





پیغام عشق

قسمت هشتصد و سی و هفتم





سلام خدمت آقای شهبازی عزیز 

و دوستان همراه گنج حضور 

«اکسیر قدرتمند طاق و طرنبین»

از غزل ۱۳۱۳ و برنامه ۹۱۴:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۱۳

دست‌زنان جمله و گویان به لاغ

طاق و طرنبین و طرنبین و طاق

تجربه ارزشمندی که این هفته داشتیم و یک نیم‌مصراع قدرتمند که خودش را برای هشیاریم باز کرد.

روز یکشنبه قرار بود با مادران بچه‌های کلاس دخترم چون دوره ابتدایی را تمام می‌کردند و هم با مادران بچه‌های کلاس

پسرم چون کلاس اول را تمام می‌کردند، کادوی روز معلم تهیه کرده و جشن کوچک کلاسی، برای قدردانی از معلم بگیریم.

از چند روز قبل هماهنگی‌ها برای انتخاب کادو و گل و پذیرایی‌ها در حال انجام بود.

ساعت یازده ربع کم جشن دخترم شروع می‌شد و پس از آن، ساعت دوازده و ربع جشن پسرم شروع می‌شد.

من که به مادران کلاس دخترم این پیشنهاد را داده بودم، مسئولیت سنگینی بر دوشم بود و استرس زیادی داشتم. نگران

بودم که آیا می‌توانم همه کارها را به‌موقع انجام دهم و سروقت حاضر شوم؟

صبح روز یکشنبه مشغول انجام کارهای منزل و همزمان شنیدن بخش اول برنامه ویژه پیغام‌های تلفنی ۹۱۴-۱ با هدفون

شدم.

شنیدن پیام دوستان معنوی و ارتعاش انرژی‌شان، باعث شد نگرانی‌هایم کمتر شود و احساس آرامش کنم، تا این که پیام

خانم سارا راجع به همین نیم‌بیت «طاق و طرنبین و طرنبین و طاق» شروع شد.



در طول پیام ایشان بسته‌های انرژی و آگاهی به سمت هشیاری ام جاری بود و برایم معنای حقیقی نهفته در این نیم‌بیت باز می‌شد. احساس شادی، قدرت، هدایت، عقل و حس امنیت، آرام‌آرام آمد و وارد فضای یکتایی شدم.

پس از پایان پیام ایشان، گوشی و هدفون را خاموش کرده و خودم را در آینه نیم‌بیت قدرتمند مولانای عزیزم و پیام سارای عزیزم، نگاه کردم.

دیدم که چقدر من ذهنی این چند روز برای خودش فرّ و شکوه و طاق و طُربین جمع کرده و خودش را بزرگ کرده بود: قبول پذیرایی جشن، خرید کادوی اصلی جلد سوم مثنوی کریم زمانی و معنوی نما شدن، احساس «من می‌دانم»، تواضع ساختگی و نفاق و دورویی و ... که خودم و خدای درونم می‌داند که این من ذهنی چقدر فرصت طلب است و از هر موقعیتی برای بزرگ کردن و ترمیم خودش استفاده می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۰

تو عدوّ این خوشی‌ها آمدی

گشت ناخوش هرچه بر وی کف زدی

این آگاهی‌ها همچون سوزنی به جان من ذهنی فرو رفت و بادش را خالی کرد. بزرگی توهمی‌اش با تابش نور حقیقت در جانم، فروکش کرد و قدّ بلندش را تا نزدیک به صفر رساند.

صدای طبل و دُهل‌ی که در ذهنم به‌راه انداخته بود تا با طاق و طُرب ساختگی‌اش هشیاری‌ام را پایین بیاورد و خودش را بالا ببرد هم دیگر تمام شد.

ساعت ده صبح با خواهرم که پذیرایی کل مدرسه دخترم را برای جشن روز معلم که مدیر تدارک دیده بود، برعهده گرفته بود، قرار داشتیم تا خریدهای لازم را انجام داده و به جشن برسائیم.



