



پیغام عشق

قسمت هزار و دویست و شصت و چهارم





با سلام

نسیان و فراموشی

من در یک خانواده مذهبی بزرگ شدم، با وجود توصیه‌های فراوان اخلاقی در باب پرهیز از گناهان مثل دروغ، غیبت، کینه، خشم و سایر گناهان می‌دیدم! که در مقام پرهیز و عمل همه ناتوانند و توصیه‌ها را فراموش می‌کنند. بعد از مدتی با یک سری باورهایی که باورهای قبلی را نقض می‌کرد همانیده شدم. ولی با گذر زمان متوجه شدم این فکرها و دانش و باورها و خرافات، راه‌حلی برای آرامش زندگی و درمان دردهایم ندارند! فقط یک مشت حرف هستند و کاربرد این‌ها برای بحث کردن و پندار کمال هست، با این باورها حتی نمی‌شود نیم کیلو سبزی خرید!!

از طرفی با خود می‌گفتم چرا خداوند قبل از ورود ما به این جهان از ما پرسیده که از جنس اوئیم؟ و ما هم آن موقع گفتیم بله؟ ما که یادمان نمی‌آید پس چرا به خاطر این فراموشی ما را مواخذه می‌کند و آنرا گناه می‌داند؟! چرا وقتی به این جهان آمدیم و آگاه شدیم، نپرسیده؟ مثلاً در نوجوانی از ما سوال می‌کرد و غیره. اما خدا لطف کرد و مرا در اوج درد و ناکامی با این برنامه آشنا کرد و جواب سوالاتم را یافتم.

خدا را شکر که از شما آموختیم که زمان یک موضوع قراردادی برای کارهای دنیوی و امور گذراست و همیشه این لحظه هست. و زندگی باز در این لحظه از ما می‌پرسد:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲

چه چگونه بد عدم را؟ چه نشان نهی قدم را؟

نگر اولین قدم را که تو بس نکو نهادی



اما این پرسش از جنس چیستی و چگونگی نیست که با ذهن بفهمیم. برای بودن در این لحظه و پاسخ بلی، نیازمند رسیدن به بی‌ذهنی هستیم، که خدا را شکر راهکارش توسط جناب آقای پرویز شهبازی با تفسیر ساده‌ی ابیات مولانا بیان شده‌است، اما چرا فراموشی «آلست» گناه است؟

وقتی ما خدا را فراموش می‌کنیم یعنی خودمان را فراموش می‌کنیم، زیرا دویی در کار نیست و یکی هست، جز «او» چیزی نیست. بنابراین وقتی یادمان می‌رود چه کسی هستیم و برای چه آمدیم، جهان به راحتی جان و هشیاری حضور ما را می‌دزدد و ما دست به هر کاری می‌زنیم به درد می‌افتیم و دچار خسران و زیان کاری می‌شویم. برای همین جناب مولانا از ما می‌پرسند که،

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۰

خواب چون در می‌رمد از بیمِ دلِق

خوابِ نسیان کی بُود با بیمِ حَلَق؟

اگر شما بدانید که دزدی به خانه‌تان می‌آید و اسباب و اثاثیه‌تان را می‌برد، آیا شما می‌خوابید؟ یا از ترس و نگرانی، آگاهانه بیدار می‌مانید؟ پس چرا با این همه آگاهی از وجود دشمن درونی یا من‌ذهنی این موجودِ توهمی و باشنده‌ای که خودتان با تند فکر کردن ساخته‌اید، آگاه و بیدار نمی‌مانید؟! ما هم می‌گوییم یادمان رفت و هزاران بهانه آورده و تقصیر را به گردن خدا و اتفاقات و مردم می‌اندازیم. اما جناب مولانا می‌گویند:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳

گر نه نفس از اندرونِ راهت زدی

رهزنان را بر تو دستی کی بُدی؟



ما با داشتن من ذهنی، طالب انواع همانیدگی‌هاییم، حرص می‌ورزیم و شهوت و طمع زندگی از آدم‌ها و جهان بیرون داریم. این من ذهنی نیازمند ما چون مأموری مخفی، باعث راه‌یابی دزدان بیرونی به مرکز دل ما است.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۵

زان عوانِ سرّ، شدی دزد و تباه

تا عوانان را به قهرِ توست راه

اما چرا با آموزه‌های گنج حضور و آگاهی از وجود و کارکرد من ذهنی خود و جهان باز هم دچار فراموشی می‌شویم؟! این من ذهنی زیرک است، برای بقایش هزاران دلیل می‌تراشد تا از خودش دفاع کند، مثلاً عذر و بهانه می‌آورد و می‌گوید که بخش اعظم این باورها و شرطی‌شدگی‌ها و دردها از پدران و مادرانمان به ما رسیده و ما بی‌تقصیریم. ولی ما اختیار داشته‌ایم، ما در همانیده شدن و مساله‌سازی و ستیزه و دشمنی، اصرار ورزیدیم و زیاده‌روی کردیم. حالا عقل ما برای حل هزاران مسئله و خرابی به بار آورده، صدپاره و ناتوان و پیر و فراموشکار شده است.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۸۸

عقل تو قسمت شده بر صد مهم

بر هزاران آرزو و طم و رم

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۱

در گشادِ عقده‌ها گشتی تو پیر

عقدۀ چندی دگر بگشاده گیر



ما با من ذهنی فقط یک کار بلدیم! آن هم ریختن خرد و جریان نوبه‌نوی زندگی و حیات جاودانه به جگر دردها و همانیدگی‌ها است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۰

آن آب حیات سَرمدی را

چون آب درین جگر گرفتیم

به همین دلیل زندگی فراموشی را نمی‌پذیرد و می‌گوید نسیان و فراموش کردن اصل و منظور آفرینش، گناه است.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱

لَا تُؤَاخِذِ اِنِّ نَسِيْنَا، شد گواه

که بُود نسیان به وجهی هم گناه

فراموشی گناه است زیرا به‌جای این که عاشق صنع زندگی و آفرینندگی باشیم، به‌دنبال مصنوعات و دست‌ساخته‌ها هستیم و به‌جای یکتاپرستی، بت‌پرست می‌شویم. فراموشی گناه است زیرا به‌جای آن که حواسمان به شمع و روشنی چراغ درونمان باشد و نورافکن برای دیدن مرکز دلمان باشد، مدام حواسمان درگیر کارهای دیگران و قضاوت آن‌هاست، برای همین تلاش می‌کنیم آن‌ها را با نصیحت و یا ملامت و انتقاد، آگاه و هدایت کنیم. با این کار چراغ دلمان خاموش شده و با حرکت در تاریکی به خود و دیگران صدمه می‌زنیم.

فراموش کردن زندگی و پیمان‌الست گناه است. برای این که وقتی پیمان با خدا را می‌شکنیم، دیگر شکستن بقیه قراردادهای پیمان‌ها برای من ذهنی ما کار راحتی است، بی‌وفایی توجیه دارد، برای همین دروغ گفتن، غیبت کردن و سایر گناهان را به راحتی انجام می‌دهیم، حرف‌هایمان را فراموش می‌کنیم و زیرش می‌زنیم. و در مراوداتمان، رفاقت و احترام و ادب نیست،



یعنی از یک طرف مدعی عشق و دوستی و همراهی هستیم و کادو می‌دهیم، ولی از طرفی پشت سرشان بد می‌گوییم و نفاق داریم. و بدتر اینکه زشتی کار و مسئولیت عواقب آن را نمی‌پذیریم و می‌گوییم آن‌ها باعث چنین رفتاری هستند و ما بی‌تقصیریم.

با فراموش کردن پیمان‌الست، از جنس جسم می‌شویم و ارزش خودمان و دیگران را با ارزش موقعیت و دارایی مادی‌اش می‌سنجیم. با این دید است به هر قیمتی تلاش می‌کنیم، پندار ما در داشتن آدم‌ها و اجسام و چیزها در بالاترین سطح باشد.

فراموشی اصل خود یعنی محروم کردن خود از خرد و هدایت و امنیت و قدرت زندگی و داشتن عقل جزوی سبب‌ساز که ما را زیر سلطهٔ همانیدگی‌ها می‌برد، بنابراین صبر و حزم نداریم. مدام دچار کارافزایی هستیم و حوصله نداریم و خسته و رنجوریم. با این احوال، ناراضی و ملول و ناسپاسیم، زیرا در جهنم ذهن زندگی می‌کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۵۶۰

لذتِ بی‌کرانه‌ای ست، عشق شده‌ست نامِ او

قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بود؟

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۴۶

ز آنکه بی‌شکری بود شوم و سنار

می‌برد بی‌شکر را در قعرِ نار

*سنار: نحس

با این روش زندگی کردن ما مدام دچار پریشانی و پشیمانی هستیم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۰

وَر کُنی عادت پشیمان خور شوی

زین پشیمانی پشیمان تر شوی

ادامه این راه بدین معناست که، یا نمی‌خواهیم تغییر کنیم و یا این‌که شور و اشتیاق و حس نیازمندی به زندگی را نداریم و دچار شک میان داشتن همانیدگی و داشتن زندگی هستیم. این بدین معناست که ما هنوز خام هستیم و نمی‌دانیم که زندگی از جنس جسم و داشتن نیست، ما خود زندگی هستیم. با این دید غلط به دور همانیدگی‌ها برای کسب زندگی می‌چرخیم. فراموش می‌کنیم که هیچ تکیه‌گاهی جز توکل به خدا نداریم! فراموش می‌کنیم که خدا برای ما کافی است و جز او چیزی نخواهیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۷۱

پروانه که گرد دود گردد

دودآلوده‌ست و خام و رسواست

خدا را شکر که از برنامه‌های گنج حضور آموختیم که با ناظر شدن و کشیدن درد هوشیارانه و همکاری و هماهنگ شدن با طرح زندگی در اتفاق این لحظه، همچون موجودات هستی، روزی در وجود ما باز می‌شود که با آن نور، پروانه وجود ما از دید خامی ذهن رها شده و از چرخش به دور مرکز دودآلود پرهیز کرده و خود را از دام عقل سبب‌ساز و شرطی‌شده من‌ذهنی و ننگ و رسوایی در هستی رها می‌نماید.

جناب مولانا به ما گفته اند برای ترک نسیان و درمان فراموشی من‌ذهنی، باید استکمال تعظیم را به‌جا بیاوریم تا مغبون نفس سیاه‌کار نشویم.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲

زآنکه استکمالِ تعظیم او نکرد

ورنه نسیان در نیاوردی نبرد

یعنی بی‌وقفه و همواره با ناظر بودن در شناسایی و راندنِ همانیدگی‌ها تلاش نماییم. تعظیم همان دادنِ جانِ من‌ذهنی است.

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۷۲

راهی ست راهِ عشق که هیچش کناره نیست

آنجا جز آن که جان بسپارند، چاره نیست

او را به چشمِ پاک توان دید چون هلال

هر دیده جای جلوه آن ماه‌پاره نیست

همچنین از برنامه‌های گنج حضور آموختیم که ابیات سحرآمیز جناب مولانا را که چون گلوله‌های آتشی، از حملات دیوهای درون و جهان بیرون از ما مراقبت می‌کنند را بسیار تکرار کنیم، تا انرژی و قدرت حاصل از تکرار ابیات به ما توان فضاگشایی و شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها و ترس‌ها را در مسیر معنوی می‌دهد. فراموش نکنیم که اگر درد و رنجی بیاید برای این است که زندگی می‌خواهد لاشه من‌ذهنی را از جنس خودش بیرون بکشد، با حاضر بودن در این لحظه از فکر و اتفاقات پذیرایی کنیم.



خداوند سراسر لطف و رحمت است او عاشق خودش هست و ما هم از جنس اویمیم. ما از جنس شادی یا به قول جناب مولانا از جنس لولی و شنگولی هستیم و انسان های شاد یا لولیان با «لا» کردن و کشیدن درد هوشیارانه از زندان هیولای پندار کمال و درد و رنج و آبروی ساختگی نزد مردم، رسته و به فضای یکتایی پریده اند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۴۸

ای لولیان لالا، با لا پریده بالا

وارسته زین هیولا، فارغ ز چون و چندی

با تشکر

پوری از تهران



شرح غزل ۲۸۹۰ دیوان شمس مولوی، از برنامه ۹۶۲ گنج حضور:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

سخن تلخ مگو، ای لب تو حلوایی

سر فروکن به گرم، ای که بر این بالایی

مولانا در این غزل زیبا به مرتبه بالا و باارزش انسان اشاره می‌کند، ما بارها از لب حلوایی زندگی دهانمان شیرین شده است. وقتی روزن این لحظه را باز می‌کنیم، تاج کرمناهی خدا را بر سرمان می‌بینیم و در مقابل زندگی سجده می‌کنیم و بی قید و شرط تسلیم می‌شویم و گرم و لطف خدا بر سر و جان ما فرو می‌ریزد. پس چرا فرمان زندگی را به دست دیو خناس من ذهنی بدهیم، که جز سخن تلخ نمی‌گوید؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

