



پیغام عشق

قسمت هزار و دویست و هشتادم





خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۶۳ گنج حضور، بخش چهارم

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۴

ناز کردن خوش تر آید از شکر

لیک کم خایش، که دارد صد خطر

*خاییدن: جویدن

هرچند ناز کردن یا همان اظهار بی‌نیازی نسبت به کمک خداوند، عدم نکردن مرکز و مهم دانستن اتفاق این لحظه که ذهن نشان می‌دهد و استفاده از عقل من‌ذهنی به جای خرد فضای گشوده‌شده، برای من‌ذهنی از شکر هم شیرین تر به نظر می‌رسد، اما تو در پی جویدن و چشیدن چنین شیرینی نباش زیرا خطرات بسیاری به دنبال دارد.

[نکته: به هیچ وجه ما نباید خود را بی‌نیاز از خداوند و مرکز عدم بدانیم و سبب‌سازی ذهن و افکار خود را اصل بگیریم و فکر کنیم می‌توانیم مشکلات خود را با من‌ذهنی و سبب‌سازی‌های ذهن حل کنیم؛ چراکه با این کار دچار درد می‌شویم. ما باید با فضاگشایی و تسلیم زندگی خود را اداره کنیم.]

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۵

ایمن‌آباد است آن راه نیاز

ترک نازش گیر و با آن ره بساز

پس راه نیاز یا راه فضاگشایی و مرکز عدم و رو آوردن به کمک و خرد خداوند، راهی ایمن و سرشار از آسایش و آرامش است. پس ناز کردن را کنار بگذار و با ابزار صبر و فضاگشایی و اعتراف به «نمی‌دانم»، درد هشیارانه را بپذیر تا به بی‌نهایت خداوند زنده شوی.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۷

شاد از وی شو، مشو از غیر وی

او بهار است و دگرها ماه دی

ای انسان، تنها از خدا که با فضاگشایی به صورت عدم به مرکزت می آید شاد شو! نه از غیر او، یعنی به خاطر همانیدگی‌ها شاد مشو، چراکه دید عدم همچون فصل بهار زیبا و شکوفاکننده است، ولی دید همانیدگی‌ها همچون ماه دی در فصل زمستان سرد و خشک کننده است.

[نکته: ما برعکس این بیت عمل می کنیم، یعنی از این که مرکزمان عدم شود و خداوند به مرکزمان بیاید خوشحال نمی شویم، بلکه همانیدگی‌ها را به مرکزمان آورده، برحسب آن‌ها فکر و عمل می کنیم و از شکوفایی آن‌ها خوشحال می شویم! در حالی که اگر درست توجه کنیم مرکز عدم مانند بهار است و هرچیز دیگری که ذهن نشان می دهد، همچون ماه دی در فصل زمستان است. ما می توانیم سرمای درد مرکز همانیده خود را در وجودمان احساس کنیم.]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۸

هرچه غیر اوست، استدراجِ توست

گرچه تخت و ملکِ توست و تاجِ توست

هرآنچه که غیر از خداوند است، یعنی هرچیزی که به جای عدم در مرکزت ظاهر شده و تو با آن همانیده می شوی، درواقع سبب مرگ تدریجی توست، ولو این که آن چیز تخت و سلطنت و تاج شاهانه تو باشد و ذهن آن را بسیار مهم جلوه دهد.



[نکته: ما باید به افکار همانیده خود توجه نکنیم، آن‌ها را مهم ندانیم و جذب فکرها نشویم؛ ما باید آن‌ها را رها کنیم و ناظر افکار خود باشیم.]

قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۸۱-۱۸۲

«وَمِمَّنْ خَلَقْنَا أُمَّةٌ يَهْدُونَ بِالْحَقِّ وَبِهِ يَعْدِلُونَ»

«از آفریدگان ما گروهی هستند که به حق راه می‌نمایند و به عدالت رفتار می‌کنند.»

«وَالَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا سَنَسْتَدْرِجُهُمْ مِنْ حَيْثُ لَا يَعْلَمُونَ»

«و آنان را که آیات ما را دروغ انگاشتند، از راهی که خود نمی‌دانند به تدریج خوارشان می‌سازیم [به تدریج به لب پرتگاه می‌کشانیم]، [به تدریج به افسانه من‌ذهنی می‌کشانیم].»

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۹

شاد از غم شو، که غم دام لقا است

اندر این ره، سوی پستی ارتقا است

فضا را در اطراف بی‌مرادی‌ها و مسائل غمناکی که ذهن مطرح می‌کند باز کن و از کشیدن درد هشیارانه و غم عشق شاد شو، وقتی یک چیزی را از دست دادی درد آگاهانه جدا شدن از همانیدگی‌ها را بکش. این غم است که دام دیدار خداست و تو را به عشق زنده می‌کند. چراکه در این راه، کوچک شدن من‌ذهنی، بزرگ شدن هشیاری حضور توست.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۳

تو خوش و خوبی و کانِ هر خوشی

تو چرا خود منتِ باده گشی؟

[ای انسان] تو در ذاتِ خود به صورت مرکز عدم و فضای گشوده شده خوش و زیبا هستی، به طوری که معدن همه شادی‌ها درون توست. پس چرا از چیزهای بیرونی که ذهنت نشان می‌دهد و با آنها همانیده هستی، شراب می‌خواهی و سعی داری تا خوشبختی و حس زندگی را از آنها دریافت کنی؟

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴

تاجِ گرمناست بر فرقِ سرت

طُوقِ اَعْطِینَاکَ اَویزِ بَرَت

*طُوق: گردنبند

[درحالی که مولانا می‌گوید:] ای انسان، خداوند تاج پادشاهی و کرامت الهی را بر فرق سرت گذاشته و گردن بند بی‌نهایت فراوانی‌اش را بر سینه‌ات آویزان کرده است. خدا تو را گرامی داشته و می‌خواهد در تو به بی‌نهایت خودش زنده شود.

[نکته ۱: اهمیت تکرار این چند بیت برای درک این مطلب است که ما بفهمیم باید به بی‌نیازی، به بی‌نهایت ریشه‌داری و عمق خداوند زنده شده و ساکن این لحظه ابدی شویم. به راستی چه اشکالی در ما وجود دارد که نمی‌توانیم در درون خود این بی‌نیازی را مستقیماً تجربه کنیم و عملاً به ذات بی‌نهایت خود زنده شویم؟



نکته ۲: آیا شما از من ذهنی خودتان یا من های ذهنی دیگر که براساس جدایی، همانیدگی و نیاز به بیرون درست شده است می خواهید که شما را خوشبخت کند؟ آیا این درست است؟ مگر نه این است که شما از جنس خدا بوده، تاج پادشاهی خداوند را بر سر دارید و بی نهایت فراوانی او همراه شماست؟! چرا خودتان را گدای این جهان می دانید؟]

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴

رحمتی، بی علتی بی خدمتی

آید از دریا، مبارک ساعتی

ای انسان، بالاخره زمانی که در این لحظه با فضاگشایی مرکزت را عدم می کنی، خواهی دید که رحمت و برکت خداوند در این لحظه مبارک از دریای یکتایی به چهار بُعد جاری می شود، بدون آن که ذهن دخالتی کند، کاری انجام دهد و یا علت و دلیلی برای آن بیابد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۵

الله الله، گرد دریا بار گرد

گرچه باشند اهل دریا بار زرد

*دریا بار: کنار دریا، ساحل دریا

ای انسان، تو را به خدا، تو را به خدا، دور محور عدم، فضای گشوده شده و انسان های زنده شده به خدا بگرد نه دور من های ذهنی؛ گرچه انسان های فضاگشا رویشان به دلیل غم هجران خداوند، زرد است و سرخی و قدرت ظاهری من های ذهنی را ندارند.



