



پیغام عشق

قسمت پانصد و سی و سوم





خانم پریسا از کانادا



چراغ هجدهم: کشاکش خلق، و مستی و دلخوشی ما

همه خلق در کشاکش، تو خراب و مست و دلخوش
همه را نظاره می کن، هله، از کنار بامی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۴ - برنامه ۸۸۰ گنج حضور
چراغی که مولانا در این بیت روشن میکند این است که ما مجبور نیستیم از جمع تقلید کنیم و اگر آنها دردهای من ذهنی دارند و با هم در کشاکش و جنگ و جدال هستند، ما هم مثل آنها باشیم. ما میتوانیم با پریدن از روی همانیدگیها به بالای بام زندگی برویم، و از آن بالا در حالیکه خود رها و شاد و مست و دلخوش هستیم، بقیه خلق را نظاره کنیم. تنها یک نظاره ساده نه اینکه ما هم درگیر تمام جنگ و جدالهایی بشویم که آنها با من ذهنی برای خود ایجاد کرده اند. در این حالت ممکن است دیگران درگیر جدالها و کشاکشهای من ذهنی خود باشند اما ما حس آزادی و رهایی فراوانی داشته باشیم. رسیدن به این حالت رهایی و آزادی زحمت دارد و کار معنوی جدی روی خود را می طلبد. هر کس باید آگاهانه و هوشیارانه بر روی خود کار کند تا او هم بتواند این رها شدن از همانیدگیها و شادی و سرمستی حاصل از آن را تجربه کند. کس دیگری نمیتواند این کار را برای او انجام دهد.

چراغ نوزدهم: پنهانی پیر

پیر ای دل به پنهانی به پر و بال روحانی
گرت طالب نبودی شه چنین پرهات نگشودی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲۴ - برنامه ۷۲۲ گنج حضور

وقتی که ما به خلوت درون خود میرویم، احساس میکنیم که بیشتر میخواهیم پیریم و بالا برویم. یعنی میبینیم که از جنس همانیدگیها که تا حالا فکر میکردیم جزیی از ما هستند، یا اصلا خود ما هستند، نیستیم. آن وقت تلاش میکنیم که با فضاگشایی و آوردن عدم به درون خود از روی این همانیدگیها پیریم. این پریدن و اوج گرفتن، پنهانی صورت میگیرد. با پر و بال نهانی عشق است. خدایی که طالب ما است، در درون ما این عشق و طلب را میگذارد که از روی همانیدگیها پیریم تا به او زنده بشویم. این پریدن ما پنهانی است و کسی آن را نمیبیند.

چراغ بیستم: شه تو را از خلق می رباید

در احسان سابق است آن شه به وعده صادق است آن شه
اگر نه خالق است آن شه تو را از خلق نربودی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲۴ - برنامه ۷۲۲ گنج حضور

در راه زنده شدن به زندگی، خلق یعنی انسانهای دیگر که من ذهنی دارند، میتوانند مانع به حضور رسیدن ما شوند. از آنجایی که ناظر جنس منظور را تعیین میکند، قرین شدن با منهای ذهنی که ما را از جنس جسم میبینند، باعث میشود که ما به جای ارتعاش به عشق و حضور، به جسم بودن ارتعاش کنیم. بنابراین دور شدن از خلقی که من ذهنی دارند، لازم و ضروری است. آن کسی که در مسیر رشد و پیشرفت معنوی قرار میگیرد، زندگی او را از خلق میرباید تا بستری را برای او فراهم کند که بتواند بدون مزاحمت خلق بر روی خود کار کند.

این ربودن انسان از خلق، لزوماً به لحاظ فیزیکی نیست، هر چند جدا شدن فیزیکی هم در مواردی ممکن است اتفاق بیفتد، ولی مهمتر از آن جدا شدن در سطح هشیاری است. انسانی که قدم در راه میگذارد، خداوند خالق او را از خلق میرباید، چرا که خدا به وعده خود صادق است و بسیار مشتاق است که او را به خود زنده کند. پس او را از منهای ذهنی ربوده و به سمت خود میکشد. ما به یک باره میبینیم که بیشتر تمایل داریم که خلوتی برای خود داشته باشیم و با فضاگشایی و آوردن عدم به درون خود، با خدا حس یکی شدن بکنیم، و تمایل چندانی نداریم که با منهای ذهنی همنشین بشویم.

