



## پیغام عشق

قسمت ششصد و بیست و پنجم



با عرض سلام خدمت همراهان گنج حضور؛

منتخبی از برنامه‌ی ۸۹۳، غزل ۳۳۶

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

بده یک جام، ای پیر خرابات

مگو فردا، که فی‌التأخیر آفات

به راهنمای مسیر معنوی که خداست، می‌گوییم یک جام پُر از شراب به من بده و این کار را به آینده موکول نکن که تأخیر در بیداری از خوابِ ذهن و رفتن به آینده، ضرر و زیان‌های بسیاری به همراه دارد. آموختیم که گرفتن شراب از فضای یکتایی و غیب، با فضاگشایی و وصل شدن به خدا صورت می‌گیرد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳

نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند

در دو صورت خویش را بنموده‌اند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴

چون فرشته و عقل، که ایشان یک بُدند

بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵

دشمنی داری چنین در سرِ خویش

مانع عقل‌ست و، خصمِ جان و کیش



من ذهنی و شیطان از یک جنس و یک ذات بوده‌اند؛ حضور ما که فرشته است و عقل کل، یعنی خداوند که کل کائنات را اداره می‌کند، هم از یک جنس، از یک جوهر بوده‌اند ولی برای حکمت‌های خدا به دو صورت شده‌اند. تو چنین دشمنی در درون خودت داری که مانع عقل کل و دشمن دین و جان توست.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۰

عمر بی‌توبه، همه جان‌کندن است

مرگِ حاضر، غایب از حق بودن است

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۱

عمر و مرگ این هر دو با حق خوش بود

بی‌خدا آبِ حیاتِ آتش بود

کسی که با من ذهنی زندگی کند و با توبه به فضای گشوده‌شده برنگردد، جان می‌کند و غایب شدن از خدا مرگِ حاضر است؛ یعنی به ذهن رفته و از طریقِ همانیدگی‌ها می‌بیند. زندگی و مرگ موقعی مطلوب است که با خدا یکی باشیم و اگر همانیدگی‌ها را در مرکز خود نگه داریم و مقاومت کنیم، هیچ شرابی از طرف خدا به ما نمی‌رسد و آب حیاتی که ذهن از این جهان می‌گیرد مانند آتش ما را می‌سوزاند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۴۸۱

بقا ندارد عالم اگر بقا دارد

فناش گیر، چو او محرم بقای تو نیست



عالم باقی نمی ماند، اگر فکر کنی که با هم هویت شدگی های پایدار مثل داشتن زمین می توانی در جهان باقی بمانی، این طور نیست. تو فرض کن آن هم فانی است؛ برای این که هر چیز که به ذهنمان می آید و در مرکز ما قرار می گیرد، محرم جاودانگی ما نیست، چون اصل ما آن هشیاری جاودانه است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ی ۴۸۱

چه فرُخست رُخی کاو شَهیت را ما تَسْت

چه خوشِ لقا بُود اَنکَس، که بی لقا یِ تو نیست

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ی ۴۸۱

ز زخمِ تو نَگَرِیزم، که سختِ خام بُود

دلی که سوخته ی آتشِ بلا یِ تو نیست

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ی ۴۸۱

دلی که نیست نَشُد، روی در مکان دارد

ز لَمَکائِشِ برانی که رو، که جایِ تو نیست

چه مبارک است انسانی که در بازی شطرنج جهان، مات خداست و در این لحظه به او زنده شده و روی او روی خداست. از خود بپرسیم، آیا ما خوش لقا هستیم و به دیدار او در این لحظه با فضاگشایی نایل می شویم؟ اگر این طور است حتماً از زخم های او فرار نکردیم و درد هشیارانگی این زخم ها را کشیده ایم.

