



پیغام عشق

قسمت ششصد و یازدهم





به نام خدا

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۲

یک حکایت گوش کن ای نیک‌پی

مسجدی بُد در کنار شهرِ ری

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۳

هیچ کس در وی نخفتی شب، ز بیم

که نه فرزندش شدی آن شب یتیم

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 یکتاییست 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۶

هر کسی گفتی که: پریانند تُند

اندرو مهمان کُشان با تیغِ کُند



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۷

آن دگر گفتی که: سحرست و طلسم

کین رصَد باشد عدو جان و خصم

من ذهنی خود شخص و دیگر من‌های ذهنی، در ابتدای ورود به این مسجد، او را خواهند ترساند؛ که در این جا همانیدگی‌هایت را از دست خواهی داد و از نظر ذهن، انسان باید دچار سحر و افسون شده باشد که حاصل و دست‌آورد چندین ساله‌اش را که با جان کندن، به دست آورده و در نظر مردم خود را به اثبات رسانده، یک‌باره «لا» کند و بیندازد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۱

تا یکی مهمان در آمد وقت شب

کو شنیده بود آن صیت عجب

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۲

از برای آزمون می‌آزمود

ز آنکه بس مردانه و جان‌سیر بود

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

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۰

ز بهر پختن تو آتشی ست روحانی

چو پس جَهی چو زنان، خامِ قَلتبان باشی



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۳

گفت: کم گیرم سر و اشکمبیهی

رفته گیر از گنج جان یک حبه‌یی

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۴

صورت تن گو: برو، من کیستم؟

نقش، کم ناید چو من باقیستم

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 بی‌هم‌آینده ذهن نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۵

چون نَفَخْتُ بَودم از لطفِ خدا

نَفَخِ حَقِّ بَاشم، ز نایِ تنِ جدا

قرآن کریم، سوره ص (۳۸)، آیه ۷۲

«فَإِذَا سَوَّيْتَهُ وَنَفَخْتَ فِيهِ مِنْ رُوحٍ فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ»

«پس آنگاه که او را به خلقت کامل بیاراستم و از روح 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 به‌عنوان امتداد هشیاری هست و بانگ «نَفَخْتُ مِنْ رُوحِي؛ از روح خود در او دمیدم» را به‌خوبی درک کرده.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۳۷

چون تَمَنُوا مَوْتَ گفتم، ای صادقین

صادقم، جان را بر افشانم بر این

قرآن کریم، سوره جمعه (۶۲)، آیه ۶

«قُلْ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ هَادُوا إِن زَعَمْتُمْ أَنَّكُمْ أَوْلِيَاءُ لِلَّهِ مِن دُونِ النَّاسِ فَتَمَنَّوْا الْمَوْتَ إِن 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۸

چون نه شیری، هین مننه تو پای، پیش

کأن أجلُّرگ است و، جانِ توست، میش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۹

ور ز ابدالی و، میشت شیر شد

ایمن آ، که مرگ تو سرزیر شد



با ادعایی و سخنی در سطح ذهن، تبدیل انجام نمی‌شود؛ باید چون شیر بود و پا به میدان گذاشت، چراکه 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.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹

نعره‌ی لاضیر بر گردون رسید

هین ببر که جان ز جان کندن رهید

و هم‌چنان افسون من‌های ذهنی در کار مرد عاشق که به مسجد مهمان کش 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.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

درخت‌وار چرا شاخ‌شاخ و سوسه‌ای

یگانه باش چو بیخ و یگانه را چه شده‌ست؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۸۸

گفت: ای یاران از آن دیوان نیم

که ز لاهولی ضعیف آید پیم

مهمان، در جواب به ملامت من‌های ذهنی می‌گوید، من از آن شیاطینی نیستم که با شنیدن صدای لاهول، 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 می ترسند هست؛ حال آن که 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۹۸

عاشقم من، کشتهٔ قربان لا

جان من نوبتگهٔ طبلِ بلا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۹۹

خود تَبوراک است این تهدیدها

پیش آنچه دیده است این دیدها

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۰

ای حریفان من از آنها نیستم

کز خیالاتی در این ره بیستم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۱

من چو اسماعیلیانم، بی حذر

بل چو اسماعیل آزادم ز سر

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



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۳

گفت پیغمبر که جادَ فی السَّلفِ

بِالْعَطِيَّةِ مَنْ تَيَقَّنُ بِالْخَلْفِ

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۴

هر که ببند مر عطا را صد عوض

زود در بازد عطا را زین غرض

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱۰

تا به از جان نیست، جان باشد عزیز

چون به آمد، نام جان شد چیز لیز

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 آن چه در مرکز گذاشته‌ایم، باید قربانی شود که خداوند آفلین را دوست ندارد و مشتری دل‌هایی است که همانیدگی‌های بی‌بها را به گوهر حضور می‌فروشند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱۵

مال و تن برفاند، ریزان فنا

حق خریدارش، که الله اشتری

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 هرچه بیشتر می‌بازد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱۶

برفها ز آن از ثمن اولی ست

که تویی در شک، یقینی نیستت

پس اگر به یقین برسیم، دیگر برف همانیدگی‌ها، در نظمان 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۲۲

اندر الهاکم بجو این را کنون

از پس کلا، پس لو تعلمون

و تفاوت مرتبه هشیاری انسان را از این آیات بخوان.

قرآن کریم، سوره تکاثر (۱۰۲)، آیات ۱ تا ۸

«بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»

«به نام خداوند بخشنده مهربان»

«الْهَآكُمُ 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»

«لَتَرَوُنَّ الْجَحِيمَ»

«البته که دوزخ را خواهید دید»

«ثُمَّ لَتَرَوُنَّهَا عَيْنَ الْيَقِينِ»

«سپس آن را عیناً خواهید دید»



«ثُمَّ لَتَسْأَلُنَّ 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 علم‌الیقین به عین‌الیقین رسیده و مراحل هشیاری کامل می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۲۳

می‌گشَد دانش به بینش ای علیم

گر یقین گشتی، بینندی جحیم

دراثر داشتن دانش و عمل به آن به یقین می‌رسی و رفته‌رفته به مرحله عین‌الیقین 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۶

از گمان و از یقین بالاترم

وز ملامت بر نمی‌گردد سَرَم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، از بیت ۱۴۲۷

چون دهانم خورد از حلوای او

چشم‌روشن گشتم و بینای او



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸

پا نهم گستاخ، چون خانه روم

پا نلرزانم، نه کورانه روم

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 درحقیقت، خانه و دیار مألوف ما همان مسجد مهمان‌کش حضور است؛ نه بام بلند همانیدگی‌ها.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

ز دام چند پیرسی و دانه را چه شده است؟

به بام چند برآیی و خانه را چه شده است؟

ز دام چند پیرسی و دانه را چه شده‌ست؟

به بام چند برآیی و خانه را چه شده‌ست؟

والسلام.

با احترام، سرور از شیراز 🙏🌹



با سلام  

یکی از راه‌های شناختِ من‌ذهنی، توجه کردن به نشانه‌هاست. همان‌طور که سرماخوردگی جسمی نشانه‌ای مثل تب دارد، به تله افتادنِ هشیاریِ حضورِ ما نیز علائمی چون دروغ گفتن، حسادت ورزیدن، ادعا کردن، ترسیدن و ترساندن دیگران را به همراه دارد که این نشانه‌ها به بیماریِ همانیدگی در مرکزمان اشاره می‌کند که نیاز به درمان دارد.

ما وقتی این علائم را در خودمان شناسایی کردیم، شروع می‌کنیم به کار کردنِ معنویِ رویِ خود تا به واسطه‌ی فضاگشاییِ ما و کن‌فکانِ زندگیِ این بیماریِ درمان شود. پس از طریق نشانه‌ها می‌توان به مشکل پی برد. این روش در دو بُعدِ 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 دائماً از خوب بودن اوضاع، تجربیات خودشان و این که 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 نشان دهنده‌ی کار دستی بود نه سیستمی، به‌جای کنترل کردن خروجی کار افراد، با رفتارهایی چون عصبانیت و ترساندن پرسنل سعی در کنترل آن‌ها داشتند تا بدین‌وسیله 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 درس های 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 می دهد، تنها کار ما فضاگشایی است و وقتی دیگران می خواهند 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 می پردازد که آثار و احوال بیرونی، درستی حرفها را نشان می دهد و باید به این نشانه ها توجه کرد.

در این داستان می گوید:

فردی با لباسی کهنه از سفر می آید، دوستانش از روزهای دوری از وطن می پرسند، این شخص می گوید 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.

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۳۹

آن یکی با دلِق، آمد از عراق

باز پرسیدند یاران از فِراق

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۰

گفت: آری بُد فِراق، الاّ سفر

بود بر من بس مبارک، مژده ور



مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۱

که خلیفه داد ده خلعت مرا

که قرینش باد صد مدح و ثنا

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

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۲

شکرها و مدح‌ها برمی‌شمرد

تا که شکر از حد و اندازه ببرد

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۳

بس بگفتندش که احوال نژند

بر دروغ تو گواهی می‌دهند

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۴

تن برهنه، سر برهنه، سوخته

شکر را دزدیده یا آموخته

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



مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۶

گر زبانت مدح آن شه می تند

هفت اندامت شکایت می کند

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۷

در سخای آن شه و سلطان جود

مر تو را کفشی و شلواری نبود؟

این شخص هم چنان 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 چراکه من فرد زاهدی هستم.

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۴۹

بستدم جمله عطاها از امیر

بخش کردم بر یتیم و بر فقیر

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۵۰

مال دادم، بستدم عمر دراز

در جزا، زیرا که بودم پاکباز

دوستان این فرد که افراد زیرکی بودند به او گفتند: مبارک است که مالت را انفاق کردی اما این دود و سوز درون سینه ات از چیست؟ صدقه ای که دادی موجب برکت مال تو می شود، پس چرا انقدر ناراحتی. چطور ممکن است که اندوه نشانه ای شادی باشد؟



مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۵۱

پس بگفتندش: مبارک، مال رفت

چیست اندر باطنت این دود و تفت؟

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۵۲

صد کراهِت در درونِ تو چو خار



کی بُود اَنده نشانِ ابتشار؟

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۵۳

کو نشانِ عشق و ایثار و رضا؟

گر درست است آنچه گفتم مامُضی

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

با سپاس فراوان  

سمانه، تهران



با سلام و عرض ادب 

نکاتی از غزل ۵۶۰ را می‌خواستم بیان کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

عاشق دلبر مرا شرم و حیا چرا بود؟

چونکه جمال این بود، رسم وفا چرا بود؟

در مصرع اول در مورد شرم و حیای من‌ذهنی صحبت کردیم که می‌خواستم مواردی از شرم و حیای من‌ذهنی را بیان کنم:

- یکی از عوامل شرم و حیای من‌ذهنی حس نقص است.

- تمرکز بر من‌ذهنی نه فضای گشوده‌شده.

- تمرکز بر شناسایی‌های اطرافیان و من‌های ذهنی از ما.

- تمرکز بر دید همانیدگی‌ها و مادیات و مقایسه.

- تمرکز بر دویی ذهن، نه اصل وحدانیت.

- تمرکز بر سروصدای 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.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

این همه لطف و سرکشی، قسمت خلق چون شود؟

این همه حُسن و دلبری بر بت ما چرا بُود؟

لطف و سرکشی دوران بودن ما در من ذهنی ایست که می‌باید موقت باشد، برای رهایی از ذهن و شناسایی همانیدگی‌ها، هرگاه دچار درد یا همانیدگی می‌شویم، خودمان خواستار قهر می‌شویم و با کار کردن روی خود باز خودمان خواستار لطف می‌شویم. حال این‌جا مولانا از ما می‌خواهد که دوران قهر و لطف را تماماً به لطف تبدیل کنیم و در مثلث واهمانش، صبر و شکر پایدار بمانیم، چراکه 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 می‌کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

دردِ فراق من کشم، ناله به نای چون رسد؟

آتش عشق من برم، چنگ دوتا چرا بُود؟

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.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

لذتِ بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نامِ او

قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بُود؟

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.

- هیجانان 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 آن چه هست با رضایت و شکر است. هر قاعده‌ای جفا با زندگی است و نتیجتاً جفای زندگی با ماست.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

از سرِ ناز و غنَجِ خود روی چنان تُرُش کند

آن تُرُشیِ رویِ او روح‌فزا چرا بُود؟

تُرُشیِ زندگی، گرفتاری یا وضعیت نابهنجاری 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 گشوده‌شده بپذیریم و بدانیم این روی ترش باردار لطفی بالابرنده است، صبر و سکوت می‌کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

آن تُرُشیِ رویِ او ابرصفت همی شود

ور نه حیات و خرّمی باغ و گیا چرا بُود؟

وقتی قلبی 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 شیوه خودش زندگی ما را با برکت و خرم کند.

در پایان لیستی از کارافزایی‌هایی که داشتیم می‌خواستیم بیان کنم:

۱. تمرکز بیشتر بر من‌ذهنی تا فضای گشوده‌شده که باعث تحلیل انرژی در من می‌شود.

۲. قضاوت پیشرفت خودم.

۳. تأییدطلبی.


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 بی‌تأمل 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  



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



تلگرام آقای شهبازی

+1 818 970 3345



ایمیل آقای شهبازی

Shahbazi@rapidtest.com