

**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی  
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

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





## پیغام عشق

قسمت پانصد و چهل و نهم





خانم شکوه



صبح است ساقیا قدحی پر شراب کن  
دور فلک درنگ ندارد شتاب کن  
-حافظ، غزل شماره‌ی ۳۹۶

با سلام،

شاید برایمان پیش آمده باشد که با اینکه متعهدانه روی خود کار می‌کنیم، اما اینجا و آنجا با دیدن آنچه ذهن هم‌هویت‌شده‌ی ما تبعیض و ظلم نشان می‌دهد، میل به انتقام‌جویی در ما شکل می‌گیرد و شاید وسوسه شویم بی‌مهری را با بی‌مهری و سردی پاسخ دهیم. در چنین حالتی اگر نظارت بر افکار را تمرین کرده باشیم، با توجه به هیجاناتی که در ما ایجاد شده است، متوجه می‌شویم که این فکرها، نه از فضای حضور، که از ذهن ما برخواسته‌اند؛ و تا این تشخیص را دادیم، باید از جذب ذهن شدن پرهیزیم، از ذهن خارج شویم، اوج بگیریم، و به موضوع از یک فضای یکتایی که در آن «من» و «تو» مطرح نباشد، نگاه کنیم.



همانند هر آموزگار خوب، گویی مولانا در غزل شماره‌ی ۲۵۳۳ دیوان شمس، برنامه‌ی ۸۸۸ گنج حضور، شاگردان را تشویق می‌کند به کار کردن روی خود و تمرین هر چه بیشتر در فضاگشایی. مولانا به اهمیت این موضوع اشاره می‌کند که اگر هر یک از ما انسان‌ها از ذهن بیرون بیاییم، نه تنها خود رها می‌شویم، بلکه راه را برای خروج انسان‌های دیگر از ذهن هموار می‌کنیم. مولانا می‌خواهد هر یک از ما آنچه را از او آموخته‌ایم، در عمل استفاده کنیم، و با رفتار و اعمال خود، آنها را به دیگران هم بیاموزیم. این غزل برای من یادآور تشویق‌های یک آموزگار مهربان قبل از یک امتحان بزرگ است. آموزگاری که به قدرت و استعداد دانش‌آموز ایمان دارد و در گوشش می‌گوید: برو جلو، تو می‌توانی! من ایمان دارم که موفق خواهی شد.

و چقدر گاهی یک شاگرد به این تشویق‌ها احتیاج دارد. وقتی یک سؤال را در امتحان قبلی اشتباه جواب داده است، یا سر کلاس حواسش پرت شده است، یا در اثر بیماری و یا مسائل شخصی، چند کلاس را از دست داده است. تنها یک معلم دلسوز است که زندگی را در شاگردانش می‌بیند، کنار آنها می‌ایستد و آنها را به پیشرفت تشویق می‌کند.

پس با دل و جان به مولانا گوش می‌دهم که می‌گوید:

برآ بر بام، ای عارف، بکن هر نیم‌شب زاری  
 کبوترهای دل‌ها را تویی شاهین اشکاری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

ای عارف، ای که می‌خواهی حقیقت وجودی خودت را بشناسی، اگر در این لحظه به هر دلیلی جذب ذهن شده‌ای، از ذهن بیرون بیا و از بالای بام، از بیرون از ذهن، به فکرهایت نگاه کن، و فکرهای «من دار» را تشخیص بده. استغفار کن، یعنی آنها را در آگاهی خود نگهدار تا زندگی به تو کمک کند از بند آنها رها شوی. و بدین سان وقتی از هم‌هویت‌شدگی‌ها رها شوی، آرامش و زیبایی تو همچون شاهینی، دل‌های همچون کبوتر انسان‌های اسیر ذهن را شکار خواهد کرد.



بُودِ جان‌های پابسته، شِوند از بند تن رسته  
 بود دل‌های افسرده ز حر تو شود جاری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

باشد که جان‌های پایبند هم‌هویت‌شدگی‌ها، از بند جسم رها شوند، و دل‌های افسرده از حرارت عشق وجود تو  
 به شور و شوق بیایند و انگیزه‌ی زندگی در ایشان جاری شود.

