



پیغام عشق

قسمت هفتصد و هشتاد و هفتم





با عرض سلام

«پرسش نامه طلب»

در این لحظه در هر وضعیتی که باشیم، هرچقدر 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 من‌ذهنی، 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؟

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کُند

نَفَسِ زنده سَویِ مرگی می‌تَند

اگر درک کرده‌ایم، پس می‌دانیم که همهٔ 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. بنابراین 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 من‌ذهنی هنوز در مرکز ما باشد و ما را آلوده کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعلِ توسَت این غصّه‌هایِ دَم به دَم

این بود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۳- چرا می‌ترسیم اعتراف کنیم که زندگی خوبی نداریم؟ چون فکر می‌کنیم ما من‌ذهنی هستیم. فکر می‌کنیم که اگر اعتراف کنیم که ما همانیده با تأیید و توجه هستیم، به این معنی است که ما آدمِ حقیر و بی‌ارزشی هستیم. فکر می‌کنیم همهٔ آدم‌ها کامل هستند و فقط ما درد داریم. درحالی که الان 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 می‌کشم، این که الآن حسود و تنگ‌نظر هستم، مهم نیست. مهم نیست که در گذشته کارهای بدی کردم. تا الآن می‌ترسیدم اعتراف کنم، چون ارزش خود را به این من‌ذهنی می‌دانستم، آبروی من‌ذهنی داشتم.

حالا، چه چیزی مهم است؟ طلب واقعی و درک این که من اگر پر از درد هستم و خودم را لایق نمی‌دانم، همه به‌خاطر همان سیستم من‌ذهنی است که من آن نیستم. طلب واقعی یعنی این که من خجالت نمی‌کشم اعتراف به دردهایم بکنم، بلکه تمام تلاشم را می‌کنم که این من‌ذهنی را و همانیدگی‌ها را شناسایی کنم و در برابر آن‌ها فضاگشایی کنم.

آیا طلب واقعی دارم؟ بلی ☐ خیر ☐

۴- وقتی شروع به کار کردن روی خودمان با برنامه 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 من‌ذهنی 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 برنامه گنج حضور بسیار به پیشرفت ما سرعت می‌بخشد. درواقع 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 همه 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 داریم؟ 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:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کُند

نفس زنده سوی مرگی می‌تَند

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

یا مثلاً به این موضوع توجه می‌کنیم که این بیت در بیرون و در زندگی ما چگونه مصداق دارد؟ متوجه می‌شویم که مثلاً در رابطه‌ها، همین که پای توقع و یا کنترل می‌آید وسط، کار خراب می‌شود، چرا؟ چون «نفس زنده سوی مرگی می‌تَند». یا مثلاً براساس این بیت اگر کینه از کسی داشته باشیم، می‌اندازیم، چرا؟ چون این کینه باعث می‌شود من ذهنی زنده بماند و



بنابراین خرابکاری می‌کند. یا مثلاً متوجه می‌شویم هر کاری با عجله و خشم، باعث کارافزایی و ایجاد مسئله می‌شود. هم چنین از این بیت یاد می‌گیریم که دیگر زرنگی من‌ذهنی را کنار بگذاریم، سروصدا و شکایت را کنار بگذاریم، چرا؟ چون همه این‌ها کار من‌ذهنی است و صددرصد به ضرر منجر می‌شود.

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 به‌طور 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 ببرد و لازم باشد صبر کنیم، تا بالاخره یک مرتبه فضا را باز کنیم.

آدمی که طلب واقعی دارد، بسیار تمرکز می‌کند روی خود و کاملاً جدی به برنامه گوش می‌دهد. کلمه به کلمه شعرها را می‌خواند و سپس توضیحات مربوط به هر شعر را می‌خواند. مرتب، خط به خط توضیحات را می‌خواند و دوباره بیت را می‌خواند. 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 من ذهنی یک کارِ اختیاری است. این طوری نیست که بگوییم «اگر من ذهنی را شناسایی کنیم زندگی مان بهتر می شود، ولی اگر هم نکنیم مشکلی ندارد.»، بنابراین همه چیز می رود به حاشیه و ما با زمینه حضور به بقیه کارها می پردازیم.

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 می کنیم، ولی شک داریم و از دیگران تقلید می کنیم. از طرفی در بیرون، گروه های مختلف وجود دارد که ممکن است ما برای درمان دردهای خود، به آن گروه ها کشیده بشویم و بنابراین در گروه های مختلف فعالیت کنیم و توجه مان جاهای مختلف باشد. باید توجه کنیم که بعضی از این گروه ها اگر در بهترین حالت برای ما درد درست نکنند، راه حل به ما نمی دهند.



