



## پیغام عشق

قسمت دویست و هشتادم





سلام خدمت آقای شهبازی و دوستان عزیز

👉 خلق کنیم

وقتی ما به عنوان یک انسانِ همانیده با چیزها، به مرحله‌ای از آگاهی می‌رسیم، می‌توانیم همانیدگی‌هایمان را شناسایی کنیم و با شکر، پرهیز، صبر و عذرخواهی حولِ مرکز عدم بگردیم و به اصل خود زنده شویم.

خب، همان‌طور که در شکلِ «حقیقتِ وجودی انسان» آشکار است، یکی از ویژگی‌ها و خصوصیت‌های مرکز عدم، آفرینندگی و ذوق آفریدن است.

حالا منظور این نیست که صرفاً در عرصه‌های خیلی بزرگ، آثار بزرگ خلق کنیم.

بلکه تمامی عرصه‌ها مدنظر است، هم آن‌هایی که ظاهر کوچک دارند، مثل قدم زدن، لباس پوشیدن، آشپزی‌های روزمره، نظم در خانه و نظم شخصی و سایر موارد و هم آن‌هایی که ظاهر بزرگی دارند. مانند آفریدن اثری خاص که منجر به آگاهی، رفاه و خدمت به بشریت بشود.

ما از جنس خدا هستیم. خدا آفریننده و خلاق است. پس ما هم آفریننده و خلاق هستیم.

در دنیای مادی، DNA و اثر انگشت و هزاران مشخصه فردی در هر انسانی با یکدیگر متفاوت است. یعنی هر انسانی آمده که اثری مختص به خود را به جهان ارائه کند. همگی از یک جنس هستیم. همگی در فضای عدم به هم وصل هستیم و هر کدام به شکل و نحوی خرد و عشق را بیان می‌کنیم. همان‌طور که خداوند بزرگ تنوع در خلاقیت را در دستور کار خود قرار داده است.

مولانا، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۵۸

حاصل اینست ای برادر چون فلک

در جهانِ کهنه، نو بنیاد باش



مولانا، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷

هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد

شیرین تر و نادرتر زان شیوه پیشینش

مولانا گفته که اگر ما از من ذهنی کهنه بیرون بیاایم، مانند خرد کل نوبه نو خلق خواهیم کرد، و در هر لحظه اثری، شیوه‌ای و تجربه‌ای نو را بیان می‌کنیم که حتی از قبلی هم شیرین تر و منحصر به فردتر می‌باشد. یعنی یکی از یکی زیباتر و خلاق تر. حال بیاایم به خودمان نگاه کنیم. آیا ما در طول شبانه روز، یا بهتره بگم در تمامی لحظه‌های زندگی‌مون در حال آفرینندگی هستیم؟

من به خودم نگاه کردم و در این جا از عواملی می‌گم که باعث می‌شن من آفریننده نباشم. عواملی که ذوق آفرینندگی را در من از بین می‌برند.

من فعلاً تا این جای کار، در حد توانم این عوامل را توانستم شناسایی کنم:

۱- مقاومت در برابر اتفاق این لحظه:

خب، مسلماً که همه این مسائل از مقاومت شروع می‌شود. محال است که شخصی مرکزش را عدم کند و چیزی خلق نکند. اگر هنوز آفریننده نیست پس صددرصد مقاومت وجود دارد.

به نظرم در این جا نکته‌ای ظریف نهفته است:

نکته این است که ما باید خرد را تا مرحله کامل به ظهور رسیدن همراهی کنیم.

صحبت فقط درباره شخصی که من ذهنی قدرتمندی دارد نیست. در مورد انسانی هم که مرتباً فضا باز می‌کند نیز، مد نظر است.



من شخصاً هر وقت فضا باز می‌کنم، ایده‌هایی باور نکردنی در ذهنم سرازیر می‌شود. اما الان آن‌ها کجا هستند؟ کدام یک عملی شده‌اند؟ هیچ کدام. نهایتاً تعداد انگشت شماری.

