

خلاصه شرح مفاهیم کلیدی و غزلیات دیوان شمس، موضوع برنامه ۸۷۴ گنج حضور، بخش چهارم

قرین

هر انسان یا موضوعی که در ارتباط با ماست و ما از آن انرژی جذب می‌کنیم، «قرین» ماست، و جنس ما را نیز تعیین می‌کند.

قرین یک ترازو و وسیله شناسایی است. اگر «قرین» ارتعاش یک من‌ذهنی شده‌ای و ارتعاش او در تو مقاومت ایجاد می‌کند، بپذیر که از جنس «من‌ذهنی» در مرکز خودت هست. [اگر آن جنسیت در شما نبود و فقط عدم بود، نمی‌توانست آن اثر را بر شما بگذارد.] با «فضاگشایی» و شناسایی همان‌دگی مربوطه و پذیرش آن «کن‌فکان» هشیاری ما را از آن جسمیت آزاد کرده، [آن عنصر مقاومت‌کننده را در درون به ما نشان داده] و ما شایسته می‌شویم که «قرین» نیکوتری از نظر ارتعاش به زندگی داشته باشیم. [اگر فضاگشایی کنیم «قرین» من‌ذهنی هم به نفع ماست.]

«قرین» یک نیروی تبدیل هم هست، دل ما از «قرین» خو می‌دزدد. [اگر با کسی یا موضوعی مواجه شویم انرژی آن در ما اثر می‌گذارد] ما می‌توانیم با انتخاب هشیارانه «قرین» خود، با زندگی در فرآیند تبدیل هشیاری، همکاری کنیم. ما باید هشیارانه با زندگی و انسانهای زنده به زندگی «قرین» شویم و هشیارانه از «قرین» شدن با من‌ذهنی پرهیز کنیم. [ما می‌توانیم انتخاب هشیارانه داشته باشیم که قرینمان زنده به زندگی باشد، در این صورت می‌توانیم هشیارانه به وسیله قرین‌های هشیار، به زندگی تبدیل شویم.]

توجه کنیم که «قرین» شدن لزوماً از طریق کم کردن فاصله فیزیکی انسان‌ها نیست. به هر شکلی ما خود را در معرض ارتعاش کسی قرار می‌دهیم، «قرین» او شده‌ایم. [مثلاً به برنامه‌ای تلویزیونی که نگاه می‌کنیم، خود را در معرض انرژی آن قرار می‌دهیم.] هنگامی که خود را «قرین» یک من‌ذهنی پیدا می‌کنیم، راه نجات از طریق مقاومت و فکر و «حیله» من‌ذهنی نیست. بهترین انتخاب ما «فضاگشایی» است و «قرین» شدن با خود زندگی در این فضای گشوده شده‌است.

به تجربه شخصی و یا از بزرگان راه آموخته‌ایم که دیو حضور را دوست ندارد. دیو به هر کسی که متعهدانه روی خود تمرکز و کار معنوی می‌کند، حمله می‌کند؛ حتماً حمله می‌کند! بسیار هشیار باشیم که دیو با حیله‌های مخفیانه، ما را از «قرین»‌های معنوی مان جدا نیندازد و گرنه ما را تنها در بیابان ذهن گیر انداخته و چه بسا ما را به جمع‌هایی بیندازد که ارتعاش درد و دردسازی دارند. اهمیت پرهیز از تبلیغ و دعوت دیگران به راه معنوی خود، و دقت در انتخاب روابط در این‌جا بیش‌تر روشن می‌شود. [هرکسی باید خودش به‌طور جدی روی خودش زحمت بکشد تا آزاد شود. شما کسی را نمی‌توانید عوض کنید، آن موقع خودتان به بیراهه می‌افتید.]

قانون جبران

بده و بستان... [یعنی تا ندهی نمی‌توانی بگیری]

«جبران معنوی: من‌ذهنی را به زندگی (خدا) پس بده و هشیاری حضور یا نظر را بستان. [من‌ذهنی که از همان‌دگی با شکل‌های فکری و چیزهای این‌جهانی به‌وجود آمده و بر اساس جدایی تشکیل شده است به این سادگی از بین نخواهد رفت باید روی خودتان کار کنید، من‌ذهنی را به‌اندازه کافی بشناسید و بدهید برود تا زندگی‌تان را پس بگیرید؛ بنابراین وقت گذاشتن و زحمت کشیدن لازم است و اگر کار نکنید موفق نخواهید شد. اگر من‌ذهنی را نگه دارید به وحدت نخواهید رسید.]

جبران مادی: در عوض گرفتن دانش معنوی عوض بپرداز. [یعنی در ازای گرفتن دانش معنوی باید خرج مادی کنید و اگر جبران مادی را در عوض گرفتن دانش انجام ندهید، موفق نخواهی شد.]

قانون تعهد و هماهنگی

با اجرای قانون جبران به فضاگشایی درون متعهد شو و تعهد را محکم کن و ادامه بده.

[اگر ما توجه، کار، تمرکز و مداومت خود را روی کاری می‌گذاریم حتماً متعهد هستیم. ما باید به خودمان ثابت کنیم که به برنامه گنج حضور، به مرکز عدم و به فضاگشایی متعهد هستیم، ما تعهد داریم به این که از اتفاق این لحظه به‌عنوان ابزار برای ساخت زندگی‌مان استفاده نکنیم. متعهد هستیم که از ذهن بیرون باشیم و در معرض وسواس یا پریدن از یک فکری به فکر دیگر قرار نگیریم. متعهد هستیم که دائماً ناظر ذهن خودمان باشیم، متعهد هستیم به قانون قرین، که اطراف انسان‌هایی که می‌خواهند ما را به ذهن بکشاند، نباشیم و اگر به مولانا متعهد هستیم، حتماً شعرهایش را می‌خوانیم و معنی آن را پیدا می‌کنیم و روی خودمان اعمال می‌کنیم. اگر متعهد به تغییر هستیم باید تغییر خودمان را ببینیم.]

ای سنایی، گر نیایی یار، یارِ خویش باش
در جهان هر مرد و کاری، مردِ کارِ خویش باش
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۴)

ای سنایی، [درست است که اسم حکیم سنایی را می‌برد ولی منظورش هر انسانی است.] اگر با من ذهنی یار پیدا نکردی و تنها ماندی در این صورت یار خودت باش، یعنی با خودت به وحدت برس و به بی‌نهایت خدا زنده شو؛ [وقتی همانیدگی‌ها در مرکز انسان است من ذهنی حاصل از آن براساس جدایی تشکیل می‌شود و نمی‌تواند یار حقیقی پیدا کند، چرا که خودش یک جسم جدا است. یار شدن یا دوست شدن او با هر کسی براساس شرایط من ذهنی و به‌خاطر یک چیزی است و رابطه‌ای که برقرار می‌کند بیشتر اوقات براساس نیاز است.] هر کسی هستی و هر کاری که می‌کنی مرد کار خودت باش؛ یعنی کارت براساس زنده‌شدن به زندگی و آن خود اصلیات باشد نه برحسب من ذهنی. نگذار نیازهای این جهانی یا انگیزه‌های من ذهنی فکر و عمل تو را تعیین کنند. [اگر ما یار خود باشیم، حتماً با خویش مهربان خواهیم شد و خودمان برای خودمان کافی هستیم. در واقع خود خداوند، در ما یار خودش و برای خودش کافی است. این همه حس نیاز به این جهان به این علت است که کار، کار خودمان نیست و نیز، یار خودمان نیستیم.]

که پدیدست در جهان باری
کار هر مرد و مرد هر کاری
(شعر سنایی، حدیقه، ص ۴۹۸)

هریکی زین کاروان مَر رختِ خود را ره ززند
خویشتن را پس نشان و پیش بارِ خویش باش
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۴)

*پیش بارِ خویش باش: از زندگی و حضور خود مواظبت کن.

هر انسانی از کاروان انسان‌ها، چه مرد و چه زن، سرمایه‌ی خودش را می‌دزدد؛ یعنی زندگی‌اش را در این لحظه تبدیل به مسئله، مانع و دشمن کرده و این لحظه زندگی خودش را زندگی نمی‌کند. و هرچه انسان از انرژی زنده زندگی دارد خودش با دست خودش می‌دزدد. بنابراین زندگی تو را هم خواهند سوزاند، از طریق قرین بر زندگی تو اثر خواهند گذاشت تو خودت را عقب بکش، ناظر اوضاع باش و در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی کن.

حُسن فانی می‌دهند و عشق فانی می‌خرند
زین دو جویِ خشک بگذر، جویبارِ خویش باش
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۴)

انسان‌های هم‌هویت‌شده، حُسن، زیبایی و همانیدگی‌ها، را می‌دهند و عشق فانی، عشقی که براساس من ذهنی و از روی ارتعاش خود زندگی نیست، می‌خرند؛ یعنی در این لحظه من ذهنی را نمی‌کشند تا به خدا زنده شده و از طریق شناسایی زندگی در یکی دیگر عاشق شوند. [من ذهنی به‌خاطر چیزهای فانی عاشق یک من ذهنی دیگر

می شود چرا که می خواهد یک چیزهایی به او بدهد و یک چیزهایی از او بگیرد. [حسن فانی و عشق فانی هر دو جوی خشک و از جنس ذهن هستند. از این ها بگذر، بگذار جویبار خودت، جوی آب حیات و جوی شادی از تو رد شود.

می کشند دست دست این دوستان تا نیستی
دست دزد از دستشان و دست یار خویش باش
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۴)

مردم یکی یکی دستت را می گیرند، و هر یک به میزانی می کشند، آنقدر با این جهان همانیده و به آن نیازمندت می کنند، تا تو را به گورستان من ذهنی ببرند و نیست و نابودت کنند. این لحظه با فضاگشایی و عدم نیاز به آن ها و عدم توقع، دستت را از دستشان بزد؛ تو بیا از مردم چیزی نخواه، از آن ها بیرون بکش، کمک خودت باش، از درون به زندگی ات وصل شو و بگذار دست او یار تو باشد.

این نگاران نقش پرده ای آن نگاران دلند
پرده را بردار و در رو با نگار خویش باش
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۴)

این نگاران ذهنی که در ذهن می بینی و از آن ها می خواهی که نیازهایت را برآورده کنند، همانیدگی به آن ها بدهی و عشق فانی بگیری، نقش پرده آن زیبارویان دل هستند. یعنی تا زمانی که به این نقش هایی که پرده پندار من ذهنی نشان می دهد، مشغول هستی، به آن زیبارویانی که پشت این پرده هستند نخواهی رسید. تو بیا به طور کامل این پرده را بردار، در این لحظه، با فضاگشایی و عدم مقاومت به اتفاق این لحظه و ساکت شدن ذهن، این پرده کنار می رود و تو به صورت هشیاری با هشیاری با معشوق خودت، خدا، روبرو شو و با او یکی باش.

با نگار خویش باش و خوب خوب اندیش باش
از دو عالم بیش باش و در دیار خویش باش
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۴)

با فضاگشایی و جمع شدن از زمان، مستقر شدن در این لحظه و زنده شدن خدا در تو، یار و معشوق خودت باش؛ آن هنگام هم زیبا هستی و هم زیبا اندیش؛ زیرا سر من ذهنی را انداخته ای و خود زندگی از طریق تو فکر می کند. از آن دو عالمی که ذهن ایجاد کرده بود، این عالم و آن عالم توهمی پس از مرگ، رها شو و از آن ها بیرون بیا. در دیار خویش، فضای وحدت و یکتایی، باش.

رو، مکن مستی از آن خمی کزو زاید غرور
غره آن روی بین و هوشیار خویش باش
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۴)

*غره: پیشانی یا سفیدی و روشنی پیشانی.

برو و من ذهنی را رها کن و گرنه در من ذهنی از شرابی که از همانیدگی ها می آید، خواهی خورد که از آن غرور زاییده می شود. تو نور آن روی خداوند را ببین که از طریق فضاگشایی و عدم خودش را نشانت می دهد. آن خویش اصلی را بگیر، نه این من ذهنی. کم کم هشیاری ات بالا رفته و من ذهنی و همانیدگی هایت را می بینی، تابش زندگی و گرمای شفا بخش آن را بیشتر حس خواهی کرد.

با تشکر،
سمانه

کارگروه
خلاصه نویسی
برنامه های گنج حضور

منابع: برنامه ۸۷۴ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)
کتاب های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)
با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور
پایان