خدایا اگر در این لحظه یک همانیدگی را نشانه گرفتی که به من درد می دهد، می خواهم این درد را به درد هشیارانه تبدیل کنم و همانیدگی را رها کنم. این نشان پختگی من است. اگر این کار را نکنم، پس خام هستم و هنوز بالغ نشده ام و دل من مثل سوخته در آتش شناسایی عشق تو نمی سوزد. من ذهنی ما باید مثل سوخته عمل کند؛ یعنی وقتی خداوند کبریت را



می کشد سریع آتش بگیرد و آن موقعی است که ما ناظرِ ذهن خود باشیم و وقتی همانیدگی به مرکز دیدمان آمد، آن را بیندازیم و درد هشیارانهای آن را بکشیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۱۳

هر چه صورت می وسیلت سازدش

زان وسیلت، بحر دُور اندازدش

هر چه که ذهن ما آن را وسیله قرار می دهد، تا با آن وسیله به خداوند نزدیک شود، از همان وسیله، بحر یکتایی او را دور می اندازد؛ چون این وسیله‌ها جسمی هستند و کار نمی کنند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۴۸۱

کرانه نیست ثنا و ثناگران تو را

کدام ذره که سرگشته‌ی ثنای تو نیست؟

خدایا در جهان، هر موجودی تو را ستایش می کند غیر از انسانی که من ذهنی دارد. کدام ذره را می توان یافت که تو را ستایش نکند و تو در مرکزش نباشی؟ ما از من ذهنی می خواهیم که خودش را اصلاح کند ولی مولانا به ما فرمود:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۲

کی تراشد تیغ، دسته‌ی خویش را

رو، به جراحی سپار این ریش را

چاقو هیچ موقع دسته‌ی خودش را نمی بُرد. ما نباید زندگی این لحظه را در من ذهنی و باورها سرمایه گذاری کنیم و انتظار داشته باشیم که من ذهنی خودش را نابود کند! درحالی که ما به عنوان هشیاری زندگی و امتداد خدا، دائماً از من ذهنی محافظت می کنیم و فکر می کنیم همین من ذهنی هستیم؛ در صورتی که این زخم کهنه است و که باید به دست جراحی مانند



مولانا بسپاریم که دردهای ما را درمان کند و با شنیدن غزل‌هایش و کار روی خود، هوش زندگی پیدا کنیم. تا زمانی که همانندگی در مرکز ماست، ما زخم داریم و تا زمانی که من‌ذهنی زنده است این زخم کهنه است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

نگیرم گور و نی هم خون انگور

که من از نفی مستم، نی ز اثبات

گورخر و شراب، نماد هر شکار و هر شرابی است که ما از این جهان می‌گیریم. مولانا فرمود، من به چیزی که این جهان به من می‌دهد، احتیاج ندارم برای این که من از نفی مست هستم. نفی یعنی انکار من‌ذهنی. اگر با مرکز عدم فضاگشایی کنیم، من‌ذهنی را نفی و هر چیزی که از جنس آن نیستیم را شناسایی می‌کنیم. من فقط باید نفی کنم و با ذهنم اثبات نکنم چون اثبات یعنی تبدیل شدن به اصل خود. نفی این نیست که من‌ذهنی داشته باشیم و به زبان بگوییم از جنس خدا هستیم. نفی یعنی من فهمیدم که مرکز و عینک دید من نباید مادی باشد. پس این لحظه آن چیزی را که ذهن نشان می‌دهد که به مرکزم بیاورد، با شناسایی نفی می‌کنیم. با نفی، فضا گشوده می‌شود، و اگر با ذهن حرف بزنیم اثبات از بین می‌رود.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۲۱

می‌رمد اثبات پیش از نفی تو

نفی کردم تا ببری ز اثبات بو

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۲۲

در نوا آرم به نفی این ساز را

چون بمیری، مرگ گوید راز را

اگر درست نفی نکنی، اثباتم از تو می‌رمد؛ پس ما دائماً نفی می‌کنیم و بو می‌بریم که کارها در حال درست شدن است.



هر لحظه آن چیزی که ذهن به ما نشان می‌دهد را نفی می‌کنیم و وقتی به من ذهنی می‌میریم اثبات، راز را به ما خواهد گفت.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۲۵۷۲

جانا، به غریبستان چندین به چه می‌مانی؟!

