



پیغام عشق

قسمت دویست و هشتاد و هشتم





با سلام خدمت استاد شهبازی عزیز و خانوادگی گنج حضور.

بخشی از تجربه‌ی شخصی‌ام را با خانوادگی گنج حضور به اشتراک می‌گذارم. شناسایی این قسمت‌ها در من ذهنی‌ام باعث انداختن درد، قرار دادن نورافکن روی خودم و آزادی است.

به نام خدا

در طول روز فکریایی در سرم می‌پرند، این فکرها متفاوت و در زمینه‌های مختلف هستند، که اکثراً مربوط به گذشته یا آینده و یا اتفاقاتی که هرگز رخ نداده‌اند و در آینده هم ممکن است هرگز اتفاق نیفتند، ولی در توهمات من، زندگی می‌کنند و من در حال ستیزه و مقاومت و درگیری خودم با این افکار هستم.

فکریایی درباره‌ی گذشته در سرم می‌پرند و مرا با خود می‌برند. فکری که به من می‌گوید، چرا فلان حرف را زدی یا فلان کار را کردی و من دچار ترس و استرس و نگرانی و غم می‌شوم و خودم را ملامت می‌کنم که چرا چندروز، یا چندماه، یا چندسال پیش این کار را کردم یا این حرف را زدم یا نزدم؟!!

حال از خود می‌پرسم چرا این احساس‌ها در من به وجود می‌آیند؟ زیرا از قضاوت شدن توسط دیگران و این که دیگران مرا خوب و بد کنند می‌ترسم. از این که در آن زمان چه گونه به نظر رسیده‌ام و این که بعد از حرفی که گفتم یا نگفتم چه تصویری از من به جا مانده، می‌ترسم و نگرانم. از این که آیا بعد از آن کار یا حرف، دیگران باز هم مرا دوست خواهند داشت یا نه؟! از این که در جمع دوستانم باز هم جایی خواهم داشت یا نه؟! از این که چه حرفی پشت سرم زده شده، از این که چه چیزهایی را در آن روز و پس از آن از دست داده‌ام، می‌ترسم و نگرانم. نگرانی‌ام برای آینده است که چه پیش خواهد آمد؟ و با من ذهنی‌ام چگونه رفتار خواهد شد؟! آیا در آینده من ذهنی‌ام هنوز محبوبیت دارد؟!!

گاهی من ذهنی‌ام سعی دارد با زیر پا گذاشتن دیگران و مورد تمسخر یا انتقاد قرار دادن دیگران در جمع، یا در گفت‌وگویی دو نفره بهتر و بالاتر به نظر برسد. من ذهنی‌ام مُدام سعی دارد خود را رُفو کند و از نردبان ذهن بالاتر رود، ولی درجایی هم



وقتی از سایر من‌های ذهنی تأیید و توجه دلخواهش را نگیرد از پله‌های این نردبان سقوط می‌کند و دست و پایش می‌شکند، این دست و پا شکستن را باید جبران کند، باز هم تلاش می‌کند تا دردهای خود را رفو کند، یا انتقام بگیرد، یا مظلوم‌نمایی کند یا در چهره‌ای کاملاً متفاوت، ظالم باشد.

چرا من‌ذهنی‌ام کارهای به اصطلاح خودش خوب و نیک انجام می‌دهد؟ کارهای خوب من‌ذهنی‌ام، بادام پوک کاشتن و کار بی‌مزد است. من‌ذهنی‌ام کار خوب می‌کند تا مهربان به نظر برسد و در آینده با همان کار خوب، پُز دهد و حتی با آن کار، دیگری را کوچک بشمرد تا این‌که خودش بهترین به نظر برسد. کاری را انجام می‌دهد که ممکن است کس دیگری انجام ندهد، هرچه کار سخت‌تر و دست‌نیافتنی‌تر، من‌ذهنی‌ام بالاتر و بهتر. کار نیک آن است که خرد و برکت خدا به آن کار و به زندگی‌مان بریزد. گاهی من‌ذهنی‌ام عاقل و ساکت می‌شود. برای جبران حماقت‌هایش گاهی سکوت می‌کند، تا عقل و تدبیر خود را نشان دهد. به این صورت ممکن است بتواند جلوی آسیب دیدن از طرف سایر من‌های ذهنی را بگیرد.