من ذهنی می‌آمد و مدام در گوشم وزوز می‌کرد: اگر خیابان‌ها شلوغ بود و جای پارک پیدا نکردی، چی؟ اگر مادرهایی که قرار است دنبالشان بروی به‌موقع نیامدند، چی؟ به‌موقع نمی‌رسی‌ها! اگر جشن اول طول کشید و به جشن دوم به‌موقع نرسیدی، چی؟ این کار و آن کار را کی انجام می‌دهی؟ و خلاصه که مسئله‌سازی پشت مسئله‌سازی.

اما فضای گشوده‌شده، سپر محکمی درمقابل نگران‌کردن‌ها و مسئله‌سازی‌های من‌ذهنی برایم ساخته بود. این قدر این حضور ایجاد شده برایم ارزشمند بود و در آن موقعیت راه‌گشایم بود و نیازمند آن بودم، که دودستی چسبیده بودمش و مراقبش بودم که کسی آن را ندزدد، چراغ دل بیدارم را خاموش نکند و من‌ذهنی‌ام را فعال نکند.

خرید کتاب به مدد اندر مدد حضور به‌خوبی انجام شد. در پیچ یک خیابان که با خواهرم وارد مرکز شهر و شلوغ‌ترین قسمت می‌شدیم، در یک لحظه به‌یاد این افتادم که این‌ها همه «طاق و طرب فضای یکتایی» است که با طبل و دهل دارد و رودش را به مملکت وجودم اعلام می‌کند.

در یک لحظه عبور قدرت را در دستانم که به فرمان ماشین چسبیده بود، حس کردم و جریان پیدا کردن این فرّ و شکوه و جلال ایزدی را در تمام جسم و جانم حس کردم.

این که چقدر با او بودن و او را در درون حس کردن، حس یکتایی با او و همه و همه، باشکوه و باعظمت است، گویا تمام کائنات مراقب و همراه من بودند در این لحظه، در انجام وظیفه‌ای که بر دوش داشتم.

روبه‌روی فروشگاه برای دقایقی مجبور به پارک دوبل شدم تا خواهرم خرید پذیرایی را انجام داده و بیاید. پلیسی که به همه ماشین‌هایی که دوبل پارک کرده بودند تذکر می‌داد که حرکت کنند، از کنار ماشینم گذشت، بدون هیچ‌اخطار و اجباری برای ترک محل.

خواهرم در تمام مدت نگران بود که مشکلی پیش بیاید و تعجب کرده بود از ماشین پلیس که چطور اجازه داد ما بمانیم تا کارمان تمام شود، تعجب از این که چطور من این قدر آرام و بدون واکنش نسبت به وقایع اطراف بودم.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۵۹

این در آن حیران، که او از چیست خوش

و آن درین خیره که حیرت چیستش؟

من فقط فضای گشوده شده را جدی گرفته بودم و برایم مهم بود که با نگرانی خواهرم یا با واکنش دیگری که اطرافم بودند بسته نشود. اتفاقات شوخی بودند و در آن دو ساعت مانند آب روان از کنار هر یک از اتفاقات عبور می‌کردم، بدون برخورد و گیر کردن.

به موقع به مدرسه دخترم رسیدیم، کارها خودش انجام و درست می‌شد و من حیران این فرّ و شکوه فضای باز شده در درونم بودم که چطور این فضای همراه بیشتر از من می‌داند که چکاری چه موقع و به چه صورتی باید انجام شود و نیازی به کنترل و نگرانی من نیست، نیازی نیست که من تعیین تکلیف کن همه باشم و حتی هر جا که لازم باشد او مرا هم وارد عمل می‌کند.

خدایا من فقط و فقط تو را می‌خواهم، تو که باشی همه چیز هست و تو که نباشی هیچ چیز نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳

از خدا غیر خدا را خواستن

ظن افزونی ست و، کُلی کاستن

خدا هر لحظه به ما سر می‌زند، برای درس دادن به ما، برای آزاد کردن ما، برای آوردن خلعت حضور. باید در خانه دل و مرکز عدم شده بمانیم تا او ما را بیابد و «خلعت حضور» را به تن هشیاری مان کند.



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴

ورنه خَلعت را بَرَد او باز پس

که نیابیدم به خانه هیچ کس

قسمت دوم پیام: «خوش پوزی»

شب چهارشنبه‌ای که قرار بود فردای آن برنامه ۹۱۵ اجرا شود، علی‌رغم خستگی زیاد خوابم نمی‌برد، صدایی مرتب در گوشم می‌گفت: برو پیغام «طاق و طرنیین» را تمام کن. چون شروع به نوشتن کرده بودم ولی به‌عنوان تکلیف برنامه ۹۱۴ آن را کامل و ارسال نکرده بودم.

تا ساعت یک متن پیام را نوشتم ولی احساس کردم پیام ناقص است اما نمی‌توانستم کاملش کنم.

در پایان جشن مدرسه دخترم خطایی کرده بودم که این سمن‌زار رضا آشفته شده بود، ولی آن قدر محو پیام جدید و آن حس و حال خوب بودم و شکرگزار زندگی که فرصت نشد بنشینم و روی قسمت دوم که آن حال خوب چرا پرید؟ تمرکز کنم. و بعد فهمیدم این خواست زندگی بوده که بیشتر از این واردِ وادیِ خطرناک ذهن نشوم، تا خودش به‌موقع آن را هم نشانم دهد، ولی گوشه ذهنم به آن نگاه می‌کردم و سؤال «چه خطایی؟!» را برای خودم در هشیاری ام نگه داشتم.

صبح چهارشنبه از اول برنامه ۹۱۵ شروع به دیدن و نوشتن کردم، گوشِ جانم باز شده بود و ابیات را روی حال و هوای خودم در روز یکشنبه معنی می‌کردم و چقدر سؤالات جواب داده شد، اشکالاتم را دیدم، شکرها کردم، اشکها ریختم، درس‌ها و پیام‌ها گرفتم که ان‌شاءالله در فرصتی دیگر ارائه می‌کنم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۷۴

چو آهوی ختنی خون تو شود همه مُشک

اگر دمی بچری تو ز ما به خوش پوزی



*خوش‌پوزی: خوش‌ذهنی

و اما در این بیت ناگهان اشکالم را دیدم که من در آن حالتِ مستیِ شادی بی‌سبب و بودن در فضای یکتایی «خوش‌پوزی» نکردم. می‌خواستم هم در آن فضا باشم و حال خوب را داشته باشم و هم من‌ذهنیِ مودی را که آن وسط آمده بود بالا راضی نگه دارم، پس خالصِ خالص از عدم نچریدم، کمی هم از حرصِ من‌ذهنی چریدم که می‌گفت: حالا که همهٔ افرادِ حاضر در جشن مدرسهٔ دخترم پذیرایی شدند، بهتر است مابقی پذیرایی را به مدرسهٔ پسرم ببرم و برای جشن کلاس اول که تعداد کمتری بودند، استفاده کنم.

چقدر تأیید و توجه می‌گیرم و بچه‌ها را خوشحال می‌کنم. من که هزینهٔ پذیرایی شکلات را قبول کرده بودم که بپردازم، حالا مجاناً پذیرایی مفصل‌تری می‌بردم و در عوض کلی من‌ذهنی را بزرگ می‌کردم و طاق و طُرنُش همهٔ ذهن‌های مادران را پر می‌کرد، چه قند و شیرینی بهتر از این برای من‌ذهنی.

پس من‌ذهنی عجله و بهانهٔ کمبود وقت را هم چاشنی چریدن از ذهن کرد، تا مبادا «حزم و هون و اتقوا» فرصت پیدا کنند بیایند وسط به دادِ هشیاری‌ام برسند و اختیار را از من‌ذهنی بگیرند.

خواهرم نگران بود که نکند در شلوغی سالن، پذیرایی به کسی نرسیده باشد، ولی من می‌گفتم که مطمئن هستم همه برداشته‌اند و از معاون مدرسه هم پرسیده‌ام. یک سینی برای کادر دفتر گذاشتیم و آمدیم بیرون به سمت مدرسهٔ پسرم.

ولی شک و دودلی و نارضایتی که داشتم، لحظه‌به‌لحظه سمن‌زارِ رضا را آشفته‌تر می‌کرد. اما هنوز مستیِ فضای یکتایی در جانم بود و باعث شد حالم بد نشود و هشیاری‌ام پایین نیاید. و البته پیامِ پریسای عزیزم که «انرژی حضور را خرج هیجان و حرف زدن نکنم تا خالی نشوم» هم در آن میان به دادِ هشیاری‌ام رسید.

