



پیغام عشق

قسمت پانصد و شصت و پنجم





خانم فریبا الہی مہر



به نام خدا
سلام آقای شهبازی، سلام دوستان گنج حضوری.

ابیاتِ کلیدی حضرتِ مولانا در ارتباط با سکوت و خاموشی با عنوان «سکوت صدای خداست».

خاکی بودم خموش و ساکن
مستم کردی به هست کردن

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۳۴

خاموش بودم، ساکن بودم، زندگی تو آمدی این چهار بُعد من را ساختی و یک من ذهنی به وجود آوردی و من را مست این همانیدگی‌ها کردی و این جزء طرح تو بوده است؛ اما من به جای اینکه، این چیزهای افل را شناسایی و بعد آنها را لا کنم تا به تو زنده شوم، برعکس به این هم‌هویت‌شدگی‌ها چسبیدم و آنها را به جای عدم در مرکز قرار دادم.

هستی بگذارم و شوم خاک
تا هست کنی مرا دگر فن

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۳۴

اما الان تسلیم می شوم و فضاگشایی می کنم و این هستی مجازی من ذهنی، که چسبیدن به چیزهای آفل بود را رها می کنم و هر لحظه می گویم: "نمی دانم"، تا تو ای زندگی، با فن دیگری، که همان تبدیل از هشیاری جسمی به هشیاری حضور است، من را به خودت زنده کنی.

خاموش که گفت نیز هستی است
باش از پی انصتواش الکن

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۳۴

...وَ أَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ -

...خاموش باشید، باشد که مورد رحمت او واقع شوید.

قرآن کریم، سوره اعراف، آیه ۲۰۴

خاموش باش و با من ذهنی حرف نزن! اگر تو به خدا زنده شوی و فرمان آنصتوا را اجرا کنی، ولو اینکه زبانت بگیرد و کمی حرف بزنی، بهتر از این است که با من ذهنی، روان و زیبا صحبت کنی.

گفتی که خمش کنم، نکردی
می خندد عشق بر ثباتت

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸

بارها قول دادیم که این ذهن را خاموش کنیم و از یک فکر همانیده به یک فکر همانیده دیگر نپریم، تا به فاصله بین دو فکر که از جنس سکوت و خداست زنده شویم، اما ما عمل نکردیم و هر لحظه با من ذهنی حرف زدیم و اجازه ندادیم تا خداوند از طریق ما حرف بزند و با گفتگوی ذهنی یک ثباتی درست کردیم که روی چیزهای آفل بنا شده است؛ مثل هم هویت شدن با پول، زیبایی ظاهری، تأیید و توجه خواستن از مردم، حسِ قدرشناسی. بنابراین زندگی، به این رفتارهای همانیده ما می‌خندد.

آنصتوا را گوش کن، خاموش باش
چون زبان حق نگشتی، گوش باش

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

فرمان خاموش باش را گوش کن و با من ذهنی، خودت را به توصیف در نیاور و تا زمانی که زندگی از طریق تو حرف نمی‌زند، فقط گوش بده؛ یعنی ما وقتی به زبان ذهن حرف نزنیم و خاموش باشیم، پس از مدتی، آن یک زبان که زبان خداوند است، باز می‌شود و زندگی از طریق ما حرف می‌زند، چون ما با او یکی شده‌ایم.

گفته او را من زبان و چشم تو
من حواس و من رضا و خشم تو

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۷

خداوند می‌فرماید، اگر تو در برابر اتفاق این لحظه واکنش نشان ندهی و با من ذهنی‌ات، حرف نرنی و آگاهانه سکوت کنی و براساس پنج حسست عمل نکنی و فقط به صورت حضور ناظر، شاهد افکارت باشی، من با نیروی کُن فکان، با دمِ خودم، مرکزت را عدم می‌کنم؛ در آن صورت، من زبان، چشم، حواس، رضا و خشم تو می‌شوم.

صبر و خاموشی جذوب رحمت است
وین نشان جستن، نشان علت است

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵

خاموشی، یعنی با من ذهنی حرف نزدن.
خاموشی، یعنی خود را در معرض نمایش قرار ندادن و تأیید نخواستن.

خاموشی، یعنی طلبِ قدرشناسی نکردن.

و وقتی ما، شناسایی می‌کنیم که این هم‌هویت‌شدگی‌ها در مرکزمان است، صبر می‌کنیم، درد هشیاران می‌کشیم، فضاگشایی می‌کنیم، ذهنمان را خاموش می‌کنیم و با علت‌های ذهنی، خداوند را جستجو نمی‌کنیم و این صبر و خاموشی، به شدت رحمت الهی، که همان عدم شدن مرکزمان است را جذب می‌کند.