گاهی من‌ذهنی‌ام، چهره‌ای معنوی از خود به دیگران نشان می‌دهد تا بگوید هیچ خطایی ازو سر نزده و دیگران با خود بگویند، پس این شخص که این قدر معنوی است، چه طور ممکن است اشتباه کند؟ به این صورت اشتباهات من‌ذهنی‌ام یا رفو می‌شود یا به گردن شخص یا اشخاص دیگر می‌افتد و من دوباره چهره‌ای عالی پیدا می‌کنم و از نردبان ذهن بالا می‌روم. من‌ذهنی‌ام حتی با انجام دادن امور شخصی‌اش، می‌خواهد به دیگران پُز دهد که مرا ببینید که چه قدر منظم و مرتب هستیم؛ خانه‌ام را ببینید که چه قدر تمیز و مرتب است، گل‌هایم را ببینید که چه قدر شاداب هستند. البته اگر تمام این سروسامان‌ها و نظم از فضای حضور باشد، بسیار هم عالی و نیکوست ولی اگر به صورت ذهنی باشد بادام پوک کاشتن است. این‌ها شکار خوک است که هم بسیار سخت است و گرفتن تأیید و توجه از دیگران، یک خوشی و لذت ناپایدار و سطحی به ما می‌دهد. من‌ذهنی‌ام منتظر خوش‌بختی و به زندگی رسیدن در آینده است. به همسرم می‌گویم من منتظر هستم تا تو در آینده با کاری مرا خوشبخت و خوشحال کنی و این من‌ذهنی پر از درد من، من‌ذهنی همسرم را هم بیدار



می کند و او را هم پُر از تشویش، اضطراب، نگرانی، شب نخواستیدن، دلهره‌ی این که اگر آن اتفاقی که من منتظرش هستم نیفتد، او چه جوابی باید به من بدهد، تا بتواند جلوی خشم و ناراحتی و افسردگی و مریضی من را بگیرد.

من ذهنی‌ام، چند نقاب متفاوت بر روی صورت خود دارد. گاهی بسیار مهربان، گاهی بسیار خشمگین و جدی و عصبانی، گاهی بسیار ساکت و آرام و گاهی بسیار پرخاشگر و پرحرف و اهل نصیحت می‌شود. روزی با یکی دوست و روز دیگر دشمن همان انسان و پر از درد و رنجش از او می‌شود. من ذهنی‌ام حتی زمان‌هایی که خودش را آراسته می‌کند، لباس زیبا می‌پوشد، به زیبایی خودش اهمیت می‌دهد، برای نشان دادن خود به دیگران و پُر دادن و بهتر دیده شدن نسبت به بقیه است.

در بعضی مواقع من ذهنی‌ام کم اعتماد به نفس می‌شود، به شکل قوزدار راه می‌رود، از راه رفتن و دیده شدن و حرف زدن خجالت می‌کشد و خود را پشت کسی قایم می‌کند. ولی در مواقعی دیگر هم دقیقاً برعکس این حالت رفتار می‌کند، هیچ‌کدام از رفتارهایش خداگونه و از جانب خرد زندگی نیست. یا افراط است یا تفریط. تعادلی در کارهایش وجود ندارد. تعادل از زندگی و از فضای گشوده‌شده می‌آید، من در فضای یکتایی وجود دارم و دویی کار ذهن است.

مقایسه و خودکم‌بینی و خودبرتربینی کار ذهن است. در فضای یکتایی هرچه هست نیکو و پسندیده است، در فضای یکتایی همه چیز متعادل است. من ذهنی پر از عیب و ایرادم، می‌خواهد به دیگران مشاوره دهد و آن‌ها را نصیحت کند که چه‌گونه رفتار کنند. من ذهنی‌ام خود را مسئول تمام اتفاقات اطرافم و تمام حرف‌ها و کارهایی که دیگران انجام می‌دهند می‌داند. می‌خواهد همه چیز تحت کنترلش باشد، این که چه کسی حرف بزند یا حرف نزند و چه بگوید. من ذهنی‌ام گمان می‌کند از همه بهتر می‌داند و باید به دیگران خط دهد. من ذهنی‌ام به دنبال جلب توجه و نمایش دادن خود است.

