



پیغام عشق

قسمت سیصد و نوزدهم





باسلام

طبیعی بودن درد در من ذهنی

موضوعی که تقریباً در تمام برنامه‌های گنج حضور به آن اشاره شده است این است که زندگی در ذهن و بر مبنای هشیاری جسمی ما را به درد می‌اندازد و اصل ما از جنس درد نیست.

تا همین چند هفته پیش، وقتی آقای شهبازی در مورد دروسازی من ذهنی صحبت می‌کردند من فکر می‌کردم باید به دردهای عمیقی که در زندگی ام تجربه کرده‌ام مراجعه کنم، آن‌ها را شناسایی کنم و تک‌تک بیندازمشان. در حدود یکسال پیش بود که به این نکته پی بردم و کاغذی سفید در مقابلم گذاشتم و برگشتم به گذشته‌ها. شروع کردم به نوشتن همه اتفاقاتی که در گذشته برایم افتاده بود و به نوعی برایم رنج به همراه داشت و به خودم قول دادم که به قول معروف هشیار باشم و اجازه ندهم که من ذهنی‌ام هر لحظه این دردهای کهنه را بالا بیاورد. خوشبختانه تا حدود زیادی هم موفق بودم و خدا را شکر که از آن زمان قدرت شناسایی ام بالاتر رفته و اجازه نمی‌دهم که خاطرات ظاهراً تلخ گذشته که باب میل من ذهنی‌ام در آن زمان نبودند هر لحظه وارد ذهنم شوند.

اما موضوع دیگری که در چند برنامه‌ی اخیر برایم آشکار شد، «طبیعی بودن درد» در من ذهنی‌ام بود. من در طول چندین مدتی که به برنامه گوش می‌کردم، مدام می‌شنیدم که آقای شهبازی می‌گفتند هم‌هویت‌شدگی‌ها برای ما درد به همراه دارند. اما این موضوع برای من جا نیفتاده بود. من برداشت سطحی از این صحبت کرده بودم و فکر می‌کردم که درد ناشی از همانیدگی‌ها یعنی این که اگر اتفاقی برای آن نقطه چین‌ها افتاد فضاگشایی کنم و غصه نخورم. اما خوشبختانه زندگی بر وفق مرادم بود و من فکر می‌کردم هیچ دردی ندارم. در عین حال که به برنامه گنج حضور گوش می‌کردم و نکاتی را هم یادداشت می‌کردم و سعی می‌کردم ابیات را حفظ کنم، اما بسیار هم پیش می‌آمد که در مقابل اتفاق این لحظه نمی‌توانستم فضاگشایی کنم و در مقابل اتفاقات دچار هیجانات منفی مثل خشم و اضطراب می‌شدم و بعد از چند ساعت که آن اتفاق و آن واکنش را مرور می‌کردم، تازه می‌فهمیدم که اشتباه کرده‌ام و گاهی این منجر به ملامت خودم نیز می‌شد.



این دردها به حدی در وجود من نهادینه شده و توسط من ذهنی عادی جلوه داده شده بودند، که من شاید هرچند روز یکبار تجربه‌شان می‌کردم و خیلی هم برایم مهم نبود. پیش خودم می‌گفتم همین که از شان به سرعت عبور میکنم خوب است. اما همین واکنش‌ها و عدم فضاگشایی‌ها تلنگری بود برای من که نگاه عمیق‌تری به موضوع همانیدگی با دردها داشته باشم و به دردهایی که در درونم نهادینه و عادی شده بودند با ذهن ناظر نگاه بیندازم و آگاهانه دیدم که درد ناشی از همانیدگی‌ها چگونه تا اعماق وجودم رسوخ کرده است.

