



پیغام عشق

قسمت نهمصد و بیست و هفتم





با درود و سپاس بر تمامی کائنات عالم هستی و آقای شهبازی نازنین.

برنامه ۹۲۰ گنج حضور و غزل ۲۵۳، همراه با ابیات انتخابی، در مورد پندار کمال و کمال طلبی که حتی ما در مورد پندار کمال داشتن هم دچار پندار کمال می‌شویم.

که همواره می‌گوییم: من کجا و زنده شدن به خدا کجا؟

درست است که در این جهان بیرون، برای پیشرفت و امرار معاش و رسیدن به جایگاه خاصی، اسباب‌ها و علل مختلفی را باید طی کرد، ولی در راه تبدیل شدن، خداوند فقط یک چیز می‌خواهد، آن هم دل پر نور و بر ما که سالهاست منتظرش می‌باشد که ما را به جایگاه اصلی‌مان برساند.

دلی خالی از هر همانیدگی و دلی خالی از هر کینه و کدورت، و دلی خالی از هر انتقام جویی و فلسفه بافی، که با قانون قضا و قدر و کن فکان الهی در یک چشم به هم زدن صورت می‌گیرد.

ولی ما کار کوتاه را در ذهن بیمار گونه خود به درازا کشیده‌ایم و در افسانه سازی‌های من‌ذهنی، دچار پندار کمال شده و دل عاشق خود را ناپاک ساخته و بیماری من‌ذهنی را به دست آورده.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

علتی بتر ز پندار کمال

نیست اندر جان تو ای ذودلال

*موضوع: خنده





مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۳

چند نهران داری آن خنده را

آن مه تابنده فرخنده را

بنده کند روی تو صد شاه را

شاه کند خنده تو بنده را

از آغاز خلقت خندیدن و شادمانی حق مسلم ما بوده است و ما با این ذات الهی خود که همان ماه تابان است به دنیا آمده ایم و خندیدن همان فضاگشاییست که با قانون قضا و قدر و کن و فکان و پذیرش اتفاق لحظه صورت می‌گیرد که جاودانه می‌باشد و مبارک قدم، که هر جا برویم شادی و عشق را پراکنده می‌سازیم.

و می‌توانیم در برابر تمامی چالش‌ها و گرفتاری‌ها و مشکلات که بازی فرمهای زندگی هستند، فضاگشایی کنیم و برقصیم و با درک عمیق و ریشه داری گسترده چنان درخششی ماه درونمان پیدا می‌کند که بزرگترین شاهان که دارای من‌های ذهنی بزرگ هستند، در برابر روی تابان و فضاگشای ما، می‌توانند بنده نوازی کنند و تسلیم شوند.

و اثرگذاری آن به اندازه‌ای می‌باشد که از طریق ارتعاش قرین هم موثر واقع می‌شود، و تا جایی که حتی گل سرخ هم زیبایی و شادابی و خندان بودن خود را از روی ماه تابان ما، می‌تواند دریافت نماید، ولی ما متأسفانه با افسانه سازی‌های پی در پی و دردها و رنجش‌ها و کینه ورزی‌ها، رسالت خود را فراموش کرده‌ایم و خجالت زده از خندیدن. و اگر بخندیم احساس گناه کرده و احساس غم و اندوه که مبادا اتفاق بد و ناگواری بخواهد صورت بگیرد.



نخندیدن ما، به خاطر درون نازیبای ماست که روزن درون را بسته‌ایم و بسته‌های انرژی و خرد الهی را نمی‌توانیم دریافت نماییم و بر اساس قانون جذب همواره به سوی سیاهی و عزاداری رفته و شرکت کردن در این گونه مجالس را بر خود نسبت به مراسم شادی و رقص و پایکوبی اولویت داده که درون خود را سیاه می‌نماییم.

و همچنین از پوشیدن لباس‌های شاد و روشن خود را محروم می‌سازیم و الگوها و باورهای گذشتگان و قدیمی‌ها را به یدک می‌کشانیم که سن و سالی از ما گذشته و ایراد است که هم روشن بپوشی و هم شاد باشی.