[نکته ۱: اهل فضای گشوده شده عاشقانی هستند که زندگی از آن‌ها بیان می‌شود و روی‌شان زرد و شفاف به زندگی است. آن‌ها انسان‌های تسلیم‌شده، نرم و منعطف هستند درحالی‌که من‌های ذهنی به‌واسطه پندار کمال و شکوفایی همانیدگی‌ها، روی خود را سرخ کرده و خودشان را در معرض نمایش می‌گذارند. ما نباید شیفته آن‌ها شویم.]

[نکته ۲: مولانا تأکید می‌کند که هر لحظه حواست به خودت باشد که مرکزت همیشه عدم بوده و فضای درون را بگشایی و مبادا حول محور جسمی در ذهنت بچرخ و جذب افکارت شوی.]

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

سخن تلخ مگو، ای لبِ تو حلوایی

سر فروکن به کرم، ای که بر این بالایی

خداوندا، از لب حلوایی تو سخنی به‌جز شیرینی و عشق و شادی گفته نمی‌شود، اما من در من‌ذهنی آن شیرینی تو را تجربه نکرده و فقط تلخی و درد را احساس می‌کنم. حالا که من آگاه شده و عقل من‌ذهنی‌ام را به‌کار نمی‌گیرم، دیگر لازم نیست تلخ شوی، مرا تنبیه کنی تا متوجه اهمیت فضاگشایی در این لحظه شوم؛ زیرا من مؤدب شده‌ام و فضا را باز می‌کنم تا روزن درونم گشوده شود.

بارالها، تو نیز از روی لطف و کرم و بخشش خود، سرت را به روزن درونم فرو کن، ای خداوندی که به‌لحاظ عشق، خرد و شادی اصیل بوده و در ورای تصورات ذهنی‌ام هستی. من دیگر فهمیده‌ام که عقل من‌ذهنی‌ام به درد نمی‌خورد و به خرد و بخشش تو نیازمندم.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳

پس کریم آن است کاو خود را دهد

آب حیوانی که ماند تا ابد

بخشنده حقیقی کسی است که این لحظه با فضاگشایی اول به خودش آب حیات بدهد و از چیزهایی که ذهنش نشان می‌دهد زندگی نگیرد تا بقای جاودانه یابد و به خدا زنده شود.

[نکته ۱: از نگاه مولانا کریم کسی نیست که فضا را ببندد، مرکزش را تبدیل به جسم کند و در بیرون یک چیزی به کسی ببخشد.

نکته ۲: شما باید بخشنده و کریم بودن را اول در خودتان تجربه کنید. اگر کسی به خودش زهر و انرژی درد می‌دهد، نمی‌تواند به دیگران زندگی ببخشد.]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴

باقیات الصّالِحَاتُ آمد کریم

رسته از صد آفت و اخطار و بیم

*اخطار: جمع خطر

بخشنده حقیقی، کسی که این لحظه متعهدانه فضا را باز و مرکزش را عدم کرده‌است و به خودش آب حیات می‌دهد، از جنس «باقیات الصّالِحَاتُ» و جاودانه است. او از هزاران بلا و خطرات و ترس‌های من‌ذهنی رهیده‌است.



[نکته: ما فکر می‌کنیم «باقیاتُ الصّالحات» یک چیزی مثل عبادت، احسان، کمک به فقرا و کار خوب بیرونی است. درحالی که این فضای گشوده‌شده، مرکز عدم، هشیاری تبدیل شده در انسان «باقیاتُ الصّالحات» است.]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵

گر هزاران‌اند، یک کس بیش نیست

چون خیالاتِ عدداندیش نیست

اگر کریمان، عارفان حقیقی که به مرکز عدم متعهد هستند، هزاران نفر هم باشند، در حقیقت یک هشیاری بیشتر نیستند. ولی ما زمانی می‌توانیم این یکی بودن را درک کنیم که با دیدِ هشیاری جسمی که برحسب جدایی می‌اندیشد و انسان‌ها را جدا از هم می‌بیند، به آن‌ها نگاه نکنیم.

[نکته: ما نباید به‌وسیلهٔ تفاوت‌هایی که ذهن نشان می‌دهد آدم‌ها را جدا از هم بدانیم، کار درست این است که با فضاگشایی به زندگی زنده شویم و یک زندگی را در همه ببینیم و عملاً درک کنیم همهٔ انسان‌ها از یک هشیاری هستند. ما در باطن یکی هستیم، باید به همدیگر کمک کنیم و از جنس زندگی شویم.]

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۹

هر کجا دردی، دوا آن جا رَوَد

هر کجا پستی‌ست، آب آن جا دَوَد

هرجا انسان درد ناشی از همانیدگی را حس کرده و به نقصش اقرار کند، دواي زندگی به آن جا می‌رود. و هرجا تواضع نشان داده و برحسب من‌ذهنی بلند نشود و فضا را باز کند، خداوند آبِ حیات را به سمتش روانه می‌کند و تبدیل به کارگاه زندگی می‌شود.



[نکته: این بسیار مهم است که شما بگویید من دردمند هستم، من اشکال دارم، من از مولانا و زندگی کمک می‌خواهم. این مهم است که شما عمیقاً درک کنید که خودتان همه دردها را از روی ناآگاهی من ذهنی ایجاد کرده‌اید. این مهم است که الآن مسئولیت کیفیت هشیاری‌تان را به‌عهده بگیرید و دیگر نخواهید درد جدید ایجاد کنید. شما باید بگویید که من در این لحظه حاضر هستم و به کمک زندگی و با کمک ابیات مولانا روی خودم تمرکز می‌کنم و با کسی کاری ندارم.]

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۰

آبِ رحمت بایدت، رَوِ پست شو

وَأَنْكِهَانَ خورِ خَمْرِ رحمت، مست شو

اگر واقعاً آب لطف و رحمت زندگی را می‌خواهی تا جایی که می‌توانی نسبت به من ذهنی کوچک شو و به اشکالات اقرار کن. سپس شراب رحمت الهی را بنوش و از آن مست شو.

[نکته: هرچقدر نسبت به من ذهنی کوچک‌تر شویم، هشیاری جسمی پایین می‌آید و هشیاری حضور بالا می‌رود. در این حالت لطف ایزدی بیشتر شده و درمان ما بهتر صورت می‌گیرد.]

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱

رحمت اندر رحمت آمد تا به سر

بر یکی رحمت فرو ما ای پسر

لحظه به لحظه با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، کمک و رحمت بی‌کران ایزدی وجودت را فرا می‌گیرد. پس ای پسر، با اندک رحمت و بخشش خداوند قانع نشو و دست از فضاگشایی بردار، چراکه حضرت حق سراپا رحمت است.



[نکته: مردم من ذهنی‌شان را یک ذره تربیت می‌کنند، ظاهراً این من ذهنی بی‌آزار می‌شود و آن‌ها با خرسشان رفیق می‌شوند. اما ما باید بگوییم که من ذهنی همان خرس به‌ظاهر مهربان است و ما دوستی خاله‌خرسه را نمی‌خواهیم.]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸

گودش: رُدُوا لَعَادُوا، کار توست

ای تو اندر توبه و میثاق، سست

*رُدُوا لَعَادُوا: اگر آنان به این جهان برگردانده شوند، دوباره به آنچه که از آن نهی شده‌اند، بازگردند.

خداوند به انسان می‌گوید: «برگشتن به جهان ذهن و مهم دانستن آنچه من ذهنی نشان می‌دهد و دیدن برحسب همانیدگی‌ها کار همیشگی تو است. هرگاه تو را به عالم اسباب بازگردانم، دوباره جذب و شیفته همان علل ظاهری می‌شوی. تو در این برگشت از ذهن و تعهد به عهد آلت و عدم نگه داشتن مرکز، بسیار سست و ناپایدار هستی.»

