



پیغام عشق

قسمت هشتصد و پنجم





با سلام خدمت جناب شهبازی عزیز و دوستان جان. متنی آماده کردم در خصوص این که چرا مداوم به برنامه گوش نمی‌دادم؟

چند سالی هست که با گنج حضور آشنا هستیم، بماند که سال‌های اول من ذهنی‌ام تمام تلاشش را می‌کرد که حتی اسم شبکه را نبیند! اما به تدریج به خاطر برکت و لطافتی که ابیات مولانا و برنامه داشت دلم رام شد و شروع به گوش دادن کردم. گاهی سعی می‌کردم با ذهنم متعهد باشم، زیاد برنامه را ببینم، بنویسم، اما من ذهنی زرنگم سریع به پندار کمال متوصل می‌شد و می‌گفت اصلاً به اندازه برنامه را نمی‌بینی! تو اگر ده دقیقه کم‌تر از دیروز برنامه را دیدی اصلاً فایده ندارد، تو مثل بقیه دوستان نیستی که متعهد هستند و نمی‌توانی مثل آن‌ها برنامه را بفهمی و هربار با همین روش و ملامت کردن موفق می‌شد که من کم‌کم از برنامه دور بشوم!

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

عَلَّتِي بَتَّرَ زِ پندارِ کمال

نیست اندر جانِ تو ای دُودَلال

البته جان من متوجه شده بود که دواي عجیبی در شعرهای مولانا و صحبت‌های جناب شهبازی هست که عجیب به جان من می‌نشیند و من را آرام می‌کند و این شده بود که هروقت حال من بد می‌شد، برای مدتی می‌چسبیدم به برنامه و مقداری که حالم بهتر می‌شد، من ذهنی‌ام بالا می‌آمد که تو کامل شدی! استاد شدی! و یادگیری دیگر کافی ست! من ذهنی‌ام نمی‌دید که من الآن نقص دارم و کامل یاد نگرفتم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۲۱

یا چو مُستَغَرَّق شدی در عشقِ خر

آن کدو پنهان بماندَت از نظر؟



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۲۲

ظاهرِ صنعتِ بدیدی ز اوستاد

اوستادی بر گرفتگی شادِ شاد؟

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۲۳

ای بسا ز راقِ گولِ بی‌وقوف

از ره مردان ندیده غیرِ صوف

من یادگیری بسیار اندکم را ناقص می‌گذاشتم و با همان قسمت اندک، می‌خواستم زندگی خودم و دیگران را عوض کنم. همین می‌شد که اصلاً من تغییر نمی‌کردم؛ چون تمرکز روی خودم نبود. با خودِ من ذهنی می‌گفتم اگر بقیه ببینند این برنامه را و آرام شوند، لازم نیست که من خیلی تغییر کنم! و سعی می‌کردم که قبل از زنده شدن خودم، با بقیه صحبت کنم و آن‌ها را هم ذهناً آگاه کنم و باعث می‌شد خودم نتوانم ادامه بدهم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

اَنْصِتُوا را گوش کن، خاموش باش

چون زبانِ حقِ نگشتی، گوش باش

یکی از موش‌هایی که باعث خالی شدن انبار هشیاری من می‌شد، همین بود که بسیار دلسوزی می‌کردم برای بقیه و اجازه نمی‌دادم زندگی بر روی آن‌ها کار کند و نمی‌خواستم آن‌ها درد بکشند و هرچیزی یاد می‌گرفتم را فوراً می‌خواستم به اطرافیانم بفهمانم و این طوری می‌شد که خودم را خالی می‌کردم.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی

خویش را بدخُو و خالی می کنی

من با دادن آگاهی اندکم به دیگران، گندم از انبار خودم می دزدیدم و واقعاً خالی می شدم و گندم جمع آورده را از دست می دادم و باید از اول شروع می کردم. این بار هم که فاصله افتاد بین من و مولانای جان، من با کارافزایی شدیدتر به سراغ گنج حضور آمدم. من ذهنی ام مدام من را می ترساند که تو دوباره رها می کنی این راه را و تو درست بشو نیستی. و من هم سعی می کردم فقط نگاه کنم و همراه فکرها نشوم و فضا را باز نگه دارم تا که مولانای جان این بیت را آورد سر راهم که خیلی به جان من نشست. الآن هروقت این سه بیت را می خوانم یادم می آید که من افتادم به دست و پای زندگی که اشتباه کردم، دستم را بگیر! یادم می آید که زندگی معجزه کرد برایم و مولانا دستم را گرفت! یادم می آید که فهمیدم من کامل نیستم و هر لحظه نیاز به فضاگشایی دارم. یادم می آید که از برکت ابیات مولانا بود که برکت و عشق وارد زندگی ام شد و یادم می آید که اگر الآن دردهایم آرام شده آن ها را به حساب من ذهنی ام نگذارم!

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۵

ور نهد مَرَهَم بر آن ریشِ تو، پیر

آن زمان ساکن شود درد و نفیر

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۶

تا که پنداری که صَحّت یافته ست

پر تو مَرَهَم بر آنجا تافته ست



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۷

هین ز مرهم سر مکش ای پشت‌ریش

وآن ز پرتو دان، مدان از اصل خویش

متوجه شدم که، نگار! اگر الان به گنج حضور گوش می‌دهی، می‌نویسی، برای این است که از مولانا کمک خواستی و این زندگی است که مرهم گذاشته روی درد تو، که الان درد کم شده، این حال خوبت را، از پندار کمال‌یافته‌ات نبین و فکر نکن برای خودت هست که الان حال خوبی داری و اگر تو دست زندگی را رها کنی و همین‌طور مولانای جان، دستت را رها می‌کند و دوباره برمی‌گردد همان‌جایی که بودی! تو نیاز به زنده شدن داری، نه این که مقداری که حال خوبی به‌دست آوردی منظور اصلی زندگی را رها کنی.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

از ترازو کم کنی، من کم کنم

تا تو با من روشنی، من روشنم

خواست باشد که اگر به پرهیزت ادامه ندهی اگر متعهد نباشی، زندگی هم به همان اندازه با تو روشن است. من راه‌های زیادی را در جست‌وجوی بوی لیلی رفتم، اما آن‌ها راه من نبودند، راهی نبود که بتواند من را به خداوند زنده کند. من صد را داشتم اما دنبال نمره بیست بودم، اما به لطف خدا و بوشناسی که خودش توی وجودم گذاشته الان متوجه شدم زندگی در فضاگشایی و مرکز عدم هست.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

ز صد گور بو کرد مجنون و بگذشت

که در بو شناسی بدش اوستایی



خانم نگار

پیغام عشق قسمت ۸۰۵

با تشکر از شما، نگار



«به نام خدا»

با سلام خدمت پدر عزیز و مهربانم آقای شهبازی جان و تمام دوستان و همراهان بیدار.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸

جز عنایت که گشاید چشم را؟

جز محبت که نشاند خشم را؟

تمام انسان‌ها در ذهن، خشمگین، دردناک، رنجور، افسرده و بی‌حال‌اند و حال جز محبت، جز عشق، جز پذیرفتن نیمه تاریک وجودشان با عشق و مهر چاره‌ای در کار نیست، دارویی جواب نمی‌دهد. انتقاد، ملامت، نصیحت و پند سودی ندارد؛ چراکه تمام انسان‌ها در دل سر سودای او را، آن یک هشیاری را دارند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۵۹

دل من رای تو دارد، سر سودای تو دارد

رخ فرسوده زردم غم صفرای تو دارد

پس همه در جست‌وجوی عشقی از این دست هستند، عشقی بی‌قیدوشرط، عشقی بدون مالکیت، عشقی که برای دریافتش نیاز به هیچ چیز نباید باشد. فقط باید شعور و آگاهی الهی باشد تا آن یک زندگی را در رخ زرد فرسوده از هجر شناسایی کند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸

جز عنایت که گشاید چشم را؟

جز محبت که نشاند خشم را؟



و آن گاه تمام چشم‌های بسته، با عنایت، با همین تسلیم بی‌قیدوشرط، باز می‌شود. هم چشم ناظر و هم چشم منظور باز می‌شود، دیگر انسان خشمگین من‌ذهنی، مقاومت نمی‌کند، دیگر بهانه نمی‌گیرد، دیگر فریاد نمی‌زند؛ چراکه رخ فرسوده زردش شربتی از مهر الهی نوشیده و این چنین ارتعاش عشق در جهان بر انسان‌ها اثر می‌گذارد، نه با نصیحت و ملامت.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸

جز عنایت که گشاید چشم را؟

جز محبت که نشاند خشم را؟

و اوست بازکننده تمام درهای بسته، فاتح آسمان دل‌ها. درهای بسته همان ذهن‌های مقاوم است که با نیروی عشق و مهر باز می‌شود، با نیروی شفا بخشی که از مرکز مملو از سکوت و نور برمی‌خیزد، از درونی آرام که با یاد خدا، حازم شده و حزم دارد و به واکنش در نمی‌آید و اتفاقات در او جای می‌گیرند و با هر اتفاقی، به هیجان منفی ذهن کشیده نمی‌شود، برمی‌خیزد و این گشایش بی‌هیچ تلاش ذهنی، در بی‌عملی ذهن رخ می‌دهد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۷

درین بحر، درین بحر، همه چیز بگنجد

مترسید، مترسید، گریبان مدارنید

قلب آرام گرفته با یاد او، از هیچ چیز و هیچ وضعیت نمی‌ترسد که در اعماق جان دریای بی‌نهایت جای گرفته، سگان زندگی را به دست خداوند سپرده و آرام نظاره می‌کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۰۸

می‌نروم هیچ ازین خانه من

در تک این خانه گرفتیم وطن



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۰۸

خانه یارِ من و دارالقرار

کُفر بُود نیتِ بیرون شدن

و این جان آرام گرفته همواره با تسلیم و فضاگشایی در دارالقرار است، خانه قرار، خانه امن، خانه آرامش، خانه ابدی، خانه بی‌واکنشی، خانه‌هایی از تارهای تنیده ذهن، خانه ثبات و قرار، خانه‌ای که در این لحظه به دست توانگر زندگی برقرار شده و کلاغ فکرها از حرکت بازایستاده و در عمق این آسمان بی‌نهایت گم شده‌اند ان شاءالله.

والسلام

با احترام، سرور از شیراز



با سلام.

همان طور که دوستان عزیز، خانم پریسا از کانادا و فریده از هلند، در مورد موضوع پندار کمال تو کانال به اشتراک گذاشتند، دقیقاً بنده هم بعد از اتفاقی که با عزیزی روبه‌رو شده بودم این پیغام را دیدم و خواندم. و چه جالب! من هم در فردای آن روز با من ذهنی کمال یافته دردهای پنهان شده‌ام را دیدم. تجربه‌ای که داشتم این بود:

زندگی دو روی سکه‌ست، فرقی نمی‌کند، کسی با ناآگاهی خویش با من ذهنی دارد مدام از زندگی گله و شکایت می‌کند و یا کسی هم مثل من تا حدودی به زندگی آگاه شده و با من ذهنی تربیت شده پیش خود فکر کند، هیچ کسی حقی ندارد، این لحظه را با مقاومت و قضاوت سپری کند و بخواهد با ادعای خوبی و مهربانی و نصیحت به دیگران را داشته که چرا طرف دارد این طور بد می‌بیند و بد می‌کند و در نتیجه او را اصلاح. نه! این عمل اصلاً درست نیست.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۸۰

