



برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت چهارصد و شصت و نهم





خانم جیران



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۸۸۱ گنج حضور، بخش پنجم:

انبیا گویند: روز چاره رفت
چاره آنجا بود و دست‌افزار زفت

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶۷

پیامبران به بندگان گناهکار، انسان‌های همانیده، می‌گویند: روز چاره، روزی که باید در برابر اتفاقات زندگی
فضاگشایی می‌کردی، تمام شد. چاره و ابزارِ بزرگ فضاگشایی، عبادت، توبه و برگشت از جهان ذهن به فضای
یکتایی، فقط در دنیا بود که تو از آن بهره نبردی.

مرغ بی‌هنگامی ای بدبخت، رو
ترکِ ما گو، خونِ ما اندر مشو

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶۸

ای انسان بدبخت، اکنون که دیگر دیر شده، خیلی من‌ذهنی را ادامه دادی؛ تو همانند خروس بی‌محل هستی که به دنبال چاره می‌گرددی، برو.

اگر به صورت واقعی و جدی نمی‌خواهی از ما کمک بگیری، فضا را نمی‌گشایی؛ ما را رها کن، با ارتعاش درد، ما را شریک وضعیت‌های زندگی خودت نکن و ما را به گناه خودت آلوده نکن.

رو بگرداند به سوی دست چپ
در تبار و خویش، گویندش که خپ

–خپ: یعنی خفه‌شو در این‌جا، فعل امر از خپیدن هست.

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶۹

در این هنگام بنده گناهکار به سمت چپ و به سوی اقوام خویش نگاه می‌کند، همین‌که آنان متوجه این امر می‌شوند، به او می‌گویند: ساکت شو، ما کاری نمی‌توانیم برایت انجام دهیم.

هین جواب خویش گو با کردگار
ما که ایم؟ آی خواجه دست از ما بدار

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۰

در سمت راست، پیامبران و سمت چپ، خویشان می گویند: ای خواجه، پاسخِ خدا را بده. ما چه کاره هستیم که
به تو کمک کنیم؟ دست از سرِ ما بردار.

نی ازین سو، نی از آن سو چاره شد
جانِ آن بیچاره دل، صد پاره شد

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۱

نه از سوی پیامبران چاره‌ای است نه از سوی خویشان؛ و جانِ آن بیچاره که من‌ذهنی دارد و همانیدگی‌ها در
مرکزش است، صد تکه می‌شود. هشیاری‌اش در چیزهای مختلف به تله می‌افتد.

از همه نومید شد مسکین کیا
پس برآرد هر دو دست اندر دعا

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۲

وقتی آن انسان مسکین که اگر فضا را باز می کرد، انسان بزرگی می شد، از همه طرف ناامید شود؛ چاره‌ای جز پناه بردن به سوی خدا ندارد، هر دو دستش را به دعا بلند می کند و می گوید:

قرآن کریم، سوره عَبَسَ (۸۰)، آیه ۳۶-۳۴

—«يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ وَصَاحِبَتِهِ وَبَنِيهِ.»—
روزی که [در این لحظه] آدمی از برادرش می گریزد و از مادرش و پدرش، و از زنش و فرزندانش.

کز همه نومید گشتم ای خدا
اول و آخر تویی و منتها

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۳

خداوندا، از همگان ناامید شدم. اول و آخر و پناهگاه همه تو هستی و من دیگر با کسی کاری ندارم و تمرکزم را روی خودم می گذارم.

در نماز این خوش اشارت‌ها ببین
تا بدانی، کین بخواهد شد یقین

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۴

در نماز، در اتصال آگاهانه با زندگی، وقتی به صورت حضور ناظر و مراقبه‌ای نگاه می کنی؛ همه این اشارت‌های خوش را ببین تا بدانی که در روز قیامت، این لحظه یقیناً بازخواست خواهی شد و درد به سراغت می آید.

