



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت تشصد و یازدهم





خانم سرور از شیراز



با سلام خدمت پدر عزیز و مهربانم آقای شهبازی جان و تمام دوستان و همراهان بیدار. برنامه ۸۹۶، داستان مسجد مهمان کش.

یک حکایت گوش کن ای نیک‌پی
مسجدی بد در کنار شهر ری
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۲

هیچ کس در وی نخفتی شب، ز بیم
که نه فرزندش شدی آن شب یتیم
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۳

مسجدی در اطراف شهر ری بود که ساکنان خود را می‌کشت و هیچ کس، جرأت خوابیدن در آن مسجد را خصوصاً، شب هنگام نداشت.

در این داستان، مسجد نماد خانهٔ یکتایی است که به شرط ورود و تسلیم به فضای امن و مبارکش، همانیدگی‌ها توسط زندگی نشانه گرفته و یکی پس از دیگری انداخته می‌شود. هنگام آگاهی از وجود این مسجد و نیت به‌جا آوردن پیمان دیرینهٔ آلت، ترس غالب می‌شود؛ ترس و هراسی که من‌ذهنی خود شخص و دیگر من‌های ذهنی ایجاد می‌کنند.

هر کسی گفتی که: پریانند تُند
 اندرو مهمان‌کشان با تیغ کُند
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۶

آن دگر گفתי که: سحرست و طلسم
کین رصد باشد عدو جان و خصم
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۷

من ذهنی خود شخص و دیگر من های ذهنی، در ابتدای ورود به این مسجد، او را خواهند ترساند؛ که در این جا همانیدگی هایت را از دست خواهی داد و از نظر ذهن، انسان باید دچار سحر و افسون شده باشد که حاصل و دست آورد چندین ساله اش را که با جان کردن، به دست آورده و در نظر مردم خود را به اثبات رسانده، یک باره «لا» کند و بیندازد.

تا یکی مهمان درآمد وقت شب
کو شنیده بود آن صیت عجب
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۱

از برای آزمون می‌آزمود
زآنکه بس مردانه و جان سیر بود
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۲

اما انسان عاشق و خالص، علی‌رغم شنیدن تمام آوازه‌های ذهن، پا به مسجد می‌گذارد؛ که صدای در زدن خداوند، این‌که تو کیستی را شنیده است؛ پس از شب سیاه ذهن، راهی مسجد یکتایی می‌شود و مردانه و راسخ در راه می‌ماند.

ز بهر پختن تو آتشی است روحانی
چو پس جهی چو زنان خام قَلتبان باشی
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۰

گفت: کم گیرم سر و اشکمبده‌ای
رفته گیر از گنج جان یک حبه‌یی
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۳

برای این شخص، دیگر همانیدگی‌ها رنگ و بوی قبل را ندارند که بوی دیگری را شنیده و ره به گنج بی‌پایان حضور برده.

صورت تن گو: برو، من کیستم؟
نقش، کم ناید چو من باقیستم
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۴

پس از کاستن و قربانی همانیدگی‌ها، نمی‌هراسد و پا در تنور گرم عشق می‌گذارد؛ چراکه به یقین می‌داند، که هیچ‌یک از صورت‌ها و نقش‌های تکراری و از پی هم‌آینده ذهن نیست.

چون نَفَخْتُ بُوَدَمَ از لطف خدا
 نفخ حق باشم، ز نای تن جدا
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۵

قرآن کریم، سوره ص (۳۸)، آیه ۷۲

«فَإِذَا سَوَّيْتَهُ وَنَفَخْتَ فِيهِ مِنْ رُوحٍ فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ»
 «پس آنگاه که او را به خَلَقْتَ کامل بیاراستم و از رُوح خویش در آن دمیدم، سجده‌کنان بر او به سجده درافتید»

پس این شخص عاشق که پا به مسجد یکتایی گذاشته، خوب می‌داند که کیست، متوجه رسالت خود به عنوان امتداد هشیاری هست و بانگ «نفخت من روحی؛ از روح خود در او دمیدم» را به خوبی درک کرده.

چون تَمَنُوا مَوْتَ گَفت، ای صادقین
صادقم، جان را برافشانم بر این
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۷

قرآن کریم، سوره جمعه (۶۲)، آیه ۶

«قُلْ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ هَادُوا إِنَّ زَعَمْتُمْ أَنَّكُمْ أَوْلِيَاءُ لِلَّهِ مِنْ دُونِ النَّاسِ فَتَمَنَّوْا الْمَوْتَ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ.»
«بگو: ای جماعت یهود، اگر پندارید که شما به حقیقت دوستداران خدایید نه مردم دیگر، پس تمنای مرگ کنید
اگر راست می‌گویید.»

این شخص از غرق شدن همانیدگی‌ها، هراسی ندارد و در ادعای دوستی خود با خداوند صادق است و می‌داند
که در این راه مورد امتحان و آزمایش قرار خواهد گرفت؛ پس دیگر از آواز دیوهای ذهن، به دمی از راه نمی‌رود و
افسون و نیرنگ و دمدمه من‌های ذهنی را وسیله‌ای برای محک و آزمایش خود می‌داند؛ تا به کدامین آواز از ره
می‌رود یا نه؛ راسخ و استوار، بی‌هیچ توجهی، با هشیاری نظر، آرام از کنار این افسون‌ها به سلامت عبور می‌کند.

چون نه شیری، هین منه تو پای پیش
کان اجل گرگ است و جان توست میش
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۸

ور ز ابدالی و میشت شیر شد
ایمن آ، که مرگ تو سرزیر شد
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۹

با ادعایی و سخنی در سطح ذهن، تبدیل انجام نمی‌شود؛ باید چون شیر بود و پا به میدان گذاشت، چرا که هیچ
شکی در قربانی میش همانیدگی‌ها نیست و باید چون انسان‌های بحری و باشهامت، میش‌های همانیدگی را
قربانی کنی تا چون شیر هیچ هراسی از فقدان آن‌ها نداشته باشی که در این صورت، مرگ در برابر تو مغلوب
می‌شود که نعره‌ لاضیر سر داده‌ای.

نعرهٔ لاضیر بر گردون رسید
 هین ببر که جان ز جان‌کندن رهید
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹

و همچنان افسون من‌های ذهنی در کار مرد عاشق که به مسجد مهمان‌کش رفته و پاسخ نهایی او برای این که خیالشان را راحت کند که به هیچ افسونی از راه نخواهد رفت که چون آن‌ها باری به هر جهت نیست و رو به سوی قبله یکتایی آورده و روی اصل خویش قد کشیده و محکم و پابرجا با رویی گشوده، با شکر و تسلیم، صبر و پرهیز در راه است.

درختوار چرا شاخ شاخ و سوسه‌ای؟
یگانه باش چو بیخ و یگانه را چه شده است؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

گفت ای یاران از آن دیوان نیم
که ز لاحولی ضعیف آید پیم
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیا ۴۰۸۸

مهمان، در جواب به ملامت من‌های ذهنی می‌گوید، من از آن شیاطینی نیستم که با شنیدن صدای لاحول، بر خود
بلرزم و از راه خارج شوم؟
می‌گوید، افسون و دمدمه شما چون زدن تبوراک و طبل کوچکی است که فقط دافع موجودات کوچک که از این
صدا می‌ترسند هست؛ حال آن‌که در جریان این تبدیل، واقعه بزرگ را دیده و جانم محل نواختن طبل محنت و
درد هشیارانه در انداختن همانیدگی‌ها شده و چون اسماعیل، بیمی از قربانی و فدا کردن در راه دوست ندارم.

عاشقم من، کشته قربان لا
جان من نوبتگه طبل بلا

خود تبوراک است این تهدیدها
پیش آنچه دیده است این دیده‌ها

ای حریفان من از آنها نیستم
کز خیالاتی در این ره بیستم

من چو اسماعیلیانم، بی حذر
بل چو اسماعیل آزادم ز سر
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، از بیت ۴۱۹۸ تا ۴۱۰۱

و علت این اطمینان و یقین قلبی خود را این‌گونه بیان می‌کند که هر کس در ازای یک بخشش، صد عطا عوض دریافت کند، بخشندگی زین پس پیشه او می‌شود؛ یعنی در مرحله حرف و علم نمانده و عمل کرده و نتیجه کار را دیده.

گفت پیغمبر که جادَ فی السلف
بالعطیة من تیقن بالخلف
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۳

پیامبر فرموده است: هر کس که به عوض در آخرت یقین داشته باشد، در دنیا بخشندگی می‌کند.

هر که بیند مر عطا را صد عوض
زود در بازد عطا را زین غرض
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۴

و چنین شخصی زود همانیدگی‌ها را در می‌بازد تا در عوض این جان‌بازی به ابدیت زندگی متصل شود.

تا به از جان نیست، جان باشد عزیز
 چون به آمد، نام جان شد چیز لیز
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱۰

علت این تأخیر در تبدیل، عمل نکردن و فقط در مرحله ذهن، از اوصاف عدم گفتن و شنیدن است؛ که اگر لحظه‌ای از حلاوت و شیرینی فضای عدم، چشیده شود، دیگر تمام همانیدگی‌ها بر خود می‌لرزند و جایگاه سفت و سخت و چسبنده‌شان، لیز می‌شود. و این معامله‌ای دوطرفه است و بی‌انداختن همانیدگی‌ها، ولو این که سال‌ها از حضور و فضای گشوده صحبت کنی، دهان شیرین نمی‌شود و آنچه در مرکز گذاشته‌ایم، باید قربانی شود که خداوند اقلین را دوست ندارد و مشتری دل‌هایی است که همانیدگی‌های بی‌بها را به گوهر حضور می‌فروشند.

مال و تن برفاند، ریزان فنا
 حق خریدارش، که الله اشتری
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱۵

و به حقیقت اگر آدمی از مرحله فکر و علم ذهنی در گذرد و به مرحله یقین برسد، آفل بودن همانیدگی‌ها را به عینه می‌بیند و وارد معامله با خدا می‌شود و هر چه بیشتر می‌بازد.

برف‌ها زان از ثمن اولی ست
 که تویی در شک، یقینی نیست
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱۶

پس اگر به یقین برسیم، دیگر برف همانیدگی‌ها، در نظرمان بی‌مقدار می‌شود و انسانی که هنوز وارد عمل نشده در درجه فکرها و اندکی بالاتر به درجه علم درآمده و هنوز هیچ همانیدگی خود را قربانی نکرده و هیچ تعهدی در این راه ندارد؛ هرگز نخواهد دانست و از درک حقیقت حضور، عاجز خواهد ماند.

اندر أَلِهَاتِكُمْ بَجُوْا اَيْنَ رَا كُنُوْنَ
از پس گلا، پس لو تعلمون
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۲۲

و تفاوت مرتبه هُشیاری انسان را از این آیات برخوان.
-قرآن کریم، سوره تکاثر (۱۰۲)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ
«به نام خداوند بخشنده مهربان»

-أَلِهَاتِكُمُ التَّكَاثُرُ
«انباشتگی و هم‌هویت شدن با آنها شما را به خود، سرگرم کرد.»

–حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ
«تا جایی که گورها را دیدار کردید.»

–كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ
«نه چنین است [که شما می‌پندارید]، در آینده خواهید دانست.»

–ثُمَّ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ
«باز هم نه چنین است [که شما می‌پندارید]، در آینده خواهید دانست.»

–كَلَّا لَوْ تَعْلَمُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ
«نه چنین است اگر به علم یقینی می‌دانستید.»

-لترون الجحيم
«البتة که دوزخ را خواهید دید.»

-ثُمَّ لَتَرَوُنَّهَا عَيْنَ الْيَقِينِ
«سپس آن را عیناً خواهید دید.»

-ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ
«آن گاه شما در آن روز از نعمت‌ها بازپرسی خواهید شد.»

و بدین صورت انسان عاشق که قدم به مسجد مبارک گذارده، از مرحله فکر، به مرحله علم و آگاهی و سپس به مرحله یقین، و در اثر استمرار و اخلاص در این مرحله، از علم الیقین به عین الیقین رسیده و مراحل هشیاری کامل می‌شود.

