

بهر اظهارست این خلق جهان

که نماند گنج حکمت ها نهان

مولوی ، مثنوی معنوی ، دفتر چهارم ، بیت ۳۰۲۸

💖 به نام خداوند مهرگستر 💖

سلام و احترام بر جناب آقای شهبازی و مشتاقان حضور

نام این پیغام «دنبه‌های چرب من ذهنی» است.

دنبه یا تله‌های من ذهنی در کمین است تا ما با افتادن به دام آن‌ها درد هوشیارانه بکشیم و در ادامه راه به آن‌ها آگاه بشویم و مشاهده‌شان کنیم. تجربه افتادن در دام من ذهنی قسمت جدایی‌ناپذیر مسیریست که ما را به اصل خود بازمی‌گرداند. اما انسان خود را تا آخر عمر در این دام‌ها می‌اندازد، زیرا او این دنبه‌ها را شناسایی نکرده است.

تله‌ها و دنبه‌هایی که در این اواخر در اسارت آن‌ها بودم را توضیح می‌دهم:

تله اول: 🔥 وقتی پیغام تهیه می‌کردم و به برنامه روز جمعه وصل نمی‌شدم تله این مورد، شرطی شدن در برقراری ارتباط با برنامه بود. این تله من را از کار کردن پیغام خودم روی خودم وا می‌داشت. این تله موجب می‌شد که من برای دیگران و تأیید گرفتن از آقای شهبازی پیغام بنویسم. تا این که مولانا از زبان زندگی به من گفت:

مشتري ماست الله اشتری

از غم هر مشتری هین برتر آ

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۳

مولانا می‌گوید تنها مشتری و خواهان ابدی ما زندگی است که می‌خواهد تو را به خویشتن اصیل خود زنده کند. از مشتری‌ای که به تو غم می‌دهد دست بکش. من ذهنی مهران گفت نمی‌خواهد برای کار کردن روی خودت پیغام بنویسی، بیا و برای اعضای گنج حضور و آقای شهبازی پیغامی بی‌نقص و درجه یک آماده کن، تا تأییدت کنند و برایت کف بزنند. این مشتری‌ها دنبه‌های لذیذی است.

تله دوم :🔥وقتی به برنامه وصل نمی شدم از کسانی که تماس می گرفتند و پیغام طولانی ارائه می دادند، خشمگین می شدم و در دل از آقای شهبازی گله می کردم. در صورتی که اگر در این تله گرفتار نمی شدم طبعاً پیغامها را با جان و دل گوش می دادم و به آنها فکر می کردم و اجازه می دادم روی من کار کند. اما به پیغامها گوش ندادم و به دنبال مشتری برای پیغامم بودم، تا این که مولانا از زبان زندگی به من گفت:

مشتری جو که جویان توست

عالم آغاز و پایان توست

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۴

مولانا گفت پسر جان در پی آن مشتری باش که همیشه می خواهد در تو زنده شود. او یعنی زندگی، تو را جاودانه می خرد و او بهترین ارباب برای چهار بُعد تو است. او نمی گذارد به تن، اندیشه، هیجانات و جان تو آسیبی برسد. اگر پاهای هشجاریات را به او بسپاری قدم هایت از گزند دنبه ها و دام ها ایمن خواهد شد.

تله سوم :🔥وقتی با همکارانم به فوتبال می رفتیم تله ای که من در زمین بازی گرفتار آن می شدم، این بود که باید حتماً گل های زیادی بزنم و تیم ما حتماً برنده شود و مسبب برنده شدن آن هم من باشم. زمانی که می باختیم یا من گل نمی زدم، خشمگین و غمگین می شدم. در صورتی که ما برای ورزیده شدن و سلامت جسم به تحرک و ورزش می پردازیم. تا اینکه مولانا به من گفت:

هین مکش هر مشتری را تو به دست

عشق بازی با دو معشوقه بدست

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۵

مولانا گفت ای پسر جان همکارانت نمی توانند مشتری تو باشند. آن ها را برای زندگی گرفتن به سوی خود مکش. نمی توانی معشوقه خود را، هم زندگی بشماری، هم انسان ها. تله شرطی شدن برای گل زدن در زمین بازی را زود شناسایی کردم و در هفته های بعد با شادی بی سببی در زمین بازی می کردم. حتی یک بار سهواً به تیم خودمان گل زدم، اما با این وجود حس شادی ام پایدار مانده بود. تیم مان ناراحت و من خوشحال بودم. بعد از شناسایی این تله دیگر در زمین فوتبال فقط سعی کردم ورزش سالم و جوانمردانه داشته باشم.

جز توکل جز که تسلیم تمام
در غم و راحت همه مکر است و دام
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸

در این بیت دام ذهن دو حالت دارد. غمگین بودن و راحت بودن. هر دو از من ذهنی می آید. غمگین بودن به خاطر این است که توجه و تأیید دیگران را نداریم و زندگی بر خلاف شرطی شدگی های ما عمل می کند. راحت بودن به خاطر این است که با پیدا کردن یک میان بر و راحت طلبی در یک کاری حس خوشی و راحتی دست می دهد. به دست آوردن هر چیزی راحت نیست، اما ذهن با حيله و مکر آسان به دست آوردن چیزها، موجب زیر پا گذاشتن قانون جبران و قانون مزرعه می شود .
مولانا در مورد راحت طلبی و زیر پا گذاشتن قانون جبران مثال جالبی می زند:

چون که در سبزه ببینی دنبه را
دام باشد، این ندانی تو چرا؟
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۲۲

تصور کنید یک روباهی که عاشق دنبه است، یک دنبه را روی سبزه زاری پیدا می کند. آیا واقعاً آن دنبه بدون دام و تله آنجا گذاشته شده است؟ آیا کسی عاشق چشم و ابروی روباه است؟

من ذهنی دنبه را می بیند، اما دام و تله را نمی بیند. بنابراین به سوی دنبه می رود و به دام می افتد. تعدادی از این دنبه ها را نام می برم:

۱. فست فود یا غذای سریع: ظاهراً سریع، خوشمزه و آسان است اما در اصل جسم ما را به تله می اندازد و بدن ما را خراب می کند.
۲. نوشابه: ظاهراً خوشمزه و گواراست، اما در اصل جسم ما را به خطر می اندازد.
۳. پیام های بازرگانی و تبلیغات تلویزیونی: به ما می گویند که بدون زحمت می توانیم کارهای شما را آسان کنیم و شما را از تحرک واداریم. شما بلند نشوید تا ما برای شما خدمات بدهیم و شما فقط پول بدهید.
۴. کاناپه و سریالهای بی پایان تلویزیون: ظاهراً کیف دارد و لذت بخش است اما در اصل جسم ما را از حرکت وامی دارد و فکر، جسم، تن و هیجانات ما را به خواب و آلودگی من های ذهنی می کشاند.
۵. فضای مجازی (خصوصاً اینستاگرام): ظاهراً پر از سوژه های سرگرم کننده و فیلم های جذاب و خنده دار است. اما سیر کردن در این فضا به دلیل تولید محتوای من های ذهنی هشپاری ما را جامد و منقبض می کند و زمان را به صورت خیلی زیرکانه هدر می دهد و ما را زیان کار، اسراف کار و کارافزا می کند.

همان‌طور که در قرآن، سوره غافر، آیه ۲۸ آمده:
خدا کسی را که اسراف‌کار و بسیار دروغگو است هدایت نمی‌کند.

سپاس فراوان از جناب شهبازی و تمامی عزیزان گنج حضور 
مهران از کرج