من ذهنی‌ام بسیار برای زنده ماندن تلاش می‌کند، از گذشته و آینده بیرون نمی‌آید، من ذهنی دیگران را بیدار می‌کند و شروع به قصه گفتن می‌کند، انقدر از دردهای خودش می‌گوید تا درد من ذهنی بقیه را هم بیدار می‌کند و با آن‌ها به معاشرت می‌پردازد. گاهی حرف‌هایش در قالب نصیحت، گاهی در قالب سرزنش، گاهی در قالب تحقیر و تکذیب دیگران، گاهی در



قالب نشان دادن دانایی و عاقلی خودش. می‌خواهد به اشکال گوناگون خودش را قوی کند و زنده بماند. حضورم ناظر این رفتارهای من‌ذهنی‌ام است ولی من‌ذهنی‌ام انقدر قوی شده که گاهی نمی‌توانم سکوت کنم و فضاگشایی کنم. می‌دانم در این لحظه در حال انجام دادن کارهای من‌ذهنی هستم، ولی قادر به فضاگشایی و سکوت نیستم. در این هنگام دچار ناامیدی و یأس می‌شوم و می‌خواهم خودم را ملامت کنم، که چرا بعد از گوش کردن به برنامه باز هم این اتفاق افتاد؟! چرا من‌ذهنی‌ام بالا آمد و حرف زد و واکنش نشان داد؟! اما می‌فهمم که ملامت و ناامیدی هم کار من‌ذهنی است و این بیت را به یاد می‌آورم و با خود تکرار می‌کنم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

علتی بتر ز پندار کمال

نیست اندر جان تو ای ذو دلال

پندار کمال هم باعث تقویت من‌ذهنی‌ام است؛ بنابراین تمام تلاش خود را می‌کنم، روی خودم کار می‌کنم، دانه را در دل خاک می‌کارم، آبیاری اش می‌کنم، اجازه می‌دهم آفتاب بر او بتابد، صبر می‌کنم تا دانه رشد کند، تبدیل به درخت شود و نمر دهد. شاید سال اول نمر ندهد و سال دوم چند عدد میوه بدهد، ولی با صبر و در زمانی که خدا بخواهد، نمر این درخت چندین برابر خواهد شد.

با تشکر از استاد شهبازی عزیز و خانواده گنج‌حضور.

والسلام

الهه



با عرض سلام و ادب خدمت شما عزیز بزرگوار و دوستان گنج حضوری

فضاگشایی آتش من ذهنی را به گلستانِ عدم تبدیل می کند.

امسال برای تعطیلات نوروزی به محل تولد خودم سفر کردم. ولی این دفعه همواره ناظر من ذهنی خودم بودم، حتی توی منزلمان همانند یک مادر، کلی با من ذهنی خودم صحبت کرده بودم. یادم می آید که با مهربانی به من ذهنی ام گفتم: ای من ذهنی من، یادت باشد که من همواره ناظر بر تو هستم، پس انشاءالله دست از پا خطا نکن. جالب است که از لحظه ی ورود به زادگاهم، دیو برای بالا آوردن من ذهنی من شروع کرد به کمک گرفتن از دیگران، به خصوص مادر عزیزم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱

دیو چون عاجز شود در افتتان

استعانت جوید او زین انسیان

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۲

که شما یارید، با ما یاری ای

جانب مایید، جانب داری ای

خلاصه از لحظه ی ورود من، من ذهنی مادر عزیزم بسیار فعال شد. ایشان شروع کردند به غیبت کردن و گلایه کردن و هر کار دیگه ای که یک من ذهنی می تواند انجام بدهد، ولی من به لطف خدا فقط با فضاگشایی و رعایت انصتوا و صبر، ناظر اعمال من ذهنی خودم بودم، کاملاً من ذهنی ام را در شیشه کرده بودم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

