



پیغام عشق

قسمت نهصد و شصت و سوم



برنامه شماره ۹۲۷

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۱۹

گر سران را بی سری، درواستی

سرنگونان را سری درواستی

غزل شماره ۲۹۱۹ از دیوان شمس مولانا، شناسایی دیگری از سر و عقل محدود ذهن که از راه خود که راه جدایی و هرچه بیش تر بهتر و راه کاهلی و بی صبری و بی شکری است، انسان را در هر جهتی به بن بست می کشاند. شناسایی سر و عقل محدودی که با بانگ زشت خود، مایه غم و خشم و کین می شود. آگاهی از اینکه سر و عقل محدود ذهن مورد عنایت و تأیید زندگی قرار نمی گیرد و قانون غیرت زندگی عاقبتی جز سرنگونی برای آن ندارد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۷

بانگ زشتم مایه غم می شود

مهر خلق از بانگ من کم می شود

بانگ زشت، فکر و عملی است که از سر عقل محدود ذهن برخاسته و آثار آن قطع شدن و کم شدن مهر و عنایت زندگی و کم شدن مهر و عنایت خلق است. آثار آواز زشت ذهن، داشتن سری است که با تصور پندار کمال خود، خواستار و طالب زندگی و خوشبختی است، اما اعتراف به داشتن سر ذهنی، ناظر و مراقب آن بودن با صبر و شکر و پرهیز و تمرکز روی خود، سرنگونی هرچه زودتر آن را به همراه خواهد داشت.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۰۰

زشتی آواز کم شد زین گله

خلق شد بر وی به رحمت یک دله



دیدن این سر، صادق بودن، و اعتراف به آن و پرهیز از آن رحمت و عنایت زندگی است. رحمت و عنایتی که به یاری و کمک استاد و راهبری لایق، انسان را از خطر به دام افتادن در اسباب و علل ذهنی رهایی می‌بخشد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۸۹

بوک استادی رهاند مر تو را

وز خطر بیرون کشاند مر تو را

تنها با کمک و یاری بزرگان است که لزوم شناسایی و انداختن سر ذهنی و دید آن، در اولویت قرار می‌گیرد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۰

زاری می‌کن، چو زورت نیست هین

چونکه کوری، سر مکش از راه‌بین

اعتراف به ناتوانی عقل محدود ذهن، تسلیم شدن و فضاگشایی در برابر اتفاق این لحظه، ناله‌ای دلنشین از مرکزی است که مورد مهر و رحمت زندگی قرار می‌گیرد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۲

ای خدا سنگین دل ما موم کن

ناله ما را خوش و مرحوم کن

مریم از اورنج کانتی



با سلام خدمت آقای شهبازی عزیز و همه دوستان عزیز گنج حضور.

مخاطب این متن، خودم هستم، منی که با گذشت چهار سال در این مسیر معنوی، هنوز هزاران همانیدگی و درد دارم، که در انداختن آنها بدون کمک زندگی و ابیات مولانا عاجزم.

مولانا در بیت اول غزل ۲۱۲ می‌فرمایند:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۲

❀ اسیر شیشه کُن آن جَنیان دانا را

بریز خون دِل آن خونیان صَہبا را

تویی که من ذهنی قوی داری و تعهد و ثبات نداری، برای اینکه بتوانی روی خودت کار کنی، باید دانایی من ذهنیت را کنار بگذاری و دیو من ذهنیات را در شیشه کنی و قانون اساسی جدیدی برای خودت بنویسی و از کارهایی که سال‌ها به صورت شرطی شده انجام می‌دادی، پرهیز کنی. تا خون همانیدگی‌هایت ریخته نشود، نمی‌توانی در این راه موفق شوی.

می‌پرسی چگونه این کار را کنم؟ این بیت غزل ۲۸۴۲ را آن قدر برای خودت تکرار کن تا معنای آن برایت باز شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲

❀ چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟

نِگر اولین قَدَم را که تو بَس نکو نهادی



در این بیت مولانا به من می‌فرمایند، خودت را باز بینی کن. بین چه چیزهایی تو را به واکنش در می‌آورند؟ علت آن را جویا شو! خواهی دید که در اکثر مواقع، زمانی که با اتفاقی رو برو می‌شوی، به دلیل نداشتن قدرت تشخیص، همیشه قربانی اتفاق می‌شوی و با اختیار خودت کاری می‌کنی و بعد پشیمان می‌شوی.