می کشد دانش به بینش ای علیم
 گر یقین گشتی، بینندی جحیم
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۲۳

در اثر داشتن دانش و عمل به آن به یقین می‌رسی و رفته‌رفته به مرحلهٔ عین الیقین می‌رسی و دوزخ و حقیقت چیزهای آفل را به عینه می‌بینی. پس چنین شخصی دیگر به افسونی از راه نمی‌شود که بسیار برتر و بالاتر از این مراحل اسفل و پایین ذهن است.

از گمان و از یقین بالاترم
 وز ملامت بر نمی‌گردد سرم
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۶

چون دهانم خورد از حلوای او
 چشم روشن گشتم و بینای او
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، از بیت ۱۴۲۷

پا نهم گستاخ، چون خانه روم
پا ملرزانم، نه کورانہ روم
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸

و خطاب به گروه جاهلان من‌های ذهنی که او را از رفتن به مسجد می‌ترسانند و ملامت می‌کنند، می‌گوید: نه تنها از رفتن به این مسجد باز نمی‌مانم؛ بلکه چنان بی‌باک و استوار گام برمی‌دارم که گویی می‌خواهم به خانه‌ام بروم و در حقیقت، خانه و دیار مألوف ما همان مسجد مهمان‌کش حضور است؛ نه بام بلند همانیدگی‌ها.



ز دام چند پرسی و دانه را چه شده است؟
به بام چند برآیی و خانه را چه شده است؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

والسلام
-با احترام، سرور از شیراز 🙏🌹



خانم سمانه از تهران



با سلام  

یکی از راه‌های شناخت من ذهنی، توجه کردن به نشانه‌هاست. همان‌طور که سرماخوردگی جسمی نشانه‌ای مثل تب دارد، به تله افتادن هشیاری حضور ما نیز علائمی چون دروغ گفتن، حسادت ورزیدن، ادعا کردن، ترسیدن و ترساندن دیگران را به همراه دارد که این نشانه‌ها به بیماری همانیدگی در مرکزمان اشاره می‌کند که نیاز به درمان دارد.

ما وقتی این علائم را در خودمان شناسایی کردیم، شروع می‌کنیم به کار کردن معنوی روی خود تا به واسطه‌ی فضاگشایی ما و کن‌فکان زندگی این بیماری درمان شود. پس از طریق نشانه‌ها می‌توان به مشکل پی برد. این روش در دو بعد مادی و معنوی مصداق دارد. یک تجربه‌ی کاری را در این زمینه، بیان می‌کنم: مدتی قبل در واحد حقوق و دستمزد سازمانی مشغول به کار شدم. مدیریت مالی دایماً از خوب بودن اوضاع، تجربیات خودشان و این‌که چقدر اعضای تیم در امور مالی توانمند هستند، تعریف می‌کردند.

اما جدا از این تعاریف، نشانه‌هایی وجود داشت که با این اوصاف در تضاد بود. مانند: بی‌نظمی، عدم ارتباط بخش‌های مختلف مالی با یکدیگر، ساعات کار طولانی که نشان‌دهنده‌ی کار دستی بود نه سیستمی. به جای کنترل کردن خروجی کار افراد، با رفتارهایی چون عصبانیت و ترساندن پرسنل سعی در کنترل آن‌ها داشتند تا بدین وسیله کارشان را درست انجام دهند. پس از گذشت چند روز کار کردن با سیستم به این نتیجه رسیدم که امکان ندارد با این وضعیت اشتباهی رخ نداده باشد، اما متوجه اشتباه نمی‌شدم. ایشان از من گزارشی را خواسته بودند و من چند روز بود که روی آن گزارش کار می‌کردم، تا این که با حالت تمسخر به من گفتند: سرپرست قبلی ۵ دقیقه‌ای این گزارش را به من می‌داد و شما چند روز هست که درگیر این موضوع هستید، من با شنیدن این حرف هیچ واکنشی نشان ندادم و در جواب گفتم: که درست می‌فرمایید، احتمالاً من بلد نیستم با سیستم کار کنم، به همین دلیل چند روز دیگر هم به زمان نیاز دارم.

بالاخره اولین مغایرت خودش را نشان داد، همان قسمت را دنبال کردم، همین‌طور تعداد مغایرت‌ها بیشتر می‌شد، ۱۰ نفر ۲۰ نفر و به جایی رسید که مشخص شد یک اختلاس گسترده در این واحد رخ داده است و به نظرم آمد که دیگر این ایرادات قابل اصلاح نیست و نیاز هست تا نرم افزار مالی تغییر کند و اطلاعات ۵۰۰ نفر از ابتدا وارد نرم افزار جدید شود.

این اتفاق درس‌های خیلی زیادی برایم داشت از جمله این که کلید رهایی از من ذهنی خودمان و دیگران، تنها بی واکنشی است و ما قرار نیست کاری انجام بدهیم، بلکه کارها را خود زندگی انجام می‌دهد. تنها کار ما فضاگشایی است و وقتی دیگران می‌خواهند به ما القا کنند تا ادعاهای بی اساسشان را قبول کنیم، از قبول نکردن و تفاوت دیدمان، نباید بترسیم.

مولانا در داستانی به این موضوع می‌پردازد که آثار و احوال بیرونی، درستی حرف‌ها را نشان می‌دهد و باید به این نشانه‌ها توجه کرد.

در این داستان می‌گوید:

فردی با لباسی کهنه از سفر می‌آید، دوستانش از روزهای دوری از وطن می‌پرسند، این شخص می‌گوید با این که دور از وطن بودم اما این سفر برای من بسیار فرخنده بود چون خلیفه ده دست لباس فاخر به من بخشید که صد مدح و ثنا، نثار او باشد.

آن یکی با دلّی، آمد از عراق
باز پرسیدند یاران از فِراق

گفت: آری بُد فراق، الاّ سفر
بود بر من بس مبارک، مژده ور

که خلیفه داد ده خلعت مرا
که قرینش باد صد مدح و ثنا

-مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، از بیت ۱۷۳۹ تا ۱۷۴۱

این شخص، مدح و ثنای خلیفه را از حد گذراند، ولی دوستانش گفتند اوضاع و احوال ظاهری تو نشان می‌دهد که هر چه که گفتم دروغ است و این شکرهایی که می‌گویی یا از کسی تقلید می‌کنی یا یاد گرفتی.

شکرها و مدح‌ها برمی‌شمرد
تا که شکر از حد و اندازه ببرد

بس بگفتندش که احوال نژند
بر دروغ تو گواهی می‌دهند

تن برهنه، سر برهنه، سوخته
شکر را دزدیده یا آموخته

-مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، از بیت ۱۷۴۲ تا ۱۷۴۴

و باز دوستانش ادامه می‌دهند که فقط زبانت، شکر پادشاه را می‌گوید درحالی که سراپای وجودت از او شکایت می‌کند.

گر زبانت مدح آن شه می کند
هفت اندامت شکایت می کند

در سخای آن شه و سلطان جود
مر تو را کفشی و شلواری نبود؟

-مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۶ و ۱۷۴۷

این شخص همچنان به دروغ گفتن ادامه می دهد که من هدایایی که از امیر گرفتم را میان نیازمندان تقسیم کردم و با بخشیدن مالم از خدا عمر طولانی گرفتم چرا که من فرد زاهدی هستم.

بستدم جمله عطاها از امیر
بخش کردم بر یتیم و بر فقیر

مال دادم، بستدم عمر دراز
در جزا، زیرا که بودم پاکباز
-مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۹ و ۱۷۵۰

دوستان این فرد که افراد زیرکی بودند به او گفتند: مبارک است که مالت را انفاق کردی اما این دود و سوز درون سینه‌ات از چیست؟ صدقه‌ای که دادی موجب برکت مال تو می‌شود، پس چرا انقدر ناراحتی؟ چطور ممکن است که اندوه نشانه‌ی شادی باشد؟



پس بگفتندش: مبارک، مال رفت
چیست اندر باطنت این دود و تفت؟

صد کراهِت در درون تو چو خار
کی بده آندۀ نشانِ ابْتشار؟

کو نشان عشق و ایثار و رضا؟
گر درست است آنچه گفتی ما مَضی

-مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، از بیت ۱۷۵۱ تا ۱۷۵۳

از این داستان مولانا، متوجه می‌شویم که نتیجه‌ی کار معنوی می‌بایست در ظاهر و باطن ما منعکس شود نه اینکه فقط راجع به آن حرف بزنیم در حالی که احوالمان هیچ فرقی نکرده است. پس اگر هنوز آثار من ذهنی در اعمال ما هست یا درست کار نمی‌کنیم و یا این که باید صبر کنیم تا اثر کارهایی که با من ذهنی انجام داده‌ایم از میان برود تا در نهایت به تمامیت و یکپارچگی وجودمان که یکی بودنِ فکر، حرف و عمل هست، برسیم.

با سپاس فراوان   -سمانه، تهران



خانم نرگس از نروژ



با سلام و عرض ادب  نکاتی از غزل ۵۶۰ را می‌خواستم بیان کنم:

عاشق دلبر مرا شرم و حیا چرا بود؟
چون که جمال این بود، رسم وفا چرا بود؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰

در مصرع اول در مورد شرم و حیا من ذهنی صحبت کردیم که می‌خواستم مواردی از شرم و حیا من ذهنی را بیان کنم:

- یکی از عوامل شرم و حیا من ذهنی حس نقص است.
- تمرکز بر من ذهنی نه فضای گشوده شده.
- تمرکز بر شناسایی های اطرافیان و من های ذهنی از ما.
- تمرکز بر دید همانیدگی ها و مادیات و مقایسه.
- تمرکز بر دویی ذهن، نه اصل وحدانیت.
- تمرکز بر سر و صدای ذهن، نه سکوت و عدم.

در مصرع دوم در مورد رسم وفا که فرمودید که این رسم وفا منفی است، مواردی از آن، از جمله:

-تعیین چارچوب‌های عبادی، طریق‌های مختلف عبادت.

-بد و خوب کردن حالات و وضعیت‌ها.

-قضاوت در مورد پیشرفت در مسیر معنوی.

-رعایت باورهای کهنه وفاداری، چه در مورد زندگی و حتی در مورد انسان‌های دیگر.

وفای واقعی نسبت به زندگی، عدم کردن مرکز در این لحظه و خروج از ذهن است و وفای واقعی به انسان‌ها، شناسایی زندگی و برقراری رابطه عشقی با آنهاست.

این همه لطف و سرکشی، قسمت خلق چون شود؟
 این همه حسن و دلبری بر بت ما چرا بود؟
 مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰

لطف و سرکشی دوران بودن ما در من ذهنی ایست که می باید موقت باشد، برای رهایی از ذهن و شناسایی همانیدگی‌ها، هرگاه دچار درد یا همانیدگی می شویم، خودمان خواستار قهر می شویم و با کار کردن روی خود باز خودمان خواستار لطف می شویم. حال اینجا مولانا از ما می خواهد که دوران قهر و لطف را تماماً به لطف تبدیل کنیم و در مثلث واهمانش، صبر و شکر پایدار بمانیم.
 چرا که زندگی این لحظه فقط لطف است و این ما هستیم که با پایداری در صبر و شکر و عدم کردن مرکز و تبدیل درد ناهشیارانه به هشیارانه، خود را شامل حال لطف زندگی می کنیم.

درد فراق من کشم، ناله به نای چون رسد؟
 آتش عشق من برم، چنگ دوتا چرا بود؟
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰

درد فراق یادآور مفهوم Alienation یا بیگانگی از خود است وقتی ما با خود بیگانه‌ایم و عشق را در خود شناسایی نمی‌کنیم، دچار درد فراق می‌شویم، در حالی که با آگاهی از عشق درونمان، همانیدگی‌های ما شروع به سوزش می‌کنند و انرژی به تله افتاده در دردها، باورها، همانیدگی‌ها آزاد می‌شود، این انرژی به اطراف ما هم مرتعش می‌شود و چه بسا باعث واهمانش در کسانی که با ما در ارتباط هستند نیز بشود.

لذت بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌است نام او
 قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بود؟
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰

سکوت و بودن در این لحظه بدون هیچ چیز دیگری خود سرشار از لذت است، که توصیف و حدی برای آن
 نمی‌شود قائل شد. لحظه‌ی انطباق و آگاهی هشیاری از هشیاری، لحظه‌ی قایم شدن بر بعد معنوی و سیری
 عمودی در جاودانگی و ابدیت.
 ولی قائل شدن هر قاعده‌ای بر این لحظه، خود شکایت، یعنی در ذهن رفتن و محروم شدن از این لذت بی‌کرانه
 است.

قاعده مثل:

- حرف زدن و سروصدای ذهن.
- هیجان‌های منفی و تلاش‌های بی‌وقفه ذهنی.
- قضاوت وضعیت‌ها و کار داشتن با وضعیت‌ها، اشخاص، اتفاقات.
- تمرکز بر هر اتفاق و هر چیزی که ذهن نشان می‌دهد.
- توقع از کسی، اتفاق یا وضعیتی داشتن.
- هر عدم انطباقی با این لحظه یک قاعده است.
- تحمیل باورها و رفتارهای خود به فرزندان و دیگران.

بی‌قاعدگی، موازی بودن با این لحظه و پذیرش تمام و کمال آنچه هست با رضایت و شکر است.
هر قاعده‌ای جفا با زندگی است و نتیجتاً جفای زندگی با ماست.

از سرِ ناز و غنچ خود روی چنان تُرُش کند
 آن تُرُشی روی او روح فزا چرا بود؟
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰

تُرُشی زندگی، گرفتاری یا وضعیت نا به هنجاری در زندگی ما، خود نوعی لطف زندگی است که ما را آگاه به نقصان خود می‌کند تا بیشتر تمرکز کرده و متوجه اشکال خود شویم. اگر با فضای گشوده شده بپذیریم و بدانیم این روی ترش باردار لطفی بالا برنده است، صبر و سکوت می‌کنیم.

آن تُرُشی روی او ابر صفت همی شود
 و نه حیات و خرمی باغ و گیا چرا بود؟
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰

وقتی قفلی در زندگی ما می‌افتد یا دچار وضعیت‌های بد می‌شویم، درست هنگام لطف خداست و بارش رحمت زندگیست، تنها باید شکر کنیم و دست از قضاوت‌ها و مقاومت‌ها و توقعات خود از وضعیت‌ها و اتفاقات برداریم، تا زندگی به شیوهٔ خودش زندگی ما را با برکت و خرم کند.

در پایان لیستی از کارافزایی‌هایی که داشتیم می‌خواستیم بیان کنیم:

۱. تمرکز بیشتر بر من ذهنی تا فضای گشوده شده که باعث تحلیل انرژی در من می‌شود.
۲. قضاوت پیشرفت خودم.
۳. تأیید طلبی.
۴. ملامت‌های ذهن بعد از هر افتان و خیزان.
۵. مقایسه وضعیت‌ها، اتفاقات یا افراد.
۶. تأثیر قرین و شناسایی من‌های ذهنی از من که تغییری نکرده‌ام.
۷. تأخیر انداختن کارها.
۸. برنامه‌ریزی‌ها و فکرهای پشت هم قبل انجام هر کاری.
۹. حرف زدن و نبستن دهان.
۱۰. ابراز وجود کردن و جلوه‌گری.
۱۱. ادعا کردن.

۱۲. حرف اضافه زدن و بی تأمل حرف زدن.
۱۳. انعطاف‌پذیری بیش از حد و عدم قدرت در نه گفتن.
۱۴. لجبازی در پذیرش شکست و یا مشکلی.
۱۵. عدم پذیرش ناتوانی در انجام برخی کارها.
۱۶. تعهد به روش‌های کهنه یادگیری.
۱۷. عدم اعتماد به خود و توانایی‌های خود.
۱۸. انجام کارها با ذهن نه خلاقیت عدم.
۱۹. توقع قدردانی و دیده شدن.
۲۰. عجله در انجام کارها و الگوی استرس و نگرانی.
۲۱. خجالت کشیدن در رد کردن من‌های ذهنی یا در رودرواسی افتادن.
۲۲. مشورت با من‌های ذهنی.

با عشق و احترام
نرگس از نروژ 🌸🙏



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