انصتوا را گوش کن، خاموش باش

چون زبان حق نگشتی، گوش باش



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶

أَنْصِتُوا بِبِذِيرٍ، تَا بَرِ جَانِ تُو

أَيِدُ از جَانَانِ، جَزَايِ اَنْصِتُوا

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹

أَنْصِتُوا يَعْنِي كِهْ أَبَتِ رَا لَآغِ

هَيْنِ تَلْفِ كَمِ كُنْ كِهْ لَبِ خَشِكِ اسْتِ بَاغِ

تا این که مهمونی رفتن‌ها شروع شد. حالا من ذهنی من می‌خواست در معنویت خودی نشان بدهد و روی منبر برود و کوچک و بزرگ را ارشاد کند. ولی خدا رو شکر، سریع دست من ذهنی‌ام را گرفتم و او را به زور، از روی پله‌های منبر به زیر کشیدم و نگذاشتم که خودنمایی کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

تَا كُنِّي مَرَّ غَيْرِ رَا حَبْرٍ وَ سَنِي

خُوِيْشِ رَا بَدَخُو وَ خَالِي مِيكُنِي

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۶۳

نَرْدَبَانَ خَلْقِ، اَيْنِ مَا وَ مَنِي سَتِ

عَاقِبَتِ اَيْنِ نَرْدَبَانَ اِفْتَادَنِي سَتِ

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۶۴

هَرِ كِهْ بَالَا تَرِ رَوْدِ، اِبْلَهْ تَرِسْتِ



کاستخوان او بتر خواهد شکست

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۷

متصل چون شد دلت با آن عدن

هین بگو، مه‌راس از خالی شدن

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۸

امر قل زین آمدش، کای راستین

کم نخواهد شد، بگو دریاست این

اما دیو دست‌بردار نبود، چراکه موجِ سوالاتِ همانندِ سیل به طرفم می‌آمد، مثلاً چرا طلاق گرفتید، و یا این که منبع درآمدتان چیست؟ در پاسخ فقط فضاگشایی کردم و گفتم بیشترین اشکال در زندگی زناشویی از من بود و همسر سابق من هر کاری که کردند، نتیجه‌ی اشتباهات من بود.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعل توست، این غصه‌های دم به دم

این بود، معنی قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱۵

این جهان کوهست و فعل ما ندا

سوی ما آید نداها را صدا



در پاسخ به سؤالشان که گفتند کارتان چیست؛ منبع درآمد واقعی خود و کودکانم را گفتم، در حالی که نزدیکانم به من سفارش کرده بودند، مبادا راجع به منبع درآمدت راستش را بگویی، چون فامیل به دیده‌ی حقارت به تو نگاه خواهند کرد و کوچک خواهی شد. از خانهام پرسیدند، من هم گفتم خانه‌ی بسیار کوچک و قدیمی دارم. مادرم از شدت خجالت منتظر بودند زمین دهان باز کند. ولی من یادم بود که استاد عزیزم آقای شهبازی مهربان فرموده بودند، کسی دروغ می‌گوید که خودش را که خداییت است، عاشقانه دوست نداشته باشد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۳۸

گر نبودی، لاف زشتت ای گدا

یک کریمی، رحم افگندی به ما

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۳۹

ور نمودی عیب و کژ کم باختی

یک طبیبی داروی او ساختی

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۰

گفت حق که: کژ مجنبان، گوش و دم

يَنْفَعَنَّ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۱

کهف اندر کژ مخسب ای محتلم

آن چه داری وانما و فاستقم



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۲

وَرِ نِگوییِ عیبِ خود، باریِ خمَش

از نمایش، و ز دغلِ خود را مَکَش

ناگهان آفرین گفتن‌ها و تحسین گفتن‌های همگان شروع شد. که آفرین! شما چه انسانِ خوب و صادقی هستید. دوستانِ عزیزم، نمی‌دانید که در دلِ من ذهنی من چه قندی از این همه تعریف و تمجید آب می‌شد. ناگهان به خودم آمدم و لب فروبستم؛ چراکه فهمیدم این من ذهنی من است که حرف می‌زند، نه عدمِ درونِ من، چون اگر عدمِ درونِ من حرف می‌زد، من نباید از تعریف و تمجیدهای اقوامِ خشنود می‌شدم، چراکه ما تنها وسیله‌ای در دستان خداوند هستیم. پس هرچه می‌گوییم و هرچه می‌کنیم، خداوند است که از طریق ما انجام می‌دهد. پس دیگر جایی برای خشنودی و ناراحتی باقی نمی‌ماند.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۵۶