بماند که در جشن پسرم، تعدادی از بچه‌های دیگر هم به جشن آمده بودند و پذیرایی به اندازهٔ کافی نرسید و چقدر شرمنده و خجالت‌زده شدم؛ این هم نتیجهٔ زرنگیِ من‌ذهنی و چریدنِ ناخالص از فضای عدم.



«شما نمی‌توانید من ذهنی را راضی نگه دارید»

«من ذهنی رضا را نمی‌شناسد که راضی باشد»

«من ذهنی چون رضا ندارد، این همه خرابکاری می‌کند»

شاد و سلامت باشید.

مرضیه از نجف‌آباد



سلام و عرض ادب به جناب شهبازی عزیز

و عاشقان گنج حضور

«ذهن مادی»

هر بیت شعری که از مولانا و دیگر بزرگان می‌خوانم اول و آخر، ظاهر و باطن هر بیت، ریشه در من‌ذهنی دارد. یعنی برای عمل به این بیت‌ها مانع اصلی که همان ذهن مادی ماست باید شناسایی و کمرنگ شود.

همه پنج حس وجود ما که باعث خشم، ترس، غرور، حسادت و... می‌شوند، برخاسته از ذهن مادی ماست.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۸

چشم حس افسرد بر نقش مَمَر

تُش مَمَر می‌بینی و او مُستَقَر

*مَمَر: گذرگاه

*مستقر: استوار

خدایا اعتراف می‌کنم که من در کنترل من‌ذهنی عاجز و درمانده هستم. یاری‌کننده‌ای جز تو ندارم. خدایا ذهن ناقص من هر لحظه به دنبال بهانه‌جویی هست. دائم فکرها و وضعیت‌هایی که در حال گذر و ناپایداری‌اند، رصد می‌کند و حواسش به جزئیات هم هست. خدایا یک جام شراب به من بده تا در لحظه ابدی که پایدار هست مستقر شوم.

برای کار مهمی وارد شهرداری شدم. با اینکه سفارش شده بودم، کارشناس مربوطه یک کاری که خود شهرداری در انجام آن مقصر بود، می‌خواست به‌زور به من تحمیل کند. من زیر بار نرفتم تا اینکه کارشناس به من گفت: خانم چرا وقت من را می‌گیرید؟ شهرداری خراب کرده، شما دوباره باید هزینه کنید و درست کنید.



یک آن خشمگین شدم اما سکوت کردم و از آن جا خارج شدم. خیلی به من ذهنی بر خورده بود. هر چه بیت مولانا یادم بود می خواندم. خدایا تنها تو برای من کافی هستی. من را در امر فضاگشایی یاری کن که من دانا و توانا نیستم.

«لَا حَوْلَ وَ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ»

حَسْبُنَا اللَّهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيلُ، نِعْمَ الْمَوْلَى وَ نِعْمَ النَّصِيرُ»

«خدایا هیچ نیرویی بالاتر از تو نیست. تو برای من کافی هستی و بهترین وکیل و سرپرست و یاور تویی»

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷

بی مرادی شد قلاووز بهشت

حُقَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو آيِ خُوشِ سِرْشَتِ

در هر لحظه از زندگی ممکن هست شاهد چنین برخوردهایی باشیم ولی چقدر آمادگی داریم که خودمان را در مقابل من ذهنی حفظ کنیم.

خدایا با هر ناکامی در بهشتت که خودت هستی به من نشان می دهی اما این قدر ذهن مادی من قوی هست که چند ساعت یا چند روز طول می کشد تا آرام بگیرد.

پندار کمال من که ناشی از خودخواهی من ذهنی هست، فوراً در من بالا می آید، اما با یاری خدا و راهنمایی مولانا دیگر اجازه نمی دهم که با قدرت سابق ترکتازی کند.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۸

جمله استادان بی اظهار کار

نیستی جویند و جای انکسار



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۹

لاجرم استاد استادان صمد

کارگاهش نیستی و لا بود

خدایا خودت میدانی که من ناقصم و با تو، به وسیله فضاگشایی کامل می شوم اما من ذهنی به من چسبیده و دائم غر می زند که تو من هستی. من هرچه به او می گویم که من تو نیستم، در گوشِ گوشِ فرو نمی رود. یکبار با خشم، بار دیگر با پندار کمال و... خدایا بال و پر پرواز از من گرفته و مرا به عجز و ناتوانی رسانده است. تو با استادیات بیا و بین من و او قرار بگیر و به نور خودت روشن کن تا زخمهایی که از من ذهنی به من رسیده درمان شود.

خدایا من با تو هست می شوم و بدون تو نیست هستم. همه چیز تویی. بدون تو حتی کوچکترین انگشت به حرکت در نمی آید.

آرام به من ذهنی می گویم بیا با هم پیش طبیب اصلی مان برویم تا او ما را درمان کند. پس باید خاموش شویم تا طبیب مان به ما سر بزند و کمی با فضاگشایی آرام می شود و پارازیت هایش اندکی کنترل می شود.

لیلا از شیراز





با سلام.

برداشتی از قسمتی از برنامه ۹۱۵ و بیان تجربه.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۷۴

مسلم آمد یار مرا دل افروزی

چه عشق داد مرا فضل حق، زهی روزی

فضل حق با فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه که ذهن نشان می دهد و عدم کردن مرکز، ایجاد می شود و فقط فضل حق به ما کمک می کند که «دل افروزی» که در اثر همانیده شدن با چیزها از بین رفته، مجدد به وجود بیاید.

به عبارتی برای فضل حق باید هشیاری جسمی را به صورت صد درصد، رها کنیم و دیگر به مرکز همانیده برنگردیم. برای این کار باید فقط فضا را باز کنیم و از دیگران چیزی نخواهیم. هر خواهش و خواسته و توقع از دیگران، حتی در امور معنوی مرکز جسمی ما را نگه می دارد. با فضاگشایی پی در پی، ما خود را تسلیم عقل و قضای کن فکان می کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲

شاد باش و فارغ و ایمن که من

آن کنم با تو که باران با چمن

فضل حق را ما نمی دانیم چگونه انجام می شود. تا زمانی که نمی توانیم فضاگشایی بدون دخالت ذهن انجام بدهیم از تکرار ابیات مولانا استفاده کنیم و کار دیگرمان این است که مقاومت بیرونی و درونی خود را شناسایی کنیم.

چه رفتارهایی از ما مقاومت محسوب می شود؟

۱- به طور کلی ماندن در ذهن مقاومت است چون عقل و هشیاری را از ذهن می داند، با حضور ناظر شدن از ذهن خارج می شویم و مقاومت ما صفر شده و عقل و هشیاری ما با زندگی یکی می شود.



۲- دعا کردن ما برای چیزها مقاومت است چون با این کار معتقد نیستیم فضل حق همه چیز را دربردارد.

۳- به کار بردن فکرهای شرطی شده قدیمی در حل چالش‌های زندگی مقاومت محسوب می‌شود، در صورتی که ما از جنس خدا هستیم و قدرت آفرینش فکرهای جدید را در این لحظه داریم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱

عاشقِ صُنْعِ خدا با فَر بُود

عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود

۴- تمرکز روی دیگران برای عوض کردن آنها مقاومت محسوب می‌شود.

با صُنْعِ خدا، شناسایی‌های متعدد از من‌ذهنی، روی خودمان کار می‌کنیم و آفرینش ما در دیگران منعکس می‌شود. به‌طور کلی صُنْعِ خدا از جنسِ ذهن نیست.

۵- هرگونه عدم پرهیز مقاومت است. بلعیدن ما توسط چیزهای بیرونی و قرار دادن آن در مرکزمان مقاومت است.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

اختیار آن را نکو باشد که او

مالک خود باشد اندر اتَّقوا

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰

چون نباشد حفظ و تقوی زینهار

دور کن آلت، بیانداز اختیار



تا وقتی مالک خود در فضای گشوده شده نیستیم، اختیار خود را دست من ذهنی ندهیم. مالک یعنی توجه مان روی خودمان است و به صورت حضور ناظر به ذهن مان نگاه می کنیم. با حضور ناظر ما و خدا یکی هستیم و اختیار داریم.

۶- عمل نکردن به آموزش های مولانا جهد بی توفیق و مقاومت محسوب می شود.