هر چه گویی تو، اگر تلخ و اگر شور، خوش است

گوهر دیده و دل، جانی و جان افزایی

گوهر دیده ما فضایی است که در برابر اتفاقات باز می‌کنیم و گوهر دل ما ادبی است که در مقابل خرد زندگی، عقل من ذهنی را صفر می‌کنیم و خاموش می‌شویم و آن‌گاه زندگی به صورت حضور ناظر از طریق ما سخن می‌گوید، سخنی که جان‌افزا است و ارتعاش عشق آن دل‌ها را زنده می‌کند، هر چند از نظر من‌های ذهنی شور و تلخ است.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

نه به بالا نه به زیری، و نه جان در جهت است

شش جهت را چه کنم، در دل خون پالایی؟

خداوند در بالا و در زیر و در جهت‌ها نیست، جستن نشان و جهت، کار من ذهنی است، که با مقاومت و توصیف و انکار به ویرانی جهان مشغول است، من ذهنی با باورهای کهنه و فکرهای پوسیده همانیده است و برای ثابت کردن عقایدش، دل‌ها را خون می‌کند و به جنگ و خون‌ریزی ادامه می‌دهد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

سر فروکن، که از آن روز که رویت دیدم

دل و جان مست شد و عقل و خرد سودایی

خدایا چنان عقل خودت را در دل و جانم فرو کن تا هیچ باور و فکر همانیده‌ای در مرکز من نماند و خانه دل من از عشق تو پر شود، از روز آلت و لحظه‌ای که به روح بی‌نهایت وصل شدم، خودم را در جماد، نبات، حیوان و انسان دیدم و برای آن لحظه مبارک سر خودم را می‌دهم تا در فضای گشوده، دل و جانم مست و شیدای تو شود و دیگر برایم مهم نیست اگر من‌های ذهنی مرا دیوانه و مجنون بخوانند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

هر که او عاشق جسم است، ز جان محروم است

تلخ آید شکر، اندر دهن صفرایی



اگر من عاشق جسم باشم چگونه می توانم با روح در آمیزم و به عشق تو زنده شوم؟ اگر عاشق جسم باشم جسم ها را به مرکز می آورم. و به خاطر مرض گل خواری که زندگی خواستن از همانیدگی ها است از شکر زندگی که تو هر لحظه می خواهی به من بدهی محروم می شوم و یا اگر شکری بگیرم آن را به تلخی و درد تبدیل می کنم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

ای که خورشید تو را سجده کند هر شامی

کی بود کز دل خورشید به بیرون آیی؟

مولانا غروب آفتاب هر شام را به خورشیدی تشبیه می کند که سجده می کند و می فرماید من کمتر از خورشید نیستم که تسلیم نشوم، پس فضا باز می کنم و سجده می کنم تا ذره جانم دهان بگشاید و آفتابی که درون آن نهان است، بیرون بیاید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

آفتابی، که ز هر ذره طلوعی داری

کوهها را جهت ذره شدن می سایی

خدایا تو آفتابی هستی که درون هر ذره نهانی و به محض تسلیم و فضاگشایی طلوع می کنی، گلها شکوفا می شوند و درختان سر به فلک می کشند، طلوع تو در آواز پرندگان و جاری شدن رودها نمایان است، طلوع تو در طوفان و سیلی که کوهها را می ساید و ذره می کند، نمایان است. هر ریب المنونی که کوه پندار کمال و ناموس بدلی ام را می ساید برای طلوع خورشید حضور من است.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

چه لطیفی، و ز آغاز چنان جباری

چه نهانی و عجب این که در این غوغایی

خدا در عین لطیف بودن، جبار است زیرا از آغاز که روحش را در ما دمید می دانست بشر با وجود اراده آزاد دچار وسوسه نفس شده و به گمراهی می رود و زیر سلطه خشم و ترس و هیجانات من ذهنی به شرارت مشغول می شود. پس خدا جبار است تا با قوانین ریب المنون ما را به راه راست هدایت کند و ما هم بتوانیم لطیف و جبار شویم و قانون جبران و پرهیز و تعهد را اجرا کنیم. و مولانا تعجب می کند از عظمت خدای لطیف و جباری که در غوغا و هیاهوی بشری نهان است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

گر خطا گفتم و مقلوب و پراکنده مگیر

ور بگیری تو مرا، بخت نوأم افزایی

*مقلوب گفتن: پریشان حرف زدن

چه بسیار خطا کردم و زیاده گویی و چه بسیار راه های پراکنده رفتم و دچار درد شدم، ولی تو رهایم نکردی و کوه پندار کمالم را ساییدی تا بیدار شوم و مثل حضرت آدم بگویم خدایا من به خودم بد کردم، تو مرا ببخش، من جز تسلیم چاره ای ندارم و می دانم اگر مرا بگیری و خون همانیدگی ام را بریزی می خواهی بخت و اقبالی نو به من ببخشی.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

صورت عشق تویی، صورت ما سایه تو

یک دم زشت کنی، باز توأم آرایی

عشق جز دیدن روی تو و عنایت نیست، عشق جز فضای گشوده و یکی شدن با تو نیست. وقتی فضا باز می‌کنم آفتاب تو را می‌بینم و مثل سایه در پی‌آت می‌دوم، این سایه گاهی کوچک و زشت می‌شود و گاهی با فضاگشایی زیبا شده و نور تو را متجلی می‌کنم. من ذهنی صورت تو را نمی‌بیند، چون من ذهنی با عینک همانیدگی و پندار کمال از خود یک تصویر و جسم می‌سازد و مشغول ساخت و پرداخت آن می‌شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

می‌نماید که مگر دوش به خوابت دیدم

که من امروز ندارم به جهان گنجایی

خدایا نمی‌دانم کجا تو را دیدم و با تو یکی شدم، تو آفتابی هستی که وقتی به خواب ذهن می‌روم، مثل خورشید از روزن دلم بالا می‌آیی و نمایان می‌شوی. هر چند که در جسم و در چاه ذهنم زبون و خوار شدم، ولی زمانی که فضا می‌گشایم و تو را به مرکز می‌آورم، در این عالم نمی‌گنجم و مست و خوش تو می‌شوم. فقط می‌دانم که ذهن یک ابزار است، تا با اراده آزاد در این لحظه نیکو بنشینم و نیکو قدم بردارم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

سارباناً بمخوابان شتر، این منزل نیست

همرهان پیش شده‌ستند، که را می‌پایی؟



ای ساریبان ای انسانی که امتداد خدا هستی «شتر» هشیاری تو است و نباید آن را در منزل ذهن بخوابانی و فکر نکن این جا آخرین منزل است، راه هوشیاری بی‌نهایت است. در غزل ۳۲۲ دیوان شمس داشتیم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

از حد خاک تا بشر چند هزار منزلست

شهر به شهر بردمت بر سر راه نمانمت

*نمانمت: نگذارم تو را

پس همان طور که مولانا و همراهان بزرگ ما راه بی‌نهایتِ عدم را رفتند، ما دیگر منتظر چه کسی هستیم که ما را این چنین آشکار و زیبا همراهی کند؟ و بگوید ذهن آخرین منزل نیست، در این جا نمان.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

هین خمش کن که ز دم آتش دل شعله زند

شعله دم می‌زند این دم، تو چه می‌فرمایی

پس آگاه باشیم و با خاموشی ذهن به سفر هوشیاری ادامه دهیم و در برابر اتفاقات فضاگشایی کنیم. اگر ذهن ما خاموش نباشد، ما با فکرهای همانیده دیگری می‌سازیم که آب هوشیاریمان درون دیگِ فکرها، باورها و دردها با شعله‌های آتش بخار می‌شود و می‌سوزیم. ولی اگر خاموش باشیم و فضا باز کنیم دیگ و عایق را کنار می‌گذاریم و هر لحظه با دم او که آب حیات است، آتش دلمان را خاموش می‌کنیم و جان می‌گیریم و ما می‌پرسیم ای زندگی اکنون بگو، چه می‌فرمایی؟



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰

شمس تبریز چو در شمس فلک در تابد

تابش روز شود از وی نابینایی

شمس تبریز خورشیدی است که از درون ما بالا می‌آید و ذهن ما تابنده و روشن می‌شود، ما دیگر در دیگ سیاه‌کاری من‌ذهنی و غفلت‌هایش نمی‌سوزیم. این روشنگری و هدایت عدم است که چشم حریص و قضاوت‌گر من‌ذهنی ما را نابینا می‌کند تا چشم عدم‌بین ما بینا شود و عقل کل زندگی ما را اداره کند.

با سپاس فراوان 🌸🙏

دیبا از کرج



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

Parviz4762@mac.com