



پیغام عشق

قسمت ششصد و شصت و نهم





با سلام،

انسانی که از حقیقت وجودی خود بی خبر است و خود را با نفس خود می شناسد و تعریف می کند، همواره در پی راضی کردن «من ذهنی» است. غافل از این که هرچه بیشتر مراعاتش را بکند، او بیشتر و بیشتر می خواهد. چراکه ذهن انسان این گونه است که نه تنها زیاده خواه است، تنوع طلب نیز هست. به این معنی که ممکن است ابتدا آنچه هوس و درخواست می کند، بسیار بی ضرر به نظر برسد و انسان به شوق تجربه ی لذتی بی ضرر به سمت آن کشیده شود. اما پس از مدتی، آن چیز عادی می شود و دیگر انجام آن نه تنها لذتبخش نیست، بلکه کسالت بار نیز هست. از طرفی انجام ندادنش با درد روانی و یا جسمی همراه است. یعنی ترک کردن آنچه عادت شده، مشکل می شود. در نتیجه انسان به دنبال راه هایی می گردد که تجربه ی هیجان انگیزتری داشته باشد و این راه ها دیگر از روال طبیعی و بی خطر دور می شوند و این داستان تکرار می شود؛ به طوری که انسان بیشتر و بیشتر خود را در منجلا ب درد و افسردگی می اندازد. تا جایی که ممکن است دیگر زندگی کردن برایش مشکل شود.

مولانا در غزل شماره ی ۲۸۰۸ دیوان شمس، موضوع برنامه ی ۸۹۲ گنج حضور، مشکل انسان را در پیروی از خواسته های من ذهنی و شکل گرفتن عادت و درد حاصل از ترک عادت توصیف می کند. مولانا توضیح می دهد که ترک این عادت ها به قدری مشکل است که انسان برای درد هشیارانه نکشیدن، حتی ممکن است خواسته های مادی خود را از نظر معنوی توجیه کند و سعی کند دیگران را با ظاهر معنوی اغفال کند، تا به این خواسته ها برسد. مولانا راه رهایی را کشیدن درد هشیارانه به یاری زندگی، هم نشینی با انسان های به حضور رسیده، و خلوت کردن با خود می داند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

گرچه در مستی خُسی را تو مراعاتی کنی

وآنکه نفی محض باشد، گرچه اثباتی کنی



گیرم که در عدم هشیاری، به خواسته‌های ذهن اهمیت بدهی و مراعات بعد مادی خود را کنی که در مقایسه با بعد معنوی تو هم چون گاهی بر سطح اقیانوس است، و برای اثبات «بودن» خود، آنچه را که نفی محض وجود تو است، یعنی بعد مادی خود را تقویت کنی، یعنی برای رسیدن به زندگی، آنچه زندگی را از تو می‌رباید را بیشتر و بیشتر جست‌وجو کنی،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

آنکه او ردّ دل‌ست از بد درونی‌های خویش

گر نفاقی پیشش آری، یا که طاماتی کنی

گیرم که خواسته‌های نفس که به‌خاطر عواقب شومی که دارند، مورد قبول دل، مورد تأیید زندگی نیستند، را با پوشاندن جامه‌ی معنوی، و با لاف و گزافه درمورد کرامت‌های معنوی خود، موجه جلوه دهی و دنبال کنی،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

ور تو خود را از بد او کور و کر سازی دمی

مدح سرّ زشت او، یا ترک زلاتی کنی

گیرم که چشم خود را بر بدی‌های من‌ذهنی ببندی، و هرچه بخواهند تو را از این بدی‌ها آگاه کنند، نشنوی، و تازه این زشتی‌ها را زیبا ببینی و به مدح آن‌ها بپردازی، یا بخواهی به خیال خود از لغزش دوری کنی و عادت مخربی را با عادت دیگری جایگزین کنی،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