[نکته ۱: آیا شما هم وقتی به سختی و درد می‌افتید دنبال فضاگشایی و رحمت خداوند هستید، ولی پس از گرفتن کمک خداوند وقتی حالتان کمی خوب می‌شود دوباره فضاگشایی و مرکز عدم را فراموش می‌کنید؟! آیا شما هم تصمیم می‌گیرید مرکزتان را عدم کنید ولی نمی‌توانید روی تصمیمتان بمانید؟ آیا می‌خواهید به‌صورت حضور ناظر مواظب ذهنتان باشید، ولی وقتی یک نفر چیزی بگوید عصبانی می‌شوید و متعهد به مرکز عدم نیستید؟

شما که قول داده بودید به «آلت» وفادار باشید و هر لحظه از جنس خدا شوید، آیا شما مرکزتان را جسم می‌کنید؟!]

نکته ۲: ما باید بدانیم هنوز در مرکزمان همانیدگی داریم و دوباره همانیدگی‌ها عینک دیدمان می‌شوند.]



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم

رحمتم پُر است، بر رحمت تنم

[مولانا از زبان خدا به انسان می‌گوید: من به اشتباهات تو، به بازگشت به من ذهنی و سستی عهد تو نگاه نمی‌کنم، بلکه رحمت ایزدی را که پیوسته و پُر و کامل است بر جانت می‌ریزم تا به بی‌نهایت من زنده شوی.]

[نکته ۱: خداوند تماماً رحمت و لطف است. اگر ما نمی‌توانیم از لطف و رحمت خدا برخوردار شویم به دلیل مرکز همانیده و هشیاری جسمی ماست. ما هر لحظه به خودمان آسیب می‌زنیم، به خودمان بدی می‌کنیم بعد می‌گوییم عقلمان نرسید و دست خودمان نبود. ما در این لحظه اختیار داریم که انتخاب کنیم به خودمان خوبی کنیم یا بدی کنیم.]

[نکته ۲: ما باید مواظب تعهد خودمان باشیم. ما باید لامپ‌های اضافی را که روی دیگران در ذهن خود روشن کرده‌ایم، خاموش کنیم. ما باید همه انرژی و حواسمان را روی خودمان بگذاریم و هر لحظه در خود ببینیم که آیا ما به «آلست» وفا می‌کنیم، یا یک چیزی را در مرکزمان می‌گذاریم و جفا می‌کنیم، آیا هر لحظه ناله می‌کنیم، شکایت می‌کنیم یا راضی و شاکر هستیم و اتفاق این لحظه را بی‌قیدوشرط می‌پذیریم؟]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا

از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا

[خداوند می‌گوید ای انسان: من به عهد بد تو که تسلیم نمی‌شوی، اتفاق این لحظه را نمی‌پذیری و من را به مرکزت نمی‌آوری نگاه نمی‌کنم، اگر این لحظه با فضاگشایی مرا بخوانی، از روی بخشش و گرم بی‌نهایتیم به تو کمک می‌کنم.]



[نکته: چگونه خدا را بخوانیم و از او کمک بگیریم؟ خواندن خدا معادل عدم کردن مرکز و فضاگشایی است. نمی‌شود مرکز ما جسم باشد، درد باشد، اما ما به زبان بگوییم خدایا کمک کن، این‌گونه خدا را صدا کردن مورد قبول او نیست.]

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷

پس همواره روی معشوقه نگر

این به دستِ توست، بشنو ای پدر!

پس همواره با فضاگشایی و عدم کردن مرکز به روی ساقی زندگی یا خداوند نگاه کن. ای انسان بدان این کار فقط و فقط به دست تو انجام می‌شود که با قدرت انتخاب در این لحظه فضا را بگشایی یا با مقاومت و قضاوت، با اتفاق ستیزه کنی و فضا را ببندی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۲۰

چه شکر فروش دارم که به من شکر فروشد

که نگفت عذر روزی که برو شکر ندارم

وقتی در اثر فضاگشایی‌های پی‌درپی مرکز ما را از همانیدگی‌ها خالی کرده و به شکر فروش زندگی، به خداوند وصل شدم، او هر لحظه به من خرد، شادی بی‌سبب، آرامش و شیرینی زندگی را می‌دهد و حتی یک لحظه هم به من نگفته است که تو من ذهنی داشتی، بت پرست بودی و درد ایجاد کردی پس برو شکر ندارم؛ در حالی که شکر فروش‌های این جهانی، همانیدگی‌ها و شکرهای مصنوعی مثل تأیید و توجه یا یک چیز جسمی را یک روز می‌دهند و روز بعد دریغ می‌کنند.