خب این نشان می‌دهد بنده در مقابل عملی شدن این خرده‌های جاری شده مقاومت کردم. مثلاً مولانا را در نظر بگیریم. مولانا اگر صرفاً ایده‌شاعر شدنش را در ذهنش نگه می‌داشت مگر همچین آثار شگفت‌انگیزی به وجود می‌آمد؟ خیر.

آمدن یک خرد در ذهن ما تازه مرحله اول است. یک مرحله مقاومت را شکافتیم و خرد را آوردیم. حال باز هم باید مقاومت‌ها را کنار بزنیم تا این ایده، جامه عمل به خود بیوشد.

خرد، راه عملی کردن آن را نیز پله به پله نشان خواهد داد. به شرط آن که ما نیز دائماً ناظر باشیم و پله پله مقاومت‌ها را احتما و پرهیز کنیم تا آن خرد به طور کامل بیان شود. درواقع خرد نوشته شده در ذهن نیز یک اتفاق و رویداد درونی محسوب می‌شود که در اطرافش باید فضا باز کنیم تا خرده‌های دیگر جاری شوند. این درواقع تعریف دیگری از تلاش و کوشش نیز هست. مقاومت کردن در ما منتج به بی‌حوصلگی و تحمل کردن عمل آفریدن می‌شود و سپس باعث بروز قضاوت‌های درد زا می‌شود.

## ۲- قضاوت‌های من‌ذهنی شماره ۲:

بعد از این که در برابر اتفاق این لحظه مقاومت کردیم، قضاوت‌ها شروع می‌شوند.

من قضاوت‌های متداول ذهن خودم را در زیر لیست کرده‌ام:

### ۲.۱: قضاوت «من نمی‌توانم»

تنها باشنده‌ای که نمی‌تواند، من‌ذهنی است. البته تنها باشنده توهمی، و تنها باشنده حقیقی، عدم و فضای گشوده شده است. هر خردی که از فضای گشوده شده در لوح پاک و ساده شده ذهن ما نوشته بشه، با ادویه «من می‌توانم» نوشته می‌شه. چون این فضا آن قدر قدرتمند و خردمند است که به اهداف طراحی شده خودش به راحتی برسد و آن‌ها را بیافریند.



در این جا دوباره بگم که اصلاً منظورم فقط اهداف خیلی بزرگ نیست. هر چیزی می تونه باشه. مثلاً من وقتی فضاگشایی رو تمرین کردم، در زمینه انضباط شخصی خیلی پیشرفت کردم. مرتب تر و منظم تر شدم. جدیداً علاقه به نظم و تمیزی دارم و تازه می فهمم که این همه مدت خرد در ذهنم نظم و انضباط رو می نوشته و من مقاومت می کردم و خودم رو به اون راه می زدم، واسه همین بی نظم بودم. الانم نمی گم با نظم ترینم، ولی خیلی پیشرفت کردم و پیشرفتمو در این زمینه خیلی دوست دارم.

خب، این نمی توانمها شعار من ذهنی ست.

به یک شخصی که با قضاوت «من نمی توانم» هم هویت است، اگر بگیم که برو از فلان طریق خردمندانه، ۱۰۰ میلیون دلار پول در بیار، سریعاً من ذهنی اش بالا می آد می گه که:

(۱۰۰ صد میلیون دلار؟)

نه این مبلغ به ما نیومده.

من اصلاً نمی تونم.

من نمی تونم این مبلغ پولو نگه دارم.

من نمی تونم حتی بهش فکر کنم.

خب این شخص همونجا این خرد و توانایی وجودی خودش را از بین برده.

اما شخصی که به مرکز عدم زنده است، اگر خردی در ذهنش نوشته شود، هرچه قدر هم که بزرگ و عجیب به نظر برسد می گوید: من می توانم.

از خودمان بپرسیم که آیا ما می توانیم فضا باز کنیم و به خدا زنده شویم؟ جوابش چیست؟ می توانیم؟ یا نمی توانیم؟

اگر من ذهنی هستیم نمی توانیم. اگر من حقیقی یعنی (از جنس فضای عدم بی نهایت و ابدی) هستیم می توانیم.



۲.۲: قضاوت «من لایق آفرینندگی نیستم»:

این هم یکی از قضاوت‌های همانیده بنده بود که همیشه آفرینندگی را مختص انسان‌هایی خاص می‌دانستم. مثلاً اشتباهاً گمان می‌کردم که آفریدن کار هنرمندان است.

هنرمندان؟ همه انسان‌ها هنرمند هستند. همگی از جنس مرکز عدم هستیم. اصلاً خنده‌دار است که شخصی به مرکز عدم خود دسترسی پیدا کند و هنرمند نباشد. همگی هنرمند هستیم و مستعد آفریدن.

فقط کافی است حول کعبه درونمان بگردیم و با رویدادها موازی باشیم و برقصیم. مقاومت و قضاوت نکنیم تا تمامی جهان به همراه مخلوقاتش در ما جای بگیرند. آن وقت است که دید خدا را دریافت می‌کنیم و خود حقیقی مان می‌شویم.

من ذهنی یک خانه معلق توهمی نوری رو در ذهنمان درست کرده. اندازه‌اش در حد و اندازه افکار ماست. برده افکار است. هر لحظه دچار شب و روز می‌شود. در صورتی که من حقیقی بی‌نهایت است و آفریننده افکار و همیشه تابان.

همگی لایق هستیم. فقط من ذهنی لایق نیستم. برای همین ما هم که اشتباهاً فکر می‌کنیم من ذهنی هستیم، گمان می‌کنیم که لایق نیستیم.

من ذهنی اصلاً آفریننده نیستم. کهنه‌گی را دوست دارد. در بهترین حالت ممکن اگر بخواهد اندکی، سر سوزنی خودش را به روز و خلاق کند، از آثار دیگران کپی و تقلید می‌کند.

۲.۳: قضاوت «نکنه بقیه اثر من را مسخره کنند»

خب این قضاوت بنده از همانیدگی با توهمی به نام آبرو برمی‌خیزد. بعد این که وقتی ما به فضای مرکز عدم ناظر باشیم، خود همان مرکز به مانند یک نقاشی ماهر، خرد را در ذهن ما رسم می‌کند و این کار را پله پله انجام می‌دهد.



خب ما باید واقع بین باشیم. نباید در همان اول انتظار یک اثری فوق العاده و زبانزد داشته باشیم. ما باید دایم روی خودمان کار کنیم. باید مطالعه کنیم، باید تلاش کنیم و با زندگی همکاری کنیم، تا زندگی هم به بهترین نحو ممکن خردش را در ذهن ما ترسیم کند.

۲.۴: قضاوت «ترجیح می‌دهم به اتفاقی که بعد از آفرینندگی رخ می‌دهد فکر کنم تا به خود آفرینندگی.»

خب، این قضاوت بنده برخاسته از همانندگی جلب توجه و گرفتن تأیید و دست زدن دیگران است. اصلاً من به بعدش چی کار دارم که چی می‌شم و چه می‌شود. مدانید که چونید، مدانید که چندید.

مگر مولانا در هنگام شعر سرودنش قضاوت می‌کرده که: ((الان من این غزل را بگم همه برایم هورا می‌کشند)).

خیر، نمی‌گفته. اگر مولانا ذره‌ای، فقط ذره‌ای از این قضاوت را در مرکزش داشت، دیگر غزلی در کار نبود و گنج حضوری هم در کار نبود. همه این عارفان دارند می‌گویند که این قضاوت‌ها را نداشته باشیم. کار ما فقط یک چیز است. فقط یک چیز: در مرکز عدم مستقر باشیم، و در همان جا در حین این که عشق بازی می‌کنیم، از آن مرکز پیام بیاوریم.

فقط همین. یعنی هر لحظه مقاومت و قضاوت نکنیم. هر لحظه رویداد را بپذیریم تا در مرکز عدم مستقر باشیم. سپس هم‌زمان با عشق و شادی کردن، هر چه خرد گفت را، بدون کوچکترین قضاوتی که چه می‌شوم و چه می‌شود، عملی سازیم. من بارها شده که خرد در ذهنم ماموریتی داده ولی من به جای این که توجهم را به خرد بدم و موازی با خرد باشم، رفتم در خواب همایونی و به آینده فکر می‌کنم که به به. اگر من این خرد را انجام بدم دیگه گل سرسبد جهان می‌شم.

الان به من ذهنی‌ام می‌خندم. که یک مجموعه افکار، من بی‌نهایت را اسیر خود می‌کردند و البته الان هم می‌کنند. اما خیلی کمتر و این که هشیارتر از قبل هستیم. خب اشکان جان خرد رو انجام بده. چی کار به بقیه چیزا داری. فرض بر این که قرار است تو را گل سرسبد جهان بکنیم. تو به این چیزها چی کار داری که دم به ساعت با تصویرش همانیده می‌شوی و اون



تصاویر رو به جای من در مرکز قرار می‌دی. تو خرد من رو عملی کن. من خودم پی تو می‌کوشم. تو نمی‌خواد درباره این جور چیزا بکوشی. تو فقط حواست رو بده به من بین من چی بهت می‌گم. من چی بهت می‌دم. من چه راهی بهت نشون می‌دم. چه احساسات لطیفی بهت می‌دم. ازشون لذت ببر و همان چیزی رو که با فضاگشایی، چیزی که در ذهنت می‌نویسم انجام بده. نیازی نیست چندوقت خودت رو بدونی. نیازی نیست خط‌کش درست کنی. نیازی نیست بری توی زمان. اصلاً نباید بری. همه چی رو بسپار به من. فقط تمام توجه و نظارت رو بده به من و حول من بگرد. عشق‌بازی کن و پیام را منتقل کن.

۲.۵: قضاوت «من بهترین آفریننده‌ام. [پندارِ کمال].»

خب این قضاوت، همان پندارِ کمال است. من سریعاً این بیت را بنویسم:

مولانا، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

علتی بتر ز پندارِ کمال

نیست اندر جان تو، ای ذو دلال

علت، مرض و بیماری بدتر از پندارِ کمال نداریم.

📍 پندارِ کمال باعث به‌وجود آمدن مرضِ عار هم می‌شود. یعنی این که نمی‌خواهیم قبول کنیم که می‌تونیم بهتر هم باشیم. بارها برای خودم پیش آمده که در موضوعی خوب عمل کردم. ولی یک ندایی از درون و بیرون، به طریقی بهم می‌گفت که می‌تونم بهتر هم باشم. اما من گوش نمی‌کردم. فکر می‌کردم کاملم. این هم یک دروغ و توهم من‌ذهنی‌ست که مانع پیشرفتِ درونی و بیرونی در ما می‌شه.

ما نباید خودمون رو تفسیر کنیم و به صورت مفهوم دربیاریم. به محض این که خودمون رو مفهوم کنیم باهاس هم‌انیده می‌شیم و از جنس همون می‌شیم و در سطح همون مفهوم هم‌انیده زندانی می‌شیم. برای همین نباید بگیم: من بهترین،





من فلانم، من خاصم، من با بقیه فرق دارم و این جور حرفا. اگر اینارو بگیریم سریع باهاشون همانیده می‌شیم و خودمون رو زندانی و برده این مفاهیم می‌کنیم و راه پیشرفت و آفرینندگی رو می‌بندیم.

اگر به بیرون دقت کنیم، کسانی که در هر موضوعی پندار کمال دارند، در همون سطح بلکه پایین‌تر، باقی می‌مانند و اصلاً روند صعودی نسبت به پیشرفت و آفرینندگی را طی نمی‌کنند.