بله! همانگونه که آقای شهبازی میلیون‌ها بار تکرار کرده‌اند، هم‌هویت‌شدگی با چیزها برای ما درد به همراه دارد. اما این به این معنی نیست که فقط هنگام به خطر افتادنشان درد را حس کنیم. مثلاً در مورد خودم بگویم که من شناسایی کردم که با کارم هم‌هویت هستم. سال گذشته که این همانیدگی را در خودم شناسایی کردم، ذهنم به من گفت تو نباید با کارت هم‌هویت باشی و برایت مهم باشد، حتی اگر کارت را از دست هم دادی نباید غصه بخوری چون تو با کارت هم‌هویت نباید باشی. این استدلال ذهنی چه بسا باعث شد که من در محل کارم اهمال‌کاری‌هایی هم بکنم و وقتی در نتیجه‌ی این اهمال‌کاری دچار استرس می‌شدم، در آن لحظه بود که ظاهراً می‌خواستم فضاگشایی کنم و به خودم بگویم نه! مهم نیست! استرس نداشته باش، تو با کارت هم‌هویت نیستی! حتی اگر از دستش هم بدهی مهم نیست! زندگی تو که به کارت گره نخورده! هزار تا گزینه‌ی دیگر داری.

اما هنوز یکجای کار می‌لنگید. من هنوز نمی‌توانستم به طور کامل فضاگشایی کنم و هیجانات منفی را تجربه می‌کردم. تا این‌که در چند برنامه‌ی اخیر که آقای شهبازی به طور مفصل در مورد فضاگشایی و هم‌هویت‌شدگی با درد توضیح دادند، متوجه شدم که به حدی دردهای من ذهنی در من طبیعی و عادی شده‌اند که من اصلاً به حساب نمی‌آورم‌شان. انگار درد یعنی این‌که فقط کارم را از دست بدهم؛ حسادت و مسئله‌سازی و تاییدطلبی و اضطراب و خودکم‌بینی که درد نیست!!!



برمیگردم به این نکته که «همانیدگی‌ها» برای ما درد به همراه دارند. درد فقط این نیست که وقتی آن‌ها به خطر افتادند ما درد بکشیم و بعد فضاگشایی کنیم که البته آگاهی به این نکته هم گام مهمی است. مثال هم‌هویت‌شدگی با کارم را می‌زنم که چگونه برایم درد به همراه دارد:

بدیهی‌ترین دردی که هم‌هویت‌شدگی با کارم برایم داشت، درد «ترس از دادن» کارم بود.

گاهی در انجام کارهایم دچار درد استرس و اضطراب می‌شوم که این ناشی از درد عمیق‌تری به نام «احساس ناکافی بودن» در من است.

گاهی در محل کارم دچار درد رنجش و دلخوری از همکارانم می‌شوم که ناشی از تاییدطلبی و توقع من‌ذهنی‌ام است.

گاهی دچار حرص می‌شوم و دلم می‌خواهد در کارم خیلی پیشرفت کنم.

گاهی در دام مقایسه می‌افتم و موقعیت و کار خودم را با بقیه دوستانم مقایسه می‌کنم و در پس این مقایسه یا دچار حسادت می‌شوم یا غرور.

گاهی دچار تنبلی می‌شوم و در کارم کم‌کاری می‌کنم و به نسبت پولی که می‌گیرم کار کمتری انجام می‌دهم و قانون جبران را زیر پا می‌گذارم.

گاهی دشمن‌سازی می‌کنم و به خودم می‌گویم فلانی با من لج است و قصد دارد من را اذیت کند.