آنصتوا بپذیر، تا بر جان تو
آید از جانان، جزای آنصتوا

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶

خاموش باش و ذهنت را با فضاگشایی پی‌درپی، ساکت کن، تا بر جان اصلی تو، پاداش آنصتوا، که همان تبدیل و زنده شدن به زندگی است، اجرا شود.

پیش بینا، شد خموشی نفع تو
بهر این آمد خطاب انصتوا

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۷۲

خاموش بودن و حرف نزدن با من ذهنی در نزد خداوند و بزرگانی چون مولانا و تسلیم امر کن فکان شدن، به نفع ماست، برای همین فرمان خاموش باشید آمده است.

پس شما خاموش باشید انصتوا
تا زبانتان من شوم در گفت و گو

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

زندگی هر لحظه به ما می گوید، شما خاموش باشید و با من ذهنی حرف نزنید تا من به جای شما از فضای عدم و سکون حرف بزنم.

چون که عاشق اوست تو خاموش باش
او چو گوش ات می کشد، تو گوش باش

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۴۲

خداوند عاشق ما که درحقیقت خودش هستیم است و هر لحظه با طرح یک اتفاق درصدد عدم کردن مرکز ماست؛ ما نباید با من‌ذهنی اتفاق را قضاوت کنیم؛ بلکه باید سکوت کنیم و تسلیم باشیم و واکنش نشان ندهیم و با کشیدن درد هشیارانه اجازه دهیم تا زندگی در اثر فضاگشایی ما را به خودش زنده کند.

چون تو گوش‌ی او زبان نی جنس تو
گوش‌ها را حق بفرمود انصتوا

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲

کودک اول چون بزاید شیرنوش
مدتی خاموش باشد جمله گوش

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۳

مدتی می‌بایدش لب دوختن
از سخن، تا او سخن آموختن

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۴

زندگی از جنس زبان است و ما از جنس گوش هستیم، اما الان که من ذهنی داریم، از جنس زندگی نیستیم و چون مرکزمان عدم نشده است، باید خاموش باشیم و گوش بدهیم و با ذهنمان حرف نزنیم؛ مثل کودکی باشیم که وقتی شیرخواره است، فقط گوش می‌دهد و حرف نمی‌زند؛ ما هم باید مدتی مانند این کودک سخن نگوئیم و فقط در برابر اتفاقات فضاگشایی کنیم تا مرکزمان عدم شود و در این صورت است که زندگی از طریق ما حرف می‌زند.

ور نباشد گوش و تی تی می کند
خویشتن را گنگ گیتی می کند

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۵

گر اصلی کش نبود آغاز گوش
لال باشد گی کند در نطق جوش؟

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۶

زآنکه اول سمع باید نطق را
سوی منطق از ره سمع اندرأ

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۷

اگر کودک در همان ماههای اول، شروع به تی تی کردن کند و ساکت نباشد، مسلماً حرف زدن را یاد نمی‌گیرد و کسی هم که از کودکی کر باشد، نمی‌تواند حرف بزند؛ بنابراین ما هم باید اول فقط به حرف زدگی گوش بدهیم و شروع کنیم به روی خود کار کردن و به دیگران کاری نداشته باشیم و با شناسائی هم‌هویت‌شدگی‌ها در مرکزمان اجازه دهیم تا نیروی کن‌فکان خداوند به کار بی‌افتد و مرکزمان را عدم کند. اینجاست که ذهنمان ساکت می‌شود و خداوند از طریق ما سخن می‌گوید و این سخن گفتن از طریق ارتعاش عشق و شادی بی‌سبب از درون ما می‌جوشد و در همه کس و همه چیز جاری می‌شود.

گفتگوی ظاهر آمد چون غبار
مدتی خاموش خو کن هوش دار

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۷۷

اگر ما با من‌ذهنی حرف بزنیم، مثل غباری می‌شود که چشم هشیاری حضور ما را می‌بندد؛ باید مدتی ذهن را خاموش کنیم تا زندگی هوش خودش که همان تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور است را به ما بدهد.

دهان بستم، خموش کردم، اگرچه پر غم و دردم
خدایا صبرم افزون کن، در این آتش به ستاری

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۳۳

من دهان من ذهنی را می بندم و خاموش می کنم؛ اگرچه هم هویت شدگی های زیادی دارم، اما صبر می کنم و درد
هشیارانه می کشم و فضاگشایی می کنم، تا خداوند که پوشاننده عیبهاست، با قانون قضا، دم زنده کننده
خودش که می گوید بشو می شود را اجرا و من را به خودش زنده کند.

تا کنی مر غیر را حبر و سنی
خویش را بدخو و خالی می کنی

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

یکی از عادت‌هایی که باعث می‌شود ما زیاد حرف بزنیم و سکوت نکنیم، این است که با من ذهنی می‌خواهیم مردم را عوض کنیم چون ما هنوز عمیق و ریشه‌دار نشده‌ایم، انرژی حضورمان از دست می‌رود و آن فضای عدم و گشوده شده در درون ما به وجود نمی‌آید.

متصل چون شد دلت با آن عدن
هین بگو مه‌راس از خالی شدن

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۷

وقتی فضای درونت را باز کردی و با خداوند یکی شدی از طریق آن فضای گشوده شده می‌توانی حرف بزنی ولی اگر به زندگی وصل نیستی، بهتر است سکوت کنی.

امر قل زین آمدش کای راستین
کم نخواهد شد بگو دریاست این

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۸

فرمان قل که در قرآن آمده است، برای این است که می‌گویند، ای کسی که به من زنده شده‌ای و در این لحظه
ابدی ساکن هستی، الان حرف بزن چون من و تو یکی شده‌ایم و دوئی وجود ندارد و این فضای گشوده شده و
عدم مانند دریاست که تمام نخواهد شد.

انصتوا یعنی که آبت را به لاغ
هین تلف کم کن که لب خشک است باغ

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹

وقتی ما در ذهن هستیم و مدام از یک فکر به فکر دیگر می‌پریم، باغ هشیاری حضورمان خشک شده است؛ زیرا ما اصلاً فاصله بین دو فکر، که فضای سکوت و سکون است را تجربه نمی‌کنیم و با من‌ذهنی انرژی زنده زندگی را، وارد ذهن می‌کنیم و فکری که از سر من‌ذهنی‌مان است را تحویل خود و دیگران می‌دهیم و به همان فکرها هم واکنش نشان می‌دهیم و این واکنش‌ها، همراه با درد و ترس و نگرانی است. پس باید ساکت باشیم و این فکر بعد از فکر را تعطیل کنیم و آب زنده زندگی را بیهوده تلف نکنیم.

این سگان گرند ز امر انصتوا
از سغه، وعوع گنان بر بدر تو

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۶۶

اگر کسی فضای درونش باز و به خدا زنده شود و هر لحظه با فضای گشوده شده حرف بزند و عمل کند، کسانی که من‌ذهنی دارند، فرمان خاموش باشید را نمی‌شنوند و از سر ستیزه و دشمنی، به این انسان‌های به حضور رسیده، طعنه می‌زنند و از آنها ایراد می‌گیرند.

چو گفتست اَنْصَتْوا ای طوطی جان
پیر خاموش و رو تا آشیانه

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۴۶

زندگی می گوید، ذهنت را خاموش کن و عقل من ذهنی را، از کار بیانداز. تو طوطی جان هستی، طوطی من ذهنی نیستی. تو به غلط فکر می کنی خدا دارد در سرت صحبت می کند، نمی دانی که من ذهنی، دارد حرف می زند. طوطی جان تو وقتی به زندگی زنده شود، خدا از طریق تو صحبت می کند. بنابراین اگر ذهنت را خاموش کنی، با نیروی کن فکان، به آشیانه، یعنی فضای یکتایی، پرواز خواهی کرد.

خامشی بحر است و، گفتن همچو جو
بحر می جوید تو را، جو را مجو

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۶۲

سکوت و خاموشی مانند دریاست و سخن گفتن با من ذهنی، مثل جوی آب است؛ یعنی اگر ما خاموش باشیم و با ذهنمان حرف نزنیم و فاصله بین دو فکر را نبندیم و هر لحظه در برابر اتفاقات، فضاگشایی کنیم، خداوند از طریق فضای گشوده شده، ما را به سوی خودش که همان دریای یکتایی است می کشاند و ما هر لحظه به او زنده تر می شویم.

هین خُمش کُن تا بگوید شاه قُل
بلبلی مفروش با این جنس گُل

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۱۵

ای عاشقی که روی خودت تمرکز داری، اگر تو با فضاگشایی پی در پی، در اطراف اتفاقات، ارتعاش عشق و شادی بی سبب را به جهان می فرستی، پس نیازی نیست سخن بگویی و خودت را در جمع مطرح کنی، زیرا اگر خودت را با من ذهنی بیان کنی، دچار حوادث ناگوار خواهی شد.

تو خَمُش کُن، که خداوند سخن بخش بگوید
که همو ساخت دَرِ قفل و همو کرد کلیدی

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۲۰

ذهنت را خاموش کن تا خداوند از این فضای سکون و گشوده شده، از طریق تو صحبت کند و اگر بر حسب
من ذهنی حرف بزنی، خداوند این فضای گشوده شده را می‌بندد؛ اما اگر خاموش باشی و فضا را باز کنی، زندگی
با کلید کن‌فکان، درون بسته شده‌ات را باز می‌کند و به خدا زنده می‌شوی.

خود اوست جمله طالب و ما همچو سایه‌ها
ای گفت‌وگوی ما همگی گفت‌وگوی دوست

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۲

خداوند طالبِ ماست و ما با من‌ذهنی، سایه‌ او هستیم. ای کاش ما با من‌ذهنی حرف نزنیم و او حرف بزند.

تصویرهای ناخوش و اندیشه‌ رکیک
از طبعِ سست باشد و این نیست خوی دوست

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۲

ما نباید با تصویرهای ناخوش من‌ذهنی که بر اساس چیزهای آفل مثل درد، کینه، رنجش، بنا شده است، حرف بزنیم، چون خوی من‌ذهنی، خوی خداوند نیست.

خاموش باش تا صفت خویش خود کند
گوهای هویِ سردِ تو، گوهای‌های دوست؟

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۲

خاموش باش تا زندگی، خودش خودش را زنده کند و تو صفتهای من ذهنی را به خداوند نشان نده. این های هوی سرد من ذهنی کجا و این صداهاى خوش کسی که به خدا زنده شده است کجا؟

دوستان گنج حضوری، سکوت یعنی در اتفاقات گم نشدن.
سکوت یعنی اتفاق این لحظه را بازی گرفتن.
سکوت یعنی فضای سکون و سکوت اطراف اتفاق را جدی گرفتن.

بیاییم با من ذهنی دم نزنیم و سکوت کنیم و هر لحظه فضا را، در برابر اتفاق این لحظه باز کنیم تا صدای زندگی را بشنویم.

دَم مَزَن تا بشنوی از دَم زَنان
آنچه نآمد در زبان و در بیان

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۰۵

دَم مَزَن تا بشنوی ز آن آفتاب
آنچه نآمد در کتاب و در خطاب

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۰۶

دَم مَزَن تا دَم زند بهر تو روح
آشنا بگذار در کشتی نوح

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۰۷

ارادتمند شما، فریبا الهی مهر



خانم ثیما



یک اشتباه

اخيراً یکی از پرده‌های کژنمایی که ذهن من بر روی چشمانم انداخته بود، کنار زده شد و من متوجه شدم که با ذهنم به دنبال خدا و ارتباط با او می‌گشتم؛ و چون دریافت‌های ذهنی‌ام برایم بسیار جالب بود فکر می‌کردم از حضور می‌آید؛ در صورتی که به جز لذت ذهنی لذت دیگری برایم نداشتند، عشق و سوزی در کار نبود.

پیغامی با نام "آینه تمام نمای هستی" در کانال فرستادم که از همان بینش برخاسته بود. اشکالش این بود که در زمان بروز اتفاقاتی که نمی‌توانستم رهایشان کنم به جای فضای گشوده به ذهن و دنبال علت گشتن، پناه می‌بردم؛ این غلط است.

همچنین همانطور که آقای شهبازی در برنامه ۸۹۱ فرمودند، آینه و ترازویی که ما از آنها سخن می‌گوییم به توصیف در نمی‌آیند، آنها ویژگی‌هایی از همان مرکز عدم هستند که ذهن به شناخت درستی از آنها دسترسی ندارد.

از همراهان گنج حضور و آقای شهبازی نارنین عذر می‌خواهم و ممنونم که با فضاگشایی و عشق، اشتباه مرا به شناختی ارزشمند و عمیق برایم بدل کردید.

گر خطا گفتیم، اصلاحش تو کن
مصلحی تو، ای تو سلطان سخن

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۳

کیمیا داری که تبدیلتش کنی
گرچه جوی خون بود، نیلتش کنی

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۴

و اینها از برکات مدرسهٔ عشق مولانای عزیز، است که می‌فرماید:

ای بسا کس را که صورت، راه زد
قصد صورت کرد و، بر الله زد


—مولوی، مثنوی، دفتر دوم بیت ۱۱۷۸

با سپاس فراوان
—شیما



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