خب دوستان فعلاً همین عوامل را توانستم تقسیم‌بندی کنم. عوامل و قضاوت‌های دیگر هم هستند اما خب احساس کردم زیرمجموعه‌ای از همین‌ها هستند. من شخصاً با شناسایی این عوامل خیلی توانستم به خودم در آفرینندگی کمک کنم. از ریز تا درشت.

در زمینه انضباط شخصی خیلی بهتر و خلاق‌تر شدم. نشستن، راه رفتن، لباس پوشیدن، تنفس، سبک ورزش کردنم خیلی بهتر شدند. در کار و اهدافم خیلی بهتر شدم. اهدافم منطقی‌تر و خلاقانه‌تر شدند. برنامه‌ریزی‌های بهتری برای خودم می‌کنم. اکثر کارهایی که باید در طول روز انجام بدهم را به‌نحو خوبی انجام می‌دهم. اما هنوز جا داره بهتر بشم. هنوز گاهی اوقات از دستم در میره. هرجایی بد عمل می‌کنم، رد پای «مقاومت نسبت به رویداد این لحظه» بوده است. سریعاً آن را شناسایی می‌کنم و تا شناسایی نشود ول کنش نیستیم. یک عمر من ذهنی تعقیب‌کننده من بود، حالا من می‌خواهم آن را تعقیب کنم.

امیدوارم متعهد باقی بمانم و با مداومت و تکرار، این لکه‌های آلوده من ذهنی‌ام از مرکز پاک عدمم، پاک گردند. امیدوارم همه ما به مرکز عدم یکتا و واحدمون متصل شویم و متصل باقی بمانیم.

با تشکر از شما

اشکان، از مازندران



با سلام

برنامه ۸۶۱

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

آخر بشنید آن مه آه سحرِ ما را

تا حشرِ دگر آمد امشب حشرِ ما را

آه سحر من، آه آرزومندی من از کجا می‌آد؟ از این که به خدا زنده بشوم و بینیم که زنده شدن به خدا چه طوریه؟ کنجکاوی من ذهنی، این جا را هم می‌خواهد از آن خودش بکنه. آرزوی زنده شدن به خدا ولی می‌ترسم که رشته همه چیز را به دست او بسپارم، یعنی عدم توکل و عدم اعتماد به خدا. وقتی خوب درونم را نگاه کردم ترس عمیقی را در وجود خودم دیدم. ترسی که می‌گفت، تو مطمئنی که می‌خواهی همه چیز بدهی و به او زنده بشی؟ اگه درمقابلش چیزی بدست نیاوردی چی؟

اون جا بود که متوجه شدم اصلاً اعتماد به خدا یعنی چی؟ این همه بی‌اعتمادی به خدا از کجا می‌آد؟ از الگوها و شرطی شدگی‌های گذشته که هنوز در من ریشه دارند. وقتی خوب نگاه کردم که مثلاً در برابر همه این چیزها فضاگشایی کنم، و بفهمم که اصلاً فضاگشایی و تسلیم درست یعنی چی!! آخر هم ناامید شدم و گفتم بابا ول کن من اصلاً بلد نیستم و آخر هم نخواهم تونست به خدا زنده بشوم. ولی درست همون زمان که رها کردم و به اصطلاح ناامید شدم، آرامش را حس کردم، اون سکوت را درک کردم و متوجه شدم با ذهن کار کردن و با ذهن فضاگشایی کردن یعنی چی؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

ما را گرمش خواهد تا در بر خود گیرد

زین روی دوا سازد هر لحظه گر ما را



هر لحظه خدا کنارم بوده، من در بیرون دنبالش می‌گشتم. حالا هم که متوجه شدم و به برنامه گنج حضور وصل شدم، فهمیدم که انگار یک من‌ذهنی تربیت‌شده دارم پیدا می‌کنم. نکته خیلی جالب این بود که، نکته دارم از یک شکل من‌ذهنی، به یک شکل دیگه من‌ذهنی تبدیل می‌شم... یعنی همان من‌ذهنی تربیت‌شده و مودب!

با اتفاقی به سراغم می‌آد و من را پهلوی خودش می‌گیره و می‌خواد که دواي این دل بیمارم بشه.. ولی فکرهای پشت سر هم مدام زبان به دعا کردن باز می‌کنند. نکته اون من‌ذهنی تربیت شدست که داره حرف می‌زنه!!!

یا اون زمانی که ترس از دست دادن‌ها و عدم توکل به خدا خودش را نشان می‌ده، تازه متوجه اون من‌ذهنی مودب و تربیت‌شده می‌شم. اتفاق برای تربیت این من‌ذهنی من نبوده بلکه چه بسا لحظه زنده شدنم بوده، نکته با یک دعای لقی زنده شدن را از دست بدم...!! نکته اومده بوده من‌ذهنی را ببره و خودش جای اون بنشینه و من متوجه نشدم!!

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۶۱ الی ۲۹۶۴

من نخواهم رحمتی جز زخم شاه

من نخواهم غیر آن شه را پناه

غیر شه را بهر آن لا کرده‌ام

که به سوی شه تولا کرده‌ام

گر ببرد او به قهر خود سرم

شاه، بخشد شصت جان دیگرم

کار من، سربازی و بی‌خویشی است

کار شاهنشاه من، سر بخشی است

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶



بی پای طواف آریم بی سر به سجود آییم

چون بی سر و پا کرد او این پا و سر ما را

خدایا ما را ببخش آگه با پا و سر هم‌هویت شدگی‌ها در مقابلت سجده کردیم و اون زیر، من ذهنی‌مان خودش را مخفی کرد. در هنگام باختن ترس را دیدم و باز هم ترسیدم در این که اداره امور کارم رو به دست تو بسپارم. من را ببخش آگه هنوز هم‌هویت شدگی دارم و با وجود این انتظار دارم که من را به خودت زنده کنی. وقتی هنوز من ذهنی داره اون زیر کار می‌کنه، جز طلب بخشش و شکر و رضا برای این همه رحمت چیز دیگه‌ای مگه می‌شه گفت؟

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۰۴ و ۷۰۵

آنچه بر صورت تو عاشق گشته‌ای

چون برون شد جان، چرایش هشته‌ای؟

صورتش برجاست، این سیری ز چیست؟

عاشقا، واجو که معشوق تو کیست؟

خواهرم با تمام بچه‌هاش دچار ویروسی شدن و راهی بیمارستان شدن. ترس و نگرانی‌ها بالا آمدند. ترس از دست دادن، هم‌هویت با خانواده، آیا من ذهنی افتاده؟ پس من فقط عاشق صورت شدم!! چه نکته ظریفی را جناب مولانا گفته و آقای شهبازی نازنین رمزگشایی کرده: افتادن من ذهنی و نشستن خدا جای اون. این طوری عاشق شدن به صورت‌ها و نقش‌ها هم برای همیشه می‌تونه تمام بشه.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۲۰ و ۷۲۱

معنی آن باشد که بستاند تو را

بی‌نیاز از نقش گرداند تو را



معنی آن نبود که کور و کر کند

مرد را بر نقش، عاشق تر کند

اگه باور ندارم که می شه به خدا زنده شد، فقط باید از خدا طلب بخشش و عذرخواهی کرد.

اگه یقین ندارم و خود را لایق زنده شدن به خدا نمی دانم، فقط باید تسلیم شد و سجده کرد.

و باید که به سخنان بزرگان با گوش جان دل سپرد و امید و ایمان داشت که و روز هجران و شب فرقت به آخر خواهد

رسید، چرا که به قول حافظ :

حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۶

روز هجران و شب فرقت یار آخر شد

زدم این فال و گذشت اختر و کار آخر شد

آن همه ناز و تنعم که خزان می فرمود

عاقبت در قدم باد بهار آخر شد

با تشکر از حضرت مولانا و آقای شهبازی نازنین.

فریده از هلند 🇮🇵



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)