



پیغام عشق

قسمت ششصد و هفتم





به نام خدا و با سلام و ادای احترام به محضر مبارک خانواده گنج حضور و آرزوی طول عمر پربرکت برای شما جناب آقای شهبازی عزیز و گرانقدر.

واقعاً خداوند به شما و به پول شما چه برکتی عطا کرده است! ایرانی بگویم، هر یک ریال شما حکم یک سکه طلا دارد.

ان شاء الله همواره پرانرژی و توانگر، باقی بمانید تا امثال بنده شانس رهایی از من ذهنی را بیشتر داشته باشیم.

واقعاً چه درسی بالاتر از این که از عصاره اشعار مولانا، قوانین هندسی زندگی درست کنیم و در گنش‌ها، واکنش‌ها، پندارها و در خلوت خود، به آن‌ها توجه کنیم و آن‌گاه بر بستر زندگی، ادامه راه دهیم.

کلماتی که دیدن و عمل کردن به آن‌ها سلامتی روح و جسم می‌آورد؛ مثال‌هایی هم‌چون: صبر، خاموشی، انصت‌وا، پرهیز، شکر، جبران، فضاگشایی و...

کلماتی که شناسایی آن‌ها در خود، و دوری از آن‌ها سعادت می‌آورد: کینه، توقع، ترس، کبر، احساس گناه، مقاومت، حسادت، حرص، دروغ، ملامت و رنجش.

به این تمثیل‌های بسیار کارشناسی شده مولانای عزیز هم توجه کنیم و مصداق عملی آن‌ها را در زندگی روزمره خود ببینیم؛ پر طاووس و پای زشت، دم روباه و پای چابک، شتر و ناقه، خاتون و کنیزک، شیرین‌سخنی، غلام هندو، چاروق ایاز و بسیاری از این آدرس‌های گویا و راه‌گشا و یا همین، آبروی ذهنی:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۸۶

ای تو برای آبرو آب حیات ریخته

زهر گرفته در دهان قند و نبات ریخته



هرچند که خال کوبی را از دوران کودکی تاکنون دیده‌ام و شخصاً با اجرای آن نقوش بر پوست بدن موافق نبوده و نیستم، اما شاید بتوان به صورتی دیگر همواره این کلمات و واژه‌های ره‌گشا و نجات‌بخش را هم‌چون همان خال کوبی‌ها پیش روی خود داشته باشیم.

و اما تأثیر تکرار و تداوم در مرور بر اشعار که شما همواره بر آن تأکید می‌کنید. بسیار دیده‌ایم که در مسافرت‌ها، در کارهای مشغول‌کننده و مأموریت‌های اداری، از فضای گنج حضور فاصله گرفته‌ایم و به وضوح پس از چند روز، عود و پیشروی بیماری دردناک من ذهنی را در غیاب مصرف این داروهای حیات‌بخش دیده‌ایم؛ بلافاصله باید از خود بپرسیم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۳۱

رخ قبله‌ام کجا شد که نماز من قضا شد

ز قضا رسد هماره به من و تو امتحانی

که البته باید در این مواقع تجدید وضو کرد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۹

چون حَدَث کردی تو ناگه در نماز

گویدت: سوی طهارت رَوُ بتاز

درواقع تداوم رمز پیروزی است. نباید فکر کرد که موجودی خاص گشته‌ایم و یا با اندک تغییری، آسیب‌ناپذیر شده‌ایم که:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶

امتحان بر امتحان است ای پدر

هین، به کمتر امتحان، خود را مَخَر



خداوند کریم را سپاسگزارم که در دوران زندگی‌ام نعمت برخورداری از این مفاهیم الهی را برایم فراهم آورده است.

سلامتی، پایداری و طول عمر بلند شما را از درگاه خداوند یکتا خواهانم.