این‌ها تنها نمونه‌هایی از دردهای ناشی از هم‌هویت‌شدگی با کارم هستند که در من وجود دارند. دردهای حسادت، رنجش، خشم، دشمن‌سازی، مساله‌سازی، ترس، اضطراب، غرور، و حرص همان دردهای کهنه‌ای هستند که همگی در درون من وجود دارند و با قضاوت و مقاومت من در اتفاقات بالا می‌آیند. قضا و کن‌فکان گاه با اتفاقی در محیط کار، گاه در مکالمه‌ای با خانواده، گاه در یک جلسه دوستانه، و به طور کلی هر لحظه در تمام اتفاقات ریز و درشت این دردها را که من‌ذهنی‌برایم طبیعی جلوه داده بود را آشکار میکند و هنر اصلی من باید تسلیم و فضاگشایی در برابر این «آشکار سازی» زندگی باشد



که اجازه بدهم قضا و کن فکان آرام آرام روی من کار کند و دردهایم را شفا دهد. هیچ کدام از این دردها عادی نیستند. ما از جنس شادی بی سبب و حضور هستیم. باشد که در این را خود حجاب نباشیم، به قول حضرت حافظ که می فرمایند :

حافظ، غزلیات، غزل شماره ۲۶۶

میان عاشق و معشوق هیچ حائل نیست

تو خود حجاب خودی حافظ از میان برخیز

با تشکر و احترام

زهره از کانادا



برداشتی از غزل ۲۹۴۸، از برنامه گنج حضور

با سلام و عرض تشکر از برنامه روشنگر گنج حضور. مولانا در این غزل اشاره دارد به کسانی که عبوس هستند و در غم همانیدگی‌ها فرو رفته‌اند و تمام فکر و ذکر آن‌ها این است که چگونه می‌توانند همانیدگی‌ها را زیاد کنند. آن‌ها نمی‌دانند به این طریق دارند انرژی زنده زندگی را که در این لحظه است ناخودآگاه تلف می‌کنند. می‌گوید: ای انسان هیچ حواست هست که تو مثل سرکه ترش‌رو شده‌ای، عبوس شده‌ای، آیا می‌دانی که این ترش‌رویی و عبوس بودن تو ناشی از ترس از دست دادن همانیدگی‌هایی است که به آن‌ها چسبیده‌ای؟

این غمناکی تو و درد تو مربوط به این است که فکر می‌کنی اگر همانیدگی‌ها را زیادتر کنی می‌توانی به آرامش و شادی بیشتری برسی. در حالی که تو داری بیراهه می‌روی چرا که با عینک جسمی می‌بینی. و بعد مولانا پیشنهاد می‌کند بیا مثل گل بخند و منظورش از خنده، خنده‌ی زندگیست یعنی از جهان برگرد، از همانیدگی‌ها برگرد، مرکزت را خالی کن، عدم کن، اجازه بده تا زندگی با قضا و کن فکان به تو کمک کند. اگر با این غمناکی و فکر کردن و عمل کردن بر حسب آن‌ها زندگی کنی، زندگی بی‌ثمر خواهد شد و چیز خوبی و پربرکتی گیرت نخواهد آمد.

در حقیقت غمناک بودن من ذهنی و خاصیت سرکه ریزی من ذهنی، قهر خدا را به دنبال دارد که در تقابل با لطف خداست و همانا فضا گشودن است. و صد البته فضا گشایی و پذیرش آسان نیست خصوصاً در ابتدای کار، و مستلزم درد هشیارانه کشیدن است اما فضا را که گشودی خواهی دید که از آن فضای گشوده شده شکر زندگی، شادی زندگی به وضعیت‌های تو می‌ریزد. و از آنجا که تو انسان بزرگی هستی، از جنس خدا هستی، از جنس زندگی هستی، مانند گل خندان یعنی در رضایت کامل نسبت به من ذهنی ات بمیر.

و هر لحظه شاکر باش چرا که هر کسی که شکر می‌کند و صبر دارد و عمل واهمانش انجام می‌دهد هر لحظه شادی زندگی را دریافت می‌کند.



«آنان که به طلب ثواب پروردگار خویش صبر پیشه کردند و نماز گزارند و در نهان و آشکار از آنچه به آنان روزی داده ایم انفاق کردند و بدی را به نیکی دفع می کنند سرای آخرت خاص آنان است.»