[نکته: خداوند هر لحظه شیرینی و شادی حضور را به ما انسان‌ها می‌دهد، ولی تا وقتی که مرکز ما از جنس جسم است و از همانیدگی‌ها تغذیه می‌کنیم نیازمند جهان بوده و به خداوند اظهار بی‌نیازی می‌کنیم، در نتیجه نمی‌توانیم شیرینی و شادی زندگی را دریافت کنیم.]

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۲۷

گفت: گلِ سنگِ ترازوی من است

گر تو را میلِ شکرِ بخردن است

عطار گفت: اگر میلِ شکرِ خریدن داری بدان که سنگِ ترازوی من از جنسِ گل است.

[نکته: خداوند به انسان می‌گوید سنگِ ترازوی من گل، یعنی از جنس آن چیزی است که در این لحظه ذهنت نشان می‌دهد. اگر میلِ شکرِ خریدن داری، من آن گل را در یک کفه می‌گذارم و می‌روم که شکر را بیاورم. تو نباید به گل همانیدگی دست بزنی یا حرص آن را داشته باشی، نباید به اتفاق این لحظه توجه کنی. برعکس، باید با فضاگشایی حواست به من باشد تا شکر حضور را به تو ببخشم.]

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۲

گرچه مشغولم، چنان احمق نی‌ام

که شکر افزون کشی تو از نی‌ام

[در این بیت مولانا از زبان عطار که نماد خداوند است به ما می‌گوید: اگرچه ظاهراً مشغول هستم، اما این قدر احمق نیستم که حواسم به تو نباشد و اجازه دهم در حالی که هنوز در من ذهنی هستی و از گلِ همانیدگی‌ها می‌خوری، بتوانی از نی من شکر هشیاری و حضور را بکشی.]



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۳

چون بینی مر شکر را زآزمود

پس بدانی احمق و غافل که بود

[همین که از سنگ ترازو یا همان همانیدگی‌ها بخوری و کفه را سبک سازی، پس به نسبت شکر کمتری دریافت خواهی کرد.] در نتیجه وقتی شکر را بعد از وزن کردن در دست بگیری می‌فهمی که احمق و غافل چه کسی بود.

[نکته ۱: ما نیز در اواخر عمرمان متوجه می‌شویم که احمق و غافل ما بوده‌ایم نه خداوند، چرا که براساس بی‌مسئولیتی و عقل من‌ذهنی عمل کرده و لحظه‌به‌لحظه گل همانیدگی‌ها را که سنگ ترازوی خداوند بوده‌است، خورده و همه چیز را گردن خداوند انداخته‌ایم که اگر او می‌خواست ما زندگی بهتری داشتیم.]

[نکته ۲: همه این‌ها به کلمه «صمد» برمی‌گردد، یعنی بی‌نیازی نسبت به جهان و درک این که ما برای زندگی به چیزهایی که ذهنمان براساس همانیدگی‌ها نشان می‌دهد، نیاز نداریم. ما به خانه و غذا و غیره نیاز حقیقی داریم، اما لزومی ندارد که با یک چیزی همانیده شویم، آن را در مرکزمان بگذاریم، برحسب آن نیاز روان‌شناختی پیدا کنیم، به آن بچسبیم و از آن زندگی بخواهیم.]

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۴

زهرآب ز دستِ وی گر فرق کنم از می

پس در ره جانِ جانم واللّه به مجاز آمد

*زهرآب: آب زهرآلود



وقتی خداوند بخواهد به واسطهٔ یک اتفاق تلخ آب زهرآلود به من بنوشاند تا یک عیب یا همانیدگی را شناسایی کنم، اگر فضا را ببندم و آن آب زهرآلود را مانند می مست کننده قلمداد نکنم و بین آن دو فرق بگذارم، پس جان من در راه رسیدن به خداوند در مجاز است، یعنی من ذهنی دارم و در زمان روان شناختی گذشته و آینده هستم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۷۰

عاشقم بر قهر و بر لطفش به جدّ

بوالعجب من عاشق این هردو ضد!

به راستی که من عاشق قهر و لطف خداوند هستم، همان قهری که با بی‌مرادی و سختی کشیدن در این لحظه خود را نشان می‌دهد، پس می‌فهمم در من اشکالی وجود دارد که باید آن را برطرف سازم، و همان لطفی که وقتی فضا را باز می‌کنم از فضای گشوده شده می‌آید و زندگی‌ام را سامان می‌بخشد. شگفتا که من عاشق این دو خصوصیت هستم و با سبب‌سازی ذهن قضاوت و شکایت نکرده و واکنش نشان نمی‌دهم.

[نکته: خیلی‌ها فکر می‌کنند چون مدت زیادی است که روی خودشان کار می‌کنند بنابراین باید همیشه حالشان خوب باشد. اما این مطلب بسیار مهم را نمی‌دانند که اگر زندگی به تدریج ناخالصی‌ها، دردهای قدیمی و همانیدگی‌ها را بالا نیاورد و نشان ندهد پس چگونه می‌توان آن‌ها را شناسایی کرد و انداخت؟]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲

قبض دیدی چارهٔ آن قبض کن

ز آن که سرها جمله می‌روید ز بن



اگر ذهنت اتفاقی را به تو نشان داد و منقبض و خشمگین شدی و ترسیدی، فوراً با فضاگشایی، شکر و شناسایی آن چیزی که به مرکزت آمده، این قبض را چاره کن؛ زیرا مانند ریشه‌ای است که شاخه‌ها و سرها به صورت اعمال و فکرهای بد از آن رشد می‌کنند و بالا می‌آیند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳

بسط دیدی، بسط خود را آب ده

چون برآید میوه، با اصحاب ده

اگر در مرکزت بسط دیدی، توانستی فضا را باز کنی و از چیزی که ذهنت نشان می‌دهد زندگی نخواهی، انبساط خود را بیشتر کن و همین که میوه‌های آن به صورت شیرینی، عشق و خرد نمایان گشت به دوستانت نیز بهره برسان.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴

چون که قبضی آیدت ای راهرو

آن صلاح توست، آتش دل مشو

*قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج

*آتش دل: دل سوخته، ناراحت و پریشان حال

ای انسانی که در مسیر حرکت از ذهن به سوی هشیاری حضور هستی، اگر اتفاقی موجب «قبض» و دل گرفتگی تو شد «آتش دل» و عصبانی نشو، بلکه بدان که از طرف خداوند است و به منظور انداختن همانیدگی آمده است؛ پس به جای ناله و شکایت، فضا را باز کن تا نیروی شفابخش زندگی روی تو کار کند و دل گرفته‌ات را باز کند.



[نکته: هنگام قبض و دل‌گرفتگی، نباید از راه‌حلهایی که ذهن به ما نشان می‌دهد استفاده کنیم.]

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۷

رویِ نفسِ مطمئنّه در جسد

زخمِ ناخن‌هایِ فکرت می‌کشد

انسان در جسم و تن خود به وسیلهٔ من‌ذهنی و فکرهای هم‌هویت‌شده، بر صورت زیبای حضور و هشیاری آزادشده از ذهن و خداییت خود ناخن‌فکرهای همانیده را می‌کشد، آن را زخمی می‌کند و خون زندگی را می‌ریزد.

[نکته: نفس مطمئنّه یا روح آرامش‌یافته همان هشیاری منطبق بر هشیاری‌ست که از خودش آگاه شده و درحالی که از جهان بیرون بی‌نیاز است، به‌سوی زندگی بازمی‌گردد. بدین ترتیب هشیاری آگاه از خود یا همان آلت و کشت اولیه، با واهمانش و کنار زدن کشت ثانویه، روی خودش قائم شده و فارغ از تغییرات جهان شروع به ریشه‌دواندن می‌کند.]

قرآن کریم، سورهٔ فجر (۸۹)، آیهٔ ۲۷-۲۸

«يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنِّةُ، ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً.»

«ای روح آرامش‌یافته، [ای هشیاری که از ذهن جدا شده و به آرامش زندگی رسیده‌ای] راضی و مرضی [یعنی به‌صورت هشیاری آگاه از هشیاری و بی‌نیاز از دنیا] به‌سوی پروردگارت بازگرد.»

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۸

فکرت بد ناخن‌پرزهر دان

می‌خراشد در تعمق روی جان



*تعمق: دوراندیشی و کنجکاوی، در این جا به معنی دنباله‌روی از عقل جزئی است.

فکر بد یا همان چیزهایی را که ذهن به صورت جسم یا فکر به مرکزت آورده و براساس آن می‌بینی مانند ناخن پُرزهری بدن که روی جان اصلی تو را خراشیده و زخمی عمیق در هشیاریات ایجاد می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۵

این قدر گفتیم، باقی فکر کن

فکر اگر جامد بود، رو ذکر کن

ما همین مقدار گفتیم، حال برو با فضاگشایی باقی مطلب را خودت فکر کن. اما اگر مرکزت جامد است، هشیاری جسمی داری و نمی‌توانی برحسب مرکز عدم فکر کنی، دراین صورت برو ذکر کن یعنی با فضاگشایی مرکزت را عدم کن و به خداوند زنده شو.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶

ذکر آرد فکر را در اهتزاز

ذکر را خورشید این افسرده ساز

*اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود

ذکر یا همان فضاگشایی، فکر سازنده‌ای را که از طرف زندگی می‌آید به اهتزاز درمی‌آورد. پس ذکر یعنی فضاگشایی لحظه‌به‌لحظه را مانند خورشید بر من ذهنی افسرده‌ات بتابان تا آن را به جنبش درآورد و به زندگی زنده کند.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴

بر قرین خویش مَفْزَا در صِفَت

کَانَ فِرَاقِ آرَد یَقینِ در عاقبت

ای انسان، در صفتِ گفت‌وگو و حرف زدن با من‌ذهنی، بر قرین اصلی خود که خداوند است، پیشی نگیر و به او مجالِ سخن گفتن بده. یعنی با فضاگشایی و مرکز عدم ذهنت را خاموش کن تا به‌جای من‌ذهنی، زندگی از طریق تو سخن بگوید و شراب عشق، شادی و آرامش را در جامِ وجودت بریزد. در غیر این صورت، بدون شک اتصال تو با خداوند قطع خواهد شد.

[نکته: تمام من‌های ذهنی به این علت من‌ذهنی هستند که خودشان حرف می‌زنند و اجازه نمی‌دهند خداوند از طریق آن‌ها سخن بگوید و این سبب جدایی می‌شود.]

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع

منتظر را به ز گفتن، استماع

*ارتفاع: بالا رفتن، والایی و رفعت جُستن

*استماع: شنیدن

هرگز نخواهید از طریق هشیاری جسمی و حرف زدن برحسب چیزها و فکر بعد از فکر، بلند شوید و به‌عنوان من‌ذهنی خودتان را ببافید، زیرا برای کسی که فضا را می‌گشاید و منتظر است که زندگی از طریق او سخن بگوید، گوش دادن بهتر از حرف زدن به‌عنوان من‌ذهنی است.



با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: لیلا

منابع: برنامه ۹۶۳ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)

کتاب‌های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)

با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه‌های گنج حضور

پایان



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

Parviz4762@mac.com