



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد و پنجاه و نود و چهارم





خانم لیلا



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس ، موضوع برنامه ۹۹۶ گنج حضور، بخش اول

ای خُنک جانی که عیبِ خویش دید
هر که عیبی گفت، آن بر خود خرید

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۴

خوشا به حال کسی که عیب و همانیدگی خودش را ببیند و اگر کسی بگوید فلان عیب را داری، بگوید بله دارم و با پندار کمالش نگوید که آن عیب را ندارم.
«بیت هندسی»

نکته ۱: اگر شما می‌خواهید همانیدگی‌هایتان را ببینید و متوجه شوید که چه مسائلی برای شما ایجاد می‌کنند، وقتی کسی به شما می‌گوید که حسود و مغرور هستید و ناموس و من‌ذهنی دارید، نگویید نه من این‌گونه نیستم بلکه فضا را باز کنید تا عیب خود را ببینید زیرا نمی‌شود عیب نداشته باشید.

نکته ۲: اگر شما همانیده نمی‌شدید اصلاً باقی نمی‌ماندید، می‌مردید و می‌رفتید. حال که مانده‌اید پس حتماً من‌ذهنی درست کرده‌اید و تعداد زیادی همانیدگی و درد دارید؛ این‌ها عیب و نقص شما هستند که اگر آن‌ها را بشناسید درصدد رفع آن‌ها برمی‌آیید.

هر که نقصِ خویش را دید و شناخت
اندر استکمالِ خود دوا سبه تاخت

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲
—استکمال: به کمال رسانیدن؛ کمال خواهی
—دوا سبه تاختن: کنایه از شتاب کردن و به شتاب رفتن

هر کسی که نقص، همانیدگی‌ها و دردهای خودش را ببیند و بشناسد، با شتاب شروع به تکمیل کردن خودش می‌کند یعنی دردها و همانیدگی‌هایش را شناسایی کرده و می‌اندازد.
«بیت هندسی»

ز آن نمی‌پرد به سوی ذوالجلال
کاو گمانی می‌برد خود را کمال

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۳

کسی که چیزهای ذهنی را به مرکزش می‌آورد، برحسب آن‌ها می‌بیند و من ذهنی دارد حتماً پندار کمال،
ناموس و درد هم دارد و به همین علت به سوی خداوند ذوالجلال نمی‌پرد، زیرا فکر می‌کند کامل است.
«بیت هندسی»

نکته: شما ببینید آیا خودتان را کامل می‌بینید؟ این تعارفات مردم عادی را کنار بگذارید که ما کوچک و
حقیر هستیم؛ خیر، نیستید. من ذهنی شماست که در مقابل خدا ایستاده و حرف می‌زند، پس درست نگاه
کنید و حرف بزنید.

علّتی بتر ز پندارِ کمال
نیست اندر جانِ تو ای ذودَلال
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴
-ذودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من ذهنیِ عشوه‌گر، مرضی بدتر از داشتنِ پندارِ کمال و یک هویت بدلی که تصور می‌کند کامل است و همه چیز را می‌داند، در جان تو وجود ندارد.

«بیت هندسی»

نکته ۱: اگر شما می‌گویید که من پندارِ کمال ندارم، در حقیقت این پندارِ کمالِ شماست که این حرف را می‌زند، نمی‌شود پندارِ کمال نداشته باشید. بنابراین باید پندارِ کمال، درد و همانیدگی‌های خودتان را ببینید.

نکته ۲: از وقتی که اولین چیز به صورت یک فکر به مرکز ما آمد تبدیل به یک جسم شدیم و از همان موقع به سوی جهان کشیده می شویم و از جهان شیر، عشق و زندگی می خواهیم. درحقیقت چون از جنس آن چیزها شدیم، داریم به سوی آن ها می رویم.

نکته ۳: ما به این علت من ذهنی داریم زیرا هر لحظه یک چیزی را از ذهنمان به مرکزمان می آوریم و برحسب آن ها می بینیم. اگر این کار را نکنیم من ذهنی از بین می رود.

