



پیغام عشق

قسمت سبب و شصت و چهارم





خانم سمیه



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۸۷۱ گنج حضور، بخش سوم

از حق ان الظن لا یغنی رسید
مرکبِ ظن بر فلک‌ها کی دوید؟

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۴۲

خداوند این پیام را در آیه قرآن به همگان رسانیده است که گمان و ظن، فکرهای من‌ذهنی، نمی‌تواند انسان را به حقیقت، فضای یکتایی برساند و مرکبِ گمان، فکرهای همانیده، کی می‌تواند به آسمان گشوده شده یکتایی راه یابد.

قرآن کریم، سوره یونس - (۱۰) -، آیه ۳۶

«وَمَا يَتَّبِعُ أَكْثَرُهُمْ إِلَّا ظَنًّا إِنَّ الظَّنَّ لَا يُغْنِي مِنَ الْحَقِّ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِمَا يَفْعَلُونَ؛»

«بیشترشان فقط تابع گمانند، و گمان نمی تواند جای حق را بگیرد. هر آینه خدا به کاری که می کنند آگاه است.»
انسانها در من ذهنی بجای عدم کردن مرکز، تابع فکرهای خود و باورپرست هستند، ولی فکر نمی تواند جای خداوند را بگیرد.

قومی که بر بُراق بصیرت سفر کنند
بی ابر و بی غبار در آن مه نظر کنند

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۶۲

-بُراق: اسب تندرو؛ مَرگَبِ هوشیاری؛ مَرگَبی که پیامبر در شب معراج بر آن سوار شد.

انسان‌هایی که با فضاگشایی روی ذات حقیقی خود قائم شده، با مرکب بینش حضور و مرکز عدم، سفر می‌کنند (از آن آگاه می‌شوند و حرکت می‌کنند) بدون ابر و غبار دردها و همانیدگی‌ها به روی ماه خداوند نظر می‌کنند و با او یکی می‌شوند.

در دانه‌های شهوتی آتش زنند زود
وز دام‌گاهِ صعب به یک تک عبّر کنند

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۶۲

-صعب: سخت و دشوار
-تک: تاختن؛ دویدن؛ حمله
-عبّر کردن: عبور کردن و گذشتن

انسان‌های فضاگشا، خیلی زود به دانه‌های شهوت، همانیدگی‌ها، آتش می‌زنند؛ یعنی با حضور ناظر و شناسایی آنها را می‌اندازند و از این دام‌گاه مشکل، فضای ذهن و همانیدگی‌ها، با یک حمله، گذر می‌کنند یعنی با فضاکشایی و تسلیم در برابر اتفاقات مرکز را عدم می‌کنند.

آن بلیس بی تبش مهلت همی خواهد ازو
مهلتی دادش که او را بعد فردا می کشد

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۲۸—

—بلیس: مخفف ابلیس؛ به معنی شیطان

آن ابلیس، من ذهنی، که فضا را باز نکرده، بدون تابش عشق و نور زندگی ست، از خداوند برای نگه داشتن همانیدگی‌ها و زنده نشدن به او مهلت می خواهد.

«مهلتی دادش که او را بعد فردا می کشد»، خداوند به او مهلت داد که او را فردا، لحظه بعد، می کشد؛ به عبارت دیگر همانیدگی‌ها و من ذهنی آفل و از بین رفتنی هستند، اگر با پریدن از فکری به فکر دیگر در ذهن زمان ایجاد کرده، مردن به من ذهنی را عقب بیندازیم، فقط درد بیشتری ایجاد می کنیم و بالاخره خداوند من ذهنی ما را خواهد کشت.

آن چه حق است أَقْرَبُ از حَبْلُ الْوَرِيدِ
تو فگنده تیرِ فکرت را بعید

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۳-

آن کسی که از رگ گردن انسان به او نزدیک تر است او همان حضرت حق یعنی خداوند است. اما تا بحال کار تو این بوده است که تیر اندیشه‌ات را به مسافت‌های دوردست پرتاب کنی یعنی برای پیدا کردن خداوند، بسیار عمیق فکر می‌کنی؛ درحالی که خداوند از هر چیزی به تو نزدیک تر و اصل توست.

قرآن کریم، سوره ق- (۵۰)-، آیه ۱۶

-«وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلِمُ مَا تُوسْوَسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ؛»
«ما آدمی را آفریده‌ایم و از وسوسه‌های نَفْسِ او آگاه هستیم، زیرا از رگ گردنش به او نزدیک‌تریم.»