حتما دیده ای ماه هر چه لاغرتر می شود، مثل مو می شود، انگار خندان تر است و در حال قهقهه سر دادن. حال ای انسان! چیزی از تو کم نخواهد شد اگر از ماه یاد بگیری و خلق و خوی ماه را یعنی زندگی را پیدا کنی، نسبت به من ذهنی آن قدر لاغر بشوی که چیزی از آن باقی نماند، با عدم کردن مرکز، خوی آن ناظر بزرگ را که خداست در خودت ایجاد کن و از جنس او بشو تا خدا زندگیت را عوض کند، تا بتوانی مانند ماه قهقهه سر دهی و طعم شیرین شادی بی سبب را در زندگی تجربه کنی.

ای تو که بزرگ هستی، از جنس خدا هستی، از خودت سوال کن چگونه یک درخت در شوره زار در بدترین شرایط می تواند رشد کند و شکفته بشود و گل باز کند اما تو چندین هزارسال است غوره و ناپخته باقی مانده ای؟ یکسره در حال زیان کاری هستی؟ درد ایجاد می کنی؟ جنگ راه می اندازی؟ طبیعت را نابود می کنی؟ انسان های بی گناه را به خاک و خون می کشی؟ پس گل تو کو؟ پس عشق تو کو؟ خرد تو کو؟

زندگی کان عشق است، کان خرد است اما تو به جای این که خدا را، زندگی را مرکزت بگذاری، آمدی همانندگی ها را گذاشتی و مرکزت را مادی کردی و با عینک جسمی می بینی در نتیجه گدای این جهان شدی و به خاطر آن دست به هر کاری می زنی. باعث تأسف بسیار است.

به یاد بیاور سرانجام قارون را که با تمام گنج هایش در ته چاه همانندگی ها فرو شد. قارون نماد انسانی است که می آید به این جهان، مرتب چیزهای مختلفی بدست می آورد و با آن ها همانندگی می شود و مانند دلو در چاه همانندگی ها فرو می رود.



یادمان باشد هر چه بیشتر همانیده شویم، درد بیشتری ایجاد می کنیم چرا که بیشتر به چاه فرو می رویم و باید انرژی بیشتری صرف کنیم تا برگردیم. من به عنوان انسان و جانشین خدا در زمین در این لحظه متعهد می شوم فضای درونم را خالی کنم، بی نهایت باز کنم، از بند همانیدگی ها خودم را آزاد کنم و به شادی زندگی برسم.

می دانم که این آزادی از «لا» شروع می شود. «لا» یعنی «نه گفتن» به هر چیزی که در مرکز من است و من از جنس آن نیستم، من صورتم نیستم، من موهایم نیستم، من بدنم نیستم، من چیزهایی که دارم نیستم، من چیزهایی که ندارم نیستم، من مرتب شناسایی می کنم لحظه ها را که از جنس چه چیزی نیستم و لا می کنم و با «لا کردن» می پریم «بالا» و تبدیل به «لولی لالا» یعنی کسی که فضای درون را خالی کرده، بی نهایت باز کرده و به شادی زندگی مجهز شده، می شوم و از این هیولای من ذهنی که فکر و عمل من را فاسد می کند رها می شوم. انشاءا...

با احترام، وفا



با سلام خدمت پدر معنوی و مهربانم آقای شهبازی و همه‌ی دوستان گنج حضور، خدا قوت، فرزانه هستم از کرج. مطالبی در رابطه با قبض و بسط، برگرفته از برنامه ۸۶۶، خدمت شما عرض می‌کنم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۸ و ۳۵۹

