

برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)

تماشا فرمایید



## پیغام عشق

قسمت هزار و دویست و نودم





خانم اکرم



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۶۵ گنج حضور، بخش سوم

لیک حاضر باش در خود ای فتی  
تا به خانه او بیابد مر تو را

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳

فتی: جوان مرد، جوان

اما تو ای جوان، هر لحظه در خودت «حاضر باش» یعنی مدام فضا را بگشا و به آن چه ذهنت نشان می دهد  
اهمیتی نده. به صورت حضور ناظر ذهنت را تماشا کن تا وقتی زندگی می خواهد پیغامِ اتفاق این لحظه را به تو  
برساند، تو را در خانه مرکزت پیدا کند.

ورنه خَلَعَت را بَرَد او باز پس  
که نیابیدم به خانه هیچ کس

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴

خَلَعَت: لباس یا پارچه‌ای که خانواده داماد به عروس یا خانواده او هدیه می‌دهند، مجازاً هدیه

وگرنه خداوند لباس حضور را بازمی‌گرداند و می‌گوید: «چون آن انسان را به‌عنوان حضور ناظر در خانه مرکزش نیافتیم، نتوانستیم لباس حضور را به او بپوشانیم و پیغام را برسانیم، چراکه او در من ذهنی مشغول جدی گرفتار اتفاق این لحظه و آن چه ذهنش نشان می‌دهد بود.»

پس هنر آمد هلاکت خام را  
کز پی دانه نبیند دام را  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۸

هنر و مهارتی که انسان با من‌ذهنی کسب می‌کند، موجب مرگ و تباهی او می‌گردد، چراکه با آن همانیده شده و در نتیجه من‌ذهنی تمام دستاوردهای آن را غصب می‌کند. چنین انسانی در پی به‌دست آوردن آن چیزی که ذهن به او نشان می‌دهد، از دام همانیده شدن غافل است و آن را نمی‌بیند.

اختیار آن را نکو باشد که او  
مالک خود باشد اندر اتقوا  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

اتَّقُوا: بترسید، تقوا پیشه کنید.  
قدرت اختیار برای کسی خوب است که پرهیز دارد و مالک نفس خودش است، یعنی مرتب در اطراف اتفاقات فضاگشایی می‌کند و به‌عنوان فضای گشوده‌شده اجازه نمی‌دهد چیزی در بیرون توجهش را جلب کرده و به مرکزش بیاید.

چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار  
دور کن آلت، بینداز اختیار

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰

زینهار: بر حذر باش، کلمه تنبیه

اگر قدرت حفاظت از خود و پرهیز از همانیده شدن را نداری، تا زمانی که بتوانی فضا را به حد کافی برای انتخاب بگشایی بر حذر باش. ابزار اختیار و قدرت انتخاب را از خودت دور کن و به دست آدم‌هایی مثل مولانا بسپار، یعنی اشعار مولانا را بخوان و مطابق آن عمل کن.

دی مُنَجِّمُ گفت: دیدم طالعی داری تو سَعَد  
گفتمش: آری ولیک از ماهِ روزافزونِ خویش

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷

سَعَد: خجسته، مبارک

منجم دیروز به من گفت: «طالعی که از تو دیدم بسیار خجسته است.» در پاسخ به او گفتم: «البته که این طور است، اما این خجستگی به خاطر وضعیت ستارگان و ماهی که تو در آسمان می بینی و همچنین به خاطر اتفاقاتی که ذهن نشان می دهد نیست، بلکه به این خاطر است که ماه حضور از درونم طلوع کرده و فضای درونم لحظه به لحظه گشوده تر می شود.» [بنابراین بخت خوب این است که روز به روز فضا را باز کنیم و بیشتر به زندگی زنده شویم.]



مه که باشد با مه ما؟ کز جمال و طالعش  
نحس اکبر، سعد اکبر گشت بر گردون خویش

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷

چطور ممکن است ماهی را که در آسمان بالا می آید، با ماهی که درون ما به صورت بی نهایت و ابدیت خداوند طلوع کرده، مقایسه کرد؟ آن هم در حالی که از زیبایی و طالع ماه درونمان، من ذهنی شوم در حال تبدیل به فضای گشوده شده خوش یمن و مبارک است و مرتب اتفاقات بهتری برای ما رخ داده و درون و بیرونمان خوش تر می شود. [مولانا می خواهد در این بیت به ما بگوید که تمام اوضاع و احوال کنونی ما ناشی از مرکز جسمی است. پس اگر می خواهیم شرایط تغییر کرده و اوضاع بهتر شود، باید ناظر ذهنمان باشیم تا با دخالت نکردن در کار زندگی و باز کردن فضای درون، به ماه حضور زنده شویم.]

چون از آن اقبال شیرین شد دهان  
سرد شد بر آدمی ملک جهان

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۶

اقبال: نیکبختی

هرگاه انسان از بخت فضای گشوده شده و مرکز عدم شیرینی شادی بی سبب را بچشد، در این صورت خوشی های بیرونی حاصل از همانیدگی ها در نظر او بی ارزش و بی اهمیت می شود. [به طوری که روز به روز عملاً تجربه خواهد کرد که نسبت به خوشی های بیرونی همچون تأیید، توجه، احترام، قدردانی و اهمیت مردم و همچنین زیاد کردن دوست های خود سرد خواهد شد.]

چند چندت گیرم و تو بی خبر  
در سلاسل مانده‌ای پا تا به سر  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۶۹

سلاسل: زنجیرها، جمع سلسله  
[زندگی خطاب به شخصی که من ذهنی داشت و می‌گفت خداوند مرا در ارتکاب به گناه مؤاخذه نمی‌کند می‌گوید]  
دیگر چقدر تو را بگیرم و از طریق همانیدگی‌ها به تو درد دهم تا بفهمی که من ذهنی داری اما بی‌خبر از آن در  
خواب ذهن فرو رفته‌ای؟ بدان که همانیدگی‌ها مانند زنجیری به تمام اعضایت بسته شده و از فرط گرفتاری قادر  
به تکان خوردن نیستی.

زنگ تُو بر تُوَت ای دیگ سیاه  
کرد سیمای درونت را تباه  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۷۰

اکنون انباشتگی لایه‌های همانیدگی و درد در مرکزت تو را مانند دیگ سیاهی ساخته که سیمای درونت تباه  
شده‌است، یعنی هشیاری‌ات در محدودیت ذهن به تله افتاده و قادر به زندگی نیستی.

بر دلت زنگار بر زنگارها  
جمع شد، تا کور شد زاسرارها

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۷۱

آن قدر زنگارهای همانیدگی و درد بر دلت انباشته شده است که دیگر قدرت تشخیص و شناسایی اسرار خداوند را نداری. [چراکه انرژی زنده زندگی را که هر لحظه به صورت کامل به تو می رسد، به مانع و مسئله و درد تبدیل کرده و آن را تلف می کنی.]

قبض دیدی چاره آن قبض کن  
زان که سرها جمله می‌روید ز بن

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲

بُن: ریشه

اگر اتفاقی باعث ایجاد واکنش، ترس و بالا آمدن هیجانات ذهنی شد و تو را در ذهن منقبض کرد، با فضاگشایی و عدم کردن مرکزت برای آن قبض چاره‌ای پیدا کرده و چیزی را که از طریق ذهن به مرکزت راه یافته شناسایی کن. زیرا این قبض و گرفتگی مانند ریشه‌ای است که شاخه‌ها و سرها به صورت درد، تخریب و سایر اعمال و افکار بد من ذهنی از آن می‌روید و رشد می‌کند.

بسط دیدی بسط خود را آب ده  
چون برآید میوه، با اصحاب ده

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳

اگر در مرکزت بسط دیدی یعنی توانستی فضا را باز کنی و چیزی که ذهن نشان می‌دهد را به مرکزت نیاورده و از آن زندگی نخواهی، انبساط خود را بیشتر کن و همین که میوه‌های آن به صورت شیرینی، عشق و خرد نمایان گشت به دوستانت نیز بهره برسان.

چون که قبضی آیدت ای راهرو  
آن صلاحِ توست، آتش دل مشو

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴

قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج  
آتش دل: دل سوخته، ناراحت و پریشان حال

ای انسانی که در مسیر حرکت از ذهن به سوی هشیاری حضور هستی، اگر چیزی که ذهنت نشان می دهد به مرکزت آمد، منقبض شدی و در اثر بی مرادی فضای درونت بسته شد، واکنش نشان نده و خشمگین نشو. زیرا اگر درست نگاه کنی این اتفاق به صلاح توست. فقط کافی ست فضا را باز کرده، پیغام زندگی را در قالب این اتفاق دریابی و همانیدگی هایت را شناسایی کنی. تنها در این صورت است که می توانی از زندان ذهن آزاد شوی.

شاد آن صوفی که رزقش کم شود  
آن شبّه‌ش در گردد و او یم شود

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۰

شبّه: شبّه یا شبّ، نوعی سنگ سیاه و براق  
یم: دریا

خوشا به حال آن انسان معنوی که وقتی رزق همانیدگی‌هایش کم شده و بی‌مراد می‌شود، فضا را باز کرده و با شناسایی همانیدگی‌ها سنگ بی‌ارزشش من‌ذهنی‌اش به مرواریدِ باارزش حضور تبدیل می‌شود و مرکزش به دریای عدم و یکتایی مبدل می‌گردد.



ز آن جرای خاص هر که آگاه شد  
او سزای قرب و اجری گاه شد

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۱

جرا: نفقه، مواجب، مستمری  
اجری گاه: در این جا پیشگاه الهی

هر کسی که با فضاگشایی از غذا و روزی زندگی آگاه شود، شایسته قرب و یکی شدن با خدا شده و با ساکن شدن در پیشگاه فضای گشوده شده، خودش تبدیل به منبع غذای ایزدی می گردد. [پس متوجه می شویم اتفاق هر چند هم بد باشد، نباید آن را به مرکزمان راه داده و براساس آن به قضاوت با ذهن پردازیم. تنها در این صورت است که فضای درون به تدریج باز می شود.]

ز آن جرای روح چون نقصان شود  
جانش از نقصان آن لرزان شود

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۲

نقصان: کمی، کاستی، زیان

چنانچه با آوردن اجسام و همانیدگی‌ها به مرکز، فضای درون بسته شود و روزی ایزدی که در قالب عشق، خرد و عقل فضای گشوده‌شده جاری می‌شود قطع گردد، جان انسان به‌عنوان هشیاری و امتداد خدا دچار لرزش خواهد شد.

پس بدانند که خطایی رفته است  
که سَمَن زارِ رضا آشفته است

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۳

سَمَن زار: باغ یاسمن و جای انبوه از درخت یاسمن، آن جا که سَمَن روید.

پس بدین ترتیب انسان متوجه می شود که حتماً خطایی از او سرزده یعنی فضا را بسته و برحسب من ذهنی عمل کرده که موجب آشفته‌گی بوستان شکر و رضا شده است. [براساس این ابیات درمی یابیم هرچند اقتضای من ذهنی این است که مدام در حال ناله و شکایت باشد و همانندگی‌ها را به مرکز ما براند، اما باید توجه داشته باشیم با پیروی از شیوه من ذهنی پیغام زندگی را که از طریق اتفاقات به ما می رسد دریافت نخواهیم کرد و از زندگی واقعی محروم می شویم.]

چون رهیدی، شکر آن باشد که هیچ  
سوی آن دانه نداری پیچ پیچ  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۸۰

پیچ پیچ: خم در خم و سخت پیچیده  
حال که زندگی با ایجاد درد و مسائل مختلف پیغامش را به تو رساند و فهمیدی که باید همانیدگی‌ها را برانی و مرکزت را عدم سازی، پس شکر آن این است که دیگر به دور دانه‌های همانیدگی که ذهن آن را نشان می‌دهد نگردی و اگر یک همانیدگی را انداختی آن را با همانیدگی جدید جایگزین نکنی.

با تشکر:  
کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها  
گوینده: اکرم



خانم مرضیه



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۶۵ گنج حضور، بخش چهارم

ترس و نومیدیت دان آوازِ غول  
می‌گشود گوشِ تو تا قعرِ سُفول

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷

سُفول: پستی

چنانچه ذهن وضعیتی را به تو نشان داد که دچار [مشخصات من‌ذهمی از جمله] ترس و ناامیدی شدی، آن را آواز غول من‌ذهنی بدان که سعی دارد تا گوش تو را بگیرد و به پایین‌ترین سطح از هشیاری بکشاند. [خیلی از انسان‌ها فکر می‌کنند اگر بترسند و یا ناامید شوند زندگی به آن‌ها رحم کرده و کمکشان می‌کند. درحالی‌که ناله، شکایت، خشم و واکنش نشان دادن باعث انقباض شده و مانع جاری شدن برکت زندگی می‌شود.]

هر ندایی که تو را بالا کشید  
آن ندا می‌دان که از بالا رسید  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸

هر ندایی که سبب می‌شود تا آن‌چه ذهن نشان می‌دهد را بی‌اهمیت ساخته و به مرکزیت راه ندهی و تو را به سمت بالا یا همان فضای گشوده‌شده می‌کشاند، آن را از طرف خداوند و خرد کل بدان.

هر ندایی که تو را حرص آورد  
بانگ گرگی دان که او مردم درد  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹

هر ندایی که در تو حس «هرچه بیشتر بهتر» را بیدار می‌کند و تو را به پریدن از یک فکر همانیده به فکر همانیده دیگر سوق می‌دهد، مانند بانگ گرگی دان که می‌خواهد هشیاری انسان‌ها را بدرد و به ذهن بکشاند. [گرگ من‌ذهنی را ما خودمان در درون درست می‌کنیم، آن هم با عدم شناسایی این‌که هرچیزی که ذهن نشان می‌دهد مهم‌تر از مرکز عدم نیست.]

ترک کن این جبر را که بس تهی ست  
تا بدانی سرِ سرِ جبر چیست

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۷

ای انسان، این جبر ذهن همانیده را که در اثر آمدن اجسام به مرکز، بر تو تحمیل شده و با قوانین علت و معلول و شرطی شده ذهنی به تو القا می کند که تو نمی توانی وضعیت فعلی ات را عوض کرده و پیشرفت کنی، رها کن که بسیار غیر حقیقی است. تا بدانی که سر سر جبر این است که زندگی می گوید این چیزی که ذهنت نشان می دهد را نمی توانی به مرکزت بیاوری و باید من را بیاوری. [برخی از بهانه های پوچ من ذهنی برای پذیرفتن وضعیت دردناک فعلی و عدم تغییر: این ویژگی ناپسند اخلاقی در ژنمان است، پدر و مادرم این طوری بودند، من قربانی خانواده یا معلم یا محل کارم هستم. آگاه شدن از «سر سر جبر» است که ما را از جبر تهی تحمیل شده من ذهنی رها می کند.]



ترک کن این جبر جمع مَنبَلان  
تا خبر یابی از آن جبرِ چو جان

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۸

مَنبَل: تنبل، کاهل، بیکار

جبر گروه تنبلان با این طرز تفکر من‌ذهنی که باید در ذهن بمانی و در آن جا زندانی و گرفتار شوی را رها کن، تا از آن جبری که همچون جان‌گران قدر است آگاه شوی؛ همان جبر خدا که تو را مجبور می‌کند از ذهن بیرون پریده و به زندگی زنده شوی. [تنبلان هم در تشخیص و شناسایی همانیدگی‌ها تنبل هستند، و هم در کار انداختن همانیدگی‌ها.]

هر که ماند از کاهلی بی شکر و صبر  
او همین داند که گیرد پای جبر

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸

کاهلی: تنبلی

هر کس که در اثر تنبلی من ذهنی، در برابر آن چه که ذهن نشان می دهد فضا را باز نکرده و مرکزش را عدم نمی کند، شکر فضای گشوده شده و این که می تواند دوباره خرد کل را یار خود کند به جای نمی آورد و همچنین برای باز شدن فضای درونش صبر نمی کند. پس ناچاراً به جبر ذهنی متوسل می شود و می گوید من نمی توانم تغییر کنم و مجبورم در ذهن زندگی کنم تا بمیرم. [وقتی ما یک چیزی را در مرکزمان گذاشته و با آن همانیده می شویم، براساس آن خودمان را با دیگران مقایسه می کنیم، بنابراین اگر متوجه شویم که یکی دیگر از آن همانیدگی بیشتر دارد، دیگر نمی توانیم بابت داشتن آن شکرگزاری کنیم. شکر تنبلان که بابت داشتن نعمت هاست، در واقع شکر حقیقی نیست، بلکه شکر حقیقی برای این است که ما این لحظه می توانیم با فضاگشایی از جبر من ذهنی رها شده، به خداوند زنده شویم و از خرد زندگی استفاده کنیم.

هر که جبر آورد، خود رنجور کرد  
تا همان رنجوری اش در گور کرد  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹

رنجور: بیمار

هر کس به جبر متوسل شده و گمان کند که نمی تواند تغییر کند، خودش را بیمار می کند تا جایی که همان بیماری در ذهن ماندن، او را به صورت هشیاری مرده در قبر ذهن چال می کند.

گفت پیغمبر که رنجوری به لاغ  
رنج آرد تا بمیرد چون چراغ  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۰

لاغ: هزل و شوخی. در این جا به معنی بددلی است. «رنجوری به لاغ» یعنی خود را بیمار نشان دادن، تمارض.

پیامبر (ص) فرمود: «اگر کسی با مجبور کردن خود به ماندن در ذهن و ادامه وضعیت فعلی که من ذهنی تحمیل کرده، عدم فضاگشایی و شناسایی نکردن این که این چیزی که ذهنم نشان می دهد مهم نیست، بی دلیل خود را بیمار نشان دهد و بددل شود، آن قدر درد ایجاد می کند تا بالاخره نور حضور او مانند چراغ خاموش می شود.»

[ما با افتادگی، اقرار به بیماری پندار کمال و این که تمام مسائلم را خودم ایجاد کرده ام، تبدیل به کارگاه ایزدی و جای کار خدا می شویم. ولی اگر کسی هیچ موقع مرکزش عدم نشده، امکان کارگاه خدا شدن را نمی شناسد؛ چون جبر من ذهنی می گوید برو دیگران را ملامت کن که چرا به من کمک نمی کنید و مرا به این روز انداختید؟ در نتیجه ناله و شکایت کرده و منقبض می شود.]

همچنین اگر در مقابل یک دردی که سالها پیش ایجاد شده، کینه ای قدیمی یا اتفاقی که به لحاظ ذهنی بی مراد شده ایم، واکنش شدید نشان داده و دچار ترس و ناامیدی شویم، به گاهلی من ذهنی یعنی تنبلی در فضاگشایی و صبر و شکر می افتیم، در حالی که ما به عنوان امتداد خدا هیچ چیزمان نیست و این رفتن به من ذهنی و در آن جا مریض شدن و دور خود گشتن، اصلاً لازم نیست. ما باید فقط دور خدا و مرکز عدم بگردیم.]

تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌ای  
در سبب از جهل برچفسیده‌ای

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳

چفسیده‌ای: چسبیده‌ای

ای انسان، چون تو از کودکی بر اثر خامی و ناپختگی، به جای فضاگشایی و عدم کردن مرکز، به سبب‌ها و وضعیت‌هایی که ذهن نشان می‌دهد توجه کرده و من‌ذهنی تشکیل داده‌ای، بنابراین این لحظه از روی جهل و نادانی من‌ذهنی، به علت‌ها و سبب‌های ذهنی چسبیده‌ای و نمی‌توانی از فضای محدود ذهن خارج شوی. [این لحظه ما می‌توانیم زندگی را به دو طریق پیش‌بینی کنیم. یکی این‌که، در برابر اتفاق این لحظه مقاومت کرده، آن را به مرکزمان بیاوریم و براساس آن اتفاق و سبب‌سازی ذهن، اتفاق و وضعیت بعدی را پیش‌بینی کرده و به‌سوی آن برویم. دیگر این‌که اتفاق این لحظه را مهم ندانسته، به آن توجه نکنیم، و فضا را باز کنیم تا فضای گشوده‌شده وضعیت بعدی را به‌طور خلاقانه به‌وجود بیاورد و راه را به ما نشان دهد.]

با سبب‌ها از مُسبب غافلی  
سوی این روپوش‌ها زان مایلی  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۴

تو به دلیل توجه به اسباب ظاهری که ذهن نشان می‌دهد، از خداوند که مُسبب‌الاسباب است غافل مانده‌ای. آن اسباب به منزله حجابی است که این لحظه روی عدم و زندگی را می‌پوشاند و تو به خاطر همانیده شدن با این اسباب به آن‌ها تمایل داری.

جمله قرآن هست در قطع سبب  
عز درویش و هلاک بولهب  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۰

همه آیات قرآن برای متوقف ساختن سبب‌سازی ذهن آمده تا انسان‌ها با خواندن و عمل کردن به آن مرکز را عدم کرده، فضا را باز کنند و از ذهن همانیده بیرون بپرند. این آیات همچنین برای بزرگ و عزیز کردن کسی که مرکزش را از همانیدگی‌ها خالی کرده، و نیز برای از بین بردن و هلاک کسی که درد و همانیدگی‌ها را در مرکزش گذاشته، نازل شده است.

بعد از این حرفی ست پچاپیچ و دور  
با سلیمان باش و دیوان را مشور

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۵۳۲

ای انسان، بعد از توضیحاتی که گفته شد، نکته‌ای وجود دارد که دور از درک من ذهنی توست. آن نکته این است که وقتی در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی کردی و مرکزت عدم شد، دیگر هر لحظه با سلیمان که نماد خداوند است، همراه باش و هرگز با فضابندی از او جدا نشو. همچنین هرگز چیزهایی را که ذهنت نشان می‌دهد به مرکزت نیاور تا من ذهنی خودت و دیگران تحریک نشده و واکنش نشان ندهند.

روی نفس مطمئنه در جسد  
زخمِ ناخن‌هایِ فکرت می‌کشد

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۷

انسان در من‌ذهنی به‌وسیله فکرهای هم‌هویت‌شده، بر صورت زیبای حضور و هشیاری آزادشده از ذهن و خدایت خود ناخن‌فکرهای همانیده را می‌کشد، آن را زخمی می‌کند و خون زندگی را می‌ریزد. به‌عبارتی او با توجه کردن به آن‌چه که ذهن نشان می‌دهد، مرکزش را جسم کرده و زندگی زنده این لحظه را تلف می‌کند. [نفس مطمئنه یا روح آرامش‌یافته همان فضای گشوده‌شده و هشیاری منطبق بر هشیاری‌ست که از خودش آگاه گشته و می‌داند که برای وجود داشتن و اتصال مجدد با زندگی به هیچ‌چیز ذهنی احتیاج ندارد؛ بنابراین درحالی که از جهان بیرون بی‌نیاز است، به‌سوی زندگی و اصل خود بازمی‌گردد. وقتی فضا را باز می‌کنیم متوجه می‌شویم که ذهنمان گذشته و قصه من‌ذهنی‌مان را که قصه نارضایتی، رنجوری، جبر و یک قصه تمام‌نشده است، مثل یک داستان نشان می‌دهد و با این کار سعی دارد، آینده ما را برطبق گذشته بسازد و من‌ذهنی را نگه دارد.



درواقع اشتباه ما همین است که اتفاق این لحظه را به مرکزمان می‌آوریم و براساس آن آینده‌مان را می‌سازیم، درحالی که باید یک جایی این روند را با فضاگشایی قطع کنیم و بگوییم من دیگر از جبر خارج شدم و می‌خواهم زندگی‌ام را تغییر دهم. بنابراین اگر ما تشخیص دهیم چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد مهم‌تر از خدا و فضای گشوده‌شده نیست، یک‌دفعه متوجه می‌شویم که کارگاه زندگی شده‌ایم و فضای گشوده‌شده مبنای ساخت آینده‌مان می‌شود، که این همان خاصیت است است.

(قرآن کریم، سوره فجر (۸۹)، آیه ۲۷-۲۸)  
 «يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنِّةُ، ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً.»  
 «ای روح آرامش‌یافته، راضی و مرضی به‌سوی پروردگارت بازگرد.»

فکرت بد ناخن پُر زهر دان  
می خراشد در تعمق روی جان

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۸

تعمق: دوران‌دیشی و کنجکاوی، در این جا به معنی دنباله‌روی از عقل جزئی است.

فکرهای عمیق همانیده را شبیه ناخن پُر از زهر بدان که روی جان اصلی و زندگی را در تو می خراشد و مجروح می کند. [«فکرت بد» یعنی این که اجازه دهیم ذهنمان به مرکزمان بیاید و برحسب آن فکر کنیم که در این صورت زندگی ما لحظه به لحظه تبدیل به غم و غصه و درد می شود. و «فکرت خوب» یعنی این که مرکزمان را با فضاگشایی عدم کرده و برحسب عقل فضای گشوده شده فکر و عمل کنیم.]