ما به نشویم از نصیحت

چون گمره عشق آن بهینیم

نمی‌دانم چه شد که من آن عزیز را در آن دم با قضاوت‌ها و مقاومتی که داشتم، هیچ نمی‌پذیرفتم. همان طور که بود او را نخواستیم، جمع خانوادگی ما در خانه خودم حضور داشت، هرچند مدام داشت از همه چیز و همه کس گله و شکایت می‌کرد و ناسزا می‌گفت و من شنونده از این بیاناتش داشتم عصبانی و ناراحت و سعی در نشنیدن آن حرف‌ها. و من ذهنی به من می‌گفت: چرا آن قدر بدبین است! چقدر حرف می‌زند! و دیگر بس است تا کجا می‌خواهد پیش برود!

کم‌کم داشت حرف‌هایش روی من تأثیرش را می‌گذاشت و طاقتم به صبر آمد، فضا را نمی‌توانستم باز باز نگه دارم. دیدم که از آن جنس، چیزها در خودم پنهان شده هست و گرنه به سمتش جذب نمی‌شدم.



از درون حس منقبض و سنگین شدن احساس نمی کردم، سطح هشیاری ام آمده بود پایین، از آن طرف از ته دلم می گفتم: خدایا می دانم کارم اشتباه است، پای هشیاری ام دارد می لغزد، دارم از رده حضورم خارج می شوم. فقط با یک جمله که تنها به خدا توکل کن، آن شخص به طرفم جبهه گرفت و زندگی به گوشتم گفت: هیس! خاموش! آخر چرا داری این ها را بهش می گویی! بگو ببینم آیا کسی با حرف ها می تواند نصیحت بشود، در صورتی که گمراه آن من ذهنی باشد؟! نه واقعاً نمی شود. هرچند اندکی خودم را دخالت دادم اما بلافاصله دیدم که با نصیحت، فقط آتش درد را بیش تر و در نتیجه هر دو خالی و بدخو می شویم. تصمیم گرفتم سبب را ننگرم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۰

من سبب را ننگرم، کآن حادث است

زآنکه حادث، حادثی را باعث است

نگریستن به سبب، حادث است و آن حادث باعث حادثه بعدی می شود.

شکر خدا زودی متوجه ایراد کارم شدم. صلاح دانستم بهترین گزینه یعنی خاموشی را برگزیده تا بیش تر از این به دام من ذهنی دردمند کشیده نشوم؛ بنابراین تسلیم این دم نشستم و من ذهنی خودم و آن عزیز را می دیدم. من ذهنی همه چیزدان را رهایش کردم تا به قول آقای شهبازی آهسته از کنارشان رد بشویم.

همین که به این دم بازگشتم و خودم را به عقب کشیدم، دیدم این اتفاق آمده تا بیش تر فضاگشایی را یاد بگیرم. بنابراین زیر لب لبخند زدم، از ته دلم خندیدم، هرچند وارد مداخله من ذهنی شدم اما شکر خدا زود اصلم را از فرعم تشخیص دادم. پس هر اتفاقی فقط برای بیداری ما صورت می گیرد اگر آگاهانه ببینیم.



این اتفاق به من یک جورایی گفت، روی خودت بیش تر متمرکز بمان! این درد من ذهنی در تو هم پنهان شده باقی مانده هست. به کسی کار نداشته باش! درد آگاهانه را به جان بکش!

به شکرانهٔ عدم و آموزش‌های مولانای جان و حرف‌های پدر نازنینم آموختم اگر عیبی در دیگران دیدیم، فوراً بدانیم آن عیب در خودمان نیز هست.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۱۹

