

سلام خدمت آقای شهبازی عزیز 
و دوستان همراه گنج حضور 

غزل ۳۰۷۴ از برنامه ۹۱۵

✧ پیروزه یا پیروزی؟ ✧

❖ مسلّم آمد یار مرا دل افروزی؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

آیا من با تمام وجود ایمان و یقین دارم به این که زندگی و خدا که تنها دوست و همراه و یاری کننده من است، دلم و مرکز مرا هر لحظه روشن می کند؟ با چیدن اتفاقات و خاموش کردن چراغ همانیدگی ها، تا دیگر در ذهنم چشمک نزده و هشیاری ام را نبلعند .

❖ چه عشق داد مرا فضل حق، زهی روزی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

خدای بخشنده مهربان عجب حس منحصر بفرد و بی نظیری را به من هدیه داده است! «حس یکتایی با خودش» که نظیر این حس خوشایند را در هیچ موفقیت مادی و گرفتن هدیه از هیچ کسی تجربه نکرده ام. خوشا به حال هشیاری که عاشق شود و مزه عشق و طلب او را بچشد !

✧ نکات (از ابیات تکمیلی):

۱ -سر من ذهنی ات را بده برود، تا به صورت ذهن پنهان شوی، بعد به صورت عدم آشکار می شوی. بین هشیاری ات به چه صورت دیده می شود؟ بین کجا سر بیرون می آوری؟ در عدم یا در ذهن؟

۲ -تغییرات را از مردم و حتی از من ذهنی خود پنهان کن، تو باید در ذهن خودت و مردم گم شوی، محو شوی.

۳ -بچه آگاه نیست که دارد همانیده می شود، اگر شناسایی زندگی در او به وسیله مادر صورت بگیرد، از بند آن همانیدگی ناهشیارانه هم آزاد می شود.

۴ -اگر نیاز بچه را برطرف کردی، تبدیل به خواسته و حرص نمی شود.

۵ -در بوم خودت (کشور، شهر، خانه خودت) زندگی کن و همان جا را اصلاح کن، نیازی به تغییر محل نیست. از مکان آرامش نخواه.

۶ -هر وقت از چیزی ترسیدی و دچار استرس شدی، بگو:

❖ شاد باش و فارغ و ایمن

۷ -هر وقت دچار غم و دل گرفتگی شدی، بگو:

❖ من غم تو می خورم، تو غم مخور
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳

۸- هروقت حس کردی زندگی چیز شگفت‌انگیزی به تو نشان داد تا خودش را بر تو ثابت کند یا پیامی دریافت کردی یا پیشرفتی در خودت دیدی، بگو:

✿ هان و هان این راز را با کس مگو
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۴

۹- تو نباید چیزی را در اتفاق بفهمی و نباید چیز مجهولی را بدانی، وگرنه در ذهن کشیده می‌شوی، بگذار راز باقی بماند.

خدا در کلاه اتفاقات و اشخاص می‌رود، و می‌آید تا از تو جستجو کند، ولی تو باید روزه سکوت و نفهمیدن بگیری، نه به زبان و نه به فکر چیزی با کسی و حتی با خودت در میان نگذاری و حتی با خود خدا. خاموشی مطلق! سؤال خدا هم برای گشوده‌تر شدن فضای درون توست که ببیند ساکت می‌مانی یا نه؟

✿ هان و هان این راز را با کس مگو

✿ گرچه از تو شه کند بس جستجو
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۴

۱۰- من ذهنی «صبر» را نمی‌شناسد، برعکس به او بگو: «عجله» نکن! عجله را خوب می‌شناسد. عجله که نکردی نور خدا می‌آید و می‌توانی صبر را ببینی که آن‌جا در درونت هست و از بودن صبر در درون بهره ببری.

۱۱- کندی و تنبلی بچه‌ها آینه کندی و تنبلی خودم هست، فقط می‌بینم ولی عیب نمی‌گیرم و نمی‌گویم، از خودم هم شکایت نمی‌کنم.

۱۲- بابا این کارهای من مخرب است! با ایات مولانا عمل کنم، تا القائات من ذهنی فلج شود. این توانایی انتخاب را بیندازم دور.

۱۳- آنصتوا! اتقوا! الآن است که من خرابکاری کنم. درست مانند زمانی که داد می‌کشیم سر راننده‌ای که دارد می‌رود توی دیوار که: ترمز کن!
برو بنشین یک گوشه‌ای تا این حالت خشم، ترس، میل به سؤال کردن، میل به گفتن راز در تو تمام شود.

✿ اگر سرم برود، گو برو، مرا سر اوست
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

اگر عقل من ذهنی با تمام ریزه‌کاری‌هایش مانند: مکر و حيله، دورویی، نگرانی و ترس، خوشی، تأسف، حس خبط، کنترل، قضاوت، مقاومت، ملامت، خشم، دلسوزی، دخالت، حرص، شهوت، خودنمایی، شک و دودلی، عدم اطمینان می‌خواست با تسلیم کامل به یک‌باره فرو بریزد، نترس! و به من ذهنی با استدلال بگو: برو! نگران من نباش! من عقل او که همه کائنات را اداره می‌کند، در درون دارم. خدا خودش مراقب تمام چهاربعد و وضعیت‌های زندگی‌ام هست که به بهترین حالت ممکن اداره شوند و سامان پیدا کنند.

✿ رهیدم از کُله و از سر و کُله‌دوزی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

اتفاق این لحظه رد پای خدا در زندگی‌م است، اتفاق این لحظه کلاه خداست و در زیر آن خداست که به شکل اتفاق وارد زندگی‌م شده است.

پس به اتفاق هرچه که هست خوش‌آمد، می‌گویم و دیگر نمی‌خواهم آن را مطابق میل من ذهنی تغییر دهم، چون سر من ذهنی را لحظه قبل دادم رفت و در عوض سر خدا را پذیرفتم. پس دیگر نیازی به دوختن کلاهی مناسب آبروی تصنعی من ذهنی ندارم که بخواهم ظاهر قضیه را برای من‌های ذهنی حفظ کنم، هرچه پیش آمد، خوش آمد.

۱۴- خودت با اختیار خودت ساکت شو تا اتفاقات و ریب‌المنون‌ها به‌زور ساکت نکنند.

۱۵- هر لحظه ببین کلاه آبرو بر سر داری، بینداز، سر من ذهنی داری، بگو: برو! من سر خدا و کلاه او را دارم، نیازی به سر تو و کلاهت که طور خاصی به‌نظر بیایم، ندارم.

❖ دهان به گوش من آورد و گفت در گوشم

❖ یکی حدیث بیاموزمت، بیاموزی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

سر من ذهنی که رفت، گوشش هم می‌رود. پس گوش جانم باز شد و لایق شنیدن پیام زندگی شدم. چون من که «گوش» هستم، اصلم شدم و گوش شدم و او هم که «زبان» است، آرام بدون این که حتی من ذهنی خودم هم بفهمد، گفت: در حالت «انصتوا» که باشی و همه گوش! هر لحظه پیامی برای تو دارد که می‌توانی بشنوی، بیاموزی، عمل کنی و عمیق‌تر شوی.

۱۶- یکی از مشخصات حضور این است که کار زیاد و سازنده دارد. آیا من تا حد اکثر توانم را برای انجام وظایفم صرف می‌کنم؟

-رسیدگی به امور منزل و درس بچه‌ها؟

-خواندن و تکرار آیات و عمل کردن؟

-رسیدگی به جسمم و مراقبت از آن؟

۱۷- گوش کن! ببین این لحظه سروصدای ذهن بابت چیست؟

❁ ۱۸- روزنِ جانم گشاده‌ست از صفا؟

❁ می‌رسد بی‌واسطه نامه خدا؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۴۰۲

۱۹- وقتی با دوست، آشنا، شوهر، اقوام و هر انسانی برخورد می‌کنم، حتی اگر کلی حرف برای زدن دارم، باید مثل سوسن خاموش باشم.

❁ چو آهوی ختنی خون تو شود همه مُشک

❁ اگر دمی بچری تو ز ما به خوش‌پوزی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

ذات من نیک است و من نفس‌های «او» را همراه دارم، تمام لحظه لحظه‌های عمرم می‌تواند تبدیل به جان اصلی و عمل صالح شود، به شرط آن که این پاکی را حفظ کنم و به اندازه ذره‌ای ناخالصی از هشیاری ذهنی وارد این لحظه‌ام نکنم.

۲۰- وقتی رنجش و خشمی که از کسی یا چیزی دارم را برای دیگران تعریف می‌کنم یا در ذهنم یادآوری می‌کنم، دارم این لحظه‌های زندگی‌ام را بابت زنده نگه داشتن این رنجش و خشم صرف می‌کنم.

۲۱- ابتدا باید آگاهانه از سکوت‌شنو و عدم‌بین استفاده کنیم تا خودش اتوماتیک‌وار استفاده شود در ما.

۲۲- من ذهنی «رضا» را نمی‌شناسد، برعکسش را بگو: «ناراضی» نباش! نارضایتی را خوب می‌شناسد. فضا که باز شد می‌بینی که از همه چیز راضی هستی.

۲۳- اگر فقط پرهیز کنم، دیوم در شیشه زنده می ماند و همراه این گردنبندِ عیب دار از جهان جسم می روم، پس باید تبدیل صورت گیرد.

۲۴- خالص خالص از عدم بچرا! اگه از ذهن هم قاطی اش چریدی خوش پوزی نمی کنی.

۲۵- راضیه «راضی از همه کس و همه چیز» و مرضیه «مورد پسند و رضایت همه کس و همه چیز» توبه کن و برگرد به سوی این لحظه. اگر کمی «نارضایتی» از هر کسی این وسط هست بر نمی گردی، ثبات نداری و همین یک مقدار ناخالصی که در «رضا» هست، باز تو را به ذهن می کشد.

۲۶- من خودم اشکالات دخترت را درست می کنم، نگران نباش و فقط اعتماد کن.
من بارانم، می دانم چطور چمن دخترت را آبیاری کنم.

❖ چو جان جان شده ای، ننگ جان و تن چه کشی؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

من جانی هستم که ذهن را می بیند و به فکرها جان می دهد، پس چطور باید ننگ و بدنامی هشیاری جسمی را با خود همراه داشته باشم و چطور امکان دارد که صاحب کار از کارگر خود امر و دستور بگیرد و زیر دست و فرمانبردار او شود؟! چه ننگ بزرگی ست برای هشیاری خدایی ام!
تو که به هشیاری که کائنات را اداره می کند دسترسی داری، چطور متوجه این مطلب ساده نمی شوی که «من، من ذهنی نیستم» و پیری بروی بالاتر.

❖ چو کان زر شده ای، حبه یی چه اندوزی؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

تو که با باز کردن فضا به هرآنچه نیاز این لحظه است دسترسی داری و طلایی با ارزش تر از این برای انسان نیست که بداند چه باید بکند و قدرت آن را هم داشته باشد و کارافزایی نکند، چطور داری دنبال خرده فکرهای بی ارزش از این ذهن و آن ذهن می گردی که جمع کنی برای حل مسائلی که در گذشته ساخته ای یا چالش هایی که ممکن است در آینده با آن ها روبرو شوی؟!

۲۷- نگو من این عیب را دارم، یا این جور هستم، این جور بودم. این قدر «من من» نکن.
خودت را از این من ذهنی جدا کن، بگو: این من ذهنی دنبال تأیید و توجه است در من، این من ذهنی حسود است در من.

۲۸- طلاهای بزرگ را از ابیات و درس های گنج حضور بکش بیرون و نثار کن بر هشیاری خودت و دوستان.

۲۹- در مقابل زرهایی که من ذهنی و ذهن نشان می دهد که: این ها ارزشمند هستند، به این ها توجه کن! این ها را بردار مال خودت کن؛ به یاد بیاور «فر و شکوه و جلال فضای درونت» را که معدن طلاست تا زره های کوچولو را بیندازی زمین و دست پیدا کنی به معدن طلای درون.

❖ به سوی مجلسِ خوبان بکش حریفان را
❖ به خضر و چشمه حیوان بکن قلاووزی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

حریف هم دوست است و هم رقیب، یعنی هم مسافرانی که قصد ترک هشیاری جسمی را دارند و هم من های ذهنی که قصد اقامت در ذهن را دارند و می خواهند تو را هم در این وطن دروغین نگه دارند.

باید طوری فضاگشایی کنی که هر دو گروه را دعوت و تشویق به رفتن از ذهن کنی. آن چنان چشم‌انداز زیبایی از فضای حضور برایشان به نمایش بگذاری، که بوی بهشت را در کنارت استشمام کرده و با بودن در کنار تو فضای درونشان باز شود و با چشیدن مزه حقیقی عدم، به فضاگشایی بیشتر و بیشتر راهنمایی شوند.

۳۰ - وَ تَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَ تَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ: مردم باید در حضور من و با دیدن رفتار من و شنیدن گفتار من، توصیه و تشویق به فضاگشایی و صبر شوند.

۳۱ - تو به عنوان مادر فقط جنست را از هشیاری جسمی عوض کن، به هشیاری حضور و تبدیل شو تا بچه‌ها درست شوند، همین!

۳۲ - در فضای گشوده شده که باشی اشکالات را هم می‌بینی، نیازی نیست با ذهن ببینی.

❖ شراب لعل رسیده‌ست نیست انگوری

❖ شکر نثار شد و نیست این شکر خوزی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

من ذهنی خودت و دیگران، آرامش حضور و فضای باز شده را می‌چشند که این شراب خالص خالص است و نگرانی‌ای بابت رفتن مستی‌اش نیست، لحظه به لحظه در دسترس است، شادی‌اش به تو بخشیده شده بی‌سبب، بدون توقع دادن چیزی نثار شده بر جانت.

۳۳ - بوی خوش از ذهن نمی‌آید، از فضای گشوده شده می‌آید.

۳۴ - خودت را نسبت به بیرون و آنچه ذهن نشان می‌دهد که زندگی دارد، تشنه نگه دار و شیریه نکش، تا شراب آن‌وری برسد. در این صورت شراب خالص خالص از عدم می‌گیری و خوش‌پوزی می‌کنی.

۳۵ - باید از قوه تمییز که در درون داری استفاده کنی که آیا این شادی که الآن در درون حس می‌کنم با سبب است یا بی‌سبب؟ اگر با سبب است، آگاه شوم و شادی‌ام را قبل از این که آن چیز به انتهایش برسد، تمام کنم.

❖ هوا و حرص یکی آتشی است تو بازی

❖ بپر، گزاف پر و بال را چه می‌سوزی؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

تو باز پادشاه هستی، حالا آمده‌ای آش تتماج پیرزن دنیا را خورده‌ای که همان چشیدن از شیرینی‌های همانیدگی‌هاست و اسیر ذهن شده‌ای.

حالا داری به جای پریدن از روی همانیدگی، آتش حرص را در درون آن روشن کرده و بیهوده پروبالی که می‌توانست تو را آزاد کن می‌سوزانی.

پپر! از قدرت واهمانش که در درون هر همانیدگی هست، استفاده کن و پپر! هرچه تأخیر کنی پروبالت سوخته و بیشتر همانیده می‌شوی و قدرت پریدنت کمتر می‌شود.

❁ یک زمان کار است بگزار و بتاز

❁ کار کوتاه را مکن بر خود دراز

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱

۳۶ - نیازهای حقیقیات را برآورده کن به موقع، تا تبدیل به نیاز روان‌شناختی نشود.

۳۷- هرچه در هوا و حرص بمانی، داری خودت که هشیاری هستی را می‌بری در جهت‌ها، خرج می‌کنی، جان اصلی را می‌سوزانی و می‌کاهی. بپر! تو پروبال «شناسایی=آزادی» را داری.

❖ خمش که خلق ندانند بانگ را ز صدا

❖ تویی که دانی پیروزه را ز پیروزی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴

دیگر شنیدن صدا از زبان مولانا کافی‌ست، باید خاموش شویم و اجازه دهیم این ابیات کار خودشان را بکنند تا بانگ خدا را در درون بشنویم. این فقط خود تو هستی که متوجه می‌شوی این صدایی که می‌شنوی و به سمت هشیاری روانه است، صدای فیروزه‌ها و دعوت کردن اجسام برای همانیدن است؟ یا بانگ زندگی‌ست که در اعماق آسمان درونت بارها شنیده‌ای و پیروزی حقیقی را در این لحظه را با آن تجربه کرده‌ای؟

بانگی که از طرف زندگی می‌آید، دست اول است و یک‌باره روشن می‌شود، دیگر بعد از آن هربار که همین صدا را در درون بشنوی، صداست که از ذهن می‌آید. تو هشیاریت را برده‌ای در جوی ذهن، از آن جا دارد دست چندم‌ها را برمی‌دارد.

۳۸- ناامیدی هیچ‌جایی ندارد، وقتی من پیروزم تحت هر شرایطی!

۳۹- دارم از شاد بودن و موفقیت کسانی که «مال من» هستند شاد می‌شوم، پس وقتی آن‌ها شاد و موفق نیستند، این شادی می‌جهد و من هم همراه آن از جا کنده شده و حالم بد می‌شود.

۴۰- این مطلب که [حال خوب من = حال خوب همسر و فرزندان و اقوام و نزدیکانم] را ذهن نشان می‌دهد، در نتیجه «قضاوت» است و «حقیقت» نیست؛ پس قضاوت برقرار است و داری از عدم ناخالص می‌چری.

پیروزه همانیدگی‌ها را از مرکز توجهت بینداز، یعنی از درجه اهمیت بینداز، تا پیروزی این لحظه را پیدا کنی.

شاد و سلامت باشید ♥.
مرضیه از نجف‌آباد