

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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت دویست و پنجاه و نهم





آقای علی از رشت




با سلام خدمت استاد عزیز و همراهان محترم گنج حضور

قانون اساسی من ۳۳ اصل دارد و قصد دارم امروز در مورد اصل هفتم آن صحبت کنم و چنانچه صلاح دانستید در گروه به اشتراک گذارید.

اصل هفتم: با سکس هم هویت نشوم.

ما انسانها دارای نیازهایی هستیم که برخی از آنها جسمانی (فیزیولوژیک) و برخی روانی یا (سایکولوژیک) می‌باشند. نیاز به غذا، آب، خواب از جمله نیازهای جسمانی هستند که تداوم بقای جسمانی ما به برطرف کردن آنها بستگی دارد. اما نیاز به تایید و احترام، نیاز اجتماعی جز نیازهای روانشناختی محسوب می‌شوند. به عبارت دیگر ساخته ذهن هستند و اگر هم برطرف نشوند لطمه ای به تداوم حیات ما وارد نمی‌شود.

سکس در گروه نیازهای جسمانی است، ابزار تداوم نسل است و مثل هر کدام از دیگر نیازها چنانچه من ذهنی بر آن تسلط یابد یعنی با آن هم هویت شود، قطعا مشکلاتی بوجود میاید. وقتی من ذهنی دست روی چیزی بگذارد، میخواهد آنرا زیاد کند. مثل پول، غذا و حتی سکس. زمانی که این نیاز طبیعی در کنترل من ذهنی قرار میگیرد، تعادل به هم میریزد. بیشترین توجه و تمرکزش معطوف به آن می شود و اساسا بخش زیادی از افکارش و تصوراتش در پی برآورده کردن آن است. همانطور که احترام، تایید و توجه، ساخته ذهن هستند، ذهن می تواند در مورد این نیاز طبیعی هم شروع به تصویرسازی کند و دائما آنرا بسط دهد.

حضور ناظر و شناسایی، ابزار مهمی است که به ما در کاهش هم هویت شدگی با آن کمک می کند. درحقیقت اولین قدم مهم این است که بپذیریم با این نیاز هم هویت هستیم. اعتراف و پذیرش، سر آغاز رسیدن به تعادل است. بنابراین یک چالش دائمی شروع می شود. البته اگر شناسایی نکنیم، در آن صورت مکانیزم درد کشیدن، شک ما را از بین می برد. پس دائما باید مراقب بود. 

در پایان باز هم به خودم یادآوری میکنم که صرفا دانستن ذهنی کافی نیست، باید در عمل مواظب بود که کشیده نشوم.

با تشکر
علی از رشت



آقای شاپور



با سلام خدمت جناب شهبازی و دوستان گرامی گنج حضور

کعبه جانها تویی، گرد تو آرم طواف
جغد نیم، بر خراب هیچ ندارم طواف

فرمودین کعبه جانها در درون ما به صورت عدم بازمیشه و ما باید دور این عدم طواف کنیم واگر نه مثل جغد دور
همانیدگی ها طواف خواهیم کرد.

به طواف کعبه رفتم به حرم رهم ندادند
که تو در برون چه کردی که درون خانه آیی؟
-عراقی، دیوان اشعار

وقتی مرکزت پر از وابستگیهاست اجازه طواف بر گرد کعبه جان را نداری و اصولاً سزاوار آن نیستی، چرا که مثل جغد در ویرانه ها ساکن بودی و هیچ سرویسی به خدا و خلق خدا ندادی، در اصل متعهد به وظیفه اصلی خود نبوده ای.

طواف خسته دلی کن، که کعبه خود سنگی است
که آن خلیل به پای کرد و این خدای خلیل

اگر خراب کنی کعبه را گناهی نیست
به شرط آنکه بناهای دل کنی آباد

در دفتر پنجم بیت ۲۴۴۶ دارند:
نفس تو تا مست نقل است و نبید
دانکه روح خوشه غیبی ندید

تا مشغول سرویس دهی به خواسته های من ذهنی هستی، خبری از طواف نیست.