قبض دل، قبض عوان شد لا جرم

گشت محسوس آن معانی، زد علم

غصه‌ها زندان شده ست و چار میخ

غصه بیخ است و بروید شاخ بیخ

قبض از نشانه‌های من‌ذهنی است و ماندن در انقباض و استمرار آن مثل درختی می‌شود و در جان ما ریشه می‌زند. همان‌بیده شدن و درد حاصل از آن در جان ما و ترس و غصه از دست دادن آن‌ها، و این‌که شادی و زندگی را از آن‌ها خواستن، باعث می‌شود که این درخت بزرگتر و بزرگتر شود، هر همانیدگی باعث رشد شاخه‌ای در این درخت می‌شود، این درخت به ظاهر سبز در وجود ما زندانی می‌شود که برای رهایی از آن باید با تیغ لا شروع کنیم به زدن شاخ و برگ آن، انداختن هر همانیدگی، زدن شاخه‌ای از آن است، باید این کار را آنقدر انجام دهیم تا به ریشه آن برسیم و با یک نه‌جانانه وبا نیروی زندگی، ریشه را هم بزنییم و از زندان خود را آزاد کنیم.

در ذات ما بسط هست و آن فضای بی‌نهایت درون ماست که با آن متولد شدیم، با همان‌بیده شدن و تشکیل من‌ذهنی، انقباض در ما شکل می‌گیرد و روی بسط را می‌پوشاند. ما به عنوان امتداد خدا دارای قدرتی هستیم به نام اختیار و انتخاب، که توسط زندگی به ما داده شده، همان قدرتی که ما را از سایر باشندگان، مسئولتر می‌کند در مقابل زندگی، ما میتوانیم انتخاب کنیم که از جنس انبساط باشیم یا انقباض؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲ و ۳۶۳



قبض دیدی چاره آن قبض کن

ز آنکه سرها جمله می روید ز بن

بسط دیدی، بسط خود را آب ده

چون بر آید میوه، با اصحاب ده

آگاهانه فضا را باز می کنیم و از طریق این فضای گشوده شده یا همان انبساط، اجازه می دهیم تا زندگی در ما به خودش زنده شود که این فرمان خداوند است و پیام مولانا به ما، که:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

حکم حق گسترده بهر ما بساط

که بگویند از طریق انبساط

تنها راه ارتباطی ما با زندگی همین انبساط درون و گوش دادن به صدای زندگی است. پس بیاییم آگاهانه تیشه ای برداریم و این درخت همانندگی ها را از بیخ بزنییم و این کار همان لا کردن من ذهنی است که با فضاگشایی میسر می شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۷

خمش کوتاه کن ای خاطر، که علم اول و آخر

بیان کرده بود عاشق، چو پیش شاه لا باشد

حال این نیروی بسط و فضای بی نهایت را که یافتی، و ساکن شدی در آن، دم به دم از آب زندگی، درخت حضورت را آبیاری کن تا به بار بنشیند. اکنون این میوه حضور را با دیگران شریک شو و به شکرانه این شادی و این حضور را به



آن‌ها بده، بخشنده باش مثل خود زندگی، تا سایر باشندگان هم استفاده ببرند، مثل مولانا و آقای شهبازی عزیز که میوه حضور خود را با ما گنج حضوری‌ها، هر هفته به اشتراک می‌گذارند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۹۷ و ۹۸

ای لقای تو جواب هر سؤال

مشکل از تو حل شود، بی قیل و قال

ترجمانی ما را هر چه در دل است

دستگیر هر که پایش در گل است

سپاسگزارم از همه‌ی دوستان و یاران گنج حضور، در پناه حق شاد باشید.



به نام خدا

ابیاتی از دفتر پنجم مثنوی:

بیان آن که هنرها و زیرکی‌ها و مال دنیا هم‌چون پرهای طاووس عدو جان است.

هنرها و زیرکی‌های من‌ذهنی ما که مثل پرهای طاووس با زیبایی‌شان هشیاری ما را به‌سوی خود می‌کشند و ما از اصل خودمان که عدم است غافل می‌شویم و این پرهای زیبا و یا هنرهای ما که می‌تواند دوست و راهنمای ما باشد تبدیل به همانیدگی شده و دشمن می‌شوند.

در قرآن و سوره ابراهیم خداوند به ابراهیم وحی می‌کند که سر چهار مرغ را ببرد، که یکی از آن مرغ‌ها طاووس است، طاووس نماد خودنمایی و پُز دادن است، مرغ‌های دیگر مثل خروس که نماد شهوت و خواسته‌های من‌ذهنی است، دیگری کلاغ یا زاغ که نماد حرص و سیری‌ناپذیری نفس انسان است و مرغابی که نماد جهل من‌ذهنی و ترس‌هایش است، مرغابی قادر به شنا کردن و پرواز در دریای یکتایی است ولی می‌ترسد و مثل مرغ خانگی در قفسش روی کتافات می‌نشیند و ما باید این چهار مرغ را در درون خود شناسایی کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۸

پس هنر آمد هلاکت خام را

کز پی دانه نبیند دام را

مولانا می‌گوید: شخصی که من‌ذهنی دارد خام است و همیشه دنبال دانه است و دام را نمی‌بیند و هنرهای او باعث خودخواهی و همانیدگی بیشترش می‌شود.



هنرها می‌تواند زیبایی، پول، مقام، سواد، شهرت ما باشد و ما را هلاک کند، مگر این‌که با آن‌ها همانیده نشویم و با هشیاری از هنرها و نعمتهای زندگیمان برای رشد معنوی خود استفاده کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

اختیار آن را نکو باشد که او

مالک خود باشد اندر اتقوا

گرانبهاترین گوهر الهی برای ما انسان‌ها که ما را از موجودات دیگر متمایز کرده است قدرت اختیار و انتخاب ماست، آیا ما از مرکز پر از همانیدگی و با من‌ذهنی عمل می‌کنیم و یا مالک نفس خود هستیم و در تقوی و پرهیزکاری با مرکز عدم عمل می‌کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰

چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار

دور کن آلت، بینداز اختیار

اگر می‌دانیم که هنوز من‌ذهنی داریم و نمی‌توانیم نفسمان را محافظت کنیم یا پرهیز کنیم، بهتر است آلت همانیدگی‌هایمان که باعث تحریک نفس ما می‌شود دور کنیم و بیندازیم، با من‌ذهنی ما قادر به انداختن همانیدگی‌ها نیستیم باید تسلیم شویم و فضا را بگشاییم و از خدا کمک بخواهیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۱

جلوه گاه و اختیارم آن پر است



بَر کَنَم پَر را که در قصد سَر است

وقتی اختیارم را به دست من ذهنی و همانیدگی‌هایم داده‌ام نمی‌توانم از آن‌ها در جهت رشد معنوی خود استفاده کنم و آن‌ها محل جلوه‌گاه و پُزِ دادنم شده‌اند باید آن‌ها را بکنم و از خود جدا کنم زیرا آن‌ها قصد کُشتن هشیاری و روح و روانم را دارند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۲

نیست انگارد پَر خود را صبور

تا پَرش در نفکند در شرّ و شور

انسانی که صبور است فضا را می‌گشاید، با پرهای زیبایی و هنرش همانیده نمی‌شود و آن‌ها را هیچ می‌شمارد، پولش، زیبایی‌اش، شهرتش، سوادش و تمام داشته‌هایش او را مغرور نمی‌کند تا به شرّ و دسیسه‌های شیطان بیفتد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۳

پس زیانش نیست پَر، گو: برمکن

گر رسد تیری، به پیش آرد مِجن

مِجن به معنی سپر است. پس شخصی که با داشته‌هایش همانیده نیست هیچ زبانی از جانب زندگی به او نمی‌رسد و زندگی می‌گوید: پرهای فضیلت را نکن، آن‌ها را داشته باش، اگر تیری از هوای نفّس بر تو رسید از سپر پرهیز و صبر و شکر استفاده کن.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۴



لیک بر من پر زیبا دشمنی ست

چونکه از جلوه گری صبریم نیست

ولیکن من ذهنی می گوید: من نمی توانم درمقابل خودنمایی و جلوه گری همانیدگی هایم خودداری کنم و صبور باشم، پس برای شخصی که من ذهنی دارد پرهای فضیلت و داشته هایش دشمن او هستند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۵

گر بُدی صبر و حفاظم راهبر

برفزودی ز اختیارم کرّ و فر

اگر من صبر و فضاگشایی را بلد بودم آن ها بهترین رهبر من در زندگی می شدند و از شکوه و جلال ایزدی بر اختیار من افزوده می شد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۶

همچو طفلم یا چو مست اندر فتن

نیست لایق تیغ اندر دست من

من ذهنی مثل طفلی می ماند که در فتنه های همانیدگی هایش مست شده است، پس شایسته تیغ حضور و اختیار نیست که به دست او بدهیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۷

گر مرا عقلی بُدی و منزجر



تیغ اندر دست من بودی ظفر

اگر مرکز مرا عدم کنم عقل کل مرا هدایت می کند و از همانیده شدن خودداری می کنم و تیغ اختیار و حضورم مرا پیروز و سربلند می کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۸

عقل باید نور ده چون آفتاب

تا زند تیغی که نبود جز صواب

وقتی با چیزی همانیده نیستیم به عقل کل و عدم وصل می شویم و این عقل چنان نوری دارد که مثل آفتاب به یخ همانیدگی های ما تیغ می زند و صوابی بالاتر از این نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۹

چون ندارم عقل تابان و صلاح

پس چرا در چاه نندازم سلاح؟

وقتی همانیده هستیم و صلاح و درستی کار را نمی دانم پس بهتر است چیزهایی را که باعث خودنمایی و پز دادن من می شود را شناسایی کنم و آن ها را در چاه دنیا بیندازم و رها کنم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۲

رغم این نفس قبیحه خوی را

که نپوشد رو، خراشم روی را



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۳

تا شود کم این جمال و این کمال

چون نماند رو کم افتم در وبال

علی‌رغم این نفس و من‌ذهنی که زشت‌روست و هرگز روی خود را نمی‌پوشاند یعنی شرم از کرده‌هایش ندارد و همیشه خرابکاری می‌کند، من درد هشیاران می‌کشم و روی خود را می‌خراشم و پرهیز می‌کنم تا این زیبایی و کمالی که باعث بدبختی و درد من شده‌اند و میل به خودنمایی را در من ایجاد می‌کنند کمتر بشود و یا از بین برود.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۶

چون ندیدم زور و فرهنگ و صلاح

خصم دیدم، زود بشکستم سلاح

زمانی که من‌ذهنی دارم و مرکزم پر از همانیدگی ست و زور و قدرت پرهیز ندارم، شایسته‌آگاهی و فرهنگ بزرگانی چون مولانا نیستم، ناتوانی در پرهیز و صبر دشمن‌های من هستند پس باید با شناسایی ابزارهایی که من‌ذهنی مرا تحریک می‌کنند را بشکنم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۷

تا نگردد تیغ من او را کمال

تا نگردد خنجرم بر من وبال

مبادا تیغ حضورم را برای کمال من‌ذهنی‌ام خرج کنم و شمشیر بکشم زیرا من‌ذهنی وبال و بدبختی من است.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۸

می‌گریزم، تا رگم جنبان بود

کی فرار از خویشتن آسان بود؟

تا جان در بدن دارم و رگم می‌جنبد از من ذهنی ام فرار می‌کنم، هرچند که فرار از من ذهنی آسان نیست ولی با تعهد و اجرای قانون جبران و تکرار ابیات مولانا برای به صفر رساندن من ذهنی ام دست بر نمی‌دارم.

با سپاس از برنامه گنج حضور و همیاران گنج حضور 🙏

دیبا از کرج



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