و از قضاوت کردن‌های دیگران ترس و واهمه داریم که مردم به ما چه خواهند گفت؟ آیا ما را شخصی سبک می‌پندارند؟ که هیچگونه غم و اندوهی ندارد و با توجه به این همه گرفتاری‌ها که در هر خانه و خانواده و جامعه وجود دارد چگونه می‌تواند شاد باشد و بخندد؟

اگر بخواهم در این زمینه تجربه‌ای را به اشتراک بگذارم درست یادم می‌آید، هنگام فوت پدر بزرگوارم که حدوداً ۱۰ سال پیش از دنیا رفته‌اند، پنج برادر عزیز و نازنینم تمیز و آراسته با سر و صورت اصلاح شده و با صفا، همراه با لباسهای روشن، در مراسم خاکسپاری و ختم آن بزرگوار حضور داشته و هیچگونه ترس و واهمه‌ای از قضاوت کردن مردم نداشتند.

چرا که مرگ جسمانی و جدا شدن روح و رسیدن آن به اصل خدایت، خود باعث شادمانی و خنده است که می‌تواند ما را به اصلمان واصل گرداند، ولی ما انسان‌ها بیش‌تر اوقات:

آن قدر در افسردگی و غم و اندوه فرو می‌رویم که دچار اخم ابرو شده که از صورت ما تابان خود، بشاشی و خنده رو بودن را دریغ می‌سازیم.

و هم‌چنین بیش‌تر اوقات:

زانوی غم بغل می‌گیریم و دلیلی برای غم خوردن خود نمی‌یابیم و مصداق همان ضرب المثلی می‌شویم که پیامبر شده و غم امت می‌خورد.



و گاهی خود را ناجی دیگران دانسته و در فکر نجات دیگران و از درون خود بی خبر و غافل.

و چون نمی‌توانیم آن خلا و آن فضای گشوده شده را درک کنیم، به عناوین مختلف می‌خواهیم خودمان را سرگرم کرده و غم و ناراحتی و غصه خوردن برای دیگران را پیشه راه خود قرار می‌دهیم، بدون اینکه حتی دیگران از ما تقاضای کمک و یاری داشته باشند.

و غافلیم و بی‌خبر، که اگر این مسائل و این حواشی را کنار بگذاریم و تمرکز را روی زمان حال که قدرتمندترین زمان موجود است قرار بدهیم،

و همه شناسایی‌ها را لحظه به لحظه انجام و درد طلب داشته باشیم و از همانیدگی‌ها کام و خوشبختی نخواهیم، مشتاقانه به سوی شادی بی‌سبب و خندیدن‌های اصیل خدایت خودمان که همان باز شدن روزن درون است، هدایت می‌شویم.

و همراه با پرهیز و شکر و صبر، خود زندگی و نیروی برتر، آسمان درونمان را می‌شکافد و مانند کودکان آزاد و رها از هر گونه دستاویزی می‌خندیم و می‌رقصیم و شادانیم و خود زندگی پیشوای ما می‌شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۳

بسته بدان است در آسمان

تا بکشد چون تو گشاینده را

پس نتیجه می‌گیرم که شادی بی‌سبب و خندیدن را به خودم هدیه دهم، آن هم با پوشیدن رنگ‌های شاد و روشن و از قضاوت کردن دیگران ترس و واهمه‌ای نداشته باشم.

پس نتیجه می‌گیرم که شادی بی‌سبب و خندیدن را به خودم هدیه دهم، که تا در برابر تمامی ناملایمات و اتفاقاتی که زندگی برایم بوجود می‌آورد که مرا بی‌مراد سازد، بخندم.



چرا که می‌خواهم خندیدن اصیل پروردگار را از طریق فضاگشایی و سرازیر شدن نعماتش دریافت نمایم که اراده او در زندگی‌ام جاری شود و عقل و خرد او، بر تمامی فکر و عملم بریزد تا راه حل مسائل برایم الهام گردد و قدرت و هدایت او را دریافت نمایم.

پس نتیجه می‌گیرم که شادی بی‌سبب و خندیدن را به خودم هدیه دهم، آن هم زمانی که خنده‌ام بگیرد، جلوی آن را نگیرم و با صدای بلند بخندم تا هورمون‌های شادی و خوشحالی در درونم ترشح گردد.

پس نتیجه می‌گیرم که شادی بی‌سبب و خندیدن را به خودم هدیه دهم، آن هم زمانی که اگر در زندگی‌ام کمبودهایی وجود دارد و هر یک از اعضای خانواده ساز خود را می‌نوازند، من اجازه دهم که خداوند دف مرا، با دردهای هشیارانه بزند و نی مرا، با آهنگ‌هایش موزون سازد که تا بتوانم در برابر همه چیز و همه کس با پذیرش اتفاق لحظه برقصم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۳

بر رخِ دفِ چند طپانچه بزن

دم ده آن نای سگالنده را

پس به سخنان حضرت رسول اکرم گوش فرا می‌دهم که می‌فرمایند:

بوهای خوب و خوش‌دم زنده کننده ایزدی را که در این ایام بیش از پیش می‌آیند، با گوش هشیارایی عدم بشنو و درون سکوت شنوی خود را از همانیدگی‌ها خالی ساز تا فضای درونت گسترده شود و مقاومت و قضاوت نداشته باشی که تا بتوانی از این بوهای خوش و معطر عشق و زندگی به نحو احسن بهره‌مند شوی و برخوردار.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۵۱

گفت پیغمبر که: نَفَحَاتِ هَایِ حَقِّ

اندرین ایام می آرد سَبَقِ

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۵۲

گوش و هُش دارید این اوقات را

در رُبایید این چنین نَفَحَاتِ را

و در پایان: وقتی که خرد بی منتهای کائنات سرگرم کار است، زندگی شخصی کوچک من زهرا را هم اداره می کند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷

ای ز غم مُرده که دست از نان تهی ست

چون غفورست و رحیم، این ترس چیست؟

پر انرژی و سالم بمانید.

خیلی ممنون، خدا نگهدار شما.

زهرا سلامتی، از زاهدان



با سلام خدمت آقای شهبازی و دوستان همراه؛

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵

همچون مستی، کو جنایت‌ها کند

گوید او: معذور بودم من ز خود

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶

گویدش لیکن سبب ای زشتکار

از تو بُد در رفتن آن اختیار

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷

بیخودی نامد به خود، تُوَش خواندی

اختیارت خود نشد، تُوَش راندی

در این سه بیت به خاطر تاکیدی که آقای شهبازی داشتند، تأمل کردم و سعی کردم هر روز آنها را تکرار کنم. بعد از مدتی حفظ و تکرار و تأمل در آنها، دریافتم این ابیات چگونگی در لحظه بودن ما را به عنوان امتداد خدا نشان می‌دهد که آیا این لحظه اختیارت را به من اصلی‌ات می‌دهی یا اختیارت را به من ذهنی‌ات و مست از خاصیت‌های غرور و حس وجود او می‌دهی؟



چالشی چند سال پیش با همسرم داشتم که با کار و تمرکز روی خود، حلّ این چالش را به زندگی سپردم. من ذهنی همیشه من را تشویق می‌کرد و می‌گفت: «دیدی از حل این چالش برآمدی، آفرین!» و بعبارتی نور و هدایت را از خود می‌دانست!

زندگی گاه گاه، اتفاقاتی پیش می‌آورد که به من گوشزد کند هنوز آن خاصیت‌های من ذهنی، یعنی حس خبط، که ناشی از حس وجود من ذهنی است، در تو وجود دارد و تو نیستِ مطلق نشدی. پس در اتفاقاتی که برای بیداری تو از خواب ذهن بوجود می‌آورم، تیز باش!

و نگذار من ذهنی‌ات تو را مست و بیهوش کند و اختیار من اصلی‌ات را به دست بگیرد و از قضا این اتفاقات مکرراً می‌افتاد، یعنی همسرم سخنانی می‌گفت که حس خبط من را تحریک می‌کرد. بارها در برابر این رفتار و احساسم فضاگشایی کردم ولی در این بین مواردی هم بود که من ذهنی اختیار من را در حالیکه از حس وجود مست شده بودم، به دست گرفته بود!