ای نظرتان را بر گهر بر شاه نه
قبله تان غول است و جاده راه نه
دفتر پنجم، بیت ۴۰۷۷

در مسیر این طواف عقبه هایی و دردهای هشیارانہ ای است کہ این امتحانہا عزت و جلال و شکوہ این طواف را
نمایان می کند.

در بیت ۳۲۲۳ دفتر پنجم دارند:

عزت مقصد بود ای ممتحن
پیچ پیچ راه و عقبه و راهزن

و در بیت ۳۸۰۸ دفتر چهارم:
شمع چون دعوت کند وقت فروز
جان پروانه نپرهیزد ز سوز

و در دفتر پنجم، بیت ۲۵۵ دارند:
قول و فعل بی تناقض بایدت
تا قبول اندر زمان پیش آیدت

باید بینیم حول چه شمعی می گردیم، آتش موسی یا آتش شعار هرچه بیشتر بهتر.

دفتر پنجم، بیت ۷۱۱:
جان فدا کردن برای صید غیر
کفر مطلق دان و نومیدی ز خیر

و بازم دفتر پنجم، بیت ۸۹۹:
زآنکه این زاغ خس مردار جو
صد هزاران مکر دارد تو به تو

زمانی محرم کعبه دل می شوی که با فضاکشایی و تسلیم و عدم مقاومت و قضاوت، خالصانه متعهد به این راه باشی.

در دفتر چهارم بیت ۵۸۳ دارند:
سوی حق گر راستانه خم شوی
وارهی از اختران محرم شوی

بازم دفتر چهارم بیت ۲۲۳۴ دارند:
سوی دریا عزم کن زین آب گیر
بحر جو و ترک این گرداب گیر

فراموشی ما از اصل خود، ما را به طواف آتش خواستنها می بره، و طواف کعبه جان را از یاد می بریم.

دفتر سوم، بیت ۲۸۷۸:

باز چون پروانه نسیان رسید
جانان را جانب آتش کشید

بازم دفتر سوم، بیت ۲۹۹۹ دارند:

اهل دنیا سجده ایشان کنند
چونکه سجده کبریا را دشمن اند

و در دفتر دوم بیت ۲۸۴۲ دارند:

سوی لطف بی وفایان خود مرو
کان پل ویران بود نیکو شنو

اگر چه جغدی می‌کنیم و حق ناشناسی، با این وجود همیشه عنایت و جذبه خداوند شامل حال ماست.
و مثل مادری مهربان ما را از نزدیک شدن به آتش هم هویت شدگی‌ها و سوختن در آنها منع می‌کند.

من همی رانم شما را، همچو مست
از در افتادن در آتش با دو دست
دفتر سوم، بیت ۴۵۵۷

ور بود جغدی و میل او به شاه
او سر بازست، منگر در کلاه
دفتر ششم، بیت ۱۳۷

کز تناقضهای دل، پشتم شکست
بر سرم جانا بیا می مال دست
دفتر ششم، بیت ۵۶۰

سوی خود کن این خفاشان را مطار
زین خفاشیشان بخر، ای مستجار
دفتر ششم، بیت ۳۴۳۲

زین کششها ای خدای رازدان
تو به جذب لطف خودمان ده امان
دفتر ششم، بیت ۲۹۰۴

در پناه حق شاپور



آقای فریدون از مهردشت کرج



🙏 سلام 🙏
🌹 روز شیرین امروز، مبارک 🌹

فریدون هستم از مهرشهر کرج
هفتاد و هشتمین بیت، با کلمه‌ی (اَلْسَتْ) در مثنوی

– مثنوی معنوی، دفتر دوم ۱۶۶۷
روح آنکس، کو به هنگام اَلْسَتْ
دید ربّ خویش و شد بی خویش مست

این بیت در قصه‌ای از دفتر دوم آمده که خلاصه‌ی آن را با نگاهی به شرح جامع جناب کریم زمانی، با هم می‌خوانیم. حکایت انکار فلسفی، بر قرائت آیه‌ی ۳۰ سوره‌ی «ملک».

قصه از جایی شروع می‌شود که یک قاری قرآن، آیه‌ی ۳۰ سوره‌ی مُلک را اینگونه می‌خواند که: «بگو اگر گردد آبتان در زمین نهان، که رساندتان به آب روان؟» و در این لحظه فیلسوف نمایی از آنجا عبور می‌کرد و در پاسخ قاری گفت: «اینکه کاری ندارد. می‌روم بیل و کلنگ و تبری تیز می‌آورم و آب بسته شده، را دوباره به جریان درمی‌آورم.»

آن مرد، شب هنگام خوابید و خوابی دید که مردی قوی هیکل، سیلی محکمی به او می‌زند و از شدت آن ضربه، هر دو چشم او کور می‌شود. آن زورمند در خواب به فیلسوف‌نما می‌گوید: «اگر راست می‌گویی با اسباب و وسایلی که داری، بینایی چشمت را بازگردان.»

وقتی آن مرد از خواب بیدار می‌شود، نور چشمانش را از دست می‌دهد. این بخش ابتدایی از قصه به کسانی اشاره می‌کند که رابطه‌ی بین علت و معلول در جهان مادی را مطلقاً راه‌گشای زندگی می‌دانند و تکیه‌ی کاملی بر عقل جزئی خود دارند و آن را عقل کل به حساب می‌آورند. به قول جناب زمانی این افراد از علل و اسباب آنسوی این جهان مادی بی‌خبرند و به همین دلیل از زنده شدن به حقیقت زندگی محروم‌اند.

در بیت ۱۶۳۶ از دفتر دوم، مولانا به این انسان همه‌چیزدان می‌گوید: «فلسفی منطقی مُستَهان» و این همه دانایی او را، خوار و ذلیل و بی‌قدر می‌شمارد.

مولانا در ابیات این قصه، درباره‌ی دعا و «توبه»، یا بازگشت بسوی حق از طریق سوز دل و نیایش خالصانه، آموزه‌های ارزنده‌ای به ما می‌دهد و می‌گوید که آن فیلسوف نما هم اگر به این رقت قلب می‌رسید و از خدا طلب بخشش می‌کرد، بینایی دو چشم خود را به دست می‌آورد.

در این قصه «آب» رمز هشیاری حضور است که اینگونه در قعر (من‌های) همانیده‌ی ما پنهان شده و قصه به روشنی به ما می‌گوید که جریان دوباره‌ی این آب زندگانی در ابعاد وجودی ما، تنها از طریق خواست و توانایی پروردگار امکان‌پذیر است.

دو نکته‌ی عمیق در همین ابتدای قصه نهفته است. یکی اینکه ما از ابتدا صاحب هشیاری حضور و آن آب حیات بوده و هستیم و دوری موقت ما به عنوان هشیاری جسمی نیز طرح قضاست.

و دیگر اینکه خواست و اراده‌ی بی‌نهایت آن عقل کل در گرو اختیار و انتخاب آگاهانه‌ی ما برای بازگشت به اصلمان هست. این اساسی‌ترین وجه تمایز انسان با سایر مخلوقات عالم است.

انسان تنها موجودی است که در این عالم، باید آگاهانه انتخاب کند که به اصل خود باز گردد و هرچه درباره‌ی است تا کنون خوانده‌ایم در خدمت این معناست.

ابیات بی‌شمار عرفای بزرگ ما درباره‌ی بازگشت انسان‌ها، حاکی از این است که مأوای اصیل و آغازین همه‌ی ما همان هشیاری بوده که باید به آن بازگردیم.

–دیوان شمس تبریزی، غزل ۴۶۳
 ما به فلک بوده‌ایم، یارِ ملک بوده‌ایم
 باز همان جا رویم جمله، که آن شهرِ ماست

اما کیفیت این بازگشت، بی‌اندازه مهم است و این قصه، حاوی زیباترین ابیات در رمزگشایی کیفیت بازگشت به سوی اوست.

– مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۴۶
 چون شعیبی کو، که تا او از دُعا
 بهر کشتن خاک سازد کوه را؟

مثل شعیب، که با دعای خویش، طلب حاصلخیزی زمینِ سخت را می‌کند و خدا کوه را برای او به خاکِ کشتزاری تبدیل می‌کند.
 پیامبران، نمادِ عدم شدن مرکز انسان‌ها هستند. پس کارسازی دعای شعیب، بخاطرِ خواستِ او از مرکزِ بدون منیت اوست. خواستی که از مرکزِ خالی انسان بیاید، دیگر یک خواسته‌ی صرف نیست و منطبق با اراده‌ی پروردگار است. کن فیکون است. خلقت پروردگار از درون انسان است.

-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۵۵
تا نباشد برقِ دل و ابرِ دو چشم
کی نشیند آتشِ تهدید و خشم؟

این سوزِ دل و ابرِ دو چشم از کجا می تواند بیاید؟ سوزِ دل همان دردِ هشیارانهِی ما در تسلیم شدنِ پیایی است.
وقتی با دیدِ ناظر به همانیدگی های خود می نگریم و صبر می کنیم و فضا را باز می کنیم.

-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۶۷
روحِ آنکس، کو به هنگامِ اَلْسَت
دیدِ ربِّ خویش و شد بی خویش و مَسْت

-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۶۸
او شناسد بویِ می، کاو می بخورد
چون نخورد او، می نداند بویِ کرد

حالا مولانا مثال‌هایی از نمونه‌ی انسانی که تسلیم شده می‌آورد و اشاره به روحِ آن کس می‌کند که با فرمانِ الست، آگاهانه پروردگارِ خویش را می‌بیند و مست می‌شود.

این مست، بوی شراب را از این جهت می‌داند که قبلاً از آن خورده است، چون کسی که آن شراب را نخورده باشد چگونه بوی آن را می‌شناسد؟

در این بازگشت مسافتی در کار نیست.

"ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً"
-سوره‌ی فجر آیات ۲۷ تا ۳۰

آن بازگشتی که از عدم باشد، یعنی بازگشتی که از مرکزِ بدونِ همانیدگی ما باشد، برابر با انطباقِ راضی بر مرضی است.

این، با توبه‌ی بسیاری از ما انسان‌ها که همانیدگی را نگه می‌داریم و گمان می‌کنیم با توبه‌ی ظاهری به سوی او باز می‌گردیم، بسیار متفاوت است. ما عموماً در این باوریم که باز بودن درگاه الهی برای بازگشت، به این معناست که تا می‌توانیم در همانیدگی‌ها بتازیم و پیش برویم و هر وقت سیر شدیم بازگردیم و توبه کنیم. دل‌کندن و خالی کردن مرکز ما از هویت‌ها برابر با توبه و بازگشت حقیقی ما به سوی اوست.

در ادامه‌ی این بخش از مثنوی، مولانا برای شناسایی اصالت این بازگشت از عدم، نشانی‌هایی برای ما می‌آورد.

– مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۸۰
این نشان آن بود کآن ملک و جاه
که همی جویی، بیابی از اله

می‌فرماید نشانی بازگشت به سوی خدا آن است که هرچه از خدا درخواست می‌کنی. به آن دست می‌یابی.

–مثنوی، دفتر دوم بیت ۱۶۸۱
آنکه می‌گریی به شب‌های دراز
و آنکه می‌سوزی سحرگه در نیاز

این آن نشانی گرانبهاست. وقتی فضای درون ما، از من‌های ریز و درشت، خلوت و خالی باشد، این گریستن و سوختن معنادار می‌شود. این درون پرمحتوا و بدونِ هویت‌های کاذب به طور اصیل در بازگشت به سوی او مثل کهربا عمل می‌کند.

–مثنوی، دفتر دوم بیت ۱۶۸۲
آنکه بی آن روز تو تاریک شد
همچو دوکی گردنت باریک شد

بدون آن نشان، که از سوز دلِ عدم شده‌ی ما روشنایی بدهد، هر روشنایی دیگری به تاریکی می‌گراید و ما با چسبیدن به هویت‌های کاذب مدام در ضعف و ناتوانی، بیشتر فرو می‌رویم.

– مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۸۳
و آنچه دادی، هر چه داری در زکات
چون زکاتِ پاکبازان رخت‌ها

نشانِ دیگر این است که هر چه داری با شوق این بازگشت، در راهِ او می‌دهی. همانندِ پاک باختگان، جامه‌های
خود را نیز در راهِ او می‌بخشی.

ما در این بازگشتِ اصیل، چنان محو و مست آن معشوق هستیم و با بوی آن شراب آشنا هستیم که هر لحظه در
شوقِ زنده شدن به نشانی‌ها مشتاق‌تر از لحظه‌ی پیش، با زاری و سوز که نماد تسلیمِ پیایی ماست به سوی او
دوان هستیم.

-مثنوی، دفتر دوم بیت ۱۶۸۸
چشم، گردان کرده‌یی بر چپ و راست
کان نشان و آن علامت‌ها کجاست

-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۸۹
بر مثال برگ می‌لرزی که وای
گر رود روز و نشان، ناید بجای

در ادامه مولانا می‌فرماید که آن شیفتگی و شوق در یافتن نشانی‌ها به حدی درونی می‌شود که رهرو حاضر نیست این اشارات را برای دیگران بازگو کند زیرا می‌داند که با گفتن این راز، نور و روشنایی نشان‌ها را از دست می‌دهد و راه خود را گم می‌کند.

-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۹۳
گر بگویم، نک نشانم فوت شد
چون نشان شد فوت، وقت موت شد

جدیت، استمرار و تعهد در خالی کردن مرکز و پاکیزه و پر شوق نگه داشتن آن عدم برای انطباق با اصل
خویشتن در نهایت موجب حصول مقصود می شود.

-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۹۷
چون طلب کردی به جد آمد نظر
جد خطا نکند چنین آمد خبر

بیت فوق اشاره می کند که طلب اگر راستین باشد، آدمی به مقصود میرسد. برای این طالب که هر لحظه به مرکز خود متعهد است و دیگر حاضر نیست که حتی از یک من کوچک نیز هویت بگیرد و راز وصل خود را برملا کند.

– مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۷۰۲
هر زمان کز وی نشانی می رسید
شخص را جانی به جانی می رسید

برای او هر لحظه جانی تازه از آنسو می رسد و او را سیراب از زندگی اصیل می کند. و در ابیات پایانی این قصه، باز هم از این کوثر و فراوانی می گوید و قصه را تمام می کند، هر چند که این کوثر در کلام نمی گنجد.

این قصه، رازهای بازگشت یا توبه‌ی اصیل را برای ما بازگو می کند و در آن با الست، انصتوا، تسلیم و فضاگشایی و گرمی داشت و کوثر هر چه بیشتر آشنا و مانوس می شویم.

با سپاس فراوان فریدون از مهرشهر کرج



آقای فرشاد



سلام و خدا قوت

در زمانه صاحب دومی بود؟
همچو ما احمق که صید خود کند؟
- (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷)

ما برای خودمان تله می‌گذاریم. می‌رویم به یک مجلسی می‌گوییم کاری کنیم که همه به ما توجه کنند تا با این تأیید و توجه به شادی برسیم، ولی متوجه نیستیم که برای خودمان تله گذاشته‌ایم چون با این فکرها آرامش و شادی را از خودمان گرفته‌ایم.

ما این لحظه مقایسه می کنیم، حسادت می کنیم، نگرانی و اضطراب آینده را داریم، احساس پشیمانی گذشته را داریم، این‌ها همه تله است برای خودمان، در حالی که مثلاً می خواهیم از فکر مقایسه خوشی بگیریم. اگر این لحظه بنشینیم و تأمل کنیم، می بینیم ما واقعاً داریم به خودمان ظلم می کنیم. ما به دنبال آرامش و شادی هستیم ولی می خواهیم با من ذهنی مان بدست بیاوریم که هر لحظه برای ما تله می گذارد تا آرامش و شادی را از ما بگیرد. فکرها فقط مفهوم هستند، غیرواقعی هستند، توهم هستند، این‌ها زندگی ما را خراب می کنند در حالی که غیرحقیقی هستند. ما خودمان حال خودمان را خراب می کنیم.

فعل توست این غصه‌های دم به دم

این بود معنی قد جفّ القلم

-(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

حَيْثَ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ
نَحْوَهُ هَذَا الَّذِي لَمْ يَنْهَكُمْ

–(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۵)

این لحظه هر وضعیتی که داریم، ولو بدترین وضعیت، آن را می‌پذیریم (اتفاق این لحظه را می‌پذیریم). یک کار بدی انجام دادم، به کسی ظلم کردم، به کسی حرف بدی زدم و غیره، همه را می‌پذیریم؛ می‌پذیریم، صبر می‌کنیم و تسلیم می‌شویم تا زندگی برکت خودش را به زندگی ما بریزد. هر لحظه این کار را انجام می‌دهیم.

اگر ما می‌دانیم که همانیدگی داریم، می‌دانیم درد داریم، ولی نمی‌توانیم آن‌ها را بیندازیم باز هم هشیاری حضور داریم، چون آن هشیاری که این دردها و همانیدگی‌ها را می‌بیند از جنس آن‌ها نیست، از جنس حضور است، واگر نه نمی‌توانست آن‌ها را ببیند. این موضوع باعث می‌شود که بفهمیم ما این همانیدگی‌ها نیستیم و باعث می‌شود که از نگاه کردن به آن‌ها و شناسایی آن‌ها نترسیم و فضاگشایی کنیم.

ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم
از ورای تن، به یزدان می‌زییم
- (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰)

در بیست سالگی بدن سالم و تعلقات کمی داریم، در چهل سالگی تعلقات زیاد و درد زیادی داریم، در شصت سالگی تعلقات زیاد و تجربه زیاد ولی جسم ناسالم داریم. بنابراین در وضعیت، کمال وجود ندارد. ولی ما در زیر این اتفاقات و وضعیت‌ها یک تمامیت و ثباتی داریم که همیشه با ماست.

دو دید وجود دارد:

وضعیت‌ها و اتفاقات را خودمان بدانیم و با من‌ذهنی بیافرینیم که همه درد است. دید دیگر این است که ما فضای دربرگیرنده‌ی اتفاقات هستیم و نمی‌گوییم ما انجام دادیم. فقط ناظر اتفاقات هستیم و می‌دانیم که یکی دیگر دارد این‌ها را زیاد و کم می‌کند و ما از آن‌ها زندگی نمی‌خواهیم و با آن‌ها همانیده نمی‌شویم.

من‌ذهنی تکنیک‌هایی دارد و ابزارش فکر است و خیلی زرنگ است. گاهی اوقات با فکرهای ظریف و پنهان، مرکز ما را جسم می‌کند و شادی را از ما می‌گیرد. اگر حواس‌مان جمع باشد و حضور ناظر باشیم، می‌توانیم آن را ببینیم که چگونه هر لحظه می‌خواهد چیزی در مرکز ما قرار دهد و عینکی بر چشمان ما بزند. هر وقت که شاد بی‌سبب نیستیم و حالمان خوب نیست، من‌ذهنی دارد کار می‌کند.

چرا ز اندیشه‌یی بیچاره گشتی؟
فرورفتی به خود، غمخواره گشتی؟
- (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰)

مولانا می‌گوید ما نباید بگذاریم که یک اندیشه توهمی ما را بازی بدهد و حال ما را خراب کند.


با تشکر

-فرشاد



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