

برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید



پیغام عشق

هزار و سیصد و پنجاه و چهارم





خانم فاطمه



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۷۱ گنج حضور، بخش ششم

چیست تعظیم خدا افراشتن؟
خویشتن را خوار و خاکی داشتن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸

تعظیم: بزرگداشت، به عظمت خداوند پی بردن

تعظیم و بزرگداشت خداوند چیست؟ لحظه به لحظه باز شدن فضای درون از طریق مهم ندانستن چیزی که ذهن این لحظه نشان می دهد و می خواهد به مرکز انسان بیاورد. او برای تعظیم، باید با پذیرش اتفاق این لحظه همچون مردگان تسلیم شود و من ذهنی اش را کوچک تر و خوارتر کند، تا زمانی که کاملاً صفر شود. بدین ترتیب از زمین همانیدگی ها خارج شده و در آسمان یکتایی بزرگ و افراشته می شود.

چیست توحید خدا آموختن؟
خویشتن را پیشِ واحد سوختن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹

یادگیری توحید و یکتایی خداوند چیست؟ این است که انسان خاصیت توحید و یکتایی خداوند را بشناسد و با فضاگشایی به سوی یکتا شدن و بی‌نیازی پیش رود. بدین ترتیب من‌ذهنی توهمی خود را در پیشگاه خدای واحد خواهد سوزاند و دیگر اتکایی به جهان بیرون نخواهد داشت.

نکته: راه آموختن یکتایی خداوند این است که بلند شدن و «مَنْ مَنْ» کردن براساس حس جدایی از زندگی فروبنشیند، تا فضای درون باز شده و من‌ذهنی در این فضا سوخته شود.

گر همی خواهی که بفروزی چو روز
هستی همچون شبِ خود را بسوز

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰

ای انسان، اگر می خواهی همچون روز روشن و فروزان شوی و شادی بی سبب زندگی را تجربه کنی،
در این صورت آن چیزی که ذهن نشان می دهد را به مرکزت راه نده و این حس وجود و حس هویت ذهنی ات را
که همچون شب تیره و تاریک است، پیش خداوند یعنی این فضای گشوده شده درون بسوزان تا هیچ اثری از آن
باقی نماند.

همچنین هر شهوتی اندر جهان
خواه مال و، خواه جاه و، خواه نان
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷

همچنین هر چیزی را که ذهن مهم نشان می‌دهد تا به مرکزت بیاوری و از جنس آن شوی، و تو با علاقه و از روی شهوت بدون هیچ کنترل به سویش می‌روی تا بلکه از آن زندگی مصنوعی بگیری، مثل مقام، مال، چیزهای خوردنی، تأیید و توجه و ... [ادامه معنا در بیت بعد]

هر یکی زین‌ها تو را مستی کند
چون نیابی آن، خمارت می‌زند
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۸

هر کدام از این همانیدگی‌ها که در مرکزت باشد تو را مست کرده و دچار خوشی و زندگی گرفتن از آن‌ها می‌شوی. حال اگر آن‌ها را به دست نیاورده یا از دست بدهی، خمار یعنی ناخوش، بی‌حوصله و غمگین می‌شوی.

این خُمارِ غم دلیل آن شده‌ست
که بدان مفقود، مستی‌ات بده‌ست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۹

این «خُمارِ غم» و درد ثابتی که همواره حمل می‌کنی، نشانه‌ی این است که زندگی را از این چیزی که کم شده یا از دست داده و با آن همانیده بوده‌ای می‌گرفتی، چون اگر انرژی ناب زنده‌کننده زندگی را از خدا و فضای درونت می‌گرفتی، با رفتن یا کم شدن یک همانیدگی حالت خراب نمی‌شد.

جز به اندازهٔ ضرورت، زین مگیر
تا نگرده غالب و، بر تو امیر

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۰

ای انسان، بیش از حد ضرورت از امکاناتی که زندگی در اختیار قرار داده استفاده نکن، تا مبادا به مرکزت آمده همانیده شوی، و شهوت و حرص آن‌ها بر تو چیره و غالب شود.

نکته: تشخیص‌دهندهٔ اندازهٔ ضرورت برای استفاده از امکانات این جهانی، خود ما هستیم. سزاوار است با تأمل و استفاده از قدرت تمییز درونی و یا به کار بردن اشعار بزرگانی چون مولانا، این کار مشکل را به درستی انجام دهیم.

همچو مستی، کاو جنایت‌ها کند
گوید او: معذور بودم من ز خود

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵

[انسانی که استکمال تعظیم نکرده و در نتیجه دچار فراموشی یا خطایی شده‌است،] همانند انسانی است که شراب خورده، مست شود و در حالت مستی خطا کند، سپس زمانی که هشیار شود بگوید که: «من در حالت مستی و بی‌خودی این خطاها را مرتکب شده‌ام، بنابراین مقصر نیستم و عذرم پذیرفته‌است.»

نکته: مولانا می‌گوید ما شایسته زندگی بهتری هستیم، زیرا امتداد خداوند بوده و خدا هم که دائماً رحمتش را بر ما جاری می‌کند، پس چرا اوضاع زندگی و روابطمان خراب است؟ چون ما دائماً گرفتار سبب‌سازی ذهن هستیم، اما به جای کار کردن روی خود و رها شدن از من‌ذهنی، بهانه می‌آوریم که ما مست همانیدگی‌ها بوده و معذوریم که این رفتارهای غلط را داشته باشیم.

گویدش لیکن سبب ای زشت کار
از تو بد در رفتن آن اختیار

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶

شخصی در پاسخ به انسانی که مست همانیدگی‌هاست می‌گوید: «ولی ای زشتکار، از دست دادن اختیار و قدرت انتخاب و همچنین تفویض آن به من‌ذهنی، همانیده شدن و دچار شهوت همانیدگی‌ها گشتن، درست کردن پندار کمال و ناموس بدلی تقصیر خودت بوده. تو باید با فضاگشایی در این لحظه اختیارت را به دست آورده و ناظر ذهنت باشی که آیا ضرورت دارد این جسم به مرکز بیاید و من مست آن شوم، بر حسب آن بینم و خطا کنم؟ در غیر این صورت هرگونه جنایتی از تو سر بزند، تقصیر خود توست.»

بی خودی نآمد به خود، تش خواندی
اختیارت خود نشد، تش راندی

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷

مستی حاصل از آوردن همانیدگی‌ها به مرکز و بی خود شدن از آن‌ها که سبب عدم نظارت بر ذهن و نسیان تو می‌شود، خودبه‌خود به سراغت نیامد؛ بلکه تو آن‌ها را شکار کرده و به مرکزت دعوت کردی.

اختیارت نیز به خودی خود از دست نرفت، بلکه تو متوجه نبودی که باید از جنس عدم باشی، و با آوردن چیزها به مرکز، اختیارت را عمداً از خود راندی.

خواب چون درمی‌رمد از بیمِ دلِق
خوابِ نسیان کی بود با بیمِ حَلَق؟

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۰

نسیان: فراموشی

در جایی که ترس از دزدیده شدن اموال و دارایی خواب را از چشمان مردم می‌رباید، چگونه است که انسان با وجود دشمنی به خطرناکی من‌ذهنی که درون اوست و در پی گرفتن جان زنده زندگی‌اش می‌باشد، به خواب غفلت فرو رفته درحالی که تمام انرژی زنده زندگی را در مانع، مسئله و درد سرمایه‌گذاری کرده‌است.

لَا تُؤَاخِذْ أَنْ نَسِينَا، شَدِّ گَوَاه
كِه بُوْدَ نَسِيَانِ بِه وَجْهِي هَم گَنَاه

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱

آیه‌ای که می‌گوید: «مؤاخذه مکن اگر فراموش کردیم.» گواه بر همین امر است که هرگاه انسان به‌جای فضاگشایی جسم را به مرکزش راه دهد و دچار غفلت و فراموشی شود، در این صورت مرتکب گناه شده‌است، زیرا «الست» را فراموش کرده و با سبب‌سازیِ ذهن باعث خرابکاری خواهد شد.

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۸۶

«... رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا...»

«... ای پروردگار ما، اگر فراموش کرده‌ایم یا خطایی کرده‌ایم، ما را بازخواست مکن...»

ز آن که استکمال تعظیم او نکرد
ورنه نسیان در نیآوردی نبرد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲

زیرا انسان به جای عدم نگه داشتن مرکز و استمرار در فضاگشایی، با آوردن آن چه ذهن نشان می دهد به مرکزش تعظیم خداوند را آن چنان که شایسته اوست به جا نیاورده است، و گرنه با حمله های من ذهنی دچار فراموشی نمی شد، هیچ چیز جسمی جرأت راه یافتن به مرکزش را پیدا نمی کرد و در نتیجه نمی توانست دید او را تحت تأثیر قرار دهد.

عکس چندان باید از یاران خوش
که شوی از بحر بی عکس، آب گش

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۶

ای انسان، در ابتدا که من ذهنی داری، از انعکاس نور و ارتعاش یاران عاشقی همچون مولانا که از جنس زندگی هستند، آن قدر باید ذوق و معانی در مرکز و جان تو منعکس شود که به مرحله‌ای از خلاقیت دست یابی و از دریای بدون انعکاس یعنی از زندگی و بحر یکتایی، بدون واسطه و تقلید آب زندگی بکشی. به عبارتی شادی، عقل و خرد را از درون خودت، مرکز عدم و از فضای گشوده شده بگیری نه از افکار من ذهنی‌ات.

عکس گاؤل زد، تو آن تقلید دان
چون پیایی شد، شود تحقیق آن

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۷

در ابتدای کار روی خود و قرین شدن با انسان‌های زنده به حضور اگر حال خوب و ذوقی در تو منعکس شد و ارتعاش آن‌ها روی تو تأثیر گذاشت، این تغییر را در اثر تقلید بدان، اما وقتی حال خوب به صورت مداوم و پیایی با فضاگشایی و مرکز عدم به تو رسید، آن دیگر مرتبه تحقیق است، معلوم است که فضا به اندازه کافی در درونت باز شده و در بحر یکتایی و مرکز عدم ریشه دوانده و به حضور زنده شده‌ای.

تا نشد تحقیق، از یاران مبر
از صدف مگسل، نگشت آن قطره در

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۸

تا وقتی که با صبر و فضاگشایی بی‌واسطه از مرتبه تقلید به مرتبه تحقیق نرسیده‌ای و به بحر بی‌عکس، یعنی فضای یکتایی وصل نشده‌ای از مولانا و یاران معنوی خود جدا نشو، زیرا قطره باران تا زمانی که به مروارید تبدیل نشده نباید صدف را ترک کند.

خانه‌ای را کش دریچه‌ست آن طرف
دارد از سیران آن یوسف شرف

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۴

خانه دل انسانی که با فضاگشایی روزنی به سوی زندگی باز کرده، شرف و بزرگی‌اش را از جاری شدن همین نور
یوسف یا خداوند و خرد گل می‌گیرد.

هین دریچه سوی یوسف باز کن
وز شکافش فرجه‌ای آغاز کن

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۵

فرجه: تماشا، فضاگشایی

آگاه باش و از فضای تاریک ذهنت با مداومت در فضاگشایی دریچه‌ای به سوی یوسف که نماد خداوند است، باز کن. سپس با ایجاد این شکاف و عبور نور زندگی از آن، آرامش و خرد را دریافت و حس آزادی و ارزشمند بودن را تجربه کن.

عشق‌ورزی آن دریچه کردن است
کز جمالِ دوست، سینه روشن است

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۶

در اصل دریچه و روزن درون با عشق‌ورزی شکافته می‌شود. عشق‌ورزی نیز همان فضاگشایی، وحدت‌هشیارانه یا یکی شدن مجدد با خداوند در این لحظه است. به حقیقت سینه و مرکز انسان از جمالِ خداوند است که روشن می‌شود.

