

برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید



پیغام عشق

قسمت هزار و چهارصد و بیست و نهم





خانم لیلا



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۸۰ گنج حضور، بخش چهارم

قُلْ أَعُوذُ بِكَ خَوَانِد بَايِد كَاي اَحَد
هين ز نَفَاتَات، افغان وَز عَقَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۲)

نَفَاتَات: دمندگان

عُقَد: جمع عقده، گرهها

در این صورت باید سوره «قُلْ أَعُوذُ» را بخوانی، به خدا پناه ببری و بگویی ای خداوند یگانه، به فریاد رس از دست دمندگان و جادوگران من ذهنی و این گره‌های درد و همانیدگی.
[جادوگران نماد من‌های ذهنی هستند که نیروی زندگی را به درد تبدیل کرده و سبب ارتعاش منفی در جهان می‌شوند.]

نکته: حال باید از خودمان پرسیم آیا ما نیز نیروی زندگی را به درد تبدیل می‌کنیم؟ آیا مانع به حضور رسیدن خود و دیگران می‌شویم؟ آیا وقتی از پهلوی کسی رد می‌شویم با ارتعاش به درد روی او اثر منفی می‌گذاریم؟ آیا با ایجاد رنجش مثل جادوگران در گره‌ها می‌دمیم؟

می‌دمند اندر گره آن ساحرات
الغیات المُستغاث از برد و مات

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳)
الغیات: کمک، فریادرسی
المُستغاث: فریادرس، از نام‌های خداوند

آن زنان، من‌های ذهنی جادوگر در گره‌های درد و همانیدگی می‌دمند. ای خداوند دادرس، به فریادم برس که با آوردن ذهن به مرکز، دنیا در حال غلبه بر من است و با ابزارهای فکر بعد از فکر، ترس، رنجش و استرس مرا مات می‌کند.

لیک برخوان از زبان فعل نیز
که زبان قول سست است ای عزیز

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۴

ای عزیز من، ای انسان، این سوره را فقط با ذهنت نخوان بلکه با زبان عمل نیز بخوان و بدان عمل کن، زیرا اگر عملاً عدم را به مرکزت نیاوری و حضور ناظر را تجربه نکنی، زبان حرف ناتوان است و اثر ندارد.

گاو در بغداد آید ناگهان
بگذرد او زین سران تا آن سران

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۷

انسانی که من ذهنی دارد و بدون هشیاری حضور در این جهان به این طرف و آن طرف می‌رود، شبیه گاوی است که وارد شهری آباد شده و در خیابان‌ها سرگردان است.

از همه عیش و خوشی‌ها و مزه
او نبیند جز که قشرِ خربزه

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۸

او از میان آن همه مغز، عمق و لذت واقعی زندگی که از مرکز عدم و فضای گشوده شده می‌آید، به جز پوست خربزه، یعنی همانیدگی‌ها، دردها و آنچه که ذهن معتبر و باارزش می‌داند چیزی نمی‌بیند.

که بُود افتاده بر ره یا حشیش
لایق سیران گاوی یا خَریش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۹)
حشیش: گیاه خشک، علف.

سیران: همان سیرانِ عربی است که فارسیان «یا» را به سکون خوانند. به معنی سیر و گردش. در این جا به معنی خوش آمدن است.

زیرا برای من ذهنی که خاصیت گاوی و خری در ذاتش نهفته است، ایجاب می کند به جای فضاگشایی و زنده شدن به زندگی، مرتب مشغول سیر و گردش در ذهن بوده و به دنبال الگوهای همانیده، دردها و باورهای خشک و پوسیده باشد و از آنها خوشی و لذت بگیرد.

از هر جهتی تو را بلا داد
تا باز کشد به بی جهات

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸
بی جهات: موجودی که برتر از جا و جهت است، عالم الهی

ای انسان، از هر جهتی که برای به دست آوردن یا زیاد کردن همانیدگی‌ها رفتی، زندگی با قانون قضا تو را به بلا دچار ساخت تا به جای انقباض و جذب شدن به جهت‌های فکری همانیده، تو را به بی جهات یا فضای گشوده شده و استقرار در این لحظه ابدی بکشد.

چون ز زنده مُرده بیرون می کند
نفس زنده سوی مرگی می تند

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

چون قانون خداوند این است که به وسیله «قضا و کُن فکان» از زندگی زنده یعنی هشیاری خالص ما به عنوان امتداد خودش، مردگی من ذهنی را بیرون بیندازد، بنابراین من ذهنی دائماً به خودش ضرر می زند و میل به مرگ و نابودی دارد.

جانِ جان، چون واگشد پا را ز جان
جان چنان گردد که بی جان تن، بدان

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۷۴

[اگر در اثر فضا بندی تو] جانِ جان یعنی زندگی یا خداوند، پایش را از جان تو عقب بکشد و اتصالش را با تو قطع کند، یعنی شمس تبریزی از مرکز طلوع نکند، در این صورت فقط جان من ذهنی ات باقی می ماند که این جان مانند تنی مرده و فاقد حیات است.

نکته: از آن جا که همه ما این موضوع را تجربه کرده ایم که سبک زندگی من ذهنی در واقع یک نوع خودکشی، مرگ، پژمردگی و بی رمقی است، بنابراین بهتر است به وسیله تکرار این ابیات و به عمل در آوردن آن ها در زندگی مان، عقل من ذهنی را کنار بگذاریم.

جَوَّوِی، چون جمع گردی ز اشتباه
پس توان زد بر تو سکه پادشاه

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹۰
جوجو: یک جو یک جو و ذره ذره

اگر ذره ذره و به تدریج فضا را بگشایی و از اشتباه آوردن ذهن به مرکزت برگردی و به صورت حضور ناظر نگهبان
هشیاری خود باشی، در این صورت با شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها، شمس تبریزی از مرکزت طلوع کرده،
تماماً از جنس خدا می‌شوی و می‌توان سکه و مهر خدا را که علامت زنده شدن به اوست، بر تو زد.

علتی بتر ز پندارِ کمال
نیست اندر جانِ تو ای دُودلال

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴
دُودلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من ذهنی عشوه‌گر که هم خود و هم دیگران را فریب می‌دهی، در جان تو هیچ مرضی بدتر از پندار کمال و «می‌دانم» من ذهنی وجود ندارد که براساس آن خود را عاقل دانسته و با گذشتن از یک فکر همانیده به فکر دیگر، ناموس و درد ایجاد می‌کنی.

در تگ جو هست سرگین ای فتی
گرچه جو صافی نماید مر تو را

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹
فتی: جوان، جوانمرد

ای جوانمرد [اگر حتی یک لحظه مرکزت عدم شود، متوجه خواهی شد که] در اعماق جوی به ظاهر آرام ذهنت
انبوهی از سرگین دردهایی چون خشم، ترس، انتقام جویی و کینه ورزی، حسادت، نگرانی و اضطراب و ... وجود
دارد که با کمترین واکنش بالا می آیند. هرچند به دلیل داشتن پندار کمال و حیثیت بدلی من ذهنی این جوی صاف
و آرام به نظر می رسد.

کرده حق ناموس را صد من حدید
ای بسی بسته به بند ناپدید

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰
حدید: آهن

خداوند ابرو و حیثیت بدلی من ذهنی را که ناشی از پندار کمال اوست، همانند صد من آهن کرده و به صورت زنجیری نامرئی بر دست و پای هشیاری انسان بسته است. چه بسیارند کسانی که به وسیله این زنجیر پنهانی در ذهن اسیرند، به طوری که نمی توانند به اشتباهشان اقرار کرده و درد هشیارانه بکشند. در نتیجه نمی توانند از ذهن آزاد شوند.

نکته: به بیان مولانا ما دو نوع ناموس داریم، ناموس اصلی و ناموس بدلی. اگر در برابر رفتار و حرف های دیگران فضا را باز کرده و با شعار «نمی دانم» اجازه می دهیم خداوند از مرکزمان به صورت خورشید بالا آمده و بر اساس «قضا و کن فکان» خود به جای ما فکر و عمل کند، در این صورت ناموس و حیثیت ما اصلی است. ولی اگر حرف ها و رفتارهای مردم به ما برمی خورد و خشمگین می شویم، باید بدانیم که ناموس و حیثیت ما بدلی بوده و ناشی از پندار کمال من ذهنی مان است.

چون ملایک گوی: لا عِلْمَ لَنَا
تا بگیرد دستِ تو عِلْمَتَنَا

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰

ای انسان فضا را بگشا و مانند فرشتگان بگو: «ما را دانشی نیست» و دیگر به وسیله دانش من ذهنی عمل نکن تا «عِلْمَتَنَا» یعنی خرد و دانش ایزدی که در اثر گشودن فضا و مرکز عدم در این لحظه به تو عطا می شود، دستت را بگیرد و از ذهن بیرون بکشد.

«قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ.»
«گفتند: منزهی تو. ما را جز آنچه خود به ما آموخته‌ای دانشی نیست. تویی دانای حکیم.»
(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۲)

بَرِ خِیَالِ صَلْحِشَانِ وَ جَنگِشَانِ
وَزِ خِیَالِ فِخْرِشَانِ وَ نَنگِشَانِ

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۱

انسان‌ها در من‌ذهنی براساس یک فکر با هم صلح می‌کنند و یا با هم می‌ستیزند. همچنین براساس یک فکر احساس بزرگی کرده، فخر می‌فروشند و با یک فکر دیگر کوچک شده و حس حقارت می‌کنند. به عبارتی صلح، جنگ، فخر و ننگ آن‌ها بر مبنای فکر و خیال است.

نکته: اگر در اثر فضاگشایی و عدم کردن مرکزمان شمس تبریزی، خداوند، از درون ما طلوع کند، رابطه‌مان با دیگران براساس رابطه زندگی با زندگی پی‌ریزی می‌شود، نه براساس خیالاتِ توهمی و زودگذرِ من‌ذهنی.

خفته از احوال دنیا روز و شب
چون قلم در پنجه تَقْلِبِ رَبِّ

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۳
تَقْلِبِ: برگردانیدن، واژگونه کردن

[انسانی که فضا را گشوده و به بی‌نهایت خدا زنده شده است] نسبت به احوال دنیا که ذهن نشان می‌دهد و قصد تحریک او را دارد چشم فرو بسته است، به طوری که هیچ همانیدگی‌ای نمی‌تواند توجهش را به خود جذب کند. او مانند قلمی در دستان زندگی است و خداوند از طریق او فکر و عمل کرده، زندگی درون و بیرونش را نیک می‌نویسد.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم
او بهانه باشد و، تو منظرم

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹
منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

خداوندا، من به هیچ کس و هیچ چیز که ذهنم در این لحظه نشان می دهد نگاه نمی کنم و اگر فرضاً به آن نگاه هم کنم، آن چیز یا آن کس فقط بهانه‌ای است برای آن که تو را ببینم. [به عبارتی با نگاه کردن به هر چیز و هر اتفاقی، می خواهیم در اطراف آن فضاگشایی کرده و با مرکزِ عدم به تو وصل شویم.]

عاشقِ صنَعِ توأم در شکر و صبر
عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰
شکر و صبر: در این جا کنایه از نعمت و بلاست.
گبر: کافر

خداوندا، من در هر وضعیتی که ذهنم نشان می دهد عاشق آفریدگاری و صنَعِ تو هستم، چه در اتفاقات خوب که سبب شکرگزاری من شده و چه در وضعیت های بد که صبر مرا می طلبند. در هر دو حالت با فضاگشایی در اطراف اتفاق، مرکز را عدم می کنم تا خردت را به کار ببری و از طریق من بیافرینی. من همچون من های ذهنی کافر، عاشق آن چیز ساخته شده ای که ذهنم نشان می دهد نیستم.

عاشقِ صنَعِ خدا بافرِ بُودِ
عاشقِ مصنوعِ او کافرِ بود

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱
صنع: آفرینش
فر: شکوه ایزدی
مصنوع: آفریده، مخلوق

هر کس که عاشق نیروی آفریدگاری خدا بوده، با فضاگشایی اجازه می‌دهد که خداوند از طریق او ساختارهای نیک بیافریند، دارای فر و شکوه ایزدی است و عقل و خرد زندگی به فکر و عملش می‌ریزد. اما کسی که عاشق آفریده‌های خدا باشد کافر است، چراکه از طریق همانیده شدن با آن چه که ذهنش نشان می‌دهد، روی مرکز عدم و زندگی را می‌پوشاند.

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی
خویش را بدخو و خالی می کنی

–مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶
حَبْر: دانشمند، دانا
سَنی: رفیع، بلندمرتبه

اگر به جای تمرکز روی خود، روی دیگران کار کنی و بخواهی با عقل من ذهنی ات که از پندار کمال و «می دانم» سرچشمه می گیرد، آن ها را نصیحت و هدایت کنی و به بزرگی و دانایی برسانی، درواقع خودت را از جنس من ذهنی کرده و در نهایت بدخو و خالی از انرژی زنده زندگی می شوی.

نکته: برای ایجاد آبادانی در جهان، باید از طریق فضاگشایی اجازه دهیم شمس تبریزی از درونمان طلوع کند و تشعشع زندگی، خرد و بنده پروری او به فکر و عملمان بریزد تا بتوانیم در بیرون کارهای نیک و سازنده انجام دهیم؛ نه این که مرتب با انتقاد کردن انرژی منفی به جهان بریزیم و جسم خود را نیز فرسوده کنیم.

مرده خود را رها کرده‌ست او
مرده بیگانه را جوید رفو

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱

انسان در من ذهنی که مُرده‌ای بیش نیست تمرکز روی خود را رها کرده، به دنبال اصلاح و زنده کردن مرده، یعنی من‌های ذهنی دیگر است. به بیانی او ایرادهای خود را نمی‌بیند، بلکه مشغول ایراد گرفتن و نصیحت کردن دیگران است.

رَهْد ز خویش و ز پیش و ز جان مرگاندیش
رهد ز خوف و رجا و رهد ز باد و ز بود

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۵۰

رهیدن: رها شدن، خلاص شدن

مرگاندیش: آن که پیوسته در اندیشه مردن باشد. مجازاً، من ذهنی که با اندیشیدن و عمل به آن خودش را تباه می‌سازد.

خوف: ترس

رجا: امید

باد و بود: من ذهنی و آثار آن، بود و نبود

[وقتی مرکز انسان از طریق فضاگشایی و تحمل درد هشیارانه عدم می‌شود]، او به‌عنوان هشیاری خالص از خویش من‌ذهنی، از زمان روان‌شناختی گذشته و آینده و از جان ذهنی که فقط در اندیشه مرگ و نابودی است، رها می‌شود. این هشیاری خالص که از جسم‌ها، از تغییرات و از بین رفتن‌ها آزاد شده، دیگر امید به دست آوردن و ترس از دست دادن چیزهایی را که ذهن نشان می‌دهد، ندارد. همچنین او از خشم، غرور، رنجش، حسادت و هرچه که من‌ذهنی و آثارش در بیرون به‌وجود می‌آورد، می‌رهد.

بیاموز از پیامبر کیمیایی
که هر چت حق دهد، می ده رضایی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۷۵

از پیامبر یک کیمیایی را یاد بگیر که در اطراف هرچه که خداوند این لحظه از طریق قضا و کن فکان پیش می آورد، هرچند از نظر ذهن تو یک بی مرادی باشد، قضا را باز کن و با تسلیم و رضا، آن را بپذیر.

همان لحظه در جنت گشاید
چو تو راضی شوی در ابتلایی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۷۵

اگر در برابر اتفاق یا امتحان زندگی که این لحظه قانون قضا برای تو به وجود می آورد، فضاگشایی کرده و با رضایت کامل آن را بپذیری، بلافاصله در بهشت فضای یکتایی به رویت گشوده می شود.

رسول غم اگر آید بر تو
کنارش گیر همچون آشنایی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۷۵

پس اگر این لحظه قاصد غم به سویت آمد، تو فضاگشایی کن و مثل یک دوست آن را در آغوش بگیر، [تا پیغام آن را که در واقع نشان دادن یک همانیدگی است بگیری و بتوانی با شناسایی و تحمل درد هشیارانه ناشی از انداختن همانیدگی، مرکزت را عدم کنی و به زندگی زنده شوی].

هزار ابر عنایت بر آسمانِ رضا است
اگر ببارم، از آن ابر بر سرت ببارم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

[مولانا از زبان زندگی می گوید:] ابرهای بیشمارِ عنایت و رحمت در آسمان سینه‌ای وجود دارد که در اثر رضا و تسلیم در برابر اتفاق این لحظه، گشوده می شود. بنابراین اگر من بخواهم از باران رحمت و لطفِ بیکرانم بر تو ببارم و جسم و فکرت را پرورش بدهم، از همان ابرها بر سر تو می ببارم.

[این امر تنها زمانی میسر می شود که در پی سبب‌سازی ذهن نباشی و با بیکار کردنِ آن چه ذهن نشان می دهد، فضا را باز کرده و پیغام اتفاقات را دریافت کنی.]

تا نیارد سجده‌ای بر خاک تبریز صفا
کم نگردد از جبینش داغ نفرین خدا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۵
جبین: پیشانی

تا کسی از طریق فضاگشایی بر خاک فضای یکتایی و هشیاری ناب و پاک خدایی تسلیم نشود، سجده نکند و خودش را صفر نکند، داغ نفرین خداوند که همان من‌ذهنی او و اثرات مخرب و دردناک آن است، از پیشانی‌اش پاک نمی‌شود و رحمت ایزدی به او نمی‌رسد.

نکته ۱: شرط دریافت رحمت خداوند این است که این لحظه با فضاگشایی مرکزمان را عدم کنیم. بنابراین اگر با جذب شدن به یک چیز ذهنی، فضابندی کرده و دچار انقباض شویم، این رحمت به ما نمی‌رسد.

نکته ۲: علت فضابندی ما این است که به‌عنوان من‌ذهنی، طوری عادت کرده و شرطی شده‌ایم که در برابر هر وضعیت این لحظه واکنش تند ذهنی نشان داده و دچار انقباض می‌شویم.

نکته ۳: انسان‌ها در من‌ذهنی خشمگین شدن، دشمن‌گامی، انتقام‌جویی، نبخشیدن، ترساندن و .. را قدرت می‌دانند، درحالی‌که این‌ها نشانه ضعف می‌باشد. در حقیقت قوی کسی است که انعطاف‌پذیر، نرم و فضاگشا باشد؛ چراکه یک چیز سفت شکننده است، اما یک چیز انعطاف‌پذیر نمی‌شکند.

این حالت در حیوانات هم دیده می‌شود، جانورانی که انعطاف داشتند، یعنی می‌توانستند هم در آب، هم در خشکی و هم در هوا زندگی کنند باقی ماندند و از بین نرفتند، ولی حیواناتی که فقط در شرایط خاصی قرار بود زندگی کنند، با تغییر آن شرایط از بین رفتند.

نکته ۴: ما باید به خودمان توجه کنیم که آیا من در باورها و فکرهایم انعطاف دارم؟ می توانم تغییر کنم؟ می توانم فضاگشایی کنم؟ می توانم بگویم ممکن است من هم اشتباه بکنم؟ آیا می توانم به اشتباهم اقرار کنم؟

گفته او را من زبان و چشم تو
من حواس و من رضا و خشم تو

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۷

خداوند به انسان گفته است: «من هم زبان تو می شوم و از طریق تو سخن می گویم، هم چشم تو می شوم تا تو با دید عدم به جهان نگاه کنی. همچنین من حواس، رضا و خشم تو می شوم.» [خشمی که از روی هیجانات من ذهنی بر نمی خیزد، بلکه از جنس عشق و قدرت عمل است و موجب تغییر جهان می گردد. تو فقط ذهنت را خاموش کن، مرکزت را عدم نگه دار تا من در تو به خودم زنده شوم.]

نکته: تنها زمانی که ما فضا را باز می کنیم و خداوند به صورت آفتاب از درون ما بالا می آید و ما با او یکی شده و به بینهایت و ابدیتش زنده می شویم، می توانیم از دردها و هیجانات مخرب من ذهنی رها گردیم.

مصطفی فرمود: گر گویم به راست
شرح آن دشمن که در جان شماست

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۱

حضرت مصطفی فرمود: «اگر احوال این دشمنی را که به صورت من ذهنی درون شماست، شرح دهم،
[ادامه در بیت بعد]

زهره‌های پردلان هم بردرد
نه رود ره، نه غمِ کاری خورد

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۲
پردل: شجاع، دلیر، دلاور، باجرت

در این صورت زهره شجاع‌ترین انسان‌ها هم پاره می‌شود. به طوری که از ترس دیگر قادر به راه رفتن و یا انجام دادنِ کاری نیستند.»

[زندگی به تدریج من ذهنی را به ما نشان می‌دهد و آن را ضعیف می‌کند تا ما از پلیدی و شرارت آن نترسیم، قادر باشیم روی خود کار کنیم و تبدیل هشیاری ما صورت گیرد.]

با تشکر

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: لیلا

منابع: برنامه ۹۸۰ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)

کتاب‌های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)

با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه‌های گنج حضور

پایان



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید