



پیغام عشق

قسمت هفتصد و بیست و هشتم





با درود و سپاس بر تمامی کائنات عالم هستی و آقای شهبازی نازنین.

برنامه ۹۰۴ بخش چهارم، همراه با ابیات انتخابی و همراه با تجربیات زندگی شخصی ام.

موضوع: عواملی که سبب می شود تغییر دادن خود سخت شود و انسان ها دچار جبر من ذهنی بشوند.

به نام خداوند عشق

ششمین عامل: حفظ نکردن خود از اثر قرین و اثرپذیری از جمع های من ذهنی

ما انسان ها غافل از آنیم که بر روی یکدیگر در اثر هم صحبتی و هم نشینی تأثیر گذار می باشیم و این پندار کمال ماست که خود را آسیب ناپذیر پنداشته که می گوییم: هر جا بروم و با هر کسی رفت و آمد و گفت و گو داشته باشم روی من اثر نمی گذارد و یا در هر جمعی می توانم حاضر شوم و جمع های من ذهنی اثرات منفی روی من نخواهند داشت.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱

می رود از سینه ها در سینه ها

از ره پنهان، صلاح و کینه ها

یعنی از مرکز من به مرکز دیگران هم صلاح که همان انرژی بیدار کننده و خوب، و هم انرژی محدود کننده و منقبض کننده منتقل می گردد و اثر گذار می باشد. و اما تجربه شخصی و خانوادگی ام: در گذشته در جمع همکارانم حاضر می شدم و در گفت و گوهای آن ها شرکت می کردم و در واقع می توانم گفت که مجلس گرم کن آن ها و اهل سخنان بی مورد که در خیلی موارد مورد استقبال آنان واقع می شد و گفت و گوهایی که در این زمینه صورت می گرفت هیچ کدام ثمره و نتیجه و بار معنوی را دربر نداشت و فقط برای پر کردن اوقات بی کاریمان بود، و غافل از این بودم که چگونه وقت با ارزش خود را به بیهوده گویی و گزافه گویی صرف می کنم.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۴

حق ذاتِ پاکِ الله الصَّمَد

که بُود بهُ مارِ بد از یارِ بد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۵

مارِ بد جانی ستاند از سلیم

یارِ بد آرد سویِ نارِ مقیم

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶

از قرین بی‌قول و گفت‌وگوی او

خو بدزد دل نهان از خوی او

سوگند به ذات پاک خداوند متعال که من امتداد اویم. و غافل از این بودم که دوستان و همکارانم انرژی زنده‌کننده مرا در دردهای خود ذخیره می‌کردند که خود از مار سمی گزنده‌تر و کشنده‌تر است. و حتی بدون گفت‌وگو کردن دل‌هایمان انرژی‌ها را از همدیگر دریافت می‌نمایند، شاید آن‌ها از من انرژی می‌گرفتند ولی برای شخص خود من هیچ سود و هیچ بار معنوی را دربرنداشت.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۷

هر که را دیدی ز کوثر خشک لب

دشمنش می‌دار همچون مرگ و تب



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۸

گر چه بابای تو است و مام تو

کو حقیقت هست خون آشام تو

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۹

از خلیل حق بیاموز این سیر

که شد او بیزار اول از پدر

چراکه آن‌ها از جنس عشق و فراوان‌اندیشی و کوثر الهی نبودند و از من فقط برای پر کردن اوقات فراغت خود استفاده می‌کردند و با من ارتباط داشتند، حتی این داستان در جمع خانوادگی همسرم هم وجود داشت. اما از زمانی که با برنامه گنج حضور آشنا شدم نگرش و بینش جدیدی در من شکل گرفت و آهسته‌آهسته و ناخواسته بدون این که خودم بخواهم یا بدانم از جمع دوستان و همکاران و بستگانم کنار گذاشته شدم و دیگر نتوانستم در گفت‌وگوهای آن‌ها شرکت کنم و بارها خودشان عنوان می‌کردند که دیگر زهرای سابق نیستی و از جمع ما خیلی فاصله گرفته‌ای. خداوند را هزاران بار شکر و سپاس که این آگاهی در من صورت گرفت که از خلیل پیامبر بیاموزم که حال چه خانواده و چه دوستان و هر شخصی که می‌خواهد باشد من باید از خود مراقبت کرده و مواظبت، که قرین و هم‌نشینم را با گزینش و آگاهی انتخاب کنم که تا در من عشق و زندگی را به ارتعاش دریاورد نه این که انرژی زنده‌کننده زندگی را از من بگیرد.

عامل هفتم: تقلید از دیگران

فضای من ذهنی فضای شک و تقلید است و سیستم و برنامه‌ریزی آن این‌گونه بنا شده است که همواره ما را به شک و تقلید وادارد.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۳

مر مرا تقلیدشان بر باد داد

که دو صد لعنت بر آن تقلید باد

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۴

خاصه تقلیدِ چنین بی‌حاصلان

خشمِ ابراهیم با بر آفلان

و اگر بخواهم در این مورد تجربه دیگری را بیان کنم این است که: چه تقلیدهای کورکورانه‌ای را مطابق با الگوهای پیشینیانم انجام می‌دادم بدون این که بدانم هدف از انجام دادن آن‌ها چیست؟ به عنوان مثال نمازهای چندین رکعتی را می‌خواندم که فقط خستگی جسمانی را برایم به همراه داشت. و یا آداب و رسوم خاصی را در ایام مختلف انجام می‌دادم فقط صرفاً برای این بود که اگر انجام نشود گناه محسوب می‌شود و یا عیب است و ایراد، و یا مردم و جامعه چه خواهند گفت و حتی در انتخاب کردن نام فرزندانم هم این عقاید و رسوم را انجام داده‌ام. از آن جایی که در روز خاصی متولد شده بودند حتماً بایستی به نام آن شخص خاص نام‌گذاری می‌کردیم و اسم آن‌ها را انتخاب، بدون این که خودمان میل و رغبتی برای آن نام‌گذاری‌ها داشته باشیم و این انتخاب و تقلید از جامعه و اجتماع بود که حق انتخاب را از ما گرفته بود. و این اجازه به ما داده نشد درحالی که ما مجهز به چشم و گوش و خرد و دانایی ایزدی هستیم و هم اراده آزاد داریم و هم حق انتخاب. ولی من تمرکز را بر روی چیزهای گذرا قرار داده بودم و از آن‌ها کورکورانه براساس الگوهای شرطی‌شدگی ذهن تقلید می‌کردم.



هشتمین عامل: پرهیز نکردن از اخبار پرسروصدای بیرونی و یا به‌طور کلی هر خوراک مسموم بیرونی

در گذشته به‌شدت علاقمند به اخبار و مسائل سیاسی روز و اجتماع و جامعه بودم و هم‌چنین برنامه ورزشی خاص تلویزیونی را با حرارت زیاد دنبال می‌کردم. و این کار مرا معتاد که هر روز صبح که به سر کارم حاضر می‌شدم مسائل سیاسی و خبری جامعه و جهان را با همکارانم عنوان می‌کردم که بیش‌تر اوقات باعث دعوا و جر و بحث و دلخوری‌های ما می‌شد و آن‌چنان در پندار کمال خود غرق بودم که می‌پنداشتم که می‌توانم جامعه و اجتماع و جهان را تغییر دهم و کاسه داغ‌تر از آتش شده بودم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰

گفت: مُفتی ضرورت هم تویی

بی ضرورت گر خوری، مُجرم شوی

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۱

ور ضرورت هست، هم پرهیز به

ور خوری، باری ضَمانِ آن بده

و از مفتی ضرورت ناآگاه که آیا ضرورتی دارد که این انرژی مخرب سیاسی را وارد وجود خداییتیم کنم؟ که اثرات منفی آن را در محیط کار و یا در محیط خانواده و جامعه پراکنده سازم؟ و غافل از این که در این زمینه جریمه خواهیم شد و آن هم سردردهای بود که ناشی از آن بحث‌های بی‌مورد بر من وارد می‌شد که باید با دل و جان خریداری می‌کردم بدون این که در این زمینه فکر و دوراندیشی داشته باشم که آیا لازم است که: این کار را انجام می‌دهی؟ و آیا مربوط به تو می‌باشد که بدون آگاهی خود را دخالت می‌دهی؟



عامل نهم: تمرکز بر تغییر دادن یک انسان دیگر و یا تغییر دادن جامعه به جای تمرکز بر تغییر دادن شخص خود:

تمرکز بر روی دیگران، تمرکز روی خود و تمرکز تغییر دادن خود را از ما می‌گیرد و تمام انرژی ما صرف دیگران و تمرکز و کنترل کردن آن‌ها می‌شود بدون این که نتیجه‌ای را دربرداشته باشد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

تا کنی مر غیر را خَبَر و سَنی

خویش را بدخُو و خالی می‌کنی

و حال تجربه شخصی‌ام از آن جایی که با همسر بیمار و مصرف‌کننده‌ام زندگی می‌کنم در گذشته تلاش و سعی‌ام بر این بود که او را بتوانم در مسیر تغییر قرار دهم که بهبودی او حاصل گردد و برایش نسخه‌پیچی می‌کردم و شروع به قضاوت کردن و با وهم و پندار کمالم می‌خواستم تجربیات و دانش ذهنی خود را در اختیار او قرار بدهم و ناآگاه از این بودم که اینها شاید برای شخص من کاربرد دارد و به درد او نمی‌خورد، او خودش باید تمایل و پذیرش تغییر را داشته باشد و این خود محیط خانوادگی‌ام را به شدت متشنج می‌کرد و مرا خسته و رنجورتر و خالی از خداییت درون می‌ساخت و یا هم‌چنان درصدد این بودم که فرزندانم را مجبور به درس خواندن کنم که این خود باعث می‌شد از آن‌ها دورتر و دورتر گردم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱

مردۀ خود را رها کرده‌ست او

مردۀ بیگانه را جوید رَفو

و هم‌چنین در من ذهنی‌ام سرپوشی بر روی ایراداتم قرار داده بودم که مرا از خودم غافل می‌ساخت که اشتباهاتم را نمی‌توانستم ببینم و در افسانه من ذهنی‌ام دست و پا می‌زدم و روزبه‌روز افسرده‌تر و لاغرتر می‌شدم ولی بر روی اشتباهات دیگران تمرکز داشته و انرژی زنده خود را صرف آن‌ها می‌کردم.



دهمین عامل: عدم قبول مسئولیت هشیاری خود، ملامت، شکایت، و انداختن تقصیر بر عهده دیگران.

و من نمی‌خواستم مسئولیت خود را قبول کنم و مسئولیت‌پذیر باشم، چراکه سطح هشیاری حضورم به شدت پایین آمده بود و در دردهایی که برای خود درست کرده گیج و سردرگم بودم و ناله و شکایت داشته و تقصیر را بر گردن دیگران می‌انداختم و غافل از این بودم که:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعلِ توست این غصّه‌هایِ دَم به دَم

این بُود معنیِ قَدْ جَفَا الْقَلَمِ

و این اعمال و رفتار و کردار خودم بود که زندگی‌ام را ترسیم می‌کرد و انعکاس درون خودم بود که داستان زندگی‌ام را می‌نوشت.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۵

چون بکاری جو، نروید غیرِ جو

قرض تو کردی، ز که خواهی گرو؟

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۶

جُرمِ خود را بر کسی دیگر منه

هوش و گوشِ خود بدین پاداشِ ده



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۷

جرم بر خود نه، که تو خود کاشتی

با جزا و عدل حق کن آشتی

من جو دردهای من ذهنی را در خانواده‌ام پراکنده می‌کردم و انتظار داشتم که محصول دیگری را برداشت کنم و جرم و ایراد و مسئولیت خود را بر دوش دیگران قرار داده بودم و از خداوند عزیز و مهربان شاکی که چرا زندگی‌ام درست نمی‌شود؟ و یا چرا زندگی مرا درست نمی‌کند؟ و با پاداش و عدل خداوند آشتی نبودم و می‌پنداشتم که اوست که این زندگی مرا این‌گونه رقم زده است. درحالی که غافل بودم: خودم انتخاب خود را دردها و رنجش‌ها قرار داده و نمی‌خواستم که زیر بار مسئولیت بروم و به شکایت و ملامت و سرزنش کردن دیگران خود را مشغول ساخته و نمی‌توانستم با عدل و جزای حق الهی آشتی کنم و مرکز را از همانیدگی‌ها عدم سازم و فضاگشایی و پذیرش اتفاق لحظه را داشته باشم. و در پایان: وقتی که خرد بی‌منت‌های کائنات سرگرم کار است زندگی شخصی کوچک من زهرا را هم اداره می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷

ای ز غم مُرده که دست از نان تهی است

چون غفورست و رحیم، این ترس چیست؟

پر انرژی و سالم بمانید.

خیلی ممنون، خدانگهدار شما.

زهرا سلامتی، از زاهدان.





به نام خدا و سلام بر یاران یار.

علت آشفتگی ما در خواب ذهن

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۸

خوابم بیسته‌ای، بگشا ای قمر نقاب

تا سجده‌های شکر کند پیشت آفتاب

از زمانی که در این جهان با آفلین یعنی چیزهایی که برای جامعه و خانواده مهم بودند همانیده شدیم و برحسب آن‌ها دیدیم، زندگی‌مان پر از درد شد و هیچ‌گونه آسودگی و راحتی در زندگی نداریم. حتی ما در ذهن هم آسوده و راحت نیستیم و علت این آشفتگی این است که خودمان اجازه نمی‌دهیم که خداوند به صورت آفتاب در ما طلوع کند، چون مقاومت و قضاوت داریم و مرتب از همانیدگی‌ها عقل، هدایت، قدرت و حس امنیت و زندگی می‌خواهیم. حال با این ابیات و آموزش‌ها آموختیم و متوجه شدیم که دیگر زمان خوابیدن در ذهن نیست و باید به این خواب در ذهن خاتمه دهیم. حالا از خداوند می‌خواهیم که نقابش را باز کند و خودش را به ما نشان دهد و این باز شدن نقاب هم زمانی است که ما فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز کنیم و تسلیم واقعی باشیم و از زیر نفوذ من‌ذهنی و راهنمایی‌هایش خارج شویم. خداوند این خواب را بر ما بسته تا ما متوجه منظور او بشویم و با فضاگشایی مرکزمان را عدم کنیم و عدم نگه داریم و دیگر به خواب ذهن برنگردیم. آخر چطور ممکن است آفتابی که بی‌نهایت است در این ذره ذهن نهان بماند؟ یک روزی این آفتاب از این ذره ذهن بیرون می‌آید و چه بهتر که قبل از مرگ جسمی این آفتاب در ما طلوع کند.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰

آفتابی در یکی ذره نهان

ناگهان آن ذره بگشاید دهان



طبق اصل ماند یا اینرسی، من ذهنی می‌خواهد به همانیده شدن ادامه دهد و دوست ندارد یک وضعیت جدید را شروع کند و به قطع شدن این همانیدگی‌ها تن در نمی‌دهد، پس کاهل است. وقتی ما فکر می‌کنیم مجبوریم در این وضعیت فعلی خود بمانیم و هیچ حرکت و تلاشی نداریم، این جبر منبلمان است که معتقد به تغییر کردن نیست، درحالی‌که با فضاگشایی و استفاده از خرد خداوند می‌توانیم از سرّ سرّ جبر آگاه شویم و بدانیم که چه کسی این بلا را سر ما آورده است و چرا این کار را کرده است؟

بی‌صبری و بی‌شکری هم یکی از عوامل آشفتگی ما در خواب ذهن است. هرکسی که بی‌صبر و بی‌شکر است، تنبلی من ذهنی دارد، وقتی خداوند این همه نعمت به ما داده، ما باید از آن‌ها استفاده کنیم و اگر استفاده نمی‌کنیم پس بی‌شکر هستیم و می‌خواهیم من ذهنی را بیش‌تر نگه داریم. ما در چهار بُعدمان باید شاکر خدا باشیم؛ مثلاً برای بهبود بعد فیزیکی، ورزش کنیم و غذای سالم بخوریم و برای تقویت بعد هیجانی، ناظر ذهنمان شویم و به جای خشم و هیجانات منفی، شادی و حس عشق و لطافت را جایگزین کنیم و اگر دردی بالا آمد فضا را باز کنیم و پذیرش داشته باشیم و با شاکر بودن جان من ذهنی را به جان اصلی تبدیل کنیم.

رعایت قانون جبران هم نوع دیگری از شکرگزاری است. و خداوند به کسی که شاکر است وعده زیاد کردن همه چیز را می‌دهد، چه عقل، هدایت، قدرت و حس امنیتی که از خداوند می‌گیریم باشد و چه امکانات مادی زندگی که همه افزایش می‌یابند. از بهترین مزد فضاگشایی و سجده کردن یعنی تسلیم واقعی شدن، قرب و نزدیکی به خداوند است و تا زمانی که نزدیک به خداوند هستیم، هیچ کم و کاستی در زندگی نخواهیم داشت و در کوثر او غوطه‌ور می‌شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۰

زانکه شاکر را، زیادت وعده است

آنچنانکه قُرب، مُزدِ سجده است



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۱

گفت: وَأَسْجُدُ وَأَقْتَرِبُ يَزْدَانِ مَا

قُرْبِ جَانِ شَدَّ سَجْدَةَ أَبْدَانِ مَا

«حق تعالی به ما فرمود: سجده کن و نزدیک شو. سجده‌ای که توسط جسم‌های ما صورت می‌گیرد موجب تقرب روح ما به خداوند می‌شود.»

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۲

گر زیادت می‌شود، زین رو بُودَ

نه از برای بَوشِ و های و هو بُودَ

*بَوش: خودنمایی، کر و فرّ

اما کسی که با استدلال تسلیم می‌شود و می‌گوید اتفاق افتاده، چاره‌ای جز فضاگشایی ندارم این تسلیم واقعی نیست. اگر خداوند چیزی را از ما می‌گیرد ما فوراً یک همانیدگی دیگر جای آن نگذاریم؛ زیرا این دکان من ذهنی کرایه‌ای است و نباید آن را پاره‌دوزی کنیم، نباید داشته‌های خود را به معرض نمایش بگذاریم و پارک ذهنی از آن‌ها بسازیم، بلکه این پارک باید خراب شود. هرچه زودتر تیشه پرهیز و اختیار و قدرت انتخاب را برداریم و پایه و اساس این دکان من ذهنی را بتراشیم و نگذاریم دیر شود و وقت را تلف نکنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۵۰

پاره‌دوزی می‌کنی اندر دکان

زیر این دکان تو، مدفون دو کان



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۵۱

هست این دگان کرایبی، زود باش

تیشه بستان و تگش را می تراش

و از موارد دیگری که باعث آشفتگی و ماندن در ذهن می شود، سبب‌سازی‌های ذهنی است که باعث سلب آرامش ما می شود، ما چون در میثاق خود با خدا سست هستیم، سوی سبب‌سازی می‌رویم، در صورتی که باید مرکز را عدم کنیم و از صنع و قضا و کن‌فکان خدا استفاده کنیم و سبب‌ها را نبینیم و کنار بگذاریم. ما باید مثل حضرت رسول بحر خو باشیم تا از مشک خود به تمام جهانیان آب برسانیم و اگر سوی سبب‌ها برویم، نمی‌توانیم بحر خو شویم. با این همه سستی که ما در عهد و میثاق با خداوند داریم، او به ما می‌گوید: اگر چه «رُدُّوا لَعَادُوا» کار توست، ولی به این کارهایت توجه‌ای نمی‌کنم و تو را مشمول رحمت خود قرار می‌دهم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸

گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کار توست

ای تو اندر توبه و میثاق، سست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم

رحمتم پُرست، بر رحمت تنم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا

از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۱

قافله، حیران شد اندر کار او

یا محمد چیست این؟ ای بحر خو

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۲

کرده‌یی روپوش، مشک خرد را

غرقه کردی هم عرب، هم گرد را

پس ما نگوئیم که به این علت یا این علت فضای درونم گشوده می‌شود، کار گشوده شدن فضای درون موقوف علت‌های بیرونی نیست، بلکه کار کن‌فکان است و ما فقط باید هم‌چون چوگانی اندر مکان و لامکان بدویم تا قضا روی ما کار کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

دم او جان دهدت روز نَفَخْتُ بپذیر

کار او کُنْ فیکون است، نه موقوف علل

با کمال تشکر و احترام

مهردادخت از چالوس



به نام خدا

سلام و عرض ادب خدمت استاد شهبازی نازنین و دوستان و همراهان عزیز 🙏🌹

«دو بُعد وجودی انسان»

انسان به صورت هشیاری بی فرم وارد جهان شده و براساس طرح تکاملی زندگی، برای بقاء خود و یادگیری جدایی، با اقلام جهانی همانیده می‌شود. براساس پیمان الست قرار بوده که بعد از مدت کوتاهی با شناسایی، همانیدگی‌ها از مرکز ما به حاشیه بروند، اما بر اثر ناآگاهی، تربیت غلط، نداشتن بینش لازم و مهم‌تر از همه آشنا نبودن با بزرگان و مفاهیم اصیل معنوی همانیدگی‌ها را در مرکز نگه داشتیم و به آن‌ها چسبیدیم و حس وجود به آن‌ها تزریق کردیم. غافل از این که با این کار مرکز عدم را که قرار بود چهار برکت اصلی زندگی یعنی عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت را از او بگیریم پوشانیدیم و عملاً گرفتار کُفر شدیم و خود را در چاه تاریک ذهن زندانی کردیم و به جای آن که خواستار زندگی از هشیاری حضور و مرکز عدم که بُعد اصلی ماست باشیم گدای زندگی از من ذهنی که دارای عقل جزئی و محدوداندیش می‌باشد شدیم. متأسفانه با پیروی کردن از عقل جسمی از مسیر اصلی زندگی دور شدیم و به درد و رنج افتادیم، و بر اثر تقلید از جمع، درد و رنج روال عادی زندگی مان شد.

خواستن تأیید و توجه و برتر درآمدن، ما را در مسیر هرچه بیشتر بهتر انداخت، بدون این که فکر کنیم که آیا لازم است؟! حتی در درد و رنج هم این شعار من ذهنی را عملی کردیم! هیچ‌گاه با خود فکر نکردیم که آیا لازم است کینه و رنجش را سال‌ها نگه داریم؟ آیا لازم است که این قدر از اطرافیان خود توقع داشته باشیم؟ پرداختن به امیال و خواسته‌های من ذهنی سبب شد که بُعد جسمانی ما قوی‌تر شود و از بُعد معنوی و مرکز عدم دور و دورتر شویم. حال آن که خداوند همیشه و در همه حال به فکر بُعد معنوی ما بوده و هست و اصل و ذات ما همیشه خواستار یکی شدن با زندگی می‌باشد. مولانا در دفتر دوم دو بُعد وجودی انسان را این‌گونه بیان می‌کند:



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۱۷

در وجودِ ما هزاران گُرگ و خوک

صالح و ناصالح و خوب و خَشوک

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۱۸

حُکم، آن خور است کآن غالب ترست

چونکه زر بیش از مس آمد، آن زرست

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۱۹

سیرتی کآن بر وجودت غالب است

هم بر آن تصویرِ حشرت واجب است

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۰

ساعتی گرگی در آید در بشر

ساعتی یوسف رُخی همچون قمر

و بسته به کیفیت فضاگشاییِ ما هر لحظه از مرکز ما خوی و صفتی نمایان می شود.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۶

هر زمان در سینه نوعی سر گُند

گاه دیو و، گاه مَلک، گاه دام و دَد



برای رهایی از من ذهنی و خاصیت‌های مُخربِ آن تنها چارهٔ ما تسلیم بودن در برابرِ زندگی و آشتی با اتفاقاتی است که خداوند از سرِ لطف برای بیداریِ ما به وجود می‌آورد که با فضاگشایی در اطراف آن‌ها و تمرکز روی خود به شرط خاموش بودن ذهن و کنار زدن عینکِ همانیدگی‌ها بدون مقاومت و قضاوت اجازه می‌دهیم گوشِ عدم‌شنو و چشمِ عدم‌بین ما وارد عمل شود تا بعدِ معنوی ما تقویت شود.

مولانا می‌فرماید:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۲۵

دل تو را در کوی اهل دل گشَد

تَن تو را در حبس آب و گل گشَد

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۲۶

هین غذایِ دل بده از همدلی

رَو بَجُو اقبال را از مُقبلِی

دل، مرکز عدم می‌خواهد ما را به فضای یکتایی ببرد در حالی که هشیاری جسمی ما را در ذهن همانیده نگه می‌دارد، مولانا به ما هشدار می‌دهد که اگر می‌خواهی تبدیل در تو صورت بگیرد باید از فضای گشوده‌شده و مرکز عدم به دل و جانت غذا بدهی و اگر می‌خواهی از حقیقتِ فضای یکتایی آگاه شوی باید قرین انسان‌های زنده به حضور شوی. درون ما انسان‌ها همیشه دو نیرو در تضاد و جدال با هم می‌باشند؛

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۴

آبِ گل خواهد که در دریا رَوَد

گل گرفته پایِ آبِ و، می‌گشَد



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۵

گر ره‌اند پای خود از دستِ گل

گل بماند خشک و، او شد مستقل

در ارتباط با دو بُعد انسان شعری زیبا از زنده یاد فریدون مشیری هست:

فریدون مشیری

گفت دانایی که: گرگی خیره سر،

هست پنهان در نهاد هر بشر...!

هر که گرگش را در اندازد به خاک

رفته رفته می‌شود انسان پاک

و آن که با گرگش مدارا می‌کند

خلق و خوی گرگ پیدا می‌کند

در جوانی جان گرگت را بگیر!

وای اگر این گرگ گردد با تو پیر

روز پیری، گر که باشی هم چو شیر

ناتوانی در مصاف گرگ پیر

مردمان گر یکدگر را می‌درند

گرگ هاشان ره‌نما و ره‌برند...



وآن ستمکاران که با هم محرم‌اند

گرگ‌هاشان آشنایان هم‌اند

گرگ‌ها همراه و انسان‌ها غریب

با که باید گفت این حال عجیب؟

سپاس بی‌کران

با احترام،

رضوان از تهران



با سلام و سپاس و قدردانی از زحمات بی دریغانه آقای شهبازی عزیز با اجرای برنامه بی نظیر و آموزنده و کاربردی ۹۰۴ که جنبه‌های مختلف من‌ذهنی‌ام را به من یادآوری نمود.

تمرکز بر تغییر دادن یک انسان دیگر

متأسفانه این مورد را در خودم خیلی پررنگ دیدم بیشتر تمرکز و انرژی‌ام را برای تغییر رفتار و کنترل فرزندانم گذاشته‌ام و مرتب عیب و ایرادهای آن‌ها را دیده و تذکر می‌دهم (کارافزایی). شناسایی کردم این من‌ذهنی‌ام است و با آن‌ها هم‌هویت هستم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی

خویش را بدخُو و خالی می‌کنی

خیلی وقت‌ها بی حوصله و خالی می‌شوم و هیچ تغییری هم در آن‌ها نمی‌بینم، و اندک حضوری را که به زحمت و با گوش دادن و تمرکز روی برنامه و تکرار ابیات مولانای جان به‌دست آوردم را از دست می‌دهم، ولی لحظه‌ای از برنامه دور نمی‌شوم و یقین دارم تنها راه رهایی از من‌ذهنی و تبدیل شدن و عدم کردن مرکز همین راه است. ولی اعتراف می‌کنم که هنوز نتوانستم این ضعف من‌ذهنی‌ام را از بین ببرم و در هشیاری‌ام نگه داشتم به امید روزی که کاملاً از بین برود. روزی صد بار باید این بیت طلایی را با تمرکز بخوانم و بنشینم و به حال من‌ذهنی خودم گریه کنم که با این ترفندهایش مرا از تمرکز روی خودم و تبدیل شدن دور می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹

دیده‌آ، بر دیگران، نوحه‌گری

مدتی بنشین و، بر خود می‌گری



و همین طور این بیت

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

گر مراقب باشی و بیدار تو

بینی هر دم پاسخ کردار تو

باید هر لحظه حضور ناظر باشم و پاسخ کردارم را که از طرف زندگی می‌آید ببینم و مسئولیت هشیاری‌ام را به عهده بگیرم، چراکه حضرت مولانا می‌فرماید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعلِ توست این غصّه‌هایِ دم به دم

این بُود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

این رفتار و واکنش‌های شرطی‌شده من ذهنی خودم است که سبب می‌شود آرامش و حس امنیت از من گرفته شده و قلم صنع خدا این‌گونه بنویسد، ولی این سخن آقای شهبازی مرا دلگرم و امیدوار می‌کند که با تمرین و فضاگشایی و تسلیم باید عضلات معنوی‌ام را قوی کنم و مرتب این را به خودم یادآوری می‌کنم.

با سپاس فراوان از دوستان و همراهان عزیز که پیغام‌هایشان بسیار آموزنده و بیدارکننده است، مخصوصاً از آقا پویا و آقا نیما درس‌های بسیار آموختم و مدیون آن‌ها هستم.

با احترام،

زهرا از مشهد



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