پس سعی کن قدم اول را درست برداری. می‌پرسی چگونه؟ مولانا جواب می‌دهد، این لحظه تو دو راه انتخاب داری، فضا را باز کنی و بدانی آن اتفاق از طریق زندگیست و سبب‌های بیرونی را نبینی و به ستیزه و واکنش خود و دیگران مشغول نشوی، که نتیجه آن آرامش و شادی بی‌سبب است.

مثلاً کسی به تو توهین می‌کند و خشم تو بالا می‌آید. اگر بدانی زندگی آن اتفاق را از طریق آن شخص به وجود آورده تا خشم درونت را به تو نشان دهد، اگر مسبب را که زندگیست ببینی و آن خشم را شناسایی کنی، قدم اول را درست برداشتی. اما اگر فضا را بستی و واکنش نشان دادی و خشمگین شدی و آن شخص را مسبب خشم خود دیدی و مسبب اصلی را ندیدی، قدم اول را با فضا‌بندی برداشتی، که نتیجه آن درد بسیار است، نه تنها روحی بلکه جسمی، و این درد را نه تنها به خودت، بلکه به اطرافیان و کل کائنات پخش می‌کنی.

مولانا از اختیار سخن می‌گویند، و برای من این موضوع را روشن می‌کنند که نمی‌توانی از زیر بار مسئولیت شانه خالی کنی و بگویی من دست خودم نبود و نتوانستم خودم را کنترل کنم، و این بیت را بیان می‌کنند:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۰۲۴

این که فردا این کنم یا آن کنم 🌸

این دلیل اختیارست ای صنم



اگر فضا را ببندی، اختیارت به دست من ذهنی‌ات می‌افتد و اوست که از تو فکر و عمل می‌کند. اما اگر فضا را باز کنی و بدانی زندگی است که آن طرح را بر اساس قانون قضا و کن فکان برای تو فرستاده و اوست که به آن همانیدگی تیر انداخته، تسلیم بودن خود را نشان داده و مانند کمانی خم می‌شوی تا زندگی از طریق تو تیر بیاندازد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۶

🌸 گر بپرانیم تیر، آن نی ز ماست

ما کمان و تیر اندازش خداست

تنها فضای گشوده‌شده دیدی به تو می‌دهد که مسبب را که زندگیست، در هر اتفاقی ببینی. شاید با عقل من ذهنی‌ات بگویی، چقدر خداوند جبار است؛ چرا باید به سمت ما تیر بیاندازد و حوادث ناگوار برای ما به وجود آورد؟ مولانا در این بیت می‌فرماید، این نشان بخشنده‌گی خداوند است که به ما نشان دهد که با چیزی همانیده شدیم و داریم راه را اشتباه می‌رویم، و این جباری او برای به زاری در آوردن ماست، تا عذر خواهی کنیم و به اشتباه خود اعتراف کنیم و برگردیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۷

🌸 این نه جبر، این معنی جباری است

ذکر جباری، برای زاری است

بنابراین تا زمانی که در همانیدگی‌ها هستی و خام، توسط قانون کن فکان هلاک خواهی شد و با اختیار من ذهنی‌ات برای بدست آوردن همانیدگی‌هایت، به دام خواهی افتاد. این هنر زندگیست که می‌خواهد تو را از خواب ذهن بیدار کند.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۸

🌸 پس هنر، آمد هلاکت خام را

کز پی دانه، نبیند دام را

اختیار قدم اول با توست. می‌گویی اختیار ندارم، مولانا می‌گوید، باشد. اگر نمی‌توانی از اختیارت درست استفاده کنی، باید آن را به دست زندگی و ابیات مولانا بدهی و بگذاری آنها راه را به تو نشان دهند. در غیر این صورت، مثال تو مانند مستی می‌شود، که با اختیار خودش شراب خورده و جنایت می‌کند. اما بعد می‌گوید اختیارم دست خودم نبود. بدان که برای خدا، این بهانه‌ها قابل قبول نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