ای بسی ظلمی که بینی در گسان

خوی تو باشد در ایشان، ای فلان

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۰

اندر ایشان تافته هستی تو

از نفاق و ظلم و بد مستی تو

همان دم به خودم نهیب زدم عجب! این پندار کمال من ذهنی نیست؟! بله که هست! چقدر هم پر ادعا بود! شکر خدا بالا آمد تا هرآن چه را هستم را بپذیرم و کار را به دست کارساز بسپارم. بلافاصله از ته دلم از آن عزیز قبل از رفتن از خانه مان دوبار عذرخواهی و بغلش کردم تا از من دلخور نباشد. آن شخص به من گفت، نه بابا! این چه حرفیه مگه چکار کردی؟ بعد از رفتنشان دوباره خودم را را بازبینی کردم که زهره، شاید به نظرش کاری نکرده باشی پس چرا تو رنجیدی؟! دیدم که من ذهنی کمال یافته با حس حقارتش انتظار زیادی از من دارد تا هیچ کس را ناراحت نکنم و یا کسی حق ندارد گله و شکایتی بکند؛ یعنی من می دانم، تو نمی دانی.



این‌ها شناسایی بود که در من شده بود در هشیاری‌ام نگه داشتیم تا ان شاءالله با کمک زندگی و فضاگشایی‌های پیایی به تدریج بیفتند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۱

از هر چه ترنجیدی، با دل تو بگو حالی

کای دل تو نمی‌گفتی کز خویش شدم خالی؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۱

این رنج چو در وا شد، دعوی تو رسوا شد

زشتی تو پیدا شد، بگذار تو نکالی

*نکالی: سختی، عذاب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۱

در صورت رنج خود، نظاره بکن ای بد

کی باشد با این خود آن مرتبه عالی؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۱

بنگر که چه زشتی تو، بس دیوسرشتی تو

این است که کشتی تو، پس از که همی‌نالی؟



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۱

گر رنج بشد مشکل، نومید مشو ای دل

کز غیب شود حاصل اندر عوض ابدالی

با احترام

زهره از آمل ❤️



به نام خدا و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و همهٔ دوستان.

غزل برنامهٔ ۷۹۴ گنج حضور.

مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۹۴۵

هر چه آن سرخوش کند، بویی بُود از یارِ من

هر چه دل واله کند، آن پرتو دلدارِ من

عشقی که براساسِ من‌ذهنی و چیزهای بیرونی و احتیاج و از روی نیاز و گدایی باشد و یا از روی کمبودی باشد، عشقی است که کم‌وزیاد می‌شود و بیش‌تر عیش و نوش و هوس و طمع و حرص و حسادت است، و عشقی که براساسِ مرکزی پاک و عدم باشد، عشقی است که به بی‌نهایت خدا وصل شده و بی‌دلیل عشق است و شادی بی‌سبب.

از خودمان بپرسیم ما به گنج حضور گوش می‌دهیم که راحت‌تر به چیزهای این‌جهانی مثل پول، همسر و چیزهای دیگر برسیم و یا این‌که دانشگاه و یا مسیری برای انداختن همهٔ همانیدگی‌ها و تسلیم شدن و با خدا یکی شدن؟

اگر با من‌ذهنی و سوءاستفاده از دانش به برنامه گوش دهیم دردی بیش‌تر را بعد از چند وقت متحمل می‌شویم، ولی اگر با تعهد و با اراده آزادی که از جنس خدا است و با سکوت، سکون و تسلیم به راه ادامه دهیم و مثل کوه در اکنون بمانیم و لحظه را از دست ندهیم، هر همانیدگی که بیاید شناسایی می‌کنیم و با شکر و سرخوشی، درد هشیارانه را می‌کشیم و افسار را به دست چیزی یا کسی نمی‌دهیم که ما را خوش و ناخوش از جنس آفل کنند. مثل آدم‌ها، باور، پول، مخدرها، پرخوری، انواع خودنمایی و پز و سر دیگران را خوردن، حرفه، هنر، کار و چیزهای دیگر؛ بلکه خیلی خلاصه می‌گوییم من شاد بی‌سبب هستم زیرا از جنس خدا هستم و متوجه این باشیم که ذهنی پاک می‌سازیم تا ما را در این راه کمک کند و ما هم ناظر آن و البته برای یکی شدن و وصل شدن و حفظ حضور و شادی بی‌سبب، باید از سوسک یا پیله بیرون بیاییم که با تعهد، تکرار و مداومت به این مسیر که شامل کمک از بزرگانی چون مولانا و برنامهٔ گنج حضور که می‌آموزیم؛ صبر، پرهیز، شکر، تسلیم، پذیرش بی‌چون‌وچرای اتفاقات، عدم قضاوت و مقاومت داشته باشیم و ادامه