بسی اشکوفه و دل‌ها، که بنهادند در گل‌ها  
 همی‌پایند یاران را، به دعوتشان بکن یاری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

چه بسیار شکوفه‌های عشق که قبل از اینکه به ثمر برسند، در زیر گل‌باور دفن شده‌اند و چشم انتظار دست  
 یاری دهنده‌ای هستند. پس با حضور و ارتعاش خود، به آنها انگیزه و قدرت بده تا از گل و لای باورها بیرون  
 بیایند.

به کوری دی و بهمن، بهاری کن پرین گلشن  
 درآور باغ مزمن را به پرواز و به طیاری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

بیا و به کوری چشم انسان‌هایی که درد، غم، سیاهی و ناامیدی را دامن می‌زنند و باغ زندگی از نفس سردشان یخ بسته است، همچون بهار باش برای این گلستان؛ و با نفس گرم و امیدبخش خود، این باغ کهن را به جنب و جوش درآور و همچون باغبانی آن را پرورش بده. نگو که همه به کین هستند و حضور من یک نفر کاری از پیش نمی‌برد که تو وقتی در ذهن نباشی به حمایت و قدرت «او» وصل هستی و هر تخم عشقی که در این باغ بکاری، هزار گل به بار خواهد آورد. پس اگر ظلم و تبعیضی دیدی، اگر سردی دیدی، تو خوبی کن؛ تلافی نکن؛ تو بین انسان‌ها فرق نگذار. اگر خاری دیدی آن را با صبر و فضاگشایی، از ریشه بیرون بیاور، نه اینکه خود خاری شوی در این گلزار و درد ایجاد کنی. که اگر نام خود را عارف گذاشته‌ای، رفتار تو باید متفاوت از رفتار کسی باشد که با ذهن قضاوت می‌کند و از ذهن متعصب فرمان می‌گیرد. فراموش نکن فرمانروای حقیقی زندگی عارف «عشق» است و تنها کار عارف «عاشقی».



ز بالا الصلایی زن که خندان است این گلشن  
 بخندان خار محزون را که تو ساقی اقطاری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

از بالای بام، رها از ذهن، به همگان اعلام کن، که وقتی از دریچه‌ی ذهن محدودنگر به زندگی نگاه نکنیم، وقتی از دوران فکرها خارج شویم و به جایی برسیم که بتوانیم این دوران را مشاهده کنیم، وقتی بتوانیم کل را ببینیم، می‌بینیم که غم و شادی‌ها زودگذر هستند و آنچه همیشه باقی و زیباست زندگی است. بیا و با حرف‌های امیدبخش خود، خنده را به لب‌های انسان‌های غمگین که همچون خاری در این گلشن زندگی هم درد می‌کشند و هم درد ایجاد می‌کنند، بازگردان، بدون هیچ تبعیضی؛ که تو آفریده شده‌ای تا عشق را به هر کرانه روان کنی.

با به‌کار بردن عبارت «ساقی اقطار» مولانا به نکته‌ی ظریفی اشاره می‌کند. اینکه هر موجودی در این دنیا هست، گویی قطری، کرانه‌ای، امتدادی از آن کل است؛ و انسان وظیفه دارد عشق و آگاهی را در هر موجودی به ارتعاش درآورد، نه اینکه آن را مختص افراد خانواده، همشهری‌ها، هموطنان، و یا همزبان‌های خود بداند. عارف باید دیده‌ی شه‌شناس داشته باشد و شاه را در هر لباس بشناسد. حتی اگر خودش مورد تبعیض قرار گرفته باشد، نباید عشق را از هیچکس دریغ کند. که البته این چالش بزرگی برای سالک راه معرفت است. اما گذر کردن از آن، تحولی شگرف در خود شخص و در دنیای اطراف او ایجاد خواهد کرد.



