



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هفتصد و هشتاد و هفتم





آقای فرشاد از خوزستان



با عرض سلام

«پرسش نامه طلب»

در این لحظه در هر وضعیتی که باشیم، هر چقدر هم که وضعیت ما خراب باشد، اگر واقعاً و صادقانه طلب داشته باشیم که همانیدگی‌ها را شناسایی کنیم، مطمئناً موفق می‌شویم.

همه چیز آماده است برای شناسایی من‌ذهنی.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

موارد زیر می‌تواند ما را در جواب دادن کمک کند.

۱- در ابتدا، آیا صادقانه قبول دارم که زندگی من خوب نیست و پر از درد است؟ آیا صادقانه و بدون مقایسه خودم با کسی، قبول دارم که گاهی اوقات برای یک چیز بی‌ارزش حسادت می‌کنم؟ آیا صادقانه قبول دارم که برای گرفتن تأیید و توجه هر کاری می‌کنم؟ آیا قبول دارم که من آدم ضعیفی هستم و با کم شدن یکی از همانیدگی‌هایم مثل پولم، سریع خالی می‌شوم و حالم بد می‌شود؟

من قبلاً واقعیت زندگی خودم را از خودم و دیگران مخفی می‌کردم و یک تصویر کامل به آن‌ها ارائه می‌کردم و حتی خودم را هم گول می‌زدم که من واقعاً کامل هستم. الآن که واقعاً فهمیده‌ام که زندگی من خوب نیست و پر از مسئله و درد است، آیا حاضرم آن تصویر ذهنی را خراب کنم و اعتراف به دردهایم بکنم؟ کار بسیار سختی است و ذهن ما شدیداً مخالفت می‌کند.

اگر طلب واقعی داشته باشیم، به ذهنمان توجه نمی‌کنیم و با جرأت و بدون ترس و بدون توجه به حرف دیگران و آبروی من ذهنی، اقرار به درد داشتن می‌کنیم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۲- آیا واقعاً درک می‌کنم که هرچه مشکل و گرفتاری و درد دارم، به‌خاطر من‌ذهنی خودم است و مسئولیتش را می‌پذیرم؟ آیا درک کرده‌ایم که زندگی یا خدا قصد درد دادن به ما را ندارد و اگر ما پر از درد هستیم، به‌خاطر مرکز پر از همانیدگی‌مان است؟

آیا بیت زیر را درک کرده‌ایم؟

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کُند
نفس زنده سوی مرگی می‌تند
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰-

اگر درک کرده‌ایم، پس می‌دانیم که همه‌ی مشکلات به‌خاطر مرکزمان است. اگر درک کرده‌ایم، پس می‌دانیم که تا زمانی که این من‌ذهنی را در مرکزمان نگه داریم، زندگی خوبی نخواهیم داشت، امکان ندارد، این قانون زندگی است.

بنابر این اگر فکر می‌کنیم که مثلاً پدر و مادر ما و یا دیگران، زندگی ما را خراب کردند و در گذشته به ما بد کردند و در نتیجه از آن‌ها کینه داریم، در این صورت این فکر را نگه نمی‌داریم. به‌خاطر خودمان نگه نمی‌داریم، چون این‌ها باعث می‌شوند من ذهنی هنوز در مرکز ما باشد و ما را آلوده کند.

فعلِ توست این غصّه‌های دَم به دَم
این بود معنی قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۳- چرا می ترسیم اعتراف کنیم که زندگی خوبی نداریم؟ چون فکر می کنیم ما من ذهنی هستیم. فکر می کنیم که اگر اعتراف کنیم که ما همانیده با تأیید و توجه هستیم، به این معنی است که ما آدمِ حقیر و بی ارزشی هستیم. فکر می کنیم همه ی آدم ها کامل هستند و فقط ما درد داریم.

در حالی که الآن فهمیدیم که ما در اشتباه بودیم. یک مرضی در ما وجود دارد به نام مرض همانیدگی، که دید حاصل از این مرض، زندگی ما را خراب کرده است. درست است که این دید در ما وجود دارد، ولی جدا از ماست. بنابراین این که من برای تأیید و توجه خودم را می کشم، این که الآن حسود و تنگ نظر هستم، مهم نیست. مهم نیست که در گذشته کارهای بدی کردم. تا الآن می ترسیدم اعتراف کنم، چون ارزش خود را به این من ذهنی می دانستم، آبروی من ذهنی داشتم.

حالا، چه چیزی مهم است؟ طلب واقعی و درک این که من اگر پر از درد هستم و خودم را لایق نمی دانم، همه به خاطر همان سیستم من ذهنی است که من آن نیستم. طلب واقعی یعنی این که من خجالت نمی کشم اعتراف به دردهایم بکنم، بلکه تمام تلاشم را می کنم که این من ذهنی را و همانیدگی ها را شناسایی کنم و در برابر آن ها فضاگشایی کنم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۴- وقتی شروع به کار کردن روی خودمان با برنامه‌ی گنج حضور می‌کنیم، فضاگشایی سخت است و شاید نتوانیم تسلیم واقعی شویم. ممکن است به‌طور ذهنی این کار را بکنیم، یا ممکن است نتوانیم ذهنمان را کامل خاموش کنیم، یا نتوانیم تشخیص بدهیم که چه فکری از من ذهنی است و چه فکری از فضای حضور.

ولی همین‌ها هم کمک می‌کند و ما باید صبر کنیم و کار کردن را با طلب صادقانه ادامه بدهیم. مرتب که جلو می‌رویم و روی خودمان کار می‌کنیم، پیشرفت را حس می‌کنیم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۵- شکل‌های برنامه‌ی گنج حضور بسیار به پیشرفت ما سرعت می‌بخشد. در واقع کل کارهای عملی که ما باید در درونمان انجام بدهیم، در توضیحات شکل‌ها آمده است.

برای فهمیدن صورت مسئله، برای حس کردن صبر و پرهیز در درون، برای دیدن مسئله‌سازی و مقاومت و قضاوت در درون، برای درک این که ما من‌ذهنی نیستیم، برای این‌ها شکل‌ها و توضیحات آن بسیار به ما کمک می‌کنند.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۶- گاهی در یک جمله از آقای شهبازی، متوجه می‌شویم که ما داریم کاملاً اشتباه کار می‌کنیم. گاهی با یک جمله، فوراً یک همانیدگی را شناسایی می‌کنیم.

گاهی ترکیب چند بیت با هم، یکدفعه در ما تغییر ایجاد می‌کند. بنابراین دیدن برنامه به‌طور کامل ضروری است.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۷- بیت‌های مولانا را چگونه روی خودمان پیاده می‌کنیم؟

مولانا از تمثیل‌های خورشید و ماه و زمین و ... استفاده می‌کند. فهمیدن معنی ادبی بیت مهم است، ولی مولانا در مورد درون انسان صحبت می‌کند. وقتی یک بیت را می‌خوانیم، باید به درون خودمان برگردیم و بررسی کنیم که این بیت‌ها و این تمثیل‌ها، به چه چیزی در درون من اشاره می‌کند؟ به چه حالتی در درون من اشاره می‌کند؟ چه کاربردی در عمل برای من دارد؟

مثلاً بیت:

چون ز زنده مُرده بیرون می‌گُند
نفس زنده سوی مرگی می‌تُند
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

این بیت از نظر عملی چه می گوید به ما؟ می گوید هر حرکتی، هر حرفی، هر فکری، هر کاری، با دید من ذهنی به خرابکاری و ضرر منجر می شود و این قانون زندگی است. بنابراین از نظر عملی، خیال ما را راحت می کند و می گوید که ما هیچ راهی نداریم که من ذهنی را شناسایی و کوچک کنیم.

یا مثلاً به این موضوع توجه می کنیم که این بیت در بیرون و در زندگی ما چگونه مصداق دارد؟ متوجه می شویم که مثلاً در رابطه ها، همین که پای توقع و یا کنترل می آید وسط، کار خراب می شود، چرا؟ چون «نفس زنده سوی مرگی می تند». یا مثلاً براساس این بیت اگر کینه از کسی داشته باشیم، می اندازیم، چرا؟ چون این کینه باعث می شود من ذهنی زنده بماند و بنابراین خرابکاری می کند. یا مثلاً متوجه می شویم هر کاری با عجله و خشم، باعث کارافزایی و ایجاد مسئله می شود.

همچنین از این بیت یاد می گیریم که دیگر زرنگی من ذهنی را کنار بگذاریم، سروصدا و شکایت را کنار بگذاریم، چرا؟ چون همه ی این ها کار من ذهنی است و صد درصد به ضرر منجر می شود.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۸- وقتی یک بیت و یا یک موضوع مثل قرین، مرتب در برنامه‌های متعدد می‌آید، مطمئناً دارای اهمیت بسیار زیادی است. اگر ذهن ما مقاومت می‌کند و می‌گوید همه‌اش تکراری است، پس مطمئن باشیم که اهمیت آن موضوع را درک نکرده‌ایم.

باید برویم و تأثیر آن موضوع را در زندگی‌مان بررسی کنیم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۹- ما باید یک جایی به طور واقعی فضا را باز کنیم و یک همانیدگی را بیندازیم، تا شادی و حس امنیت زندگی را حس کنیم و بعد از آن ترسمان بریزد و برای رسیدن به شادی و حس امنیت بیشتر، مشتاق شویم. ممکن است زمان برد و لازم باشد صبر کنیم، تا بالاخره یک مرتبه فضا را باز کنیم.

آدمی که طلب واقعی دارد، بسیار تمرکز می کند روی خود و کاملاً جدی به برنامه گوش می دهد. کلمه به کلمه شعرها را می خواند و سپس توضیحات مربوط به هر شعر را می خواند. مرتب، خط به خط توضیحات را می خواند و دوباره بیت را می خواند. تمرکزش روی خودش است و ذوق دارد که هر بیت را در درون خود درک کند.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۱۰- وقتی گفته می‌شود که «منظور زندگی زنده شدن به خداست»، یعنی چه؟ یعنی مهم‌ترین کار ما این است. فقط این کار است که جدی است، بقیه همه بازی است. اگر این کار را انجام ندهیم، همه چیز جان‌کندن است، بادام پوچ است، درد است.

بنابراین این طوری نیست که ما بگوییم شناسایی من‌ذهنی یک کار اختیاری است. این طوری نیست که بگوییم «اگر من‌ذهنی را شناسایی کنیم زندگی‌مان بهتر می‌شود، ولی اگر هم نکنیم مشکلی ندارد.»

بنابراین همه چیز می‌رود به حاشیه و ما با زمینه‌ی حضور به بقیه‌ی کارها می‌پردازیم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۱۱- تنبلی و کاهلی ذهن و وقت تلفی:

ذهن، تمایل به ماندن در وضعیت قبلی دارد و میل به تغییر ندارد. انواع همانیدگی داریم که کاملاً بر ما تسلط دارند و هر کدام ما را به سمتی می کشند. بنابراین انرژی ما را می گیرند و تبدیل به درد و مسئله می کنند.

با من ذهنی، منجمد هستیم و سر جایمان درجا می زنیم و یک کار آسان را طول می دهیم. ذهن می گوید بگذار برای فردا، حالا بگیر بخواب، فعلاً حال نداری، بگذار سر فرصت، بگذار بعد از رسیدن به فلان وضعیت. یعنی ذهن تمایل دارد کارها را و وضعیت ها را کش دهد و در همان جا خانه کند. حتی این تنبلی و کاهلی ذهن، گاهی اجازه نمی دهد برای دیدن برنامه و کار کردن روی خودمان وقت بگذاریم. اجازه نمی دهد قانون جبران را رعایت کنیم. باید شناسایی کنیم که این ها همه از کاهلی من ذهنی است و نباید به آن چه که ذهن نشان می دهد توجه کرد. باید شناسایی کنیم که من ذهنی چگونه باعث اتلاف وقت ما می شود؟

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۱۲- درست است که روی خودمان کار می‌کنیم، ولی شک داریم و از دیگران تقلید می‌کنیم. از طرفی در بیرون، گروه‌های مختلف وجود دارد که ممکن است ما برای درمان دردهای خود، به آن گروه‌ها کشیده بشویم و بنابراین در گروه‌های مختلف فعالیت کنیم و توجه‌مان جاهای مختلف باشد. باید توجه کنیم که بعضی از این گروه‌ها اگر در بهترین حالت برای ما درد درست نکنند، راه‌حل به ما نمی‌دهند.

من ذهنی را با من ذهنی نمی‌شود شناسایی کرد. تا ما فضا را باز نکنیم، من ذهنی شناسایی و کوچک نمی‌شود و از طرفی فضاگشایی هم کار آسانی نیست و با حرف و گفتگو نمی‌شود. بنابراین ممکن است وقت زیادی بگذاریم، ولی چون در انبار خود موش داریم، به نتیجه نمی‌رسیم و بعد از مدتی ناامید نمی‌شویم. مسئولیت تشخیص این موضوع با خود ماست.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۱۳- پس از این که شروع به کار کردیم و مقداری پیشرفت کردیم، من ذهنی با چهره‌های دیگر وارد می‌شود و می‌خواهد باز هم کار ما را فاسد کند و پیشرفت ما را بی‌اثر کند. برخی از این عوامل لغزش عبارت‌اند از:

۱- کشیده شدن به نصیحت کردن و قصد تغییر دادن آن‌ها:
یک مقداری که پیشرفت می‌کنیم، با خود می‌گوییم که شاد زندگی کردن خیلی آسان است و به راحتی می‌شود من ذهنی را شناسایی کرد. بنابراین دچار یک می‌دانم من ذهنی می‌شویم و فکر می‌کنیم استاد شدیم. در واقع چون ما همانیدگی‌های زیادی داریم و هر یک از این همانیدگی‌ها فشار زیادی روی ما می‌آورند، با انداختن یکی از همانیدگی‌ها کم شدن فشار را حس می‌کنیم و جانمان کمی آزاد می‌شود، ولی این موضوع به این معنی نیست که دیگر تمام شد و ما استاد شدیم. کار بسیار سختی است که در تله‌ی نصیحت کردن دیگران نیفتیم. اگرچه بارها و بارها این موضوع خبر و سنی کردن در برنامه توضیح داده شده است، ولی ما گوش نمی‌گیریم. این قدر می‌رویم نصیحت می‌کنیم و خالی می‌شویم تا بالاخره متوجه بشویم. می‌توانیم با فضاگشایی در برابر تحریک من ذهنی، وقت تلفی و کارافزایی نکنیم و از همان اول جلوی خالی شدن را بگیریم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۲- تأیید و توجه گرفتن از راه معنوی:

این تله، حتماً وجود دارد و سراغ ما هم می‌آید. این بار می‌خواهیم از معنویت و شعر مولانا و استاد شدن، تأیید و توجه بگیریم و بنابراین به مقایسه و حسادت می‌افتیم. در واقع قبلاً به فکر و تصویر ذهنی مثلاً پول حس هویت تزریق می‌کردیم و از آن تأیید و توجه می‌گرفتیم، الآن در سطح بالاتری، معنویت را به صورت یک تصویر ذهنی تجسم می‌کنیم و می‌خواهیم از آن تأیید و توجه و خوشبختی بگیریم. یعنی باز هم من ذهنی دارد کار می‌کند، فقط محتوای تأیید و توجه عوض شده. این تله بسیار بسیار موزی است. طلب صادقانه می‌خواهد، حواس جمعی می‌خواهد، مراقب بودن را می‌خواهد. هر لحظه فکر تأیید و توجه بالا می‌آید و باید هر لحظه حواسمان جمع باشد تا بتوانیم شناسایی کنیم و فضا را باز کنیم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۳- اندازه‌گیری حضور و ملامت و ناامیدی:

حضور را در ذهنمان تجسم می‌کنیم و به تصویر ذهنی آن حس هویت می‌دهیم و آن را مانند یک جسم تصور می‌کنیم و مشخصات و ویژگی‌هایی برای این تصویر ذهنی در نظر می‌گیریم و با آن ویژگی‌ها پیشرفت خودمان را اندازه می‌گیریم. در واقع همه‌اش کارهای ذهن است و چون این جسم تصویری ما از حضور مرتب بالا و پایین می‌شود، ما هم مدام ناامید می‌شویم و یا دچار می‌دانم من ذهنی می‌شویم. مثلاً، با ذهنمان تجسم می‌کنیم کسی که به حضور رسیده است، می‌تواند فلان کار را به خوبی انجام دهد و چون من نمی‌توانم، پس ناامید می‌شوم و یا برعکس، چون خیلی خوب انجام می‌دهم، یعنی خیلی بلد هستم.

حضور یعنی نبودن من ذهنی، در حالی که این اندازه‌گیری‌ها همه از من ذهنی است. معلوم است که من ذهنی برای حفظ خود به ما می‌گوید که پیشرفت نکردی تا ما را ناامید کند. چون اگر ناامید شویم، من ذهنی تقویت می‌شود. همچنین این کار باعث می‌شود که ما تصویر ذهنی‌مان را با تصویر ذهنی دیگران مقایسه کنیم و به حسادت بيفتيم. همه‌اش موش من ذهنی است. باید خیلی مراقب باشیم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۴- مسائل گذشته:

گذشته دیگر وجود ندارد، بنابراین فقط فکرش هست که وجود دارد. گذشته یعنی من ذهنی، بنابراین یکی از بهترین ابزارهای من ذهنی برای منحرف کردن ما، مسائل و دردهای گذشته است. پس، اگر طلب واقعی داریم، به خاطر خودمان گذشته را رها می‌کنیم، چون هر فکر از گذشته یعنی جان دادن دوباره به من ذهنی.

قبلاً آگاه از من ذهنی نبودیم و نمی‌دانستیم، بنابراین اشتباه کردیم. الآن فقط از آن‌ها درس می‌گیریم؛ نه این که دردهایش را نگه داریم، چون در این صورت باز هم همان اشتباه را داریم می‌کنیم. اگر هم باید جریمه بدهیم، می‌دهیم تا تمام بشود و بیفتد و راضی هستیم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۵- قرین:

قبلاً فکر می کردیم جنسیت از طریق باور و رنگ و کشور و شهر و خانواده و ... است و بر اساس این ها قرین خود را انتخاب می کردیم. الآن یاد گرفتیم که جنسیت فقط از طریق فضای گشوده شده است؛ بنابراین این مهم است که چه کسانی من ذهنی ما را بالا می آورند و چه کسانی باعث می شوند فضای ما باز شود.

اگر یک چیزی یا یک کسی مرتب به من درد می دهد و فضای من را می بندد، رابطه ام را قطع می کنم، چون فقط فضای باز درونم است که مهم است.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۱۴- در این مسیر، فقط حرکت کنیم و لحظه‌ای نایستیم. همانیدگی و من‌ذهنی داریم، بنابراین مرتب فکریایی مثل تأیید و توجه و مقایسه و حسادت برای ما می‌آید. بعضی موقع‌ها اشتباه می‌کنیم، بعضی موقع‌ها عصبانی می‌شویم، بعضی موقع‌ها زیر فشار دردها اذیت می‌شویم، بعضی موقع‌ها ناامید می‌شویم، خلاصه مرتب و مرتب، زمین می‌خوریم. ولی با وجود همه‌ی این‌ها راضی هستیم، صبرمان را هیچ‌وقت از دست نمی‌دهیم و دل‌سرد نمی‌شویم. فضا را باز می‌کنیم و فقط این برای ما مهم است که همواره طلب صادقانه داشته باشیم و مدام در فکر این کار باشیم. فقط این کار است که جدی و ارزشمند هست، بقیه‌ی کارها بازی و شوخی.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

با تشکر و احترام
-فرشاد از خوزستان



آقای نیما از کانادا



بی مرادِ بی چاره، بی سروپای بیگانه

در برنامه‌ی ۹۱۱ آقای شهبازی فرمودند:

«عقلِ جزئی من ذهنی در طولِ تاریخ فقط تولیدِ جنگ کرده‌است»

تقریباً ۱۰ سال پیش با خانمی که از خودم ۶ سال بزرگتر بود، همانیده شدم. اسمش را عشق و عاشقی گذاشته بودم، ولی «همانیدگی» بود؛ آن هم تا عمقِ پوست و گوشت و استخوان. صبح و شب و تمامی لحظات فقط و فقط فکرم ایشان بود و محوریت زندگی‌ام.

منی که هیچ‌گاه تا آن موقع قصد ازدواج نداشتیم، تصمیم به ازدواج با آن خانم گرفتم. همه‌ی اطرافیان و علی‌الخصوص مادرم مخالفت شدید نشان می‌دادند. بسیار شب‌ها نخواستیدم و گریه‌ها کردم، به چه فلاسفه‌ای که رجوع نکردم! اما واقعاً وقتی که عشقِ ایزدی نباشد، تماماً جنگ است.

مشاوره جواب نداد. کلک‌ها و دروغ‌ها و سیاست‌بازی‌ها جواب نداد. تنش پشت تنش در رابطه‌ای که به اصطلاح عاشقانه‌ای که هیچ مشکلی نداشت. چه شب‌هایی که با دوستی تا صبح حرف می‌زدم که با گذاشتن عقل هم بتوانیم راه حلی پیدا کنیم که نشد. روزه‌روز نحیف‌تر و آسیب‌دیده‌تر. چه جملاتِ قلنبه‌سلبه‌ای که از فلاسفه و روشن‌فکران از حفظ بودم، ولی نشد که نشد.

تا که یک روز...

ز بیت مراد خود را دو سه روز ترک کردم
چه مراد مآند زان پس که می‌سرم نیامد
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۷۰

با اینکه بسیار بسیار سخت بود، رها کردم. مرادم، وصلت با آن خانم، را رها کردم. همین یک بیت مرا و ایشان را نیز، نجات داد. آری، فقط همین یک تک بیت.

درد پشتِ درد، گریه پشتِ گریه، ولی زهی که بهشت در سختی‌ها و ناگواری‌ها نهفته است.

شاد آن صبحی که جان را چاره‌آموزی کنی
چاره او یابد که تُش بیچارگی روزی کنی
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۷۷

واقعاً که وقتی به بیچارگی‌ام اقرار کردم، باریکه‌ای نور به شبِ ذهنم تابید و کمی روشن شدم. ناگفته نماند که قدرش را ندانستم و راه عقل من‌ذهنی را باز پیش‌گرفتم و جنگِ پشتِ جنگ در چالش‌های بعدی زندگی؛ اما مزه‌ی رهایی از دانستگی را اندکی چشیدم.

کاش آن زمان می‌دانستم که اقرارِ هشیارانه به بیچارگی یعنی همان صبح. اما نبود؛ حس و طلبی نبود که آموزشِ عشقی را بطلبد. الحق که:

از دل و از دپدهات بس خون رود
تا ز تو این معجبی بیرون رود
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵

تا به دیوارِ بلا ناید سرش
نشود پندِ دل آن گوشِ کرش
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳

اکنون دیگر ماری افعی شده بودم که از هر جنس مونثی بیزار بود و به چشم ابزار به آنها نگاه می کرد. فکر می کردم باید انتقام بگیرم.

آری... واقعاً که:

«عقل من ذهنی برای حل مشکلات فقط تولید جنگ کرده است.»

بی‌مرادی یادم رفت. یادم رفت که فقط با یک پَر روزه، چه مرادهایی که نصیبم نشده بود. وقتی ویزای آمریکایم ریجکت شد، چه فحش‌ها و ناسزاهایی که به خدا می‌دادم. وقتی که نتوانستم بروم خارج و مجبور شدم بروم خارج از شهر، توی یک کارخانه در وسط کویر کار کنم، نمی‌دانستم که این لطف خداست که مرا بسازد. یادم رفت که بهشت در زیر سختی‌ها نهفته است.

وقتی باز به بیچارگی‌ام اعتراف کردم، از جایی که عقل جنگ‌سازم هم خبر نداشت، راه‌هایی باز شد و من آدمم کانادا. ولی باز قدرشناسی و ناسپاسی‌ام آن عسل‌نوشی را فراموش کرد.

عنایتش مرا به گنج حضور وصل کرد. اما باز آدم نمی‌شدم. تمام پول و زحمت و تلاش را خرج فسق و فجور، و کشیدن دراگ و مواد توهم‌زا می‌کردم. باز هم عنایتش شامل حالم شد تا به بیچارگی مطلق برسم.

آری وقتی سودایش در سرم افتاد، دیگر جز او مرادی نخواستم و نمی‌خواهم. یک راز به من گفت و هر ثانیه آن راز را می‌بوسم و نگاه می‌کنم و صدایش می‌کنم. تابِ نگاه در خورشید را ندارم، ولی ماهش هم همان لذت را برایم به ارمغان می‌آورد:

سر سُخرهٔ سودا شد، دل بی‌سر و بی‌پا شد
ز آن مه که نمودستی، ز آن راز که گفتستی
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۸۲

آن نیمای گذشته هنگام نوشتن این متن، ترس و لرزی داشت، می‌هراسید، ولی نعره‌ی «لاضیر» من، آن نیما را برایم بیگانه کرده‌است. آری بیگانه‌ای بی‌سروپا، بیچاره‌ای بی‌مراد:

می‌مالم این دو چشم که خواب است یا خیال
باور نمی‌کنم عجب ای دوست کاین منم
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۸
آری، من هرگز به عقب برنخواهم گشت.

با عشق و احترام،
- نیما از کانادا



آقای علی از بندرعباس



با سلام و تشکر بابت تلاش‌های همه‌ی همراهان 

بدرد مرده کفن را، به سر گور برآید
اگر آن مرده‌ی ما را ز بت من خبر آید
غزل ۷۶۲، دیوان شمس مولانا

مصرع اول این بیت، تمام چیزی است که من می‌خواهم. هدفم از گوش کردن به گنج حضور، هدفم از ساعت‌ها قدم زدن و تکرار ابیات مولانا، هدفم از نوشتن و اجرای قانون اساسی، هدف خلقتم.

تمام خواست من توی این مصرع آمده. من می‌خواهم از من‌ذهنی خارج شوم و به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده بشوم.

تمام خواست من توی این مصرع آمده. من می‌خواهم از من ذهنی خارج شوم و به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده بشوم.

تمام آنچه که برای تحقق خواستم نیازم، در مصرع دوم آمده:

«خبر و خردی از جانب خداوند»

غیر از این با هیچ عامل و هیچ شرایط یا کاری، هدفم محقق نمی‌شود. فقط و فقط باید ناظر محتوای ذهنم باشم، تا دم‌ایزدی از مردگی، هوشیاری رو خارج کند. در این راه هیچ علتی کارگر نیست.

دم او جان دهدت، رو ز نَفَخْتُ بپذیر
کار او کُن فیکون است، نه موقوف علل
غزل ۱۳۴۴، دیوان شمس مولانا

پس چرا من این موضوع رو مرتباً فراموش می‌کنم؟ چون از کودکی با علّت و سبب‌ها شرطی شدم.

تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌ای
در سبب، از جهل بر چفسیده‌ای
دفتر سوم مثنوی مولانا، بیت ۳۱۵۳

خروج از این حالت همانیدگی با علل ذهنی، ممکن است. باید دم‌به‌دم ناظر بی‌قضاوت محتوای ذهنم باشم. در همین حالت نظارت است که ناگهان چشم هشیاری درونم باز می‌شود که ای من غلام چنان ناگهان.

تو مراقب شو و آگه، گه و بی‌گاه که ناگه
مثل کحل عزیزی، شه ما در بصر آید
غزل ۷۶۲، دیوان شمس مولانا

—علی از بندرعباس



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