ای کمان و تیرها بر ساخته
صید نزدیک و تو دور انداخته

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۴-

ای کسی که کمان و تیرهای فکر و باور را فراهم آورده‌ای، روش‌ها و مکتب‌های مختلف را آزمایش کرده می‌خواهی از طریق من ذهنی خداوند را پیدا کنی، شکار یعنی خداوند نزدیک تو و اصل توست، اما تو تیر فکرها را به دور دست، در فضای ذهن همانیده پرتاب می‌کنی، در آنها گم می‌شوی و فضا را باز نمی‌کنی که با خدا یکی شوی.

هر که دور انداز تر، او دور تر
وز چنین گنج است او مهجور تر

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۵-

هر کس تیر اندیشه و تعقل خود را دور تر پرتاب کرده، پشت سر هم بدون فضاگشایی فکر کند، مسلماً از گنج حقیقت وجود خویش، گنج حضور، زنده شدن به خدا، منطبق شدن هشیاری بر هشیاری دور تر می شود.

فلسفی خود را از اندیشه بگشت
گو: بدو، کوراست سوی گنج، پشت

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۶-

من ذهنی خود را به وسیله تفکرات زائد تباه کرده است و فکر می کند می تواند با ذهن به خدا برسد. به او بگو، با شتاب بدو که وقتی می دوی یعنی پشت سرهم و تندتند فکر می کنی به گنج حقیقت، گنج حضور، پشت کرده ای.

گو: بدو، چندان که افزون می‌دود
از مرادِ دل جدا تر می‌شود

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۷

به من ذهنی بگو بدو، یعنی تندتر فکر کن؛ چرا که هر چه تندتر و بیشتر بدود، فکر کند، از مراد و مقصود دل که گنج حضور است، جدا و دورتر می‌شود.

ما با فکر کردن جدی و شدید به زندگی، زنده نخواهیم شد تنها راه ما تسلیم، فضاگشایی و عدم مقاومت در برابر اتفاق این لحظه است.

جاهدُوا فینا بگفت آن شه‌ریار
جاهدُوا عَنَّا نگفت ای بی‌قرار

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۸

زیرا ای من‌ذهنی پریشان‌حال، خداوند در قرآن کریم فرمود: در راه ما مجاهده کنند و هرگز نفرمود در طریق دور شدن از ما بکوشند. به‌عبارت دیگر با فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه کار و کوشش ما در مرکز عدم، در راه خدا بوده و با فضا‌بندی، کوشش ما در فضای ذهن در راه دور شدن از خداست.

قرآن کریم، سوره عنکبوت - (۲۹) - آیه ۶۹

«وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ»

کسانی را که در راه ما مجاهدت کنند، [تسلیم شده، فضاگشایی می کنند] به راه‌های خویش هدایتشان می کنیم و خدا با نیکوکاران است. نیکوکاران کسانی هستند که در این لحظه فضا را باز کرده، خرد زندگی به فکر و عمل‌شان می‌ریزد.

دیده سیر است مرا، چنان دلیر است مرا
زهره شیر است مرا، زهره تابنده شدم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۳

من نیازمند و گدای جهان بودم اما اکنون چشمم سیر و جانم دلیر است، می دانم همانیدگی ها جان من نیستند و از کم و زیاد شدن آنها نمی ترسم؛ جرأت و قدرت شیر را دارم، می توانم همانیدگی هایم را شناسایی کرده بیندازم و با باز کردن فضای درون، مثل زهره که خدای شادی است، از برکت، عشق، لطافت و نیروی وحدت بخش زندگی برخوردار شده و آن را در جهان، پخش کنم.

سهل شیری دان که صفاها بشکند
شیر آن است آن که خود را بشکند

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۹

آن شیری که در جنگ، صفوف دشمن را در هم می‌شکند و حریف را شکست می‌دهد، کارش را آسان بدان؛ شیر حقیقی آن شیری است که من‌ذهنی خود را درهم شکند، همانیدگی‌هایش را شناسایی کرده بیندازد و اشتباهاتش را جبران کرده خود را از زندان ذهن برهاند.

هر که را هست از هوس‌ها جان پاک
زود بیند حضرت و ایوان پاک

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۹۶

هر کسی که جان و روانش را از هوس‌های دنیوی و همانیدگی‌ها پاک کند؛ او بی‌درنگ ایوان پاک الهی، فضای یکتایی، را مشاهده می‌کند. یعنی با خدا یکی شده و جهان را با چشم او تماشا می‌کند.