نکته ۴: در ما فکر بعد از فکر به این علت به وجود می آید که ما بر حسب یک همانیدگی می بینیم و آن نیرویی دارد که به سوی یک همانیدگی دیگر کشیده می شود. اصلاً ما فکر می کنیم دائماً باید روی این همانیدگی ها بنشینیم و بلند شویم تا بقا داشته باشیم. خیر، بقای ما به هم نمی ریزد. شما مراقبه کنید و به خودتان القا کنید که هیچ خطری من را تهدید نمی کند، من از گرسنگی نمی میرم پس فکرها نباید من را مغلوب کنند، من نباید در تندتند فکر کردن و شتاب کردن خودم را گم کنم و هشیاری ام را پایین بیاورم.

نکته ۵: شما ممکن است درس های مولانا را بشنوید ولی بگویید «نمی دانم، ممکن است درست باشد، ممکن است نباشد.» زیرا دانش ذهنی شما به وسیله پندار کمال من ذهنی تان اجازه نمی دهد که شکسته و خم شوید. شما دوست دارید دید و عقل من ذهنی را نگه دارید و روش های آن را ادامه بدهید؛ بنابراین حتی اگر مولانا بخوانید ولی به روش من ذهنی تان کار کنید، در این صورت موفق نمی شوید.

چون شکسته دل شدی از حال خویش
جابر اشکستگان دیدی به پیش
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۶۸۵
-جابر: شکسته بند

همین که شکسته دل شدی یعنی عمیقاً درک کردی که عاجز هستی و عقل من ذهنی ات کار نمی کند
بنابراین آن عقل را بی اهمیت کردی و زیر پا گذاشتی، فضا را گشودی، من ذهنی را کوچک کردی و زندگی
را به مرکزت آوردی؛ در این صورت شکسته بند شکستگان یعنی خداوند را جلوی رویت دیدی.

نکته: اگر کسی نمی گوید من عاجز هستم و کاری نمی توانم بکنم، شکسته دل نشده؛ ولی اگر کسی بگوید
من با عقل من ذهنی ام خودم را به این جا رساندم که هزار جور درد، گرفتاری و استرس دارم و ناامید
هستم در این صورت عاجز و شکسته دل می شود.

عاقبت را دید و او اشکسته شد
 از شکسته‌بند در دم بسته شد
 -مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۶۸۶

وقتی که انسان با فضاگشایی یک لحظه به زندگی وصل شد و حس کرد که از جنس اوست، عاقبت را دید و شکسته شد یعنی متوجه شد من ذهنی موقتی است و عاقبت باید از جنس زندگی شود که از اول از جنس او بوده، بنابراین شکسته‌بند یعنی خداوند او را تماماً از همانیدگی‌ها بیرون آورد و یک‌تکه کرد.

ز آن که جنت از مکاره رُسته است
رحمُ قسم عاجزی اشکسته است
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۵۷

-مکاره: سختی، ناخوشی و هرآنچه برای آدمی ناخوش و ناگوار آید.

زیرا بهشت که همان فضای گشوده شده است از دل ناخوشی ها، بی مرادی ها و سختی ها ایجاد شده است و
رحم و لطف خداوند و مردم سهم کسی می شود که عاجز و شکسته است؛ یعنی اشتباه خود را می بیند و
اقرار می کند که عیب دارد، من ذهنی اش را کوچک می کند و خَم می شود و اجازه می دهد آبروی مصنوعی
من ذهنی اش بریزد.

نکته: شما می‌گویید من می‌خواهم عیبم را بینم و به‌خاطر خودم به اشتباهاتم اقرار کنم، فرقی نمی‌کند کجا و پیش چه کسی باشد. آیا انجام این کار سخت است؟ بله. شکستن، خَم شدن و کوچک کردن من‌ذهنی و این‌که نگذارید طغیان کند سخت است؛ زیرا انسان می‌خواهد آبروی مصنوعی خودش را حفظ کند اما درحقیقت ریختن این آبرو به نفع اوست.

چون شکسته می‌رهد، اشکسته شو
امن در فقر است، اندر فقر رو
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۵۷

حالا که [در داستان خضر و موسی کشتی] شکسته نجات پیدا می‌کند، پس تو نیز شکسته شو؛ یعنی اجازه
نده چیزی به مرکزت بیاید و فضا را باز کن. اشتباهات و عیب من ذهنیات را بین، به آنها اقرار کن و خدا
را به مرکزت بیاور تا نجات یابی. حس امنیت در فقر و در این است که مرکزت را از همانیدگی‌ها خالی
کنی و برحسب چیزی نبینی.