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 گفت‌وگو 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 تله 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 د 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. درواقع 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. درواقع 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، درحالی‌که 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 بیفتیم. 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 می‌کردیم جنسیت از طریق باور و رنگ و کشور و شهر و خانواده و ... است و براساس این‌ها قرین خود را انتخاب می‌کردیم. الآن یاد گرفتیم که جنسیت فقط از طریق فضای گشوده شده است؛ بنابراین این مهم است که چه کسانی من ذهنی ما را بالا می‌آورند و چه کسانی باعث می‌شوند فضای ما باز شود. اگر یک چیزی یا یک کسی مرتب به من درد می‌دهد و فضای من را می‌بندد، رابطه‌ام را قطع می‌کنم، 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. همانندگی و من ذهنی 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 همه 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، بقیه کارها بازی و شوخی.

آیا طلب واقعی دارم؟ ☐ بلی ☐ خیر

با تشکر و احترام

فرشاد از خوزستان



بی مرادِ بی چاره، بی سروپای بیگانه

در برنامه ۹۱۱ آقای شهبازی فرمودند:

«عقلِ جزیی من ذهنی در طولِ تاریخ فقط تولیدِ جنگ کرده است»

تقریباً ۱۰ سال پیش با خانمی که از خودم ۶ سال بزرگ تر 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 زندگی ام.

منی که هیچ گاه تا آن موقع قصدِ ازدواج نداشتیم، تصمیم به ازدواج با آن خانم گرفتیم. همه اطرافیان و علی الخصوص مادرم مخالفت شدید نشان می دادند. بسیار شبها نخوابیدم و گریه ها کردم، به چه فلاسفه ای که رجوع نکردم! اما واقعاً وقتی که عشقِ ایزدی نباشد، تماماً جنگ است.

مشاوره جواب نداد. کلکها و دروغها و سیاست بازیها جواب نداد. تنش پشت تنش در رابطه ای که به اصطلاح عاشقانه ای که هیچ مشکلی نداشت. چه شبهایی که با دوستی تا صبح حرف می زدم که با گذاشتنِ عقل هم بتوانیم راه حل پیدا کنیم که نشد. روز به روز نحیف تر و آسیب دیده تر. چه جملاتِ قلنبه سلنبه ای که از فلاسفه و روشن فکران از حفظ بودم، ولی نشد که نشد.

تا که یک روز...

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۷۰

ز پیت مرادِ خود را دو سه روز ترک کردم

چه مراد ماند زان پس که میسرم نیامد



با این که 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 پشت درد، گریه پشت گریه، ولی زهی که بهشت در سختی‌ها و ناگواری‌ها نهفته است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۷۷

شاد آن صبحی که جان را چاره‌آموزی کنی

چاره او یابد که تُو بیچارگی روزی کنی

واقعاً که وقتی به بیچارگی‌ام اقرار کردم، باریکه‌ای نور به شبِ ذهنم تابید و کمی روشن شدم. ناگفته نماند که قدرش را ندانستم و راهِ عقلِ من‌ذهنی را باز پیش‌گرفتم و جنگ پشت جنگ در چالش‌های بعدی زندگی؛ اما مزه‌رهایی 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:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵

از دل و از دیده‌ات بس خون رود

تا ز تو این مُعْجَبی بیرون رود

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳

تا به دیوارِ بلا نآید سرش

نشنود پندِ دل آن گوشِ کرش

اکنون دیگر ماری افعی شده بودم که از هر جنس مونثی بیزار بود و به چشم ابزار به آن‌ها نگاه می‌کرد. فکر می‌کردم 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 نتواستم بروم خارج و مجبور شدم بروم خارج از شهر، توی یک کارخانه در وسط کویر کار کنم، نمی‌دانستم که این لطفِ 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 آمدم 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 دراک 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 نخواستیم و نمی‌خواهیم. یک راز به من گفت و هر ثانیه آن راز را می‌بوسم و نگاه می‌کنم و صدایش می‌کنم. تاب نگاه در خورشید را ندارم، ولی ماهش هم همان لذت را برایم به ارمغان می‌آورد:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۸۲

سر سُخره سودا شد، دل بی‌سر و بی‌پا شد

ز آن مه که نمودستی، ز آن راز که گفتستی

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



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۸

می‌مالم این دو چشم که خوابست یا خیال

باور نمی‌کنم عجب ای دوست کاین منم

آری، من هرگز به عقب برنخواهم گشت.

با عشق و احترام،

نیما از کانادا



با سلام و تشکر بابت تلاش‌های همه همراهان ❤️

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۲

بَدَرْدِ مرده کفن را، به سرِ گور برآید

اگر آن مرده ما را ز بُتِ 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 آن‌چه که برای تحقق خواسته‌ام 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، هشیاری رو خارج کند. در این راه هیچ علتی کارگر نیست.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

دَمِ او جان دَهَدَتِ رو ز نَفَخْتِ بپذیر

کار او کُن فیکون است، نه موقوفِ علل

غزل ۱۳۴۴، دیوان شمس مولانا



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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳

تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌یی

در سبب، از جهل بر چفسیده‌یی

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.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۲

تو مراقب شو و آگه، گه و بی‌گاه که ناگه

مَثَلِ کُحْلِ عَزِیزی، شه‌ما در بصر آید

غزل ۷۶۲، دیوان شمس مولانا

علی از بندرعباس



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