چون رفیقی وسوسه‌ی بدخواه را
کی بدانی تم وجه‌الله را؟

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۹۸

ای کسی که در من ذهنی چشم دلت از موهای زائد هوی و هوس یعنی همانیدگی‌ها پاک نشده است، چون همراه وسوسه‌های شیطان بدخواه، من ذهنی هستی، کی بدین حقیقت واقف خواهی شد که اگر مرکز انسان با فضاگشایی، عدم شود به‌هرجا که رود، ذات خداوند در آنجا متجلی است، یعنی خودش از جنس زندگی می‌شود و آن یک زندگی را در همه چیز و همه کس می‌بیند.

تَرک کن این جبر را که بس تهی ست
تا بدانی سرِ سرِ جبر چیست

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۷

ای من ذهنی جبری، عقیده تو خالی و بی اساس ذهنی ات را در مورد جبر، رها کن؛ احوال بد، تنبلی، همانیدگی و دردهایت را به گردن دیگران نینداز، چرا که علت دردهایت عقل من ذهنی ات است.

تو به عنوان انسان اختیار داری و می توانی با فضاگشایی و عدم کردن مرکز از کنترل فکر و درد رها شوی تا راز حقیقی جبر را دریابی و آگاه شوی که جبر را ذات من ذهنی به وجود می آورد و راز آن این است که با شناسایی و انداختن همانیدگی ها و خارج شدن از ذهن می توانی به خداوند زنده شوی.

تَرَک کن این جبرِ جمعِ مَنبَلان
تا خبرِ یابی از آن جبرِ چو جان

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۳۱۸۸
-منبل: تنبل؛ کاهل؛ بی کار

جبر گروه تنبلان، من‌های ذهنی، که روی خود کار نمی‌کنند و نمی‌خواهند عوض شوند را رها کن؛ تا با فضاگشایی از آن جبری که هم‌چون جان عزیز و گران‌قدر است یعنی بیرون آمدن از ذهن و تبدیل شدن به خدا آگاهی پیدا کنی.

تَرک معشوقی کُن و، کُن عاشقی
ای گمان برده که خوب و فایقی

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۳۱۸۹-

-فایق: چیره؛ مسلط؛ برتر.

ای کسی که در فکرهایت تصور می کنی خوب، برتر، زیبا و پیروز هستی؛ تصویر ذهنی کامل از خودت درست نکن تا دیگران تو را بپرستند و ستایش کنند، معشوق بودن خود را رها کن و عاشقی باش که من ذهنی نداشته فضا را باز می کند.

ای که در معنی ز شب خامش تری
گفت خود را چند جویی مشتری؟

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۳۱۹۰

ای کسی که براساس مرکز مادی و دردهایت حرکت کرده، برحسب باطن یعنی زنده بودن به خرد، شادی، حس امنیت، هدایت و قدرت زندگی از شب خاموش و تاریک تر هستی، تا کی می خواهی برای دانش، رفتار، معلومات و سخنان ذهنی ات خواهان پیدا کنی؟

ز آن که می بافی، همه ساله بپوش
ز آن که می کاری، همه ساله بنوش

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۱

آن چیزی که همه ساله با من ذهنی می بافی یعنی لباس درد را بپوش و آنچه با من ذهنی می کاری یعنی میوه و ثمره درد و همانیدگی را بنوش.

فعلِ توست این غصه‌های دم‌به‌دم
این بود معنی قد جَفَّ الْقَلَمُ

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

غصه‌های دم‌به‌دم نتیجه اعمال خود توست. هر لحظه انعکاس مرکز همانیده تو به صورت درد در بیرون منعکس می‌شود و این معنی قد جَفَّ الْقَلَمُ (خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی) می‌باشد؛ یعنی خدا مطابق با شایستگی شما حال و وضعیت این لحظه شما را تعیین می‌کند و مرکزتان در بیرون منعکس می‌شود.

حدیث

- «جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ؛»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

بر سرِ اُغیار چون شمشیر باش
هین مکن روباه‌بازی، شیر باش

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۵

نسبت به من‌های ذهنی و همانیدگی‌ها، همانند شمشیر، قاطع و بُران باش یعنی با شناسایی و حضور ناظر آنها را بینداز.

ای انسانی که می‌خواهی من‌ذهنی‌ات را انداخته مرکزت را عدم کنی، در این کار هم‌چون شیر شجاع، صادق باش و روباه‌بازی نکن یعنی به من‌ذهنی خودت و دیگران رحم نکرده، تسلیم آنها نشو.

