باید حواست روی خودت و کارهایت باشد که آیا کارم، عملم، نیتم، در این لحظه دارد به



کوچک شدن من ذهنی‌ام کمک می‌کند یا کوچک شدن جان اصلی‌ام؟ آیا جذب ذهن شده‌ام و کارافزایی می‌کنم و من ذهنی را بزرگ‌تر می‌کنم یا نه، فضاگشا هستم و ناظر ذهنم هستم که در تله‌اش نیفتم؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸

کار آن کار است ای مشتاق مست

کاندر آن کار، ار رسد مرگت، خوش است

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۹

شد نشان صدق ایمان ای جوان

آنکه آید خوش تو را مرگ اندر آن

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۰

گر نشد ایمان تو ای جان چنین

نیست کامل، رو بجو اکمال دین

با تشکر و احترام

زهره از کانادا



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

Shahbazi@rapidtest.com