



پیغام عشق

قسمت چهارصد و شصت و نهم





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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶۷

انبیا گویند: روز چاره رفت

چاره آنجا بود و دست‌آزارِ زَفَت

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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶۸

مرغِ بی‌هنگامی ای بدبخت، رَو

ترکِ ما گو، خونِ ما اندر مَشَو

ای انسانِ 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶۹

رو بگرداند به سوی دستِ چپ

در تَبار و خویش، گویندش که خَپ

خَپ: یعنی خفه‌شو در این‌جا، فعل امر از خَپیدن هست.



در این هنگام بنده گناهکار به سمت چپ و به سوی اقوام خویش نگاه می کند، همین که آنان متوجه این امر می شوند، به او می گویند: ساکت شو، ما کاری نمی توانیم برایت انجام دهیم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۰

هین جوابِ خویش گو با کردگار

ما که ایم؟ ای خواجه دست از ما بدار

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۱

نی ازین سو، نی از آن سو چاره شد

جانِ آن بیچاره دل، صد پاره شد

نه از سوی پیامبران چاره ای است نه از سوی خویشان؛ و جانِ آن بیچاره که من ذهنی دارد و همانندگی ها در مرکزش است، صد تکه می شود. هشیاری اش در چیزهای مختلف به تله می افتد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۲

از همه نومید شد مسکین کیا

پس برآرد هر دو دست اندر دعا

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



قرآن کریم، سوره عبس (۸۰)، آیه ۳۴-۳۶

«يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ وَصَاحِبَتِهِ وَبَنِيهِ»

روزی که [در این لحظه] آدمی از برادرش می‌گریزد و از مادرش و پدرش، و از زنش و فرزندانش.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۳

کز همه نومید گشتم ای خدا

اول و آخر تویی و منتها

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۴

در نماز این خوش اشارت‌ها ببین

تا بدانی، کین بخواهد شد یقین

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۵

بچه بیرون آر از بیضه نماز

سر مزن چون مرغ بی تعظیم و ساز

ساز: منظور آمادگی روحی و قلبی است.



از تخم مرغ، آداب ظاهری نماز، نتیجه و مقصود نهایی را به دست بیاور؛ یعنی مرکز را عدم کن و به بی نهایت و ابدیت خدا زنده شو. همچون مرغ، بدون ساز و هماهنگی با نظم و خرد زندگی، سرت را تندتند بالا و پایین بیاور و به طور واقعی تسلیم شو.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۶

آن دَقوقی در اِمامت کرد ساز

اندر آن ساحل در آمد در نماز

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۷

و آن جماعت در پی او در قیام

اینت زیبا قوم و بگزیده امام

آن جماعت زنده به حضور نیز پشت سر دَقوقی به نماز ایستادند. شگفتا چه جمع زیبای معنوی و چه امام برگزیده‌ای!

ما در این لحظه باید چنان فضاگشایی کنیم که یک امام برگزیده باشیم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۸

ناگهان چشمش سوی دریا فتاد

چون شنید از سوی دریا داد داد

ناگهان چشم دَقوقی به دریا افتاد زیرا از سوی دریا و کشتی خود، فریاد درد و همانیدگی هایش را شنید که غرق می شدند و تقاضای کمک داشتند.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۹

در میان موج دید او کشتی

در قضا و در بلا و زشتی

دقوی 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۰

هم شب و هم ابر و هم موجِ عظیم

این سه تاریکی و از غرقابِ بیم

هم شب بود و هم ابر و موجِ عظیمِ قضا و کن‌فکان از دریا و خرد زندگی برخاسته بود. علاوه بر این سه تاریکی، ترسِ غرق شدنِ کشتی همانیدگی‌ها نیز وجود داشت. با فضاگشایی، کشتی همانیدگی‌ها در دریای زندگی غرق می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۱

تند بادی همچو عزرائیل خاست

موج‌ها آشوفت اندر چپ و راست

در این هنگام تندبادی هولناک همچون عزرائیل که جانِ 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...»

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۲

اهلِ کشتی از مهابت کاسته

نعرهٔ واویل‌ها برخاسته

اهلِ کشتی، اهل دنیا و انسان‌های من‌ذهنی که از ترس و عظمتِ قیامت، خود را باخته بودند و همانیدگی‌های خود را انداخته بودند، متواضع شده و نعره‌های آه و نالهٔ آنان به آسمان می‌رسید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۳

دست‌ها در نوحه بر سر می‌زدند

کافر و ملحد همه مُخلص شدند

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۴

با خدا با صد تضرع آن زمان

عهدها و نذرهای کرده به جان

تضرع: زاری کردن

در آن زمان که خود و همانیدگی‌های‌شان را در خطرِ 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

«أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا جَعَلْنَا حَرَمًا آمِنًا وَيَتَخَطَّفُ النَّاسُ مِنْ حَوْلِهِمْ أَفَبِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَةِ اللَّهِ يَكْفُرُونَ.»

«آیا ندانسته‌اند که حَرَم [فضای گشوده‌شده] را جای امن مردم قرار دادیم، حال آن که مردم در اطرافشان به اسارت رفته می‌شوند؟ آیا به باطل [به همانیدگی‌ها] ایمان می‌آورند و نعمت خدا را کفران می‌کنند؟»

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۵

سر برهنه در سجود، آنها که هیچ

رویشان قبله ندید از پیچ پیچ

پیچ پیچ: تودرتو، پر پیچ و خم

با سری برهنه به سجده افتادند و تسلیم شدند درحالی 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۶

گفته که بی‌فایده‌ست این بندگی

آن زمان دیده در آن صد زندگی

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۷

از همه اومید بُریده تمام



دوستان و خال و عمّ، بابا و مام

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۸

زاهد و فاسق شد آن دم متقی

همچو در هنگام جان کندن، شقی

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸۹

نی ز چپشان چاره بود و نی ز راست

حیله‌ها چون مُرد، هنگام دعاست

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۰

در دعا ایشان و در زاری و آه

بر فلک زیشان شده دود سیاه

آن‌ها به دعا و گریه و زاری پرداختند و دود سیاه آه و ناله‌شان به آسمان می‌رسید.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۱

دیو آن دم از عداوت بین بین
بانگ زد کای سگ پرستان علّین

بین بین: میانه نیک و بد

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۲

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

جسک: رنج و بلا و پشیمانی

ای من های ذهنی، منکران عدم و منافقان، مرگ، آزار و درد هشیارانه بر شما باد. این اتفاق زنده شدن به خدا و مردن من ذهنی، بالاخره رخ خواهد داد و چاره ای جز تسلیم و فضاگشایی ندارید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۳

چشمتان تر باشد از بعدِ خلاص
که شوید از بهر شهوت دیو خاص

اکنون اگر به دلیل این گریه و زاری ها خلاص شوید، چه فایده ای دارد؟



زیرا بعد از رهایی از این حادثه نیز چشمان تان تر خواهد بود یعنی گریه می کنید یا شاد می شوید و به خاطر میل شدید به هم‌هویت شدن، شما دوباره به من ذهنی 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؟»

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۴

یادتان ناید که روزی در خطر

دستتان بگرفت یزدان از قدر

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۵

این همی آمد ندا از دیو، لیک

این سخن را نشنود جز گوش نیک

این سخنان از سوی شیطان برمی‌خاست ولی گوش من ذهنی نمی‌توانست بشنود؛ بلکه فقط گوش انسان زنده به خدا که مرکز عدم دارد آن سخنان را می‌شنید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۶

راست فرموده‌ست با ما مصطفی



قطب و شاهنشاه و دریای صفا

حضرت محمد، قطب و شاه انبیاء و دریای ناب، سخن درستی فرموده است.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۷

کانچه جاهل دید خواهد عاقبت

عاقلان بینند ز اول مرتبت

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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۸

کارها ز آغاز اگر غیبست و سرّ

عادل اول دید و آخر آن مُصرّ

مُصرّ: در این جا منظور اصرار کننده بر گناه و لغزش

عاقبت کارها، ادامه دادن من ذهنی و مرکز همانیده اگرچه 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۹

اولش پوشیده باشد و آخر آن

عادل و جاهل بینند در عیان



نتیجه دردِ هشیارانه، در آغاز پوشیده و نامعلوم است ولی بالاخره انسانِ خردمند، فضاگشا و انسانِ جاهل، دارای من‌ذهنی، آشکارا نتیجه انداختنِ همانیدگی‌ها و عدم کردنِ مرکز را می‌بینند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۰

گر نبینی واقعه غیب ای عنود

حزم را سیلاب کی اندر ربود؟

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 کردنِ مرکز، به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده شوی و یا با ستیزه، مقاومت و درد، من‌ذهنی را بزرگتر کنی؛ پس بهتر است پرهیز کنی و فضا را بگشایی.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۱

حزم چه بود؟ بدگمانی در جهان

دم‌به‌دم بیند بالای ناگهان

حزم و دوراندیشی چیست؟ سوءظن و بدگمانی نسبت به همانیده شدن با چیزهای این جهانی. زیرا اگر کسی من‌ذهنی را ادامه دهد، دم‌به‌دم به درد، بلا و ریب‌المنون دچار می‌شود.

با تشکر:

جیران

شرح ابیاتی از دیوان شمس و مثنوی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۴۲

عشق، عاشق را ز غیرت، نیک دشمن رو کند

چون که رد خلق کردش، عشق رو با او کند

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 آن ها 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.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۸

تازه کن ایمان، نه از گفت زبان

ای هوا را تازه کرده در نهان

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 ور انرژی و خرد را هشیارانه دریافت کرده و ایمان ما تازه می شود. با فکر کردن و حرف زدن، خدا یا اصلمان 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.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۹



تا هوا تازه‌ست، ایمان تازه نیست

کین هوا، جز قفل آن دروازه نیست

تا هوا یعنی هم‌هویت‌شدگی‌ها را در مرکزت تازه می‌کنی، ایمان تو که باید دیدِ خداوند باشد، تازه نیست، من ذهنی به خواستن زنده است، موتور خواستنش دائماً در کار است، با هر چیز هم‌هویت شویم، آن‌ها نیروی زندگی را از ما می‌گیرند و می‌خواهند زیاد شوند. همه ما به‌سوی 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، هرچه بیشتر می‌خواهیم قفلش محکم‌تر می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۵۱

گفت در گوشِ گل و خندانش کرد

گفت با سنگ و عقیقِ کانش کرد

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.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۵۶

در تَرَدُّدِ هر که او آشفته است

حق به گوش او معما گفته است

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.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۱۴

ما که ایم؟ اندر جهان پیچ پیچ

چون الف، او خود چه دارد؟ هیچ هیچ

در این جهان پیچ در پیچ که ذهن نشان می دهد ما واقعاً که هستیم؟ ما مثل الف هستیم که هیچ چیزی ندارد، آیا واقعاً ما خودمان را «الف» می بینیم؟ فقط الف، که لخت است و هیچ چیزی ندارد؟ نمی بینیم، ولی باید ببینیم، در این جهان پیچ پیچ، ما مثل الفی هستیم که هیچ نباید داشته باشد، باید کاملاً تسلیم مشیت خداوند باشیم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۲۲

می روی گه گمره و گه در رشد

رشته پیدا نه و، آن کت می کشد

گاهی فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز می کنی در این حالت به سوی رشد یعنی هدایت می روی و گاهی فضا را می بندی، از جنس جسم می شوی و به سمت گمراهی که همان راه ذهن و من ذهنی است، می روی؛ ظاهراً رشته پیدا و مشخص نیست که چه کسی تو را می کشد و چگونه کشیده می شوی؟ ولی بدان، کشنده، زندگی یا خداوند است که هر لحظه تو را به سوی خود می کشد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۲۳

اشتر کوری مهار تو رهین

تو کشش می بین، مهارت را مبین



رهین: گرو نهاده شده

تو مانند شتر کوری هستی که افسار تو، به دست ساربان یعنی خداوند است، اگر چشم حقیقت بین داشته باشی می بینی کسی تو را می کشد و به افسار نگاه نمی کنی؛ مُسَبِّب را ببین، سَبَب 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 هشیارِ ات را از آن بیرون بکشد.

با سپاس و احترام: سرور از گلستان



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.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰۱

شاهد جان چو شهادت ز درون عرضه کند

زود انگشت برآرد خردِ کافر من

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.

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 یاری‌ای

جانب مایید جانب داری‌ای

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 شرطی شدگی ها و دردهایی که در ما ذخیره شده، شناسایی و واهمانش برای ما مشکل می شود چراکه با بالا آمدن دردی، عینک پشت عینک بر چشم ما زده می شود و این جاست که دیو من ذهنی شروع به رَجَز خوانی می کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵

این چنین تهدیدها آن دیو دون

آرد و بر خلق خواند صد فسون

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۷

کین تو را سود است از درد و غمی

گفت آدم را همی در گندمی

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۸

پیش آرد هیبهی و هیهات را

وز لویشه پیچد او لبهات را

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۶۱

برزند بر پات نعلی ز اشتباه

که بمانی تو ز درد آن ز راه

از نصیحت های 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 می افتد یا حق فلانی خورده می شود.



از جمله ابزارهای من ذهنی؛ 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 راه‌حل‌های موجود و تفاوت اتفاق کنونی و آن اتفاق دردناک، که در ما ذخیره شده است می‌کند. سپس در این لحظه هیجاناتی بر اثر همانندگی 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 می‌بینم، سریعاً تعمیم ندهم و با حذف ویژگی‌های خوب آن فرد، درد را بالا نیاورم و واکنشی را ایجاد نکنم یا اگر در این لحظه اتفاقی را تجربه می‌کنم، 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 می‌کند که این درد دارد دوباره تکرار می‌شود، در صورتی که این حقیقت ندارد. در این لحظه همه‌چیز در حال فروپاشی و شکل‌گیری مجدد است.

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۴۰

پیش در شد آن دقوی در نماز

قوم همچون اطلس آمد او طراز

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 درآمدم، و این ایات باعث تسکینم شد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۰

چشم ابلیسانه را یک دم ببند

چند بینی صورت آخر چند؟ چند؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۱

ای دقوقی با دو چشم همچو جو،

هین مبر امید، ایشان را بجو

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۲

هین بجو که رکن دولت جستن است

هر گشادی، در دل اندر بستن است

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



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