دلی دارم پر از آتش، بزن بر وی تو آبی خوش  
 نه ز آب چشمه جیحون، از آن آبی که تو داری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

ای عارف، دل انسان‌ها که بنا بود از آتش عشق پرگداز باشد، از آتش خشم و کینه در سوز و گداز است. تو بیا و با صبر و فضاگشایی، همچون آبی بر روی این آتش باش. وقتی مورد خشم و تبعیض و نفرت قرار می‌گیری، مقابله به مثل نکن. رفتار معمول انسان‌های دیگر را برای خاموش کردن ایشان تکرار نکن. خلاق باش و از خرد خود استفاده کن و با حضور و آرامش خود، با عشق، آتش جنگ را بس کن و صلح را در سینه‌ی مردمان برقرار کن.



به خاک پای تو امشب، مبنده از پرسش من لب  
 بیا ای خوب خوش مذهب، بکن با روح سیاری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

ای عارف، تو می دانی که هر رفتار ناخوشایندی از انسان ها سر می زند، از نیاز آنها به عشق ناشی می شود. پس محبت خود را از آنها دریغ نکن و احوال ایشان را جویا باش. بیا و با خوبی و خوش رفتاری، روح انسان ها را در آغوش بگیر و آنها را با خود به پرواز درآور. با رفتار خود به انسان های در بند ذهن و باورها کمک کن که از ذهن خارج شوند.



چو امشب خواب من بستی، مبند آخر ره مستی  
که سلطان قوی دستی و هس بخششی و هشیاری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

وقتی با رفتار خود انسان‌ها را از خواب ذهن بیدار کردی، وقتی شور عشق را در دلشان بیدار کردی، آنها را به حال خود رها نکن و در خماری شراب آگاهی نگذار؛ که وقتی عشق «او» در رگ‌های تو جاری باشد، توانایی این را داری که انسان‌ها را از حقیقت وجودی‌شان با خبر کنی و به آنها در تبدیل از هشیاری جسمی به هشیاری حضور کمک کنی.



چرا بستی تو خواب من؟ برای نیکویی کردن  
ازیرا گنج پنهانی و اندر قصد اظهاری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

تو به فرمان «او» و از سر لطف، با ارتعاش عشق انسان‌ها را از خواب ذهن بیدار می‌کنی و نمی‌گذاری به خواب  
بروند، تا «گنج حضور» پنهان در خود را جستجو کنند و بیابند.

زهی بی‌خوابی شیرین، بهی‌تر از گل و نسرين  
فزون از شهد و از شکر به شیرینی و خوش‌خواری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

وه که این بی‌خوابی بسی شیرین‌تر از خواب گل و نسرين دیدن در ذهن است. که شیرینی آن از شهد و شکر  
بیشتر و خوش‌خوراک‌تر و دلچسب‌تر است.

عشق به زندگی انسان را بی خواب می کند، و شوق و ذوق زنده بودن و رسیدن به مقصود زندگی، انسان را از درون می سوزاند. اما این بیداری و سوز و گداز عاشقانه، دلچسب و شیرین است. چون از جنس حقیقت است، پایدار است؛ و انسان هر چه بیشتر در این راه پیش می رود، علاقه مندتر می شود و هرگز از لذت شیرینی حضور، سیر و دلزده نمی گردد، بر خلاف رویاهای ذهن برای رسیدن به هدفهای مادی؛ این رویاها ممکن است چشم انداز زیبایی جلوی چشم انسان ایجاد کنند، و انسان را در نهایت به هدف برسانند. اما پس از رسیدن، انسان درمی یابد که طعم موفقیت به آن شیرینی که تصور می کرد، نیست. گویی چیزی کم است و مزه‌ی این شیرینی زود دل انسان را می زند. و آن وقت انسان می پندارد که اشکال از هدفی بوده است که انتخاب کرده است. پس به سوی هدفی دیگر می رود و این دور باطل ساختن و خراب کردن را ادامه می دهد، بدون اینکه هرگز طعم شیرین خوشبختی واقعی را بچشد و بفهمد که آنچه کم بوده است، عشق بوده است و بس.