بازاً تو از این غربت، تا چند پریشانی؟!

صد نامه فرستادم، صد راه نشان دادم

یا راه نمی‌دانی، یا نامه نمی‌خوانی

گر نامه نمی‌خوانی، خود نامه تو را خواند

ور راه نمی‌دانی، در پنجه‌ی ره‌دانی

ای انسان، چرا در غریبستان ذهن که دنیا را نشان می‌دهد این قدر مانده‌ای؟ از این غربت برگرد! چقدر می‌خواهی با ذهنت پریشان شوی؟! من بارها به تو پیغام دادم، راه را به تو نشان دادم، چون تو با ذهنت می‌بینی نمی‌توانی پیغام‌های مرا بگیری. برای گرفتن پیغام‌های من باید فضا را باز کنی. اگر نامه را نمی‌توانی بخوانی، اجازه بده نامه‌ی من در آن فضای گشوده‌شده، تو را بخواند و راه را به تو نشان دهد. اگر راه را بلد نیستی، بدان در پنجه‌ی من هستی، من راه را به تو نشان می‌دهم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

چو بازم، گردِ صیدِ زندهِ گردم

نگردم همچو زاغانِ گردِ اموات

ما به‌عنوان فضای گشوده‌شده و زندگی باز هستیم و می‌خواهیم زندگی زنده را صید کنیم ولی من ذهنی مانند زاغ است و به‌دنبال صید مرده می‌گردد. ما نباید در زمان روان‌شناختی باشیم و مرده صید کنیم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۳۳۶

بیا ای زاغ و بازی شو به همت

مُصَفًّا شو ز زاغی پیشِ مصفات

ای من ذهنی که زاغ هستی، بیا به همت انسان‌هایی مانند مولانا و همت خودت مانند باز، باش و از ناخالصی‌ها با راهنمایی استاد معنوی صاف و خالص بشو.

همت: خواست خداوند است که از فضای گشوده‌شده درون انسان می‌آید و با تلاشی که انسان انجام می‌دهد خواست خدا محقق می‌شود. پس ما باید طلب داشته باشیم و با فضاگشایی به خواست خدا در درونمان آگاه شویم و با فضاگشایی مرکزمان عدم شود؛ آن موقع خواست خدا با خواست ما یکی می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۶۰

خویش را صافی کن از اوصاف خود

تا بینی ذات پاک صاف خود

خود را با شناسایی از همانیدگی‌ها پاک می‌کنیم تا با زنده شدن به او بتوانیم ذات پاک صاف خود را آشکارا ببینیم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۴

مرغ با پر می‌پرد تا آشیان

پر مردم همت است ای مردمان





مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵

عاشقی کآلوده شد در خیر و شر

خیر و شر منگر، تو در همّت نگر

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۶

باز، اگر باشد سپید و بی نظیر

چونکه صیدش موش باشد شد حقیر

مرغ با کمک پرهایش به آشیانه می‌پرد. آشیانه‌ی ما فضای یکتایی است. پس باید همانیدگی‌ها را با شناسایی، رها کرده و به فضای یکتایی پرواز کنیم. پر انسان‌ها، همّت و خواستِ فضای گشوده‌شده‌ی آن‌هاست، نه خواست من‌ذهنی‌شان. انسان به‌عنوان عاشق، آلوده به خیر و شر و قضاوت‌های ذهن خود است. مولانا می‌گوید تو به خوب و بد و هرچه که ذهنت نشان می‌دهد توجه نکن؛ بلکه به فضای گشوده‌شده‌ی همّت خودت نگاه کن که همیشه می‌خواهد، از همانیدگی آزاد شده و به‌سوی فضای یکتایی برود.

اگر باز سپید و بی نظیر باشد ولی موش صید کند، حقیر می‌شود. ما هم صیدِ خدا هستیم، نظیر ما در جهان وجود ندارد و اگر صید ما، موش من‌ذهنی و هم‌هویت‌شدگی‌ها باشد، حقیر می‌شویم.

با سپاس، فرح از تهران



### به نام ایزد منان

سلام بر همه‌ی بزرگواران همراه.

چه موقع ما بر بام می‌روییم یا در ذهن به سر می‌بریم و در خانه‌ی یکتایی یا خانه‌ی دل خود نیستیم؟

هر زمان ما به‌عنوان یک من‌ذهنی در زندگی کارآفرینی می‌کنیم؛ یعنی کارهای بیهوده با اتلاف وقت و انرژی انجام می‌دهیم، در واقع به راه‌هایی که ذهن نشانمان می‌دهد می‌روییم و از خرد فضای گشوده‌شده استفاده نمی‌کنیم و این یعنی که در بام هستیم و در خانه‌ی یکتایی نیستیم. در این جا به چند مورد که ذهن ما را به بام خود می‌کشاند اشاره می‌کنم:

۱- وقتی در کار دیگران بدون خواست آن‌ها دخالت می‌کنیم و به نصیحت دیگران می‌پردازیم؛ در حالی که خودمان هزار جور مسئله‌ی حل‌نشده داریم.

۲- هنگامی که دچار وسوسه‌ی ذهنی می‌شویم؛ مثلاً ذهن ما می‌گوید، این کار را بکن، با این که می‌دانیم انجام این کار به ضرر ماست، انجامش می‌دهیم؛ مثل وسوسه‌ی خوردن برخی غذاهای مضر.

۳- وقتی کسی ایرادی از ما می‌گیرد و ما به‌جای شناسایی آن عیب، واکنش نشان می‌دهیم و از من‌ذهنی خود دفاع کرده و دچار هیجانات منفی مثل خشم، کینه و رنجش می‌شویم. و این همان مراعات کردن من‌ذهنی خس ماست.

۴- وقتی کارهای این لحظه را که مهم‌ترینشان زنده شدن ما به بی‌نهایت و ابدیت خداست به تأخیر می‌اندازیم و اتلاف وقت می‌کنیم که در هر تأخیری، هزار جور آفات هست (فی‌التأخیر آفات).

۵- وقتی که به توصیف صورت‌ها می‌پردازیم و تفاوت‌های سطحی را می‌بینیم، پس انسان‌ها را به‌صورت یک هشیباری و زندگی نمی‌بینیم؛ حتی آن‌ها را در ذهن قضاوت و ارزیابی می‌کنیم.

مولانای عزیز می‌فرماید:



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۸۵

ای رهیده جانِ تو از ما و من

ای لطیفهٔ روح اندر مرد و زن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۸۶

مرد و زن چون یک شود، آن یک توی

چون که یک‌ها محو شد، آنک توی

۶- هنگامی که به نشان عشقِ خدا یعنی مرکز عدم و هشیاری عدم بین توجه نداریم؛ در صورتی که فقط از چنین مرکزی است که آفتاب زندگی طلوع می‌کند و زندگی ما را درخشان و گلستان می‌کند.

۷- وقتی به ملامت مردم و ترساندن ما در عدم کردن مرکزمان گوش می‌دهیم که مانع پیشرفت ما در رفتن به مسجد یا فضای یکتایی می‌شوند. پس وقتی دچار هیجانات منفی از جمله ترس و ملامت می‌شویم، در بام ذهن قدم می‌گذاریم، نه در مسجد یا آن خانه‌ی دل.

۸- با خرافات و باورهای مختلف همانیده می‌شویم و آن‌ها را «لا» نمی‌کنیم و خود را قربانی این خرافات می‌کنیم؛ مثلاً با رفتن به مکان‌های مقدس و یا عبادت در زمان‌های خاص، سریع‌تر به خدا زنده می‌شویم؛ در حالی که به کارهای من‌ذهنی خود ادامه می‌دهیم و دردها و همانیدگی‌های خود را شناسایی نمی‌کنیم که به یاری خدا بیفتند تا هر لحظه به او زنده شویم.

ما باید آگاه باشیم با این همه کارهایی که به‌عنوان من‌ذهنی می‌کنیم، در واقع یک نوع کارافزایی، اتلاف وقت و انرژی است و به رفتن به بام ادامه می‌دهیم؛ اما ذاتاً از جنس آدم‌هایی نیستیم که بخواهیم به ماندن در بام ذهن ادامه دهیم، بلکه ما از فرقه‌ی اسماعیلیه بوده و مثل اسماعیل هستیم که هرگز ترسی ندارد سر من‌ذهنی خود را بدهد؛ بنابراین ما



هم در دادن همانیدگی‌ها نباید ترسی داشته باشیم و یا این که درمقابل خرد کل، نترسیم عقل من ذهنی خود را بدهیم و حتی قضا را قضاوت نکنیم و راضی باشیم تا هر لحظه خود را در خانه‌ی دل مستقر کنیم، نه در بام ذهن.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۰

ای حریفان من از آنها نیستم

کز خیالاتی در این ره بیستم

\*بیستم: توقف کنم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۱

من چو اسماعیلیانم، بی حذر

بل چو اسماعیل آزادم ز سر

\*حذر: ترس، بیم

با کمال تشکر و احترام

مهردخت از چالوس

سلام خدمت آقای شهبازی عزیز و دوستان همراه گنج حضور.

دو ستاره‌ی نورانی از غزل ۵۱۰، برنامہ‌ی ۸۹۴

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۵۱۰

بس کن، چون دیده بین و مگو

دیده بگو، دیده‌ی بینا خوش‌ست

هرچیزی دو جنبه دارد: ظاهر و معنا.

حدیث:

«اللَّهُمَّ ارِنِي الْأَشْيَاءَ كَمَا هِيَ»

«خدایا، هرچیز را آن‌طور که حقیقتاً هست، به من بنما!»

فقط دنبال آینه‌ی فضای گشوده‌شده، یعنی چشم عدم، دیده‌ی بینا، باشم تا حقیقت هرچیزی آن‌طور که هست بر من، که من آگاهی این لحظه‌ام، نمایانده شود؛ حقیقت خودم هم که هشیاری خدایی‌ست بر خودم آشکار شود، نه که با ذهن فهمنده، فهمیده شود.

هر لحظه هرچه در مرکز توجه‌ام قرار گرفت و آگاهی‌ام روی آن افتاد که شناخته شود، بدون تأخیر، فضا را باز می‌کنم تا در آینه‌ی فضای بازشده، حقیقت آن چیز را که باطن و معنای آن است ببینم؛ که اگر تأخیر کردم در فضاگشایی، در آینه‌ی ذهن ظاهر آن را که بازی‌ست می‌بینم.



لازمه‌ی بلافاصله و بدون تأخیر فضاگشایی کردن، غم‌خواری و کشیدن درد هشیارانه است، نگاه نکردن در آینه ذهن است؛ بس کن! درد هشیارانه بکش و عادت‌های فهمیدن و تفسیر و قضاوت و سبب پیدا کردن‌ها را متوقف کن! فقط حضور ناظر باش، مانند چشم، فقط ببین و مگو که ظاهر چیست! به گفتِ ذهنی و زبانی و هیجانی درنیاور که در این لحظه چه دیدی!

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۵۱۰

بس کن، چون دیده ببین و مگو

دیده بجو، دیده‌ی بینا خوش‌ست

آینه‌ی ذهن از هر چیزی که وارد آگاهی‌ام می‌شود فقط ظاهرش را نشان می‌دهد؛ تعاریف قبلی و قضاوت‌هایی را که دارد، نابیناست، نمی‌تواند حقیقت را ببیند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۵۱۰

بس کن، چون دیده ببین و مگو

دیده بجو، دیده‌ی بینا خوش‌ست

آینه‌جویی کن! در فضای گشوده‌شده.

فقط در این صورت است که این لحظات به درد ختم نمی‌شود و با موفقیت و خوشی برگزار می‌شود. هرچه وارد هشیاری‌ام می‌شود در این لحظه، باید وارد می‌شد چون فرمان الهی‌ست، حتماً زندگی به تله افتاده‌ای‌ست که آمده پیش من چون کلید زندانش دست من است تا آزاد شود، چون مسئولیت کیفیت هشیاری و «بودن» در آن لحظه برعهده‌ی من بوده است، که من هم در امانت لحظات عمر خیانت کرده و زندگی‌اش را زندگی نکرده و به تله انداختم.



«این لحظه»هایی از عمر عزیز که در ایجاد مسئله و به تبع آن رفتن در فکر و حل کردن مسئله و به نتیجه رساندن آن وضعیت، تبدیل به افسانه و هیروت شده بود و من به جای «بودن» غرق در فکر و مشورت و سرچ در اینترنت و ... و یا در هیجان‌ات ترس، نگرانی، پریشانی، پشیمانی، ملامت، خشم، رنجش و ... شده و زندگی‌هایی را به تله انداخته‌ام. وظیفه‌ی من، تنها دیدن آن چیزی است که وارد مرکز توجه می‌شود، دیدن حقیقت آن چیز با دیده‌ی بینی عدم در آینه‌ی فضای گشوده‌شده‌ی این لحظه، نه فهمیدن آن با فهمنده‌ی کنجکا و ذهن! فهمنده را خاموش کن! فهمیدن‌هایش را که جدی نگیرم و بها ندهم، خودش خاموش می‌شود. حقیقت هر چیز، خدائیت درون آن چیز است، که من باید با فضاگشایی در این لحظه بر آن آگاه شوم، که من آگاهی‌ام، باید در هر اتفاق و در هر لحظه از اصلم آگاه باشم و آگاه بمانم. اگر صبر کردم؛

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۵۱۲

صبر مرا آینه بیماری‌ست

اگر صبر کردم که میهمان این لحظه‌ام هر چه که هست، به گفت‌ذهنی و تفسیر و قضاوت درنیامد، در این صورت حقیقت آن چیز بر من آشکار می‌شود، بر جان اصلی‌ام، نه بر ذهنم که بفهمد. این آشکار شدن حقیقت آن چیز، کلید قفل زندگی به تله افتاده، در آن چیز است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۵۱۰

ذره شدی، باز مرو، که مشو

صبر و وفا کن که وفاها خوش‌ست

من ذهنی با طرح و نقشه‌ی قضا و قدر در اتفاقی کوچک می‌شود یا خودم آگاهانه در موقعیت‌هایی که پیش می‌آید بلندش نمی‌کنم، و در تنهایی‌هایم وارد چرخه‌ی فکرهای پی‌درپی نمی‌شوم تا کوچک شود.



این لطف زندگی و این تلاش خودم، یعنی کشیده شدن و نرفتن را قدر دان باشم و در حد ذره‌ی صفر و دره‌ی کائنات باقی بمانم. مگر آرامش زیر فکرها و شادی بی سبب و طعم زندگی حقیقی را چشیدن چه اشکالی دارد که باز، من ذهنی کوچک و غیرفعال شده‌ی مانند کاه را کوه کنم و فعال کنم و وارد افسانه و هیپروت شوم؟

پس از این لحظه تکان نمی‌خورم، نمی‌روم در نقشه‌های من ذهنی‌ام همکاری کنم، برای شیطان کار نمی‌کنم، به فرزندان همانندگی‌هایم مرتب سر نمی‌زنم که زندگی‌ام را صرف رشد و بزرگ شدن کنند، بر همه‌ی این میل‌ها و کشش‌ها صبر کرده و با پری‌های مهربان فضای یکتایی که بارها خودشان را به من نشان داده و لطافتِ اصلم را یادآور شده‌اند، می‌مانم. تا زمانی که نیاز هست پنهان‌پری می‌کنم، یعنی در این لحظه، پنهان از چشم من ذهنی خودم که مهم‌ترین است و سپس پنهان از من‌های ذهنی اطرافیان، در اتفاق درونی و بیرونی پرواز می‌کنم. در اتفاقات و وضعیت‌های زندگی‌ام با کم‌ترین هستی‌داری حاضر می‌شوم، خودم را پنهان از من ذهنی خودم و دیگران نگه می‌دارم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۵۶۳

چراغست این دل بیدار، به زیر دامنش می‌دار

از این باد و هوا بگذر، هوایش شور و شر دارد

حال و هواهای درونی و بیرونی که شور و شر دارد:

مستِ حال خوشِ حضور شدن: هشیاری‌ام را زیر دامنِ مستی نکردن و مغرور نبودن نگاه می‌دارم.

پیش آمدن موقعیتی برای ابراز وجود من ذهنی موفق: هشیاری‌ام را به زیر دامن بلند نشدن و خودی نشان ندادن نگاه دارم.





پاسخ را دانستن و تحریک شدن که بگویم و مستی حضورم بیشتر شود: هشیاری‌ام را به زیر دامن سکوت کردن و پاسخ را به دیگری واگذار کردن نگاه می‌دارم.

سوءاستفاده از آرامش زیر فکرها و مستی و خواب حضور برای تغییر بچه‌ها و اطرافیان و وضعیت‌ها: هشیاری زیبایم را به زیر دامن رها کردن آن‌ها و کنترل نکردن نگاه می‌دارم تا بدخو و خالی نشوم.

تا از این همه حال و هوای ایجاد شده در بیرون و از حملات من‌ذهنی خودم و من‌ذهنی بزرگ و از این جنگ‌های به‌پا شده بین اضداد و احوال درونی‌ام به سلامت بگذرم و پری زیبای حضور در من ریشه دوانده و قوی و برقرار شود.

دلم را که با زحمات بسیاری و پس از ایجاد دردهای فراوان برای خودم و خانواده‌ام بیدار شده، به زیر دامن به حساب نیاوردن پیشرفت‌ها و درست شدن وضعیت‌ها و جان‌دار شدن‌ها، نگاه می‌دارم. به‌جای نگاه کردن به پره‌های زیبای طاووسی‌ام، پاهای زشت من‌ذهنی‌ام را می‌بینم که این من‌ذهنی با من چه‌ها که نکرد، که فقط خودم و بیشتر از خودم خدا می‌داند؛ چه شب‌ها که با گریه خوابیدم که خدایا من دیگر از خودم می‌ترسم، دیگر از من‌ذهنی‌ام با دردسرها و کارافزایی‌هایش خسته شده‌ام.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۶۰

کز تناقضهای دل پشتم شکست

بر سرم جانا بیا می‌مال دست

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۶۲

سایه خود از سر من برمدار

بی‌قرارم، بی‌قرارم، بی‌قرار



و تو چه مهربانانه، برای خطاهایم فضا باز کردی و تمامی آلودگی‌ها و دردهایی که در خانه‌ی دلم و در دل عزیزانم ایجاد کرده بودم را متواضعانه شست‌وشو می‌دادی و به من فرصت دوباره می‌دادی، بارها و بارها از من ناامید نشدی تا من درس‌م را از اتفاق بگیرم و پخته شوم، تا فضاگشایی را از تو بیاموزم و درونم وسیع شود، برای فضاگشایی درمقابل اشتباهات فرزندان و همسر.

تا وقتی من ذهنی قوی و حضور ضعیف است، وظیفه‌ی من، که من هشیاری و توجه زنده هستم، نگه داشتن توجه خودم پیش اصل خودم است که این لحظه، این جا در درونم، نزدیک‌تر از رگ گردنم همواره با من است.

با همه فرخنده، بدون درگیری و درد ایجاد کردن، و تنها خوش بودن است: بدون فکر، بدون ماجرا، بدون حاشیه، حل‌شده فرض کردن مسائل، مدتی جفا نکردن به زندگی و به اصلم، وفا کردن و پنهان با پری‌های فضای گشوده پریدن با صبر، با رضا، با تسلیم و با شکر.

شاد و سلامت باشید ❤️.

مرضیه از نجف‌آباد



با سلام بر پدر معنوی استاد شهبازی و همراهان گنج حضور، برگرفته از برنامه‌ی ۸۷۴،

«أَنْصِتُوا»

أَنْصِتُوا یعنی ساکت باشید؛ سکوت نزدیک‌ترین حالت ما به خداوند است. أَنْصِتُوا فرمان الهی است که ذهنتان را ساکت کنید و در کار من دخالت نکنید. شما در تبدیل، فکر نکنید این من هستم که شما را تبدیل می‌کنم. سکوت، نزدیک‌ترین حالت ما به خداوند است؛ یعنی ما در هیچ حالتی بهتر از حالت سکوت شبیه خودمان و خداوند نیستیم. سکوت یعنی اتفاق این لحظه در ذهن ما هیاهو ایجاد نمی‌کند، چون ما به اتفاق این لحظه توجه نمی‌کنیم بلکه به فضای سکون و سکوت اطراف و دربرگیرنده‌ی آن توجه می‌کنیم.

ساکت کردن ذهن، پرهیز و فریب نخوردن از حيله‌ی من ذهنی است؛ اگر ما به‌عنوان من ذهنی ساکت شویم، زندگی از طریق ما سخن می‌گوید. سکوت ظاهری و پرهیز از صحبت کردن فقط یک جنبه از أَنْصِتُوا است؛ اگر ما به‌عنوان من ذهنی ساکت و خاموش شویم، زندگی در ما از طریق ما ارتعاش می‌کند و می‌آفریند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

پس شما خاموش باشید أَنْصِتُوا

تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو

«قرین»

هر انسانی یا موضعی که در ارتباط با ماست و ما از آن انرژی جذب می‌کنیم، قرین ماست و جنس ما را نیز تعیین می‌کند. قرین یک ترازو، وسیله‌ی شناسایی است. اگر قرین ارتعاش یک من ذهنی شده‌ای و ارتعاش او در تو مقاومت ایجاد می‌کند، بپذیر که از جنس من ذهنی در مرکز خودت هست؛ با فضاگشایی و شناسایی همانیدگی مربوطه و پذیرش آن



کُن فکان هشیاری ما را از آن جسمیت آزاد کرده و ما شایسته می شویم که قرین نیکوترین از نظر ارتعاش به زندگی داشته باشیم.

قرین یک نیروی تبدیل هم هست، دل ما از قرین خو می دزدد؛ ما می توانیم با انتخاب هشیارانگی قرین خود با زندگی در فرآیند تبدیل هشیارانه با زندگی و انسان های زنده به زندگی قرین شویم و هشیارانه از قرین شدن با من ذهنی پرهیز کنیم.

توجه کنیم که قرین شدن لزوماً از طریق کم کردن فاصله ی فیزیکی انسان ها نیست؛ به هر شکلی ما خود را در معرض ارتعاش کسی قرار می دهیم قرین او شده ایم. هنگامی که خود را قرین یک من ذهنی پیدا می کنیم، راه نجات از طریق مقاومت و فکر و حیلگی من ذهنی نیست. بهترین اتفاق فضاگشایی است و قرین شدن با خود زندگی در این فضای گشوده شده است.

با تجربه ی بزرگانی مثل حضرت مولانا و آقای شهبازی استاد معنوی راه آموخته ایم که دیو، حضور را دوست ندارد؛ دیو به هر کسی که متعهدانه روی خود تمرکز و کار معنوی می کند حمله می کند، باید بسیار هشیار باشیم که دیو با حیلگی های مخفیانه ما را از قرین های معنوی مان جدا نیندازد و گرنه ما را تنها در بیابان ذهن گیر انداخته و چه بسا ما را به جمع هایی بیندازد که ارتعاش درد و دردسازی دارند. اهمیت پرهیز از تبلیغ و دعوت دیگران به راه معنوی خود و دقت در انتخاب روابط در این جا بیشتر روشن می شود.

باسپاس، تشکر، پروین از مهاباد 🌸



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](mailto:Shahbazi@rapidtest.com)