تا ز غیرت از تو یاران نسُکُند
ز آن که آن خاران، عدو این گل آند

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۶

—سُکُیدن: پاره کردن؛ بریدن

تا یارانت که به حضور زنده‌اند و یا عارفان، از تو جدا نشوند. قانون غیرت اجازه نمی‌دهد انسانی که به زندگی زنده است با من ذهنی هم‌نشین باشد، زیرا خار من ذهنی دشمن گل حضور است.

آتش اندر زن به گرگان چون سپند
زان که آن گرگان، عدو یوسف اند

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷

تو به همانیدگی‌های مرکز آتش بزنی، درست مانند اسپندی که در آتش می‌ریزی، زیرا آن گرگان
(همانیدگی‌ها) دشمنان یوسف حضور هستند.

در ترازو، جو رفیق زر شده‌ست
نی از آن که جو چو زر، گوهر شده‌ست

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۲۰

در ترازو برای وزن کردن، «جو» در یک کفه همراه زر، طلای باارزش و گران‌بها است، اما این همراهی دلیل بر
آن نمی‌شود که «جو» ارزشی همانند زر، طلا دارد. به عبارت دیگر ممکن است در درون شما هشیاری نظر، حضور
و من‌ذهنی وجود داشته باشد ولی این دو شبیه و هم‌ارزش نیستند.

روح، قالب را کُنون همراه شده‌ست
مدتی سگ، حارسِ درگاه شده‌ست

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۲۱

روح، هشیاری که امتداد خداست در انسان همراه تن، من ذهنی شده است، همان طور که مدتی نیز سگ اصحاب
کهف نگهبان درگاه شده بود، یعنی من ذهنی، نگهبان درگاه روح، هشیاری است ولی این همراهی دلیل بر این
نیست که من ذهنی با روح، هشیاری و خدائیت برابر و یکسان است.

پس بنه بر جای هر دم را عوض
تا زِ وَاَسْجَدِ وَاَقْتَرِبْ يَابِي غَرَضِ

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۷

ای انسان، این لحظه در حال گذر است؛ بنابراین به جای هر لحظه از عمرت که می گذرد از سجده و تسلیم شدن به خدا عوض و جایگزینی برایش بگذار، این لحظه تسلیم شو، فضا را باز کن تا به مقصود اصلی زندگی که همان زنده شدن به خداست بررسی و به او زنده شوی.

قرآن کریم، سوره علق- (۹۶)-، آیه ۱۹

«كَلَّا لَا تُطَعُّهُ وَاسْجُدْ وَاقْتَرِبْ»-

«نه، هرگز، از او پیروی مکن و سجده کن و به خدا نزدیک شو.»

هرچیزی که با من ذهنی می بینی درست نیست پس به دستور او گوش نده، فضا را باز کرده تسلیم شو تا با خدا یکی شوی.

سعد دیدی، شکر کن، ایثار کن
 نحس دیدی، صدقه و استغفار کن

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۷۸۵

اگر ستاره سعد را دیدی، با فضاگشایی، مرکزت عدم شد، افکار مثبت و سازنده‌ای به ذهنت خطور کرد، خدا را شکر کن و با از خودگذشتگی، بخشش و ارتعاش، دیگران را نیز از آن اندیشه مرکز عدم بهره‌مند کن و اگر ستاره نحس را دیدی یعنی مرکزت از جنس جسم، من‌ذهنی و دردهای آن شده، افکار منفی و ویرانگر به سراغت آمد، مسئولیت اشتباهات را به‌عهده بگیر؛ با پرهیز همانیدگی‌ها را شناسایی کرده بپرداز، توبه کن، صدقه بده، از خداوند آمرزش بخواه و دوباره با فضاگشایی مرکزت را عدم کن.

ما کی ایم این را؟ بیا ای شاه من
طالع مقبل کن و، چرخ بزن

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۷۸۶

ما چه کسی هستیم که قادر باشیم اندیشه‌های نیک داشته باشیم. ای شاه من، ای زندگی، تو بیا طالع را سعد و خوش اقبال فرما (طالع نحس و سعد از توست) تو بیا چرخ بزن، خودت را بگردان و طالع نحس من ذهنی را به طالع سعد فضای گشوده شده مبدل گردان.

روح را تابان کن از انوار ماه
که ز آسیب دُنب، جان شد سیاه

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۷۸۷

روحم را از انوار ماه رخسارت، روشن فرما یعنی نورت را به عنوان خورشید به من بینداز تا مرکز من با
فضاگشایی آن را منعکس کند؛ چراکه روحم از برخورد با انرژی بد من ذهنی تیره و مکدر می شود.