کو نشانِ پاکِ بازیِ ای تُرُش

بویِ لافِ کُژ، همی آید، خمَش

مولانا، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۵۷

صد نشانِ باشدِ درون، ایثار را

صد علامتِ هست، نیکوکار را

گوشم را نسبت به حرف‌های من ذهنی، که می‌گفت: آفرین! بین چه طوری همه از تو تعریف می‌کنند، دیگر برای خودت یک انسانِ معنوی کامل شده‌ای، گر کردم. در برابرِ من ذهنی خودم و من ذهنی دیگران که آن‌گونه مرا بالا می‌بردند فضاگشایی کردم.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۳۳۰

هر که بستاید تو را دشنام ده

سود و سرمایه، به مُفلس، وام ده

همیشه از استاد شهبازی عزیزم شنیده بودم، که ما چه کار خوبی انجام دهیم و چه کار بد، این خداوند است که از طریق ما زندگی می‌کند. پس می‌دانستم که من، هیچم هیچ!

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۹۹

ما چو نائیم و نوا در ما ز توست

ما چو کوهیم و صدا در ما ز توست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۰۰

ما چو شطرنجیم، اندر بُرد و مات

بُرد و ماتِ ما ز توست، ای خوش صفات

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۰۱

ما که باشیم، ای تو ما را جانِ جان

تا که ما باشیم با تو در میان؟

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۰۵

بادِ ما و بودِ ما از دادِ تُست

هستی ما جمله از ایجادِ تُست



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۶

گر بیرانیم تیر، آن نی زماست

ما کمان و تیر اندازش خداست

وقتی از مهمانی بازگشتیم، دیو از طریقِ مادرِ عزیزم شروع به پرخاش کرد و گفت: تو آبرویِ مرا بُردی. همه‌ی دخترخاله‌هایت و پسرخاله‌هایت پیشرفت کردند و ثروتمند شدند. مادرم گفتند چرا راستش را گفتی؟ ولی من به لطفِ خداوند در برابر این حرف‌های دیو که از طریقِ مادرِ عزیز و بی‌گناهم زده می‌شد، مدام با سکوت و صبر و آرامش، فضاگشایی می‌کردم.

در ابتدای ورود به زادگاهم برخی از عزیزانم مرا از رفتن به منزلشان منع کردند و همین امر باعث خشمِ مادرم شد. ولی من کاملاً ایشان را بدون هیچ‌توقع و رنجشی، درک کردم. حتی بعد از گذشت یک هفته که ایشان لطف کردند و مرا به منزلشان دعوت کردند خیلی‌ها به من گفتند که برای خودت شخصیت قائل شو و دعوتشان را اجابت نکن ولی من می‌دانستم که من ذهنی شخصیتی ندارد که بخواهم آن را حفظ کنم، چراکه شأن و منزلت انسانی من ربطی به دعوت و یا عدمِ دعوتِ دیگران ندارد، پس با خوشرویی هرچه تمام‌تر، دعوتِ عزیزانم را اجابت کردم و به منزلشان رفتم. به هیچ‌کس حتی مادرم، در رابطه با رفتن به دانشگاه و داشتنِ مطالعات دانشگاهی در مقطعِ کارشناسی ارشد حرفی نزدیم، چون می‌دانستم من ذهنی دارم و امکان دارد من ذهنی من، از تشویق دیگران برای بالا بردنِ خودش سوءاستفاده کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۸

