



## پیغام عشق

قسمت دویست و دهم





مدت‌هاست فکر می‌کنم متن بنویسم. اما نمی‌توانستم. دائماً می‌شنیدم که بیان تجربیات شخصی در قالب این آموزه‌ها چه قدر مفید است. اما بی‌تفاوت رد می‌شدم. هی به خودم می‌گفتم اوکی می‌نویسم. اگر دوست ندارم، منتشر نمی‌کنم. اما دستم به قلم نمی‌رفت. امروز که متن آقا نیما رو در کانال خواندم، فهمیدم چرا نمی‌توانم بنویسم. حجم بالای تکبر مدت‌هاست نمی‌گذارد دست به قلم ببرم. حضرت مولانا چه قدر خوب می‌گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۰۸

تا بدانی که تکبر همه از بی‌مزگیست

پس سزای متکبر سر بی‌ذوق بس است

واقعاً همین سر بی‌ذوق بدترین سزا برای متکبر است. سادگی و افتادگی نویسنده آینه‌ای می‌شود و من چهره کربیه پرکبر و غرور من‌ذهنی را می‌بینم. گریه‌ام بند نمی‌آید. بیان تجربه‌های شخصی پهلوانی می‌خواهد. کار هر متکبر و من‌ذهنی نازداری نیست. اما از آن‌جا که حضرت مولانا می‌فرماید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۰۲

تو خون تکبر آر نریزی

خون جوش کند خناق خیزد

تصمیم می‌گیرم خون تکبر را با نوشتن متن بریزم. باور دارم یکی از بزرگ‌ترین موانع بیداری از خواب ذهن، ترس است. ترس از این‌که بیدار شوی و بینی چه قدر درد ایجاد کردی. چه قدر به خودت و دیگران آسیب زدی. واقعاً کمر انسان خم می‌شود. اما مگر ماندن در خواب ذهن دردها را کم می‌کند؟ از طرف دیگر اگر باور دارم که یک موهم از سر هشیاری حضور کم نشده، پس ترس برای چی است؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹



آن کس که از تکبر مالد سبیل خود را

از نور کبریایی چون مُستتیر باشد؟

حضرت مولانا می‌فرماید کسی که از تکبر سبیل خودش را می‌مالد از نور کبریا بهره‌ای نمی‌برد. متن آقا نیما چهره پرتوقع و پر از خشم من ذهنی‌ام را به روشنی به من نشان می‌دهد. به یاد می‌آورم هیچ‌گاه سپاسگزار پدر و مادرم نبودم، مخصوصاً پدرم. دائماً از خودم می‌پرسیدم چرا این‌ها ازدواج کردند؟ چرا ما را به دنیا آوردند؟ روز به روز من ذهنی من سفت‌تر و جامدتر می‌شد و من تبدیل به آدمی می‌شدم که نمی‌شد با او حرف زد. با کم‌ترین کلمه از جا می‌پریدم. هر روز پر خشم‌تر می‌شدم و هر روز فاصله‌ام با پدرم بیشتر می‌شد. خشم من را به جایی رساند که دیگر حتی نمی‌توانستم به پدرم نگاه کنم. من خودم را دانای کلی می‌دیدم که اجازه دارد همه کس و همه چیز را قضاوت کند، توقع داشته باشد، برنجد و داد و فریاد راه بیندازد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۹۸

خشم هرگز برنخیزد جز ز کبر و ما و من

هر دو را چون نردبان زیر آر و بر افلاک شو

هر کجا تو خشم دیدی، کبر را در خشم جو

گر خوشی با این دو مارت، خود برو ضحاک شو

دیگر از این واضح‌تر می‌شد مشکل من را توضیح داد؟ تمام خشم من ناشی از کبر و من منم بود. هر لحظه قضاوت رفتارهای پدرم برحسب همانیدگی‌هایم آتش خشم من را بیشتر می‌کرد. هر کلمه‌ای که از دهان پدرم در می‌آمد را تعبیر و تفسیر می‌کردم و جالب است که این تعبیر و تفسیرها را درست‌ترین واقعیت جهان می‌دانستم. لحظه‌ای شک نمی‌کردم که من