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳

زین کمین بی صبر و حزمی کس نجست

حزم را خود صبر آمد پا و دست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۴

حزم کن از خورد، کین زهرین گیاست

حزم کردن زور و نور انبیاست



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۵

گاه باشد کو به هر بادی جهد

کوه کی مَر باد را وزنی نهد

من ذهنی همیشه در کمین ماست و به این راحتی دست از سر ما بر نمی‌دارد. اگر حتی فکر کنی، همانیدگی‌هایت را انداختی ولی دردهای نهفته از تاثیر این همانیدگیها از جانت بطور کامل شسته نشده است و باید حزم داشته باشی، یعنی تأمل کنی و بدانی درد داری و هر لحظه همانیدگی با دردت را در مرکز قرار ندهی. و برای این باید در لحظاتی که دردهایت بالا می‌آید، حضور ناظر شوی و به این وسیله اختیارت را دست زندگی بدهی. یا اگر نمی‌توانی حضور ناظر را فعال کنی، ابیات مربوط به آن وضعیت را بخوانی، تا تکرار آنها و نور برآمده از آنها، حضور ناظر تو را فعال کند و وارد فضایی شوی که تو و زندگی در آن هستی و در آن فضا «نور» یعنی قدرت شناسایی و «زور» یعنی قدرت عمل خود را از زندگی بگیری. و تن به واکنشهای نابخردانه من‌ذهنی ندهیم و با حضور ناظر شدن فکر و عمل خود را دست زندگی بدهیم.

با تمرین حضور ناظر شدن، ریشه‌های ما در هشیاری اصلی مان عمیق می‌شود و اتفاقاتی که هیجانات ما را تحریک می‌کنند، ما را به راحتی از جا بلند نمی‌کنند که اختیاراتمان را دست آنها بدهیم. بلکه ما مانند کوهی، ریشه عمیق در هشیاری اصلی خود داریم و به این ترتیب با عدم پاسخگویی به هیجانات فعال، هشیاری خود را از آنها آزاد می‌کنیم و آنگاه زندگی به ما می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸

چون به من زنده شود این مُرده تن

جان من باشد که رو آرد به من



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹

من کنم او را ازین جان محتشم

جان که من بخشم، ببیند بخششم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۰

جان نامحرم نبیند روی دوست

جز همان جان کاصل او از کوی اوست

با ندادن اختیار به فکر و هیجانات من ذهنی و استفاده از حزم و تأمل که با استفاده از تکرار ابیات مولانا و صبر بوجود می‌آید، هشیاری به تله افتاده در این هیجانات و افکار منفی آزاد می‌شود و به هشیاری اصلی مان می‌پیوندد. انباشتگی هشیاری حضور در ما، هشیاری ناظر ما را تیز و سریع می‌کند و در اتفاقات زودتر خود را نمایان می‌کند.

در هشیاری ناظر بر من ذهنی، ما و خدا یکی هستیم و عقل و قدرت و هدایت و حس امنیت او وارد فکر و عمل ما می‌شود و حرف و عمل نابخردانه انجام نمی‌دهیم و بدین ترتیب اتفاقات باعث بیداری ما از خواب ذهن می‌شوند. به خاطر این بخشش زندگی، بصورت اتوماتیک، حالت شکر و تواضع به ما دست می‌دهد و بیشتر تمایل پیدا می‌کنیم که لحظات حضور ناظر خود را بیشتر کنیم.

و به این صورت، وارد حرم یعنی خانه زندگی می‌شویم. وارد حرم زندگی شدن، یعنی زندگی با نور خود، بیشتر و بیشتر درد و همانیدگیهای ما را نشان می‌دهد و از نور هدایت و شناسایی خود ما را برخوردار می‌کند و قدرت انداختن آنها را به ما می‌دهد. مدتی تعداد واکنشهای بیرونی و درونی من کم شده بود. وقتی همسرم را به صورت «وزنه‌ای معنوی»



دیدم که مرا وادار به تحریک می کند و آنگاه متوجه شدم تحریک کننده و تحریک شونده از جنس زندگی نیستند و هر دو را نگاه می کنم و می دانم من، آن هشیاری هستم که اختیار خود را دست آن چه غیر زندگی است نمی دهم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۸

قوت از حق خواهم و توفیق و لاف

تا به سوزن برگنم این کوه قاف

اگر نور شناسایی و قدرت و جسارت صبر را زندگی نصیب من نکند، از پس انداختن من ذهنی بر نمی آیم و آن زمانیکه با «فضاگشایی» این نور و قدرت نصیب من شود، من ذهنی دیگر برای من مانند کوه، استوار و سنگین نیست و از پس آن برخوردارم آمد! پس تا زمانی که توانایی فضاگشایی را به درستی در خود نمی بینم به تکرار و حفظ و تأمل در ابیات مولانا ادامه می دهم و صبر و حزم را پیشه می کنم و اختیارم را به دست ابیات مولانا می دهم و اختیار را از من ذهنی و دردها و هیجانات او می گیرم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۰۸۱

حافظان را گر نبینی ای عیار

اختیارت را بین بی اختیار

با تشکر،

نصرت از سنندج



یادآوری شکر

هزار ابر عنایت در آسمان رضاست، ما باید بخاطر باز شدن چشممان خدا را شکر کنیم، حال چطور یاد این شکر بیفتیم؟
تا به حال به نفس کشیدن مان توجه کرده‌ایم؟

دم، بازدم، دم، بازدم، دم، بازدم

اصلاً چیزی از این نامحسوس تر و درعین حال مهم تر، که زندگی ما به آن وابسته است؟ فقط کافیست یک دم صورت
نگیرد و یا این که یک بازدم برنگردد.

ممت خدای را عز و جل که طاعتش موجب قربت است و به شکر اندرش مزید نعمت. هر نفسی که فرو می‌رود، ممد
حیات است و چون بر می‌آید مفرح ذات. پس در هر نفسی دو نعمت موجود است و بر هر نعمتی شکری واجب.

گلستان، سعدی، دیباچه

حال جناب مولانا در اینباره چه فرموده‌اند؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۷

پس بنه بر جای هر دم را عوض

تا ز واسجد واقترَبْ یابی غرض

این دم مهم است، این دم را بده و به ازاش عوضی بگیر. یعنی به ازای این دم که از طرف خدا هست باید شاکر باشیم
و چیزی بدهیم و آن خاموشی ذهن است تا به موجب آن تسلیم شویم و به خدا نزدیک شویم و از خدا، فضای گشوده‌ی
بیشتری را بگیریم، تا دم‌های دیگر بیشتر وصل باشیم.



این دم از کجا می‌آید؟ و آیا برای به دست آوردن آن نیاز به اسباب بیرونی داریم؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

دم او جان دهدت رو ز نفخت بپذیر

کار او کن فیکون است نه موقوف علل

کی این کار مراقبت دم به دم باید صورت بگیرد؟ نتیجه این توجه و ناظر بودن را چند سال دیگر می‌بینیم؟

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

گر مراقب باشی و بیدار تو

بینی هر دم پاسخ کردار تو

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳

دم به دم چون تو مراقب می‌شوی

داد می‌بینی و داور ای غوی

هر لحظه نتیجه این مراقب بودن را خواهیم دید. پس هر لحظه در زندگی ما مهم می‌باشد. اگر مراقب نباشیم چه اتفاقی

می‌افتد؟

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

فعلِ توست این غصه‌های دم به دم

این بود معنی قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ



خودمان غصه ایجاد می‌کنیم و آن هم به علت عدم توجه دم به دم می‌باشد. عدم ناظر بودن دم به دم. اجازه دادن به ذهن که در این لحظه و این دم به هر جایی برود، درد، مانع و مسئله درست کند و آن را بر گردن دیگران بیندازد. حال اگر این لحظه را از دست دادیم، آیا می‌شود آن را جبران کرد؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

قضا نتانم کردن، دمی که بی تو گذشت

ولی چه چاره؟ که مقذور جز قضای تو نیست

این لحظه را از دست اگر بدهیم، لحظه‌ای را از دست داده‌ایم، اگر در فکر همانیده بوده است یا در کارافزایی، این دم از دست رفته است. آیا خدا ما را به خاطر آن تنبیه می‌کند؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹

لیک من آن ننگرم رحمت کنم

رحمتم پر است بر رحمت تنم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰

ننگرم عهد بدت بدهم عطا

از کرم این دم چو می‌خوانی مرا

آیا پس از فضاگشایی‌های پی در پی همه چیز تمام می‌شود و ما از دم نفس و نفسانیات رها می‌شویم و دیگر درگیر دم ذهنی و سبب‌سازی و از اتفاق این لحظه زندگی خواستن نمی‌شویم؟



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۵

دم به دم ما بسته دام نویم

هر یکی گر باز و سیمرغی شویم

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۶

می رهانی هر دمی ما را و باز

سوی دامی می رویم ای بی نیاز

خیر!

حتی اگر باز و سیمرغ شویم، باز در هر دم و بازدم، برای ما خطر وجود دارد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۲۲

اندرین ره می تراش و می خراش

تا دم آخر دمی فارغ مباش

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۲۳

تا دم آخر دمی آخر بود

که عنایت با تو صاحب سر بود



تا لحظه‌ایی که از دنیا می‌رویم باید مراقب این دم و بازدم باشیم. اصلا برای این ناظر بودن است که آمده‌ایم که این فضای گشوده آنقدر وسیع شود تا هشیاری در نهایت بر روی هشیاری منطبق شود و ما به خدا زنده شویم و به سر خدا پی ببریم.

با تشکر

زهرا از فنلاند



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۷۹ برنامه ۹۲۳

از چاه شور این جهان، در دلو قرآن رو، برآ

ای یوسف، آخر بهر توست این دلو در چاه آمده

خداوند در این لحظه، برای نجات بشریت دلو قرآن یا دلو غزل‌های عارفانی چون مولانا را، در چاه ذهن برایمان گذاشته و ما با خواندن و کمک گرفتن از این غزل‌ها، می‌توانیم دستگیره محکمی بسازیم و خود را از چاه ذهن بالا بکشیم. هفته پیش اونقدر حس سبکی در خودم داشتم که با خودم می‌گفتم که انگاری یک کوله بار سنگینی را بر زمین گذاشتم. اما غافل از اینکه ذهن حيله‌گر و مکار همیشه چیزی برای رو کردن خودش داره. فکری میاد و در سرت می‌نشینه که هشیاریت را مشغول نگه داره، تا بهت بگه از داشتن یک چنین همانیدگی باید خجالت بکشی و احساس شرم کنی، تا سرخورده و ناامیدت بکنه.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار صدر توست راه

بله زندگی واقعا در عمل به ما نشون میده که این مسیر، راهیست بی‌انتهای پایانی برای آن وجود ندارد. همان لحظه که فکر می‌کنی رسیدی، زندگی به سراغت میاد تا بهت نشان بده که رسیدنی در کار نیست. این راه جاده‌ایست بی‌انتهای.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸

هر ندایی که تو را بالا کشید

آن ندا می‌دان که از بالا رسید

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹

هر ندایی که تو را حرص آورد

بانگ گرگی دان که او مردم درَد

وزوز مگس‌وار من‌ذهنی که مدام در سر می‌پیچد و آرام آرام روی حس و هیجانات ما اثر می‌گذارد. بانگ گرگیه که هشیاری درون ما را می‌دره و در تلاش که هشیاری را به ته چاه ذهن بکشد و آگه بانگ ابیات مولانا نبود، چه کسی و چه نیروی می‌توانست دست ما را بگیرد و آرام آرام از چاه ذهن بیرون بکشد؟ مثلاً همین حرص دیده شدن. لحظه‌ای که از ش غافل می‌شی، زحمتی را که برای بالا اومدن از این چاه شور این جهان کشیدی به هدر میدی. پرت میشی دوباره به اعماق چاه.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۱

لب ببند و کفِ پُرزر بر گُشا

بُخلِ تن بگذار، پیش آور سَخا



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۲

ترکِ شهوت‌ها و لذت‌ها، سخاست

هر که در شهوت فرو شد، برنخاست

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۳

این سخا، شاخی است از سرو بهشت

وای او کز کف چنین شاخی بهشت

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۴

عُرْوَةُ الْوُثْقَى است این ترک هوا

برگشَد این شاخ جان را بر سَمَا

لب و دهان ذهن را با خواندن و تکرار ابیات مولانا می‌بندم و خاموش نگه می‌دارم. با سعی و تلاش سعی دارم تا شاهد و ناظر افکارم باشم. حسادت، ناقص دیدن خود، رقابت، دید کمیابی من‌ذهنی، همه از حرص و شهوت پندار کمال سرچشمه می‌گیره. ترک این شهوت‌ها، لذت بخش هست، به شرطی که به من‌ذهنی خودمان شک کنیم. سخاوتمندی فقط بخشش پول نیست، شاید حتی بخشش پول، راحت‌ترین کار باشه. دیدن حرص و حسادتهای خود و پذیرش و اعتراف به اونهاست که سخت‌ترین قسمت کار روی خود هست. ترک هوای نفس دستگیره محکمی و شاخه‌ای از درخت رهایست.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۵

تا برد شاخ سخا ای خوب کیش

مر تو را بالا کشان تا اصل خویش

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۶

یوسف حسنی و این عالم چو چاه

وین رسن صبرست بر امر اله

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۷

یوسف، آمد رسن، در زن دو دست

از رسن غافل مشو، بیگه شده ست

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۸

حمد لله، کین رسن آویختند

فضل و رحمت را بهم آمیختند

دیدن و اعتراف به همانیدگیها شاید قدم اول باشه، ولی هنوز انرژی مخرب همانیدگیها وجود دارند و در حال کار کردن بر روی اصل ما هستند. پس همچنان باید هشیار و ناظر بود و آگاه به همانیدگیهای شناسایی شده. حالا دیگه باید رسن صبر را محکم گرفت تا زمانیکه اون همانیدگی بیفته. کی خواهد افتاد؟ نمی دانم. این را خداوند تشخیص میدهد و صلاح را او می داند. پس فقط رسن صبر را محکم نگه می دارم. ناامیدی ممنوع. یأس ممنوع. خستگی ممنوع. ترسیدن



ممنوع. خجالت کشیدن برای داشتن همانیدگیها ممنوع. کار هیولای من ذهنی هیچ وقت تمام نخواهد شد و مهم اینه که ما از کار روی خود خسته و ناامید نشویم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۸۱

خاک بر باد است، بازی می کند

کژنمایی، پرده سازی می کند

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۸۲

اینکه بر کار است، بی کار است و پوست

وآنکه پنهان است، مغز و اصل اوست

خاک اتفاقات در دست خداست، زندگی بوسیله اتفاقات بازی می کنه. امتحان میشی که آیا می خواهی با اتفاق، اتفاق بیافتی و پرده ای جلوی چشمان هشیاریت قرار بدی؟! اون نیروی که پشت اتفاق قرار داره را می خواهی ببینی یا فقط چشمت به اتفاقه؟ نیروی پنهان پشت اتفاق اومده تا بهت بگه که این من ذهنی، توهمی بیش نیست، مغز و اصل خود زندگیست. آینه دل را هر لحظه با شاهد بودن بر افکار باید صیقل داد تا از زنگ زدگی اون جلوگیری کرد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۷۹

یا رب، مرا پیش از اجل فارغ کن از علم و عمل

خاصه ز علم منطقی در جمله افواه آمده



خدایا قبل از اینکه دیر بشه و مرگ جسمی فرا برسه، هشیاریمان را از علم و عمل من ذهنی رهایی بده. این راهیست به جلو و برگشتی وجود نداره. نور الهی روزی و به ناگه خودش را نشان خواهد. ان شاءالله

با تشکر،

فریده از هلند



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