به جان پاکت ای ساقی، که امشب ترک کن عاقی  
که جان از سوز مشتاقی ندارد هیچ صباری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

ای عارف، ای ساقی شراب معرفت، قسم به جان پاکت که جان «او» است، بیا و امشب از فرمان «او» سر مپیچ،  
و کاسه‌ی سر جانهای تشنه‌ی حقیقت را از شراب عشق و آگاهی پر کن؛ که سوز و گداز اشتیاق به وصل شدن  
به «او» دیگر صبری برایشان نگذاشته است.

بیا تا روز بر روزن بگردیم ای حریف من  
ازیرا مرد خواب‌افکن، درآمد شب به کراری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

ای یار و یاور انسان‌ها در شب هجران، بیا و تا طلوع خورشید وصل در کنار ایشان بمان و آنها را یاری کن تا  
روی روزنه‌ی امید و آگاهی که در دلشان روشن شده است، تمرکز کنند و به دور آن بگردند. چرا که اتفاقات آنها  
را مکرر از خواب ذهن، در شب دوری، بیدار کرده است و دیگر وقت آن رسیده است که این هجران به پایان  
برسد و طعم وصل را بچشند.

بر این گردش حسد آرد، دوار چرخ گردونی  
که این مغز است و آن قشر است و این نور است و آن ناری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

گردش افکار در ذهن، به این گردش انسان به حول محور حضور، حسد خواهد ورزید؛ که این گردش، مقصود اصلی آفرینش و راه رسیدن به بلوغ معنوی و سعادت حقیقی است، و آن گردش، قدرت تفکر، تنها پوسته‌ای برای حفظ بقای انسان است؛ که این گردش، نوری تولید می‌کند که راهنمای رهایی از درد است و آن گردش، وقتی از کنترل خارج شود، شعله‌ای ایجاد می‌کند که می‌سوزاند، خراب می‌کند و به درد می‌افکند.



چه کوتاه است پیش من شب و روز اندرین مستی  
 ز روز و شب رهیدم من بدین مستی و خماری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

و وقتی انسان از دایره‌ی چرخش افکار بیرون می‌آید و از بیرون در حالی که از شراب حضور مست است، آنها را به تماشا می‌نشیند، می‌بیند که این گذر دوره‌های شادی و غم، دوره‌های وصل و جدایی، چقدر کوتاه است؛ و به یمن این مستی و مست‌کنندگی، از روز و شب، از گاه خوش و گاه ناخوش بودن، از خود را از دیگران و زندگی جدا دیدن، از خوب و بد کردن، رها می‌شود و هر لحظه، سرخوش و مست است.

حریف من شو ای سلطان، بهرغم دیده شیطان  
که تا بینی رخ خوبان سر آن شاهدان خاری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

ای ساقی شراب آگاهی، بیا و دور از چشم ذهن دوبین، خوبی‌ها را با چشم دل در انسان‌ها ببین؛ که تو از سر رحمت، وقتی رخ خوب انسان‌ها، وجه و استعداد خداگونه و معنوی انسان‌ها را می‌بینی، آنها را مورد لطف و عنایت خود قرار می‌دهی و از مهر خود لبریز می‌کنی.

مرا امشب شهنشاهی، لطیف و خوب و دلخواهی  
برآورده‌ست از چاهی، رهانیده ز بیماری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

مدت‌ها بود که باورهای شرطی شده، خانواده و جامعه‌ی غیر عشقی، انسان‌ها را در چاه ذهن انداخته و آنها را تک و تنها آنجا رها کرده بودند. اما امشب، شاهنشاهی، انسان عارف عاشقی، انسان لطیف و دلنشینی، زندگی را در آنها دیده است. همچون آینه، حقیقت وجودی انسان‌ها را به ایشان نمایانده است و آنها را از چاه ذهن بیرون کشیده است و از بیماری و رنج، از جدایی رهانیده است.



