



پیغام عشق

قسمت هفتصد و شصت و چهارم





کفی بالله

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۲

تو مراقب شو و آگه، گه و بی گاه که ناگه

مَثَلِ كُحْلِ عَزِيزِي شِهٍ مَا دَرِ بَصْرِ اَيِّدِ

مولانا در غزل ۷۶۲ از دیوان شمس تمام تصورات ذهن را در خصوص این که چه موقع و چطور به حضور خواهی رسید، زیر

سؤال می برد و ما را از این حيله ذهن آگاه می سازد. او تأکید می کند که فقط مراقب باش. اما مراقب چه باشیم؟

اگر می خواهی هشیاری ات کفن ذهن را بدرد و از گور ذهن خارج شود، باید مراقب لحظه به لحظه هشیاری ات باشی. باید

مراقب بود تا ذهن هر لحظه هشیاری ات را به تله نیندازد. ناخن زهرآلودش 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:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱

شرع بهر دفع شرّ رایى زند

دیو را در شیشه حجت کند

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 ذهن تقلبی را به عنوان هشیاری به همگان عرضه کنیم. تا زمانی که پرهای هشیاری 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. «اتَّقُوا» یعنی هر لحظه مراقب باش تا زندگی را پُر 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 هستیم.

۱- مقاومت ممنوع

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۴

در حقیقت هر عدو داروی توست

کیما و نافع و دلجوی توست

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۵

که ازو اندر گریزی در خلا

استعانت جویی از لطف خدا

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۶

در حقیقت دوستانت دشمنند

که ز حضرت دور و مشغولت کنند



مقاومت یعنی ذهن من با هر اتفاقی چه در بیرون یا فضای ذهن کار دارد و از آن زندگی می‌خواهد. درحالی که 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 هشیاری 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.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۳۵

هر که درآید که منم، بر سر شاخش بزنم

کاین حرمِ عشق بود، ای حیوان، نیست اِغِل

درمقابل هر اتفاق، گفتار، رفتار افراد چه در خانه یا محل کار باید فضا را باز کنیم. یعنی به آن چه ذهنم قضاوت می‌کند، واکنش نشان نمی‌دهم، بلکه عمل و رفتار من براساس فضای گشوده‌شده باشد. این جا فضای یکتایی است نه طویله که من با حس‌های پنجانهم قضاوت کنم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۶

پنبه اندر گوشِ حسِ دُونِ کنید

بندِ حسّ از چشمِ خود بیرون کنید



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۷

پنبه آن گوشِ سر، گوشِ سر است

تا نگرده این گر، آن باطن، گر است

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸

بی حس و بی گوش و بی فکر شوید

تا خطابِ ارجعی را بشنوید

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.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

لذتِ بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نامِ او

قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بود؟

رضایت باران رحمت پروردگار را به همراه دارد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

هزار ابر عنایت بر آسمان رضاست

اگر بارم، از آن ابر بر سرت بارم



۴- اقرار و اعتراف به زندگی که من همانیده هستم و کمک طلبیدن از زندگی برای خم کردن من ذهنی ام.

ملامت کردن خود و دیگران ممنوع. اگر اشتباه کردم خودم را ملامت نمی کنم، بلکه فوراً به اشتباهم اعتراف می کنم و می دانم 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 نمی دانی چه چیزی برای من بهتر است.

۵- رنجش و توقع ممنوع

ذهن من به این دلیل از اعمال و رفتار اطرافیانم می رنجد که از آن ها زندگی می خواهد و به اصطلاح توقع دارد؛ این کلمه توقع و رنجش را در ذهنم باید کم رنگ و سپس پاک کنم. چون سبب مانع سازی و مسئله سازی و دشمن سازی می شود و من را در مثلث همانیدگی و قضاوت و مقاومت می اندازد، این گونه است که ذهن می رنجد، اما من ذهنم نیستم.

عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۴۱۳

عمر رفت و تو منی داری هنوز

راه بر نایمنی 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

۶- حسادت، مقایسه ممنوع

حسادت مهم‌ترین هیجان ذهن بعد از ترس است. خودم را با کسی مقایسه نمی‌کنم، چون هر انسانی بی‌نظیر است و نمی‌شود با دیگری مقایسه شود. مقایسه حس حسادت و خود کم‌بینی و یا حس خود برتربینی 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.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴

تو به هر صورت که آیی بیستی

که، منم این، والله آن تو نیستی

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۶

این تو کی باشی؟ که تو آن اَوْحَدی

که خوش و زیبا و سرمستِ خودی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۸۴

خواجه تو عارف بده‌ای، نوبت دولت زده‌ای

کامل جان آمده‌ای، دست به استاد مده

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۲

بنگر صنعتِ خوبش، بشنو وحیِ قلوبش

همگی نورِ نظر شو، همه ذوق از نظر آید



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

۷- حبر و سنی کردن دیگران ممنوع

وقتی دیگران را نصیحت می کنم، پندار کمال در من بالا می آید و از اصل خودم دور می شوم. وظیفه من تنها تمرکز روی خودم هست. زندگی روی دیگران هم کار می کند اما به طریقی دیگر که فقط خودش می داند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی

خویش را بَدْخُو و خالی می کنی

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۷

متصل چون شد دلت با آن عَدَن

هین بگو، مَهراس از خالی شدن

۸- 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.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۷

خشمِ خود بشکن، تو مشکن تیر را

چشمِ خشمت خون شمارد شیر را



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۸

بوسه ده بر تیر و پیش شاه بر

تیر خون‌آلود از خون تو تر

مطمئن باش در این حالت خداوند یکی از همانیدگی‌های تو را که در مرکزت قرار دارد نشانه گرفته است، و الا تو این قدر عصبانی نمی‌شوی، 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 هشیارانه و آگاهی به این نکته ارزشمند که من نمی‌دانم این تغییرات چقدر زمان می‌برد و فقط مهم کار کردن بر روی خود به‌طور مداوم و متعهدانه است و تا جبهه ذهن را نشکافم به آرامش نخواهم رسید.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۱

یُسر با عُسْر است، هین آیس مِباش

راه داری زین مَمات اندر معاش

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲

رَوَح خواهی، جُبّه بشکاف ای پسر

تا از آن صَفُوت بر آری زود سر



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۳

هست صوفی آنکه شد صفوت طلب

نه از لباس صوف و خیاطی و دب

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۱

پرده‌های دیده را داروی صبر

هم بسوزد هم بسازد شرح صدر

۱۰- پنهان پری کردن

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۷۴

بود عبدالغوث هم جنس پری

چون پری، نه سال در پنهان پری

من می دانم که اطرافیانم همه من ذهنی دارند و من هم هنوز نتوانسته‌ام من ذهنی‌ام را تحت کنترل هشیاری‌ام دریاورم. 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 این که من روی خودم کار می‌کنم زیاد رضایت ندارد، البته که تغییرات من به‌طور پنهانی روی او هم تأثیر 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.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷

ترس و نومیدیت دان آوازِ غول

می‌گشَد گوشِ تو تا قَعْرِ سُفول

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸

هر ندایی که تو را بالا کشید

آن ندا می‌دان که از بالا رسید

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹

هر ندایی که تو را حرص آورد

بانگِ گرگی دان که او مردُم درد

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

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۰

زانکه شاکر را، زیادت وعده است

آنچنانکه قُرب، مزدِ سجده است

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



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۸

هیچ کس را مکر و فن سودی نکرد

پیشِ بازیهای مکارِ قضا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۸

این قضا را دوستان خدمت کنند

جان کنند از صدق ایثارِ قضا

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

۱۴- تسلیم

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۶

نیست کسبی از توکل خوب‌تر

چیست از تسلیم، خود محبوب‌تر؟

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۷

بس گریزند از بلا سویِ بلا

بس جهند از مار، سویِ ازدها



اتفاق هرچه 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 اژدها نیندازد.

با تشکر

مریم از کانادا



به نام خدا

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

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۱۳

هر که استاد به کاری، بنشست آخر کار

کار آن دارد آن کز طلب آن ننشست

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

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۶۳

گردِ نفسِ دزد و کار او میبچ

هر چه آن نه کار حق، هیچ است هیچ

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 قوه تشخیص و اراده آزادی که داریم، نگهبان موش‌های من‌های ذهنی باشیم تا گندم هشیاری‌مان را نذردند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰

اول ای جان! دفعِ شرّ موش کن

وآنگهان در جمعِ گندم جوش کن



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۶۶

بانگِ آبش می‌رسد در گوشِ من

مست می‌گردد ضمیر و هوشِ من

گاهی ما بی‌دلیل شادیم، می‌رقصیم، آواز می‌خوانیم و انرژی حیاتی بالایی داریم، این ارتعاش عشق با گوش سکوت‌شنوایی که در ضمیر ما پنهان است صدای خدا را می‌شنود و با پذیرش اتفاق لحظه می‌توانیم به مستی و شادی بی‌سبب برسیم، اگر مراقب مرکز عدم باشیم و با چیزی همانیده نشویم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

دمِ او جان دهدت رو ز نَفَخْتُ بپذیر

کارِ او کُنْ فَيَكُونُ ست، نه موقوفِ علل

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۷۰

بیشِ وَهْمِ این گفت، مژده دادن است

عقل گوید: مژده چه؟ نقدِ من است

*وَهْم: توهمات من ذهنی

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، درحالی‌که اصل ما خداییت است و همین لحظه نقد می‌توانیم به او زنده شویم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۶

امروز شما هیزم آن آتشِ خویشید؟

یا آتشتان مُرد، شما نورِ خدایید؟

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

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۲

خواه در صد سال، خواهی یک زمان

این امانت واگذار و وارهان

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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۳

ای دلا منظورِ حقِ آنکه شوی

که چو جزوی سویِ کُلِّ خود روی

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



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵

از مقاماتِ تَبْتُلِ تا فنا

پایه پایه تا ملاقاتِ خدا

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

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۶۶

چون که اندر مرگ بیند صد وجود

همچو پروانه بسوزاند وجود

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.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۵۹

بشکن آن شیشهٔ کبود و زرد را

تا شناسی گرد را و مرد را

دید ما غلط است چون جهان را از پشت شیشهٔ 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.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۹

پیشِ چشمت داشتی شیشهٔ کبود

ز آن سبب، عالم کبودت می نمود

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۶۲

پس قیامت، نقدِ حالِ تو بُود

پیشِ تو، چرخ و زمین مُبدل شود

*مُبدل: تبدیل شونده

قیامت در آینده نیست، قیامت همین لحظه است، آن چه که اکنون می کاریم یا فکر و عمل می کنیم همان را برداشت می کنیم و بر روی همان ذات زنده می شویم، انسانی که فضاگشایی می کند، می تواند تبدیل کنندهٔ آسمان درونش و زمین جسم و جهانش باشد.

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شمارهٔ ۱۸۴

آسمان بارِ امانت نتوانست کشید

قرعهٔ کار به نامِ من دیوانه زدند

انسان تنها باشنده‌ای است که می تواند 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 من‌ذهنی باشیم تا از امانت ما دزدی نکنند.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰

لذتِ بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نامِ او

قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بود؟

انسان تنها باشنده‌ای ست 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 من‌ذهنی که شکایت و ناسپاسی و جفاست، گوش ندهیم به خدای خود وفا کرده‌ایم.

با سپاس از برنامه انسان‌ساز گنج حضور و همیاران گرامی 🙏

دیبا از کرج



با سلام

جذب ذهن شدن برداشتی از برنامه ۹۰۸ گنج حضور

صبح همین که 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 برمی‌داشتیم، 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 این که 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 به وسیله 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 این که جذب ذهن بشوی و مشکلات شروع بشه. بله، اتفاق افتاده برام آن قدر بزرگ شده بوده که نه تنها جذب ذهن شده بودم، بلکه قضا و کن‌فکان را که پشت این چالش بود نمی‌دیدم و دچار سبب‌سازی ذهن شده بودم.

بابا جان پشت این اتفاق قضا و کن‌فکان را ببین، که شاید اومده تا چیزی به تو یاد بده. چه بسا داری به وسیله خدا امتحان می‌شی، که در این چالش جذب ذهن خواهی شد، یا این که 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 درواقع از ذهن اومدم بیرون. هرچقدر پیش‌تر به اتفاق توجه می‌دیم فضای اون اتفاق را بزرگ‌تر می‌کنیم و پیش‌تر جذب ذهن می‌شویم یعنی همان «رُدُّوا لِعَادُوا»، سبب‌سازی و بقیه گرفتاری‌های افتادن به ذهن.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۷

آنکه بیند او مُسَبِّب را عیان

کی نهد دل بر سبب‌های جهان؟

در فرهنگ هلند ضرب‌المثلی هست که می‌گه: هیچ اتفاقی بی‌خودی و یا تصادفی نمی‌افتد. یعنی همین بیت حضرت مولانا را داره درواقع یک جوهری معنی می‌کند. اتفاق اومده به‌خاطر منظوری، و پشت این اتفاق یک نیروی خارق‌العاده‌ای به‌نام خدا یا زندگی وجود داره، یعنی همان قضا و کن‌فکان خداوند. اتفاق اومده درسی به ما بده و اولین درسش هم چیزی نیست جز تمرین تسلیم و فضاگشایی، که اجازه بدیم قضا و کن‌فکان زندگی کارش را بکنه ...، به‌جای سبب‌سازی کردن و جذب ذهن شدن و خلاصه تعهد به‌الست نکردن.

تمام این‌ها درواقع نوعی امتحان شدن ماست، و البته یاد گرفتن و پخته شدن ما. پس مثل داستان اون پشه، خودمان را به‌دست باد کن‌فکان 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.

همین‌که واقعاً درک کنیم پشت تمام اتفاقات دست زندگی در کار هست، مثل آبی که روی آتش بریزند، آدم حس آرامش پیدا می‌کنه و دیگه رها می‌کنه. دیگه دنبال مقصر نمی‌گرده و از دشمن‌سازی ذهن و سبب‌سازی هم در امان می‌مونه. و شاید هم اصلاً چالش مورد نظر آن‌طور که ذهن به ما نشون می‌ده و راه‌حل برامون طرح‌ریزی می‌کنه، حل‌نشه، ولی چیزی که مهمه این‌که دیگه اتفاق اون سفتی و سختی خودش را از دست می‌ده.

اصلاً چه فرقی می‌کنه که چالش چطوری پیش می‌ره، حس آرامش و سبکی را که در اثر پریدن از ذهن به بیرون به‌دست آوردیم را این لحظه سفت بچسبیم، بقیه را اجازه بدهیم زندگی کار خودش را بکنه.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

از حدِ خاک تا بشر چند هزار منزلت

شهر به شهر بُردمت، بر سرِ ره نمانمت

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

هیچ مگو و کف مکن، سر مگشای دیگ را

نیک بجوش و صبر کن زانکه همی پزائمت

زندگی از زبان این بیت جوابم را می‌ده، 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۸

ای نخود می‌جوش اندر ابتلا

تا نه هستی و، نه خود ماند تو را

شکستن عهد الست، بله نگفتن به حکم خداوند از طریق اتفاق این لحظه، ما را دچار بد عهدی می‌کند. درحالی که 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 🇮🇵



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

Shahbazi@rapidtest.com