پس هنر آمد هلاکت خام را

کز پی دانه، نبیند دام را



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۴

لیک بر من پرّ زیبا دشمنی است

چون که از جلوه‌گری صبریم نیست

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۵

گر بُدی صبر و حفاظم راهبر

بر فرودی ز اختیارم گرّ و فرّ

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۶

همچو طفلم، یا چو مست، اندر فتن

نیست لایق تیر اندر دست من

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۷

گر مرا عقلی بُدی و منزجر

تیغ اندر دست من بودی ظفر

منزجر: باز ایستادن، دور ماندن

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۹

چون ندارم عقل تابان و صلاح

پس چرا در چاه نندازم سلاح

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۱



چون ندارم زور و یاری و سَنَد

تیغم او بستاند و بر من زند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۲

رَغَمِ این نَفَس و 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 اُفتم در و بال

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۸

می‌گریزم، تا رگم جنبان بُود

کی فرار از خویشتن، آسان بُود

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۰

من که خصم هم منم، اندر گریز

تا ابد کارِ من آمد خیز خیز

البته باید اعتراف کنم که گاهی اوقات من ذهنی‌ام از شیشه بیرون می‌آید و من و دیگران را اذیت می‌کردم. مثلاً یک‌بار به شدت سرِ کودک بی‌گناه و نازنینم فریاد کشیدم و روح عزیزش را خدشه‌دار کردم. چه قدر آن شب، من ذهنی مرا ملامت



کرد! یادم می‌آید آن شب تا اواسط شب در کوچه‌ها پرسه می‌زدم و به حال زارِ خودم که در برابر من ذهنی خودم این قدر ناتوان هستم به شدت می‌گریستم و از خداوند طلب کمک و هم‌یاری در برابر من ذهنی‌ام می‌کردم.

قرآن کریم، آیه‌ی ۳۲، سوره‌ی بقره

لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳

از خدا غیر خدا را خواستن

ظَنِّ افزونی ست و کلی کاستن

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

آخر بشنید آن مه آه سحرِ ما را

تا حشرِ دگر آمد امشب حشرِ ما را

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

ما را گرمش خواهد تا در برِ خود گیرد

زین روی دوا سازد هر لحظه گر ما را

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

چون بی‌نمکی نتوان، خوردن جگر بریان

می‌زن به نمک هر دم، بریان جگر ما را

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۲۶۱



عقل را دو دیده در پایان کار

بهر آن گل می کشد او رنج خار

ولی به ناگاه یادم آمد که ملامت و پشیمانی یکی از دام‌های من ذهنی است و این ناراحتی من به خاطر پندار کمالی است که از خودم دارم.

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

علتی بتر ز پندار کمال

نیست اندر جان تو ای ذو دلال

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۳۸

چون قضا آورد حکم خود پدید

چشم وا شد، تا پشیمانی رسید

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۳۹

این پشیمانی قضای دیگر است

این پشیمانی بهل، حق را پرست

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۰

ور گنی عادت، پشیمان خور شوی

زین پشیمانی، پشیمان تر شوی

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۱



نیمِ عُمَرَت در پَرِشانی رُود

نیمِ دیگر در پشیمانی رُود

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۲

ترکِ این فکر و پشیمانی بگو

حال و یار و کارِ نیکوتر بجو

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۶

چون ز ترکِ فکر این عاجز شدی

از گناه، آن گاه هم عاجز بُدی

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۷

چون بُدی عاجز پشیمانی ز چیست؟!

عاجزی را باز جو، گز جذبِ کیست؟

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۸

عاجزی بیِ قادری اندر جهان

گس ندیده‌ست و نباشد این بدان

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۵۳

ای خدایِ رازدانِ خوشِ سُخُن

عیبِ کارِ بد، زِ ما پنهان مکن



پس با امید و توکل بر خدا، به منزل بازگشتم و دایره‌ی فضاگشایی و عشق به فرزندان و دیگر اطرافیانم را گشوده‌تر کردم. حتی در برابر فریادهای فرزندانم سکوت می‌کردم. چون می‌دانستم که فریادِ آن‌ها نتیجه‌ی فریادِ خودم است و آن‌ها بی‌گناه هستند و حتی من نیز بی‌گناه هستم، پس خودم و مادرم و فرزندانم و دیگر انسان‌ها را عاشقانه دوست می‌دارم.

با احترام و عشق: ساناز از اصفهان



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