با بررسی این مقاومت ها متوجه می شویم، بزرگ ترین دشمن خودمان، خودمان هستیم که جلوی فضل زندگی را گرفته و فکر می کنیم با عقل من ذهنی می توانیم کار کنیم و ابیات مولانا اگر درست استفاده شود، مقاومت و قضاوت ما را صفر می کند و فضاگشایی ما را زیاد می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۱۳

چون پدر و مادر عقل است و روح

هر دو تویی، چون شوم ای دوست عاق؟

فضاگشایی قانون جبران است چون هنگام فضاگشایی ما من ذهنی مان را می دهیم و فضل خداوند را می گیریم. با فضاگشایی های پی در پی، هشیاری از دردها و همانیدگی های ما آزاد می شود و این هشیاری مانند خونی است که به ادامه حیات من ذهنی ما کمک می کند و با آزاد کردن و پس گرفتن این هشیاری، من ذهنی ما زنده نمی ماند.

تجربه ای در مورد فضاگشایی دارم.

در ابتدا فضاگشایی ها را با اکراه و با دخالت ذهن شروع کردم. یعنی ذهن به من می گفت: فضاگشایی کن! و در فضاگشایی نسبت به همسر و فرزندانم و دیگر افراد توقع داشتیم آنها تغییر کنند و یا اینکه آنها هم نسبت به من فضاگشا باشند.

بعد از مدتی فضاگشایی های ذهنی متوجه شدم که فضاگشایی را دوست دارم! و کار روزانه من شده است و کمتر از ابتدا در آن شکست می خوردم و دیگر به دنبال فضاگشایی ها انتظار تغییر از خانواده و پاسخگویی فضاگشایی خود را



نداشتم، تا اینکه متوجه شدم فضاگشایی بدون انتظار ذهنی من باعث شده است افراد خانواده نسبت به یکدیگر فضاگشا شوند و دیگر نسبت به همدیگر مسئله‌سازی نمی‌کردند و یا اگر می‌کردند سریع تمام می‌شد و در افسانه من ذهنی نمی‌ماندند.

به‌طور ناباورانه‌ای متوجه شدم فرزند جوان من که همیشه در اتاق خودش بود و در کنار من برنامه را نگاه نمی‌کرد، تعلیمات و آموزش‌های گنج حضور را عمیق‌تر از من یاد گرفته است و وقتی من اشتباهی در درک مفاهیم داشتم با فضاگشایی مرا روشن می‌کرد! آنها حتی در بیرون از خانه این فضاگشایی را منعکس می‌کردند و همین‌طور متوجه شدم به محض فضابندی و مقاومت من به هر شکلی، فضای درونی آنها هم بسته می‌شود.

پس دیگر فضاگشایی را نه از روی اکراه بلکه از روی میل انجام می‌دهم و متوجه‌ام فقط با فضاگشایی جنس اصلی من، گسترش پیدا می‌کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۷۴

به سوی مجلس خوبان بگش حریفان را

به خضر و چشمه حیوان بکن قلاووزی

باتشکر

نصرت از سنندج



با عرض سلام

«فرق منظور و هدف»

شناسایی من ذهنی و عوض کردن هشیاری جسمی به هشیاری حضور، انتخابی نیست، هدف نیست، بلکه منظور است. وقتی می‌گوییم منظور زندگی است، یعنی ما با زندگی، با خدا، با قضا و کن‌فکان طرف هستیم، باید این کار را بکنیم، اگر نکنیم خطا کردیم و خطا هم جریمه دارد و جریمه‌اش هم همین دردها و مسائل و گرفتاری‌های ماست.

یک نفر در بیرون می‌تواند مثلاً درس بخواند، یک نفر می‌تواند نخواند. این درس خواندن هدف هست، انتخاب هست، آپشن (Option) هست، و از نظر زندگی فرقی ندارد. ولی وقتی می‌گوییم منظور، یعنی ورای همه‌ی هدف‌ها و انتخاب‌های زندگی.

اگر به ما بگویند از چیزهای بیرونی هرچقدر که می‌خواهی بردار، مثلاً بی‌نهایت پول، بی‌نهایت ملک و زمین، بهترین امکانات رفاهی و ...، این طوری نیست که دیگر بهترین زندگی را داشته باشیم. این‌ها زورشان به قضا نمی‌رسد، این‌ها نمی‌توانند جلوی خراب‌کاری من ذهنی را بگیرند. یعنی این طوری نیست که بگوییم اگر من ذهنی را شناسایی کنیم زندگی‌مان بهتر می‌شود و اگر نکنیم هم مشکلی ندارد.

آیا این که می‌گوییم منظور زندگی، شناسایی من ذهنی و رسیدن به هشیاری حضور است را درک می‌کنیم؟

این که می‌گوییم منظور، یعنی یک کار بزرگ و اساسی هست، اصلاً همه کارها و همه چیزها برای این است. بنابراین نیاز به یک تصمیم جدی و طلب واقعی دارد. باید این قدر اهمیت این موضوع را درک کنیم که همه کارها بروند به حاشیه و تمام وقت و انرژی‌مان را برای این کار بگذاریم.

بیت طلایی مولانا را می‌توانیم کف دستمان بنویسیم و هر لحظه نگاهش کنیم:



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

چون ز زنده مرده بیرون می کند

نفس زنده سوی مرگی می تند

این بیت قانون زندگی است و کاملاً دقیق است، ترازو است. اگر با من ذهنی تکان بخوریم، یک خرابکاری بار می آوریم. این خراب کاری، صرفاً یک اتفاق خاص مثل دعوا با کسی یا تصادف با ماشین نیست. همین که یک چیزی بیاید مرکز ما تمام است، خواب می رویم و حواسمان پرت می شود، ذهن روشن می شود، مقاومت شروع می شود، درد کم کم شروع می شود تا جایی که یک دفعه می بینیم که حال خوبمان رفت و بنابراین این لحظه مان را و کاری که مشغول آن بودیم را خراب می کنیم. یک دفعه یک کار مهم را فراموش می کنیم، یا یک چیز را جا می گذاریم، یا یک حرفی که نمی خواستیم را می زنیم.

مثل این که داریم روی بند نازک راه می رویم و هر لحظه ممکن است بیفتیم. بنابراین بسیار منظور ما مهم است و طلب صادقانه می خواهد، وقت گذاشتن خیلی زیاد می خواهد.

شاید چون فضا را باز نمی کنیم، نمی توانیم خراب کاری من ذهنی در هر لحظه را متوجه بشویم و بنابراین اهمیت این کار درک نکنیم. ولی حتی اگر به طور ذهنی این را قبول کنیم و شروع به کار کردن روی خود بکنیم، با باز شدن فضا می توانیم متوجه این موضوع شویم.

مولانا برای بیان اهمیت این موضوع و حساس بودن این که هر لحظه ممکن است چیزی به مرکز ما بیاید و به ما تجاوز کند، تمثیل زیر را می زند. می گوید شما فرض کنید که در دهان یک شیر گیر هستید و هر لحظه ممکن است شما را بخورد. مطمئناً چیزی که جدی است این است که ما خودمان را از دهان شیر نجات دهیم.

حال، ما تجربه کرده ایم که همین که یک چیز را جدی می گیریم و در مرکز ما قرار می گیرد، فوراً غصه و درد سراغ ما می آید و شیر قضا به همانندگی ما حمله می کند.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۲

آنچنانکه ناگهان شیری رسید

مرد را بر بود و در پیشه کشید

فرض کنید که ناگهان شیری برسد و یک انسان را با دندان‌هایش بگیرد و به پیشه ببرد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۳

او چه اندیشد در آن بُردن؟ بین

تو همان اندیش ای استادِ دین

وقتی او را می‌برد، به چه می‌اندیشد؟ صرفاً به این می‌اندیشد که خود را نجات دهد. یعنی باید حواسمان باشد چیزی نیاید مرکزمان و این کار سخت است.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۴

می‌کشد شیرِ قضا در پیشه‌ها

جان ما مشغولِ کار و پیشه‌ها

شیر قضا ما را می‌کشد در پیشه‌ها، ما مشغول کار و پیشه‌های خودمان هستیم که با آن همانیده هستیم. یعنی در این لحظه هر اتفاقی که می‌افتد، هر چقدر هم که به نظرمان مهم بیاید، نباید اجازه بدهیم بیاید مرکز ما و تمام توجه ما را به خود جذب کند، چون همین که مرکز ما آمد، حتماً خراب‌کاری می‌شود.

با سپاس و احترام

فرشاد از خوزستان



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