🌸 اختیار آن را نکو باشد که او

مالک خود باشد اندر اتَّقُوا

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰

🌸 چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار

دور کن آلت، بینداز اختیار

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵

🌸 همچو مستی، کو جنایت‌ها کند

گوید او: معذور بودم من زِ خود



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶

❀ گویدش لیکن سبب ای زشتکار

از تو بُد در رفتنِ آن اختیار

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷

❀ بیخودی نآمد به خود، توش خواندی

اختیارت خود نَشُد، توش راندی

وقتی اختیارت را بدون تلاش ذهنی با فضاگشایی به دست زندگی می‌دهی که به جای تو فکر و عمل کند، به تو مستی می‌دهد که باعث می‌شود آن عهد الست که بیان جنس اولیه تو بود، حفظ شود. یعنی هشیاری دوباره جنس اولیه خود را شناسایی می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۸

❀ گر رسیدی مستی ای بی‌جهدِ تو

حفظ کردی ساقی جان، عهد تو

اما اگر اختیارت به دست ذهن بیفتد و اسیر شهوت و مستی‌های بیرونی مثل، مال و مقام و چیزهای دنیایی شوی، مدام باید در خُماری باشی. زیرا اگر آن همانیدگی‌ها نباشند که تو را مست کنند، نبود آنها تو را خمار می‌کنند و مدام در درد و غم باید به سر ببری.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷

🌸 همچنین هر شهوتی اندر جهان

خواه مال و، خواه جاه و، خواه نان

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۸

🌸 هر یکی زینها تو را مستی کند

چون نیابی آن، خُمارت می‌زند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۹

🌸 این خمارِ غم، دلیل آن شده‌ست

که بدان مفقود، مستی‌ات بده‌ست

خوب اکنون می‌گویی باید چه کار کنم؟ یعنی نباید خانه و ماشین و پول داشته باشم و از چیزهای دنیایی استفاده کنم؟

مولانا جواب می‌دهند، استفاده کن اما به اندازه، تا حدی که بر تو سلطه نجویند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۰

🌸 جز به اندازه ضرورت، زین مگیر

تا نگردد غالب و، بر تو امیر



گوش کن و اکنون که آگاهی این ابیات بر تو آشکار شد، نگو که من خودم می‌دانم و به راهنمایی کسی احتیاج ندارم و خودم وصلم و صاحب‌دل، چون تو را همچنان در ذهن نگه خواهد داشت.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۱

🌸 سر کشیدی تو که من صاحب‌دل

حاجت غیری ندارم، واصلم

پندها را گوش کن. یعنی قدم اول را با اختیار خودت، با فضاگشایی بردار. اگر نمی‌توانی، اعتراف کن که نمی‌توانی و از ابیات مولانا کمک بگیر و در زمان چالش‌ها مرتب تکرار کن؛ و بدان زندگی است که اکنون تیر انداخته و او با تو دشمنی ندارد. اگر به این پندها گوش کردی و عمل، جان من دوباره به سوی من باز خواهد گشت و بخشش و بزرگی مرا خواهی دید و با دم من، از این پوسته من ذهنی رها خواهی شد. در غیر این صورت روی مرا نخواهی دید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸

🌸 چون به من زنده شود این مُرده‌تن

جان من باشد که رو آرَد به من

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹

🌸 من کنم او را ازین جان مُحْتَشَم

جان که من بخشم، ببیند بَخَشِشَم



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۰

🌸 جان نامحرم نبیند روی دوست

جز همان جان کاصل او از کویِ اوست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۱

🌸 در دَمَم، قَصَابِوار این دوست را

تا هَلَد آن مَغَزِ نَغَزَش، پوست را

هر لحظه قدم اول را درست با فضاگشایی برداشتن شروع یک زندگی سراسر شادی، عشق و حس امنیت است که دیگر درد و غمی در آن جا ندارد. زیرا زندگی همه آنها را خواهد خورد. زندگی این نوید را به تو نیز می‌دهد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲

🌸 شاد باش و فارغ و ایمن که من

آن کنم با تو که باران، با چمن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳

🌸 من غم تو می‌خورم تو غم مَخَوَر

بر تو من مشفق‌ترم از صد پدر

اما اصلی بسیار مهم که باید بدانی، اگر به گفته‌های زندگی عمل کردی و آن شادی بی‌سبب را دریافت کردی، سعی کن آن انرژی و شادی را حفظ کنی و با هیچ کس راز این مرکز عدم و تحول را بیان نکنی. آن راز را در دلت به خاک بسپار



و در مورد آن نه با کسی سخن بگو، نه از کسی نظر بخواه و نه کسی را راهنمایی کن. زیرا برای تله‌هایی به وجود خواهد آمد که تو را از ادامه مسیر دلسرد کند و باز دارند. باید در این مرحله صبر را پیشه کارت کنی تا تک تک آلودگی‌هایت را پاک کنم و عجله نکنی. اگر همیشه قدم اول را درست با فضاگشایی برداری و راضی باشی، این راه دراز به یک دم میسر خواهد بود.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۲

❀ تا که پُشکی مُشک گردد ای مُرید

سال‌ها باید در آن روضه چرید

مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع شماره ۲۵

❀ این ره چنین دراز به یکدم میسرست

این روضه دور نیست، چو رهبر تو را رضاست

مطمئنًا از خودت می‌پرسی چطور این همه آلودگی و همانیدگی از وجودم پاک می‌شود؟ زندگی می‌گوید، همه چیز دست من است. با دَمِ من و کن‌فکان من، اینکه من می‌گویم «بشو و می‌شود»، همه چیز در مورد تو نیز صورت می‌گیرد. این تحول را نمی‌شود با ذهن که تنها سبب‌های بیرونی را می‌بیند، درک کرد. این تحول موقوف سبب‌های بیرونی نیست، یک امری است که توصیفی ندارد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

❀ دمِ او جان دَهَدَتِ رو زِ نَفَخَتِ بپذیر

کار او کن فیکون است، نه موقوف علل



در این راه پستی‌ها و بلندی‌های بسیاری است. اما نگران نباش زیرا در همه حالت، زندگی با تو و در کنار توست، و اوست که همه کارها را راست می‌کند. قانون قضا اتفاق را طوری برای تو تنظیم می‌کند تا ناخالصی‌های تو را پاک کند. درست است از دست دادن همانیدگی‌ها سخت است. اما بهشت در سختی‌ها نهفته شده.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸

🌸 گر قضا پوشد سیه، همچون شبّ

هم قضا دستت بگیرد عاقبت

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹

🌸 گر قضا صد بار، قصد جان کند

هم قضا جانت دهد، درمان کند

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۰

🌸 این قضا صد بار اگر راهت زند

بر فراز چرخ، خرگاهت زند

وقتی به هر اتفاقی بله بگویی و قضا ی زندگی را می‌پذیری و فضاگشایی می‌کنی و قدم اول خود را درست برمی‌داری، از آن پس زندگی سپرت خواهد شد و به تو آسیبی نخواهد رسید. زندگی می‌آید و همانیدگی‌های تو را می‌برد. اما تو دیگر هیچ دردی متوجه نمی‌شوی، و به راحتی آن همانیدگی‌ها را رها می‌کنی.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۶

❀ قضا که تیر حوادث به تو همی انداخت

تو را کند به عنایت از آن سپس سپری

صبر، صبر، صبر، برای انداختن همانیدگی‌هایت، عجله کارساز نیست. زیرا من می‌دانم که چه وقت و چگونه این غبار را بزدايم و عادت‌های بد خود را تغییر دهم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۷

❀ عادت خود را بگردانم به وقت

این غبار از پیش، بنشانم به وقت

اگر همیشه در برابر اتفاقات بلی باشی و تسلیم، و خود را نسبت به من ذهنی و همانیدگی‌هایت نیست تر کنی، هر لحظه در کارگاه صُنع من جای داری؛ و ارزش و قیمت اصلی تو آن زمان است که به صورت آینه‌ای در مرکزت نمایان می‌شود و آنگونه هستی حقیقی‌ات را در آن خواهی دید.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۰۱

❀ آینه هستی چه باشد؟ نیستی

نیستی بر، گر تو آبله نیستی



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰

❀ کارگاه صنّع حق چون نیستی است

پس برون کارگه بی‌قیمتی است

آنچنان که خودت از این همه عشق و تحول هر لحظه شکر می‌کنی و صبر، تا همانیدگی‌های بیشتری را از تو بگیرم، آن زمان که مقصود اصلی ما پدید می‌آید و واحد می‌شود. و شادی و شکوه آن به همه عالم سرازیر می‌شود و دیگر کشش و جاذبه چیزهای آفل تو را جذب نخواهد کرد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰

❀ عاشق صنّع توأم در شکر و صبر

عاشق مصنوع، کی باشم چو گبر؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱

❀ عاشق صنّع خدا با فر بُود

عاشق مصنوع او کافر بُود

در این شکوفایی هر لحظه می‌توانی با من سخن بگویی این همان حالت راضی و مرضی است، حالتی که هشیاری بر هشیاری منطبق خواهد شد و هزاران برکت به تو سرازیر خواهد شد. و از طریق تو به کل کائنات و عالم هستی برکات خواهد ریخت.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

❀ حکم حق گسترد بهرِ ما بساط

که بگویند از طریق انبساط

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

❀ هزار ابر عنایت بر آسمان رضا است

اگر ببارم، از آن ابر بر سرت بارم

با سپاس فراوان، الهام از شیراز

با عرض سلام

«دانستن کافی نیست»

در برنامه ۹۲۸ خواندیم که مرکز ما اگر همانیدگی باشد، پس در این صورت ما یک کارگاه شیشه‌گری هستیم، یعنی دلمان از جنس شیشه است و هر لحظه با سنگ شکسته می‌شود.

هر همانیدگی که ما داریم، یک شیشه است و این همانیدگی‌ها از طریق سنگ‌های قضا شکسته می‌شود. قضا اتفاقات را طوری به وجود می‌آورد که به همانیدگی‌های ما سنگ بخورد و شیشه را بشکند.

حالا فرض کنیم که من بگویم بله، من همانیدگی‌های مختلف دارم که این‌ها باعث ایجاد هزاران درد و مسئله در زندگی من شده است. من می‌دانم حسود هستم، می‌دانم کینه و رنجش دارم، می‌دانم که در توهم و هیروت زندگی می‌کنم. اما آیا همین که من این‌ها را بدانم کافی است؟ نه.

این که من مرتب پشت سرهم با خودم تکرار کنم که «من می‌خواهم شاد باشم»، آیا این کافی است؟ نه. این‌ها کمک می‌کند، ولی کافی نیست، چرا؟

چون این دست من نیست، من در اختیار همانیدگی‌ها هستم و در مرکز من همانیدگی هست و این همانیدگی‌ها منبع درد هستند و ضد شادی هستند، من چگونه می‌توانم شاد باشم؟ وقتی من ذهنی و همانیدگی که ضد شادی هستند همین الان در من کار می‌کند، من چگونه می‌توانم شاد باشم؟ آیا فقط با دانستن درست می‌شود؟ نه. در واقع به این آسانی‌ها نیست.

مثلاً فرض کنیم من به یک نفر حسادت می‌کنم و علتش این است که او بیشتر از من تأیید و توجه می‌گیرد. حالا من با خودم می‌گویم که بله، من می‌دانم حسود هستم و شناسایی‌اش کرده‌ام. آیا همین کافی است؟

نه، چون من با تأیید و توجه گرفتن همانیده هستم و وقتی کسی مرا تأیید و توجه می کند، بالا می روم و خوشحال می شوم و وقتی کسی مرا تأیید و توجه نکند و یا دیگران را تأیید و توجه بکنند، من پایین می روم و ناراحت می شوم. خب تا زمانی که این همانیدگی در من هست، امکان ندارد که من حسادت نکنم. دست خودم نیست، حتماً به مقایسه می افتم. درواقع این که فکر حسادت و مقایسه برایم می آید، یک پیغام است و می خواهد همانیدگی را به من نشان دهد، یعنی مرض ما همانیدگی است، باید این را بیندازیم. تا زمانی که همانیدگی را نگه داریم، تغییری حاصل نمی شود و ما مدام بالا و پایین می شویم و انواع درد و مسئله خواهیم داشت، چرا؟ بیت زیر جواب ما را می دهد و در واقع تکلیف ما را روشن می کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

چون ز زنده مُرده بیرون می کند

نفس زنده سوی مرگی می تَند

می گوید تا زمانی که همانیدگی را نگه داری، مدام در حال خرابکاری و درد و غصه هستی و زندگی خوبی نداری، چون این قانون زندگی ست؛ یعنی ما هرچقدر هم که دانش داشته باشیم، هرچقدر قشنگ حرف بزنیم، هرچقدر پول داشته باشیم، هرچقدر تعهد و پیمان ببندیم، برای شاد زندگی کردن و درد نداشتن، هیچ فایده ای ندارد تا زمانی که همانیدگی را نگه بداریم. این دردها و مسائل نتیجه همانیدگی ها هستند و باید باشند تا به ما پیغام بدهند که نمی توانیم همانیدگی در مرکزمان بگذاریم.

بیماری اصلی ما همانیدگی ست و دردها و مسائل علائم این بیماری هستند. نمی شود که ما اصل بیماری را رها کنیم و آن موقع انتظار موفقیت داشته باشیم.



اگر می ترسم، حسادت می کنم، رنجش دارم، کینه دارم و ...، باید ببینم که علت و موضوع این ها چیست. مثلاً اگر حسادت می کنم به پول، باید همانیدگی با پول را ببندازم، نه این که خودم را ملامت کنم که چرا حسادت می کنم و دوباره با خودم تعهد کنم که دیگر حسادت نمی کنم. تا زمانی که همانیدگی با پول دارم، حتماً مقایسه و حسادت می کنم.

قضا و کن فکان حتماً همانیدگی را با تیر می زند. هرگونه درد و مسئله و گرفتاری، در واقع تیر قضاست به همانیدگی های من. اگر واقعاً طلب دارم و از ته دل می خواهم که همانیدگی ها را ببندازم، باید حواسم را جمع کنم و موقعی که تیر به همانیدگی ام می خورد، فضا را باز کنم و به سبب سازی ذهن نیفتم.

وقتی تیر می خورد به همانیدگی، فوراً آن تصویر ذهنی من از آن همانیدگی به خطر می افتد و فکرها شروع می شوند. حالا چون من به این فکرها جان می دهم و حس هویت می دهم، بنابراین فضایی بسته می شود و حالم خراب می شود و در واقع همانیدگی حال مرا تعیین می کند، ولی اگر حاضر باشم و به صورت ناظر به ذهنم نگاه کنم که چجوری می خواهد مرا بکشد و بالا و پایین ببرد و اجازه ی این کار را ندهم، یک دفعه کلی انرژی از این همانیدگی آزاد می شود.

گاهی اوقات این قدر همانیده هستیم که وقتی ذهن می خواهد ما را بکشد، باید درد هشیارانه بکشیم تا پخته شویم. مثلاً روی حرف های دیگران حساس هستیم و با یک تصویر ذهنی از خودمان همانیده هستیم. یک نفر حرفی می زند و باعث می شود آن تصویر ذهنی ما به خطر بیفتد و بنابراین ذهن می خواهد سریع ما را به واکنش و درد بکشد و این کار برای ما خیلی سخت است که فضا را باز کنیم و اجازه ندهیم ذهن ما را بکشد و این کار برای ما درد دارد.

گاهی اوقات که همانیدگی ما با تیر زده می شود و ذهن ما به فکرها حس هویت می دهد و ما را می کشد، ما می دانیم که این از من ذهنی است، می دانیم که این فکرها توهم هست، ولی این دانستن ها جواب نمی دهند و درد ما را ول نمی کند. این جاست که لازم است درد هشیارانه بکشیم.

با تشکر و سپاس - 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