اشتباه می‌کنم. لحظه‌ای فکر نمی‌کردم عینک همانیدگی دید من را کور کرده است. من مرید تمام و کمال من ذهنی بودم. تمام حرف‌های او را وحی منزل می‌دانستم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۹۸

جمله خشم از کبر خیزد، از تکبر پاک شو

گر نخواهی کبر را، رو، بی تکبر خاک شو

رو تو قصاب هوا شو، کبر و کین را خون بریز

چند باشی خفته زیر این دو سگ؟ چالاک شو

حضرت مولانا به من گفت همه این خشم تو از کبرت می‌آید. خون خشم و تکبر را با هم بریز. تا کی می‌خواهی زیر این دو تا سگ بخوابی؟ تا کی می‌خواهم اجازه دهم خشم و نفرت جای خدا در دلم بنشیند. تا کی می‌خواهم از پدرم کینه داشته باشم و فرار کنم؟ تا کی می‌خواهم حرف‌های من ذهنی را جدی بگیرم؟ تا کی می‌خواهم نگران مرگ پدرم باشم، اما در زنده بودنش جز نفرت حسی نسبت به او نداشته باشم؟

خجالت می‌کشم وقتی به یاد می‌آورم چند سال پیش برای درمان افسردگی ناشی از تکبر، پیش یک روانشناس می‌رفتم و هر دفعه با حرف‌های او و قضاوت‌هایش آتش خشم و کینه‌ام نسبت به پدرم افزون‌تر می‌شد. در حالی که درمان این تکبر درون خودم بوده است. من چه‌طور انتظار داشتم انسان‌های اسیر زندان من را از زندان آزاد کنند. از حجم کوری من ذهنی و راه‌حل‌های ناکارآمدش مغزم سوت می‌کشد. من مغرور به کتاب‌هایی بودم که می‌خواندم، کلاس‌هایی که می‌رفتم. نمی‌دیدم این‌ها نه تنها خشم من را کم نمی‌کند، بلکه هر روز بیشتر من را از خودم و از پدرم دور می‌کنند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۲۶

از نشاط از ما گرانه کرده‌یی



## این تکبر از کجا آورده‌یی؟

من سرخوش من می‌دانم‌هایم بودم. تکبر ناشی از من من کردن نمی‌گذاشت من از استادان زنده به زندگی بهره ببرم. من هر روز بیشتر می‌دانستم و متکبر تر می‌شدم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۷۹

ز آن یکی بازی چنان مغرور شد

کز تکبر ز اوستادان دور شد

من از خامی به خود می‌بالیدم. برای همین از استادان فن دور بودم. شاید هم علتش این بود که من در مقابل من‌های ذهنی متواضع بودم و هر حرف آن‌ها را بی‌لحظه‌ای تأمل قبول می‌کردم. اما در مقابل زندگی هر لحظه سرکش تر می‌شدم. اصلاً تسلیم برایم معنی نداشت. من حق مسلم خودم می‌دانستم برنجم، عصبانی شوم و کینه داشته باشم. حتی به مادرم ایراد می‌گرفتم که همه مشکلات ما از سکوت و توسری خوری تو است.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت‌های ۲۲۲۵ و ۲۲۲۶

ای تواضع برده پیش ابلهان

وی تکبر برده تو پیش شهان

آن تکبر بر خسان خوب است و چست

هین مرو معکوس عکسش بند توست

من در مقابل من‌های ذهنی فروتنی داشتم. این وارونه‌کاری در نجات را به روی من بسته بود. چون راه معکوس می‌رفتم، هر لحظه دردم بیشتر می‌شد. من گنجی بودم که مست می‌کشنده تکبر بود و هر لحظه وجودم از این می‌پرزهتر می‌شد. نمی‌دیدم بابام از شوخی برای نزدیک شدن به من استفاده می‌کند. کی این قدر دلم سیاه شد که شوخی را نبینم؟ محبت



پشت شوخی را نبینم؟ کی این قدر کور شدم، نبینم بابام دیگر جرئت مستقیم حرف زدن با من را ندارد و از دیگران به عنوان واسطه استفاده می‌کند؟

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۴۷

این تکبر، زهر قاتل دان که هست

از می پر زهر شد آن گیج، مست

داستان پشه‌ای که بر بول خر کشتیبانی می‌کرد یکی از اولین تیشه‌ها بر من می‌دانه‌های من ذهنی‌ام بود. بزرگ‌ترین لطف زندگی به من این بود که از تمام منابع اطلاعاتی که با من ذهنی پیدا کرده بودم، فاصله گرفتم. نمی‌دانم اگر برنامه گنج حضور، بینش حضرت مولانا و پشت کار و تعهد آقای شهبازی نبود، من الان کجا بودم. آقای شهبازی یک بار فرمودند، هر وقت دیدی ناراحتی یعنی ناز داری و باید ناز را به نیاز تبدیل کنی.

من دیدم ناراحتی. خیلی ناراحتی. سال‌ها از پدرم رنجیدم و این رنجش‌ها را روی هم کوبیدم. این قدر کینه دلم را سیاه کرده که نمی‌توانم ببینم چه قدر پدرم من را دوست دارد. نمی‌توانم ببینم اگر در مقابل درشتی‌های من حرف نمی‌زند، برای این نیست که توانا نیست. برای این است که من را با همه وجودش دوست دارد. کینه نمی‌گذاشت ببینم چه قدر من پدرم را دوست دارم. نمی‌گذاشت ببینم ما هر دو یک هشیاری هستیم. اگر هم من ذهنی داریم، این اصل ما نیست. دیدم تمام تکبر من از پوسته من ذهنی می‌آید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت‌های ۱۹۴۰، ۱۹۴۱

این تکبر از نتیجه پوست است

جاه و مال، آن کبر را زان دوست است

این تکبر چیست؟ غفلت از لباب



### مُنْجَمِدِ چُونِ غَفَلَتِ یَخِ زِ آفتابِ

دیدم که تکبر، این پوسته من را از مغز یا فضای عدم غافل کرده است. دیدم که در غیاب آفتاب عدم، مثل یخ منجمد شدم. حضرت مولانا به من گفت اگر به خاطر تکبر افسرده شدی، آفتاب را بجو. درمان تو آن شمس و آن فضای عدم است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۸۴

وَرِ فَسْرُدِی در تَکْبَرِ، آفتابی را بَجُو

در گُدازِ هر فَسْرُدِه شَمَسِ باشد ماهری

واقعاً هم شمس ماهری بود. هر لحظه فضاگشایی، هر بیت حضرت مولانا، هر برنامه گنج حضور و هر پیام بینندگان آینه من شد. من دیدم چه قدر خراب کردم. دیدم این فرمون من رو می‌برده ته دره... و من نالیدم به خدا که این تکبر من ذهنی‌ام را بنشانند. که من بتوانم پدرم را نگاه کنم، بغلش کنم، ببوسمش قبل از این که بمیرد و من ببینم توهمات من ذهنی چطور این همه سال بی‌خود ما را از هم دور کرد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۳۹

هَمِگِی وَبَالَمِ از تو، به خدا بِنَالَمِ از تو

بِنِشَانِ تَکْبُرِشِ را تو خدا به کِبْرِیایی

و خدا از روی کبریایی، از روی بزرگی ناله من را شنید. توهمی و پوچ بودن حرف‌های من ذهنی‌ام را هر روز به من نشان داد، به من نشان داد چطور اصل خودم را و اصل پدرم را فراموش کردم و من هر لحظه یاد گرفتم اگر می‌خواهم این دریا فضای عدم درونم باز شود، روان باشم و برتر درآمدن و تکبر من ذهنی را رها کنم. دیگر دنبال این نبودم که به پدرم ثابت



کنم ایرادگیر و عیب‌بین است، دیگر دنبال این نبودم به او ثابت کنم من آن موجود نادان و ناتوانی که او می‌بیند، یا بهتر است بگویم من فکر می‌کردم من را این گونه می‌بیند، نیستم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۳

اگر خواهی که این در باز گردد

سوی این در روان و بی ملال آ

رها کن صدر و ناموس و تکبر

میان جان بچو صدر معلّا

من صدر معلّا را میان جان جستیم. هر چه بیشتر پی می‌بردم که اصل من بی‌نهایت خداست، کمتر دنبال این بودم که چیزی را ثابت کنم. کمتر دنبال این بودم که من ذهنی را ترمیم کنم یا از آن دفاع کنم. هر چه بیشتر جنگیدن را کنار می‌گذاشتم، می‌دیدم اصلاً بی‌خود این همه سال جنگیدم.

یک وقت‌های از شدت مسئله‌سازی و دشمن‌سازی من ذهنی حیران می‌مانم. چه قدر راحت عزیز آدم، کسی که به من فرصت بودن تو این دنیا رو داده، کسی که به قول داداشم این همه سال غول بچه درون من را سیر کرده، دشمن می‌کند. آدم به خودش می‌آد، می‌بیند هیچی از رابطه نمانده.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۱

پیشتر آ، در گذر از ما و من

پیشتر آ، تا نه تو باشی نه ما

کبر و تکبر بگذار و بگیر

در عوض کبر، چنین کبریا





در گذشتم از ما و من؛ یا بهتر است بگویم هر لحظه تلاش می‌کنم از ما و من بگذرم. جالب است هرچه بی‌کبرتر می‌شوم، برخلاف دید معیوب من ذهنی، کوچک‌تر نمی‌شوم. اتفاقاً باثبات‌تر و بزرگ‌تر می‌شوم. چون به کبریا و بی‌نهایتی عدم دسترسی پیدا می‌کنم. وقتی یک سنگ را در یک چاله می‌اندازی، تمام آب آن خالی می‌شود. اما اگر همان سنگ را در اقیانوس بیندازی، به خاطر وسعت، حتی شاید امواج حاصل هم دیده نشود، یا به سرعت ناپدید می‌شود. در مقابل این آرامش و شادی بی‌سبب، کبر من ذهنی شبیه یک شوخی مسخره به نظر می‌آید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۰۵

ببر ای عشق چو موسی، سرِ فرعون تکبر

هله فرعون به پیش آ، که گرفتم در و بامت

هر لحظه از خدا می‌خواهم سر فرعون تکبرم را ببرد. گفتنش به زبان خیلی ساده است. اما می‌خواهم سر این فرعون را ببرد و قدرت تسلیم و فضاگشایی به من بدهد تا از افتادن سر فرعون تکبر به ترس من ذهنی نیفتم و واقعیت این است که کمتر می‌ترسم. اگر این توهم من نیستم، چرا باید از کوچک شدنش بترسم؟ اگر این خون آشام با هشیاری که از من می‌گیرد، هر لحظه برای من درد تولید می‌کند، چرا باید مدافعتش باشم؟

در نهایت باور دارم من می‌توانم کینه را تا آخر عمرم حمل کنم؛ اما آن موقع عمرم را در توهم گذرانده‌ام. و از طرف دیگر باید بی‌خیال زنده شدن به خدا بشوم؛ چون کینه نمی‌گذارد خدا در مرکز من بیاید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۴

فراقِ دوست اگر اندک است اندک نیست

درون چشم اگر نیم تایی موست بد است



بنابراین من آگاهانه و مصمم انتخاب می‌کنم که هیچ‌گاه نگویم می‌دانم. واقعاً با من ذهنی به جز مسئله‌سازی چیزی هم نمی‌دانم. بنابراین گفتار و رفتار دیگران را قضاوت نمی‌کنم.

انتخاب می‌کنم همه رنجش‌هایم را از پدرم بیندازم.

انتخاب می‌کنم که از حرف‌ها و انتقادهای دیگر نرجم. بلکه با فضاگشایی پیام آن حرف را بگیرم.

انتخاب می‌کنم که پدرم را با دیگران مقایسه نکنم. حتی پدرم را با تصویر ذهنی از پدر ایده‌آل مقایسه نکنم.

انتخاب می‌کنم در هیچ زمینه‌ای هیچ توقعی از پدرم نداشته باشم.

و در نهایت انتخاب می‌کنم قانون جبران را در حق پدرم رعایت کنم.

یلدا

با سلام خدمت استاد عزیزم و همه دوستان

خلاصه ای از غزل ۲۱۵۵ برنامه ۸۴۹

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

کی ز جهان برون شود جزو جهان؟ هله بگو

کی برهد ز آب نم؟ چون بجهد یکی ز دو؟

آگاه باش و تأمل کن که چگونه هوشیاری که همانیده شده با جهان و جزو جهان شده، می تواند از این جهان بیرون بجهد و آب زندگی و هوشیاری حضور، چگونه می تواند خودش را از آب تقلبی هوشیاری جسمی جدا کند؟ و تو که از جنس یکتایی و وحدت هستی، چگونه می توانی از این دید دویی ذهن که مرتب در حال قضاوت و خوب و بد کردن است، بیرون بجهی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

هیچ نمیرد آتشی ز آتش دیگر ای پسر

ای دل من ز عشق خون، خون مرا به خون مشو

وقتی شعله آتش به شعله دیگر نزدیک می شود، همدیگر را تقویت می کنند و زبانه های آتش بیشتر می شود. یک من ذهنی پُر درد هم وقتی به یک من ذهنی پُر درد دیگر نزدیک می شود، شعله های آتش درد در آنها تقویت می شود. پس برای رهایی از من ذهنی و بیرون پریدن از جهان نمی توانی از من های ذهنی کمک بگیری.

ای دل من، مواظب باش که برای رسیدن به عشق اصلی و خدائیت، هوشیاری مرا با هوشیاری کثیف و آلوده به درد نشویی، چون خون با خون پاک نمی شود.



مولانا می گوید، با فکرهای من دار کردن و اندیشیدن به همانیدگیهایی که در آنها شکوفا هستی، و مقایسه کردن خود با دیگران و برتر در آمدن، نمی توانی از دردی که بواسطه از دست دادن بعضی همانیدگیهایت می کشی خلاص شوی. این کار خون را با خون شستن است. بلکه باید با پذیرش وضعیت ها و عدم کردن مرکزت، اجازه دهی که آب حیات بخش زندگی در وجودت جاری شود و تو را شفا دهد.

همه من های ذهنی در زندان همانیدگیها گرفتارند. پس از من های ذهنی کمک نخواه. چون آنها نمی توانند تو را نجات دهند، چنانچه چاقو نمی تواند دسته خودش را بتراند. تنها یک انسان منحصر به فرد مانند مولانا و استاد شهبازی که جانشان به بی نهایت خدا زنده شده، قادر است که تو را از چاه ذهن بیرون بکشد.

مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۰۳ تا ۳۴۰۵

کی دهد زندانیی در اقتناص

مرد زندانی دیگر را خلاص؟

اهل دنیا جملگان زندانی اند

انتظار مرگِ دارِ فانی اند

جز مگر نادر یکی فردانی ای

تن به زندان، جان او کیوانی ای

اقتناص: در اینجا به معنی اسیر و گرفتار

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

چند گریختم نشد سایه من ز من جدا

سایه بود موكلم، گرچه شوم چو تارِ مو



سال‌ها در برابر زندگی و اتفاقات ستیزه و مقاومت کردی و با ایجاد سایه من ذهنی، مانع عبور دم ایزدی از وجودت شدی، و خودت را با سایه ات اشتباه گرفتی.. و این سایه شد تصمیم گیرنده و همه کاره تو. به خود آمدی، دیدی که در میان مسائل و دردهایی که این سایه برایت ایجاد کرده گرفتار شده ای. اما نمی توانی از او فرار کنی. با گریختن، سایه از تو جدا نمی شود، حتی اگر با عبادت و محروم کردن خود از خوشیهای دنیایی، سایه ات را مثل مو لاغر کنی، باز هم او زنده است و به تو ضرر می زند. تنها راه فضاگشایی و قبول مسئولیت اشتباهات و مسائلی است که برای خودت درست کرده ای، تا خرد زندگی به کمکت بیاید و تُو را از این سایه جدا کند.

وقتی سایه تو دشمنِ توست، هر جا که بروی ایمن نخواهی بود و با تغییر مکان و وضعیت ها نمی توانی به آرامش و ایمنی دست پیدا کنی، مگر اینکه با فضاگشایی پی در پی، سایه را کم رنگ کنی.

مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۱

نه به هندست ایمن و نه در خُتن

آنکه خصم اوست سایه خویشتن

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

وَر دو هزار سال تو در پی سایه می دوی

آخر کار بنگری، تو سپسی و پیش او

اگر تا آخر عمرت هم دنبال من ذهنی ات بدوی و بخواهی که او را از خودت جدا کنی، آخر سر متوجه می شوی که او جلوی توست و برای تو تصمیم می گیرد و تو را اداره می کند؛ و تو با عقل سایه و الگوهای مقاومت من ذهنی نمی توانی از شر سایه خلاص شوی. تنها مرکز عدم و پذیرش سایه به همانگونه که هست به تو کمک می کند که از من ذهنی جدا شوی.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

جرم تو گشت خدمتت، رنج تو گشت نعمت

شمع تو گشت ظلمتت، بند تو گشت جست و جو

وقتی من ذهنی داری، هر خدمت و عبادتی که کنی تبدیل به گناه می شود و همه نعمتهایی را که خدا به تو داده بود و می توانستی از آنها لذت ببری، برای تو تبدیل به درد و رنج می شود. شمع ذهن تو، به جای اینکه راه را به تو نشان دهد، تبدیل به ظلمت و تاریکی می شود و تو را در گمراهی بیشتری می اندازد؛ و تو در این ظلمت ذهن و مرکز همانیده، خدای ذهنی و جسمی را جستجو می کنی و این جستجو تو را بیشتر در بند می کشد. اما اگر مرکز را عدم کنی، در این صورت تمام گناهانت بخشیده می شود و درد هوشیارانه تو تبدیل به نعمت می شود و ظلمت ذهن تبدیل به شمعی می شود که راه تو را روشن می کند و در آن زمان است که جستجویی می کنی از ورای جستجو و این جستجو تو را از بند آزاد می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

شرح پدادمی ولی پشت دل تو بشکند

شیشه دل چو بشکنی، سود ندارد رفو

مولانا می گوید، من می توانم تمام جزئیات من ذهنی و ضررهایی را که به تو زده، برایت شرح بدهم. اما می ترسم تو تحمل شنیدن همه آنها را نداشته باشی و از شنیدن اشتباهات و تلف کردن زندگی دچار حس گناه و ملامت شوی و دلت بشکند، که در این صورت نمی توان دل شکسته را رفو کرد. بنابراین بهتر است که در هر وضعیتی که هستی، آن را بپذیری و رو به "او" کنی و خودت را ملامت نکنی و به خاطر به دست آوردن این آگاهی شکر گزار باشی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵



سایه و نور بایَدت، هر دو بهم ز من شنو

سَر بِنه و دراز شو، پیش درخت اتقوا

تو نمی توانی کمال طلب باشی و بخواهی که همیشه نور باشی و از فضای نور و حضور عمل کنی، بلکه سایه و نور هر دو لازم است، سعی کن هر لحظه عدم را در مرکزت بگذاری و از گذاشتن جسمها در مرکزت پروا کن. اما ممکن است گاهی طبق الگوهای شرطی شده ذهن عمل کنی و دوباره از جنس سایه شوی. اشکالی ندارد. چون سایه و نور به هم قابل تبدیلند. اگر اشتباه کردی، خودت را بپذیر و سرزنش نکن، دوباره با صبر و شکر و پرهیز به فضای حضور برگرد و در زیر درخت پرهیز دراز بکش.

مولانا در این بیت به ما می گوید:

هوشیاری برای اینکه بتواند در این جهان کار کند، به من ذهنی نیاز دارد. پس نباید توقع داشته باشی که صد درصد از جنس نور و حضور باشی. روح و جسم در این جهان لازم و ملزوم یکدیگرند و با هم کار می کنند و خدا برای زنده شدن به خودش به چهار بُعد انسان نیاز دارد.

مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۲۳ و ۳۴۲۴

روح بی قالب نداند کار کرد

قالت بی جان فسرده بود و سرد

قالت پیدا و آن جانت نُهان

راست شد زین هردو اسباب جهان

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

چون ز درخت لطف او، بال و پری پرویدت



تَن زَن چَوَن کَبوتَران، باز مَکَن بَقَرَبَقو

اگر مدتی تسلیم شدی و در سایه درخت صبر و پرهیز، مرکزت باز شد و لطفِ او وارد وجودت شد و دیدی که دارد پر و بالت باز میشود و داری از دست همانیدگیها آزاد میشوی و شادی بی سبب وارد وجودت می شود، در این صورت پر و بالت را باز کن و پرواز کن. مبادا دوباره به ذهن بروی و مانند کبوتران بقر بقو کنی و بخواهی پیشرفتت را اندازه بگیری، یا دیگران را عوض کنی و از طریق چیزهایی که یاد گرفتی خودنمایی کنی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

چَغَز در آب می رَوَد، مار نمی رسد بدو

بانگ زَنَد، خبر کند، مار بدانَدش که کو

تا زمانیکه قورباغه هوشیاری تو بی سر و صدا در فضای یکتایی ثنا می کند، مار من ذهنی خودت و دیگران دستش به او نمی رسد. ولی اگر قورباغه تو شروع کند به آواز خواندن و با آندک پیشرفتی بخواهد همه را خبر کند و راهنمای دیگران شود، در این صورت مار من ذهنی جهان پیدایت می کند و تو را می بَلَعَد و می بینی که از پیشرفت باز ماندی.

مولانا در این چند بیت دوباره ما را به خاموشی و تمرکز روی خود دعوت می کند. پس بسیار مهم است که فقط روی خودمان کار کنیم و این موضوع را از من های ذهنی پنهان کنیم و اگر کمی پیشرفت کردیم از دیگران مخفی کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

گرچه که چَغَز حیلَه گر، بانگ زَنَد چو مار هم

آن دَم سُسْت چَغزیش، باز رَهَد ز بانگ بو

قورباغه هوشیاری حتی اگر مانند مار آهسته هم حرف بزند، باز هم مار من ذهنی پیدایش می کند و قورتش می دهد، پس علاوه بر اینکه باید به زبانت مَهر بزنی تا مارهای من های ذهنی پیدایت نکنند، بلکه ذهنت را هم باید خاموش کنی





و از گفتار بیهوده در ذهنت و فکرهای پی در پی که در تو هیجان ایجاد می کنند، پرهیز کنی تا خوراک مارها نشوی و این کار تنها با فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه ممکن است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

چَغز اگر خَمش بُدی، مار شدی شکار او

چونکه به گنج وارود، گنج شود جو و تسو

هوشیاری اگر در ذهن خاموش باشد و به صورت حضور ناظر به مار من ذهنی نگاه کند، در این صورت مار شکار او می شود و می تواند خودش را از همانیدگیها آزاد کند. یعنی اگر به گفتار زبانی و ذهنی خاموش شوی و در گوشه ای دور از چشم من های ذهنی با مرکز عدم به خلوت بنشین، کم کم هوشیاری کوچک تو در ذهن پخته می شود و تبدیل به گنج بی نهایت خدا می شود. مانند قطره آبی که در دل صدف خاموش می نشیند و تبدیل به مروارید می گردد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

گنج شود تسوی زَر، کم نشود به خاک زَر

گنج شود تسوی جان، چون برسد به گنج هو

همانطور که اگر ذرات ناچیز طلا به هم بیبوندند، تبدیل به گنج می شوند و مخلوط بودن آنها با خاک، چیزی از ارزش آنها کم نمی کند، هوشیاری ناچیز ما هم وقتی به هوشیاری کل می پیوندد، تبدیل به گنج می شود. یعنی به بی نهایت تبدیل می شود و با خدا یکی می گردد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۵۵

ختم کنم برین سخن؟ یا بفشارمش دگر؟

حکم تراست من کیم؟ ای ملک لطیف خو



سخنم را همین جا خاتمه بدهم، همین قدر کافی بود و یا ادامه بدهم؟

حُکم حُکمِ توست، ای پادشاهِ لطیفِ خو، من کی باشم که بخواهم قضاوت کنم، این تو بودی که از طریق من حرف می زدی، تشخیص دهنده تو هستی.

با تشکر

پروین از استان مرکزی





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](mailto:Shahbazi@rapidtest.com)