از خیال و وهم و ظن، بازش رهان
از چه و جور رسن، بازش رهان

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۷۸۸

روح مرا از اسارت خیالات همانیده، اوهام و گمان‌های بی‌اساس من ذهنی رهایی بخش. و از چاه همانیدگی‌ها، اسباب‌های ذهنی، بندها، وابستگی‌ها و جور و جفای طناب‌های ذهنی که به‌جای رها کردنم از چاه ذهن، بیشتر مرا در آنجا حبس می‌کنند نجات ده.

-با تشکر، سمیه



خانم افسانه از اصفهان



با درود خدمت جناب شهبازی و عزیزان گنج حضور
غزل ۱۳۰۳، برنامه ۸۷۱

یار در آخر زمان کرد طرب سازی
باطن او جدِ جد، ظاهر او بازی

وقتی از گذشته و آینده جمع شدیم و در این لحظه ابدی که فقط ما هستیم و خدا، مستقر شدیم شادی بی سبب
از درون ما می جوشد.

وقتی در برابر هر وضعیتی تسلیم می شویم، فضا را باز می کنیم تا مرکز عدم شود در این فضا ما هستیم و خدا،
طرب در درون ما می جوشد و این آخرالزمان یعنی زنده شدن ما به اصلمان است؛ چرا که تنها درون جدی است
و هر چه در بیرون است و ذهن می بیند و فکر می کند بازی است.

این جهان بازی گه است و مرگ، شب
باز گردی کیسه خالی پر تعب

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۰۰

درست است که باید در جهان، کسب و کار داشته باشیم تا از طریق آن کسب درآمد کنیم برای زنده ماندن ولی اینها را باید مثل بازی بچه ها جدی نگیریم تا بعد از هفتاد سال زندگی نگوییم، من که زندگی نکردم چون حواسمان مدام به بازی های جهان بود و یادمان نبود که یک وجه معنوی داریم که باید به آن پردازیم.

ترکش عمرش تهی شد عمر رفت
از دویدن در شکار سایه تفت

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۲۱

نه تنها درون را جدی نگرفتیم بلکه با جدی گرفتن ظاهرهای جهان، بیشتر روی اصلمان را پوشاندیم و کار را طولانی تر کردیم. یاد نگرفتیم و از جمع تقلید کردیم. علت اینکه طرب خدا در ما نمی جوشد چون عقل من ذهنی داریم و با ابزارهای من ذهنی کار می کنیم. در راه معنوی حتماً باید راهنمایی مثل مولانا داشته باشیم چون بزرگان راههای زنده شدن به خدا را طی کرده اند و به نتیجه رسیدند.

مولانا می فرماید: در حرکت باش یعنی حواست روی خودت باشد، ناظر باش، تسلیم باش، فضاگشایی کن، همانیدگی ها را شناسایی کن، بینداز و درد هشیارانہ آن را بکش تا مانند آب روان گرم باشی، خرد زندگی از تو عبور کند، طرب زندگی بجوشد، خلاق شوی، چهار بعدت سلامت شود؛ خلاصه، زندگی درون و بیرون روی غلطک بیفتد. انسان من ذهنی یخ زده است فکر و عملش به ضررش است. مانع، مسئله، دشمن بینی دارد، مانند نقش روی دیوار حمام هر چند زیبا باشد ولی بی جان است.

مولانا می‌فرماید: باید مانند اسب تیزرو باشی که به صف همانیدگی‌ها بتازی، اسب تیزرو همان فضاگشایی ما است. هر لحظه خدا ما را امتحان می‌کند که چه کسی فضاگشایی و چه کسی فضابندی می‌کند.

در جایی دیگر مولانا می‌فرماید: مانند شیر حمله کن به همانیدگی‌ها، آنها را بینداز و نترس، مانند آینه‌ای باش که عیب‌ها را نشان می‌دهد و برطرف می‌کند.

درست است که من‌ذهنی و هوشیاری حضور در ما وجود دارد ولی در این میان من‌ذهنی نباید باشد چون هم سطح هوشیاری حضور نیست و در کار هوشیاری هم اخلال به‌وجود می‌آورد.

