



برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت ششصد و چهل و دوم





خانم فریده از هلند



با سلام

اهمیت پیر در راه معنوی
«در صفت پیر و مطاوعتِ وی» برداشتی از برنامه ۸۹۷

اهمیت داشتن پیر در زندگی ما یکی از مهمترین نکاته. چراکه در سفر انسان در زمین خاکی راه بسیار سخت و ناهمواره و بدون داشتن پیر رسیدن به قله حضور، کاری دشوار و گاه غیر ممکنه. پیر چراغی ست در تاریکی ذهن، سرلشگر و قلاووز شب‌های تار و سیاه من‌ذهنی که راه را به ما نشان میدهد. خداییتی که خود را گاه در غالب یک پیر به حضور رسیده نشان میدهد، و سررشته کار را در دست داره. انتخاب پیری همچون مولانا، دیدن برنامه گنج حضور و همراه بودن با کسانی که در این راه روی خودشان کار می‌کنند، از نشانه‌های همان پیر هست. حرف و سخن پیر به حضور رسیده حرف و سخن خداونده، که همچون شراب کهنه با ارزشه. چراکه پیر به علم لدن یعنی علم خدایی وصل شده و کمک میکند که چراغ درون ما روشن بشه.

چون سر رشته به دست و کام توست
دره‌های عقد دل، ز انعام توست

برنویس احوال پیر راه‌دان
پیر را بگزین و عین راه دان

پیر، تابستان و خلقان، تیرماه
خلق مانند شب‌اند و پیر، ماه

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۳۷ تا ۲۹۳۹

کنار گذاشتن عقل من‌ذهنی خود و گوش دادن به سخنان پیری همچون مولانا. پیر راه را به ما نشان می‌دهد، درست مثل وقتی که در اثر تسلیم و فضاگشایی، و وصل شدن به خرد درونی خود راه چالش برامون می‌آید. در حالیکه در اثر عدم تسلیم و عدم فضاگشایی و یا نبود پیر، میوه درون ما به ثمر نمی‌رسد و در شب ذهن باقی می‌مانیم. حضرت مولانا بخت جوان را هم پیر می‌نامد یعنی تسلیم و فضاگشایی که از طریق اون راه حل نو به نو می‌رسد، به جای راه حل‌های کهنه و تقلیدی. پیر درونی و یا پیر بیرونی بدلیل وصل بودن به خرد کل ازلی و ابدی ست و هر چه این وصل عمیق‌تره شرابش هم کهنه‌تره.

آن رهی که بارها تو رفته‌ای
بی قلاووز، اندر آن آشفته‌ای

پس رهی را که ندیدستی تو هیچ
هین مرو تنها، ز رهبر سر مپیچ

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۴۴ و ۲۹۴۵

این سفر بدون انتخاب پیر پر از خطر و ترس هست، و صرف وقت و انرژی ماست که در نهایت ما را به کارافزایی میاندازه. یاد گرفتن تسلیم و فضاگشایی بدون پیر امکان پذیر نیست و دچار آشفتگی و گمراهی ذهن می‌شویم، چراکه این راه را ما قبلاً ندیدیم و نرفتیم پس نباید بدون پیر بریم و از سخنان او سرپیچی کنیم.

گر نباشد سایه‌ی او بر تو گُل
 پس ترا سرگشته دارد بانگ غول
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۴۶

بانگ غول صدای من‌ذهنی‌ست که ما را در بیابان ذهن اسیر فکر می‌کند و بدلیل دادن آدرس غلط گمراه می‌کند. چه بسا انسان‌هایی که بدون داشتن پیر به دامن غول ذهن افتادن و نه تنها گمراه شدند بلکه هیچ وقت به مقصد، که زنده شدن به اصل خود بوده، نرسیدند. غول ذهن انسان را بدلیل نداشتن پیر و رهبری زنده به خدائیت، از جاده حضور خارج و، صد هزار ساله راه را دور کرده و در بیابان این جهان انسان را بدبخت و لخت رها کرده. آیا در برابر اتفاق این لحظه حاضریم تسلیم بشویم، و فضاگشایی کنیم؟ یا اینکه می‌خواهیم به حرف غول من‌ذهنی گوش کنیم و وارد بحث و جدل بشویم؟ آیا حاضریم عبرت بگیریم؟ گردن این خر من‌ذهنی را بگیریم و به راه بیاریم؟

استخوانه‌هاشانِ بین و مویشان
عبرتی گیر و مران خر، سویشان

گردنِ خرِ گیر و سوی راه گش
سوی ره‌بانان و ره‌دانان خوش
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۵۰ و ۲۹۵۱

پس حضرت مولانا نصیحت می‌کند که، مو و استخوان من‌های ذهنی را در تاریخ بین و عبرت بگیر. کسانیکه پیامبران را به دروغ نسبت دادند و اسیر غول ذهن شدند و نابود گشتند. انکار پیر، انکار آوردن پیام‌های نو به نو از طریق تسلیم و فضاگشایی ست که همه بانگ غول هست.

هین مهل خر را و دست از وی مدار
زانکه عشق اوست، سوی سبزه زار

گر یکی دم، تو به غفلت و اهلیش
او رود فرسنگ‌ها سوی حشیش

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۵۲ و ۲۹۵۳

حضرت مولانا غول ذهن را به خری تشبیه می‌کند که نباید به حال خودش رها کرد. یعنی مدام باید ناظر و مراقب ذهن بود، لحظه‌ای غفلت کنی ذهن برای خودش شروع به چریدن افکار من‌دار می‌کند. من‌ذهنی علاقه زیادی به چریدن از علفزار دنیا دارد، علف درد، علف رنجش، علف هر همانیدگی که ذهن نشان می‌دهد. آگه سر این خر را رها کنیم ما را فرسنگ‌ها از این لحظه دور می‌کند، و ما فقط با ناظر بودن به ذهن اون را به راه می‌توانیم بیاریم.

گر ندانی ره، هر آنچه خر بخواست
عکس آن کن، خود بود آن راه راست
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۵۵

و اگه نمی دانی که راه کدام هست هر چه که خر من ذهنی ات گفت برعکس اون راه را برو و با آرزوهای من ذهنی دوست و همراه نشو. همراه و قرین شدن با کسانی که در این راه روی خودشان کار می کنند. تقلید نکردن از دیگران که مدام دنبال آرزوهای من ذهنی شان در حال دویدن به آینده هستند. خلاصه از سایه همراهان معنوی کمک بگیریم.

این هوا را نشکند اندر جهان
هیچ چیزی همچو سایه‌ی هم‌رهان
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۵۸

از عقل و خرد همدیگه استفاده کردن در این راه نیز همچون پیر برای ما عمل می‌کند.

گفت پیغمبر علی را کای علی
شیر حقی، پهلوانی، پردلی

لیک، بر شیری مکن هم اعتماد
اندرأ در سایه‌ی نخل امید

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۵۹ و ۲۹۶۰

پس داشتن پیر در راه معنوی اون قدر مهم هست که پیامبر خطاب به حضرت علی میگه: درسته که شیر خدا، دلاور و پهلوان هستی ولی حتی بر پهلوانی خودت هم اعتماد نکن، و برو زیر سایه‌ی نخل امید، یعنی یک انسان عاقلی که به حضور رسیده. حتی شخصی در این راه شاید به لحاظ سنی جوان باشه ولی می‌توانیم از خرد و عقل او کمک بگیریم. از خرد هم استفاده کنیم، با هم کار کنیم و از نور یکدیگر استفاده کنیم. انسان پیر معنوی همچون کوه قاف تمام عالم را از بزرگی در بر می‌گیره و روح او همچون سیمرغ آزاد و رهاست و خداوند خودش را همچون آفتاب در چنین بشری روپوش کرده. البته فهم پیر و این مطالب به قول آقای شهبازی تنها با ذهن کافی نیست، بلکه بر اساس آموزش‌های گنج حضور تسلیم بشویم، فضا را باز کنیم تا از درون آگاه به این موضوع بشویم و صد البته این آموزش‌ها را در عمل بکار بگیریم.

هر کسی در طاعتی بگریختند
خویشتن را مخلصی انگیختند

تو برو در سایه‌ی عاقل گریز
تا رهی زان دشمن پنهان ستیز

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۶۶ و ۲۹۶۷

انتخاب یک انسان خردمند بعنوان یک طاعت نامیده میشه که زیر سایه او، این راه معنوی را بریم. که رفتن به زیر سایه پیر و انسان خردمند می‌تواند ما را از دشمن پنهان و ستیزه‌گر درونی مان در امان نگه داره.

چون گرفتت پیر، هین تسلیم شو
همچو موسی زیر حکم خضر رو

صبر کن بر کار خضری بی نفاق
تا نگوید خضر: رو هذا فراق

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۶۹ و ۲۹۷۰

و اگر پیر تو را قبول کرد و پذیرفت همراهش برو. پیر را زیر سوال و شک و تردید نبر. سوال و جواب‌های ذهنی را کنار بگذار و زیر حکم خضر برو. غیر از خودت دیگه با کسی کار نداشته باش. عقل من ذهنی‌ات را کنار بگذار و به حرف پیر اعتماد کن، چراکه او قصد داره ما را به زندگی درون خودمان راهنمایی کنه. تا انشالله دچار جدا شدن و فراق از زندگی نشویم.

گرچه کشتی بشکند، تو دم مزین
گرچه طفلی را گشود، تو مو مکن

دست او را حق، چو دست خویش خواند
تا یدالله فوق آیدیهم براند

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۷۱ و ۲۹۷۲

اگه در راه معنوی اتفاقی افتاد که به نظر من ذهنی‌ات خوشایند نبود اعتراض نکن و از تسلیم و پذیرش سر پیچی نکن. چراکه دست پیر دست خداوند خوانده شده.

اگه کسی بدون هدایت پیر به نقطه زنده شدن برسه، باز نفوذ و تاثیر پیران هست، یعنی ارتعاش انسان‌ها بر روی هم این ارتعاش حتی بر غایبان اثر میگذاره چه برسه بر حاضران.

چون گزیدی پیر، نازک‌دل مباش
سست و ریزیده چو آب و گل مباش

گر به هر زخمی تو پُر کینه شوی
پس کجا بی صیقل، آینه شوی
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۷۹ و ۲۹۸۰

پس آگه پیری همچون مولانا را انتخاب کردی همچون سنگ سفت و محکم باش که آگه یک هم هویت شدگی را بهت نشان داد مثل کلوخ زود بهم نریزی. مرکز دلت را آگه با شناسایی صیقل ندهی و اونها را نگه داری و زود برنجی که دیگه صاف و پاک همچون آینه نخواهی شد. نگه داشتن رنجش و حمل اونها مانع صیقل خوردن آینه دلما می شود.

آگه همچون داستان قزوینی طالع خود را شیر می بینی و می خواهی شیر ژیان بشوی پس باید که به درد هوشیارانه هم صبر و تحمل داشته باشی. یعنی به جای ادعا کردن مسئولیت هوشیاری خود را به عهده بگیریم. وقتی خداوند سوزنی بر شانه ما میزنه که یک همانیدگی کوچکی را از ما بگیره، داد و فریاد سر ندیم و اما و اگر نکنیم. آیا تحمل درد هوشیارانه، و صبر را داریم؟ تا از همانیدگی ها رها بشویم؟

ای برادر، صبر کن بر درد نیش
تا رهی از نیشِ نفسِ گبرِ خویش
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۲

اگر صبر بر درد هوشیارانه کنیم از این من‌ذهنی و ضرر و زیان‌های اون می‌توانیم نجات پیدا کنیم. در اینصورت جهان فرم دیگه نمی‌تونه به ما صدمه بزنه. یعنی تسلیم و فضاگشایی به ما یاد می‌ده با نظم جهان چطوری جلو بریم که دچار حوادث ناگوار نشویم. تا خار من‌ذهنی ما تبدیل به گل بشه، درست مثل جزوی که به سمت گل و خدائیت میره، تا خداوند در این راه بتواند دست ما را بگیره و کمکمان کنه.

خار، جمله لطف، چون گل می شود
 پیش جزوی، کو سوی گل می رود
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۷

تعظیم خدا یعنی تسلیم و سجده در برابر اتفاق این لحظه به جای بلند شدن و مقاومت با من ذهنی. توحید خدا هم یعنی خویش من ذهنی و همانیدگی‌ها را شناسایی و صفر کردن. پس آگه می خواهیم همچون روز روشن و افروخته بشویم نه تنها باید این هستی من ذهنی خودمان را بسوزانیم، بلکه از ما جمع هم باید خود را رها کنیم.

گر همی خواهی که بفروزی چو روز
هستی همچون شب خود را بسوز
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰

ذوب کردن من ذهنی خود و رها کردن خود از جمع و تقلید از جمع.

با تشکر فریده از هلند



خانم زهرا سلامتی از زاهدان



با درود و سپاس بر تمامی کائنات عالم هستی و آقای شهبازی نازنین. برنامه ۸۹۵ غزل ۴۸۰ و ابیات انتخابی به نام خداوند عشق

به حق آن که درین دل به جز ولای تو نیست
ولی او نشوم کوز اولیای تو نیست
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

در این بیت مولانای عزیز به اشتباه عمومی ما انسان‌ها اشاره دارد که من ذهنی را اصل خود دانسته و تنها باشنده‌ای که دوست و یاور زندگی و خداوند نیست من ذهنی‌مان می‌باشد و یادآور می‌شود که به حق این لحظه که خدائیت در درونمان زندگی می‌شود دوستدار و زندگی بخش و یار و یاورمان خود زندگی است که زندگی یخ زده ما را گرما می‌بخشد. او عاشق ماست و به جز مهر و دوستی ما در دل ندارد و ما هم امتداد او هستیم باید عاشقانه او را دوست داشته و همچنین طرفدار و دوستدار اولیا او که روی خود کار می‌کنند و مرکز عدم دارند و از همانیدگی‌ها و رنجش‌های کوبیده شده که جزء اولیای تو نیستند پرهیز می‌کنند. چرا که اگر در مرکزمان همانیدگی‌ها باشد دوستی و ولای چیزها را اجرا می‌کنیم. برای انسان باید انسان مهم باشد نه همانیدگی‌ها. این قانون و طرح الهی را خود زندگی در وجودمان نهادینه کرده است که ولا و دوستی او را در مرکزمان قرار بدهیم

هر جا که بینی شاهدهی چون آینه پیشش نشین
 هر جا که بینی ناخوشی آینه در کش در نمد
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۳۷

هر جا کسی را دیدیم که مرکزش را عدم کرده و مانند آینه دل و درونش صیقل یافته است و در ما زندگی و خدایت را شناسایی می کند و ما هم در او زندگی را شناسایی، مانند آینه پیشش بنشینیم و اجازه بدهیم که در آینه وجودمان خود را ببیند.

اولین ماموریت ما این است که از جنس آینه شویم تا مردم خودشان را در ما ببینند و هم خودمان خود را در آینه درونمان ببینیم و اما اگر هر جا ناخوشی دیدیم و کسی که خداوند را در درونش شناسایی نکرده و به جای آن من ذهنی را شناسایی کرده است و عاشق من ذهنی خود، در این صورت است که بایستی این آینه را پنهان کرد و روی آن نمد کشید.

مباد جانم بی غم اگر فدای تو نیست
 مباد چشمم روشن اگر سقای تو نیست
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

اگر ما همانیدگی‌هایمان را رها نکنیم و مرکزمان را عدم نسازیم که تا فضای گشوده شده در دل و درون‌مان جای بگیرد من‌ذهنی‌مان را دچار غم و اندوه می‌سازد و همنشین و یار و دوستان دردها و رنجش‌های دیرینه می‌شود.

و همچنین اگر ما با فضای گشوده شده آب حیات و عشق و زندگی و شادی بی‌سبب و انرژی فراوان اندیشی را در کائنات نتوانیم پخش کنیم، چشم من‌ذهنی‌مان کور و نابینا باشد، بهتر از این است که با عینک‌های رنگی هم هویت‌شدگی‌های خود، مانع دید و روشنایی نور الهی و عدم بین خود بشویم.

خون ما بر غم حرام و خون غم بر ما حلال
هر غمی کو گرد ما گردید شد در خون خویش
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷

و اگر چنانچه بخواهیم با موانع و مسائل انرژی زنده کننده زندگی را که برای زنده شدن در چهار بعدمان باید جاری شود آنها را در دردها و دشمن سازی‌ها سرمایه‌گذاری کنیم بر ما حرام بادا.

و اما اگر از ابزار شناسایی و آگاهی برای شناختن رنجش‌ها و دردها استفاده کنیم که غم و اندوه دلیلی برای همانیده شدن ماست و آنها را رها کنیم و شروع به کار کردن روی خود نماییم ریختن خون غم و ناراحتی‌ها بر ما حلال خواهد بود.

رضا مده که دلم کام دشمنان گردد
بین که کام دل من به جز رضای تو نیست
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

ما به عنوان هوشیاری حضور خداییت که اشرف مخلوقات هستیم نباید اجازه بدهیم و رضایت داشته باشیم که
من ذهنی با همانیده ساختن ما در افسانه سازی هایش ماجراهای فراوانی را برای خود به وجود بیاورد و به کام و
آرزوهای خود برسد.

آرزو و میل شدید ما این است که زمینه و بستر آگاهی برایمان فراهم شود که ما بتوانیم با کار کردن روی خود و
مرکز عدم و خالی رضایت تو را به دست بیاوریم و به تو زنده گردیم.

خنک آن کس که چو ما شد همه تسلیم و رضا شد
گرو عشق و جنون شد گوهر بحر صفا شد
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۰

خوشا به سعادت کسانی که مرکزشان را عدم کرده و با اتفاقات لحظه آشتی و در صلح و آرامش هستند و جنگ و ستیزه ندارند و در زمان حال جاری می‌شوند و همانیدگی‌ها و زندگی خود را در راه زنده شدن به خداوند وقف و صرف کرده و در دریای یکتایی و فضای گشوده شده برکات و جواهرات چهارگانه عشق الهی را دریافت می‌کنند.

قضا نتانم کردن دمی که بی تو گذشت
ولی چه چاره؟ که مقدور جز قضای تو نیست
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

خداوندا: لحظاتی که بدون ناظر بودن به تو و بدون آگاهی در دردهای گذشته به ثمر نرسیده و آینده نامعلوم سپری شد و زندگی در لحظه را زندگی نمی کردیم و از لحظه حال خود را محروم ساخته بودیم چگونه می توانیم جبران کنیم؟ چرا که این لحظه دیگر گذشته است و زمان قابل برگشت نیست، و مانند نماز خواندن نمی باشد که بتوانیم قضای آن را بجای بیاوریم.

تقدیر و سرنوشت ما را اینگونه برنامه ریزی کرده ای که قضا و فرمان الهی تو هر لحظه اجرا شود، و ما پذیرش آن را داشته باشیم و در این لحظه فقط فرمان قضا و قدر تو قابل اجرا است. پس باید راضی به رضای تو باشیم و از اتفاقات و قضای الهی که برای بیداری ما به وجود می آوری ناله و شکایت نکنیم و آنها را پیام آور خود بدانیم که از جانب تو به سوی مان روان شده است که ما را به خودت زنده گرداند و هوشیاری از هوشیاری اولیه خود آگاه شود.

قضا که تیر حوادث به تو همی انداخت
تو را کند به عنایت از آن سپس سپری
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۶

و شکر و سپاس از اتفاقاتی که قضا و قدر برایمان به وجود می‌آورد و ما در برابرشان پذیرش و فضاگشایی می‌کنیم و تسلیم امر تو می‌شویم. چرا که همین فضای گشوده شده باعث می‌شود که به ما توجه بیشتری داشته باشی و تیرهای قضایت به سوی ما اصابت نکند و سپر بلاهایمان گردد.

یکی لحظه از او دوری نباید
کز آن دوری خرابی‌ها فزاید
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۸۲

برای یک لحظه هم که شده نباید از تو جدا بشویم و به من ذهنی‌مان فرصت دخالت کردن بدهیم که به کام دل خود برسد و مرکزمان را با ماجراجویی‌های خود انباشته سازد و خرابی‌های فراوانی را به بار بیاورد.

بی مُرادی شد قلاووز بهشت
حفت الجنه شنو ای خوش سرشت
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷

در اینجا مولانای عزیز مرتب به ما می‌خواهد بفهماند که قضا و کُن و فکان زندگی ما را اداره می‌کند. یعنی این لحظه یک نیروی قضاوت می‌کند و تشخیص می‌دهد و ما زیر نفوذ آن نیرو هستیم این نیرو قضای الهیست. قضا بنا به تعریف در واقع انتخاب و فکر کردن خداوند است و تقدیر و کُن و فکان او می‌گوید که بشو و می‌شود تو این لحظه در زندگی ما اجرا شود. در حالی که خیلی مواقع ما کوشش می‌کنیم که به هدفمان برسیم و هر کاری انجام می‌دهیم نمی‌شود. در این موارد زندگی و خداوند می‌خواهد به ما نشان دهد که اجازه بدهید من کار کنم. و همچنین گاهی اوقات در انتخاب‌های خود موفق نمی‌شویم و خداوند می‌خواهد به ما بفهماند که به من اطمینان کن و نا امید مباش. من باید در مورد تو تصمیم بگیرم. تسلیم شو و فضا گشایی کن این راهنمایی‌ها بهشت خداوند است و ما را راهنمایی و آگاه می‌سازد که دیگر با من ذهنی‌مان تصمیم‌گیری و انتخاب نکنیم.

پس بنابر این خداوند به ما می‌گوید که ای خوش سرشت، و ای کسی که سرشت اصلی‌ات از جنس خداوند است تو این "حُفت الجنه" که بهشت با سختی‌ها آغشته است را بشنو و بفهم که هر کاری با سعی و تلاش و کوشش همراه با پشتکار و تداوم و تکرار و تعهد و هماهنگی به وجود می‌آید. اشاره دارد به حدیث نبوی که بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات. و در پایان وقتی که خرد بی‌منتهای کائنات سرگرم کار است، زندگی شخصی کوچک من زهرا را هم اداره می‌کند.

ای ز غم مُرده که دست از نان تهیست
چون غفور است و رحیم این ترس چیست؟
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷

پر انرژی و سالم بمانید خیلی ممنون، خدا نگهدار شما

-زهرا سلامتی، از زاهدان



خانم زهره از آمل



سلام برنامه شماره ۸۹۵ که چند بیت از مثنوی، در دفتر اول از بیت ۳۲۵۰ تا ۳۲۵۳ آورده شد را به اشتراک دوستان محترم می‌گذارم.
موضوع؛ درد آگاهانه کشیدن

زخم نیش اما چو از هستی تُست
غم قوی باشد نگردد درد سست
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۵۰-

می‌گویند وقتی زخم نیش از هستی یا حس وجودی شما برمی‌خیزد و شما فکر می‌کنید آن هستید، در اینصورت شما می‌خواهید آن را بزرگ جلوه دهید. شما فکر می‌کنید من ذهنی هستم و می‌خواهید این من ذهنی را از طریق تایید و توجه و هم هویت شدن با چیزهای این جهانی که به شما تعلق دارد نیرو صرف کنید خوب چطور دردتان بزرگتر نشود؟ و چطور روز به روز انتظار اینکه درد داشته باشی و شفا هم حاصل شود. اگر شما بخواهید به لحاظ من ذهنی بزرگتر، ولی در عین حال دردهایتان کم شود این کار مقدور نخواهد شد.

مگر اینکه درد آگاهانه را بکشیم. اگر درد نمی‌خواهیم پس با کشیدن درد آگاهانه اجازه دهیم این من‌ذهنی روز به روز آب رود یعنی کوچک شود، از عین آن چیزی که شما اشتباهات فکر می‌کنید آن هستید. در این حالت خوب قطعاً درد می‌آید؛ ولی شما می‌خواهید این را نگه دارید همراه از بین رفتن دردها، ما باید فضای درون را عمیقاً بگشائیم تا خودِ زندگی به کمکمان بیاید.

اگر ما عین من‌ذهنی را نگه داریم؛ پس داریم درد را هم نگه می‌داریم. ما می‌خواهیم یک مرکز درد ساز را نگه داریم، در عین حال انتظار داشته باشیم که با یکسری اقدامات غم و دردمان سست، یعنی کمتر شود.

شرح این سینه بیرون می‌جهد
لیک می‌ترسم که نومیدی دهد
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۵۱

حضرت مولانای جان می‌فرمایند: از سینه من شرح این موضوع دارد مرتبا بیرون می‌جهد؛ می‌خواهم این را بیشتر توضیح دهم و شما خوب متوجه شوید ولی می‌ترسم که بیشتر نومید شوید در ذهن اسیر بمانید. چرا می‌ترسید ناامید شوید؟ زیرا ما فکر می‌کنیم که اگر، عین وجود من درد زاست پس من قادر نیستم از شر این دردها راحت شوم. برای چه نمی‌توانیم از شر من ذهنی خلاص شویم؟ چون ما به دردهای بیرون بسیار امیدوار هستیم. ما همچنان انتظار داریم از روانشناسان، دکترها و فیلسوفان و آدم‌های عاقلی بیایند و دردهایی که ما می‌کشیم را درمان کنند. این دردها شامل حس جدایی، بی‌حوصلگی، حس ترس، خشم و رنجش و کینه، انتقام جویی، حس جنگ، حس اوقات تلخی و نیاز به اوقات تلخی و درد درست کردن است. و جالب اینکه به طور جدی هنوز هم نمی‌خواهیم اینها را از بین ببریم فقط می‌خواهیم این درد نباشد. ولی یکی بیاید زیاد توضیح دهد و بگوید که ای بابا! همه این دردها از ما بر می‌خیزد؛ چون من قلبی دل‌ما را نشسته است و ما هم اصلا قادر نیستیم اینها را از بین ببریم خوب این ممکنه سبب ناامیدی ما شود. اما مولانای جان نوید می‌دهند و می‌گویند شما هرگز ناامید نباشید فقط با فضاگشایی مداوم، اختیار خودت را تماما به دست فریادرس بسپار و به پیش او فریاد بزن.

نی مشو نومید، خود را شاد کن
پیش آن فریادرس، فریاد کن
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۵۲

نا امید مشو...!، برای اینکه زندگی دارد پیوسته روی ما کار می کند. آگاه باش اصل ما شاد نیست پس خودت را شاد نگه دار و به شادی بیکران هستی روی آور و از هر چه غم و عزا و گرفتاری است به دور باش و رها. ما تا به حال اشتباها می رفتیم به پیش چیزهای این جهانی فریاد می کردیم و می دیدیم که هیچکدام از آنها به داد دل غریب ما نرسیده که هیچ... بلکه درد بیشتری هم به ما داده. اما به شکرانه مولانای جان حال آگاه شدیم و دانستیم از این لحظه به بعد فقط تمرکز روی خود گذاشته و فضای درون را عمیقا باز کنیم و تنها به پیش آن فریادرس یعنی خداوند فریاد کنیم که او به داد دل غریب ما می رسد.


کای مُحَبِّ عَفُو، از ما عَفُو کن
 ای طیبِ رَنجِ ناسورِ کُهَن
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۵۳

ای دوست دارنده بخشش، ای که تو دوست داری از گناهان و اشتباهات ما درگذری ما را ببخشی و برای تو مهم نیست که ما تاکنون چه کرده‌ایم. تو فقط طالب دل حقیقی ما هستی که هیچ چیزی در آن نباشد. هم اکنون بر می‌گردیم به سوی تو، و می‌دانیم آغوش تو همیشه برای ما باز بوده است. پس ما را عفو کن که تنها طیب رنج و درد چرکین کهنه من ذهنی ما تو هستی. من در هوشیاری دردی تولید کرده‌ام، زخمی تولید کرده‌ام و این من قلبی مرا بسیار زخم کرده است و من، من مثل تیغ و خاریست که بر بدنم فرو رفته و دورش چرک بسته است چون زیادی با ناآگاهی و غفلت خویش به چیزها چسبیدم و از آدم‌ها و چیزهای بیرون انتظارات زیادی داشتم.

حال رنجش روی رنجش کوبیده شده و چرک کرده است و دائماً درد می‌کند. حال ای طیب ما، ای خدای غفور، می‌دانم شفا بخشی من ذهنی تنها به دست تو شفا می‌یابد. به محض اینکه بگوئیم باش... یعنی فضاگشایی کنیم، من ذهنی درمان می‌شود. به شرط اینکه ما دائماً در بودن این لحظه حاضر و ناظر و آماده باشیم، تسلیم محض باشیم در این صورت آن دوست دارنده ما را مطمئناً عفو خواهد کرد.

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم
رحمتم پر است، بر رحمت تنم


ننگرم عهد بدت، بدهم عطا
از گرم، این دم چو می خوانی مرا
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۳۱۵۹ و ۳۱۶۰

با احترام، زهره از آمل 



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

www.parvizshahbazi.com