



## پیغام عشق

قسمت ششصد و نهم





با سلام،

خلاصه‌ی غزل شماره‌ی ۳۳۶ دیوان شمس، برنامه‌ی شماره‌ی ۸۹۳ گنج حضور.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

بده یک جام، ای پیر خرابات

مگو فردا، که فی التأخیر آفات

ای زندگی، من‌ذهنی باز درمقابل اتفاق این لحظه مقاومت می‌کند. باز فلسفی منطقی در کندوکاو بیرون آوردن آب حیات از دل سنگ هم‌هویت‌شدگی‌هاست و آینده‌ی صاف دل را گرد و غبار غم پوشانده است. بیا و با جامی از شراب حضور، من را از چنگ غم رها کن. دیگر از تو مهلت نمی‌خواهم، که هرچه توقف من در ذهن طولانی‌تر شود، ضرر و زیان بیشتری به من و اطرافیانم وارد خواهد شد. هرچه بیشتر در ذهن بمانم، بیشتر تمایل به قضاوت و مقایسه و بحث‌وجدل در من شکل می‌گیرد، بیشتر گله و شکایت می‌کنم، بیشتر سرزنش می‌کنم، بیشتر درد ایجاد می‌کنم و بیشتر درد می‌کشم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

به جای باده درده خون فرعون

که آمد موسی جانم به میقات

دیگر از تو شراب هم‌هویت‌شدگی‌ها را طلب نمی‌کنم که با درد دل همراه است و شادی بخشی‌اش سطحی و موقت. بیا و به‌جای شراب هویت، خون فرعون، زندگی‌ام را که در زمان گذشته و آینده به تله افتاده است، به من برگردان، که من هم‌چون موسی با تمام وجود در وعده‌گاه وصال، در این لحظه، حاضرم تا خود را به من نشان دهی.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

شرابِ ما ز خونِ خصم باشد

که شیران را ز صیادِ یست لذات

بگذار شراب ما، از خون خصم، یعنی زندگی به تله افتاده در هم‌هویت‌شدگی‌ها باشد، که انسان زنده به حضور از کشتن، یعنی شناسایی هم‌هویت‌شدگی‌ها و رهایی از آن‌ها، لذت می‌برد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

چه پرخونست پوز و پنجه‌ی شیر

ز خون ما گرفتست این علامات

که اگر پوزه و پنجه‌ی شیر، انسان به حضور رسیده پرخون، سرشار از زندگی است، نشانه‌ی رهایی از زنجیر «ما» و «من» است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

نگیرم گور و نی هم خونِ انگور

که من از نفی مستم، نی ز اثبات

من کباب و شراب این دنیایی را رد می‌کنم. یعنی دیگر از اجسام، اشخاص، و باورها، هویت نمی‌گیرم و تأیید دیگران را نمی‌جویم. چراکه من مست بی‌فرمی جاودانه‌ای هستم که از عدم نیاز در دلم ایجاد می‌شود، نه مست امنیت ظاهری و شکننده‌ای که قالب هم‌هویت‌شدگی‌ها به من می‌دهند.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

چو بازم، گردِ صیدِ زندهِ گِردم

نگردم همچو زاغانِ گردِ اموات

که من هم‌چون بازم و به دور شکار زنده می‌گردم، و مثل کلاغ نیستم که از مردار تغذیه می‌کند. یعنی من مثل عارفان زندگی را نوبه‌نو در این لحظه شکار می‌کنم. در همین لحظه حضور دارم و حس سعادت‌مندی را تجربه می‌کنم؛ و مثل انسان اسیر ذهن نیستم که خوشبختی را به امید رسیدن به آرزویی و یا هدفی مادی یا معنوی به آینده موکول می‌کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

بیا ای زاغ و بازی شو به همت

مُصَفّا شو ز زاغی پیشِ مصفات

ای کلاغ، ای که در افکار خود فرورفته‌ای بیا و فضا را باز کن، و با پر همت، با تعهد پولادین، در آسمان حضور اوج بگیر و به باز تبدیل شو. بیا و با پیر خرابات هم پیاله شو تا جانت را از هرچه رنگ تعلق بپذیرد، بیالاید. تا از از کلاغ صفتی، از دریچه‌ی باورهای کهنه چشم به راه آینده بودن، رها شوی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

بیفشان وصف‌هایِ باز را هم

مُجَرّدتر شو اندر خویش چون ذات

و به هوش باش که با باز بودن، یعنی با معنوی بودن هم‌هویت نشوی؛ در مسیر معنوی متوقف نشوی، بیا و خود را از هر صفتی صاف و پاک کن تا هم‌چون ذات پاک «او»، یگانه شوی.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

نه خاکست این زمین، طشتیست پر خون

ز خونِ عاشقان و زخمِ شَهَمات

که زمین، از خون عاشقان، از خون کسانی که در بازی شطرنج زندگی تسلیم امر شاه شدند؛ و زخم «مات» شدن، یعنی هدف گرفته شدن هم‌هویت‌شدگی‌هایشان را به جان خریدند، هم‌چون طشتی پر خون شده است و دیگر از جنس خاک نیست. یعنی اگر خود داوطلبانه هم‌هویت‌شدگی‌های مادی و معنوی خود را شناسی و رها نکنی، زندگی آن‌ها را از تو خواهد گرفت و تو به درد خواهی افتاد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

خروسا چند گویی صبح آمد؟

نماید صبح را خود نورِ مشکات

پس لازم نیست تجربه‌ی حضور خود را هم‌چون خروسی که از آمدن صبح خبر می‌دهد، جار بزنی، که تشعشع نور آفتاب حضوری که در قلب تو طلوع می‌کند، در سکوت گویا و روشن در رفتار متجلی می‌شود.

با احترام،

شکوه



## تبله‌بازی با ابیات مولانا

غزل شماره‌ی ۴۹۳ تفسیر شده در برنامه‌ی ۸۹۴ موجی از حرکت، کوشایی، پویایی و درنهایت پرتابی را در پس زمینه‌ی خود پنهان دارد. این حرکت پرتابی را می‌توان در عباراتی چون «باز زنده شدی»، «مُرد و باز آمد»، «به کدامین ره آمدی؟»، «رهی که جمله‌ی جان‌ها»، «به چرخ می‌نرسد وز دوار» و «ببرَد به مرگ و بازپرد» شناخت. این حرکت پرتابی نویسنده را به یاد تبله‌بازی می‌اندازد. بازی‌ای که قوانین فراوان خود و روش‌های مختلف بازی مخصوص به خود را هم دارد.

در این نوشتار با کمک اشعار مولانا، تبله‌بازی‌ای به تصویر کشیده می‌شود که به شرح زیر است:

بر روی زمین در مرکز زمین بازی ذهن انسان‌ها دو تبله‌ی اصلی وجود دارد که یکی از تبله‌ها «تبله‌ی کارافزایی» و دیگری «تبله‌ی پنهان‌پری» نام دارد. هر بازیکن هم اگر درمقابل اتفاق این لحظه تسلیم باشد و آن را کاملاً بپذیرد، به دو تبله در دستان خود دست خواهد یافت. یکی از آن تبله‌ها «تبله‌ی فی التأخیرِ آفات» و دیگری «تبله‌ی الْجَارُ ثُمَّ الدَّار» است. «فی التأخیرِ آفات» به معنای تأخیر کردن در امر زنده شدن به حضور موجب آسیب است، می‌باشد و «الْجَارُ ثُمَّ الدَّار» به معنای اول همسایه سپس خانه است. یعنی اگر می‌خواهی خانه‌ی حضور وجودت را بسازی مراقب باش که با چه اقلامی قرین هستی!

قوانین بازی: همان‌طور که گفته شد، «تبله‌ی کارافزایی» و «تبله‌ی پنهان‌پری» بر روی زمین قرار دارند و مستقیماً به وسیله‌ی بازیکن نمی‌توانند لمس شوند. برنده‌ی بازی کسی است که آن قدر به «تبله‌ی کارافزایی» ضربه بزند تا آن تبله خرد شود و نابود شود. برای این کار بازیکن دو ابزار دارد: یا می‌تواند تنها و تنها «تبله‌ی فی التأخیرِ آفات» را به‌طور مستقیم به «تبله‌ی کارافزایی» اصابت دهد و یا می‌تواند به‌طور غیر مستقیم از «تبله‌ی پنهان‌پری» که بر روی زمین و در کنار «تبله‌ی کارافزایی» قرار دارد استفاده کند. برای حرکت دادن «تبله‌ی پنهان‌پری»، هر بازیکن می‌تواند دو «تبله‌ی فی التأخیرِ آفات» و «تبله‌ی الْجَارُ ثُمَّ الدَّار» را که در دست دارد استفاده کند.

حال بیایید با همدیگر کمی قوانین بازی را بشکافیم:



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۶۶

گفت احمد مر ورا که: راستی

راست گفتمی، گرچه کارافزاستی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

بده یک جام، ای پیر خرابات

مگو فردا، که فی التأخیر آفات

کارافزایی یعنی ۸۰ درصد حرف زدن های ما در روز برای بروز دادن من ذهنی مان است. مثل حرف زدن در مورد این که در روز چقدر ما خود را خوب به دیگران نشان دادیم. گاهی عصبانی شدیم، گاهی شاد شدیم که از ما تعریف شد، خلاصه این هیجان هایی که آدمی را بالا و پایین می کند.

راه حل: «تيلهی فی التأخیر آفات» را مستقیم بزن به موضوعی که تو را از نظر هیجانی بالا و پایین می کند. یعنی بگو آیا این در ذهن گشتن و غرق این هیجان ها شدن مرا در زنده شدن به خدا کمک خواهد کرد یا به تأخیر می اندازد؟ مسلماً به تأخیر می اندازد. با همین تکنیک مثال های دیگر کارافزایی هم ارائه می شود.

کارافزایی یعنی در جمعی بودن و دانش خود را نشان دادن. پس «تيلهی فی التأخیر آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی در مکالمه ای حرفی برای گفتن نداشتن و برای شکستن سکوت حرفی زدن. پس «تيلهی فی التأخیر آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی درد پخش کردن و از اتفاقات ناگواری که بر ایمان افتاده است سخن گفتن، مثل مرگ فرزند. پس «تيلهی فی التأخیر آفات» را بزن بهش.

کارافزایی دعوا و دل خوری ایجاد کردن است. پس «تيلهی فی التأخیر آفات» را بزن بهش.



- کارافزایی یعنی جنگ میان ملیت‌ها، قومیت‌ها و گروه‌ها ایجاد کردن. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی در محدودیت گیر کردن و هیچ موفقیت و خوشبختی و شادی را به کسی روا نداشتن است. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی محیط‌زیست را آلوده کردن و سپس پول گزاف خرج کردن تا مشکل حل شود. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی وقتت را بیهوده خرج سریال و فیلم و فضای مجازی بکنی. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی توجّہت را از روی خودت برداری و روی دیگری بگذاری. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی زباله‌ی بی‌حدّ و مرز تولید کردن، در صورتی که می‌توانی با تولید زباله‌ی کمتری هم خریدهایت را بکنی. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی من بهتر از تو هستم و گیر کردن در تعاریف ذهنی. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی اندازه‌ی خانه‌ات و یا تعدادش را زیاد کنی و ندانی که آیا این نیاز واقعی است یا نیست. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی دوست‌دختر یا دوست‌پسرت را هی عوض کنی تا بالاخره یکی به تو زندگی بدهد و از تو تعریف کند و تو را تنها برای خودت دوست داشته باشد. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی حیوان‌آزاری کردن. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی مراقب سلامتی نبودن و غذا را تا آن جا که می‌توان چرب و شیرین خوردن. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.
- کارافزایی یعنی شعر مولانا را حفظ نکردن. پس «تیلہی فی التّأخیرِ آفات» را بزن بهش.





کارافزایی یعنی کاری که به تو محول شده است را به بهترین نحو ممکن انجام ندهی. پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی قانون جبران را دور زدن و کمتر دادن و انتظار بیشتر داشتن. پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی در راه زنده شدن به حضور صبر نداشتن و با ذهن خواستن آن را فهمیدن. پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی کمد لباس هایت دیگر جا نداشته باشد و تو هنوز به دنبال خرید لباس بیشتری، وقتت را در پای ویتترین مغازه تلف کنی. پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی ندانی پولت را برای چه چیزی خرج می کنی. پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی اساساً هر میدانی که اجازه بدهی ذهن در آن بازی کند و برای تو هویت بسازد. پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی ساعت‌ها پای برنامه‌ی گنج حضور بشینی و به هیچ یک از گفته‌های مولانا عمل نکنی. پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.

کارافزایی یعنی نتوانی هم‌اکنون در ذهنت به یادآوری که پیام بیننده‌ی قبلی چه بود؟ پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.

کارافزایی، کارافزایی، کارافزایی، کارافزایی، کارافزایی یعنی با سخن بیشتر تو زنده نخواهی شد. پس «تیلہی فی التأخیرِ آفات» را بزن بهش.



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۷۴

بود عَبْدُالْعَوْتِ هم جنسِ پری

چون پری، نه سال در پنهان پری

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۱۰

پس تو هم أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ گو

گر دلی داری، برو دلداری جو

پنهان پری یعنی خودت را در قرین ارتعاش حضور قرار دهی. این حضور می تواند یا از نویسنده‌ی مطلبی برآید، هم چون مولانا؛ و یا از انسان زنده شده به حضوری. پس «تیلهی أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ» را بزن بهش.

پنهان پری آرام و ساکت تنها بر روی خودت کار کردن است و نگذاری که من ذهنی‌ات با حرف‌هایش همسایه‌ات شود. پس «تیلهی أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ» را بزن بهش.

پنهان پری یعنی مراقب باش که زمانت را در روز در کجا و با چه کسی و یا با چه چیزی خرج می کنی. پس «تیلهی أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ» را بزن بهش.

پنهان پری یعنی هم جنس پری نباشی. یعنی آگاه نباشی که اصل تو فکرها و باورهایت نیستند. پس «تیلهی أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ» را بزن بهش.

پنهان پری یعنی دل نداشته باشی. دل یک تعریف بیشتر ندارد، مرکز خالی شده از همانیدگی. پس «تیلهی أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ» را بزن بهش.

پنهان پری یعنی دلداری هم نباشی؛ یعنی برای زنده شدن و خالی شدن مرکزت از همانیدگی تلاشی نکنی و امروزت با شش ماه قبلی که این برنامه را می دیدی، فرقی نکند. پس «تیلهی أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ» را بزن بهش.



پنهان پری یعنی سکوت سکوت سکوت سکوت سکوت و خاموش کردن ذهن.

یادم رفت بگویم داور این بازی خداوند است و یک راهنمایی بزرگ برای پیروز شدنمان دارد:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۳

خاموش باش که پُرسِست عالمِ خَمشی

مکوبِ طبلِ مَقالت، که گفتِ طبلِ تَهی ست

من هم به عنوان بازیکنی تکنیک‌هایی را برای خود جمع کرده‌ام که به عنوان کلید درهای بسته‌ای را که در آن‌ها گیر کرده

بودم، گشاده‌اند. یکی از آن‌ها کلید طلب است. شاید به درد توی شنونده هم بخورد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷

بی‌کلید، این در گشادن راه نیست

بی‌طلب، نان سنت الله نیست

پویا، آلمان



## کارافزایی

در هفته‌های اخیر عبارت کارافزایی که در برنامه‌های گنج حضور تکرار می‌شد، روی من تأثیر عمیقی گذاشت. با تأمل روی جنبه‌های مختلف زندگی‌ام متوجه کارافزایی و انرژی تلف کردن من‌ذهنی شدم.

در برنامه‌های گنج حضور یاد گرفتم که کارافزایی زندگی صفر است. کارهای زندگی میوه‌های زیبا در بیرون می‌دهد.

من‌ذهنی دقیقاً برعکس کار می‌کند. کل من‌ذهنی و همه فکرها و اعمالش کارافزایی است. در ادامه ۳ نمونه از کارافزایی‌های من‌ذهنی در زندگی شخصی خود را به اشتراک می‌گذارم:

## ۱. کارافزایی در جنبه شغلی:

بعد از این که در رشته حقوق درسم تمام شد، با کم‌ترین زحمت پیش یک وکیل مشغول به کار شدم. در زمان تحصیل و بعد از شروع به کار از رشته وکالت متنفر بودم. آن را مقصر برای این می‌دانستم که من به زندگی و خود اصلی‌ام نرسیدم. با بی‌میلی، حداقل انرژی را در محیط کار می‌گذاشتم. آن وکیل انسان بلندنظری بود. در کمال تعجب من، بعد از یک سال خودش حقوق من را زیاد کرد. ولی من اصلاً قدر این وضع را نمی‌دانستم. پول را می‌گرفتم و با بی‌میلی حداقل انرژی را می‌گذاشتم. بعد از یک مدت به او گفتم می‌خواهم نیمه‌وقت، یعنی فقط ۳ روز در هفته کار کنم. او هم سریع قبول کرد. آخر سر از آن شغل استعفا دادم. پس از آن یک دوره بی‌کاری بسیار طولانی شروع شد. دلیلش هم این بود که من سرسختانه می‌گفتم که نمی‌خواهم در رشته حقوق کار کنم. من چند سال مشغول تقاضای کار فرستادن برای جاهایی بودم که به من از لحاظ معلومات نمی‌خوردند. همه آن ساعت‌های طولانی که در طی چند سال صرف تقاضای کار نوشتن شد، بادام پوک بود.

معنی قانون جبران را نمی‌فهمیدم. امروز قدر مدرک تحصیلی خود را می‌دانم. می‌فهمم که این مدرک زبان بسته دارد به من کمک می‌کند که پول دربیارم.



قانون جبران به من یاد داده که تا زمانی که جایی کار می‌کنم و پول می‌گیرم، تنها وظیفه من این است که از خودم بپرسم من به آن‌ها، به آن محیط کار، چی به ازای آن پول می‌دهم. زندگی از شغلم نمی‌خواهم و این هیچ اشکالی ندارد. چون متوجه شدم که زندگی در درونم است و من آن را به شغل می‌ریزم. دارم یاد می‌گیرم که ارزش بعد پولی زندگی را درک کنم. این که غذایی که می‌خورم، اجاره خانه‌ام، مسافرتی که می‌روم و حق عضویتیم به گنج حضور همه به آن پول وصل هستند. پس این یک ارزشی دارد که باید آن را جبران کنم. اگر می‌خواهم شغلم را عوض کنم، با این حال تا روز آخر آن جایی که هستم، بهترین تلاشم را می‌کنم. در حال حاضر کار من به علت کرونا در خانه است و هیچ کنترلی از لحاظ زمان روی من نیست. ولی من دائم در این فکر هستم که نکند کم گذاشته باشم.

نتیجه: عدم اجرای قانون جبران در کار اتلاف انرژی و کارافزایی است. امروز چون قانون جبران را تا حدی درک کردم، شغل، تک‌به‌تک همکاران و رئیس‌های سر کار را عاشقانه دوست دارم. احساس می‌کنم عشق بین ما رد و بدل می‌شود، با این که موضوع کاری من ظاهرش کوچک‌ترین ارتباطی به عشق ندارد.

## ۲. کارافزایی در رابطه:

وقتی زیر اسم عشق زمینی یک رابطه‌ای را با من ذهنی شروع می‌کنیم، این آغاز یک کارافزایی بزرگ است. ما وقت و توجه عظیمی را خرج می‌کنیم، مسافرت می‌رویم، با آن شخص در فرمان و در عمل وقت زیادی را می‌گذرانیم و همه این‌ها منجر به درد می‌شود. آخرش هم از آن شخص جدا می‌شویم. این یعنی بادام پوک. من ذهنی در این جنبه رابطه با جنس مخالف، چهار مرغ ابراهیم را، هر چهار تاشان را، کاملاً بر علیه ما استفاده می‌کند. یعنی حرص، شهوت جنسی، جاه و به خصوص امید به آینده‌ی تصویری. نماد این امید به آینده مرغ زاغ است. شروع یک رابطه با من ذهنی یعنی همان‌گونه شدن با تصویر تجسمی از یک انسان دیگر. یک پدیده مهم در این کار انکار است که به زاغ ربط دارد. وقتی با من ذهنی یک رابطه شروع می‌شود، به نظر می‌رسد که زندگی از همان ساعت‌های اول دیدار و معاشرت نشان می‌دهد که این کار نمی‌کند. ولی من در خودم شناسایی کردم که در این جور موارد، همه این نشانه‌های کار نکردن را انکار



می‌کردم و اجازه نمی‌دادم که به آن تصویر تجسمی که در ذهنم از آن شخص و آینده‌ام با او ساخته بودم، آسیب برسد. زندگی از همان اول یک آشنایی، در درون قلب من نشان می‌داد که این‌جا انقباض و اصطکاک هست. این رابطه مثل یک گاری هست که تو دست‌انداز است و دائم باید کلی انرژی مصرف کنی تا جلو برود. ولی حرص، جاه، شهوت و جلوتر از همه امنیت زاع، یعنی امید به آینده انسان را مجبور به ادامه آن رابطه می‌کنند.

شروع رابطه با من ذهنی کارافزایی بزرگ است. در شروع یک رابطه باید بسیار مراقب باشیم؛ و اگر شک داریم و انسان زنده به حضوری نزدیکمان هست، با او مشورت کنیم. خود شک داشتن و تلاش، یعنی صرف انرژی برای این که به خودمان بگوییم نه این رابطه خوب است، می‌تواند نشانه من‌ذهنی باشد. زیرا آفتاب آمد دلیل آفتاب. رابطه‌ای که کار می‌کند، خودش با آهنگ زندگی جلو می‌رود و نگرانی و درد و انقباضی ایجاد نمی‌کند. اگر زندگی نشانه‌هایی از انقباض و درد نشان می‌دهد، نباید اجازه دهیم من‌ذهنی آن را انکار کند. قطع یک رابطه که نسبتاً تازه شروع شده درد دارد. این درد واهمانش را باید قبول کنیم. هیچ آسیبی به ما نمی‌رسد. انکار و ادامه آن رابطه به خاطر ترس از دست دادن، کارافزایی است که عمر ما را هدر می‌دهد.

### ۳. کارافزایی در اثر حرف زدن اضافی:

من خیلی وقت‌ها با حرف زدن باعث کارافزایی شدم. این زمانی بوده که اظهار نظر کردم و خواستم کمک کنم در جایی که آن شخص از من کمک نخواست. این کار در آن شخص خشم و رنجش ایجاد کرده که آسیبش به کل محیط رسیده. این حرف زدن اضافی تقریباً همیشه در رابطه با بستگان نزدیک پیش آمده. ریشه‌اش نگرانی نسبت به زندگی و وضعیت‌های آن‌ها بوده.

نتیجه: نباید نگران زندگی دیگران شد. این نگرانی و فکر کردن به زندگی دیگران باعث حرف زدن و کارافزایی می‌شود. خدا دارد از درون به همه کمک می‌کند و با آن‌ها حرف می‌زند. پس ما باید مواظب باشیم حرف اضافی نزنیم.



برداشتی کوتاه از غزل شماره ۷۹۰ دیوان شمس

مربوط به برنامه ۸۹۱ گنج حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۹۰

واقف سرمد تا مدرسه‌ی عشق گشود

فرقی مشکل چون عاشق و معشوق نبود

آموزگار عشق یا زندگی در صحنه‌ی آموختن عشق که کائنات است، حاضر است. شاگرد همیشگی این مدرسه انسان است. درس عشق هر لحظه از جانب زندگی به انسان آموخته و باز پرسیده می‌شود: درس یادآوری الست.

درس عشق، شناسایی ذات اصیل انسان و زنده شدن به آن است. ذات اصیل انسان شناسنده و جاوید است و توانایی زنده شدن به یکتایی را دارد. درس عشق در ذهن و از راه ابزارهای ذهن مانند مقایسه و افکار همانیده و دانش ذهنی آموخته نمی‌شود.

مولانا می‌گوید در درس عشق هیچ بحث ذهنی یا فکرت تیزی راه ندارد. هم‌چنین باورهای دینی همانیده و ساختن خدای ذهنی انسان را از درس عشق باز می‌دارند.

انسان‌ها با بردن درس عشق به ذهن به تفرقه افتادند، از زندگی تصویر ذهنی ساخته‌اند و از آموختن درس اصلی دور شده‌اند. زندگی برای بازگرداندن انسان‌ها به مدرسه عشق، نور خود را به انسان‌ها تابانده تا محدودیت ذهن و بی‌نهایت فضای گشوده درون را به انسان نشان دهد. اما انسان برای آموختن درس عشق و زنده شدن به آن، جز فانی کردن مرکز جسمی راهی ندارد. واهمانش و نفی مرکز جسمی، وجود انسان را محو در مستی شراب الهی و زنده به یقین می‌گرداند، هرچقدر که من‌ذهنی بزرگ باشد، در برابر آفتاب زندگی جز محو شدن راهی ندارد.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۹۰

محو سُکرست، پسِ محو بُودِ صَحْوِ یقین

شمسِ عاقب بُودِ ار چند بُودِ ظلِّ ممدود

این از آنست که یطوی به زبان لایحکی

زانکه اثباتِ چنین نکته بُودِ نفی وجود

این سخن فرع وجودست و حجابست ز نفی

کشف چیزی به حجابش نُبود جز مردود

مولانا می گوید درس عشق که نفی منیت و زنده شدن به اثبات است، به زبان در نمی آید. چشیدن طعم وصال در هیچ قالب ذهنی نمی گنجد. می گوید حتی در خواندن ذهنی این ابیات نیز نیست. آنچه که به زبان و ذهن در آید، حجاب است و به وسیله حجاب نمی توان به عشق زنده شد. همه را باید به جان نفی کنی. نه سخن گفتن در ذهن به تو کمک می کند و نه دید دویی من ذهنی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۹۰

تو پس این را بهلی، لیک تو را آن نهلد

جان از این قاعده نجهد به قیام و به قعود

جان قعود آرد، آتش بگشدد سوی قیام

جان قیام آرد، آتش بگشدد سوی سجود





هنگامی که از بند تأیید و عدم تأیید ذهن رها شدی، جانت درمقابل زندگی به تعظیم درمی آید؛ و در اثر قائم شدن بر هشیاری اصیلش برمی خیزد؛ و بر اثر صفر شدن به هشیاری جسمی، به یکتایی زنده می شود.

مولانا می گوید تو در این لحظه درس عشق را آموخته ای و برای ابد در آن جاوید می مانی. تو از ازل نیز در این مدرسه بوده ای. زیرا درس عشق ابتدا و انتها ندارد. تو با آموختن درس عشق، تا ابد بر فراز آسمان دل می رقصی و پرواز می کنی.

با سپاس و احترام

لادن از کانادا



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](mailto:Shahbazi@rapidtest.com)