تنها عشق اصل است که زنده شدن به خداست و این زنده شدن چنان باید عمیق باشد که هر اتفاقی می‌افتد این ناظر، تکان نخورد تا هوشیاری و تن ما به شادی ارتعاش کند و چه انسان خوشبختی که ناظر مرکزش است، همانیدگی‌ها را می‌بیند و در تلاش است که آنها را از مرکز خارج کند و می‌داند در این راه باید درد هوشیارانه بکشد و نمی‌ترسد تا به جایی برسد که هیچ همانیدگی در مرکزش نماند.

من نمی گویم مرا هدیه دهید
بلکه گفتم لایق هدیه شوید

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۷۴

راهی پر از بلاست ولی عشق پیشواست

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۱۳

با سپاس فراوان: افسانه، اصفهان



خانم زهرا از مشهد



با سلام و آرزوی سلامتی برای آقای شهبازی و عزیزان گنج حضور

به اشتراک گذاشتن تجربه‌های عملی از پیامهای آموزنده و کاربردی آقای شهبازی، با استفاده از ابیات مولانای جان در مورد بی‌قضاوتی و بی‌مقاومتی.

در هفته‌های اخیر تمام تلاشم را در این دو مورد به کار گرفتم و با کمک زندگی و ناظر بودن بر ذهنم، خدا را شکر در بسیاری از موارد موفق بودم.

بی‌واکنشی و وادار نکردن دیگران به واکنش را از اعضای خانواده، همسر و فرزندانم، شروع کرده و در بقیه موارد در برخورد با دیگران نیز به صورت عملی آن را پیاده کردم، البته که باید لحظه به لحظه آگاه و بیدار بر ذهنم می‌بودم و این کار آسانی نبود و درد هوشیارانه می‌کشیدم، باید درسهایی را که از این برنامه انسان‌ساز و ابیات مولانای جان آموخته‌ام، عملاً در زندگی پیاده کنم.

ابیات کمک کننده:

گر مراقب باشی و بیدار تو
بینی هر دم پاسخ کردار تو

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

چون مراقب باشی و گیری رسن
حاجتت ناید قیامت آمدن

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۱

با گروهی همراه بودم، یک درگیری به وجود آمد، تقریباً بیشتر افراد گروه با من ذهنی‌شان، واکنشهای شدید از خود نشان داده و خودشان را حق به جانب گرفته و گفتند باید با نشان دادن این عکس‌العملها آن نفر دیگر را سر جایش بنشانیم و این حق ماست.

در آن موقع من که با آموزه‌های آقای شهبازی بی‌واکنشی را تمرین می‌کردم، خوشبختانه توانستم با ناظر بودن بر من ذهنیم خودم را از جمع دور نگه‌داشته و با آرامش کامل، تحت تأثیر آنها قرار نگیرم و با خواندن این ابیات اجازه ندادم من ذهنیم از آنها خوب دزدد؛ انصتوا را رعایت کرده، فضاگشایی کرده و تسلیم بودم.

از قرین بی قول و گفت گوی او
خو بدزد دل نهان از خوی او

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶

انصتوا را گوش کن خاموش باش
چون زبان حق نگشتی گوش باش

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

لیک مقصود ازل، تسلیم توست
ای مسلمان بایدت تسلیم جست

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۷

در این بحر، در این بحر، همه چیز بگنجد
مترسید، مترسید، گریبان مدرانید

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۷

تمرین عملی دیگر در مورد قضاوت نکردن:

من ذهنیم در این مورد شرطی شدگی‌های زیادی دارد و متأسفانه به صورت یک عادت درآمده که با دیدن هر شخص یا در ارتباط‌های روزمره، قضاوت کرده و خیلی وقتها من ذهنیم خودش را حق به جانب گرفته و می‌گوید این قضاوت و ایرادگیری از دیگران خیرخواهانه است در حالی که این‌گونه نیست و به فرمایش آقای شهبازی، اگر بتوانم فقط ناظر و بیننده باشم و خوب و بد نکرده و قضاوت نکنم، کمک بزرگی به خودم کرده‌ام.

روی این مورد نیز با تمرکز و آگاهی بیشتر تمرین عملی کرده و به محض این که من ذهنیم می‌خواهد قضاوت کند با نگاه کردن به او می‌گویم دیگر نمی‌خواهم همراهت باشم و قضاوت کنم، بسیار سخت است و درد دارد ولی خودم را متعهد به اجرای آن کرده‌ام و حاضرم درد هشیاران به کشم و یقین دارم زندگی هم یاور من است.

جز خضوع و بندگی و اضطرار
اندرین حضرت ندارد اعتبار

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳

با احترام، زهرا از مشهد



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود

