



پیغام عشق

قسمت چهارصد و هفتاد و دوم



برنامه شماره ۸۸۱

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰۱

دم ده و عشوه ده ای دلبر سیمین بر من

که دم بی دم تو چون اجل آمد بر من

غزل شماره ۲۰۰۱ از دیوان شمس مولانا:

تحقق امر زنده شدن به خرد، برکت، شادی بی سبب و عاقبت بینی انسانی آگاه از اصل خود.

امر به فضاگشایی و تسلیم کامل. امر به ذوق و اشتیاق تحول دید و امر تبدیل به بی نهایت فساداری و جاودانه شدن.

امر به ذوق و اشتیاق در همراهی با زندگی به واسطه تسلیم کامل. پذیرش و رضایتی بدون قضاوت و مقاومت با مرکزی

خالی از هرگونه همانیدگی که با دید حضور، ابتدا و انتهای کار و عشوه یار را دیده و تشخیص می دهد. امر به شناسایی

ذهن و عقل محدود و درواقع جهالت آن. شناسایی و دیدن همانیدگی ها و دردها و هیجانات ناشی از آن ها و عاقبت آن. امر

به پرهیز از این درد و مرگ.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۲۲

عاقلان خود نوحه ها پیشین کنند

جاهلان آخر به سر بر می زنند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹۷

کانچه جاهل دید خواهد، عاقبت

عاقلان بینند ز اول مرتبت



عقلان تشنه به ذوق امر، با دید بدون مقاومت و قضاوت خود، ابتدای کار همانیده شدن، یعنی جدی گرفتن و جذب اتفاق شدن را شناسایی کرده و پرهیز می‌کنند؛ درحالی‌که پایان کار انسان در ذهن، با ملامت و پشیمانی همراه خواهد بود.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸

جز توکل، جز که تسلیم تمام

در غم و راحت همه مکر است و دام

عقلان واقفند که هرگونه قضاوت از جمله خوب دانستن یا بد دانستن اتفاق این لحظه مکر و دامی است که انسان را از این لحظه و از ذوق امر جدا می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۷۷

عاقبت‌بینی نشان نور توست

شبهوت حالی، حقیقت گورِ توست

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۷۸

عاقبت‌بینی که صد بازی بدید

مثل آن نبُود که یک بازی شنید

عاقبت‌بینی، تشخیص دید مقاومت و قضاوت، دیدن همانیدگی‌ها و زیر بار رفتن با صبر و شکر و پرهیز است. عاقبت‌بینی دیدن صدها بازی همانیدگی و بازی ذهن با دید حضور است. عاقبت‌بینی، ذوق و طلب شناسایی هرچه بیشتر با تعهد و تکرار هرچه بیشتر است.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۶۷



شیخ کو یَنْظُرُ به نورُالله شد

از نهایت، وز نخست آگاه شد

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۶۸

چشم آخربین ببست از بهر حق

چشم آخربین گشاد اندر سبق

با بستن دید آخربین یعنی دید قضاوت و مقاومت ذهن، دید آخربین یعنی دم زنده کننده زندگی، چشم گشاده و فکر و عمل انسان را به دست گرفته و ذوق امر شناسایی هرچه بیشتر و فضاگشایی هرچه بیشتر را زنده می کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۳۳

ای بدیده لذت امر مرا

جان سپرده بهر امرم در وفا

مولوی مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۲۳

ز ابتدای کار آخر را ببین

تا نباشی تو پشیمان یومِ دین

با احترام، مریم از اورنج کانتی



به نام خدا

با تکرار ابیات مولانا و حافظ شمع حضورمان را روشن کنیم و در مسیر باد من‌های ذهنی قرار ندهیم تا با فضاگشایی بتوانیم هزاران شمع دیگر را روشن کنیم.

حافظ، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۴

دلا ز نور هدایت گر آگهی یابی

چو شمع خنده‌زنان ترک سر توانی کرد

عقل من ذهنی با دو ابزار مقاومت و قضاوت کار می‌کند و همیشه ناراضی است، اگر راضی به اتفاق لحظه شویم و فضا را باز کنیم، نیروی زندگی ما را به‌سوی خرد الهی هدایت می‌کند و وضعیت‌های زندگی ما بهتر می‌شود، نور شمع در برابر نور خورشید هیچ است پس سر من ذهنی را بدهیم تا از سر و خرد زندگی برخوردار شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۳۹

هر که کارد گردد انبارش تهی

لیک اندر مزرعه باشد بهی

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۴۰

وآنکه در انبار ماند و صرفه کرد

اشپش و موش و حوادث‌هاش خورد

من ذهنی با کمیابی‌اندیشی در بخشش عشق و برکات دنیا حيله و صرفه‌جویی می‌کند و آن‌قدر انبار می‌کند تا مال و ثروتش خوراک شپش و موش و حوادث روزگار شود؛ اما انسانی که فضا را می‌گشاید و هیچ همانیدگی را در مرکزش انبار نمی‌کند مزرعه جاننش پر از گل‌های شادی و بخشش و مهر است.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۹۵

گر تو مُقامرزاده‌ای در صَرفه چون افتاده‌ای

صرفه‌گری رسوا بود خاصه که با خوب خُتن

مُقامرزاده = قمارباز

مولانا می‌فرماید، اگر تو امتداد خدا هستی، مثل یک قمارباز همانیدگی‌هایت را بباز تا اصل زندگی را بیابی؛ مخصوصاً

برای یکی شدن با خدا چرا به چیزهای دنیا می‌چسبی و صرفه‌جویی می‌کنی؟

مولوی، ترجیعات شماره ۲۸

ای عشق می‌کن حکم مُر، ما را ز غیر خود بُر

ای سیل می‌غری بغر، ما را به دریا می‌کشی

حکم مُر = حکم تلخ

هرچقدر انسان با من‌ذهنی به مقاومت و شکایت و طلب‌کاری و حرص بیشترداشتن، مشغول باشد، زندگی با شربت تلخ

قضا و قدر او را پاک می‌کند تا عشق خدا در او متجلی شود و در مسیر غرّش سیل رَیب‌الْمَنون بدون هیچ مقاومتی می‌رود

تا راهی دریای یکتایی شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۰۵

گر نکنی موافقت دردِ دلی بگیردت

همنفسی خوش است خوش، هین مگریز یک نَفَس



تسلیم و موافقت با اتفاق این لحظه بی عملی نیست بلکه قدرت است و ما با فضاگشایی هم سو و موازی جریان زندگی می شویم حتی یک لحظه مقاومت و ستیزه با زندگی ما را از جنس درد می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟

تو یکی نهایی هزاری، تو چراغ خود برافروز

من ذهنی می گوید در این دنیایی که همه می جنگند و حرص ورزی می کنند فقط من باید روی خودم کار کنم و صبر و شکر و پرهیز داشته باشم ولی هشیاری حضور چراغش را روشن می کند و می داند که یک شمع روشن می تواند هزاران شمع دیگر را روشن کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۲۸

ز آن رهش دور است تا دیدار دوست

کو نجوید سر، رئیسش آرزوست

چرا راه درست را گم می کنیم و از خدا دور می شویم؟ زیرا ما سر و خرد زندگی را نمی جوییم و زیر سلطه جهل من ذهنی می جوییم خودم می دانم و در آرزوی رئیسی، همه کس و همه چیز را کنترل می کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۶۴

آب حیات جُستنی، جامه در آب شستنی

بر در دل نشستنی، تا بگشایدت دری



همه ما به دنبال آب حیات زندگی هستیم که این لحظه از جوی تن ما عبور کند تا ما جامعه همانیدگی ها را در آن بشوئیم و بر درگاه خدا بشینیم تا زندگی دل پاک ما را ببیند و از گرمش، درهای آرامش و شادی و خرد و قدرت را به رویمان بگشاید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۷۲۹

این جهان خواب است، اندر ظنّ، مایست

گر رود در خواب دستی، باک نیست

زندگی ما در این جهان مثل خواب شبانه است، موقت است، ما نباید در توهمات و گمان های ذهن بایستیم؛ باید فضا را باز کنیم تا دست زندگی با کن فکانش پرده های همانیدگی را کنار بزند و نور عدم به مرکزمان بیاید تا روزی که از خواب جهان برمی خیزیم، بدون هیچ ترسی دنیا را ترک کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۵۲

چشم و گوش و هوش و گوهرهای عرش

خرج کردی، چه خریدی تو ز فرش؟

انسان، نهایت نود سال در فرش دنیا مهمان است، از خودمان بیرسیم چشم عدم بین ما کو؟ گوش سکوت شنوی ما کو؟ عهد ما با هشیاری آلت کو؟ نعمت های بی کران زندگی را که خدا به ما بخشید چگونه خرج کردیم؟ آیا قانون جبران را رعایت کردیم؟ آیا با سپاسگزاری و بخشندگی از جنس زندگی شدیم و یا با شیطان همدست شدیم و به ستیزه برخاستیم؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۹

بس بُدی بنده را کفی بالله



لیکش این دانش و کفایت نیست

وقتی فضا را باز می‌کنیم، خداوند برای ما کافی است، اما با عقل جزوی من ذهنی می‌ترسیم و فضا را می‌بندیم، این دانش را نداریم که حکم حق توانایی انبساط و فضاگشایی را به ما داده است و بساطی گسترده تا ما در این فضا از خرد و شادی و امنیت و قدرت الهی بهره‌مند شویم و سخن بگوییم زیرا نتیجه مقاومت و انقباض و فضا‌بندی جز درد و خشم و جنگ و ستیزه نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

حکم حق گسترد بهر ما بساط

که بگوئید از طریق انبساط

با سپاس و قدردانی از برنامه گنج حضور و همیاران گرامی.

دیبا از کرج



با سلام و درود خدمت آقای شهبازی عزیز و دوستان و همراهان گنج حضور

فرهاد هستم از بهبهان

ابیاتی از مثنوی و غزلیات را همراه با توضیحات، خدمت شما و دوستان به اشتراک می‌گذارم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۶

سؤال کردم از خار کاین سلاحِ تو چیست؟

جواب داد که گلزار، صد عَدُو دارد

برنامه ۷۴۸

ببینید مولانا چند جور این‌ها را به ما می‌گوید که ما بفهمیم؛ از خار سؤال کردم که این اسلحه که دست گرفتی که می‌خواهی فرو بروی به دست و پای مردم، برای چیست؟

گفت هر کسی گل ما را بچیند، نظر بدی به حضور ما داشته باشد، این نشان می‌دهد که هر کسی که به حضور زنده شده است، در حضور است، در این لحظه است، آدم‌های دیگر می‌خواهند او را از این ریشه‌داری بکشند بیرون. شما هم مسئول حفظ کیفیت هشیاری تان هستید، گرچه که ممکن است فرزند شما، همسر شما، دوستان شما، فامیل‌های شما و همکاران شما در اداره، من ذهنی بزرگ دارند و می‌خواهند برای شما دردسر ایجاد کنند. خیلی از انسان‌ها هستند هنوز به‌طور کامل از ذهن جدا نشده‌اند، دنبال بهانه می‌گردند.

چرا هم‌اتاقی من این کار را می‌کند؟ چرا هم‌کلاس من این کار را می‌کند؟ چرا همکار من در اداره این کار را می‌کند؟ چرا رئیس من، نمی‌دانم فلان چیز را نمی‌فهمد؟ چرا اوضاع مرا درک نمی‌کند، چرا پدر و مادرمان سی سال پیش این کار را کردند با من؟ و الآن هم چرا این‌طوری هستند؟



این‌ها بهانه‌هایی است که دوروبری‌هایتان به‌دست شما می‌دهند که شما را از حال بیرون بیاورند ولی مسئول نگهداری این حال، این کیفیت هشیاری که هشیاری شما از جنس حضور باشد، یک ثباتی در شما باشد، به عهده کی هست؟ به‌عهده تمام آن کسانی هست که مطابق میل شما رفتار نمی‌کنند؟ نه! به‌عهده شما است. این هم یک چالش است.

توجه کنید که شیطان و عوامل شیطان مثل این دمبل‌های باشگاه می‌ماند. شما می‌روید باشگاه می‌خواهید بازوهایتان قوی بشود، دمبل را بر می‌دارید با آن‌ها ورزش می‌کنید تا بازویتان قوی شود؛ هیچ می‌گویید که چرا این دمبل این قدر سنگین است؟ نه! نمی‌گویید که! در نتیجه، زندگی برای این که شما را از این ذهن هم‌هویت شده و شرطی شده بیرون بکشد، به شما دمبل می‌دهد.

درست است که شیطان دشمن ما هست، نمی‌خواهد بگذارد ولی چیزهایی که، وضعیت‌هایی که برای ما پیش می‌آورد، درواقع یک چالش است؛ وقتی شما چالش را از عهده‌اش برمی‌آیید، قوی می‌شوید، درست مثل آن دمبل؛ چه بسا آن وضعیت‌ها در اطراف شما اگر شما چالش را قبول کنید، سبب بالا رفتن هوش شما می‌شود، بیداری شما می‌شود. شما ضعیف و دردمند به درد خدا نمی‌خورید یعنی ما باید فضا رو باز کنیم و به خرد زندگی مجهز بشیم تا این فضا رو شما باز نکنید نمی‌شه. برای باز کردن فضا شما به دمبل می‌خواهید، دمبل همین مدیر شماست، دوست شماست. شما صبر تمرین می‌کنید، فضاگشایی تمرین می‌کنید؛ مطمئن باش شما هر جا هستید در هر وضعیتی هستید خدا از اون آگاه و دمبل مناسب رو در اختیارتون گذاشته.

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۱۶۱

غمناک نباید بود از طعن حسود ای دل

شاید که چو وابینی خیر تو در این باشد

طعن: طعنه



از من‌های ذهنی اطراف خودتان که دائماً درد ایجاد می‌کنند و می‌خواهند شما را از این لحظه دور کنند غمناک نباش؛ شاید این صلاح زندگی‌ست برای شما و خیری در آن است تا شما را آگاه‌تر کند پس از دید زندگی به آن‌ها نگاه کن و بدان حتماً خیری در آن است.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷

چون که سرکه، سرگی افزون کند

پس شکر را واجب افزونی بود

اگر من‌های ذهنی دائماً درد ایجاد می‌کنند و باعث واکنش من‌ذهنی ما می‌شوند پس ما باید تا می‌توانیم فضاگشایی کنیم و درمقابل سرگی آن‌ها شکر را اضافه کنیم؛ یعنی با عدم واکنش و ستیزه آن‌ها را در آغوش آرامش خودمان قرار دهیم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۴

درحقیقت هر عدو داروی توست

کیمیا 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 دوستان دشمن‌اند

که ز حضرت دور و مشغولت کنند



نافع: سودمند بودن

استعانت: کمک خواستن

هرچیزی که با ذهنمان فکر می‌کنیم و از آن‌ها حس آرامش و امنیت می‌خواهیم ممکن است درحقیقت دشمن ما باشند و ما را از این لحظه و خدا دور کنند. مولانا می‌گوید: درحقیقت این داروی ماست این مانند کیمیا می‌ماند چرا؟ برای این که این عدو ممکن است اطرافیان ما باشند وضعیت بدی باشد، از این چالش می‌گریزیم در فضای یکتایی در فضای گشوده‌شده و از لطف خدا کمک می‌طلبیم.

«درحقیقت دوستان دشمنند»

یعنی با هرچیزی همانیده شدی و در مرکز توست و به‌صورت فکر در سرت برمی‌خیزد یا منشاء فکرهای تو هستند این‌ها دشمن تو هستند. باید ناظر و حاضر باشیم و درمقابل اتفاقی که این لحظه در ذهن یا در بیرون می‌افتد فضا باز کنیم و بدانیم این داروی ماست.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۹

شراب داد خدا مَر مرا، تو را سرکا

چو قسمت است چه جنگست مَر مرا و تو را

برنامه ۵۵۰

سرکا: سرکه

خداوند شراب زندگی در این لحظه به همه انسان‌ها می‌نوشاند و این شراب همین تسلیم بودن و عدم مقاومت و قضاوت درمقابل اتفاق این لحظه‌ست که نتیجه آن آرامش درونی‌ست؛ اما ما گاهی اوقات فراموش می‌کنیم و این پیاله‌ها را با مقاومت و ستیزه و قضاوت می‌شکنیم و شراب به ما نمی‌رسد.



مولانا می گوید در این لحظه خدا به من شراب می دهد و من می نوشم و با تو که می خواهی قسمتت سرکه یعنی درد باشد جنگی ندارم. ای کاش ما هم بتوانیم مانند مولانا پیاله پیاله، شراب زندگی را نوش جان کنیم.

و در آخر نکته طلایی و کلیدی رو می گم که اتفاقات برای خوشبخت کردن یا بدبخت کردن ما نمی افتند اتفاقات برای بیدار کردن ما از خواب ذهن می افتند.

فرهاد از بهبهان



سلام دوستان

مدتی است که دچار یک بیماری جسمی شدم. این نکته بیشتر برایم باز شد که اتفاقات برای بیداری ما از خواب ذهن می‌افتند؛ چراکه در این مدت به یاری خدا توانستم هم‌هویت‌شدگی‌هایی را در خودم شناسایی کنم که فکر می‌کردم اُفتادند. تنها مونسیم در این مدت برنامه‌بی‌نظیر گنج حضور و پیام‌های بیدارکننده دوستان معنوی‌ام بود.

شناسایی اول این‌که، من با جسمم هم‌هویت هستم چون دچار ترس شدیدی شده بودم و فکر می‌کردم دوباره نمی‌توانم سلامتی‌ام را به‌دست آورم؛ من ذهنی‌ام مرا بازی می‌داد، مقاومت و قضاوت می‌کردم و مرتب این ابیات کمک‌کننده را می‌خواندم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۱۹

حاکم است و، یَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ

او ز عین درد آنگیزد دوا

به من ذهنی‌ام می‌گفتم: خداوند حاکم است و هرچه بخواهد می‌کند؛ او خواسته که هم‌هویت‌شدگی با جسمم و ترسم را با این اتفاق نشانم دهد و خود او به‌موقع دواي آن درد را نیز خواهد داد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

یار در آخر زمان کرد طرب سازی

باطن او جد جد ظاهر او بازی

و نکته دیگر این‌که همه این‌ها بازی قضا است و فقط زنده شدن به خدا و مرکز عدم جدی است؛ پس چرا من این اتفاق را جدی گرفتم؟ جواب دادم چون با عینک من ذهنی‌ام می‌بینم. پیام بسیار زیبا و آموزنده سارا خانم، تلنگری برایم بود از ایشان ممنونم.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۹۱۸

گر قضا آنداخت ما را در عذاب

کی رود آن خو و طبع مُستطاب

اگر قضا خواسته با این بیماری هم‌هویت‌شدگی‌های من را دوباره نشانم بدهد، باید شکرگزار باشم چون به خو و طبع خدایی من که آسیبی نمی‌رسد؛ پس نباید نگران باشم بلکه باید با حضور ناظر و صبر و شکر و پرهیز من‌ذهنی‌ام را ببینم و «لا» کنم.

شناسایی دیگر این که من هنوز با هم‌سرم هم‌هویت هستم و از او توقع داشتم مرا بیشتر درک کرده و همدردی کند. از او رنجیده شدم ولی در مدت کوتاهی این را متوجه شدم که من‌ذهنی‌ام می‌خواهد مسئله‌سازی کرده و مرا به دام بیندازد. با خواندن این ابیات تلاش کردم از این دام بیرون بیایم و فقط صبر کرده و فضاگشایی کنم و پیام‌های این اتفاق را بگیرم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴

هست مهمانخانه این تن ای جوان

هر صباحی ضیف نو آید دوان

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵

هین مگو کین ماند اندر گردنم

که هم اکنون باز پرد در عدم

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶



هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیف است او را دار خُوش

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰

بر خار پشت هر بلا خود را مزن تو هم هلا

ساکن نشین وین ورد خوان جاء القضا ضاق القضا

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۷

آنکه بیند او مُسَبِّب را عیان

کی نهد دل بر سبب‌های جهان؟

پیام خانم یلدا خیلی به من کمک کرد از ایشان ممنونم چون من هم می‌گفتم: کار کردن روی خودم چه فایده‌ای داشته، من که هنوز ترس، توقع و رنجش و هم‌هویت‌شدگی دارم!

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷

تو مگو همه بجنگند و ز صلح من چه آید

تو یکی نه‌ای هزاری، تو چراغ خود بر افروز

من باید چراغ حضور خودم را روشن نگه داشته و از تسلیم و فضاگشایی دست بردارم و طلبم را بیشتر کنم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۶

نیست کسبی از توکل خوب‌تر

چیست از تسلیم خود محبوب‌تر



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸

جز توکل جز که تسلیم تمام

در غم و راحت، همه مکر است و دام

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۳۵

جهد کن تا این طلب افزون شود

تا دلت زین چاه تن بیرون شود

پیام‌های دوستان عزیز، مخصوصاً آقا نیما و آقا پویا و فریبا خانم، پریسا خانم و سارا خانم به من کمک کردند که بتوانم

شناسایی کرده و ذهنم را ببینم؛ ابیات را با تمرکز تکرار کنم و این سبب صبر و فضاگشایی در من شد.

خدای بزرگ را شاکرم که لیاقت آشنایی با این برنامه و آقای شهبازی نازنین و مولانای جان و دوستان معنوی را به من

عطا کرد، دست‌بوس همه آن‌ها هستم.

با احترام، زهرا از مشهد



با سلام

اِتَّقُوا: پرهیز کنید.

پرهیز یعنی بعد از مدتی کار روی خود و کشیدن درد آگاهانه وقتی کمی عدم در مرکز ما جمع می‌شود، می‌بینیم که دیگر دل ما میل به همانیده شدن و لذت گرفتن از چیزها ندارد؛ حتی اگر آن همانیدگی همین الان حاضر باشد و بگوید بیا مرا در مرکزت بگذار، خواهیم دید که به‌سوی او نمی‌رویم؛ گویی نوعی آگاهی به‌دست آورده‌ایم که این همانیدگی‌ها چیزی ندارند که به من بدهند، پس آن‌ها را نمی‌خواهیم. ما با صبر، این خواستن‌ها را می‌توانیم کم کنیم تا آتش آن هم، فروکش کند و فضای پرهیز خودش را نشان دهد. پرهیز مستلزم تکرار، تمرین، مداومت و ناامید نشدن است. پرهیز یعنی در این لحظه مواظب باشیم، مرکزمان را جسم نکنیم. ما در این لحظه اختیار داریم که من‌ذهنی را در مرکزمان بگذاریم یا خدا را. پرهیز یعنی مواظب باش که من‌ذهنی و حَدم و حَشم او را در مرکزت نگذاری.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۳۷۰۴ تا ۳۷۰۶

تا که هیزم می‌نهی بر آتشی

کی بمیرد آتش از هیزم‌گشی

چون که هیزم بازگیری، نار، مُرد

زانکه تقوی، آب، سوی نار بُرد

کی سیه گردد ز تقوی روی خوب؟

کو نهد گل‌گونه از تقوی القلوب

قرآن کریم، سوره حج (۲۲)، آیه ۳۲

«وَمَنْ يُعْظَمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ.»



«و هر که محترم داند شعائر خدا را بدان که این کار از تقوی قلب سرچشمه می گیرد.»

یعنی هرکسی مرکزش را عدم کند، تقوی پیشه کند، پرهیز کند، این دم و خرد خدایی به او می رسد.

قرآن کریم، سوره آل عمران (۳)، آیه ۱۰۲

«ای کسانی که ایمان آورده اید! از خدا چنان پروا کنید که شایسته پروای اوست و هرگز نمیرید مگر در حالت مسلمانی؛»

[یعنی در حالت عدم]

پروا کنید به معنی ترسیدن نیست یعنی تأمل کنید که خدا باید در مرکزتان باشد.

پرهیز دل، یعنی هشیاری اصلاً میل به همانیده شدن ندارد پس چرا پرهیز کردن برای ما سخت شده است؟ جواب

این که ما ترس از دست دادن داریم و تحمل درد آگاهانه نداریم و درد از دست دادن همانیدگی ها ما را گیج می کند.

راه کار چیزی جز تسلیم و توکل و این که خدا برای ما کافی است، نمی باشد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۶

نیست کسبی از توکل خوب تر

چیست از تسلیم خود محبوب تر

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷

کافیم، بدهم تو را من جمله خیر

بی سبب، بی واسطه یاری غیر

با «لا حول و لا قوه الا بالله» می شود پرهیز را تمرین کرد؛ یعنی در این لحظه نیروی من ذهنی این قدر قوی نیست که مرا

برای شهوت رانی به سمت یک همانیدگی سوق دهد؛ بلکه قدرت از آن نیروی خداست، همان فضای گشوده ای که مرا

منع می کند از رفتن به سوی همانیدگی.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۹۹

لقمه اندازه خور ای مرد حریص

گر چه باشد لقمه حلوا و خَبیص

خَبیص: نوعی حلوا

این مهم است که در همانیدگی با چیزها اندازه، نگه داریم و پرهیز کنیم که بخواهیم از یک همانیدگی، با حرص، نهایت استفاده و لذت را ببریم و هرگونه من‌ذهنی دستور داد شهوت‌رانی کنیم؛ حتی اگر این همانیدگی برای ما بسیار شیرین و لذت‌بخش باشد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۰۷

دانه کمتر خور مکن چندین رفو

چون کُلُوا خواندی بخوان لا تُسْرِفُوا

با چیزها همانیده نشو و اگر شدی، پرهیز کن و کمتر از آن‌ها لذت طلب کن وقتی از قرآن امر «کُلُوا» یعنی از نعمت‌ها بخورید را خواندی امر «لا تُسْرِفُوا» یعنی زیادروی نکردن در همانیدگی و پرهیز و پروا را هم بخوان. چیزی را از دست می‌دهی سریع آن را جایگزین، نکن. آسمان باز شده و مرکز عدم ترازوست که عامل تشخیص‌دهنده و متعادل‌کننده برای ما در استفاده از همانیدگی‌ها است. درنهایت، این حضور، عامل تعادل، موازنه و پرهیز است که نمی‌گذارد ما در همانیده شدن اِسراف کنیم.

با احترام و تشکر

سیمین



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