آن تکلف چند باشد، آخر آن زشتی او

بر سر آید تا تو بگریزی و هیبهاتی کنی



فکر می‌کنی تا کی می‌توانی به این ظاهر سازی معنوی ادامه بدهی؟ بالاخره چهره‌ی واقعی، عاقبت زشت این کار، آثار منفی آن در زندگی تو آشکار می‌شود و تو از من ذهنی می‌گریزی و افسوس می‌خوری.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

او به صحبت‌ها نشاید، دور دارش ای حکیم

جز که در رنجش، قضا گو، دفع حاجاتی کنی

ای خردمند، من ذهنی درخور و شایسته‌ی هم‌صحبتی تو نیست. او را از خود دور کن. اگرچه ترک من ذهنی و پاسخ ندادن به نیازهایش آسان نیست، ولی با طلب کمک از زندگی، می‌توانی نیازهای او را از خود دفع کنی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

مر مناجاتِ تو را با او نباشد همدم او

جز برای حاجتش با حق مناجاتی کنی

و البته من ذهنی در این مناجات، در این طلب کمک برای رهایی، با تو همراه نمی‌شود و به تو کمک نمی‌کند. یعنی نه تنها تو را همراهی نمی‌کند، بلکه تو را باز هم خواهد داشت. چراکه نفس تنها وقتی در مناجات و دعا با تو همراهی می‌کند که چیزی برای او بخواهی، نه این که بخواهی از او رها شوی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

آن مراعاتِ تو، او را در غلطها افکند

پس مُلازمِ گردد او، وز غصّه و یلاتی کنی

و اگر تو مراعات من ذهنی را بکنی و به خواسته‌هایش تن بدهی، این کار تو وی را به اشتباه می‌اندازد و او دیگر تو را رها نمی‌کند، و هر روز بیشتر و بیشتر می‌خواهد، هر روز بیشتر در همه‌ی کارهای تو دخالت می‌کند، نقص می‌بیند، اعتراض



می کند و هزار دلیل و مدرک می آورد تا تو را قانع کند که غمگین شوی؛ به طوری که تو دیگر از انجام کارهایی که باعث خوشنودی ات می شدند، از زندگی، از کارت، از روابط لذت نمی ببری، افسرده می شوی و آرزوی مرگ می کنی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

آن طرب بگذشت، او در پیش چون قولنج ماند

تا گریزی از وثاق و یا که خیلاتی کنی

می بینی که آن لذت اولیه زودگذر است و تا عامل لذت در دسترس نباشد، دچار درد روانی و جسمی می شوی، و این درد برای این به وجود می آید تا تو را از خواب ذهن بیدار کند، تا تو از قفس ذهن بیرون بیایی و چاره ای بیندیشی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

آن کسی را باش، کاو در گاه رنج و خرّمی

هست همچون جنت و چون حور کش هاتی کنی

پس بیا به جای همدم بودن با من ذهنی، همدم زندگی، همدم «او» باش که در خوشی و غم، تو را در بهشت آغوش خود با عشق پرورش می دهد، و تو در دامانش به معنای واقعی، عیش و شادی بی سبب و بی درد را تجربه می کنی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

از هواخواهان آن مَخْدوم شمس الدّین بُود

شاید او را گر پرستی یا که چون لاتی کنی

اگر می توانی با هواداران زندگی، با عارفان معاشرت کن که شایسته است اگر چنین انسان هایی را عاشقانه عزیز بداری و ستایش کنی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۸

ورنه بگریز از دگر کس تا به تبریز صفا

تا شوی مست از جمال و ذوق و حالاتی کنی

و اگر چنین افرادی در دسترس تو نیستند، از غیر «او» و هواخواهان «او»، به گوشه‌ی خلوت خود، به آغوش سکوت پناه ببر
تا مست حضور شوی و شادی اصیل را لمس کنی.