پس همواره روی معشوقه نگر
این به دستِ توست، بشنو ای پدر

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷

پس همواره با عدم کردن مرکز و فضاگشایی به روی معشوق حقیقی، خداوند نگاه کن. ای انسان، بدان این کار تنها به دست تو که با قدرت انتخاب در این لحظه می توانی فضا را بگشایی و روزنی به سوی نور باز کنی امکان پذیر است.

راه کن در اندرون‌ها خویش را
دور کن ادراکِ غیراندیش را

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۸

اکنون فضا را باز کرده و به درونت سفری آغاز کن، با کنار گذاشتنِ اندیشه برحسب من‌ذهنی به زندگی زنده شو، از طریق خداوند بین و با نیروی زندگی حرکت کن.

کیمیا داری، دواي پوست گُن
دشمنان را زين صناعت دوست گُن

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۹

صناعت: هنر، پیشه، کار

حال که نیروی فضای گشوده شده همچون کیمیایی در دست توست آن را مانند مرهمی بر پوست من ذهنی قرار بده و آن را درمان کن [که این درمان به دست توست]. با این کار دشمنی من ذهنی خود و دیگران را به دوستی مبدل کن. [چراکه وقتی فضا را باز کنی دشمنی من های ذهنی به تدریج به دوستی تبدیل می شود].

چون شدی زیبا، بدان زیبا رسی
که رهاند روح را از بی کسی

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۰۰

وقتی در اثر مداومت در فضاگشایی به جنس اصلی خود یعنی زندگی تبدیل و زیبا شدی، به آن زیبارو یعنی خداوند خواهی رسید و روح از تنهایی نجات خواهد یافت.

نیست زندانی، وحشِ تر از رَحِم
ناخوش و تاریک و پر خون و وَخِم

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۶

وَخِم: وحشت‌زا
وَخِم: ناسازگار، ناموافق، کراهت‌انگیز

هیچ زندانی وحشتناک‌تر از رَحِمِ مادر نیست که تا این حد نامطلوب، تاریک، پر خون و کراهت‌بار باشد.

چون گشادت حق دریچه سوی خویش
در رحم هر دم فزاید تنت بیش

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۷

اما چون خداوند در رحم دریچه‌ای به جانب خود گشوده‌است، بدن تو با وجود این که در بدترین زندان است با این حال هر لحظه می‌بالد و رشد می‌کند.

اندر آن زندان، ز ذوقِ بی‌قیاس
خوش شگفت از غرسِ جسمِ تو حواس

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۸

غرس: نهال، قلمه

در آن زندان تاریکِ رحم، نهالِ جسمِ تو به دلیل ذوق و استعداد خدادادی که قابل قیاس و اندازه‌گیری نیست، به بار نشست و حواسِ تو روید و شکل گرفت. در واقع مولانا به این موضوع اشاره دارد، همان‌طور که جسمِ انسان این توانایی را پیدا می‌کند که از فضای تاریکِ رحم بیرون بیاید، پس رهایی و آزادی از زندانِ ذهن هم امکان‌پذیر است.

ز آن رَحِم بیرون شدن بر تو درشت
می گریزی از زهارش سوی پشت

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۹

همان طور که خروج از رَحِم برای تو ترسناک و سنگین است و از خوف آن به انتهای رَحِم می گریزی، خارج شدن از رَحِم ذهن نیز برایت ترسناک و غیرممکن جلوه می کند.

راه لذت از درون دان نه از برون
ابلهی دان جستنِ قصر و حصون

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۲۰

حصون: جمعِ حصن به معنی دژ، قلعه

راه لذت و کامیابی واقعی را از درون بدان، نه از بیرون و دنیای همانیدگی‌ها. بنابراین طلب کردن کاخ و دژهای مجلل از جهان بیرون تا زمانی که به زندگی زنده نشوی و آبادانی را از درون حس نکنی، نماد حماقت توست.