چراغ بیستم و یکم: پرده کشیدن مریم بین خود و دیگران

در آیات ۱۶ و ۱۷ سوره مریم داریم:

- در این کتاب مریم را یاد کن، آنگاه که از خاندان خویش به مکانی رو به سوی برآمدن آفتاب، دوری گزید.
 - میان خود و آنان پرده‌ای کشید و ما روح خود را نزدش فرستادیم و چون انسانی تمام بر او نمودار شد.
- (تفسیر شده در برنامه ۷۸۲ گنج حضور)

در داستان حضرت مریم داریم که مریم خاندانش را ترک میکند تا به سمت خورشید، یعنی فضای یکتایی و خدا برود. او بین خود و دیگران پرده ای میکشد. یعنی اگر ما بخواهیم به خدا زنده شویم، اولین قدم آن است که خود را از دور و بر خود جدا کنیم. این به آن معنا نیست که با دیگران قطع رابطه کنیم، بلکه به این معنا است که پرده و حفاظی بکشیم تا نگذاریم دیگران بر روی ما اثر منفی بگذارند. نه تنها ایراد گیری دیگران، بلکه تایید و توجه آنها نیز مانع به حضور رسیدن ما است، پس ما باید پرده ای بکشیم تا دیگران کارهای معنوی ما را نبینند. نباید به دیگران اعلام کنیم که ما داریم روی خود کار میکنیم. و در عین حال در مقابل انتقادهای آنها سست نشویم و همین طور به رفتارهای دیگران واکنش نشان ندهیم. معنی کشیدن پرده بین خود و دیگران این است.

چراغ بیست و دوم: کار را پنهان کن

کار پنهان کن تو از چشمان خود
تا بود کارت سلیم از چشم بد

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۱ - برنامه ۸۸۴ گنج حضور

حالا وقتی ما قصد کار روی خود را میکنیم، نه تنها باید بین خود و من ذهنی دیگران فاصله ای ایجاد کنیم، بلکه باید کار معنوی خود را از چشمان من ذهنی خودمان هم دور نگه داریم. و گرنه، کار معنوی ما سالم نمی ماند. برای این کار باید فضاگشایی کنیم و عدم را به درون خود بیاوریم و از کارهای من ذهنی مثل به جلوه و نمایش در آوردن کارهای معنوی خود و همینطور به ذهن در آوردن تمرینات معنوی خودداری کنیم. نباید پیشرفت خودمان و میزان حضور خود را با ذهن بسنجیم و خود را قضاوت کنیم. باید ذهن خود را ساکت و خاموش نگه داریم، و نخواهیم که مواردی از قبیل فضاگشایی، عدم، حضور و تبدیل شدن را تعریف کنیم و به ذهن در بیاوریم.

چراغ بیست و سوم: چغز، مار و زمزمه آرام منِ ذهنی

چغز در آب می‌رود، مار نمی‌رسد بدو
بانگ زند، خبر کند، مار بداندش که گو

گرچه که چغز حيله گر، بانگ زند چو مار هم
آن دم سست چغزیش، باز دهد ز بانگ بو

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۵۵ - برنامه ۸۴۹ گنج حضور

وقتی انسانی دارد پیشرفت معنوی میکند، باید خیلی مراقب باشد که سر و صدا نکند و نگوید مردم بیایید من را ببینید که دارم به خدا زنده می‌شوم. اما بالاتر از این مساله، انسان در درون ذهن خودش هم نباید به آرامی نجوا کند که من دارم پیشرفت می‌کنم. ما گاهی در ذهن خود اینگونه نجوای آرامی می‌کنیم و اصلا هم متوجه تاثیر مخرب آن نیستیم.

مولانا مثالی میزند میگوید:

چغز یا قورباغه درون آب میرود، و در آنجا از مار در امان است. اما وقتی چغز بانگ میزند، مار خبردار میشود و پیدایش میکند. حتی اگر چغز به خیال خود حيله هم بکند، و مانند مار خیلی آرام و یواش صدا بکند، همین که دهانش را باز میکند، از بویش مار او را تشخیص میدهد و او را پیدا میکند. نمادی از ما که وقتی به درون آب فضای یکتایی میرویم، در آنجا از حمله منِ ذهنی در امان هستیم. اما کافی است خیلی آرام، نجوا و زمزمه منِ ذهنی داشته باشیم، آن وقت مار منِ ذهنی سریع ما را پیدا میکند.

چراغ بیست و چهارم: استفاده از ابزار درست

خداوند با قضای خود اتفاق این لحظه را پدید می آورد. اتفاق این لحظه بهترین اتفاق در راستای بیدار شدن ما است. اما در نهایت این نحوه برخورد ما با اتفاق این لحظه است که تعیین میکند آیا ما به خدا زنده میشویم یا خیر. در این لحظه ما دو ابزار برای برخورد با اتفاق این لحظه در دست داریم.

ابزار اول، ملامت است.
ابزار دوم، کن فکان است.

اگر از ابزار اول استفاده میکنیم، یعنی خود یا دیگری را ملامت میکنیم، فضای درون بسته میشود، و اتفاق این لحظه که به نظر ذهن بد می آید، سبب اتفاق بد بعدی میشود.

اما اگر فضاگشایی میکنیم، شروع میکنیم به استفاده از ابزار کن فکان. به این معنا که خدا میگوید بشو و میشود. درون و بیرون ما به بهترین وجه تغییر پیدا میکند و در راستای باز شدن بیشتر فضای درون و زنده شدن به خدا پیش میرویم.

انتخاب ابزار در این لحظه با خود ما است. ابزار ملامت یا ابزار کن فکان؟

به خدا دیو ملامت برهد روز قیامت
اگر او مهر تو دارد اگر اقرار تو دارد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵۸ - برنامه ۴ گنج حضور

چراغ بیست و پنجم: شکر واقعی، فضاگشایی است

ما در زندگی خود از نعمات زیادی برخوردار هستیم. شکر واقعی در قبال این نعمتها، استفاده و به کارگیری آنهاست. اگر من پا دارم، باید روی پا بلند شوم و راه بروم. اگر استعداد یادگیری علم، هنر و حرفه ای را دارم، باید از استعداد خودم استفاده کنم و شکوفا شوم. تنها در این صورت شکر نعمت کرده ام.

و اما شکر واقعی در یک جنبه عمیق تر، استفاده و به کارگیری توانایی فضاگشایی است. همه ما انسانها توانایی فضاگشایی را داریم، پس باید آن را به کار بگیریم. باید از خود پرسیم، آیا من در این لحظه از امکان فضاگشایی استفاده میکنم؟ آیا هر لحظه فضاگشایی میکنم؟ آیا با فضاگشایی خود اجازه میدهم که ابزار کن فکان در من به کار بیفتد و درون و بیرون من را به بهترین صورت در راستای زنده شدن به خدا تغییر دهد؟

دم او جان دهدت، روز نفخت پذیر
کار او کن فیکون است، نه موقوف علل

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴ - برنامه ۸۴۶ گنج حضور

شکر واقعی و اصیل، همان به کار گیری قابلیت فضاگشایی است. وقتی فضا در درون ما باز است و مقاومتی در برابر اتفاق این لحظه نداریم، تنها در آن زمان در حال شکر هستیم.

چراغ بیست و ششم: صداقت واقعی در فضاگشایی است، نه در بیان دردها

ما گاهی بیان وضعیتهایی که ذهن همانیده ما نشان میدهد را نشانه صداقت خود میدانیم. به عنوان مثال دردی که در ما نهفته است، به یک باره در ما بالا می آید. حال اگر این درد را با دیگران به اشتراک بگذاریم، چه به صورت کلامی، و چه با ارتعاش درد آلود خود، تنها به ابر درد در این دنیا اضافه کرده ایم. این صداقت نیست. صداقت واقعی این است که این درد بالا آمده را بپذیریم، خود را عقب بکشیم و با حضور ناظر به آن نگاه کنیم، و هر نیرویی که داریم را بگذاریم تا فضا را باز نگه داریم. حتی اگر زیر بار درد هشیارانه میرویم، حتی در آن حالت تمام تلاش خود را بکنیم که واکنش نشان ندهیم و درد خود را بر سر نزدیکان خود خالی نکنیم. صداقت واقعی در فضاگشایی است، نه در بیان دردها آنطور که ذهن ما درست و صادقانه جلوه میدهد.

حکم حق گسترده بهر ما بساط
که بگوئید از طریق انبساط

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰ - برنامه ۸۸۰ گنج حضور

اگر استرسی در ما بالا می آید، این صداقت نیست که به هر کس نزدیک ما است، بگوییم من استرس دارم و این استرس و نگرانی را به آنها نیز منتقل کنیم. صداقت در این است که فضا را باز کنیم تا کن فکان روی ما کار کند، استرس ما را از میان بردارد و ما تبدیل شویم. انتقال دردهای خود به دیگران صداقت نیست. این جبر است. چون میگوییم من همین طور که هستم باید باشم و کاری هم برای این مشکل نمیتوانم بکنم. در حالیکه صداقت واقعی از عدم می آید، و این است که بگوییم من ابزار فضاگشایی را در این لحظه در دست دارم، پس از آن استفاده میکنم تا تبدیل شوم. صداقت حقیقی در این است که اجازه دهیم، حق از لامکان بر ما قدم نهد، و دردهای ما را با کن فکان خود ساکت و آرام کند و به ما سکون و ثبات دهد.

حق، قدم بر وی نهد از لامکان
 آنکه او ساکن شود از کن فکان

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱ - برنامه ۸۰۸ گنج حضور

چراغ بیست و هفتم: پیشه بی پیشگی

انسانها در این دنیا هر کدام به حرفه و پیشه و نقشی مشغول هستند. یک نفر نانوا ست، و دیگری فروشنده، یکی مهندس است و دیگری تاجر. یکی فرزند است و دیگری همسر. اما تمام این نقشها پوسته و ظاهر هستند. با دید چشم ظاهر این پیشه ها مهم هستند، در حالیکه با دید زندگی ما یک پیشه بیشتر نداریم و آن پیشه بی پیشگی است.

هر آدمی را در جهان آورد حق در پیشه ای
در پیشه بی پیشگی کردست ما را نامزد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۷ - برنامه ۸۸۹ گنج حضور

و اما پیشه بی پیشگی چیست؟

پیشه بی پیشگی یعنی اینکه هشیاری ما در لامکان، یعنی بعدی از ما که با چشم ظاهر دیده نمیشود، با عشق و سرمستی در حال رقص و شادی باشد و هر بار هم که این هوشیاری به فرم در می آید تا در جهان خلقی کند و کاری را انجام دهد، در آن زمان نیز همچنان به زندگی وصل باشد و دور یار ماهر و که خود زندگی است بچرخد. باید همچنان در حالت وصل در خدمت زندگی باشد.

هر روز همچون ذره ها رقصان به پیش آن ضیا
هر شب مثال اختران طواف یار ماه خد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۷ - برنامه ۸۸۹ گنج حضور

پس تا وقتی که هشیاری ما همچنان در دام و اسارت همانیدگیها گیر افتاده است، و آزاد و رها در رقص نیست، ما اسیر نقشها و پیشه ها هستیم و به پیشه بی پیشگی که پیشه اصلی ما است نرسیده ایم.

چراغ بیست و هشتم: سرمست کاری نمیکند جز آن کاری که می میکند.

سرمست کاری کی کند؟ مست آن کند که می کند
باده خدایی طی کند، هر دو جهان را تا صمد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۷ - برنامه ۸۸۹ گنج حضور

ما وقتی سرمست زندگی میشویم، تمام و کمال در اختیار زندگی قرار میگیریم. آن کاری را میکنیم که زندگی با می خود در حالت سرمستی از ما میخواهد بکند. شاید در این بیت مولانا میخواهد ما را متوجه کند که کار واقعی چگونه کاری است. کار واقعی این کارهایی نیست که ما در این دنیا با عقل محدود من ذهنی خود انجام دهیم. بلکه کار واقعی زمانی انجام میشود که ما سرمست زندگی هستیم. وقتی همانند گیها به حاشیه رانده میشوند و درون ما عدم میشود، شادی بی سبب و حالت سرمستی از زندگی به ما دست میدهد. در این حالت سرمستی هر کاری که میکنیم، کار می زندگی است. من ذهنی ما بی کار میشود، و هشیاری ما در حالیکه سوار بر هشیاری زندگی است به خلق میپردازد.

چراغ بیست و نهم: سرمستی زندگی از کجا می آید؟

آمد شرابی رایگان، زان رحمت ای همسایگان
وان ساقیان چون دایگان شیرین و مشفق بر ولد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۷ - برنامه ۸۸۹ گنج حضور

شرابی که ما را سرمست میکند، از روی رحمت خدا به صورت رایگان در اختیار ما قرار داده شده است، اما ما از روی ناآگاهی و غفلت حتی دست خود را دراز نمیکنیم تا از آن شراب بگیریم. در این جهان فرم و در همین دنیا ساقیانی هستند که شراب زندگی را به دست ما می‌رسانند، و برای این کار بسیار مشتاق هستند و مثل دایگان شیرین و مهربان و مشفق هستند که می‌خواهند هر چه بیشتر این شراب را به ما برسانند. دیگر این با خود ما است که آیا این شراب رایگان را از دست ساقیانی مثل مولانا میگیریم یا نه. همه ما انسانها همسایگان هم هستیم. میتوانیم شراب را از ساقیان بگیریم و به همدیگر هم بدهیم. به همدیگر کمک کنیم تا به زندگی زنده شویم و همگی ما سرمست شراب رایگان زندگی بشویم.

چراغ سی ام: چهار دستورالعمل برای سرمستی هر چه بیشتر

ای دل از این سرمست شو، هر جا روی سرمست رو
تو دیگران را مست کن، تا او تو را دیگر دهد

هر جا که بینی شاهی، چون آینه پیشش نشین
هر جا که بینی ناخوشی، آینه در گش در نمد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۷ - برنامه ۸۸۹ گنج حضور

در این دو بیت مولانا چهار دستورالعمل کاملا کاربردی در اختیار ما قرار میدهد که با عمل به آنها میتوانیم سرمستی فراوانی را تجربه کنیم و شادی بی سبب از درون ما بجوشد.

اول آنکه شراب را از زندگی و از دست ساقیان بگیر و خودت را سرمست کن. یعنی مقداری فضا را باز کن، تا با عدم کردن درونت مقداری شادی و سرمستی به دست آوری.

دوم آنکه وقتی مقداری سرمست شدی، از آن سرمستی به دیگران هم بده. ارتعاش شادی بخت را در دنیا پخش کن. اگر پیام زندگی بخشی بر ذهن تو نقش بست به دیگران هم منتقل کن، اما نه با زور و اجبار. تمام حواست فقط و فقط بر روی خودت باشد و سعی در عوض کردن کسی نداشته باش. تنها ارتعاش درونی خودت را بالا تر ببر. اگر این ارتعاش شادی بخش را پخش کنی، زندگی به تو عوض میدهد و سرمستی تو را باز هم بالاتر میبرد. پس دستورالعمل کاربردی دوم این است که اگر سرمست شدی، سرمستی را به انسانهای دیگر که همسایگان تو هستند، ببخش. با بخشش شادی و سرمستی، شادی و سرمستی در تو هم بالاتر میرود.

دستورالعمل سوم این است که هر جا شاهدهی، یعنی انسان زنده به حضوری را دیدی، مثل آینه پیشش بنشین. آن دل صاف و صیقلی داده خود را بدون ترس و ابا به او نشان بده. بگذار او خودش را در تو ببیند. و در عین حال تو خودت را در آینه صاف و صیقلی او ببین. با این کار ارتعاش عشقی در هر دوی شما بسیار بالا خواهد رفت و سرمستی زندگی در هر دو بسیار زیاد خواهد شد. در روبرویی با انسان زنده به حضور، نباشد که قسمتی از وجودت را پنهان کنی. حتی اگر آینه دلت زنگار دارد هم باز هم نگران نباش. او هم زنگار را میبیند و هم آینه صاف درون تو را که اصل وجود توست. اما میداند که زنگار توهمی بیش نیست. اصل تو دیگر است. پس بدون قضاوت به تو کمک خواهد کرد که زنگارها را از روی آینه دلت بزدایی و صافتر و صیقلی تر بشوی.

و چهارم آنکه اگر ناخوشی ای دیدی، آینه درون خودت را در نمد کن و بپوشان و آن را نشان نده. ناخوشی همیشه از من ذهنی می آید، و گرنه حضور ما که همیشه شاد و خوش و سرمست است. من های ذهنی دیدن خودشان در آینه حضور تو را دوست ندارند، چون در آن آینه تنها من ذهنی خود را میبینند و از آن وحشت زده میشوند. آن وقت تمام آن من ذهنی که در خود دارند را به تو نسبت میدهند. پس به آنها آینه صیقل خورده درونت را نشان نده. نخواه مثل آینه ای به آنها بگویی که چه ایراداتی دارند. با این کار تنها آنها را خشمگین میکنی و بیشتر در من ذهنی فرو میبری. تو فقط با فضای باز و شادی بی سبب و ارتعاش بالا باش. اگر قرار به تاثیرگذاری بر روی آنها باشد، خود زندگی از طریق همان فضای گشوده شده درون تو به آنها کمک خواهد کرد.

پس مولانا از ما میخواهد با رعایت چهار دستورالعمل زیر شادی و سرمستی و ارتعاش عشقی را در خود بالا ببریم.

(۱) شراب را از زندگی و ساقیانی مانند مولانا بگیریم.

(۲) با بالا بردن ارتعاش عشقی در خود و با به خدمت زندگی در آمدن، شراب را به همسایگان خود یعنی انسانهای دیگر بدهیم.


(۳) هر جا شاهدی مثل مولانا و یا انسانهای زنده به حضور دیگر دیدیم، همچون آینه در روبروی آنها بنشینیم. ترس از این نداشته باشیم که چقدر زنگار بر روی آینه داریم. با همنشینی با شاهدان، ارتعاش عشقی در ما چند صد برابر میشود.

(۴) هر جا ناخوشی من ذهنی دیدیم، آینه حضور خود را مخفی کنیم.



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