



پیغام عشق

قسمت هزار و صد و سوم



«پل صراط، پلی به باریکی مو و برندگی شمشیر»

در سوره حمد می‌خوانیم:

قرآن کریم، سوره فاتحه (۱)، آیه ۶

«اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ»

«خدایا ما را به راه راست هدایت فرما.»

صراط به معنی راه است و خداوند در سوره حمد به انسان گوشزد می‌کند که از من بخواه تا تو را به راهی مستقیم هدایت کنم. نمی‌خواهم به تفسیر سوره پردازم که علمش را ندارم. مراد از گفتن این موضوع، کلمه صراط در این سوره و سخنان و احادیثی است که در مورد پل صراط نقل می‌شود، پلی که روی جهنم کشیده شده و انسان در روز قیامت باید از روی آن بگذرد تا به بهشت وارد شود.

روز قیامت کی است؟ دیگر آگاه شده‌ایم هر لحظه، لحظه قیامت ماست و باید در این لحظه قائم به ذات خود شویم. به من ذهنی خود و اعمالش آگاه باشیم و بدانیم نتایج اعمالمان در هر لحظه مورد سنجش قرار می‌گیرد. میزان در مقابلمان قرار گرفته و به ما نشان می‌دهد، آیا از ترازوی الهی کم کرده‌ایم یا خیر.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

از ترازو کم کنی، من کم کنم

تا تو با من روشنی، من روشنم

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲

هم ترازو را ترازو راست کرد

هم ترازو را ترازو کاست کرد

پس هر لحظه، لحظه قیامت ماست تا آگاه و هوشیار به طرف نتایج اعمالمان راهی شویم. اگر از ترازو کم کرده یا کفه را سنگین نموده‌ایم، در همان لحظه نمایش داده می‌شود، در حال درونی و اوضاع بیرونی‌مان. هر لحظه باید از پلی به باریکی مو و برندگی شمشیر بگذریم، پلی که نشان می‌دهد چقدر امکان لغزش و خطا می‌تواند زیاد و مهلک باشد. چون همانطور که در قصص آمده، پل صراط بر روی جهنم کشیده شده و با هر لغزش، به مراتب مختلف جهنم سقوط خواهیم کرد.

همه اینها تمثیلی ست برای بالا بردن هوشیاری ما در این لحظه. این لحظه به چه کاری مشغولیم؟ آیا آگاهییم که هر لحظه روی پلی به باریکی مو و برندگی شمشیر گام برمی‌داریم؟ با کوچکترین نگاه اشتباه، ایجاد حس کوچک بودن و حقارت در دیگری، با کوچکترین بروز خشم و عصبانیت، با یک کلمه حرف ناراست، با غیبتی به ظاهر کوچک، با به استهزا گرفتن شخصی، قومی یا ملتی و نمی‌توانیم روی پلی که در این حد ظریف است گام برداریم، تیزی لبه آن ما را از پا در خواهد آورد. خودمان را زخمی و مجروح خواهیم نمود، از تعادل خارج خواهیم شد و فوراً به درون جهنمی که خود برای خود خواسته و ساخته‌ایم، به مراتب مختلف آن سقوط خواهیم کرد.

همه تجربه ندامت و پشیمانی بعد از فضا بندی را داریم و حالا با آموزه‌های مولانا می‌دانیم نباید در این مراتب جهنمی هم بمانیم. باید حیدروار برخیزیم، زیرا دوباره قیامت برپاست و پلی باریک که می‌گوید بیا و مجدد بگذر، اینبار آگاه باش که باید چگونه عمل کنی.

درست است که راهیست باریک، اما اگر تمرکزت روی هر قدمت باشد، حواست به همین یک قدم که الان برمی‌داری باشد، چشمت را از روی دیگران برداری که آنها در این لحظه چطور از روی این پل می‌گذرند و نخواهی به آنها راهکار

بدهی، آرام و آهسته پیش خواهی رفت. کم کم، آن راه باریک، لبه تیز شمشیر نخواهد بود زیرا تو قبل از آنکه دم شمشیر همانیدگی هایت را دوشقه کند، خودت این بارهای اضافه را انداخته‌ای.

این راه بسیار تیز و برنده است، بله، برای از بین بردن همانیدگی‌ها و هر آنچه که با خود به همراه آورده‌ای. اگر هر لحظه همه را قبل از پل بر زمین بگذاری، بدون ترس و وحشت از آن به سلامت عبور خواهی کرد و این پل دیگر آنقدرها نازک و دلهره آور نخواهد بود چون تو در هر لحظه به خود آگاهی و می‌دانی کوچکترین خطا چه عواقبی خواهد داشت.

پرهیز در هر قدم خودت را نشان می‌دهد تا زمینه آسایش و راحتی تو را برای گذر از این پل فراهم آورد. آن سوی این پل که هر لحظه مشغول طی کردن آن هستی، بهشت جاودانه خداوند است. لحظه وصال و عشقی ابدی که تو را به خود فرا می‌خواند و می‌گوید: «فقط به من نگاه کن، به پایین پل نگاه نکن و از آن نترس. من هر لحظه، حتی همین الان که روی پل قدم برمی‌داری همراهت هستم، دستت را گرفته‌ام و کمکت می‌کنم، به زور و عقل این من ذهنی نمی‌توانی از آن بگذاری، دست مرا بگیر و هر آنچه سر راحت قرار دادم با آغوش باز پذیرا باش. راه من مستقیم است، پیچ و خم ندارد، هر چند که در ابتدا باریک است و تو را به وحشت می‌اندازد، اما بهترین و سریع‌ترین راه برای وصال است. به چشمانم نگاه کن و یک لحظه از بودن من غافل مشو».

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۷۲

به من نگر که به جز من به هر که درنگری

یقین شود که ز عشق خدای بی‌خبری

خانم مریم، از تهران



به نام خدا

«عیب بینی»

آیا ما ستاریم و برای عیبهایی که می بینیم، فضاگشایی می کنیم؟

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۳

بر قضا کم نه بهانه ای جوان

جرم خود را چون نهی بر دیگران

ای انسان در بیرون به دنبال بهانه برای دردهایت نباش. جرم تو اینست که مسئولیت شادی و هوشیاری خود را به عهده نمی گیری و از اتفاقات، زندگی می خواهی و بیدار نمی شوی.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۵

گرد خود برگرد و جرم خود ببین

جنبش از خود بین و از سایه مبین

به مرکزت نگاه کن و ببین چگونه همانیدگی هایت مانع جنبش و فضاگشایی تو هستند. ببین چطور بیهوده به دنبال سایه من ذهنی ات می دوی؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۹۲

روی را پاک بشو عیب بر آیینه منه

نقد خود را سره کن، عیب ترازوی مکن



اگر مرکزت را از همانیدگیها بشویی، تبدیل به آینه می شوی و خدا می تواند در تو تجلی کند، نقد تو همین است که هر لحظه در شکر و صبر و پرهیز باشی و نگویی عیب از ترازوهای بیرونیست.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۲۹

حرص نابیناست ببند مو به مو

عیب خلقان و بگوید کو به کو

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۳۰

عیب خود یک ذره چشم کور او

می نبیند، گرچه هست او عیب جو

حرص آنقدر چشم دل انسان را کور می کند که فقط عیب های دیگران را می بیند و کو به کو جار می زند، دریغ از اینکه یک بار عیب خود را ببیند و به آن اقرار کند.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۶

جرم خود را بر کسی دیگر منه

هوش و گوش خود بدین پاداش ده

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۷

جرم بر خود نه که تو خود کاشتی

با جزا و عدل حق کن آستی



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۸

رنج را باشد سبب بد کردنی

بد ز فعل خود شناس، از بخت نی

پاداش فضاگشایی این است که هوشیاری حضور بالا می‌آید و گوش ما به جای شنیدن صدای ناهنجار من‌ذهنی، صدای زندگی را می‌شنود. اگر با این لحظه آشتی کنیم جرم خودمان را که عیب بینی، ترس، کنترل، کینه، رنجش، توقع و پندار کمال است می‌بینیم و می‌فهمیم سبب دردهایمان از فعل خودمان است، نه اینکه کورکورانه با من‌ذهنی بگوییم من بد شانسیم و من بدبختیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعل توست این غصه‌های دم به دم

این بود معنی قد جف‌القلم

غصه‌های ما از فعل ما و دیدن بر حسب همانیدگیها بوجود می‌آید و قلم خدا، زندگی ما را به اندازه‌ای که فضاگشایی می‌کنیم، خوش می‌نویسد.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶

گرگ درنده است نفس بد یقین

چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟



موتور نفس یا من ذهنی با بیشتر خواستن کار می کند. من ذهنی گرگ گرسنه ایست که هوشیاری ما را می درد اما افسوس که ما ناظر ذهنمان نیستیم و با نفس شیطانی خود، مسئولیت عیبهایمان را به گردن دیگران می اندازیم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۳

در زمین مردمان خانه مکن

کار خود کن، کار بیگانه مکن

من ذهنی، ذهن بدون ناظر است که به جای نظارت بر مرکز خود در کار دیگران دخالت می کند و کارافزایی می کند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۰

زخم نیش اما چو از هستی توست

غم قوی باشد نگردد درد سست

هر همانیدگی در مرکز انسان مثل مار او را نیش می زند، تمام دردهای ما از نیش من ذهنی خودمان است و اگر به من ذهنی ادامه دهیم غمهای ما سست نمی شوند بلکه قویتر می شوند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۱۹

ای بسا ظلمی که بینی در کسان

خوی تو باشد در ایشان ای فلان

در جهانی که انسانها زیر سلطه من ذهنی هستند، شاهد ظلمها و جنگهای بیشمار هستیم که اگر هر کسی به جای خشم و ستیزه، فرداً مسئولیت فضاگشایی و آوردن خرد زندگی را به عهده می گرفت جهانی نو و پر از صلح داشتیم.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶

علت ابلیس انا خیری بدهست

این مرض در نفس هر مخلوق هست

این شیطان بود که گفت: «من از انسان برترم، من آتشم و او گل است». این مرض در همه من‌های ذهنی است که ما خودمان را با دیگران مقایسه می‌کنیم و به قضاوت و درد دچار می‌شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۷

ای بدیده عکس بد، بر روی عم

بد نه عم است، آن تویی، از خود مرم

عم به معنی عمو و هر انسانی که ما او را بد می‌بینیم و قضاوتش می‌کنیم. مولانا به ما می‌گوید: «علت اینکه ما بد می‌بینیم، اینست که از همان جنس در ما هم هست و ما باید آن جنس را در خودمان جستجو کنیم و از خود فرار نکنیم».

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۲

در خود آن بد را نمی‌بینی عیان

ورنه دشمن بوده‌ای خود را به جان

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۳

حمله بر خود می‌کنی ای ساده مرد

همچو آن شیری که بر خود حمله کرد



داستان عیب‌بینی ما انسانها که با من‌ذهنی به مرض ابلیس دچار شدیم، مثل شیری است که عکس خود را در آب می‌بیند و به خودش حمله می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۴۵

دست خاییدن گرفتندی ز خشم

لیک عیب خود ندیدندی به چشم

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۴۶

خویش در آینه دید آن زشت مرد

رو بگردانید از آن و خشم کرد

دست خاییدن به معنی حسرتیست که انسانها تا وقتی من‌ذهنیشان را ادامه می‌دهند، عیبهایشان را انکار می‌کنند و اگر یک لحظه فضاگشایی کنیم تا مرکزمان آینه شود زشتی فکر و عمل خود را در آینه دلمان می‌بینیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۵۰

گفت حقشان: گر شما روشنگرید

در سیه کاران مغفل منگرید

اگر فضا باز کنیم و ذهنمان را ساکت کنیم صدای خدا را می‌شنویم که می‌گوید: «تو از جنس هوشیاری نظر هستی و می‌توانی روشنگری کنی و فریب سیاه کاری مقاومت و قضاوت من‌ذهنی را نخوری».



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۴۷

در رخ مه عیب‌بینی می‌کنی

در بهشتی خارجینی می‌کنی

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۴۸

گر بهشت اندر روی تو خارجو

هیچ خار آنجا نیابی غیر تو

رخ ماه، نماد رخ انسانیت که با هوشیاری حضور فضا باز می‌کند و شاد است، هر چند من‌ذهنی آن را نمی‌پسندد و ملامت می‌کند و مثل خفاشی که از نور بدش می‌آید، از انسانهای زنده به حضور فرار می‌کند. من‌ذهنی اگر به جایی پر از گل برود، به جای لذت بردن از گلها که نماد فراوانی و شادی زندگیست، از خارها که نماد رنجهای گنج آور است، شکایت می‌کند و نمی‌داند که ریشه خارها در ذهن اوست.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲

هر که را جامه ز عشقی چاک شد

او ز حرص و جمله عیبی پاک شد

آن کسی که برای رسیدن به عشق و اصل خود، جامه حرص همانیدگیها را بدرد از هر عیبی خود را بری می‌کند.



مولوی دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۷

او همه عیب تو گیرد تا بپوشد عیب خود

تو بر او از غیب جان ریزی و می دانی، چرا؟

خاصیت من ذهنی عیب بینی است و با این کار عیب های خود را می پوشاند. مولانا متعجب است که انسان با اینکه می داند انرژی زنده زندگی همین لحظه از فضای غیب می آید، آن را به فضای محدود و سبب سازی ذهن می برد و به دردها، باورها و فکرهای من ذهنی جان و قوت می دهد، آخر چرا این کار را می کند؟

مولوی دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴

بربند دو چشم عیب بین را

بگشای دو چشم غیب دان را

مولانا می فرماید: «با صبر و شکر و پرهیز چشم عیب بینان را ببندیم تا در فضای گشوده شده، خرد و پیغام زندگی را که از فضای غیب می آید، بگیریم».

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۴

پاک کن دو چشم را از موی عیب

تا ببینی باغ و سروستان و غیب

با گشودن فضا در برابر وضعیتها، چشم عیب بین ما بسته می شود و دیگر مو را از ماست بیرون نمی کشیم (در عیوب دیگران دقیق نمی شویم) و قضاوت نمی کنیم و فقط روی خودمان تمرکز می کنیم و باغ دلمان را باغبانی می کنیم.

مولوی دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۱۹

اگر عیب همه عالم تو را باشد، چو عشق آمد

بسوزد جمله عیبت را که او بس قهرمانستی

ما با گشودن فضا در برابر اتفاق این لحظه که همیشه این لحظه است، با نیروی زندگی و قهرمان درونمان آشتی می‌کنیم، بنابراین عیبهایمان را شناسایی کرده و آنها را در آتش درد هوشیارانه می‌سوزانیم و با نور مطلق یکی می‌شویم. کافیهست خدا را صدا کنیم و از ته دل عذر بخواهیم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۴

ای خنک جانی که عیب خویش دید

هر که عیبی گفت، آن بر خود خرید

خوش به سعادت جانی که مرکزش را عدم می‌کند و قرین خداوند می‌شود و با فضاگشایی نقص و عیب خودش را می‌بیند و در صدد پاک کردن مرکزش هر لحظه می‌تازد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲

هر که نقص خویش را دید و شناخت

اندر استکمال خود دو اسبه تاخت



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۶

چونکه بر سر مر تو را ده ریش هست

مرهمت بر خویش باید کار بست

همانیدگیها هستند که صدها درد به ما می‌دهند، و مرهم زخمهای ما در بیرون نیست بلکه در فضای گشوده، این مرهم را می‌یابیم و این نیاز به صبر دارد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۴۳

تا نروید ریش تو ای خوب من

بر دگر ساده زنج طعنه مزین

ای انسان که خوبی و فضاگشایی در ذات تو نهان است، پس اگر نمی‌خواهی که تخم نااصل کاری و ضد ارزش‌ها در تو رشد و نمو **کند**، به کسی ایراد نگیر و دیگران را که می‌تواند همسرت، فرزندات، برادر و خواهر و مادر و پدرت باشد کنترل نکن و با فضاگشایی عشق و خرد آنها را به ارتعاش در بیاور. یقین بدانیم این بزرگترین خدمت ما به جهان است که کسی را به واکنش وادار نکنیم و در آخر پند مولانا را با جان و دل بیاموزیم:

مولوی دیوان شمس، غزل شماره ۳۴، بیت هشتم، مصرع دوم

ستار شو ستار شو، خو گیر از حلم خدا

حلم خدا فضای گشوده است که ما را هم خوی خود، ستار می‌کند تا بتوانیم عیب‌های دیگران را بپوشانیم و آشکار نکنیم.

با سپاس از برنامه انسان ساز گنج حضور و یاران گرامی 🙏



دیبا از کرج

به نام خداوند بخشنده مهربان

با سلام خدمت استاد عزیز و گنج حضوریهای جان

دیوان شمس، غزل ۹۴۷، ابیات ۴ و ۵ و ۶ از برنامه ۸۳۷

ز دُودِ شبِ پزی ای خام زِ آتشِ موسی

مدادِ شب دهد آن خامه را زِ عِلْمِ مَدَد

مدادِ شب = جوهر، مرکب

تا زمانی که در ذهن هستیم درد می کشیم که آن دُودِ شبِ ذهنِ ماست. دردها و رنجش‌ها و شکست و ناامیدی‌های ماست که ما را همچنان خام نگاه می‌دارد ولی اگر با دیدِ مَنِ ذهنی عمل نکنی، از این خامی می‌توانی رها شوی. و از آتشِ موسی که همان آتشِ هوشیاریِ حضورت هست که تو را می‌پزند و تو را از خامی بیرون می‌آورد. می‌توانی مانند موسی که به سوی آتش بر بالای کوه رفت، تو هم از همانیدگی‌ها رها شوی و بر بالای کوهِ ذَهْنِتِ آیی تا جوهرِ زندگی به فریادِ تو رسد و آن مُرکَبِ و آن قلمِ زندگی، آن عِلْمِ الهی به اِمداد و یاری تو آید و با کُنْ فِکَانْش دردهای تو را تسکین دهد.



تنها با عدم کردنِ مرکزمان، با فضاگشاییِ ست که می‌توانیم این کوهِ یخیِ مَنِ ذهنی را آب کرده و آتشِ عشقِ خداوند را بر آن بتابانیم و از علم و گرمای الهی مدد گیریم و بتوانیم درونمان را گشاده کرده و پذیرای آهنگِ دلنوازِ زندگی شویم.

بگیر لیلی شب را کنار، ای مجنون

شبست خلوتِ توحید و روز شرک و عدد

مولوی دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۷

همه ما می‌دانیم که در شب ذهن اسیر هستیم ولی باز خداوند لحظاتی را برای ما بوجود می‌آورد که اگر به آن لحظات توجه کنیم، می‌تواند هر لحظه ما، شبِ قدر یا لحظه‌ای که قدر آن را می‌توانستیم داشته باشیم باشد.

میگه: «ای هوشیاری توجه کن به این لحظه ابدی و با این وجود که در ذهن هستی، قدر آن را بدان. می‌توانی حتی اگر در ذهن گیر کرده‌ای با لیلی عاشقی کنی، می‌توانی قدر لحظاتی را که خالقت برای بیداری تو بوجود می‌آورد را بدانی و بیدار شوی. درونت را نورانی کنی، مانند او شوی. آن لیلی شب، آن مرکز عدم شده‌ات را نظاره‌گر باش، هوشیار باش به آن، قدردان و قدرشناس و فرمانبردار باش تا بتوانی خودت را نجات دهی».

تا مرکز را عدم نکنیم نمی‌توانیم با خداوند قرین شویم، نمی‌توانیم با خداوند خلوت کنیم. نمی‌توانیم این ذهنی را که در شرک و عدد است را به خداوند نسبت دهیم. نمی‌توانیم در دویی بمانیم و به جای خداوند چیزها و باورها و داشته‌ها و دردها و همانیدگیها را بپرستیم و برای خداوند شریک قائل شویم و ایجاد دویی کنیم. نمی‌توانیم خداوند را همانند



انسانها جسم بینیم و جدایی ایجاد کنیم و نامش را هم عبادت گذاریم که تمام انسانها یکی هستند، همان خدایت. ما با فرق گذاردن بین آدمها و چیزها، هم خود و هم آنها را تا مرز دویی خواهیم برد. در صورتیکه یک خدایت، یک روح در بی نهایت جسم مستقر شده و زمانی که مرگ جسمی پیش آید همه در یک جهت و به اصلمان برمی گردیم و به او زنده خواهیم شد، مانند روز آلت.

شَبَّست لیلی و روزست در پیش مجنون

که نورِ عقلِ سحر را به جَعْدِ خویش کشد

مولوی دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۷

—جَعْد=زلف

ما در تاریکی و شبِ مَنِ ذهنی همانند لیلی هستیم که در شبِ ذهن به دنبال مجنون می گردیم و تا حال در این شب نتوانستیم مجنون یعنی خدا را پیدا کنیم و به وصال برسیم که این روز واقعی را تنها در پیش خدای واقعی می توانیم بیابیم. تنها با فضاگشایی واقعی نه اینکه در فکر و خیال و با انداختنِ همانیدگیهاست که می توانیم به خدایی واقعی برسیم و به دنبال آن با فضاگشایی و پذیرش و صبر است که می توانیم این کوه یخی ای که ما را مُنجمد و سفت و مُنقبض کرده را آب کنیم و با گرما و درخششِ خورشیدِ زندگی، سراسر جان شویم و زیبایی بیافرینیم. و بتوانیم همه چیز را به روز روشن بدل کنیم.



با گشودن فضای درون زیباییه‌های پیچ در پیچ و پُر از شگفتی زندگی به ما عرضه خواهد شد که باید قدر آن لحظات را دانست. آنموقع نور عقل و زندگی بر قلب ما تابیده خواهد شد. در اصل در همه لحظات در حال تابش است، مُنته‌ی ما در شبِ ذهن در قعرِ چاه و تاریکی آن را نمی‌یابیم.

حال که فضاگشایی کردیم، آن نور بر ما تابیده شده و شب ما را به سحر بدل کرده و ما توانسته‌ایم زیباییه‌های زلفِ معشوق را ببینیم و حس و لمس کنیم. طراوت و شادابیش بر جانمان تابیده و ما را زنده و شاد و جوان کرده که هر لحظه را در حس جوانی بسر خواهیم برد.

تنها با فضاگشایی ست که می‌توانیم به این جوهر وجودیمان، به اصلمان پی ببریم و شناسایی کنیم که ما مَنِ ذهنی نیستیم و همه افکار واقعیت نداشته‌اند. و می‌توانیم شبِ ذهن را تبدیل به سحر و آنگاه روز و صبح حضور کنیم که این کار فقط با عنایت و لطف پروردگار، با قانونِ قضا و کُنْ فَکُنْش، بشو و می‌شود صورت خواهد گرفت. آهسته آهسته حس آرامش، حس امنیت، حس شکر و سپاس، حس رضایت و صبوری، حس شادی و عشق و تازگی در ما جوانه خواهد زد.

با تشکر و احترام

حداد هستم از کرج



به نام خدا

با سلام و خسته نباشید خدمت استاد شهبازی و دوستان گنج حضوری

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۰۶

گر زنی بر نازنین تر از خودت

در تگ هفتم زمین زیر آردت

جناب مولانا می‌فرمایند: «اگر مدعی بشوی و با نازنین تر از خودت یعنی انسانهای به حضور رسیده مثل، جناب مولانا و بزرگانی مثل استاد شهبازی ستیزه کنی و در برابر آنها بگویی: «می‌دانم و بلدم»، آنچنان زندگی و خداوند توسط قانون قضا و کن فکان تو را در تگ هفتم زمین یعنی اعماق ذهن و دردهای ذهن فرو می‌برد که از کرده خودت پشیمان شوی». و این مطلب یکی از تجارب بنده هم می‌باشد که بارها شده بود قضاوت می‌کردم انتقاد می‌کردم و با من ذهنی از بزرگان ایراد می‌گرفتم. اما الان به کمک این بیت از جناب مولانا، اجازه انتقاد و ایرادگیری به من ذهنی نمی‌دهم.

مولوی، دیوان شمس غزل شماره ۱۰۷۹

چشم آخر را ببند و چشم آخر برگشا

آخر هر چیز بنگر، تا بگیرد چشم نور

و در این غزل جناب مولانا می‌گوید: «ای انسانی که هنوز چشمت به آخر این جهانست یعنی هنوز چشمت بدنبال همانیدگی‌ها و خواسته‌های من‌ذهنیست و با دید همانیده شده و هم‌هویت شده با چیزها به جهان نگاه می‌کنی، این چشم همانیده را ببند و چشم عدم و هشیاری نظر را باز کن و با فضاگشایی در برابر اتفاق این لحظه، اول و آخر هر چیزی را ببین. ببین که اول و آخر هر چیز خداوند است و بقیه چیزها گذرا و آفل هستند».



همانطور که در قرآن، در سوره حدید، آیه شماره ۳:

«هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ»

«اول و آخر هر چیزی اوست.»

یعنی ما با فضاگشایی و تسلیم متوجه می‌شویم اتفاقات و وضعیت‌ها را خداوند طراحی می‌کند تا چشم دل ما را باز کند و ما را به خودش زنده کند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰۰

چشم ابلیسانه را یک دم ببند

چند بینی صورت، آخر؟ چند؟ چند؟

و همینطور در این بیت می‌گوید: «چشم ابلیسانه را یک دم ببند». چشم همانیده شده و چشم ظاهر بین. چرا می‌گوید: «چشم ابلیسانه؟»، چون زمانی که خداوند به ابلیس گفت: «به آدم سجده کن» و چون ابلیس فقط ظاهر و صورت آدم رو دید، گفت: «من به گل سجده نمی‌کنم» و عشق خدا و روح خدا رو در آدم ندید و تسلیم فرمان خدا نشد. و این چشم ابلیسانه رو ما با فضاگشایی می‌توانیم به چشم عدم‌بین و خدابین تبدیل کنیم.

و می‌گوید: «چند بینی صورت»، یعنی تا کی می‌خواهی در همانیدگی‌ها به سر ببری و با دید همانیده شده به جهان نگاه کنی؟ فضا را باز کن و مرکز رو عدم کن تا با چشم حضور به جهان نگاه کنی.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۶

گوش بی‌گوشی در این دم برگشا

بهر رازِ یَفْعَلُ اللهُ ما یَشا

گوش بی‌گوشی در اصل همان گوش سکوت و سکون است که تنها ما با گوش سکوت است که می‌توانیم صدای خداوند و زندگی را بشنویم. جناب مولانا می‌گوید: «در این لحظه گوش بی‌گوشی رو باز کن و با گوش جسمی نشنو بلکه فضاگشایی کن، فضا را باز کن و با گوش فضای گشوده شده، راز خداوند، راز یَفْعَلُ اللهُ ما یَشا که می‌گوید: خداوند آن کاری را که بخواهد انجام می‌دهد و قادر مطلق است را بشنو».

یعنی با قانون قضا و کن فکان آن چیزی را که بخواهد انجام می‌دهد. یعنی وقتی ما فضا را باز کنیم، خداوند می‌تواند همانیدگی‌های ما را بیندازد اما من ذهنی مدام در گوش ما وسوسه می‌کند که ما مجبوریم در این همانیدگی‌ها بمانیم. وقتی فضا را باز کنیم، مرکز را عدم کنیم، صدای زندگی را می‌شنویم و متوجه می‌شویم که برای زندگی و خداوند کاری ندارد تا دردها و همانیدگی‌های ما را صفر کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۶

عارفان، زِ آغاز گشته هوشمند

از غم و احوال آخرِ فارغ‌اند

در این بیت جناب مولانا می‌گوید: «عارفان یعنی انسان‌هایی که فضاگشایی می‌کنند و مرتب مرکز رو عدم نگه می‌دارند، از همان ابتدا هوشیارانه به زندگی زنده می‌شوند» و دیگر با اتفاق این لحظه ستیزه نمی‌کنند و ترسی برای از دست دادن همانیدگی‌ها ندارند و از احوالات شرطی شده من ذهنی که می‌گوید: «حالم خوبه، حالم بده»، فارغ شده‌اند.



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳

دَم به دَم چون تو مراقب می شوی

داد می بینی و داور ای غوی

ما در من ذهنی، مدام از زمین و زمان و از خدا و انسان ها گله و شکایت داریم و اگر مشکل یا بیماری داریم می گوییم: «تقصیر خداوند یا دیگران است». اما جناب مولانا از زبان زندگی و خداوند می گوید: «تو مراقب نبودی یعنی فضا را باز نکردی». ای کسی که در من ذهنی گمراه شدی، مقاومت کردی، قضاوت کردی، با اتفاق این لحظه ستیزه کردی و تسلیم نشدی و از فرمان خداوند سرپیچی کردی و می گوید: «دَم به دَم چون تو مراقب می شوی»، یعنی اگر لحظه به لحظه فضا را باز کنیم، متوجه حکمت و عدالت خدا می شویم. و متوجه می شویم وضعیت این لحظه بازتاب اعمال و خواسته های خودمان بوده.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعل توست این غُصه های دَم به دَم

این بُود معنی قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

با سپاس فراوان،

عارف از اصفهان



سلام عزیزان و عاشقان

خدا قوت معلم عزیز و گرامی

شما درسهای مولانای جان را بخوبی بیان می‌کنید و با زبانی ساده و شیوا، اشکال هندسی و طرح داشتن شعرها، ما را آگاه می‌سازید.

سپاس از شما آقای شهبازی عزیز و همه دوستان همراه گنج حضور 🙏

در برنامه ۸۶۸ فرمودید: «طرح داشته باشید و شعرهایی را انتخاب کنید، بنویسید، بخوانید». و این روش برای من بسیار راه گشاست. چون تمرکز من با نوشتن و خواندن این اشعار ناب بیشتر می‌شود و معنی آن برایم باز می‌شود. البته راه زندگی را خداوند به ما یاد داده، نه این

کلمات (با درک ذهنی) و همانیدگیها، بلکه هدایت ما از فضاگشایی در درون ما می‌آید.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۵۹

کی فرستادی دمی بر آسمان

نیکی، کز پی نیامد مثل آن

چه موقع دم ایزدی آمد و من بیدار نبودم؟ در یکی از همانیدگیها غرق لذت زودگذر بودم. آن نیکی و خوبی ابدی و جاودانه را ندیدم.



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

گر مراقب باشی و بیدار تو

بینی هر دم پاسخ کردار تو

خدایا! هر لحظه به من نشان می دهی با چه چیزی همانیده هستم. اگر در من ذهنی شاد و خوشحالم، به تو پناه می آورم چون چیزی زودگذر در کار است. چشمهایم را می شویم و با عقل و قدرت، حس امنیت و هدایت تو باید آن لحظه را بی واسطه، بی سبب شاد باشم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۱

چون مراقب باشی و گیری رسن

حاجت ناید قیامت آمدن

هر لحظه که با دید زنده زندگی هوشیار هستم، رسن (طناب) خدا را بهتر و بیشتر می بینم که با همین زنده شدن به خدا و مرکز عدم، قیامت من شروع می شود و قائم به ذات خود می شوم.

لیدا، از سنندج



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