بچه بیرون آر از بیضه نماز
سر مزن چون مرغ بی تعظیم و ساز

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۵

—ساز: منظور آمادگی روحی و قلبی است.
از تخم مرغ، آداب ظاهری نماز، نتیجه و مقصود نهایی را بدست بیاور؛ یعنی مرکز را عدم کن و به بی‌نهایت و
ابدیت خدا زنده شو. همچون مرغ، بدون ساز و هماهنگی با نظم و خرد زندگی، سرت را تند تند بالا و پایین بیاور
و به طور واقعی تسلیم شو.

آن دقّوقی در امامت کرد ساز
اندر آن ساحل در آمد در نماز

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۶

دقّوقی، پیش‌نماز شد و نماز را در آن ساحل برپا کرد. عده‌ای نیز پشت سرش، برای خواندن نماز ایستادند.

و آن جماعت در پی او در قیام
اینت زیبا قوم و برگزیده امام

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۷

آن جماعت زنده به حضور نیز پشتِ سرِ دقوقی به نماز ایستادند. شگفتا چه جمعِ زیبای معنوی و چه امام
برگزیده‌ای!
ما در این لحظه باید چنان فضاگشایی کنیم که یک امام برگزیده باشیم.

ناگهان چشمش سوی دریا فتاد
چون شنید از سوی دریا داد داد

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۸

ناگهان چشم دقوقی به دریا افتاد. زیرا از سوی دریا و کشتی خود، فریادِ درد و همانیدگی‌هایش را شنید که غرق
می‌شدند و تقاضای کمک داشتند.

در میان موج دید او کشتی
در قضا و در بلا و زشتی

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۹

دقوقی در میان امواج زندگی، کشتی هم‌هویت‌شدگی‌هایش را دید که دچار قضا، بلا و حادثه ناگوار شده بود و
باید اجازه می‌داد که همانیدگی‌هایش غرق شوند.

هم شب و هم ابر و هم موج عظیم
این سه تاریکی و از غرقاب بیم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۰

هم شب بود و هم ابر و موج عظیم قضا و کن‌فکان از دریا و خرد زندگی برخاسته بود. علاوه بر این سه تاریکی،
ترس غرق شدن کشتی همانیدگی‌ها نیز وجود داشت.
با فضاگشایی، کشتی همانیدگی‌ها در دریای زندگی غرق می‌شود.

تند بادی همچو عزرائیل خاست
موج‌ها آشوفت اندر چپ و راست

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۱

در این هنگام تندبادی هولناک همچون عزرائیل که جان همانیدگی‌ها را می‌گیرد، برخاست و امواج را از چپ و راست به کشتی ذهن و هم‌هویت‌شدگی می‌کوفت تا آن را غرق کند.

قرآن کریم، سوره نور (۲۴)، آیه ۴۰

—«أَوْ كَظُلُمَاتٍ فِي بَحْرٍ لُّجِّيٍّ يَغْشَاهُ مَوْجٌ مِّنْ فَوْقِهِ مَوْجٌ مِّنْ فَوْقِهِ سَحَابٌ ظُلُمَاتٌ بَعْضُهَا فَوْقَ بَعْضٍ...» —
«یا همانند تاریکی‌هایی است در دریایی ژرف، که موجش فرو پوشد و بر فراز آن موجی دیگر و بر فرازش ابری است تیره، تاریکی‌هایی بر فراز یکدیگر...»

اهل کشتی از مہابت کاسته
نعرہٗ واویل‌ها برخاسته

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۲

اهل کشتی، اهل دنیا و انسان‌های من‌ذهنی که از ترس و عظمت قیامت، خود را باخته بودند و همانیدگی‌های خود را انداخته بودند، متواضع شده و نعرہ‌های آه و نالہٗ آنان به آسمان می‌رسید.

دست‌ها در نوحه بر سر می‌زدند
کافر و ملحد همه مخلص شدند

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۳

ساکنان کشتی، دستشان را در نوحه بر سر می‌زدند؛ هر کافر و بی‌خدایی متواضع و خالص شده و از خدا یاری می‌خواستند.

با خدا با صد تضرع آن زمان
عهدها و نذرهای کرده به جان

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۴

-تضرع: زاری کردن

در آن زمان که خود و همانیدگی‌های‌شان را در خطر غرق شدن می‌بینند، با گریه و زاری نذر می‌کنند و با خدا عهد می‌بندند که دیگر من‌ذهنی نداشته و آن را رها می‌کنند.

قرآن کریم، سوره عنکبوت (۲۹)، آیه ۶۷

-«أُولَٰئِكَ يَرَوْنَ أَنَّا جَعَلْنَا حَرَمًا آمِنًا وَيَتَخَطَّفُ النَّاسُ مِنْ حَوْلِهِمْ أَفَبِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَةِ اللَّهِ يَكْفُرُونَ.» -
«آیا ندانسته‌اند که حرم [فضای گشوده شده] را جای امن مردم قرار دادیم، حال آنکه مردم در اطرافشان به اسارت رבוته می‌شوند؟ آیا به باطل [به همانیدگی‌ها] ایمان می‌آورند و نعمت خدا را کفران می‌کنند؟»

سر برهنه در سجود، آنها که هیچ
رویشان قبله ندید از پیچ پیچ

-مولوی، مثنوی دفتر سوم، بیت ۲۱۸۵
-پیچ پیچ: تو در تو، پر پیچ و خم

با سری برهنه به سجده افتادند و تسلیم شدند، در حالی که تا آن لحظه بر اثر پیچ و خم دنیا، هم‌هویت شدن با
چیزهای این جهانی، مقاومت و ستیزه، حتی برای یکبار هم فضا را باز نکرده بودند و روی‌شان قبله خداوند را
ندیده بود.

گفته که بی‌فایده‌ست این بندگی
آن زمان دیده در آن صد زندگی

-مولوی، مثنوی دفتر سوم، بیت ۲۱۸۶

تا قبل از این حادثه هولناک و رَیب‌الْمَنون می‌گفتند: بندگی خدا، تسلیم و فضاگشایی فایده‌ای ندارد ولی اکنون در تسلیم و فضاگشایی، صد نوع زندگی، برکت، شادی و خرد الهی می‌بینند.

از همه اومید بُریده تمام
دوستان و خال و عَمِّ، بابا و مام

—مولوی، مثنوی دفتر سوم، بیت ۲۱۸۷

از همه کس قطع امید کرده و نه در فکرِ دوستان خود بودند و نه در فکر دایی و عمو و پدر و مادر خود.

زاهد و فاسق شد آن دَم مُتَّقِی
همچو در هنگامِ جان کندن، شَقِی

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۸

در آن لحظه‌ای که خطر غرق شدن وجود دارد، زاهد و فاسق، متقی و پرهیزکار شدند؛ همانند انسانِ بدکار که به هنگامِ مردن، پرهیزکار می‌شود.
ما نیز نباید اجازه دهیم همانیدگی‌ها در مرکزمان به هر صورت و فرمی حتی در یک قالب معنوی باقی بمانند.

نی ز چپشان چاره بود و نی ز راست
حیله‌ها چون مرد، هنگامِ دعاست

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۹

نه از چپ چاره‌ای وجود داشت نه از راست. اکنون زمانِ دعا، تسلیم و فضاگشایی واقعی است زیرا نتوانستند از حیله‌ها و چیزهای این دنیایی کمک بگیرند.

در دعا ایشان و در زاری و آه
بر فلک زیشان شده دودِ سیاه

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۰

آن‌ها به دعا و گریه و زاری پرداختند و دودِ سیاهِ آه و ناله‌شان به آسمان می‌رسید.

دیو آن دم از عداوت بینِ بین
بانگ زد کای سگ‌پرستانِ علّین

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۱

—بینِ بین: میانه نیک و بد

در آن لحظه شیطان در ظاهر دوست ولی در باطن دشمن، پیش رفت و گفت: ای سگ‌پرستان که تاکنون مرا
پرستش می‌کردید، توجه کنید که در شما دو بیماری وجود دارد.

مرگ و جسک، ای اهل انکار و نفاق
عاقبت خواهد بدن این اتفاق

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۲

–جَسک: رنج و بلا و پشیمانی

ای من‌های‌ذهنی، منکرانِ عدم و منافقان، مرگ، آزار و درد هشیارانه بر شما باد. این اتفاقِ زنده شدن به خدا و مردن من‌ذهنی، بالاخره رخ خواهد داد و چاره‌ای جز تسلیم و فضاگشایی ندارید.

چشمتان تر باشد از بعد خلاص
که شوید از بهر شهوتِ دیوِ خاص

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۳

اکنون اگر به دلیل این گریه و زاری‌ها خلاص شوید، چه فایده‌ای دارد؟ زیرا بعد از رهایی از این حادثه نیز چشمتان تر خواهد بود یعنی گریه می‌کنید یا شاد می‌شوید و به خاطرِ میلِ شدید به هم‌هویت شدن، شما دوباره به من‌ذهنی بزرگ تبدیل خواهید شد.

قرآن کریم، سوره جاثیه (۴۵)، آیه ۲۳

– «أَفَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ...»
«آیا آن کس [من ذهنی] را که هوسش را چون خدای خود گرفت دیده‌ای؟»

یادتان ناید که روزی در خطر
دستان بگرفت یزدان از قدر

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۴

دیگر یادتان نمی‌آید که روزی، در خطر غرق شدن بودید و خداوند به‌خاطر قضا و کن‌فکان، دست شما را گرفت
و از تنگنا نجات‌تان داد.

این همی‌آمد ندا از دیو، لیک
این سخن را نشنود جز گوش نیک

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۵

این سخنان از سوی شیطان برمی خاست ولی گوش منِ ذهنی نمی توانست بشنود؛ بلکه فقط گوشِ انسانِ زنده به خدا که مرکز عدم دارد آن سخنان را می شنید.

راست فرموده ست با ما مصطفی
قطب و شاهنشاه و دریای صفا

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۶

حضرت محمد، قطب و شاهِ انبیاء و دریای ناب، سخنِ درستی فرموده است.

کانچه جاهل دید خواهد عاقبت
عاقلان بینند ز اول مرتبت

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۷

حضرت محمد فرموده است که: آن نتیجه‌ای که من ذهنی جاهل، پس از درد کشیدن فراوان بر اثر انداختن هم‌هویت‌شدگی‌ها در سن بالا می‌بیند، انسان خردمند و فضاگشا، همان را در آغاز و در سنین پایین متوجه خواهد شد.

کارها ز آغاز اگر غیبت و سر
عقل اول دید و آخر آن مصر

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۸

—مُصَرِّ: در این جا منظور اصرار کننده بر گناه و لغزش

عاقبت کارها، ادامه دادن من ذهنی و مرکز همانیده اگر چه از ابتدا که من ذهنی وجود دارد، پوشیده است اما شخص خردمند که فضا را اطراف اتفاقات باز می‌کند، عاقبت کارها را در آغاز می‌بیند، همانیدگی‌ها را شناسایی کرده و می‌اندازد؛ ولی کسی که نمی‌خواهد من ذهنی‌اش را از دست بدهد، در پایان زندگی‌اش با درد زیاد متوجه خواهد شد.

اولش پوشیده باشد و آخر آن
عقل و جاهل بیند در عیان

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۹

نتیجه درد هشیارانه، در آغاز پوشیده و نامعلوم است ولی بالاخره انسان خردمند، فضاگشا و انسانِ جاهل، دارای
من ذهنی، آشکارا نتیجه انداختنِ همانیدگی‌ها و عدم کردن مرکز را می‌بیند.

گر نبینی واقعه غیب ای عنود
حزم را سیلاب کی اندر ربود؟

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۰

ای کسی که با اتفاقات این لحظه ستیزه می‌کنی، اگر نمی‌توانی واقعه غیب را ببینی، دوران‌دیشی و تأملات را
مگر سیلاب برده است؟
واقعه غیب یعنی در این لحظه تو با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده شوی و یا با
ستیزه، مقاومت و درد، من ذهنی را بزرگتر کنی؛ پس بهتر است پرهیز کنی و فضا را بگشایی.

حَزْم چه بود؟ بدگمانی در جهان
دَم به دَم بیند بالای ناگهان

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۱

حزم و دوراندیشی چیست؟ سوءظنّ و بدگمانی نسبت به همانیده شدن با چیزهای این جهانی. زیرا اگر کسی
منِ ذهنی را ادامه دهد، دَم به دَم به درد، بلا و ریب المنون دچار می شود.

—با تشکر:
—جیران



خانم سرور از گلستان



شرح ابیاتی از دیوان شمس و مثنوی

عشق، عاشق را ز غیرت، نیک دشمن رو کند
چون که رد خلق کردش، عشق رو با او کند

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۴۲

عشق، وحدت مجدد با خداوند است؛ برگشتن هشیاری از جهان و یکی شدن با خداست.
عاشق کسانی هستند که روی خودشان کار می کنند چون می خواهند به خدا زنده شوند، عشق آنها را دشمن رو
می کند یعنی نمی گذارد با چیزی یا کسی هم هویت باشند، وقتی با چیزی یا کسی همانیده نباشیم، برای دیگران
بی مصرف می شویم و خلق ما را رد می کنند. زمانی که مردم شما را رد کنند، عشق به شما رو می کند؛ اگر به درد
مردم نخورید، به درد عشق می خورید، دیگر همدم من ذهنی نیستید، بلکه خداوند همدم شما می شود.

تازه کن ایمان، نه از گفت زبان
ای هوا را تازه کرده در نهان

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۸

ای انسان، ایمانت را تازه کن، نه با حرف زدن، بلکه مرکزت را خالی کن. هر موقع فضاگشایی می کنیم، ذهن ما خاموش می شود، اگر فضا را باز کنیم با خدا تماس پیدا می کنیم، از آن نور انرژی و خرد را هشیارانه دریافت کرده و ایمان ما تازه می شود. با فکر کردن و حرف زدن، خدا یا اصل مان را پنهان می کنیم، در نهان، با تندتند فکر کردن خدا را می پوشانیم و در زبان چیزی دیگری می گوییم. در مرکزت دنبال هرچه بیشتر بهتر هستی و هوای نفس را تازه می کنی، خواهش های من ذهنی را به اجرا می گذاری و فکر می کنی ایمانت را تازه می کنی.

تا هوا تازه ست، ایمان تازه نیست
کین هوا، جز قفل آن دروازه نیست

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۹

تا هوا یعنی هم‌هویت‌شدگی‌ها را در مرکزت تازه می‌کنی، ایمان تو که باید دید خداوند باشد، تازه نیست،
 من‌ذهنی به خواستن زنده است، موتور خواستش دائماً در کار است، با هر چیز هم‌هویت شویم، آنها نیروی
 زندگی را از ما می‌گیرند و می‌خواهند زیاد شوند.
 همه ما به سوی خداوند، راه ورود و یا دروازه‌ای داریم، راه ورود ما تسلیم است؛ همه می‌توانند با تسلیم وارد
 شوند، ولی ما از بس می‌خواهیم، دروازه قفل است، هر چه بیشتر می‌خواهیم، قفلش محکم‌تر می‌شود.

گفت در گوشِ گل و خندانش کرد
 گفت با سنگ و عقیقِ کانش کرد

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۵۱

باد صبا، گل سرخ را باز و خندان می‌کند، خداوند با باد صبا در گوش گل افسون خواند و شکوفایش کرد، سنگ
 خارا تبدیل به عقیق و جواهر شد، که همه‌اش با نیروی کُن‌فکان صورت می‌پذیرد؛ ما هم اگر بی‌مقاومت و
 بی‌قضاوت شویم، کُن‌فکان روی ما هم کار می‌کند، هر لحظه کار می‌کند، ولی ما نمی‌گذاریم، مانع می‌شویم و درد
 می‌کشیم.

در تَرَدُّد هر که او آشفته است
حق به گوش او معما گفته است

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۵۶

کسی که در اثر شک و دودلی، در فضای ذهن و هم‌هویت‌شدگی‌هاست، آشفته‌حال‌ست و یقین ندارد چون به خدا وصل نیست، با ستیزه و مقاومت کار می‌کند، خدا به گوش او معمایی خوانده است، آن معما این است که ای انسان، من تو را برای این نیافریدم که دائم در فضای ذهن سیر کنی و حالت خراب و آشفته باشد، باید اجازه دهی که من راه را به تو نشان دهم و هدایت کنم، با فضاگشایی و تسلیم، با پذیرش اتفاقات، به من زنده خواهی شد.

ما که‌ایم؟ اندر جهان پیچ پیچ
چون الف، او خود چه دارد؟ هیچ هیچ

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۱۴

در این جهان پیچ در پیچ که ذهن نشان می‌دهد، ما واقعاً که هستیم؟ ما مثل آلف هستیم که هیچ چیزی ندارد، آیا واقعاً ما خودمان را «آلف» می‌بینیم؟ فقط الف، که لخت است و هیچ چیزی ندارد؟ نمی‌بینیم، ولی باید ببینیم، در این جهان پیچ پیچ، ما مثل آلفی هستیم که هیچ نباید داشته باشد، باید کاملاً تسلیم مشیت خداوند باشیم.

می‌روی گه گمره و گه در رشد
رشته پیدا نه و، آن گت می‌کشد

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۲۲

گاهی فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز می‌کنی در این حالت به سوی رشد یعنی هدایت می‌روی و گاهی فضا را می‌بندی، از جنس جسم می‌شوی و به سمت گمراهی که همان راه ذهن و من‌ذهنی است، می‌روی؛ ظاهراً رشته پیدا و مشخص نیست که چه کسی تو را می‌کشد و چگونه کشیده می‌شوی؟ ولی بدان، کشنده، زندگی یا خداوند است که هر لحظه تو را به سوی خود می‌کشد.

اُشتر کوری مَهار تو رَهِین
تو کِشش می بین، مَهارت را مبین

–رَهِین: گرو نهاده شده

–مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۲۳

تو مانند شتر کوری هستی که افسار تو، به دست ساربانِ یعنی خداوند است، اگر چشم حقیقت بین داشته باشی، می بینی کسی تو را می کشد و به افسار نگاه نمی کنی؛ مسبب را ببین، سبب را رها کن، اتفاق را نبین، اتفاق را بد و خوب نکن، قانون قضا را ببین که اتفاقات را به وجود می آورد تا یک هم هویت شدگی را به تو نشان دهد و بتواند هشیاریات را از آن بیرون بکشد.

–با سپاس و احترام: سرور از گلستان



نرگس از نروژ



با سلام و عرض ادب

همان طور که آقای شهبازی فرمودند هنگام کار کردن بر روی خود در مسیر پیشرفت، یک نیروی مقاومت از درون و یک پارازیت‌هایی از من‌های ذهنی اطراف سعی در اخلال در کار معنوی ما و فضاگشایی ما می‌کنند.

شاهد جان چو شهادت ز درون عرضه کند
زود انگشت برآرد خردِ کافر من

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۰۱

در این لحظه دو مسئولیت بر گردن ماست؛ فضاگشایی در اطراف اتفاقات درونی و مقاومت من‌ذهنی خود و همین‌طور فضاگشایی در اطراف من‌های ذهنی از بیرون، که سعی در تحریک کردن من‌ذهنی ما و واکنش و انقباض در ما دارند.

دیو چون عاجز شود در افتتان
استعانت جوید او زین انسِیان

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱

که شما یارید با ما یاری‌ای
جانب مایید جانب داری‌ای

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۲

در این لحظه باید آگاه باشیم، هر آنچه در بیرون من را به مقاومت باز می‌دارد، انعکاسی از من‌ذهنی خودم است. یعنی اگر من‌ذهنی‌ای قادر است من را به واکنش وا دارد، علت آن انگشت برآوردن خرد من‌ذهنی من است، چراکه اگر من‌ذهنی من صفر باشد و در این لحظه بدون مقاومت باشیم، هیچ من‌ذهنی در بیرون نمی‌تواند باعث واکنش من، شود. گاهی اوقات به علت شرطی‌شدگی‌ها و دردهایی که در ما ذخیره شده، شناسایی و واهمانش برای ما مشکل می‌شود چراکه با بالا آمدن دردی، عینک پشت عینک بر چشم ما زده می‌شود و اینجاست که دیو من‌ذهنی شروع به رجزخوانی می‌کند.

این چنین تهدیدها آن دیو دون
آرد و بر خلق خواند صد فسون

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵

کین تو را سود است از درد و غمی
گفت آدم را همی در گندمی

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۷

پیش آرد هیبهی و هیهات را
وز لویشه پیچد او لبهات را

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۸

برزند بر پات نعلی ز اشتباه
که بمانی تو ز دردِ آن ز راه

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۶۱

از نصیحت‌های دیو دون این است که مثلاً در این لحظه باید بترسی، یا عصبانی شوی، یا دفاع کنی، یا خبر و سنی کنی، یا انتقاد و ملامت کنی، وگرنه فلان اتفاق بد می‌افتد یا حق فلانی خورده می‌شود.

از جمله ابزارهای من‌ذهنی؛ تعمیم، حذف و اعوجاج است. مثلاً اتفاقی در این لحظه می‌افتد، سریعاً دیو شروع می‌کند نقاط مشترک این اتفاق را با اتفاق دردناکی در گذشته برای ما پررنگ می‌کند، سپس شروع به حذف تمام پیشرفت و یا تمام شرایط خوب و راه حل‌های موجود و تفاوت اتفاق کنونی و آن اتفاق دردناک، که در ما ذخیره شده است می‌کند.

سپس در این لحظه هیجاناتی بر اثر همانیدگی ما با اتفاق یا باور یا رفتار خاصی، بر بدن ما اعمال می‌شود، مثل ترس، استرس، خشم، حس عدم امنیت، اینجاست که دیو شروع به نتیجه‌گیری با اعوجاج و اعمال این هیجان به عمل ما می‌کند و باعث ایجاد درد در ما و دیگران می‌شود.

بسیار مهم است که این لحظه آگاه به این سه متد ذهنم باشم، که اتفاق این لحظه برای پالایش درونم است و آن را تعمیم به گذشته نکنم؛ مثلاً اگر فرد مشابهی که در خاطرات گذشته من هست را اکنون می بینم، سریعاً تعمیم ندهم و با حذف ویژگی های خوب آن فرد، درد را بالا نیاورم و واکنشی را ایجاد نکنم یا اگر در این لحظه اتفاقی را تجربه می کنم، که در برخی از نقاط شبیه دردی در گذشته است، آن را «لا» کنم و فقط آن درد را تماشا کنم. به عبارتی بدون واکنش باشم.

همیشه ذهن ما را وادار می کند که این درد دارد دوباره تکرار می شود، در صورتی که این حقیقت ندارد. در این لحظه همه چیز در حال فروپاشی و شکل گیری مجدد است.

نکته کلیدی، محیط شدن در اطراف تمام آنچه ذهن برای این لحظه به ما نشان می دهد است. در این هفته کلمه محیط شدن برای من، روشنی جدیدی داشت. یعنی بالای اتفاق رفتن:

پیش در شد آن دقوقی در نماز
قوم همچون اطلس آمد او طراز

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۴۰

یعنی در این لحظه باید قدرت فضاگشایی ما بیشتر از تمام اتفاقات درونی و بیرونی باشد.
کلمه طراز به معنی حاشیه در این بیت به معنی قدرت فضاگشایی بالای تمام اتفاقات است.

این هفته چالش سختی با من ذهنی خودم و من های ذهنی اطرافم داشتم، که تا حدی رفوزه شدم و
معذرت خواهی می کنم که هنوز به این قدرت فضاگشایی نرسیدم و ابراز ناتوانی می کنم که در هنگام بالا آمدن
دردی هشیاری ام، پایین آمد و به واکنش درآمد، و این ابیات باعث تسکینم شد.

چشم ابلیسانه را یک دم ببند
چند بینی صورت آخر چند؟ چند؟

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۰

ای دقِوقی با دو چشم همچو جو،
هین مبر امید، ایشان را بجو

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۱

هین بجو که رکن دولت جستن است
هر گشادی، در دل اندر بستن است

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۲

با تشکر از تمام زحمات شما امید دارم که با ادامه کار کردن روی خودم، شاگرد بهتری باشم و حضورم را در این لحظه قوی تر کنم و فضاگشایی حقیقی را داشته باشم تا جبران زحمات شما و دوستان شود.

با عشق و احترام،
نرگس از نروژ



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

www.parvizshahbazi.com