



پیغام عشق

قسمت هفتصد و هشتاد و نهم





به نام خدا

سلام آقای شهبازی، سلام دوستان گنج حضوری

ابیاتی از حضرت مولانا را، با شما دوستانم به اشتراک می‌گذارم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۵۸

گر غمی آید، گلوی او بگیر

داد از او بستان، امیر داد باش

وقتی غم می‌آید، نباید از حالت حضور، خارج شویم، بلکه باید فضا را باز کنیم و شناسایی کنیم که ریشه این ناراحتی از کجاست؟ و بگوییم: ای غم، تو باید از مرکز من، خارج شوی، چون من می‌خواهم به زندگی زنده شوم، چون من می‌خواهم این لحظه، شادی بی‌سبب را تجربه کنم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۸۳۶

چونکه غم بینی، تو استغفار کن

غم به امر خالق آمد، کار کن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۸۳۷

چون بخواهد، عین غم، شادی شود

عین بند پای، آزادی شود

وقتی ما، به خاطر چیزهای زودگذر این دنیا، غمگین می‌شویم، باید معذرت خواهی و توبه کنیم و بگوییم، من الان شناسایی کردم که این همانندگی مثل چسبیدن به پول، در مرکز من است و من مسئولیتش را می‌پذیرم که تقصیر خودم بوده است.



الآن این شناسایی هم‌هویت شدن با پول را، در هشیاری‌ام می‌گذارم و منتظر می‌مانم تا زندگی، من را آزاد کند؛ زیرا با شناسایی، خداوند این غمِ همانیدگی را، تبدیل به شادی می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷

هرچه از وی شاد گردی در جهان

از فراقِ او بیندیش آن زمان

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۸

ز آنچه گشتی شاد، بس کس شاد شد

آخر از وی جَست و همچون باد شد

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۹

از تو هم بجهَد، تو دل بر وی مَنه

پیش از آن کو بجهَد، از وی تو بجهُ

ما باید از چیزهایی که گذرا هستند و ما را شاد می‌کنند، به آن‌ها نجسسیم؛ زیرا این چیزهای آفل، مثل: پول، خانه، ماشین و ... خیلی‌ها از آن‌ها شاد شدند، اما به خاطر چسبیدن به آن چیزها، از آن‌ها گرفته شد. الآن ما می‌دانیم که، این چیزهای آفل، از بین می‌روند، پس قبل از این که، از ما گرفته شود، ما باید خودمان، زودتر این چیزهای زودگذر و فانی را با کمک زندگی، از مرکزمان خارج کنیم.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳

جز خضوع و بندگی و، اضطرار

اندرین حضرت ندارد اعتبار

وقتی غم‌ها و چیزهای آفل، مثل: حسادت، رنجش، کینه، نفرت و ... در مرکز ما باشد و توجه زنده ما را بدزدد، ما هیچ کاری نباید انجام دهیم، فقط باید فضا را باز کنیم و بگوییم، زندگی، من هیچ نمی‌دانم و اظهار ناتوانی می‌کنم که من، نمی‌توانم خودم را، با من ذهنی‌ام تغییر دهم. زندگی، من فقط شاهد می‌شوم و روی خودم تمرکز می‌کنم، تا تو من را، از این غم‌ها و هم‌هویت‌شدگی‌ها آزاد کنی؛ زیرا من با من ذهنی، اگر بخواهم این چیزهای آفل و غم‌ها را ببندازم، این غم‌ها قوی‌تر می‌شوند و در مرکز من می‌مانند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعلِ توست این غصه‌های دَم به دَم

این بُود معنی قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

خداوند این لحظه، زندگی درون و بیرون من را می‌نویسد و این معنی را می‌دهد که، من باید مسئولیت را به عهده بگیرم و بگویم، من مسئول این غم و غصه‌های دَم به دَم هستم. باید فقط با فضاگشایی، اجازه دهم، تا زندگی، این غم‌ها و هم‌هویت‌شدگی‌ها را، که شوخی هستند، به فضای جَدِّ جَدِّ، که همان فضای حضور است، تبدیل کند؛ یعنی مرکز ما را، از این چیزهای آفل مثل: کینه، رنجش، حسِ قدرشناسی و تأیید و توجه خواستن از مردم و ... خالی و ما را، به اصلمان، که همان هشیاری حضور است، تبدیل کند.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۹۶

اندک اندک آب را دزدد هوا

دین چنین دزدد هم احمق از شما

همان طور که هوا، آب را بخار می کند و از مقدار آب کم می شود، انسان احمق هم، از ما عشق و خرد را می دزدد؛ یعنی ما باید تمرکزمان، روی خودمان باشد و باید مواظب قرین هایی، که در اطرافمان هستند باشیم، که حضور ما را نذردند. اگر طاقت این را نداریم که درمقابل کسی فضاگشایی کنیم، بهتر است که در اطراف آن آدم نباشیم و فقط مواظب حضورمان باشیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱

شرع بهر دفع شرّ رای ز ند

دیو را در شیشه حجت کند

ما باید کارهایی که نمی خواهیم انجام دهیم را، به صورت قانون اساسی بنویسیم و من ذهنی را، در شیشه حجت کنیم، تا فرصت کنیم روی خودمان کار کنیم.

مثلاً بنویسیم:

من از این به بعد نمی خواهم غیبت کنم؛ زیرا اگر این کار را نکنیم، ممکن است دیگران هم، پشت سر ما، غیبت نکنند؛ یعنی هر همانندگی که در مرکزمان است را، شناسایی کنیم و فقط تمرکزمان روی خودمان باشد. اما اگر روی خود متمرکز نباشیم، این دیو من ذهنی، از شیشه بیرون می آید و دوباره به ما ضرر می زند، چون ما با شیشه کردن دیو، آن را ضعیف می کنیم، اما از بین نمی رود.



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶

چون نباشد قوتی، پرهیز به

در فرارِ لایطاق آسان بجه

چون در اوایل کار روی خودمان، ما ضعیف هستیم و آن قدر قوت نداریم که فضاگشایی کنیم، باید پرهیز کنیم. به طور مثال، اگر نمی‌توانیم در برابر یک قرینی که من‌ذهنی دارد، فضاگشایی کنیم، باید از این قرین، فرار یعنی پرهیز کنیم و با او هم‌نشین نشویم، زیرا حضورمان دزدیده می‌شود و ما خالی می‌شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰

اول ای جان! دفعِ شرّ موش کن

وآنگهان در جمعِ گندم جوش کن

ما باید اول ببینیم من‌ذهنی، چطور حضور ما را، از ما می‌دزدد؟

مثلاً موش من‌ذهنی می‌تواند از طریق یک قرین، که ما را عصبانی می‌کند وارد شود، چون ما هنوز قوی نیستیم، بنابراین، نباید دور و بر آن شخص باشیم، باید از او فرار، یعنی پرهیز کنیم و با آن فرد هم‌نشین نشویم. ما نباید بگذاریم من‌ذهنی بگوید: تو کاملی، تو عاقلی. این یعنی پندار کمال داشتن. بلکه ما باید پیدا کنیم، چه موانعی، در ذهن ما است که نمی‌گذارد ما، به حضور زنده شویم؟ زیرا بعد شناسایی این موانع است که زندگی، ما را از هر هم‌هویت‌شدگی، آزاد می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۲

نه تو اعطیناک گوثر خوانده‌ای؟

پس چرا خشکی و تشنه مانده‌ای؟



هر کسی که فراوانی خدا را، در مرکزش ندارد، یعنی نمی تواند پیشرفت مردم را ببیند، حتماً به دیگران ضرر خواهد زد، زیرا از فراوانی خداوند خبر ندارد. خداوند به هر کسی که در مرکزش، فراوانی و کوثر را دارد، یعنی برای همه خیر می خواهد، به او همه چیز می دهد، هم چیزهای مادی و هم معنوی، زیرا این یک قانون است.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۳

یا مگر فرعونى و، کوثر چو نیل

بر تو خون گشته‌ست و ناخوش، ای علیل

تو مثل فرعون، خسیس و تنگ‌نظر هستی؛ زیرا درون بیماریت، پُر از چیزهای آفل است و همیشه داری مسئله‌سازی می کنی و نیل و فراوانی خدا، در تو تبدیل به خون، یعنی غصه‌های دم به دم شده است.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۴

توبه کن، بیزار شو از هر عدو

کو ندارد آب کوثر در کدو

از هر دشمن، یعنی از هر کسی که من‌ذهنی دارد و این فراوانی را در مرکزش ندارد دوری کن، زیرا این فراوانی زندگی در کسی که مرکزش خشکیده و پُر از هم‌هویت‌شدگی‌ها است، وجود ندارد. اگر ما، فراوانی خداوند را داشته باشیم، این فراوانی و کوثر را برای همه می خواهیم و مطمئناً با موفقیت دیگران خوشحال می شویم.

عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۲۶۴

اگر صد سال روز و شب ریاضت می‌کشی دائم


مباش ایمن، یقین می‌دان که نفست در کمین باشد



اگر صد سال، روز و شب ریاضت کشیدی و دیو را در شیشه حُجَّت کردی، فکر نکن که صد درصد کامل شده‌ای؛ زیرا ممکن است این نفسِ ما، که پنهان شده است، دوباره کاری کند. مثلاً ما را، به غیبت کردن، عصبانی شدن یا سکوت نکردن در جمع و ... وادار کند. پس ما باید، همیشه پرهیز کنیم و مراقبِ خود باشیم و اگر اشتباه کردیم، سریع عذرخواهی کنیم و هرگز خود را ملامت و سرزنش نکنیم.

ارادتمند شما، فریبا الهی مهر



با سلام و عرض ادب 

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۷۷

شاد آن صبحی که جان را چاره‌آموزی کنی

چاره او یابد که تش بیچارگی روزی کنی

با قرین شدن با بزرگان و استقرار در این لحظه، آگاهی به این پیدا می‌کنیم که چاره‌ای غیر از عدم کردن مرکز، برای تبدیل و همین‌طور چالش‌های بیرونی خود نداریم و ما نمی‌توانیم تبدیل خود را از آدم‌های دیگر یا مکان‌ها و باورها و اعمال مذهبی بخواهیم. ما چاره چالش‌های خود را از پول و کار و مردم و خدای ذهنی نمی‌توانیم بخواهیم، تنها راه عدم کردن مرکز و دست برداشتن از شرطی‌شدگی‌هاست. شناسایی باورهای همانیده در خود با سکوت و صبر و پرهیز.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۷۷

عشق جامه می‌دراند، عقل بخیه می‌زند

هر دو را زهره بدرد چون تو دل‌دوزی کنی

وقتی قرین بزرگان می‌شویم، با گرفتن ارتعاش زندگی، ما با عقل جزئی ذهن نمی‌توانیم شاهد تغییرات خود باشیم. زندگی عاشقانه، دردهای ما را می‌ریزد و در این لحظه سبب شناسایی همانیدگی‌های ما می‌شود و با لطف و کرمش که با فضاگشایی نصیب ما می‌شود، هشیاری ما را از دردها و همانیدگی‌ها ذره ذره آزاد می‌کند و به هم می‌دوزد. چیزی که ذهن قادر به درک آن نیست و عقل ذهنی در مقابلش حیران است. هرچند ذهن تلاش می‌کند که تجزیه و تحلیل کند و یا باز با فکر و الگوی شرطی‌شده عمل کند ولی زندگی جا پای بالا رفتن من‌ذهنی از خود ندارد، مانند کوه قاف انسان زنده به حضور.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۷۷

که لباسِ قهر درپوشی و راهِ دل زنی

که بگردانی لباس، آیی قلاووزی کنی

گاهی شناسایی بزرگان و ایبات مولانا، ممکن است به مزاج ذهن خوشایند نباشد و گاهی ممکن است، ایباتی شادی بخش و خوش کننده باشد ولی در هر دو صورت راهنمای ما به تبدیل هستند و پذیرش صادقانه آن و تکرار و تأمل در آن‌ها ما را در راه تبدیل قلاووزی می‌کند. هم‌چنان که در زندگی هر لحظه زندگی با لباس اتفاق این لحظه، پیام خود را به گوش ما می‌رساند. چه خوشایند، چه ناخوشایند از نظر ذهن، ما باید فضاگشایی کنیم و شناسایی کنیم چه تغییری در جهت بهبود در خود باید بدهیم.

مثلاً شناسایی کبر در خود:

- کبر در بی‌نیازی از زندگی و عدم فضاگشایی لحظه به لحظه، کبر در بی‌نیازی از زندگی و توجه نکردن به قانون مهم قرین، کبر در خود بر تربینی بر اثر همانندگی با دانش ذهنی و گرفتن تأیید و توجه.

- دیدن کبر و ناشکری و عدم رعایت قانون جبران.

- دیدن کبر در عدم راستین بودن و به خود اجازه دادن که در حضور زندگی به قضاوت و ستیزه بر خواستن و دچار انقباض و خشم شدن.

- کبر در پنهان کاری و معذرت خواهی نکردن، کبر در آبروی من‌ذهنی داشتن و خود را به گونه دیگر نشان دادن.

- کبر در بسیاری از اعمال ما نهفته هست، به‌طوری‌که خود نیز آگاه از آن نیستیم، ولی بزرگ‌ترین کبر حس بی‌نیازی به تکرار ایبات و قرین شدن با بزرگان و عدم نکردن مرکز و حل چالش‌ها و چاره‌جویی از افکار و عقاید کهنه و شرطی شده است، در حالی که زندگی در این لحظه نو به نو می‌تواند خردش را از ما بیان کند.



-بزرگ‌ترین کبر، همانیده شدن با افراد و چیزهاست و از آن‌ها امنیت و خرد گرفتن درحالی که در این لحظه ما قدرت فضاگشایی و عدم کردن مرکز را داریم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۷۷

عاد را آن باد ز استکبار بود

یار خود پنداشتند، اغیار بود

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۷۸

چون بگردانید ناگه پوستین

خُردشان بشکست آن بُسُ الْقَرین

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۷۹

باد را بشکن، که بس فتنه‌ست باد

پیش از آن کت بشکند او همچو عاد

کبر، یعنی ناموس من‌ذهنی، این که سکوت در جمع کنی و به نقص و چالش خود اعتراف نکنی، این که حرف نزنی که دیگران متوجه نقص‌هایت نشوند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰

کرده حق، ناموس را صد من حدید

ای بسی بسته به بند ناپدید



ذهن ما دارای ناموس است و نمی‌تواند عیب‌ها را در خود ببیند، ولی طبق صحبت آقای شهبازی، وقتی ابیات را بارها و بارها تکرار می‌کنی، ناموس ذهنی کنار می‌رود و می‌توانیم آن عیب‌ها و شناسایی‌ها را در خود ببینیم. این گفته ایشان به من خیلی کمک کرده است. متوجه شدم، معجزه در تکرار است. وقتی ابیات را تکرار می‌کنیم، هر روز بیش‌تر تمایل داریم تکرار کنیم. هر روز، بیش‌تر وقت پیدا می‌کنیم که تکرار کنیم. هر روز، قرین‌های بد از ما جدا تر می‌شوند. هر روز، فکرها خاموش‌تر می‌شوند و فرصت برای تکرارهای بیش‌تر پیدا می‌کنیم و بعد، زنده شدن و شناسایی کلمات ابیات را در خود حس می‌کنیم.

۹۹.۹۹ درصد ما را از زندگی یا خلأ دربر گرفته است و تکرار ابیات برنامه که به سیاق خاصی توسط دست طبیب بزرگی مثل آقای شهبازی ترکیب شده، مانند دکتران جسمی که با نوشتن نسخه‌هایی از داروهای مختلف دردهای ما را درمان می‌کنند، پزشکان الهی نیز درمان کننده روح ما هستند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۴

طبیان الهیم، ز کس مزد نخواهیم

که ما پاک روانیم نه طماع و پلیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۴

مپندار که این نیز هلیله‌ست و بلبله‌ست

که این شهره عقاقر ز فردوس کشیدیم

ابیات هر برنامه را برخی اوقات سعی کردم از شروع روزی که برنامه اجرا می‌شود، در روی برگه‌هایی بنویسم و شروع به تکرار مثلاً ۵۰ بار، از هر بیت، از اول صد بیت جمع‌آوری شده توسط آقای شهبازی کنم تا هفته آینده. این برگه‌ها را در مترو، محل کار، خیابان، خانه، همه‌جا با خود همراه می‌دارم و ابیات را به ترتیب در طی چند روز هفته تکرار می‌کنم.



مثلاً شاید امروز ۲۰ بیت اول را بتوانم هر بیت را ۵۰ بار تکرار کنم و روز بعد ۲۰ بیت بعدی، به همین صورت تا آخر هفته، توانستم ابیات را با تأمل تکرار کنم و اثر بسیار زیادی در زنده شدن برنامه یا شناسایی‌ها در من داشته است. البته ادعایی ندارم، فقط به من ثابت شده است که این روش برای من کارساز بوده و می‌خواستم با یاران خود به اشتراک بگذارم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۴

بپرسید از آن‌ها که دیدند نشان‌ها

که تا شکر بگویند که ما از چه رهیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۴

رسیدند طیبیان ز ره دور غریبان

غریبانه نمودند دواها که ندیدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۴

سر غصه بکویم، غم از خانه برویم

همه شاهد و خویم، همه چون مه عیدیم

با عشق و احترام ❤️

نرگس از نروژ 🙏



عرض سلام خدمت جناب شهبازی نازنین و همراهان محترم گنج حضور

برداشتی مختصر از چند بیت مثنوی معنوی که در برنامه ۸۸۸ گنج حضور تفسیر شد.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۹

كُنْتُ كَنْزًا كَفْتُ مَخْفِيًا سَنُو

جوهر خود گم مکن، اظهار شو

هریک از ما انسان‌ها، موقعی که در خواب من‌ذهنی و یا همانیدگی‌ها هستیم، شاید این طوری فکر کنیم که ما آفریده شدیم در این جهان، زیاد بخوریم، زیاد بخوابیم، پول زیادی جمع کنیم، مستقلات زیادی به خودمان اضافه کنیم و غیره، اما جناب مولانا با تکیه به احادیث و قرآن و مکشوفاتی که داشته، در بیت فوق صراحتاً به ما انسان‌ها می‌فرماید: ای انسان، تو برای هیچ‌یک از این‌ها به این دنیا نیامده‌ای، بلکه برای اظهار خدایت درونی‌ات به این دنیا آمده‌ای.

درواقع، منظور اصلی از خلقت ما انسان‌ها، این بوده که خداوند و یا زندگی خودش را از طریق ما بیان کند. حالا کسی هم که به این دنیا آمده طبیعتاً برای ماندن و زندگی کردن در این جهان، به خوراک و پوشاک و مسکن و غیره به اندازه نیاز، احتیاج دارد، نه این‌که ما از منظور اصلی غافل شده و در جمع کردن متعلقات این دنیایی غرق شویم. پس این بیت از طرف زندگی به ما می‌گوید که ای انسان در ذات و گُنه وجود تو من هستیم، به من آگاه شو و بگذار همان‌گونه که می‌خواهم خودم را از طریق شما بیان کنم. درواقع ما با من‌ذهنی نمی‌دونیم که زندگی به چه شکلی می‌خواهد خودش را از ما بیان کند و فقط ما باید حالت تسلیم، فضاگشایی و رضا را در خودمان برقرار کنیم و بقیه کارها را، با توکل تمام به دست زندگی بسپاریم.



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۸

🌹 بهر اظهارست این خلق جهان

تا نماید گنج حکمت‌ها نهان

پس ما دانستیم و یقین پیدا کردیم که همه ما انسان‌ها برای اظهار خداییت درونی‌مان به این گره خاکی آمده‌ایم تا گنج حکمت‌های زندگی پنهان نماید و از طریق ما بیان شود. حالا این‌جا، شاید یک سؤالی به ذهنمان برسد که اگر ما روی بُعد معنوی‌مان کار نکنیم و نگذاریم که زندگی گنج حکمت‌هایش را از ما بیان کند، چه اتفاقی می‌افتد؟

مولانا در بیت زیر جواب این سؤال را به این شکل می‌فرماید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۸

🌹 هر که گاه و جو خورد، قربان شود

هر که نور حق خورد، قرآن شود

یعنی هرکسی در این دنیا فقط به دنبال همانیدگی‌های هرچه بیش‌تر باشد؛ قربانی می‌شود. حالا قربانی می‌شود یعنی چی؟ یعنی در طول این هفتاد، هشتاد سالی که در این دنیا، تلاش می‌کند و زحمت می‌کشد و کار می‌کند و سختی‌های زیادی را متحمل می‌شود، بی‌پهوده و جهد بی‌توفیق برده و آخر سر می‌میرد و می‌رود و به‌جای این‌که به منظور اصلی از آمدنش به این دنیا آگاه شده باشد و به خداییت درونی‌اش زنده شده باشد، این مدت اقامتش در این دنیا، تنها به این کار می‌آید که قربانی شود تا شاید دیگران از سرانجام زندگی او عبرت بگیرند و راه او را نروند، روی بُعد معنویتشان کار کنند و به زندگی درونی‌شان زنده شوند.

والسلام، مهدی از مشگین شهر



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