تا گشاید عُقده اشکال را  
در حَدَثِ کرده‌ست زرین‌بیل را

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۹

عُقده: گره  
حَدَث: سرگین، مدفوع

انسان برای حل مشکلات و مسائلی که فضا را باز و مرکزش را عدم کند و از جنس هشیاری حضور شود، بیل زرین هشیاری و حضور ناظر خود را که اصل اوست، در کثافات افکار همانیده و دردهای ذهن فروبرده و می‌خواهد به وسیله عقل ذهنی، مسائلی که من ذهنی به وجود آورده را حل کند. [فکر کردن ما بر حسب من ذهنی و جسم را در مرکز قرار دادن، سبب ایجاد مسئله شده و خون زندگی مان در روند مسئله‌سازی تلف می‌شود.]

عقده را بگشاده گیر ای منتهی  
عقده‌ای سخت است بر کیسه تهی

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰

منتهی: به پایان رسیده، کمال یافته

ای انسان که به انتهای تکامل هشیاری رسیده‌ای و می‌توانی در این لحظه با فضاگشایی به بی‌نهایت خدا زنده شوی، این مسائلی را که با من‌ذهنی ایجاد کرده‌ای حل‌شده فرض کن، چراکه آن‌ها همچون گره بسیار سخت بر کیسه خالی هستند و حل کردن آن‌ها مثل باز کردن گره کیسه تهی، کار بی‌هوده‌ای است. [به‌طور مثال ما با همسرمان دعوا می‌کنیم، بعد اشتی می‌کنیم یا به‌طور جمعی، با یک کشوری می‌جنگیم و پس از پنج‌شش سال که به همدیگر کلی خسارت زدیم و آدم‌های زیادی زخمی شدند، اشتی می‌کنیم و برادر می‌شویم. درواقع در تمام این حالات زرین‌بیل یا هشیاری اصلی ما در کثافات همانیدگی‌ها و دردها فرورفته و ما مسائل من‌ذهنی را با عقل من‌ذهنی حل می‌کنیم. درحالی‌که با توجه به آموزش‌های مولانا باید شناسایی کنیم که این چیزی که این لحظه ذهنم نشان می‌دهد، مهم‌تر از فضای گشوده‌شده که همان هشیاری ایزدی‌ست، نیست.]

در گشاد عقده‌ها گشتی تو پیر  
عقده چندی دگر بگشاده گیر  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۱

تو در راه گشودن گره‌ها و مسائل ذهنی پیر و استاد شدی، اکنون این مشکلات و مسائلی را هم که داری  
حل شده فرض کن.

عقده‌ای کان بر گلوی ماست سخت  
که بدانی که خسی یا نیک‌بخت  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۲

خَس: خار، خاشاک، پست و فرومایه  
آن گره و مسئله‌ای که گلوی ما را سخت می‌فشارد برای آن است که بدانی آیا در این لحظه همچون خسی  
هستی که با فضا‌بندی به ذهن می‌رود و یا با فضا‌گشایی روزن بین فکرها را باز می‌کنی و نیک‌بخت می‌شوی؟

حَلَّ این اشکال کُن گر آدمی  
 خرج این کُن دم، اگر آدمِ دمی  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۳

اگر واقعاً انسانی و مانند حضرت آدم از جنس نیک‌بختی هستی، در این لحظه فضا را باز کن و بگذار نور خدا از روزن دلت وارد شود. همه حواست را به حل این اشکال بده که این لحظه از جنس هشیاری حضور هستی یا از جنس من‌ذهنی؟ و عمر خود را در راه این شناسایی صرف کن. [اگر ما از کسی رنجیدیم، خشمگین شدیم و بعد آشتی کردیم و فردا دوباره برای یک چیز دیگر رنجیدیم، باید از خودمان سؤال کنیم که این کار چه فایده دارد؟ در واقع ما باید خودمان را اصلاح کنیم که اصلاً نرنجیم. برای نرنجیدن هم باید از هیچ‌کس، هیچ‌چیزی نخواهیم و انتظار نداشته باشیم. و برای این که از کسی انتظار نداشته باشیم، نباید اجازه دهیم چیزی را که این لحظه ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان بیاید.]

با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: مرضیه



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)

تماشا فرمایید