دهیم و ادامه دهیم. پس اگر در آرامش و شادی هستیم، فضاگشا هستیم، دیگران را از جنس زندگی می‌بینیم، دلمان از جنس زندگی ست و اگر منقبض هستیم، مقاومت و ستیز و بحث داریم، و یا وابسته بیرون هستیم مرکزی از جنس درد و من‌ذهنی داریم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

خاک را و خاکیان را این همه جوشش ز چیست؟

ریخت بر روی زمین یک جرعه از خمارِ من

هرچیزی که از زمین بیرون آمده، عشق زندگی در آن جوشش کرده و در جسم و ذهن و دل ما این جوشش کار می‌کند. اگر ما تسلیم باشیم و زندگی را به خرد کل بسپاریم و عقل ناچیز خود را که باعث خواستن بیش‌تر و بیش‌تر و درد است کنار بگذاریم تا از پزمردگی نجات پیدا کنیم و به عشقی که خرد زندگی به ما و به کل هستی داده زنده شویم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

هر که را افسرده دیدی، عاشقِ کارِ خودست

منگرِ اندرِ کارِ خویش و بنگرِ اندرِ کارِ من

انسانی که عاشق و وابسته چیزهای جهان شده و با باور، دانش، دارایی، ظاهر، آدم‌ها، حسرت‌ها، مقام، شهرت، مقایسه، طمع و توقع‌ها همانیده شده در درد و محدودیت گیر افتاده و ما برای رهایی از افسردگی و انداختن من‌ذهنی باید فضاگشایی کنیم در برابر هر اتفاق، چه به ظاهر کوچک مثل از دست دادن وسیله‌ای، و چه به ظاهر بزرگ مثل از دست دادن شخصی، که با کشیدن درد هشیارانه و صبر و شکر است و در این وقت خداوند قدم به مرکز می‌گذارد و افکار مسلسل‌وار کم شده و ما ناظر آن‌ها می‌شویم، و متوجه باشیم تنها ضرر و از دست دادن واقعی از دست دادن عدم و



شادی بی سبب است؛ پس با تعهد و اراده آزاد، از درون این من ذهنی افسرده و دردمند بیرون بیاایم و سبکبال با خدا همراه شویم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

در بهاران گشت ظاهر جمله اسرارِ زمین

چون بهارِ من بیاید، بر دَمد اسرارِ من

همان طور که بهار، زنده شدن زمین را به ما نشان می دهد، اگر تسلیم شویم و تعهد و هماهنگی با زندگی برقرار کنیم تا مرکز ما از وابستگی ها و همانیدگی ها پاک شود، بهار زندگی، ما را به خدا زنده می کند و از زمستان درد و خشکی به بهار سبز و خوش بو می برد. اگر ما همانیدگی هایی که ما را خشک کرده شناسایی کنیم، چیزهایی مثل مخدرها، تعدد رابطه، جمع کردن دانش و باور و پز دادن با آن ها، خودنمایی و توصیف خود، می دانم و بلام، حسادت و مقایسه، حس نقص و حسرت و خلاصه زندگی خواستن از بیرون، و این ها را بیندازیم و مداومت داشته و دوباره آن ها را برنداریم، به خدا و زندگی بی نهایت زنده می شویم، و آن وقت است که خود اصیل و اسرار زندگی را واقعاً می بینیم بدون لافی از دانش و می دانم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

چون به گلزارِ زمین خارِ زمین پوشیده شد

خارخارِ من نماند چون دَمَد گلزارِ من

اگر می خواهیم از جنس گلزار شویم و خارها را به فراموشی بسپاریم، باید از چیزهایی که ما را به خارستان تبدیل کرده آگاه شده و با صبر و شکر و پرهیز و کشیدن درد هشیارانه، با رضایت از آن ها خلاص شویم. چیزهایی مثل حسادت، گدایی محبت و توجه از بیرون، جمع کردن بیش تر و طمع، عیش و نوش و اعتیاد به مخدر و سیگار و تعدد رابطه و وقت



تلف کردن بر سر این‌ها و ترس تنهایی، که همه این‌ها خار است و من‌ذهنی با دلیل آوردن و افکار وسوسه‌آمیز مانع انداختن می‌شود، و کافی‌ست به هیچ همانیدگی رحم نکنیم و نترسیم و تعهدی محکم از جنس کوه داشته و با تکرار و مداومت و قرین مولانا و گنج حضور، زمین را آماده برای گلزار یعنی زنده به خدا و شادی بی‌سبب کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

هر که بیمارِ خزان شد، شربتی خورد از بهار

چون بهارِ من بخندد برجهد بیمارِ من

ما با ورود به این جهان کم‌کم شروع به همانیده شدن و در مرکز گذاشتن چیزهای بیرونی می‌کنیم و زندگی را از آن‌ها می‌خواهیم، از خانواده، از مقام، از اشیا، از کار و پول و مقایسه و خودنمایی و بهتر درآمدن که همه این‌ها باعث خشک شدن هشیاری و زندگی در درون ما می‌شود؛ یعنی انکار زندگی و عدم و جسم را زندگی می‌بینیم و از آدم‌ها و کنترل آن‌ها، عیش و نوش، جلب توجه، مخدرها و پول و اتفاقات، زندگی می‌خواهیم و این گدایی خشک‌کننده است، و اما اگر تسلیم شویم و از ته دل بگوییم: «نمی‌دانم و عذر می‌خواهم و فقط خدا را می‌خواهم و هرچه در مرکز گذاشتم را می‌دهم»، زندگی شروع به کار کردن می‌کند و ما را از من‌ذهنی و سوسک بیرون می‌کشد و به ما بال‌هایی از جنس زندگی می‌دهد تا از محدودیت بیرون رویم؛ پس تسلیم باشیم و هروقت من‌ذهنی ما را وسوسه کرد و یا دیگران را به سمت ما آورد تا ما را وسوسه کنند و یا هرچیزی، ما فضاگشایی کنیم و با تعهد محکم بگوییم: «فقط خدا را می‌خواهم».

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

چیست این بادِ خزانی؟ آن دمِ انکارِ تو

چیست آن بادِ بهاری؟ آن دمِ اقرارِ من



چرا هرچه سن ما بالا می‌رود، دردمندتر و خشک‌تر می‌شویم به جای این که روشن‌تر و شادتر و شاکرتر باشیم؟ خوب ما متوجه شدیم که جمع کردن و در مرکز گذاشتن و به اشتباه از چیزها زندگی خواستن، این بلا را سر ما آورده زیرا که چیزها خود آفل و از بین رفتنی هستند و نمی‌توانند زندگی بدهند و همیشه در حال کم‌وزیاد شدن و نابود شدن هستند. حتی پادشاه در یک روز سقوط می‌کند، پول نابود می‌شود، جوانی پیر می‌شود، انسان‌ها می‌میرند و چیزهایی از این دست. حال باید متوجه باشیم ما شعبه‌ای از خدا هستیم و اگر همانیدگی‌ها را بیرون بریزیم و با افکار و وسوسه‌ها یکی نشویم و فقط با مشاهده و آگاهی آن‌ها را رد کنیم و هشیاری را به آن‌ها تزریق نکنیم، شعبه را روشن می‌کنیم و به بی‌نهایت زندگی و شادی بی‌سبب زنده می‌شویم.

با سپاس از همه

علی از تهران



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

