



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هفتصد و شصت و چهارم





خانم مریم از کانادا



کفی بالله

تو مراقب شو و آگه، گه و بی گاه که ناگه
 مَثَل کُحَل عَزِيزِي شه ما در بصر آید
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۲

مولانا در غزل ۷۶۲ از دیوان شمس تمام تصورات ذهن را در خصوص اینکه چه موقع و چطور به حضور خواهی رسید، زیر سوال می برد و ما را از این حيله ذهن آگاه می سازد. او تاکید می کند که فقط مراقب باش. اما مراقب چه باشیم؟

اگر می خواهی هوشیاری ات کفن ذهن را بدرد و از گور ذهن خارج شود، باید مراقب لحظه به لحظه هوشیاری ات باشی. باید مراقب بود تا ذهن هر لحظه هوشیاری ات را به تله نیندازد. ناخن زهر آلودش را به دامن یوسفیت تو نکشد. حضرت مولانا در مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱ راه حل را به ما نشان می دهد. آقای شهبازی بارها فرموده اند که باید زمانی که حالت خوب است، روی خودت کار کنی تا در مواقع چالش بتوانی به جای فتوی گرفتن از ذهن و یا بیرون از قلبت فتوی بگیری.

جناب مولانا می فرماید:

شرع بهر دفع شر رایبی زند
دیو را در شیشه حجت کند
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱

برای مراقب بودن، هر لحظه باید دیو ذهن را در شیشه دلیل و برهان قرار داد، یعنی تحت کنترل قرار دهیم، قوانینی را برایش در نظر بگیریم تا عملکردمان با تکرار و تمرین در دامنه این قوانین قرار بگیرد. اما این بدان معنی نیست که ذهن، کلب معلم شود و ما ذهنِ قلبی را به عنوان هوشیاری به همگان عرضه کنیم. تا زمانی که پرهای هوشیاری مان قوی نشده است ما به این قوانین نیازمندیم و برای اجرای این قوانین در هر لحظه نیاز به مرکز عدم به کمک نیروی تقوی داریم. اتقوا یعنی هر لحظه مراقب باش تا زندگی را پر زندگی کنی و مسئله ایجاد نکنی.

۴۶ سال در طول عمرم قبل از آشنایی با گنج حضور را در ذهنم حمایت و پیروی کردم، تمام کوشش‌م را می‌کردم تا ذهن را خوشحال و راضی نگاه دارم. حالا در طول ۴ سال آشنایی با گنج حضور تغییرات زیادی در دید و عملکرد من صورت گرفته است اما هنوز بسیاری از شرطی‌شدگی‌های ذهنم از بین نرفته‌اند. برای از دست دادن این شرطی‌شدگی و یا راندنشان به حاشیه نیازمند اجرای قانون اساسی هستم.

۱- مقاومت ممنوع

در حقیقت هر عدو داروی توست
 کیمیا و نافع و دلجوی توست
 -مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۴

که ازو اندر گریزی در خلا
 استعانت جویی از لطف خدا
 -مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۵

در حقیقت دوستان دشمنند
 که ز حضرت دور و مشغولت کنند
 -مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۶-

مقاومت یعنی ذهن من با هر اتفاقی چه در بیرون یا فضای ذهن کار دارد و از آن زندگی می‌خواهد. در حالیکه جناب مولانا می‌فرماید: هر دشمن و هر اتفاق بد داروی توست و کیمیایی است که مس تو را به طلا تبدیل می‌کند یعنی به پروسه آزاد شدن هوشیاری از ذهن کمک می‌کند. اما چگونه؟ با فضاگشایی. زمانی که اتفاق دردناکی می‌افتد یعنی اتفاقی که ذهن آن را بد می‌داند و تو فضاگشایی می‌کنی و اتفاق را می‌پذیری، یعنی تو از دست همانیدگی به مرکز عدم فرار می‌کنی و از لطف پروردگار کمک می‌طلبی. به زندگی اقرار می‌کنی که من به تو نیازمندم. آقای شهبازی فرمودند هر چیزی که ذهنم نشان می‌دهد، من را عصبانی نمی‌کند و برای من کافی هست، در نتیجه من قانع هستم.

۲- قضاوت ممنوع

ذهن من چیزی نمی‌داند، پس نباید هیچ موقعیت یا فردی را قضاوت کنیم.

هر که درآید که منم، بر سر شاخش بزنم
کاین حرم عشق بود، ای حیوان، نیست اغل
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۳۵

در مقابل هر اتفاق، گفتار، رفتار افراد چه در خانه یا محل کار باید فضا را باز کنیم. یعنی به آنچه ذهنم قضاوت می‌کند، واکنش نشان نمی‌دهم، بلکه عمل و رفتار من بر اساس فضای گشوده شده باشد. اینجا فضای یکتایی است نه طویله که من با حس‌های پنجگانه‌ام قضاوت کنم.

پنبه اندر گوش حسِ دُون کنید
بند حس از چشمِ خود بیرون کنید
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۶

پنبهٔ آن گوش سر، گوش سر است
تا نگردد این کر، آن باطن، کر است
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۷

بی حس و بی گوش و بی فکر ت شوید
تا خطاب ارجعی را بشنوید
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸

۳- شکایت ممنوع.

اصل رضایت است. شکایت و رضایت دو روی یک سکه هستند. اگر شاکی باشیم در مثلث همانیدگی می‌افتیم و اگر راضی باشیم در مثلث واهمانش قرار می‌گیریم. از هیچ موقعیت، فرد و هیچ ذره‌ای نباید شکایت داشته باشیم. شکایت جفای زندگی را همراه دارد.

لذت بی‌کرانه‌ایست عشق شدست نام او
قاعده خود شکایتست و نه جفا چرا بود
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

رضایت باران رحمت پروردگار را به همراه دارد

هزار ابر عنایت بر آسمان رضاست
اگر بیارم، از آن ابر بر سرت بارم
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

۴- اقرار و اعتراف به زندگی که من همانیده هستم و کمک طلبیدن از زندگی برای خم کردن من ذهنی‌ام. ملامت کردن خود و دیگران ممنوع. اگر اشتباه کردم خودم را ملامت نمی‌کنم، بلکه فوراً به اشتباهم اعتراف می‌کنم و می‌دانم که برگشت من به لحظه و اقرار اشتباهم یعنی گذر از باب صغیر و ملامت کردن خود که ابزار من ذهنی است یعنی ناز کردن به زندگی که تو نمی‌دانی چه چیزی برای من بهتر است.

۵- رنجش و توقع ممنوع
 ذهن من به این دلیل از اعمال و رفتار اطرافیانش می‌رنجد که از آنها زندگی می‌خواهد و به اصطلاح توقع دارد؛ این کلمه توقع و رنجش را در ذهنم باید کم‌رنگ و سپس پاک‌کنم. چون سبب مانع‌سازی و مسئله‌سازی و دشمن‌سازی می‌شود و من را در مثلث همانیدگی و قضاوت و مقاومت می‌اندازد، اینگونه است که ذهن می‌رنجد؛ اما من ذهنم نیستم.

عمر رفت و تو منی داری هنوز
راه بر ناایمنی داری هنوز
-عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۴۱۳

زخم کاید بر منی آید همه
تا تو می رنجی منی داری هنوز
-عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۴۱۳

صد منی می زاید از تو هر نفس
وی عجب آبستنی داری هنوز
-عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۴۱۳

۶- حسادت، مقایسه ممنوع

حسادت مهمترین هیجان ذهن بعد از ترس است. خودم را با کسی مقایسه نمی‌کنم، چون هر انسانی بی نظیر است و نمی‌شود با دیگری مقایسه شود. مقایسه حس حسادت و خود کم بینی و یا حس خود برتر بینی ایجاد می‌کند. می‌دانم که نقایصی دارم و از زندگی می‌خواهم این نقایص را در آینه‌اش به من بنمایاند تا بتوانم با کار کردن روی خود به تدریج با تمرین و تکرار آنها را محو کنم.

تو به هر صورت که آیی بیستی
 که، منم این، والله آن تو نیستی
 -مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴

این تو کی باشی؟ که تو آن اوحدی
که خوش و زیبا و سرمست خودی
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۶

خواجه تو عارف بدهای، نوبت دولت زدهای
کامل جان آمدهای، دست به استاد مده
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۴

بنگر صنعت خوبش، بشنو وحی قلوبش
همگی نورِ نظر شو، همه ذوق از نظر آید
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۲

من می دانم که صنعت تبدیل زندگی بدون ایراد است و من را به سوی خودش می کشاند، پس برای اینکه ذوق و خلاقیت در من ایجاد شود باید خاموش باشم تا او در ذهن و قلب من حکاکی نماید.

۷- خبر و سنی کردن دیگران ممنوع
 وقتی دیگران را نصیحت می‌کنم، پندار کمال در من بالا می‌آید و از اصل خودم دور می‌شوم. وظیفه من تنها
 تمرکز روی خودم هست. زندگی روی دیگران هم کار می‌کند اما به طریقی دیگر که فقط خودش می‌داند.

تا کُنی مَر غیر را حَبَر و سَنی
 خویش را بَدخو و خالی می‌کُنی
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

مُتَّصِلِ چوَن شُد دَلت با آن عَدَن
 هینِ بَگو، مَهْرَاسِ از خالی شُدَن
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۷

۱- خشمگین شدن و واکنش نشان دادن به طرف مقابل ممنوع حتی اگر ذهن فکر می کند که حق با اوست نباید گولش را بخوریم. اجازه دهیم که فضا را ببندد، مگر با فضای گشوده شده صحبت کنیم.

خشم خود بشکن، تو مشکن تیر را
چشم خشمت خون شمارد شیر را
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۷

بوسه ده بر تیر و پیش شاه بر
تیر خون آلود از خون تو تر
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۸

مطمئن باش در این حالت خداوند یکی از همانیدگی های تو را که در مرکزت قرار دارد نشانه گرفته است، و الا تو اینقدر عصبانی نمی شوی؛ پس به جای خشمگین شدن باید از زندگی تشکر کرد که این همانیدگی را به من نشان داده است.

۹- ناامید شدن ممنوع

صبر و تلاش در جهت تغییر خود با تکرار تعهد و تحمل درد هوشیارانه و آگاهی به این نکته ارزشمند که من نمی‌دانم این تغییرات چقدر زمان می‌برد و فقط مهم کار کردن بر روی خود بطور مداوم و متعهدانه است و تا جبهه ذهن را نشکافم به آرامش نخواهم رسید.

یسر با عسر است، هین آیس مباحث

راه داری زین ملمات اندر معاش

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۱

روح خواهی، جبهه بشکاف ای پسر

تا از آن صفوت بر آری زود سر

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲

هست صوفی آنکه شد صفوت طلب
نه از لباس صوف و خیاطی و دب
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۳

پرده‌های دیده را داروی صبر
هم بسوزد هم بسازد شرح صدر
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۱

۱۰- پنهان پری کردن

بود عَبْدُالْغَوْتِ هم جنس پری
چون پری، نه سال در پنهان پری
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۷۴

من می دانم که اطرافیانم همه من ذهنی دارند و من هم هنوز نتوانسته‌ام من ذهنی‌ام را تحت کنترل هوشیاری‌ام در بیاورم. و زمان‌هایی من ذهنی خرابکاری می‌کند و من باید تنها این راه را بروم و در خفا حرکت کنم، چون معنویت و عرفان برای شخصی که بسیار نزدیک به من است معنایی ندارد و چه بسا از اینکه من روی خودم کار می‌کنم زیاد رضایت ندارد، البته که تغییرات من به طور پنهانی روی او هم تاثیر گذاشته است.

۱۱- ترس و عجله ممنوع

ترس و عجله با هم می‌آیند، وقتی می‌ترسم، ذهن من تند و تند فکر می‌کند و در کار عجله می‌کند و سپس خرابکاری می‌کند.

ترس و نومیدیت دان آواز غول
می‌کشد گوش تو تا قعر سفول

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷

هر ندایی که تو را بالا کشید
آن ندا می‌دان که از بالا رسید
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸

هر ندایی که تو را حرص آورد
بانگ گرگی دان که او مردم درَد
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹

من از عهده هر کاری با مرکز عدم بر می‌آیم، پس باید مرکز را عدم کنم تا بتوانم از عهده تغییرات و چالش‌های جدید برآیم.

۱۲- شکر - شکر

زانکه شاگر را، زیادت وعده است
 آنچنانکه قُرب، مُزد سجده است
 -مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۰-

ذهن فکر می کند که اگر همه چیز و همه تغییرات مطابق پارک او انجام بگیرد، باید شکر کند. اما من خدا را شاگر هستم که با انداختن من در چالش‌ها سرگین ته جویم را به من نشان می‌دهد.

هیچ گس را مکر و فن سودی نکرد
 پیش بازیهای مکار قضا
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۸-

این قضا را دوستان خدمت کنند
 جان کنند از صدق ایثار قضا
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۸

خدا را شاکر هستم که در راه من جناب مولانا و آقای شهبازی نازنین و مهربان را قرار داد که پرده از روی چشم
 هایم تا حدودی برداشته شده و من دیدم نسبت به همه چیز و همه کس تغییر کرده است. من بسیار حسود،
 مقایسه گر و مضطرب، ناامید بودم و حس حقارت بسیار زیادی داشتم اما تمام این خصوصیات از من تا حدودی
 بالای ۹۰ درصد رفته است.