به گرد تو چو نگرדם، به گرد خود گردم
به گرد غصه و اندوه و بخت بد گردم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۳۶

خداوندا اگر در این لحظه مرکز عدم نیست و به جای فضاگشایی و چرخیدن به دور تو حول محور من ذهنی می‌گردم و براساس مرکز همانیده فکر و عمل می‌کنم، در این صورت قطعاً و بدون شک با سبب‌سازی ذهن گرد ایجاد غم و غصه و بخت بد می‌گردم و اتفاقات بد و ناگوار برایم رخ می‌دهد.

با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها
گوینده: فاطمه

منابع: برنامه ۹۷۱ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)
کتاب‌های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)
با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه‌های گنج حضور

پایان



خانم مریم از کانادا



با درود و احترام بر استاد بزرگوار و یاران معنوی

شکر

این روزها کلمهٔ معجزه‌آمیز و آرام‌بخش شکر را بارها تکرار می‌کنم و آرامش و خاموشی ذهنم را تجربه می‌کنم.

در تابستان با درد شدید گردن که به دست چپ کشیده می‌شد درگیر بودم و به دلیل نداشتن وقت که آن هم کار ذهنم بود که می‌گفت تو به دلیل کار زیادی که انجام می‌دهی و داشتن مهمان وقت نداری، پس دردت را بکش، نمی‌گذاشت به دکترم زنگ بزنم.

درد را هر روز می کشیدم اما به درد گوش نمی دادم، گوش نمی دادم به درونم که برایم بگوید این درد برای چه ایجاد شده. بالاخره به دکترم بعد گذشت یک دو ماه زنگ زدم و دارویی برایم تجویز کرد که دردم را کمتر کرد و بعد مرا به دکتر متخصص درد معرفی کرد. امروز دکتر به من گفت دردت چطور هست؟ گفتم خدا را شکر دردم کمتر شد.

بعد به من گفت می دانی که این درد بد نیست و این گفت و گوی بدنت با تو است؟ به او گفتم بله، من این را مدتی است که درک کرده‌ام و گاهی از دست‌ها و گردنم به خاطر این که از ایشان زیاد استفاده می‌کنم، عذرخواهی می‌کنم و گاهی دستم را می‌بوسم. بارها ذهن حریصم را دیده‌ام که با وجود درد دست‌هایم مرا مجبور کرده که منتظر همکاری بچه‌هایم نباشم و بدون آن‌ها خانه را تمییز کنم، من حرص و ولع ذهنم را در تمییز کردن خانه می‌بینم.

این بیت را مدتی است که با خود تکرار می‌کنم:

چون به امر اَهْبَطُوا بندی شدند
حبسِ خشم و حرص و خرسندی شدند

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۶

حرص ذهنم را در تندتند انجام دادن کارهای خانه می‌بینم. دست‌هایم با من صحبت می‌کنند و می‌گویند که تو هشت ساعت در بیرون با ما کار کردی و ما نیاز به استراحت داریم اما من گوش نمی‌دهم. شکر می‌کنم که به صورت حضور ناظر ذهنم را مشاهده می‌کنم و رفتارهای حریص‌وارش را در مواردی که همانیدگی دارم مشاهده می‌کنم و فضا را باز می‌کنم تا زندگی با خرد کلش این همانیدگی را از من بکند. من می‌دانم که ذهن من در مواقعی که خانه نامرتب است شروع به بی‌قراری می‌کند و مرا مجبور می‌کند که به دردم توجهی نکنم و خانه را مرتب کنم، چون تمیزی خانه قسمتی از پارک ذهنی من است.

شکر می‌گویم که فهمیدم باید در خانه شکر بیاورم و به تلخی‌های ذهن خودم و همسرم توجهی نکنم.

در طی هشت سال بعد از مهاجرت من و همسرم به دلیل تغییرات زیادی که زندگی برای ما ایجاد کرده بود، کمی از هم فاصله گرفته بودیم و من سردی خودم را کاملاً حس می‌کردم و با آموزش‌های آقای شهبازی عزیز و مهربان می‌دیدم که ذهنم همسرم را برای من قطب درست کرده‌است، اما همیشه گول ذهن را می‌خوردم و وقتی می‌فهمیدم که دوباره بدون صبر و حزم حرفی زده بودم و او به دلیل رنجشی که از من داشت در موارد خیلی کوچک هم از من ناراحت می‌شد.

من این را فهمیده بودم که ناراحتی و خشم همسرم نباید در حال من تاثیری بگذارد و من باید همچنان شکر را در خانه بیاورم.

گفت تو، زآن سان که عکس دیگری ست
جمله احوالت، بجز هم عکس نیست

خشم و ذوق هر دو عکس دیگران
شادی قواده و خشم عوان

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۱ و ۴۶۶۲

این بیت به من خیلی کمک می کند که در مقابل خشم و ناراحتی دیگران از جمله همسر، حال من خراب نشود. یادم می آید قبل از آشنایی با برنامه گوهر بار گنج حضور این مشکل را که ناراحتی و حال بد همسر، حال من را هم بد می کند را فهمیده بودم و گاهی با خودم می گفتم چرا وقتی او خوشحال است من هم خوشحال باشم و وقتی او ناراحت است، من هم ناراحت باشم؟! اما علت را نمی دانستم. نمی دانستم که دیدن دیدی پر از علت و بیماری است و من باید دیدم را در دید زندگی و مولانا رها کنم.

دیده ما چون بسی علت دروست
رو فنا کن دید خود در دید دوست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱

این بیت طلایی به من می گوید هرچه ذهن تو می گوید که بد است یا خوب است، به آن توجهی نکن. دید تو با ذهنت دید درستی نیست، چون ذهن بر اساس همانیدگی هایی که در طی سالها برای تو ایجاد شده فکر می کند و به تو عمل خاص آن همانیدگی را دیکته می کند. ذهن من شرطی شده است، پس قضاوتها و مقاومتهايش را نباید جدی بگیرم. وظیفه من اول به عنوان انسانی که تاج کرمانا بر سرش هست و دوم به عنوان یک همسر و مادر پخش کردن شکر است، تا سرکگی من ذهنی خودم و دیگران را کاهش دهم. صحبت های من در این خصوص به این معنی نیست که من همیشه شکر پخش می کنم، بلکه سعی می کنم در اکثر اوقات این کار را بکنم.

چونکه سرکه سرکگی افزون کند
پس شکر را واجب افزونی بود

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷

مدتی است که بعد از شناخت خرابکاری‌های من ذهنی‌ام در رابطه با همسر من از من ذهنی‌ام می‌ترسم. از
نسنجیده فکر و حرف زدن‌هایش می‌ترسم.

ای دل بی بهره از بهرام ترس
وز شهان در ساعت اکرام ترس

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰۹

این من ذهنی دل اصلی مرا دزدیده و تبدیل به دل بی بهره کرده که هر وقت همسرم از من ناراحت می شود، می فهمم که تقصیر خودم هست. در من موجودی هست که کارش خرابکاری هر گونه رابطه و عشق ورزیدن است. او شرطی شده که فقط بدخو و ترش رو باشد، من فهمیدم که باید حزم و صبر داشته باشم. هنوز هم من ذهنی ام وسط می پرد و خرابکاری می کند، اما من یاد گرفته ام که بلافاصله عذرخواهی کنم که در اکثر مواقع من ذهنی من می گوید چرا؟ چرا همه اش تو کوتاه می آیی؟ اما من توجهی به حرف هایش ندارم و نمی گذارم رنجش و ناراحتی به مرکزم بیاید. من انقباض در مرکزم را نمی خواهم، دیگر بس است، من عاشق انبساط مرکزم و عشق ورزیدن و کوچک کردن من ذهنی ام هستم و می خواهم تعظیم به زندگی را تکمیل کنم، من عاشق استکمال تعظیم هستم نه عاشق بی خردی ذهنم.

زآنکه استکمال تعظیم او نکرد
ورنه نسیان در نیاوردی نبرد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲

دلیل فراموشی من این است که من تعظیم خدا را هر لحظه به جا نمی آورم، ذهن شرطی شده من می داند خودش را رها نمی کند، هرچند که سعی می کنم اما همیشه در پایگاه پای ماچان نیستم، به خصوص وقتی ذهنم دامن معنویت را پهن کند تا از نابودی خود بدین وسیله جلوگیری کند. من این را فهمیدم که ذهن من می خواهد دوباره پندار کمالش را با نمی داند مصنوعی و کوچک جلوه دادن خود ترمیم کند.

عشق چون وافی ست، وافی می خرد
در حریف بی وفا می ننگرد

چون درخت است آدمی و بیخ، عهد
بیخ را تیمار می باید به جهد

عهد فاسد بیخ پوسیده بود
وز ثمار و لطف ببریده بود

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۶۵ تا ۱۱۶۷

فراموشی و نسیان من سبب تکرار اشتباهاتم می شود. نبودن من این لحظه در پای ماچان نشانه بی وفا بودن من به عهد الست است. این است که غیرت عشق اجازه نمی دهد که من چشم هایم گذاره گردد. آدمی همچون درختی است که ریشه او را عهد و وفای به الست می سازد، هر لحظه و این لحظه که ذهنم به دنبال بی مرادی، دچار مقاومت و قضاوت و مسئله سازی می شود، من در سبب سازی ذهن و فکر پشت فکر غرق می شوم، همانند درختی هستم که ریشه ام فاسد شده و در حال مردن در ذهن هستم. شکر می گویم که اهمیت این قانون شگفت آور زندگی را با آموزه های جناب مولانا و معلم عزیزم جناب شهبازی درک کرده ام. ذهن می خواهد هر بی مرادی را بزرگ و سنگین و جدی جلوه دهد. شکر می گویم که گل خواری ذهنم را می بینم، گاهی موفق می شوم که هشیاری ام را از آغشته شدن به من ذهنی نجات دهم و گاهی هم جذب ذهن می شوم و زرین بیل هشیاری ام را در حدت فرو می کنم.

گر بدزدی، وز گل من می بری
رو که هم از پهلوی خود می خوری

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۰

این لحظه ذهن من ناگهان اتفاقی ناخوشایند و یا خوشایند را به من نشان می دهد. به خصوص ذهن اتفاق ناخوشایند را می سازد، تا در من انقباض ایجاد کند. این لحظه اگر به این اتفاق نظر بیندازم و در ذهن به گفت و گو بروم و اتفاق را جدی بگیرم، منقبض می شوم یعنی گل خواری را شروع کرده ام، هرچقدر بیشتر در ذهن بچرخم، شکر کمتر گیرم می آید و انرژی ام کاهش می یابد، یعنی از پهلوی خودم خوردم.

تن با سر نداند سر گن را
تن بی سر شناسد گاف و نون را

یکی لحظه بنه سر ای برادر
چه باشد از برای آزمون را؟

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۱

شکر می گویم که این لحظه وقتی گل خواری خودم را می بینم، می فهمم که سر من ذهنی ام دوباره بالا آمده است و باید فضا را باز کنم، سر من ذهنی ام و می دانمش را بیندازم تا سر کن فکان را زندگی به من بفهماند تا مرا از سبب سازی ذهن خارج کند. بارها آزمودم که سر من ذهنی من هیچ نمی داند و هر موقع که سر تسلیم فرود آوردم، شکر به زندگی ام ریخته شده است. این روزها می بینم که افرادی در سر راه من می آیند که دردهای دوران جوانی مرا یادآوری می کنند و زندگی به من نشان می دهد که من سر ناموس را کاملاً از دست نداده ام، دیدن این نواقص شکر دارد.

گر سر هر موی من یابد زبان
شکرهای تو نیاید در بیان

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۵

با کمال احترام
مریم از کانادا



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید