



پیغام عشق

قسمت هفتصد و پنجاه و پنجم





با عرض سلام

«اولویت اول زندگی مان چیست؟»

با برنامه گنج حضور و مولانا آشنا شدیم و فهمیدیم جریان چیست. داریم روی خودمان کار می‌کنیم تا همانیدگی‌هایمان را بشناسیم و با فضاگشایی بیندازیم. قبلاً این چیزها را نمی‌دانستیم. الان که فهمیدیم و داریم روی خودمان کار می‌کنیم، اولویت اول زندگی مان چه کاری شده است؟

خانواده هست، دوستان و فامیل هستند، کار و شغل هم داریم، درس هم می‌خوانیم، تفریح هم هست، با برنامه گنج حضور و ابیات مولانا هم روی خودمان کار می‌کنیم. کدام یک برای ما مهم‌تر است؟ برای کدام یک هر طور شده وقت می‌گذاریم؟ برای کدام یک حاضریم از بقیه چیزها دست بکشیم؟

یاد گرفته بودیم که خانواده اولویت اول است، بعدش اقوام و دوستان. یاد گرفته بودیم برچسب استاد و دکتر و مهندس کسب کردن و تأیید و توجه گرفتن و ارزش گرفتن از آن‌ها اولویت است. اکنون با گنج حضور فهمیدیم در توهم بودیم و اشتباه می‌کردیم.

حال با وجود دانش مولانا، فعالیت‌ها و کارهای ما چه تغییری کرده است؟

«آیا با خود می‌گوییم که بله مفید است و برایش وقت می‌گذارم؟»

«آیا می‌گوییم بعد از درس خواندن و کار پیدا کردن، اگر وقت شد، برایش وقت می‌گذارم؟»

دیدمان به این موضوع چه جوری است؟ چقدر برایمان اهمیت دارد؟

«آیا در ذهنمان تصور می‌کنیم که یک چیز خوب برای برتر درآمدن و تأیید و توجه گرفتن پیدا کردیم؟»

«آیا با خود می‌گوییم با گوش کردن و خواندن ابیات مولانا، دیگر می‌توانم همه‌جا بحث کنم و خوب صحبت کنم و بقیه را عوض کنم؟»



«آیا با خود می‌گوییم که اگر روی خودم کار کنم و همانیدگی‌هایم را بیندازم، در این صورت دیگران همه چیزها را می‌برند و به من چیزی نمی‌رسد؟» یا نه، با خودمان روراست هستیم، همه چیز رو فرستادیم به حاشیه و می‌خواهیم تمام تلاشمان را بکنیم، از ته دل درک می‌کنیم فقط این راه مهم است و نمی‌گوییم بله این هم چیز خوبی است.

همه چیز به این جدی بودن ما در کار روی خود برمی‌گردد و از این جا شروع می‌شود. این که پیشرفت می‌کنیم یا نمی‌کنیم، این که موفق می‌شویم یا نمی‌شویم، همه بستگی به میزان اهمیت و جدیت و اولویت در این کار دارد. مثلاً ممکن است فکر کنیم این کار بسیار آسان است و مثل پاس کردن یک درس در مدرسه است که ما سریع همه همانیدگی‌ها را راحت می‌اندازیم و تمام می‌شود و بعدش راحت می‌شویم.

هزاران دام و تله در این راه وجود دارد. موانعی که در این راه وجود دارد هزاران برابر بیش تر از کمک‌ها هستند. ۹۹ درصد آدم‌های اطراف ما من ذهنی بزرگ همراه با درد دارند و گندم‌های ما را می‌دزدند، چگونه می‌شود بدون جدیت موفق شد؟ این موضوع جدی بودن و نترسیدن و یقین داشتن و اولویت اول بودن، در برنامه ۸۹۶ در داستان مسجد مهمان‌کش از دفتر سوم، توضیح داده شد.

این داستان می‌گوید یک مسجدی بود که ساکنان خود را می‌کشت و هرکس شب به آن مسجد می‌رفت، از ترس فوراً می‌مرد. بنابراین هیچ کس جرأت نداشت به آن مسجد برود. این مسجد درواقع همان فضای گشوده شده است که اگر کسی بخواهد آن جا برود، باید نسبت به من ذهنی بمبرد و همانیدگی‌ها را بیندازد.

ما هم می‌ترسیم وارد این مسجد شویم، چون اگر برویم، باید اعتراف کنیم که هزاران درد داریم، باید اعتراف کنیم که گدای تأیید و توجه هستیم، باید اعتراف کنیم که این تصویری که ارائه داده بودم، واقعاً این طوری نبود و زندگی من پر از مسئله است و من آدم ضعیفی هستم. باید پارک ذهنی و چیزهایی که زیر کنترلمان است را رها کنیم.



خلاصه یک نفر پیدا می شود که می خواهد وارد این مسجد بشود، یعنی می خواهد نسبت به من ذهنی بمیرد و در این کار بسیار جدی و مصمم است. مردم همه به او می گویند تو مگر عقلت را از دست داده ای و شروع می کنند به ترساندن او. آن شخص شروع می کند به جواب دادن و به مردم می گوید که:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۰

ای حریفان من از آنها نیستم

کز خیالاتی در این ره بیستم

یعنی می گوید من از آن آدم ها نیستم که به وسیله فکریایی که به سرم می آید، از این راه بایستم. من از تهدیدها نمی ترسم و تکلیفم با خودم روشن است. ما هم شروع می کنیم که روی خودمان کار کنیم و من ذهنی را شناسایی کنیم، آیا کاملاً جدی و مصمم هستیم؟

آدمی که جدی است، وقتی در بین دوستانش می رود و می بیند که آن ها درباره موفقیت های من ذهنی صحبت می کنند و می گویند که آدم باید برتر از دیگران باشد، به حرف آن ها توجه نمی کند، چون تکلیفش با خودش روشن است.

آدم جدی و مصمم، زمین می خورد، ولی فوراً بلند می شود و با وجود این زمین خوردن ها شاد و راضی است. اگر گاهی مثلاً حسادت می کند، ملامت نمی کند و دوباره بلند می شود و عذرخواهی می کند و شناسایی می کند، چون درک می کند من ذهنی دارد و او من ذهنی اش نیست.

یکی از بزرگ ترین همانیدگی های ما، می دانم من ذهنی است که در نتیجه باعث خود نشان دادن و تأیید و توجه گرفتن و مقایسه و حسادت می شود. آدم جدی مصمم است که تمام حواسش را بگذارد تا این همانیدگی ها را بیندازد و مدام هشیار است که چه موقع بالا می آیند تا آن ها را شناسایی کند و روی خوش به آن ها نشان نمی دهد.



خانواده مسجد ضرار است. یعنی اگر من ذهنی داشته باشم، باعث به واکنش افتادن ما می‌شوند و گندم‌های ما را می‌دزدند، و از طرفی ما نمی‌توانیم آن‌ها را از زندگی‌مان بیرون کنیم. آدمی که جدی است، اگرچه که سخت است، ولی مدام حواسش هست که در برابر آن‌ها به‌خاطر خودش فضا را باز کند و نمی‌گوید بقیه نمی‌گذارند. مدام مواظب است که موش گندم‌ها را شناسایی کند.

در ادامه داستان، آن شخص به مردم می‌گوید که من به این علت جدی و مصمم هستم که یک همانیدگی را دادم و به‌جای آن حس امنیت و شادی واقعی را در درونم احساس کردم. دوباره یک همانیدگی دیگر را دادم و شادی بیش‌تر را حس کردم و بنابراین بسیار مصمم شدم که هرچه زودتر همه همانیدگی‌ها را بپردازم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۰۴

هر که بپند مر عطا را صد عوض

زود در بازد عطا را زین غرض

این بیت می‌گوید که هرکس در ازای یک بخشش، صد عوض دریافت کرد، در این صورت فوراً به‌دنبال بخشندگی بیش‌تر برای به‌دست آوردن آن عوض است. در ادامه آن شخص مثالی می‌زند و می‌گوید ما مثل یک بازرگان هستیم. یک بازرگان وقتی کالایی پیدا می‌کند که سودش بیش‌تر از کالای خودش است، در این صورت از کالای خودش دلسرد می‌شود، ولی اگر پیدا نکرد، دلگرم به همان کالای خودش است.

حال، کالای ما چیست؟ تأیید و توجه و خود را نشان دادن. دلگرم به همین چیزها هستیم و فکر می‌کنیم زندگی خوبی داریم. چرا؟ چون زندگی خوب و حال خوب را تجربه نکردیم، چون کالای باارزش را پیدا نکردیم، فضا را باز نکردیم شادی اصیل را تجربه کنیم. به همین دلیل شک داریم، می‌ترسیم همانیدگی‌ها را رها کنیم و دیگران همه چیزها را برای خودشان ببرند و ما محروم بمانیم.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱۶

برفها ز آن از ثمنِ اُولی سَتت

که تویی در شک، یقینی نیستت

برفهای همانیدگی در نظر ما به این علت از نظر بها و ارزش بالاترند که ما شک داریم، یقین نداریم. در سطح ذهن مانده‌ایم و با بحث و گفت‌وگو می‌خواهیم موفق شویم. آن شخص در ادامه می‌گوید من فضا را باز کردم و خورشید زندگی پشتم است، بنابراین مصمم و جدی هستم و نه از کسی می‌ترسم و نه از کسی خجالت می‌کشم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۳۹

هر که از خورشید باشد پشت‌گرم

سخت‌رو باشد، نه بیم او را، نه شرم

و در آخر، آن شخص جواب می‌دهد که همان‌طور که قصاب از زیاد بودن گوسفندان نمی‌ترسد، من هم از این که اطرافیان همه من‌ذهنی دارند نمی‌ترسم و مصمم هستم، چون شک ندارم به این راه.

با تشکر و احترام

فرشاد



آفات تأخیر در چهار بُعد من:

مدتی بود که از دست خودم خسته شده بودم و در ناامیدی از خودم می‌پرسیدم که:

•• چرا بیش‌تر وقتاً حال نداری؟

•• چرا یه کاری رو که می‌دونی باید به‌زودی انجام بشه انجامش نمی‌دی و مدام به فرداها موکولش می‌کنی؟ درنهایت هم سال‌ها می‌گذره و اون کار، انجام نشده باقی می‌مونه؟

•• چرا با این‌که بارها از این به تأخیر انداختنات ضرر و زیان دیدی اما هنوز هم داری همون کارها رو ادامه می‌دی؟

•• چرا گاهی تو مرحله‌شناسایی گیر می‌کنی و واسش کاری انجام نمی‌دی؟

•• چرا با این‌که داری روی خودت کار می‌کنی بازم توی یه مرحله محبوس می‌شی و دیگه پیشرفتی نمی‌کنی؟ چرا هرچی تلاش می‌کنی بازم برمی‌گردی سر خونه اولت؟ انگار هرچی می‌ریسی پنبه می‌شه؟

•• چرا این چرخه معیوب رو دیگه تمومش نمی‌کنی؟ چرا نمی‌پری بیرون و حرکت نداری؟ تا کی می‌خوای این‌طوری ادامه بدی؟

دوستان... نمی‌تونستم... انگار پاهام جایی گیر کرده بود و یه جورایی فلج شده بودم و توانایی نداشتم که حرکت کنم و پویایی داشته باشم.

نکته جالب اینه که در همون دوران... مقاومت عجیبی درمقابلِ یه سری از ابیات مولانا در خودم حس می‌کردم. ابیات مربوط به جبر و کاهلی و تأخیر. اون ابیات رو درک نمی‌کردم و فهمشون برام سخت بود. برای همینم راحت‌ترین کار رو انتخاب می‌کردم و به اون ابیات توجهی نمی‌کردم، و به‌سادگی معنای ادبی می‌کردم و سریع از شون می‌گذشتم...

اون چیه که برای تو سخته؟ قطعاً بهشت و گنج همون جا پنهان شده. مگه «حُفَّتِ الْجَنَّةُ» رو بارها نشنیدی؟

«اینکه بهشت در سختی‌ها پوشیده شده است.»



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

با خبر گشتند از مولای خویش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت

حُقَّتِ الْجَنَّةُ ثَنُو اِیْ خُوشِ سُرِشْت

دوباره بی‌مراد و ناامید شده بودم. این رو می‌دونستم که چه چیزی باید در من تغییر کنه اما احساس می‌کردم نمی‌تونم و انگار درجا می‌زدم.

تا این‌که در برنامه ۹۰۵ راهنمای بهشت، مثل همیشه مسیر درست رو دوباره بهم نشون داد. بسیار واضح و روشن، یکی از آفت‌های اصلی راهم رو برام نمایان کرد. دستمو گرفت و بایه چراغ قوه منو برد به یکی از تاریک‌ترین حفره‌های انبار درونم. گفت: این موش چاق و چله رو می‌بینی؟ گندم‌هایی که جمع کرده بودی تو شکم همین موشه‌س. دزد گندم‌هاتو بشناس.

دخترم! اول انبارت رو از شر این موشای ذهن حفظ کن، بعد شروع کن به جمع کردن گندم حضور. این موشه تا حالا هرچی خورده نوش جونش، می‌پذیرم، چراکه طبق قانون ترازو، هر چی غفلت و تنبلی کنم، به همون میزان هم موش‌های انبارم زیاده‌تر می‌شن و به سرعت باور نکردنی انبار گندم رو خالی می‌کنن.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷

ما در این انبار، گندم می‌کنیم

گندم جمع‌آمده، گم می‌کنیم

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰

اول ای جان! دفعِ شرّ موش کن

وآنگهان در جمعِ گندم جوش کن

در برنامه ۹۰۵ یکی از موزی ترین خاصیت های من ذهنی ام به من معرفی شد خاصیتی حساس و بسیار ظریف و درعین حال بسیار پنهانی. خاصیت کاهلی یا همان تنبلی من ذهنی، خاصیت اینرسی، یا اینرشا (Inertia). اصل ماند، یا کش دادن من ذهنی.

با تکرار کردن ابیاتی که در این پیغام خواهم خواند، آفت هایی که با غفلت از همین خاصیت من ذهنی به چهار بعدم وارد شد مثل یک فیلم جلوی چشمانم نمایان شد:

آفت اینرسی در بعد فیزیکی ام: خودم را در سن ۱۶ سالگی ام دیدم. زمانی که علائمی از یک بیماری را در بدن خود مشاهده می کردم. این را می دانستم که باید برای معاینه به پزشک مراجعه کنم. اما خاصیت کاهلی و اینرسی ذهنم، این کار را مدام به تأخیر می انداخت. تا این که در سن ۱۸ سالگی به استرالیا مهاجرت کردیم. آن قدر این کار را پشت گوش انداختم تا این که دیدم سرعت ریزش موهایم داشت بیش تر می شد، عصبی و پر خاشگر، و به شدت لاغر شده بودم، و مدام خسته و بی حال بودم. یک غده هم به اندازه یک گردوی کوچک در ناحیه گلویم احساس می کردم. تا این که بالاخره در سن ۱۹ سالگی به پزشک مراجعه کردم. بعد از انجام آزمایشات، پزشکم با من تماس گرفت و گفت:

خانوم شما تا حالا کجا بودی؟؟؟

شما سرطان داری! که رو به بدخیم شدن و قبل از این که پخش بشه، اورژانسی باید برای عمل جراحی بستری بشی.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸

هر که ماند از کاهلی بی شکر و صبر

او همین داند که گیرد پایِ جبر

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹

هر که جبر آورد، خود رنجور کرد

تا همان رنجوری‌اش، در گور کرد

خدایا، من چقدر راحت به این خاصیت کاهلی ذهنم تن داده بودم. حالا می‌فهمم خودم را چطوری دچار جبر کرده بودم! حالا می‌فهمم که اصلاً جبر یعنی اجبار، یعنی با مانع‌سازی‌های ذهن خودم، به ناچار مجبور به گیر کردن و ماندن و حبس شدن در همان حالت خاص شده بودم. این هم یکی از قوانین زندگی‌ست و برایم قانون «جَفَّ الْقَلَمُ» را تداعی می‌کند. که قلم خشک شد به آن چه که سزاوارش بودی.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعلِ توست این غُصّه‌های دَم به دَم

این بُود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

حالا می‌فهمم ضعف ماهیچه‌های گردن و کمرم که منجر به دردهای شدید می‌شد از کجا سرچشمه می‌گرفت؟ از آن جایی که ذهن کاهلم مدام وضعیت باشگاه نرفتن را کش می‌داد. با همین یک جمله تکراری: حالا فردا می‌ری امروز کلی کار داری. این همه مدت نرفتی، همین یه امروزم روش. فردا و فرداها می‌گذشت و من، مجبور به ماندن در همان حالت دیروز.



حالا می‌فهمم که صورتم چرا مدام جوش می‌زد یا موهام می‌ریخت. به این خاطر که ذهن کاهلم مرا دچار جبر کش دادن وضعیت تغذیه نامناسب کرده بود. این یعنی ناشکری. قانون جبران برای یک تن سلامت، ورزش و تغذیه سالم است. در وضعیت کاهلی، لاجرم از شکر هم خبری نیست.

مولانا نمی‌گوید هر که شد از کاهلی بی‌شکر و صبر. می‌گوید: «هر که ماند از کاهلی بی‌شکر و صبر». این برای من یعنی همان اصل ماند، همان جبر ماندن و دست و پا زدن در گرفتاری. یعنی گیر کردن در زندان توهم ذهن که من نمی‌توانم تغییر کنم و از وضعیت درد نمی‌توانم نجات پیدا کنم. در این حالت هم چیزی جز ناامیدی نصیبمان نمی‌شود. مگر معنای شکر استفاده کردن از تمام امکاناتی که زندگی در اختیارمان قرار داده نیست؟ پس چرا ناشکری می‌کنیم و از امکان جهیدن از ذهن و زنده شدن به زندگی در همین لحظه استفاده نمی‌کنیم؟؟؟

یه شب که هزار شب نمی‌شه! این جمله معروف دیو را به یاد آوردم که جمع دوستانم (دشمنان جانم)، در میهمانی‌ها در گوشم زمزمه می‌کردند. و باز هم همان اینرسی ذهن. با این که می‌دانستم برایم مضر است، انقدر به هوای این که این دفعه دیگر دفعه آخر است، در هر میهمانی به نوشیدن مشروبات الکلی ادامه می‌دادم تا بالاخره روزی چنان با چانه به زمین خوردم که چانه‌ام به اندازه ۲ سانت پاره شد. حقارت و بی‌اصولی بالاتر از این؟

کاهلی یعنی کش دادن وضعیت شرطی شده خود به همان صورتی که بود و هست، و تن در ندادن به قطع وضعیت قبل و شروع وضعیت جدید. من معتقدم که اعتیاد به هر چیزی می‌تواند ریشه در همین جبر کاهلی من ذهنی داشته باشد. چرا که در آن حالت، انسان گرفتار، ناامید است و قبول ندارد که می‌تواند تغییر کند.

آفت اینرسی در روابطم: یکی از بزرگ‌ترین تله‌های پیشرفتم رابطه‌هایم بودند. همیشه از خود می‌پرسیدم که چطور می‌شه که با آدم‌ها هم‌هویت می‌شم و می‌زارمشون توی مرکز من؟ و باز هم سر رشته بازگشت به همین خاصیت اینرسی و کش دادن‌های ذهن، به این صورت که:



به یاد می‌آورم در طولِ روز، بارها گوشی را برمی‌داشتیم و پیغام‌های آن شخص را (مخصوصاً قسمت‌های قربان صدقه‌ها) را می‌خواندم. به خودم می‌آدم می‌دیدم دقیقه‌های عمرم گذشتند و من هنوز مشغول ادامه دادن این کار بودم یا کش دادن مکالمات تلفنی و یا دیدارها، یا اشتغال به دیدن عکس‌های آن شخص و یا هرچیزی که مربوط به آن فرد بود. یا با همین شاخصه ذهن، یک رابطه دردزا را که کاملاً واضح بود که باید تمام شود، تمام نمی‌کردم و آخر آن قدر به درد می‌افتادم و رنجور می‌شدم تا دیگر جانی برایم باقی نمی‌ماند. دیگر با زور و کتک زندگی مجبور می‌شدم به اتمام آن رابطه. هم‌هویت شدن که شاخ و دم ندارد. با همین یک خاصیت ذهن بارها به دام افتادم.

خودم را در ۳ سال پیش دیدم که با خواهرم سر موضوعی بحث شد، تا حدی که به ۳ هفته قهر منجر شد. به یاد دارم که با علم به این که مقصر خودم بودم، عین همان ۳ هفته، مدام خودخوری می‌کردم و ارتعاش مخرب درد از مرکزم ساطع می‌شد. اما باز همان حالت را کش می‌دادم و عذرخواهی نمی‌کردم و در همان حالت دردزایی گرفتار می‌ماندم ... چرا؟ اینرسی ذهن با کش دادن آن وضعیت، البته با چاشنی غرور ...

در همان دوران جاهلی و کاهلی، موضوعی را آن قدر کش می‌دادم و بحث می‌کردم که خودم هم خسته می‌شدم چه برسد به اطرافیانم. موضوعی که می‌توانستم با آسان جهیدن از آن و قطع زنجیره آن فکرهای تکراری، خودم و اطرافیانم را محبوس و گرفتار نکنم.

آفت اینرسی در تصمیم‌گیری‌هایم: حالا متوجه می‌شوم که چرا مقوله تصمیم‌گیری، در زندگی برای من به معضلی تبدیل شده بود. به طوری که حتی در ساده‌ترین شرایط تصمیم‌گیری مثلاً این که در رستوران کدام غذا را انتخاب کنم یا کدام لباس را بپوشم، مدام دچار خوف و رجا بودم. آقای شهبازی در برنامه ۹۰۵ گفتند که من ذهنی همه‌اش می‌خواد کش پیدا کنه و میل داره ادامه بده. مگر این که شما یه جایی قطعش کنید و با نیروی حضور بلند شین. من ذهنی من در هر بار تصمیم‌گیری آن قدر خوب و بد می‌کرد و آنالیز کردن آن موضوع را کش می‌داد که توانایی تصمیم‌گیری را از من می‌گرفت. بی‌خود نیست که مولانا می‌گوید: «فی التأخیر آفات». تأخیر نکن و بی‌درنگ با فضاگشایی از این جبر کاهلی بپر بیرون



و این چرخه معیوب را قطع کن. از جایی به بعد این آموزش آقای شهبازی را آویزه گوشم کردم، که «شکر یعنی استفاده درست از هر چیزی که زندگی در اختیارت قرار داده.»

شروع کردم به برنامه ریزی کردن. یک برنامه ریزی دقیق و منظم که مشخص می کرد برای هر کاری چقدر باید زمان بگذارم. این کار باعث شد که پی ببرم به این که چقدر من ذهنی ام حتی کارهای ساده روزانه ام را کش می داد و چقدر وقتم را تلف می کرد.

می توانم بگویم که سرعت پیشرفتم در تمام ابعاد زندگی ام پس از آن سریع شد. به این باور رسیدم که ما می توانیم به انسان هایی فرز و زبر و زرنگ تبدیل بشویم که فرصتی را از دست نمی دهد و هر اتفاق را فرصتی عالی می بیند برای انداختن هم هویت شدگی ها، بدون تأخیر و کش دادن.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۷

ترک کن این جبر را که بس تهی ست

تا بدانی سرّ سرّ جبر چیست

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۸

ترک کن این جبر جمع مَنبَلان

تا خبر یابی از آن جبرِ چو جان

با گنج حضور، و تلاش در عملی کردن آموزه های مولانا، علی الخصوص، پس از شناسایی این اصل نهان تصمیم گرفتم که دیگر هیچ عذر و بهانه ای برای عدم تغییر نیاورم. با نیروی زندگی و ترک کردن جبر تنبَلان، تا حدی از جبر دیگری باخبر شدم، که همان جبر مانند جان است. اکنون در هر شرایطی با ناظر بودن به ذهن، اجازه نمی دهم وضعیتی کش پیدا کند، چرا که با قدرت هشیاری حضور، از آن بلافاصله می جهم.



من شخصاً لیستی تهیه کردم از تمام کارهایی که من ذهنی تنبلم آن‌ها را به تعویق انداخته بود. و از همین حالا به قول پویا تیله «فی التأخیر آفات» رو بی‌درنگ می‌زنم بهشون. شما چطور؟

خانم مرجان از استرالیا



با سلام

داستان مجنون و وادی لیلی، برداشتی از غزل شماره ۳۱۲۰ برنامه ۹۰۸ گنج حضور

مجنون به عنوان انسان پا به عرصه زمین می‌گذارد، برای دیدار لیلی و زنده شدن به خدا. محل دیدار مجنون به عنوان هشیاری همین زمین خاکی ست. اما از همان ابتدا مجنون را با صدها وضعیت و اتفاقات دردناک همانیده می‌کنند و به چاه ذهن می‌اندازند. به مجنون یاد می‌دهند که مثلاً اگر از دواج کنی به لیلی می‌رسی. به عشق رسیدن یعنی به دست آوردن همین عشق زمینی. اگر غمگین شدی برو بچه دار شو، سرت گرم می‌شه. موفقیت خواستی خانه بخر، پول دار شو و خلاصه در گوش مجنون نجوای سحرآمیز من ذهنی را آن قدر می‌خوانند تا سحر و جادوی دیو من ذهنی بشه. بهش القا می‌کند که قضا و سرنوشت هر انسانی همینه که می‌بینی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

ندا کرد مجنون، قلاووز دارم

مرا بوی لیلی کُند رهنمایی

اما مجنون به ندای درون خودش گوش می‌ده، ندایی که با جهان بیرون و گفته‌های من ذهنی متفاوت. لباس عزایی را که همه بر تن کردند را نمی‌پذیره، و تن به جبر و شرطی‌شدگی‌های ذهن نمی‌ده. درسته که مجنون را همانیده کردن و به او گفتن که لیلی مرده و قبرش هم گم شده اما مجنون قلاووز داره و بوی لیلی را حس می‌کنه. همان طور که یعقوب بوی یوسف را حس می‌کرد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

ندا کرد مجنون، قلاووز دارم

مرا بوی لیلی کُند رهنمایی



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

چو یعقوبِ وقتم، یقین بوی یوسف

ز صدساله راهم، رساند دواپی

چراغی در سینه دارم، چراغ تسلیم و فضاگشایی که راه رو بهم نشون می‌ده. توان بو کشیدن دارم که مشت مشت خاک همانیدگی‌ها را بو کنم و شناسایی کنم که این‌ها از جنس لیلی نیستند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

چراغی است تمییز در سینه روشن

رهاند تو را از فریب و دغایی

با خواندن و تکرار ابیات، چراغ‌ها روشن می‌شوند و راهنمای راهم می‌شوند. تنها به بوی عشق و ارتباط درونی خودم گوش می‌دهم، با صبر و تسلیم پیش می‌رم و اون چیزهایی را که ذهنم سبب نشان می‌ده را قبول نمی‌کنم. خودم را از قرین بد حفظ می‌کنم، آبروی مصنوعی من ذهنی‌ام را رسوا می‌کنم و اجازه نمی‌دهم که لیلی زیر همانیدگی‌های تقلیدی و شرطی‌شده فکرام مدفن بشه.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

ندا کرد مجنون، قلاووز دارم

مرا بوی لیلی کُند رهنمایی

بوی گل سرخ، بوی سیب، بوی به و ترنج و نارنج، بوی زندگی‌ست، بوی آرامش و شادی بی‌سبب که هدایت‌کننده‌ست. اگه صدها قفل درد و رنجش و مقایسه بر دلم زده شده باشه، یا ده‌ها لشگر سیاه غم به سمتم روانه بشه، با تسلیم و



پذیرش اجازه می‌دهم که زندگی برای هر قفل و هر غمی، خودش کلیدی بفرسته و منو از فکرهای ترسناک من ذهنی‌ام نجات و در امان نگه داره.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

اگر بر دلِ ما، دو صد قفل باشد

کلیدی فرستی و در را گشایی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

دَر آ در دلِ ما، که روشن چراغی

دَر آ در دو دیده، که خوش توتیایی

کار را به کاردان می‌سپارم و با تکرار ابیات اجازه می‌دهم که زندگی قدمش را به مرکز بگذاره و چراغش چشمان حضورم را روشن کنه. و یا اگه قضا و کن فکان اتفاقی را که ذهن دوست نداره برام به وجود آورد، خودم را به باد صرصر زندگی می‌سپارم و پذیرش را پیشه راهم می‌کنم، تا زندگی خودش ایثار کنه، هدایت و راهنمایی کنم تا به وادی لیلی ما را برسونه.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۰۵

ای خدای بی‌نظیر ایثار کن

گوش را چون حلقه دادی زین سخن



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۰۶

گوشِ ما گیر و بدانِ مجلسِ گشان

کز رَحِیقت می‌خورند آن سَرخوشان

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۰۷

چون به ما بویی رَسانیدی از این

سَر مَبْنَد آن مَشک را ای رَبِّ دین

با تشکر 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