۱۳- تسلیم

نیست کسبی از توکل خوب تر
چیست از تسلیم، خود محبوب تر؟
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۶

بس گریزند از بلا سوی بلا
بس جهند از مار، سوی ازدها
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۷

اتفاق هر چه باشد باید بپذیرم و به حرف ذهنم گوش ندهم. به بیان دیگر به خدا و زندگی از شر مار پناه ببرم تا ذهنم با فکر، پشت فکر من را به دهان ازدها نیندازد.

با تشکر
مریم از کانادا



خانم دیبا از کرج



به نام خدا

مقصود زندگی از خلقت بشر، تبدیل هوشیاری جسمی به هوشیاری حضور است، اگر با زندگی همکاری کنیم و فضا را بگشاییم به جای درد، از لذت بی‌کرانه عشق بهره می‌بریم.

هر که استاد به کاری، بنشست آخر کار
کار آن دارد آن کز طلب آن ننشست
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۱۳

منظور زندگی از خلقت ما، تبدیل هوشیاری جسمی به هوشیاری حضور است، در این راه ادعای استادی و می‌دانم نکنیم وگرنه این تبدیل صورت نمی‌گیرد و در آخر با من ذهنی می‌میریم، طلب حقیقی این است که بخواهیم جان را به جان آفرین تسلیم کنیم.

گردِ نفسِ دزد و کارِ او مپیچ
هرچه آن نه کار حق، هیچ است هیچ
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۶۳

از نفس و شیطان که هر دو یکی هستند دوری کنیم زیرا محصولی جز درد و پشیمانی ندارند، مقصود زندگی از آوردن ما به جهان این است که با قوهٔ تشخیص و ارادهٔ آزادی که داریم، نگهبان موش‌های من‌های ذهنی باشیم تا گندم هوشیاریمان را نزدند.

اول ای جان دفع شرّ موش کن
وآنگهان در جمع گندم جوش کن
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰

بانگ آبش می‌رسد در گوش من
مست می‌گردد ضمیر و هوش من
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۶۶

گاهی ما بی دلیل شادیم، می رقصیم، آواز می خوانیم و انرژی حیاتی بالایی داریم، این ارتعاش عشق با گوش سکوت شنویی که در ضمیر ما پنهان است صدای خدا را می شنود و با پذیرش اتفاق لحظه می توانیم به مستی و شادی بی سبب برسیم، اگر مراقب مرکز عدم باشیم و با چیزی همانیده نشویم.

دم او جان دهدت روز نَفَخْتُ پذیر
کار او کُنْ فَيَكُونُ ست، نه موقوف علل
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

پیش وهم این گفت مژده دادن است
عقل گوید: مژده چه؟ نقد من است
- *وهم = توهمات من ذهنی
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۷۰

من ذهنی که توهمی بیش نیست، حضور خدا را یک وعده یا مژده می‌داند و می‌گوید: اگر کارهای نیک کنیم و یا چنین و چنان کنیم، به خدا می‌رسیم، در حالی که اصل ما خدائیت است و همین لحظه نقد می‌توانیم به او زنده شویم.

امروز شما هیزم آن آتش خویشید؟
یا آتشتان مُرد، شما نور خدایید
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۶

انسان می‌تواند با من ذهنی هیزم در آتش، خشم، رنجش، حرص، توقع، مقایسه و دیگر همانیدگیهایش بیاندازد و زندگی‌اش را بسوزاند، یا می‌تواند فضای درون را بگشاید و با شکرگزاری آتش درونش را خاموش کند و با نور خدا یکی شود.

خواه در صد سال، خواهی یک زمان
این امانت واگذار و وارهان
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۲

ما باید بدانیم چیزهایی را که با آنها همانیده شدیم همچون وامی باید واگذار کنیم و سبکبار دنیا را ترک کنیم، این به اختیار و قدرت عمل ما بستگی دارد که می‌خواهیم بار امانت را صد سال به دوش بکشیم و یا یک لحظه تسلیم شویم و مرکزمان را از غیر خدا پاک کنیم.

ای دلا منظور حق آنکه شوی
که چو جزوی سوی گل خود روی
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۳

دلی منظور خداست که همچون قطره بدون مقاومت به سوی دریای یکتایی برود تا بحر خو شود و همه چیز را در خود جای دهد، اما دلی که انباشته همانیدگیست در خوی درد و حرص و خودنمایی می‌ماند و هرگز به سوی گل نمی‌رود.

از مقامات تبّتل تا فنا
پایه پایه تا ملاقات خدا
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵

منظور زندگی از خلقت بشر، تبدیل هوشیاری جسمی به هوشیاری حضور است، ما من ذهنی نیستیم و برای این تبدیل باید به من ذهنی که فقط هوشیاری جسمی دارد بمیریم تا در مقابل فناپذیری چیزهای دنیا به آسانی تسلیم شویم و به جاودانگی روح و ملاقات خدا برسیم.

چون که اندر مرگ بیند صد وجود
همچو پروانه بسوزاند وجود
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۶۶

اگر یک لحظه فضاگشایی کنیم و به من ذهنی بمیریم، طعم شیرین زندگی را می‌چشیم و دیگر حاضر نیستیم فضا را ببندیم و از شیرینی زندگی قطع شویم، ما مثل پروانه به دور نور عدم می‌گردیم تا همانیدگی‌هایمان بسوزند.

بشکن آن شیشه کبود و زرد را
تا شناسی گرد را و مرد را
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۵۹

دید ما غلط است چون جهان را از پشت شیشه کبود و زرد من ذهنی نگاه می‌کنیم، و گرد را که رمز دردها، فکرها و باورهاست از مرد که رمز حضور و زندگیست، تشخیص نمی‌دهیم.

پیش چشمت داشتی شیشه کبود
ز آن سبب، عالم کبودت می‌نمود
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۹

پس قیامت، نقد حال تو بود
پیش تو، چرخ و زمین مبدل شود
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۶۲
- *مبدل = تبدیل شونده

قیامت در آینده نیست، قیامت همین لحظه است، آنچه که اکنون می‌کاریم یا فکر و عمل می‌کنیم همان را برداشت می‌کنیم و بر روی همان ذات زنده می‌شویم، انسانی که فضاگشایی می‌کند، می‌تواند تبدیل‌کنندهٔ آسمان درونش و زمین جسم و جهانش باشد.

آسمان بار امانت نتوانست کشید
قرعه کار به نام من دیوانه زدند
-حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۱۸۴

انسان تنها باشنده ایست که می‌تواند به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده شود و از آگاهی‌اش، آگاه باشد، این آگاهی همان امانت عشق است و لذتی بیکرانه دارد و ما باید مواظب موش‌های من ذهنی باشیم تا از امانت ما دزدی نکنند.

لذت بی کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نام او
قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بود؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

انسان تنها باشنده ایست که خداوند امانت عشق را به او سپرد تا با گشودن فضای درون لذت عشق و خرد و رحمتش را به او ببخشد، اگر ما به قواعد من ذهنی که شکایت و ناسپاسی و جفاست، گوش ندهیم به خدای خود وفا کرده‌ایم.

با سپاس از برنامه انسان ساز گنج حضور و همیاران گرامی 🙏
دیبا از کرج



خانم فریده از هلند



با سلام

جذب ذهن شدن برداشتی از برنامه ۹۰۸ گنج حضور

صبح همینکه که چشمم را باز کردم، گوش‌هایم شروع به شنیدن کردند، برنامه ۹۰۸ بود که می‌شنیدم. یک لحظه چراغ‌هایی در ذهنم روشن شد. چند روزی بود که چالشی داشتم، که اصلاً فکرش را نمی‌کردم. ابیاتی را مدام تکرار می‌کردم و از شما عزیزان هم چه پنهان که گاهی دست به دعا کردن هم برمی‌داشتم، که خدایا خودت ما رو در این چالش حفظ کن. اتفاقی من را با خودش به ذهن برده بود، با تکرار ابیات گاهی حالم خوب میشد ولی طولی نمی‌کشید که باز اتفاق مورد نظر منو با خودش به ذهن می‌برد. تا اینکه قسمت دوم برنامه ۹۰۸ به دادم رسید. داستان مردی که عهد کرده بود تا رسیدن گلابی اون را از درخت نچینه و نخوره. وفادار ماندن به عهد الست، پیمان را نشکستن، بله گفتن و تسلیم به حکم خداوند که بوسیله اتفاق این لحظه خودش را نشون میده. و اگه تعهد خود را به این لحظه بشکنیم باید که تاوان بدیم و چه تاوانی بدتر از اینکه جذب ذهن بشوی و مشکلات شروع بشه. بله، اتفاق افتاده برام آنقدر بزرگ شده بوده که نه تنها جذب ذهن شده بودم، بلکه قضا و کن فکان را که پشت این چالش بود نمی‌دیدم و دچار سبب سازی ذهن شده بودم.

بابا جان پشت این اتفاق قضا و کن فکان را ببین، که شاید اومده تا چیزی به تو یاد بده. چه بسا داری بوسیله خدا امتحان میشی، که در این چالش جذب ذهن خواهی شد، یا اینکه تسلیم میشی و فضاگشایی میکنی؟! لحظه‌ای به خودم اومدم. توجه‌ام از روی اتفاق برداشته شد و تسلیم و توکل باعث شد که به این لحظه برگردم و در واقع از ذهن اومدم بیرون. هر چقدر بیشتر به اتفاق توجه میدیم فضای اون اتفاق را بزرگتر می‌کنیم و بیشتر جذب ذهن می‌شویم یعنی همان ردوا لعادوا، سبب سازی و بقیه گرفتاری‌های افتادن به ذهن.

آنکه بیند او مُسَبِّبِ را عیان
 کی نهد دل بر سبب‌های جهان؟
 -مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۷

در فرهنگ هلند ضرب‌المثلی هست که می‌گه: هیچ اتفاقی بیخودی و یا تصادفی نمی‌افتد. یعنی همین بیت حضرت مولانا را داره در واقع یک جوهری معنی میکند. اتفاق اومده بخاطر منظوری، و پشت این اتفاق یک نیروی خارق‌العاده‌ای به نام خدا یا زندگی وجود داره، یعنی همان قضا و کن فکان خداوند. اتفاق اومده درسی به ما بده و اولین درسش هم چیزی نیست جز تمرین تسلیم و فضاگشایی، که اجازه بدیم قضا و کن فکان زندگی کارش را بکنه... به جای سبب‌سازی کردن و جذب ذهن شدن و خلاصه تعهد به الست نکردن. تمام اینها در واقع نوعی امتحان شدن ماست، و البته یاد گرفتن و پخته شدن ما. پس مثل داستان اون پشه، خودمان را به دست باد کن فکان بسپاریم به‌جای مقاومت کردن و کشتی گرفتن با زندگی همکاری کنیم. البته شاید اینها را به زبان بگیم ولی در عمل پیاده کردن آن و تجربه کردن آن یک چیز دیگه‌ست.

همین که واقعاً درک کنیم پشت تمام اتفاقات دست زندگی در کار هست، مثل آبی که روی آتش بریزند، آدم حس آرامش پیدا میکند و دیگر رها میکند. دیگر دنبال مقصر نمی‌گردد و از دشمن سازی ذهن و سبب سازی هم در امان می‌مونه. و شاید هم اصلاً چالش مورد نظر آنطور که ذهن به ما نشون میده و راه حل برامون طرح ریزی میکند، حل نشده، ولی چیزی که مهمه اینکه اتفاق اون سفتی و سختی خودش را از دست میده. اصلاً چه فرقی میکند که چالش چطوری پیش میره، حس آرامش و سبکی را که در اثر پریدن از ذهن به بیرون بدست آوردیم را این لحظه سفت بچسبیم، بقیه را اجازه بدهیم زندگی کار خودش را بکنه.

از حد خاک تا بشر چند هزار منزلت
شهر به شهر بردمت، بر سر ره نمانت
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

هیچ مگو و گف مکن، سر مگشای دیگ را
نیک بجوش و صبر کن، زانکه همی پزانت
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

زندگی از زبان این بیت جوابم را میدهد، که مگه من تو را ذره ذره از جمادی و نباتی و حیوانی عبور ندادم. پس چرا فکر میکنی که در چالش‌ها تنها می‌گذارمت. تو فقط صبر کن و بلند نشو که مقاومت کنی، بترسی و نگران بشی، اعتماد کن به خدا.

ای نخود می‌جوش اندر ابتلا
تا نه هستی و، نه خود ماند تو را
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۸

شکستن عهد الست، بله نگفتن به حکم خداوند از طریق اتفاق این لحظه، ما را دچار بد عهدی می‌کند. در حالیکه خداوند می‌خواهد ما را در دیگ اتفاقات، بجوشانه و بپزه که دیگه این هستی توهمی مان را بشناسیم و رها کنیم. اتفاقات زندگی ندارند اتفاقات را رها کنیم و زندگی را این لحظه زندگی کنیم.

با تشکر فریده از هلند 



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