با احترام،

شکوه 🌹



این هفته بعد از دو سال با استاد حرف زدم. برای کاری جدید ارائه‌ای آماده کرده بودم و می‌خواستم ارائه دهم. دو هفته طول کشید تا این جلسه ارائه برگزار شود. چون هربار استاد به دلیلی کنسل می‌کرد. من بدون این که بفهمم از کنار این کنسلی‌ها عبور کرده بودم و صرفاً تمرکز را روی انجام کارم گذاشته بودم. آخرین کنسلی یک ساعت قبل از ارائه بود که استاد گفت: خرید هستم، یک ساعت دیگر زنگ بزن. من در آن یک ساعت یک لیوان آب خوردم و شروع کردم یکبار دیگر ارائه‌ام را برای خودم تمرین کردم. بعد به استاد زنگ زدم و زمانی که جلسه‌ام با استاد تمام شد، تازه معجزات را دیدم.

من دو سال پیش می‌توانست در هر کدام از این کنسلی‌ها برنجد و در نهایت درد را به استاد منتقل کند. من دو سال پیش به جای تمرکز روی کارش و هشیاری این لحظه‌اش، تمرکز را روی استاد و قضاوت کارها و رفتار استاد می‌گذاشت. من دو سال پیش با این رفتارهای استاد، حس بی‌ارزشی می‌کرد و می‌خواست که دیگر استاد را نبیند. اما در عوض همه این‌ها، یکی در من فضاگشایی کرد و مثل آب از کنار موانع رد شد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۸۷ - برنامه ۸۷۶

چون آب باش و بی‌گره، از زخم دندان‌ها بجه

من تا گره دارم، یقین می‌کوبی و می‌ساییم

و من معجزه را دیدم. من معجزه قانون جبران را دیدم. این اولین ارائه‌ای بود که من از آن لذت بردم؛ تنها ارائه‌ای بود که از گزند پندار کمال در امان مانده بود؛ تنها ارائه‌ای بود که من در طول آماده کردنش سعی کردم مطالب برای خودم ساده و لذت‌بخش باشد و در توضیح برای استاد هم شیرین باشد؛ تنها ارائه‌ای بود که سعی نکردم با مهارت‌های کامپیوتری‌ام استاد را تحت تأثیر قرار بدهم، صرفاً به قدر نیاز از همه چیز استفاده کردم؛ تنها ارائه‌ای بود که من ترسی از ندانستن نداشتم، هرچه بلد بودم گفتم و آماده بودم اگر نمی‌دانم به استاد بگویم، نمی‌دانم باید بیشتر تحقیق کنم، بدون این که حس کوچک شدن پیدا کنم. این تنها ارائه‌ای بود که من از اشتباه کردن ترسی نداشتم و وقتی استاد من



را تصحیح کرد، خندیدم، گفتم دقیقاً استاد شما درست می‌گویید، بدون این که درونم به هم بریزد. این تنها باری بود که من با تمام توان قانون جبران را رعایت کردم و در تمام طول یک ماه و نیم، فقط تمرکز را روی فضای گشوده شده درونم نگاه داشتم. این تنها باری بود که من ارائه‌ای را بدون حالت تکلف من ذهنی و با عشق انجام دادم و من نتیجه این عشق را دیدم. نتیجه‌اش برای من انجام دادن کار با شادی، با آرامش، با لذت و بدون حالت‌های هیجانی من ذهنی بود. چون من به وجود بی‌نهایت خودم ایمان داشتم. دنبال این نبودم که خودم را به استاد یا حتی خودم ثابت کنم. حتی ترس کوچک شدن نداشتم و چیزی از استاد نمی‌خواستم، تأیید و تشکر نمی‌خواستم، کار نمی‌خواستم، هیچی نمی‌خواستم.

هر صبح تمرکز روی این بود که خرد زندگی باید به این کار بریزد و نتیجه‌اش روی استاد هم شگفت‌انگیز بود. استادی که همیشه من را تحقیر و مسخره می‌کرد تشکر کرد، گفت خیلی خوب بود. یک نقطه‌ای که برایش مبهم بود، برایش باز شده بود. باورم نمی‌شود این همان استاد است. بعد از تمام شدن ارائه، وقتی داشتم با برادرم صحبت می‌کردم یک لحظه غمی آمد به دلم. من تمام سه سالی که با این استاد کار کردم، از او می‌ترسیدم و دو سال بعدش از او در ذهنم دیو ساخته بودم. یعنی پنج سال رنجش روی رنجش کوبیده شده بود و از او متنفر بودم. تنفر من به درجه‌ای رسیده بود که به روانشناسم گفته بودم، من دلم می‌خواهد با گلدون بکوبم توی سر استاد، خون از صورتش بریزد و من لذت ببرم از دیدنش. الان باور نمی‌کنم یلدایی که دلش از رنجش و کینه این قدر سفت شده بود که راضی به دیدن زجر استاد بود، حالا یک چیز دیگر می‌بیند. به قول برادرم:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۹

پیشِ چشمِ داشتی شیشه کبود

ز آن سبب، عالم کبودت می‌نمود



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۰

گر نه کوری، این کبودی دان ز خویش

خویش را بد گو، مگو کس را تو بیش

این کبودی از من بود. نمی‌گویم انسان‌ها من ذهنی ندارند، چرا دارند و درد هم پخش می‌کنند. اما اگر ما فضا را باز کنیم، مثل آب روان رد می‌شویم و زخمی به ما نمی‌رسد؛ از روی جهنم رد می‌شویم، بدون این که بدانیم چگونه و جهنم به نظر ما باغی سرسبز می‌آید. اما یکی از بزرگترین درس‌ها برای من این بود که هر اتفاق بدی می‌افتد، یک چیزی در من باید عوض شود و چیزی که در این جا من دیدم عوض شد، مرکز خارهام بود. مهم‌ترین مشخصه دل خاره درد است؛ انعطاف‌پذیر نیست، می‌شکند و شکستنش سبب درد می‌شود. همان‌ش با چیزهای آفل و مقاومت دل من را سفت کرده بود.

هرچه خواسته‌هایمان از جهان بیشتر باشد، بیشتر می‌رنجیم. رنجش و خشم ابزارهای سفت شدن دل هستند. دل مثل خاره را دل‌های مثل خاره برای دعوا جذب می‌کنند. من که دلم خاره شده بود، اصلاً حاضر نبودم بپذیرم که دلم سفت شده و تمام دردهایم ناشی از سفتی دل خودم است. اما حضرت مولانا و آقای شهبازی به من یاد دادند وقتی رنجیدم، به جای نگاه کردن به دیگران و ملامت آن‌ها، باید دل سفت و خاره خودم را ببینیم. اگر بخواهم این بار شیشه را حمل کنم، جز درد و سم برای خودم و دیگران چیز دیگری حاصل نمی‌شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۵۷ - برنامه ۸۸۷

ای گشته دلت چو سنگ خاره

با خاره و سنگ چیست چاره؟



در خشکی ذهن که دل ما خار شده، ما سفت هستیم، روان نیستیم و مست هم نیستیم. زندگی می‌خواهد با شرابش ما را مست کند. آن وقت ما مثل تفاله بر مسیر افتادیم و در جدایی هستیم. زندگی می‌خواهد این لحظه برکاتش را به چهار بعد ما بریزد و از طریق ما در جهان پخش کند. بنابراین همانیدگی‌ها را می‌کند تا از جای خالی آن خودش بالا بیاید. اما ما با ناله و زاری، با مقاومت و قضاوت به خشکی ذهن می‌رویم و سفت‌تر می‌شویم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰ - برنامه‌های ۷۳، ۷۵۳، ۸۱۶

روان کردم ز سنگت آب حیوان

به سوی خشک رفتی، خار گشتی

دل همانیده پر از تقاضا است. به محض این که بگویی نه، می‌شکند. تنها یک چاره وجود دارد، آن هم این که یک‌باره این بار شیشه را خالی کنیم. بی‌خود من درست کردیم، بدانیم بی‌خود توقع داشتیم، بی‌خود رنجیدیم، بی‌خود رنجش‌ها را روی هم کوبیدیم. ما به خاطر گرسنگی گاوِ مان خواستیم، توقع داشتیم، رنجیدیم و خار شدیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۰۲ - برنامه ۸۸۶