نکته ۱: ما عادت کرده‌ایم که چیزهای ذهنی حتی دروغ، ناموس و درد را به مرکزمان بکشیم اما خدا را نکشیم! ولی اگر او را به مرکز بیاوریم و اشتباهات من ذهنی و عیب خودمان را ببینیم و اقرار کنیم، پیشرفت می‌کنیم و شکسته می‌شویم.

نکته ۲: آدم نمی‌تواند از بچه ده‌ساله‌اش که بر سرش داد کشیده معذرت بخواهد، زیرا نمی‌تواند خودش را پیش او کوچک کند. من ذهنی هزاران دلیل دارد که آدم از بچه‌اش عذرخواهی نکند ولی بدانید که این به نفع شما نیست. ممکن است آن بچه تا هفتادسالگی یادش باشد که شما اشتباه کردید و زیر بار نرفتید. ولی اگر از او معذرت بخواهید و بغلش کنید، یادش می‌رود و این موضوع تمام می‌شود.

من غلامِ آن مسِ همتِ پَرست
کاو به غیرِ کیمیا نآرد شکست

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۹۲

من غلام و نوکرِ آن مس یعنی من ذهنی‌ای هستم که همت‌پرست و فقر‌پرست است یعنی همت و خواستِ عقل کل، خدا را می‌خواهد؛ بنابراین فضا را باز و مرکز را عدم و خالی می‌کند و فقط در مقابل کیمیای زندگی تعظیم می‌کند و شکسته می‌شود، یعنی زندگی را به مرکزش می‌آورد تا کیمیای زندگی مسِ همانیدگی‌هایش را تبدیل به طلای حضور کند.

نکته ۱: دو جور «خواست» داریم. یکی این که چیزی را به مرکزت می‌آوری که می‌شود خواست من ذهنی، و دیگر این که فضا را باز می‌کنی، مرکز خالی می‌گردد که می‌شود خواست خدا.

نکته ۲: دو جور «شکست» داریم، یکی این که حرص و شهوت سبب می‌شود با یک چیزی همانیده شده و به سوی آن کشیده شویم که در این صورت به عنوان آلت و امتداد خدا شکست می‌خوریم و به یک جسم تعظیم می‌کنیم، و دیگر این که فضاگشایی می‌کنیم و در مقابل زندگی شکسته می‌شویم.

دست اشکسته برآور در دعا
سوی اشکسته پرد فضل خدا

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۹۳

دست و تمام اسباب من‌ذهنی را بشکن و دعا کن؛ زیرا فضل، دانش، بخشش، کمک و رحمت خدا به‌سوی شکستگان می‌رود، کسانی که حقیقتاً قبول کرده‌اند عقل من‌ذهنی کار نمی‌کند و چیزهایی که با ذهن می‌دانند بیهوده و بی‌معنی است، نباید برحسب آن‌ها بلند شوند و کبر و غرور داشته باشند.

گر رهایی بایدت زین چاه تنگ
ای برادر رو بر آذر بی درنگ

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۹۴
—آذر: آتش

ای برادر، اگر می خواهی از این چاه تنگ من ذهنی رها شوی، فوراً، بی درنگ و بدون این که صبر کنی در دلِ
درد هشیارانه که ناموس را کوچک می کند و پندار کمال را می شکند برو. [تمرین کن تا بفهمی چه جاهایی
باید خودت را بشکنی؛ زیرا وقتی می شکنی عیب خودت را می بینی.]

نکته: هر تجربه‌ای، تجربه یادگیری برای شخص ما و دیدن عیمان است، ما کاری نداریم دیگران یاد می‌گیرند یا نه. زندگی این اتفاقات را پیش می‌آورد تا ما لحظه به لحظه چیزی یاد بگیریم و خودمان را درست کنیم و عمدتاً یک نقص و همانیدگی را بشناسیم و از مرکزمان بیرون کنیم.

خویش مجرم دان و مجرم گو، مترس
تا ندزد از تو آن اُستاد، درس

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷

ای انسان، اکنون که متوجه شدی مرکزت را عدم نکرده‌ای، از موازنه خارج شده‌ای و بنابراین تمام بلاها را خودت سر خودت آورده‌ای، خود را مجرم بدان و بگو من مقصر بودم که چیزهای بی‌شماری را به مرکزم آوردم و آن‌ها برایم درد ایجاد کردند. اعتراف کن که هیچ‌وقت با فضاگشایی از خداوند عذرخواهی نکرده‌ای و چیزهای آفل را به‌جای او در مرکز گذاشته‌ای و از این اعتراف اصلاً نترس، تا آن استاد یعنی خداوند درس را از تو ندزدد و تدبیر خود را به تو بدهد.

نکته ۱: هر کسی راجع به گذشته صحبت می‌کند، دارد جلوی پیشرفت و یادگیری خودش را می‌گیرد، گذشته تمام شده‌است. وضعیت تو در این لحظه همین است، حال چه کاری می‌توانی بکنی؟ باید بگویی پدر و مادر یا هر کسی که من را انباشته و پر از همانیدگی کرده، من به دندهٔ ملامت نمی‌روم و مسئولیت قبول می‌کنم. من خلاق هستم و خلاقانه با خواندن و تکرار ابیات مولانا همانیدگی‌هایم را شناسایی می‌کنم. این ابیات دید من ذهنی را عوض می‌کنند، پس من روی هر بیتی مراقبه می‌کنم تا عوض شوم.

نکته ۲: ما اصلاً خودمان را مجرم نمی‌دانیم، مثلاً با همسرمان دعوا می‌کنیم می‌گوییم: «صد درصد حق با من است، صد درصد من می‌دانم و او نمی‌داند و گناهکار است.» حال از خودمان بپرسیم آیا من هم سهمی در این موضوع دارم؟ من اوقات تلخی نکردم و فضاگشایی کردم؟ من همانیدگی و درد ندارم؟ درد من بالا نیامد؟ بی‌حوصلگی نکردم؟ چرا کردم.

ذکر آرد فکر را در اهتزاز
ذکر را خورشید این افسرده ساز

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶
—اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود

ذکر یعنی فضاگشایی و تکرار ابیات مولانا، فکرهای به هم پیوسته و پشت سرهم را که با آنها همانیدهای و برحسب الگوهای شرطی شده مرتب تکرار می‌شوند، به جنبش و رقص درمی‌آورد و آنها را از هم جدا می‌کند؛ در نتیجه می‌توانی آنها را ببینی و فکر خلاق را از فکر به درد نخور تشخیص دهی. بنابراین بیا ذکر یعنی تکرار ابیات و فضاگشایی را خورشیدِ این من‌ذهنی افسرده‌ات کن تا زنده شود و جان بگیرد.

«بیت هندسی»

نکته: ما باید روی خودمان کار کنیم، نمی‌توانیم به صورت غیرفعال بنشینیم بگوییم خدا بیاید من را درست کند. ما باید ابیات مولانا را تکرار کنیم و به برنامه گنج حضور تماماً گوش بدهیم و روی خودمان با هر بیتی مراقبه کنیم، این قدر بخوانیم که بیت در ما زنده شود تا ببینیم این بیت چه اشتباهی را در دید ما نشان می‌دهد.

اصل خود جذب است، لیک ای خواجه تاش
کار کن، موقوف آن جذبه مباش

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷
—خواجه تاش: دو غلام را گویند که یک صاحب دارند.

[مولانا خطاب به انسان می گوید:] ای انسانِ خواجه تاش که سرورِ هردوی ما خداست، برای بیرون آمدن از ذهنت، اصل این است که خدا تو را جذب کند. اما تو فقط موقوف آن جذبه نباش و روی خودت کار کن، یعنی میل به زنده شدن داشته باش و فضاگشایی کن، حواست به خودت باشد و از قرین پرهیز کن، بیت‌ها را تکرار کرده، روی خودت تمرکز و مراقبه کن و دید غلط خود با هشیاری جسمی را پیدا کن.
«بیت هندسی»

نکته ۱: این هم یک دید غلطی است که شما فکر می کنید یک کسی باید بیاید کاری برای شما بکند. هیچ کسی به کمک شما نخواهد آمد. مردم موقعی به شما کمک می کنند که شما به خودتان کمک کنید. اما دیگران بیشتر از خودتان نمی توانند به شما کمک کنند.

نکته ۲: خداوند دائماً در جنب و جوش و شادی است، ما هم از جنس او هستیم. بنابراین افسردگی حالت طبیعی ما نیست، افسردگی حالت من ذهنی است.

نکته ۳: واکنش نشان دادن در برابر ناموس و پندار کمالِ من‌ذهنی نشان دهندهٔ این است که شما با آن چیز همانیده شده‌اید و این شناسایی کار شماست و کسی نمی‌تواند این کار را برای شما انجام دهد.

با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: لیلا



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