به گرد بام می‌گردم، که جام حارسان خوردم  
تو هم می‌گرد گرد من، گرت عزم است می‌خواری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

و انسان‌هایی که از اسارت ذهن رها شده‌اند، به سوی اصل خود پرواز می‌کنند و اوج می‌گیرند و به بالا می‌روند، و در حفظ حضور خود هر لحظه می‌کوشند. چرا که این حفاظت از حضور به آنها مستی و شادی بی‌پایان عطا کرده است. تو هم بیا با این انسان‌ها قرین شو و از حضور خود مراقبت کن، اگر مصمم هستی از شراب آگاهی، سعادت و شادی حقیقی بنوشی و سرمست شوی.

چو با مستان او گردی، اگر مسی تو، زر گردی  
وگر پای تو سر گردی، وگر گنگی شوی قاری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

که اگر با انسان‌های عارف عاشق که سرمست «او»، سرمست خود هستند، بگردی و قرین شوی، تبدیل از هشیاری جسمی به هشیاری حضور در تو صورت می‌گیرد؛ و اگر تا به حال تقلید می‌کردی، حال خالق فکرهای خود می‌شوی؛ و اگر تا به حال حرفی برای گفتن نداشتی، اکنون گوینده‌ی گفته‌های «او» می‌شوی، مجرای می‌شوی برای گسترش عشق و آگاهی در میان انسان‌ها.



در این دل موج‌ها دارم، سر غواص می‌خارم  
 ولی کو دامن فهمی سزاوار گهرباری؟  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳

همانند مولانا که امواج خرد و آگاهی در دل همچون دریایش شکل می‌گیرند و کلمات باارزش و پرگهر را بر زبانش جاری می‌کنند. اما دریغ که ذهن انسان گنجایش فهم این گوهرهای معرفت را ندارد و این سخن‌ها مناسب سطح درک ذهن نیست، و تنها کسانی قادر به هضم و درک این سخن‌ها هستند که به گفته‌ی مولانا سینه‌هایی شرحه شرحه از فراق دارند؛ کسانی که درد جدایی از اصل خود را چشیده‌اند و به دنبال نوری می‌گردند تا راهشان را روشن کند و ایشان را به سوی اصل خود بازگرداند.

دهان بستم، خُمش کردم، اگر چه پرغم و دردم  
 خدایا صبرم افزون کن، در این آتش به ستاری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳۳


پس مولانا دهان از سخن گفتن می‌بندد و سکوت می‌کند. هر چند هنوز می‌خواهد شرح درد اشتیاق بگوید و از درد مشترکی سخن بگوید که مرد و زن از آن در عذاب هستند، اما می‌داند که اگر بیشتر از این بگوید موثر نخواهد بود و انسان‌ها را به مقاومت و اخواید داشت. پس از خداوند طلب صبر می‌کند تا بتواند در حالی که درد و رنج انسان‌ها را می‌بیند و دواي آن را می‌داند، آنچه در درونش می‌جوشد را پنهان کند و سکوت کند تا وقت آن برسد.



شاید این توصیه مولانا به هر انسانی باشد که تا حدودی حضور را تجربه کرده است و طعم سعادت‌مندی را چشیده است و دلش می‌خواهد، آنچه تجربه کرده است را با دیگران به اشتراک بگذارد. مولانا صبر را توصیه می‌کند و از شاگردانش می‌خواهد که دندان به جگر بگیرند و سعی نکنند همه را به این راه بکشند، چون این کار باعث مقاومت دیگران می‌شود و چه بسا پیشرفت معنوی آنها را به تعویق بیندازد.

پس وظیفه‌ی شاگرد مولانا این است که تمرکزش روی حضور باشد. تا دید جذب ذهن شده است، به بام یکتایی بپرد و از آنجا به موضوع نگاه کند. و دیگران را تنها با به عمل در آوردن آموزش‌های معنوی تحت تاثیر قرار دهد و نه با کلام خود و یادش باشد که «ساقی اقطار» است، نه ساقی قشر خاصی از انسان‌ها.

با احترام،


 شکوه



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود







برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی  
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

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