



پیغام عشق

قسمت هزار و سیصد و پنجاه و چهارم



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

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸

چيست تعظیم خدا افراشتن؟

خويشتن را خوار و خاکی داشتن

*تعظیم: بزرگداشت، به عظمتِ 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 می‌دهد و می‌خواهد به مرکز انسان بیاورد. او برای تعظیم، باید با پذیرش اتفاق این لحظه همچون مردگان تسلیم شود و من ذهنی‌اش را کوچک‌تر و خوارتر کند، تا زمانی که کاملاً صفر شود. بدین ترتیب از زمین همانیدگی‌ها خارج شده و در آسمان یکتایی بزرگ و افراشته می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹

چيست توحید خدا آموختن؟

خويشتن را پیشِ واحد سوختن

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 من ذهنی 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 مَن» کردن براساس حس جدایی از زندگی فروبنشیند، تا فضای درون باز شده و من ذهنی در این فضا سوخته شود.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰

گر همی خواهی که بفروزی چو روز

هستی همچون شب خود را بسوز

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 تار است، پیش خداوند یعنی این فضای گشوده شده درون بسوزان تا هیچ اثری از آن باقی نماند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷

همچنین هر شهوتی اندر جهان

خواه مال و، خواه جاه و، خواه نان

همچنین هر چیزی را که ذهن مهم نشان می دهد تا به مرکزت بیاوری و از جنس آن شوی، و تو با علاقه و از روی شهوت بدون هیچ کنترلی به سویش می روی تا بلکه از آن زندگی مصنوعی بگیری، مثل مقام، مال، چیزهای خوردنی، تأیید و توجه

و ... [ادامه معنا در بیت بعد]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۸

هر یکی زین ها تو را مستی کند

چون نیابی آن، خُمارت می زند



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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۹

این خُمارِ غم دلیل آن شده‌ست

که بدان مفقود، مستی‌ات بده‌ست

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 زنده‌کننده‌ی زندگی را از خدا و فضای درونت می‌گرفتی، با رفتن یا کم شدن یک همانیدگی حالت خراب نمی‌شد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۰

جز به اندازه‌ی ضرورت، زین مگیر

تا نگرده غالب و، بر تو امیر

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

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



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵

همچو مستی، کاو جنایت‌ها کند

گوید او: معذور بودم من ز خود

[انسانی که استکمال تعظیم نکرده و در نتیجه دچار فراموشی یا خطایی شده است،] 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 پذیرفته است.»

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 معذوری که این رفتارهای غلط را داشته باشیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶

گویدش لیکن سبب ای زشت‌کار

از تو بُد در رفتن آن اختیار

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.»

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷

بی خودی نآمد به خود، تش خواندی

اختیارت خود نشد، تش راندی

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 مرکز 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.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۰

خواب چون درمی‌رمد از بیمِ دلخ

خوابِ نسیان کی بود با بیمِ حلق؟

*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.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱

لَا تُؤَاخِذِ اِنِّ نَسِيْنَا، شَدِّ گَوَاه

که بُودِ نَسِيَانِ به وجهی هم گناه

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

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۸۶

«... رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا اِنِّ نَسِيْنَا اَوْ اٰخَطَاْنَا ...»

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

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲

زَانِ که استکمالِ تعظیمِ او نکرد

ورنه نسیان درنیاوردی نبرد

زیرا انسان به جای عدم نگه‌داشتن مرکز و استمرار در فضاگشایی، با آوردن آن‌چه ذهن نشان می‌دهد به مرکزش تعظیم خداوند را آن‌چنان که شایسته اوست به‌جا نیاورده‌است، وگرنه با حمله‌های من‌ذهنی دچار فراموشی نمی‌شد، هیچ‌چیز جسمی جرأتِ راه یافتن به مرکزش را پیدا نمی‌کرد و در نتیجه نمی‌توانست دید او را تحت تأثیر قرار دهد.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۶

عکس چندان باید از یارانِ خوش

که شوی از بحر بی عکس، آب گش

ای انسان، در ابتدا که من ذهنی داری، از انعکاس نور و ارتعاشِ یارانِ 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 بحرِ یکتایی، بدون واسطه و تقلید آبِ زندگی بکشی. به عبارتی شادی، عقل و خرد را از درون خودت، مرکز عدم و از فضای گشوده شده بگیری نه از افکار من ذهنی ات.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۷

عکس کاوّل زد، تو آن تقلید دان

چون پیایی شد، شود تحقیق آن

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.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۸

تا نشد تحقیق، از یاران مبر

از صدف مگسل، نگشت آن قطره در



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.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۴

خانه‌ای را کس دریچه‌ست آن طرف

دارد از سیران آن یوسف شرف

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

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۵

هین دریچه سوی یوسف باز کن

وز شکافش فرجه‌ای آغاز کن

*فرجه: تماشا، فضاگشایی

آگاه باش و از فضای تاریک ذهنیت با مداومت در فضاگشایی دریچه‌ای به‌سوی 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.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۶

عشق‌ورزی آن دریچه کردن است

کز جمالِ دوست، سینه روشن است

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

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷

پس همواره روی معشوقه نگر

این به دستِ توست، بشنو ای پدر

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 قدرتِ انتخاب در این لحظه می‌توانی فضا را بگشایی و روزنی به سوی نور باز کنی امکان‌پذیر است.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۸

راه کن در اندرون‌ها خویش را

دور کن ادراکِ غیراندیش را

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



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۹

کیمیا داری، دوايِ پوست گن

دشمنان را زین صناعت دوست گن

*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].

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۰۰

چون شدی زیبا، بدان زیبا رسی

که رهاند روح را از بی کسی

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.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۶

نیست زندانی، وحش تر از رحم

ناخوش و تاریک و پرخون و وخم

*وحش: وحشتزا

*وَحْم: ناسازگار، ناموافق، کراهت‌انگیز

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

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۷

چون گشادت حق دریچه سوی خویش

در رَحِمِ هر دم فزاید تَنّتِ بیش

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

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۸

اندر آن زندان، ز ذوق بی‌قیاس

خوش شگفت از غَرَسِ جسمِ تو حواس

*غَرَس: نهال، قلمه

در آن زندان تاریک رَحِمِ نهالِ جسمِ تو به‌دلیل ذوق و استعدادِ خدادادی که قابل‌قیاس و اندازه‌گیری نیست، به بار نشست و حواسِ تو روید و شکل گرفت. درواقع مولانا به این موضوع اشاره دارد، همان‌طور که جسمِ انسان این توانایی را پیدا می‌کند که از فضای تاریک رَحِمِ بیرون بیاید، پس رهایی و آزادی از زندانِ ذهن هم امکان‌پذیر است.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۹

ز آن رَحِم بیرون شدن بر تو درشت

می‌گریزی از زهارش سوی پشت

همان‌طور که خروج از رَحِم برای تو ترسناک و سنگین است و از خوف آن به انتهای رَحِم می‌گریزی، خارج شدن از رَحِم ذهن نیز برایت ترسناک و غیرممکن جلوه می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۲۰

راه لذت از درون دان نه ز برون

ابلهی دان جُستنِ قصر و حُصون

*حُصون: جمعِ حصن به معنی دژ، قلعه

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

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۳۶

به گردِ تو چو نگردم، به گردِ خود گردم

به گردِ غصّه و اندوه و بختِ بد گردم

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 سبب‌سازیِ ذهنِ گردِ ایجادِ 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



با درود و احترام بر استاد بزرگوار و یاران معنوی

شکر

این روزها کلمه 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 چپم 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 می‌کشیدم، اما به درد گوش نمی‌دادم، گوش نمی‌دادم 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 می‌دانی که این درد بد نیست و این گفت‌وگوی 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:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۶

چون به امرِ اِهْبَطُوا بندی شدند

حبسِ خشم و حرص و خرسندی شدند

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 همانندگی دارم مشاهده می‌کنم و فضا را باز می‌کنم تا زندگی با خرد کلش این همانندگی 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 تأثیری بگذارد و من باید همچنان شکر را در خانه بیاورم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۱

گفت تو، ز آن سان که عکس دیگری ست

جمله احوالت، بجز هم عکس نیست

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۲

خشم و ذوق هر دو عکس دیگران

شادی قواده و خشم عوان

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



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱

دیده ما چون بسی علت دروست

رو فنا کن دید خود در دید دوست

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 براساس همانیدگی‌هایی 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 مقاومت‌هایش را نباید جدی بگیرم. وظیفه من اول به‌عنوان انسانی که تاج کرمانا بر سرش هست و دوم به‌عنوان یک همسر و مادر پخش کردن شکر است، تا سرکگی من ذهنی خودم و دیگران را کاهش دهم. صحبت‌های 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.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷

چونکه سرکه سرکگی افزون کند

پس شکر را واجب افزونی بود

مدتی است که بعد از شناخت خرابکاری‌های من ذهنی‌ام در رابطه با همسرم از من ذهنی‌ام می ترسم. از نسنجیده فکر و حرف زدن‌هایش می ترسم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۰۹

ای دل بی‌بهره، از بهرام ترس

وز شهان در ساعت اکرام ترس

این من ذهنی دل اصلی مرا دزدیده و تبدیل به دل بی‌بهره 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 ترش‌رو باشد، من فهمیدم که باید حزم و صبر داشته باشم. هنوز هم من ذهنی‌ام وسط می پرد و



خرابکاری می‌کند، اما من یاد گرفته‌ام که بلافاصله عذرخواهی کنم که در اکثر مواقع من ذهنی من می‌گوید چرا؟ چرا همه‌اش تو کوتاه می‌آیی؟ اما من توجهی به حرف‌هایش ندارم و نمی‌گذارم رنجش و ناراحتی به مرکز من بیاید. من انقباض در مرکز من را نمی‌خواهم، دیگر بس است، من عاشق انبساط مرکز من و عشق ورزیدن و کوچک کردن من ذهنی‌ام هستم و می‌خواهم تعظیم به زندگی را تکمیل کنم، من عاشق استكمال تعظیم هستم نه عاشق بی‌خردی ذهنم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲

زانکه استكمال تعظیم او نکرد

ورنه نسیان در نیوردی نبرد

دلیل فراموشی من این است که من تعظیم خدا را هر لحظه به‌جا نمی‌آورم، ذهن شرطی شده من می‌داند خودش را رها نمی‌کند، هرچند که سعی می‌کنم، اما همیشه در پایگاه پای‌ماچان نیستم، به‌خصوص وقتی ذهنم دامن معنویت را پهن کند تا از نابودی خود بدین وسیله جلوگیری کند. من این را فهمیدم که ذهن من می‌خواهد دوباره پندار کمالش را با نمی‌داند مصنوعی و کوچک جلوه دادن خود ترمیم کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۶۵

عشق چون وافی ست، وافی می‌خرد

در حریف بی‌وفا می‌ننگرد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۶۶

چون درخت‌ست آدمی و بیخ، عهد

بیخ را تیمار می‌باید به جهد

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۶۷

عهد فاسد بیخ پوسیده بود

وز ثمار و لطف بریده بود



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.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۰

گر بدزدی، وز گل من می بری

رو که هم از پهلوی خود می خوری

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. هر چقدر بیشتر در ذهن بچرخم، شکر کمتر گیرم می آید و انرژی ام کاهش می یابد، یعنی از پهلوی خودم خوردم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۱

تن با سر نداند سر کن را

تن بی سر شناسد کاف و نون را

یکی لحظه بنه سر ای برادر

چه باشد از برای آزمون را؟



شکر می‌گویم که این لحظه وقتی گل‌خواری خودم را می‌بینم، می‌فهمم که سر من ذهنی‌ام دوباره بالا آمده‌است و باید فضا را باز کنم، سر من ذهنی‌ام و می‌دانمش را بیندازم تا سر کن‌فکان را زندگی به من بفهماند تا مرا از سبب‌سازی ذهن خارج کند. بارها آزمودم که سر من ذهنی من هیچ نمی‌داند و هر موقع که سر تسلیم فرود آوردم، شکر به زندگی‌ام ریخته شده‌است. این روزها می‌بینم که افرادی در سر راه من می‌آیند که دردهای دوران جوانی مرا یادآوری می‌کنند و زندگی به من نشان می‌دهد که من سر ناموس را کاملاً از دست نداده‌ام، دیدن این نواقص شکر دارد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۵

گر سر هر موی من یابد زبان

شکرهای تو نیاید در بیان

با کمال احترام

مریم از کانادا



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