با احترام

غلامرضا، تهران



«داستان شاگرد مدرسهٔ عشق»

مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۷۹۰

واقفِ سَرمَد تا مدرسه‌ی عشق گشود

فرقی مشکل چون عاشق و معشوق نبود

من بانویی هفتاد ساله هستم که شصت سال از عمرم را در کوچه‌های تاریک و رعب‌آور زندان ذهن سرگردان بودم. ده سال پیش نیرویی درونی مرا هدایت کرد که از کوچه‌های تاریک ذهن، روزنی را بیابم و این راه تاریک با روشنایی کم‌سوی روزن زندگی مرا به خود آورد که از زندان ذهن، افتان و خیزان بیرون بیایم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۶۳۶

یکی تیشه بگیرد پی حفره زندان

چو زندان بشکستید همه شاه و امیرید

مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۴۷۲

به اندیشه فروبرد مرا عقل چهل سال

به شصت و دو شدم صید و ز تدبیر بجستم

مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۴۷۲

پی نان بدویدم یکی چند به تزویر

خدا داد غذایی که ز تزویر بجستم

و من در زندان ذهنم که مملو از نگرانی آینده، اضطراب، ترس، غم و غصه و ناتوانی روحی و جسمی در حال کارآفرینی و کار بی‌مزد که هیچ فایده‌ای نداشت و من ذهنی‌ام آن‌ها را مهم جلوه می‌داد، می‌دویدم و سرگردان بودم. و با توجه به موقعیت اجتماعی‌ام فردی کمال‌طلب و فلسفی منطقی مستهان بودم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

علتی بتر ز پندارِ کمال

نیست اندر جانِ تو ای دُودَلال

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۳

بر سرِ هر ریش جمع آمد مگس

تا نبیند قُبَحِ ریشِ خویش کس

در سن شصت سالگی، در اوج ناتوانی روحی و جسمی بدون آن‌که بفهمم به ناگهان، با مهر الهی به‌طور اتفاقی با برنامه گنج حضور آشنا شدم و مولانای جان و آقای شهبازی عزیز دست مرا گرفتند و راه مدرسه‌ای از نور را به من نشان دادند و گفتند این مدرسه از هشیاری بی‌فرم و عدم است و اصل تو هست و خداوند که از جنس بی‌نهایت و ابدیت است و تو امتداد او هستی؛ تو را به‌عنوان شاگردی نوپا که وجودش را هشیاری جسمی فراگرفته، پذیرا شده و اگر می‌خواهی از نعمات و برکات و خرد و آرامش و صبر و شادی بی‌سبب و فراوانی کوثر او برخوردار شوی، باید با تسلیم و فضاگشایی به اتفاق این لحظه بدون هرگونه قضاوت و مقاومت، ذهنت را خاموش و با حضور ناظر، بر ذهن و حواست، بافت من‌ذهنی را که توهمی بیش نیست، خاموش و درحالی‌که صبر و شکر و پرهیز داری و با درد هشیارانه یک‌یک همانندگی‌هایت را شناسایی و از لایه‌های من‌ذهنی‌ات آن‌ها را بیرون بکشی و به حاشیه برانی و مرکز سنگ شده هشیاری جسمی خود را آرام‌آرام با درس‌های استاد عشق که از زبان مولانای جان و برنامه گنج حضور می‌شنوی بدون سؤال و قضاوت، با صبر



و تکرار مداوم و متعهدانه و با حضور در این لحظه، بتوانی موفق شوی و با نور هدایت و آب حیات که سقای عشق بر تو جاری می‌سازد، درونت را که از گل و لای هشیاری جسمی پوشیده شده، بشویی و من با تمام وجودم پذیرفتم.

هم‌اکنون مدت ده سال است که با رعایت قانون جبران در بعد معنوی و مادی، متعهدانه تلاش می‌نمایم؛ برنامه‌های زنده گنج حضور را می‌بینم و می‌نویسم و به تکرار برنامه‌ها و پادکست‌ها گوش می‌دهم. باید اقرار کنم، در دو سال اول شروع کلاس زندگی شاگرد گیج و منگی بودم و هر روز من ذهنی ضربه‌هایش را به من وارد می‌نمود و همین موجب شد که چندین بار استاد عشق مرا از کلاس زندگی بیرون بیندازد؛ چون هنوز خام بودم و باید پخته‌تر می‌شدم. وقتی فهمیدم بیرون انداختن من از کلاس درس زندگی به‌خاطر آن بوده است که به اتفاق این لحظه واکنش نشان می‌دادم و به گذشته و آینده می‌رفتم و به زندان من ذهنی‌ام نزدیک می‌شدم، ولی دوباره برمی‌گشتم؛ پس با شناسایی همانیدگی‌هایم که در مرکز قرار گرفته بود و با عذرخواهی و تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه با فضاگشایی و صبر و پرهیز و درد هشیارانه، مجدداً به خود می‌آمدم و نورافکن هشیاری حضور را به روی خود می‌انداختم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۵

لحظه‌ای ماهم کند، یک دم سیاه

خود چه باشد غیر این، کارِ اله؟

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۶

هیچ تسبیحی ندارد آن درج

صبر کن، الصَّبْرُ مفتاحُ الفَرَجِ



پس از مدتی در سن شصت و پنج سالگی، به کلاس آموزش موسیقی رفتم و علی‌رغم سنگ‌اندازی‌های من‌ذهنی‌ام، با استادی مهربان، نواختن ساز را که چیزی از آن نمی‌دانستم، دست‌وپا شکسته آموختم و هنوز هم ادامه می‌دهم و مشوقم در این راه همسرم است.

از دیگر پیشرفت‌هایم این بود که هم‌هویت‌شدگی‌هایم را نسبت به آنچه برایم مهم بود، به‌خصوص خانواده‌ام، آن‌ها را شناسایی و با درد هشیارانه به حاشیه راندم؛ اکنون، بدون کنترل و حساسیت با عزیزانم با عشق برخورد می‌نمایم و با تمام تنهایی که دارم، در کنار همسرم، زندگی‌مان براساس عشق و احترام متقابل است.

بیماری‌هایم رو به بهبودی است و پذیرفته‌ام، زندگی به من آموخت که چگونه باید با آن کنار بیایم و پذیرا باشم. کارهایم را به تنهایی، خود انجام می‌دهم و ورزش‌هایی که مخصوص سالمندان هست در هفته چند روز انجام می‌دهم؛ از هیچ‌کس توقعی ندارم و انتقاد نمی‌کنم و هر کاری از دستم بر بیاید با کمال رضایتمندی و در حد توانم انجام می‌دهم و توقع جبران ندارم.

تمام مواردی که بیان نمودم، از برکات زندگی بوده است و توکلم هر لحظه بر خدای مهربان است و از آنچه که در زندگی به من داده بوده و من نمی‌دیدم و نمی‌فهمیدم و دائم در حال دعا و زاری بودم برای داشتن آن‌ها، در حال شکر هستم و دعا نمی‌کنم، چون خداوند از درونم آگاه است و اگر دعا نمایم برای نجات بشریت از دام گسترده من‌ذهنی است.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۶

نیست کسبی از توکل خوب‌تر

چیست از تسلیم، خود محبوب‌تر؟

از زندگی آموختم که درمقابل چالش‌های زندگی صبور باشم و اگر آزرده‌خاطر شدم، مدت آن کوتاه است و اگر به ذهن رفتم و قضاوتی کردم، متوجه می‌شوم و ایرادم را می‌بینم و تلاش می‌کنم با حضور ناظر، در این لحظه، من‌ذهنی را که



مانند موش موذی می‌خواهد در انباری که گندم‌های حضورم را با فضاگشایی و شکر و صبر و پرهیز و درد هشیارانه جمع‌آوری نموده‌ام، با دندان‌های تیزش حمله برده و آن‌ها را نابود کند؛ آن را می‌یابم و از انبار هشیاری حضورم بیرون می‌اندازم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷

ما درین انبار، گندم می‌کنیم

گندم جمع آمده، گم می‌کنیم

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹

موش تا انبار ما حُفره زده ست

وز فَنَش انبار ما ویران شدست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰

اول ای جان دفع شرّ موش کن

وانگهان در جمع گندم جوش کن

اکنون فکر می‌کنم استاد عشق مرا در کلاس درس زندگی مجدداً پذیرفته است و باید قدر آن را بدانم و بیشتر تلاش کنم و هشیارتر باشم و بیدار بمانم تا بتوانم مرکز را عدم نگه‌دارم و اگر به ذهن رفتم، با عذرخواهی برگردم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

گر مراقب باشی و بیدار تو

بینی هر دم پاسخِ کردار تو



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۷

هین مراقب باش، گر دل بایدت

کز پی هر فعل، چیزی زایدت

بذرهای زندگی را که با اشعار مولانای جان، شما یار مهربان، که همواره از شخصیت‌تان درس آموخته‌ام و در زمین خشک و بایر من‌ذهنی ما پاشیدید و با عشق و نور هدایت، آن‌ها را آبیاری و جان بخشیدید و این زمین‌های بایر اکنون تبدیل به باغی زیبا شده و بذرهای کوچک هشیاری حضور که در زمین خشک من‌ذهنی نهفته بودند، جوانه زده‌اند و درختان آن با نور زندگی رو به رشد است و عطر گل‌های این باغ که کودکان عشقند در همه‌جا پیچیده است. خدا را شکر می‌کنم که در این سن، بازی‌های جهان فرم و دام‌های من‌ذهنی را شناختم و باید در حفظ این موهبت الهی هشیارانه کوشا باشم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳

از خدا غیر خدا را خواستن

ظَنّ افزونی ست و کُلّی کاستن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸

گر قضا صد بار، قصدِ جان کند

هم قضا جانت دهد، درمان کند



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶

پیشِ چوگانهای حکمِ کُنْ فکان

می‌دویم اندر مکان و لامکان

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

یار در آخر زمان کرد طرب سازی

باطنِ او جدِّ جد، ظاهرِ او بازی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۱۱

آن شکر پاسخ نباتم می‌دهد

آن که گشتستم حیاتم می‌دهد

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۱۱

آن که در دریای خونم غرقه کرد

یونس و قتم نجاتم می‌دهد

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۱۱

رخت را بُرد و مرا درویش کرد

نک ز یاقوتش زکاتم می‌دهد



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۱۱

کوه طور از شاه ماتش پاره شد

من کم از کاهم ثباتم می دهد

با سپاس فراوان و درود به روان پاک مولانای جان و آرزوی بهروزی برای شما یار مهربان و همراهان گنج حضور

سهیلا، مازندران



به نام خدا

شرح غزل ۳۳۶ دیوان شمس از برنامه ۸۹۳ گنج حضور.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

بده یک جام، ای پیر خرابات

مگو فردا، که فی التأخیر آفات

پیر خرابات، زندگی ست که از طریق بزرگانی چون مولانا، جام خرد و عشق را به جهان عرضه می کند و ما با احترام به بزرگان، این شراب رایگان را می گیریم و شکر می کنیم، صبر می کنیم، پرهیز می کنیم و با کوشش و تأخیر نکردن در کارها، کار امروز را به فردا نمی اندازیم. من ذهنی که این لحظه را نمی شناسد برای به عهده گرفتن مسئولیت هشیاری، تأخیر می کند، یعنی می گوید، مهم نیست بعداً یا فردا این کار را می کنم و نمی داند در تأخیر کارهایش، آفات و ضررهای زیادی شامل حالش می شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

به جای باده درده خونِ فرعون

که آمد موسی جانم به میقات

به جای شرابی که این لحظه از زندگی می گیریم، باید خون فرعون یعنی خون من ذهنی و آلوده به همانیدگی ها را بدهیم تا به موسی و هشیاری مان زنده شویم. موسی یعنی از آب گذشته، وقتی فضا باز می کنیم آب حیات از چهار بُعد ما می گذرد و همانیدگی هایمان را می شوید و ما هر لحظه مثل موسی به ملاقات خدا می رویم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

شرابِ ما ز خونِ خصم باشد

که شیران را ز صیادیست لذات

شراب این لحظه اگر خون دشمن ما که من ذهنی است باشد، ما درد هشیارانه می کشیم ولی حضور ما وسیع تر شده و فضای درون باز می شود و هم چون شیر خدا به شکار همانیدگی ها می رویم و لذت و سرمستی زندگی را می چشیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

چه پرخونست پوز و پنجه ی شیر

ز خون ما گرفتست این علامات

پوزه و پنجه شیر بعد از صید شکار پُر خون می شود، ما شیر خدا هستیم، وقتی فضا باز می کنیم خون همانیدگی ها را می ریزیم؛ یعنی درد هشیارانه می کشیم و همه این دردها علامت و نشانه های رشد و زنده شدن به خداست.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

نگیرم گور و نی هم خونِ انگور

که من از نفی مستم، نی ز اثبات

کباب گورخر و شراب انگوری که نماد مستی و لذت دنیایی ست را نمی خواهیم؛ زیرا نه تنها به من زندگی ندادند، بلکه همانیدگی با خوردن، یکی از پرده هایی بود که روی نشانه های زنده شدن به خدا و مرکز عدم را می پوشاند؛ از مولانا آموختیم از نفی کردن من ذهنی و مردن به همانیدگی هاست که مست و خوش و شاد او می شوم و با خط کش من ذهنی نه حضور را اندازه می گیرم و نه خدا را اثبات می کنم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

چو بازم، گردِ صیدِ زندهِ گردم

نگردم همچو زاغانِ گردِ اموات

ما باز شکاری خدا هستیم که به فرمان شاه باید همانیدگی‌ها را که صید زنده هستند شکار کنیم و به‌سوی خدا ببریم، ما من‌ذهنی نیستیم که مثل زاغ روی فکرهای مرده و باورهای پوسیده بنشینیم، حرص بورزیم و بجنگیم و جهان را آلوده کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

بیا ای زاغ و بازی شو به همت

مُصَفّا شو ز زاغی پیشِ مصفات

زندگی از زبان مولانا که دلی مصفا دارد، ما را دعوت می‌کند؛ بیا فضاگشایی کن و باز هشیاری‌ات را از تله‌ی ذهن آزاد کن و مثل زاغ، مرده‌خوار نباش، با همت و کمک خدا و قدردانی از خرد مولانا روی خودت کار کن تا مرکزت مثل آینه صاف و صیقلی شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

بیفشان وصف‌های باز را هم

مُجَرّدتر شو اندر خویش چون ذات

وقتی باز هشیاری از قفس ذهن آزاد می‌شود، از فضای عدم، خرد و عشق را به جهان می‌آورد و دیگر از تنها شدن نمی‌ترسد، بلکه با فضاگشایی‌های پی‌درپی مجردتر و یگانه‌تر می‌شود زیرا از من‌های ذهنی که با فکرهای تقلیدی به‌صورت جمعی و شرطی شده عمل می‌کنند، دورتر می‌شود. او به گرد ذات خدایش طواف می‌کند.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

نه خاکست این زمین، طشتیست پر خون

ز خون عاشقان و زخمِ شهمات

هشیاری ما وقتی به ذهن می‌رود و با چیزها همانیده می‌شود، شاه زندگی در بازی شطرنج دنیا به همانیدگی‌های ما تیر می‌زند و این جسم خاکی ما که آلوده پول و شهرت و شهوت و نیازهای دنیایی‌ست به طشتی پر از خون تبدیل می‌شود، این خون عاشقانی‌ست که تسلیمند و از زخم خوردن و مات شدن در پیش شاه نمی‌ترسند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

خروسا چند گویی صبح آمد؟

نماید صبح را خود نورِ مشکات

خروس سحری به هنگام بالا آمدن خورشید مرتب آواز می‌خواند؛ مواظب خروس من ذهنی‌مان باشیم و تا کمی تغییر می‌کنیم و پیشرفت می‌کنیم سروصدا و قوقولی قوقو نکنیم که مردم بیایید از من یاد بگیرید، من چنین و چنان هستم، زبان ذهن را خاموش کنیم و برای دیده شدن خورشیدمان تلاش بیهوده نکنیم، خورشید ما اگر بالا بیاید نورش تاییده می‌شود.

با سپاس از برنامه گنج حضور و همیاران گرامی 🙏

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