عصای عشق از خارا کند چشمه روان ما را

تو زین جوعُ البقر یارا، مکن زین بیش بقاری

*بقاری: گاوداری، گاوچرانی

عصای عشق که در این جا نماد فضاگشایی در اطراف اتفاقات است، می‌تواند از سنگ خارا، من‌ذهنی سفت و دل‌پر از همانیدگی و درد ما، چشمه آب روان زندگی را جاری کند. به شرط این که ما بیشتر از این مانند گاوِ گرسنه از علف‌های این جهانی چرا نکنیم و موتور خواستن من‌ذهنی را فعال نکنیم. بلکه به عنوان حضور ناظر به ذهن نگاه کنیم و خاصیت سیری‌ناپذیری من‌ذهنی را شناسایی کرده و از آن پرهیز کنیم. در غیر این صورت مدام می‌شکنیم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۵۷ - برنامه ۸۸۷

با خاره چه چاره شیشه‌ها را؟

جُز آنکه شوند پاره پاره

درست است که خاره است. اما از شیشه درست شده و هر لحظه می‌شکند و درد می‌آید. با خاره و سفتی، ما هیچ چاره‌ای در این جهان نداریم. فقط مرتب می‌شکنیم. ما در من ذهنی سفت‌مان، مثل سبویی هستیم که از سنگ می‌ترسیم. سنگ ضربات زندگی با قانون کن‌فکان و قضا است. اما اگر نترسیم از شکستن سبوی ذهن و خودمان را با آن یکی ندانیم، بگذاریم این من‌ذهنی پودر شود، از سبوی محدودِ ذهن چشمه روان می‌شود. از مرکز عدم که بی‌نهایت است، برکات جاری می‌شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۰۶ - برنامه ۶۹۱

از سنگ سبو ترسد، اما چو شود چشمه

هر لحظه سبو آید تازان به سوی خاره

اگر همانندگی‌ها می‌روند باید خوشحال باشیم که زندگی به دام افتاده دارد آزاد می‌شود. وقتی مزه شکستن بخشی از کوزه ذهن را می‌چشیم بدودو می‌خواهیم کل کوزه ذهن را بدهیم زندگی بشکند و خُرد کند. زندگی منتظر است ما کوزه ذهن را بدهیم چشمه جاری کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۴ - برنامه ۱۳۵

ای کرمت شاه هزاران کرم

چشمه فرستی جگر خاره را



خدا خودش می‌خواهد از این مردگی، زندگی را بیرون بکشد. زندگی کان هر نعمت و برکتی است و نمی‌گذارد ما به این سبک زندگی محدوداندیش و نکبت‌بار در ذهن ادامه دهیم. چون می‌خواهد برکاتش را جاری کند. برای همین با تیرهای قضا مرکز ما را خالی می‌کند. این کار را با شیرینی انجام می‌دهد. صفت زندگی وقتی فضاگشایی می‌کنیم، این قدر لطیف است که نظیر آن در جهان نیست.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۷۲ - برنامه ۸۷۶

که بُود آب که دارد به لطافت صفتِ او؟

که دو صد چشمه برآرد ز دلِ مَرَمَر و خارِه

هیچ کس نباید ناامید باشد که دلش سفت است، همانیدگی‌هایش زیاد است، سال‌ها رنجش کوبیده، تمام روابطش خراب شده، اعضای بدنش آسیب دیده، سنش بالا رفته؛ حضرت مولانا نوید می‌دهد اگر فضاگشایی کنی، سجده حقیقی کنی، لطف زندگی با نرمی به دادِ این مرکز خارِه می‌رسد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۳ - برنامه ۸۵۹

سجده کردم، گفتم: این سجده بدان خورشیدِ بر

کاو به تابشِ زَر کند مر سنگهایِ خارِه را

همین که شناسایی کنیم که از اتفاق این لحظه هیچ چیزی نمی‌خواهیم، بنابراین نباید کاری با آن داشته باشیم، ستاره عدم این سجده را نزد زندگی می‌برد و زندگی از طریق مرکز عدم ما می‌تابد. همان طور که تابش خورشید و فشارات زمین سنگ‌های خارِه را تبدیل به طلا می‌کند، این دل سنگ شده و پر از همانیدگی را تابش نور زندگی تبدیل به زر حضور می‌کند.

یلدا از تهران



سیلِ عشق

درس من در آلمان تمام شده است و حدود دو ماه است که به طور فشرده به دنبال شغل می‌گردم. دیروز در شهر بُن مصاحبه‌ای داشتم. انسان‌های بسیار شریفی مصاحبه‌گر بودند، ولی به احتمال زیاد من آن‌جا مشغول به کار نخواهم شد. سؤال یکی از مصاحبه‌گران دریچه‌ای شد تا غزل ۴۸۰ تفسیر شده در برنامه ۸۹۵ خودش را برایم باز کند. سؤال این بود که خودتان را در ده سال آینده یا پنج سال آینده شغلی کجا می‌بینید؟ من حقیقتاً نمی‌دانم پاسخ به این سؤال چیست؛ و اساساً هر وقت کسی این سؤال را می‌پرسد، می‌خواهم با تمام وجود فریاد بزنم که نمی‌دانم نمی‌دانم نمی‌دانم. تنها چیزی که می‌دانم این است که در هر منصبی که باشم، با تمام وجود به انسان‌ها به جهان و به کائنات اطرافم دوست دارم عشق بدهم.

در آموزش‌های مولانای عزیز آموخته‌ایم که اساساً مفهومی به نام زمان معنا ندارد و سؤال این که شما خودتان را در ۱۰ سال آینده معنوی کجا می‌بینید، راه‌گشا نیست. ولی سؤال مهم‌تری که غزل شماره ۴۸۰ در بطن خود پنهان دارد و در هر بیت آن هم از ما آن را می‌پرسد، این است که شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟ آیا در حال عشق‌پراکنی هستید یا در حال اضافه کردن درد به این جهان. با هم ابیات غزل را پیش می‌رویم و من در پایان هر بیت دو سؤال می‌پرسم. شاید این دو سؤال هم به بعد مادی ما و هم به بعد معنوی ما جهت دُرست بدهند. و در نهایت هم شاید با همدیگر به پاسخ برسیم:

۱. شما خودتان را در آینده ده سال کاری کجا می‌بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟



غلغلِ اوّلِ آب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

به حقّ آنکه در این دل به جز ولّایِ تو نیست

ولّیّ او نشوم، کاو ز اولیایِ تو نیست

ای خدای مهربانم، با تمام وجود قسم می‌خورم و عهد می‌بندم و به‌دنبالش هستم که در این لحظه در مرکزم چیزی نباشد و من ولا یا دوستی و یا محبت چیزی به جز دوستی با تو را نداشته باشم. یعنی هر شنونده‌ای که دارد این پیام را گوش می‌دهد، می‌تواند از خود پیرسد آیا با چیزی هم‌هویت است، یعنی آیا از چیزی هویت خود را دریافت می‌کند؟ یا نه. پاسخ یافتن این سؤال هم تقریباً آسان است. اگر چیزی و یا کسی در جهان هست که تو ای شنونده، از دستش بدهی غصه خواهی خورد، پس بدان که داری از آن چیز یا کس هویت می‌گیری. من در هر لحظه از خود این سؤال را می‌پرسم و با دلم و در سکوت به خدا پاسخ می‌دهم تا من ذهنی بیدار نشود.

۱. شما خودتان را در آینده‌ی ده سالِ کاری کجا می‌بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟

غلغلِ دومِ آب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

مباد جانم بی‌غم، اگر فدایِ تو نیست

مباد چشمم روشن، اگر سقایِ تو نیست

پروردگارا زندگی‌ام در این لحظه‌ای که آغاز شد، خدا نکند که بی‌تو باشد که آن هنگام از غم و اندوه پُر خواهد شد. اگر در هر لحظه، در هر کاری که می‌کنم، چه چای ریختن باشد، چه بتن‌ریزی در کارگاه ساختمانی، پراکندن عشق روشنی



چشمم نباشد، بهتر است که زندگی‌ام به پایان برسد. اگر هر لیوان آبی که می‌خورم، حضور ناظر برتر را در کنارم در نظر نداشته باشم، تشنگی تا مرگ برایم بهتر است.

۱. شما خودتان را در آینده‌ی ده سال کاری کجا می‌بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟

غلغل سوم آب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

وفا مباد، امیدم اگر به غیر تو است

خراب باد وجودم، اگر برای تو نیست

اگر در این لحظه برای اتفاقی که با قانون قضا درمقابلم می‌گذاری، برای روبه‌رو شدن با آن، اگر به چیزی به‌جز فضای گشوده‌شده توسل جویم و اگر به‌جز فضای گشوده‌شده به چیز دیگری امید داشته باشم، وجودم خراب باشد و فانی.

۱. شما خودتان را در آینده‌ی ده سال کاری کجا می‌بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟

غلغل چهارم آب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

کدام حُسن و جمالی که آن نه عکسِ تُو است؟

کدام شاه و امیری که او گدایِ تو نیست؟



هر جسمی، هر کالبدی، هر بودنی که به نظر ما زیبا می‌آید، جلوه‌ای از پروردگار است. اگر ما با تمام وجود باور داریم که خداوند بی‌نهایت است، پس این بی‌نهایت را در اطرافمان هم تجربه خواهیم کرد. در هر خلقی که از کسی سر می‌زند، در هر گیاهی، در هر حرکت پشه‌ای، در هر چیزی، بی‌نهایت حُسن و جمال خدا را می‌بینیم و از انتقاد دست برمی‌داریم. خداوند هر گونه که بخواهد، از طریق هر کسی می‌آفریند. فرقی نمی‌کند آن شخص شاه باشد یا گدا. هر کسی می‌داند که وقتی می‌خواهد بیافریند، چه راه‌حلی برای پروژه‌ای، چه قطعه‌ای موسیقی‌ای، چه تصمیم‌گیری سختی، باید به فضای گشوده‌شده وصل شود و اگر نمی‌داند، بداند که مولانا می‌گوید هیچ خلقتی در این جهان ماده نیست که سرچشمه‌اش از خداوند نباشد. اگر شک داری بترس که هنوز در ذهن به سر می‌بری!

۱. شما خودتان را در آینده‌ی ده سال کاری کجا می‌بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟

غلغل پنجم آب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

رضا مده که دلم کام دشمنان گردد

ببین که کام دل من بجز رضای تو نیست

خدایا ای سرچشمه‌ی رضا در من، تو رضا نده که من سپری شدن لحظه به لحظه‌ی زندگی‌ام را به دست من ذهنی بسپارم و بلد نباشم که از طریق فضاگشایی و تسلیم با تو حرف بزنم. خدایا ببین که در دل من به جز رضایت تو چیزی جا ندارد. رضایت تو هم که معلوم است؛ واهمانش من از تمام آن چیزهایی که در این لحظه از آن‌ها برای خود هویت می‌طلبم.

۱. شما خودتان را در آینده‌ی ده سال کاری کجا می‌بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟



غلغل ششم آب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

قضا نتانم کردن، دمی که بی تو گذشت

ولی چه چاره؟ که مقدور جز قضای تو نیست

یکی از سخت ترین کارهای دنیا در اوایل راه معنوی حفظ حضور و شادی بی سبب در خود است. در اطراف ما درد و غم و غصه بیداد می کند و هر کسی به اصل واقعی خود آگاه نشده باشد، می خواهد ذره ای از شادی ما را بدزد. پروردگارا، من ولی لحظه ای را بدون غرق بودن در دریای شکر تو نخواهم توانست سپری کنم. این غرق بودن را در حس امنیت جاری در لحظه به لحظه ی زندگی ام می بینم. در هر لحظه، من آماده ام تا تو با قانون قضایت تصمیم بگیری و با قدرت اجرا کنی و همانیدگی ای را از مرکز من بکنی. من آماده ام که آن همانیدگی را با کمال میل بدهم تا رها شوم.

۱. شما خودتان را در آینده ی ده سال کاری کجا می بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می بینید؟

غلغل هفتم آب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

دلا بباز تو جان را، بر او چه می لرزی؟

بر او ملرز، فدا کن چه شد؟ خدای تو نیست؟

اگر کسی شک داشت که آنچه را که از آن هویت می گیرد باید بیندازد دور، مولانا در این بیت مستقیم می گوید که آنچه را که بر آن می لرزی رها کن. می خواهی بدانی بر چه چیزی می لرزی؟ بر هر چیزی که با بالا و پایین شدنش، تو هم بالا و پایین می شوی؛ یعنی دچار هیجان چه خوب و چه بد می شوی، مثل خشمگین شدن، ترسیدن، حس خوشی گرفتن و



غیره. ای شنونده، از همین اکنون تصمیم بگیر که همانیدگی‌هایت را فدا کنی. نشود که شش ماه و یک سال آینده‌ات بعد از این همه گنج حضور گوش دادن، با قبلش فرقی نکند که تنها یک معنی دارد. تو در فدا کردن لرزیده‌ای.

۱. شما خودتان را در آینده‌ی ده سال کاری کجا می‌بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟

غلغل هشتم آب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

ملرز بر خود تا بر تو دیگران لرزند

به جان تو که تو را دشمنی ورای تو نیست

اگر تا پایان غزل آمده‌ای و هنوز دلت از این همه سیل عشقی که مولانا می‌پراکند لایروبی نشده است، تنها یک معنا ندارد. هنوز جایی بر روی آینه‌ی دلت هست که صیقل داده نشده و من ذهنی‌ات از طریق آن به بیرون پیام می‌دهد و مردم هم تو را از همان طریق می‌گزند. پاشو رنجشی که داری را ببخش. پاشو خانه‌ای که داری را بفروش و به برنامه‌ی خودت کمک کن. پاشو رابطه‌ای که از آن زهر می‌ریزد را به پایان برسان. پاشو فرزندت را در بغل بگیر و از عذرخواهی برای اشتباهات نترس. پاشو، پاشو، پاشو و کاری کن که غزل تمام شده است.

۱. شما خودتان را در آینده‌ی ده سال کاری کجا می‌بینید؟

۲. شما خودتان را در این لحظه در کجا می‌بینید؟

سیل که بیاید، همه‌چیز را با خود می‌برد و هیچ چیز نمی‌ماند. نه دری بسته می‌ماند و نه پنجره‌ای. من این را در مصاحبه‌ی کاری‌ام دیدم. دُرست است که کار را برنده نشدم. ولی در طول مصاحبه، چند باری شد که مصاحبه‌گران را به قهقهه انداختم. شاید باید کم‌دین بشوم.



بگذریم. ولی برای جاری شدن سیل، نیاز است که ابتدا سد ساخته شده روی آن خراب شود. دینامیتی دارم که برای شروع، سد را تا حد زیادی تخریب می‌کند. آن دینامیت کلید طلب است. آن را که در در بچرخانی، سیلی از عشق برایت جاری خواهد شد. این ماهیت آیین و شیوهی خداوند است. بگو سیل عشق می‌خواهی، برایت سیل عشق جاری می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۸۷

بی‌کلید، این در گشادن راه نیست

بی‌طلب، نان سنت الله نیست

پویا، آلمان



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

