



**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هزار و چهارصد و سی ام





خانم لیلا



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۸۰ گنج حضور، بخش چهارم

قُلْ أَعُوذُ بِكَ خَوَّانِد بَايِد كَاي أَحَد
هين ز نَفَّاتات، افغان وَز عَقْد
- (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۲)

- نَفَّاتات: دمنندگان

- عَقْد: جمع عقده، گرهها

در اینصورت باید سوره «قُلْ أَعُوذُ» را بخوانی، به خدا پناه ببری و بگویی ای خداوند یگانه، به فریاد رس از دست دمنندگان و جادوگران من ذهنی و این گرههای درد و همانیدگی. [جادوگران نماد منهای ذهنی هستند که نیروی زندگی را به درد تبدیل کرده و سبب ارتعاش منفی در جهان می شوند.]

نکته: حال باید از خودمان پرسیم: «آیا ما نیز نیروی زندگی را به درد تبدیل می کنیم؟ آیا مانع به حضور رسیدن خود و دیگران می شویم؟ آیا وقتی از پهلوی کسی رد می شویم با ارتعاش به درد روی او اثر منفی می گذاریم؟ آیا با ایجاد رنجش مثل جادوگران در گرهها می دمیم؟».

می‌دمند اندر گره آن ساحرات
الغیاث المستغاث از برد و مات

-(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳)

-الغیاث: کمک، فریادرسی
-المستغاث: فریادرس، از نام‌های خداوند

آن زنان، من‌های ذهنی جادوگر در گره‌های درد و همانیدگی می‌دمند. ای خداوند دادرس، به فریادم برس که با آوردن ذهن به مرکز، دنیا در حال غلبه بر من است و با ابزارهای فکر بعد از فکر، ترس، رنجش و استرس مرا مات می‌کند.

لیک برخوان از زبان فعل نیز
که زبان قول سست است ای عزیز
- (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۴)

ای عزیز من، ای انسان، این سوره را فقط با ذهنت نخوان بلکه با زبان عمل نیز بخوان و بدان عمل کن، زیرا
اگر عملاً عدم را به مرکزت نیاوری و حضور ناظر را تجربه نکنی، زبان حرف ناتوان است و اثر ندارد.

گاو در بغداد آید ناگهان
بگذرد او زین سران تا آن سران
- (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۷)

انسانی که من ذهنی دارد و بدون هشیاری حضور در این جهان به این طرف و آن طرف می‌رود، شبیه گاوی است
که وارد شهری آباد شده و در خیابان‌ها سرگردان است.

از همه عیش و خوشی‌ها و مزه
او نبیند جز که قشرِ خربزه

-(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۸)

او از میان آن همه مغز، عمق و لذت واقعی زندگی که از مرکز عدم و فضای گشوده شده می‌آید، بجز پوست خربزه، یعنی همانیدگی‌ها، دردها و آنچه که ذهن معتبر و باارزش می‌داند چیزی نمی‌بیند.

که بُود افتاده بر ره یا حشیش
لایق سیران گاوی یا خَریش

-(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۹)

-حشیش: گیاه خشک، علف.
-سیران: همان سیران عربی است که فارسیان «یا» را به سکون خوانند. به معنی سیر و گردش. در اینجا به معنی خوش آمدن است.

زیرا برای من ذهنی که خاصیت گاوی و خری در ذاتش نهفته است، ایجاب می کند بجای فضاگشایی و زنده شدن به زندگی، مرتب مشغول سیر و گردش در ذهن بوده و بدنبال الگوهای همانیده، دردها و باورهای خشک و پوسیده باشد و از آنها خوشی و لذت بگیرد.

از هر جهتی تو را بلا داد
تا باز گشود به بی جهات

-(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸)

بی جهات: موجودی که برتر از جا و جهت است، عالم الهی

ای انسان، از هر جهتی که برای بدست آوردن یا زیاد کردن همانیدگی‌ها رفتی، زندگی با قانون قضا تو را به بلا دچار ساخت تا بجای انقباض و جذب شدن به جهت‌های فکری همانیده، تو را به بی جهات یا فضای گشوده شده و استقرار در این لحظه ابدی بکشد.

چون ز زنده مُرده بیرون می کند
نفس زنده سوی مرگی می تند

-(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)-

چون قانون خداوند این است که به وسیله «قضا و کُن فکان» از زندگی زنده یعنی هشیاریِ خالص ما به عنوان امتداد خودش، مردگی من ذهنی را بیرون بیندازد، بنابراین من ذهنی دائماً به خودش ضرر می زند و میل به مرگ و نابودی دارد.

جانِ جان، چون واگشد پا را ز جان
جان چنان گردد که بی جان تن، بدان

-(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۷۴)

[اگر در اثر فضا بندی تو] جانِ جان یعنی زندگی یا خداوند، پایش را از جان تو عقب بکشد و اتصالش را با تو قطع کند، یعنی شمس تبریزی از مرکز طلوع نکند، در اینصورت فقط جان من ذهنی ات باقی می ماند که این جان مانند تنی مرده و فاقد حیات است.

نکته: از آنجا که همه ما این موضوع را تجربه کرده ایم که سبک زندگی من ذهنی در واقع یک نوع خودکشی، مرگ، پژمردگی و بی رمقی است، بنابراین بهتر است به وسیله تکرار این ابیات و به عمل درآوردن آنها در زندگی مان، عقل من ذهنی را کنار بگذاریم.

جَوَّوِی، چون جمع گردی ز اشتباه
پس توان زد بر تو سکهٔ پادشاه

-(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹۰)

-جَوَّوِ: یک جو یک جو و ذره ذره

اگر ذره ذره و بتدریج فضا را بگشایی و از اشتباه آوردن ذهن به مرکزت برگردی و بصورت حضور ناظر نگهبان
هشیاری خود باشی، در اینصورت با شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها، شمس تبریزی از مرکز طلوع کرده،
تماماً از جنس خدا می‌شوی و می‌توان سکه و مهر خدا را که علامت زنده شدن به اوست، بر تو زد.

علتی بتر ز پندارِ کمال
نیست اندر جانِ تو ای دُودَلال

-(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

-دُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من ذهنی عشوه‌گر که هم خود و هم دیگران را فریب می‌دهی، در جان تو هیچ مرضی بدتر از پندار کمال و «می‌دانم» من ذهنی وجود ندارد که براساس آن خود را عاقل دانسته و با گذشتن از یک فکر همانیده به فکر دیگر، ناموس و درد ایجاد می‌کنی.

در تگ جو هست سرگین ای فتی
گرچه جو صافی نماید مر تو را

-(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

-فتی: جوان، جوانمرد

ای جوانمرد [اگر حتی یک لحظه مرکزت عدم شود، متوجه خواهی شد که] در اعماق جوی بظاهر آرام ذهنت
انبوهی از سرگین دردهایی چون خشم، ترس، انتقام جویی و کینه ورزی، حسادت، نگرانی و اضطراب و ... وجود
دارد که با کمترین واکنش بالا می‌آیند. هر چند به دلیل داشتن پندار کمال و حیثیت بدلی من ذهنی این جوی
صاف و آرام بنظر می‌رسد.

کرده حق ناموس را صد من حدید
ای بسی بسته به بند ناپدید

-(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

-حدید: آهن

خداوند آبرو و حیثیت بدلی من ذهنی را که ناشی از پندار کمال اوست، همانند صد من آهن کرده و بصورت زنجیری نامرئی بر دست و پای هشیاری انسان بسته است. چه بسیارند کسانی که بوسیله این زنجیر پنهانی در ذهن اسیرند، بطوریکه نمی توانند به اشتباهشان اقرار کرده و درد هشیارانه بکشند. در نتیجه نمی توانند از ذهن آزاد شوند.

نکته: به بیان مولانا ما دو نوع ناموس داریم، ناموس اصلی و ناموس بدلی. اگر در برابر رفتار و حرف‌های دیگران فضا را باز کرده و با شعار «نمی‌دانم» اجازه می‌دهیم خداوند از مرکزمان بصورت خورشید بالا آمده و براساس «قضا و کُنْ فَکَانَ» خود بجای ما فکر و عمل کند، در اینصورت ناموس و حیثیت ما اصلی است. ولی اگر حرف‌ها و رفتارهای مردم به ما برمی‌خورد و خشمگین می‌شویم، باید بدانیم که ناموس و حیثیت ما بدلی بوده و ناشی از پندار کمال من‌ذهنی‌مان است.

چون ملایک گوی: لا علمَ لنا
تا بگیرد دستِ تو عَلمَتنا

-(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

ای انسان فضا را بگشا و مانند فرشتگان بگو: «ما را دانشی نیست» و دیگر بوسیله دانش من ذهنی عمل نکن تا «عَلمَتنا» یعنی خرد و دانش ایزدی که در اثر گشودن فضا و مرکز عدم در این لحظه به تو عطا می‌شود، دستت را بگیرد و از ذهن بیرون بکشد.

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۲)

«قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ.»
«گفتند: منزهی تو. ما را جز آنچه خود به ما آموخته‌ای دانشی نیست. تویی دانای حکیم.»

بَرِ خِیَالِ صَلْحِشَانِ وَ جَنگِشَانِ
وَزِ خِیَالِ فِخْرِشَانِ وَ نَنگِشَانِ

-(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۱)-

انسان‌ها در من‌ذهنی براساس یک فکر با هم صلح می‌کنند و یا با هم می‌ستیزند. همچنین براساس یک فکر احساس بزرگی کرده، فخر می‌فروشند و با یک فکر دیگر کوچک شده و حس حقارت می‌کنند. به عبارتی صلح، جنگ، فخر و ننگ آن‌ها بر مبنای فکر و خیال است.

نکته: اگر در اثر فضاگشایی و عدم کردن مرکزمان شمس تبریزی، خداوند، از درون ما طلوع کند، رابطه‌مان با دیگران براساس رابطه زندگی با زندگی پی‌ریزی می‌شود، نه براساس خیالات توهمی و زودگذر من‌ذهنی.

خفته از احوال دنیا روز و شب
چون قلم در پنجهٔ ثقلیب رب

-(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۳)

-ثقلیب: برگردانیدن، واژگونه کردن

[انسانی که فضا را گشوده و به بی‌نهایت خدا زنده شده است] نسبت به احوال دنیا که ذهن نشان می‌دهد و قصد تحریک او را دارد چشم فرو بسته است، بطوری که هیچ همانیدگی‌ای نمی‌تواند توجهش را به خود جذب کند. او مانند قلمی در دستان زندگی است و خداوند از طریق او فکر و عمل کرده، زندگی درون و بیرونش را نیک می‌نویسد.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم
او بهانه باشد و، تو منظرم

-(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

-منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

خداوندا، من به هیچکس و هیچ چیز که ذهنم در این لحظه نشان می‌دهد نگاه نمی‌کنم و اگر فرضاً به آن نگاه هم کنم، آن چیز یا آن کس فقط بهانه‌ای است برای آنکه تو را ببینم. [به عبارتی با نگاه کردن به هر چیز و هر اتفاقی، می‌خواهم در اطراف آن فضاگشایی کرده و با مرکزِ عدم به تو وصل شوم.]

عاشقِ صُنْعِ توأم در شکر و صبر
عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

-(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

-شکر و صبر: در اینجا کنایه از نعمت و بلاست.
-گبر: کافر

خداوندا، من در هر وضعیتی که ذهنم نشان می‌دهد عاشقِ آفریدگاری و صُنْعِ تو هستم، چه در اتفاقات خوب که سبب شکرگزاری من شده و چه در وضعیت‌های بد که صبر مرا می‌طلبند. در هر دو حالت با فضاگشایی در اطراف اتفاق، مرگزم را عدم می‌کنم تا خردت را بکار ببری و از طریق من بیافرینی. من همچون من‌های ذهنی کافر، عاشقِ آن چیز ساخته شده‌ای که ذهنم نشان می‌دهد نیستم.

عاشقِ صنَعِ خدا با فرُّ بود
عاشقِ مصنوعِ او کافر بود

-(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)-

-صنَع: آفرینش
-فر: شکوه ایزدی
-مصنوع: آفریده، مخلوق

هر کس که عاشق نیروی آفریدگاری خدا بوده، با فضاگشایی اجازه می‌دهد که خداوند از طریق او ساختارهای نیک بیافریند، دارای فر و شکوه ایزدی است و عقل و خرد زندگی به فکر و عملش می‌ریزد. اما کسی که عاشق آفریده‌های خدا باشد کافر است، چرا که از طریق همانیده شدن با آنچه که ذهنش نشان می‌دهد، روی مرکز عدم و زندگی را می‌پوشاند.

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی
خویش را بدخو و خالی می کنی
- (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

- حَبْر: دانشمند، دانا
- سَنی: رفیع، بلند مرتبه

اگر بجای تمرکز روی خود، روی دیگران کار کنی و بخواهی با عقل من ذهنی ات که از پندار کمال و «می دانم» سرچشمه می گیرد، آنها را نصیحت و هدایت کنی و به بزرگی و دانایی برسانی، در واقع خودت را از جنس من ذهنی کرده و در نهایت بد خو و خالی از انرژی زنده زندگی می شوی.

نکته: برای ایجاد آبادانی در جهان، باید از طریق فضاگشایی اجازه دهیم شمس تبریزی از درونمان طلوع کند و تشعشع زندگی، خرد و بنده پروری او به فکر و عملمان بریزد تا بتوانیم در بیرون کارهای نیک و سازنده انجام دهیم؛ نه اینکه مرتب با انتقاد کردن انرژی منفی به جهان بریزیم و جسم خود را نیز فرسوده کنیم.

مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رفو

-(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)-

انسان در من‌ذهنی که مُرده‌ای بیش نیست تمرکز روی خود را رها کرده، به دنبال اصلاح و زنده کردن مرده، یعنی من‌های ذهنی دیگر است. به بیانی او ایرادهای خود را نمی‌بیند، بلکه مشغول ایراد گرفتن و نصیحت کردن دیگران است.

رَهْدَ ز خویِش و ز پیش و ز جانِ مرگ اندیش
رَهْدَ ز خوف و رجا و رَهْدَ ز باد و ز بود

-(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۵۰)

-رَهیدن: رها شدن، خلاص شدن
-مرگ اندیش: آنکه پیوسته در اندیشهٔ مردن باشد. مجازاً، من ذهنی که با اندیشیدن و عمل به آن خودش را تباه می‌سازد.
-خوف: ترس
-رجا: امید
-باد و بود: من ذهنی و آثار آن، بود و نبود

[وقتی مرکز انسان از طریق فضاگشایی و تحمل درد هشیارانه عدم می‌شود]، او بعنوان هشیاری خالص از خویش من‌ذهنی، از زمان روان‌شناختی گذشته و آینده و از جان ذهنی که فقط در اندیشه مرگ و نابودی است، رها می‌شود.

این هشیاری خالص که از جسم‌ها، از تغییرات و از بین رفتن‌ها آزاد شده، دیگر امید بدست آوردن و ترس از دست دادن چیزهایی را که ذهن نشان می‌دهد، ندارد. همچنین او از خشم، غرور، رنجش، حسادت و هر چه که من‌ذهنی و آثارش در بیرون بوجود می‌آورد، می‌رهد.

پیاموز از پیامبر کیمیایی
که هر چت حق دهد، می‌ده رضایی
- (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۷۵)

از پیامبر یک کیمیایی را یاد بگیر که در اطراف هر چه که خداوند این لحظه از طریق قضا و کن‌فکان پیش
می‌آورد، هر چند از نظر ذهن تو یک بی‌مرادی باشد، فضا را باز کن و با تسلیم و رضا، آن را بپذیر.

همان لحظه در جنت گشاید
چو تو راضی شوی در ابتلایی
- (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۷۵)

اگر در برابر اتفاق یا امتحان زندگی که این لحظه قانون قضا برای تو بوجود می‌آورد، فضاگشایی کرده و با
رضایت کامل آن را بپذیری، بلافاصله در بهشت فضایی یکتایی به رویت گشوده می‌شود.

رسول غم اگر آید بر تو
کنارش گیر همچون آشنایی

-(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۷۵)

پس اگر این لحظه قاصد غم بسویت آمد، تو فضاگشایی کن و مثل یک دوست آن را در آغوش بگیر، [تا پیغام آن را که در واقع نشان دادن یک همانیدگی است بگیری و بتوانی با شناسایی و تحمل دردِ هشیارانۀ ناشی از انداختنِ همانیدگی، مرکزت را عدم کنی و به زندگی زنده شوی].

هزار ابر عنایت بر آسمانِ رضا است
اگر بیارم، از آن ابر بر سرت بارم

-(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳)

مولانا از زبان زندگی می گوید: «ابره‌های بیشمارِ عنایت و رحمت در آسمان سینه‌ای وجود دارد که در اثر رضا و تسلیم در برابر اتفاق این لحظه، گشوده می‌شود. بنابراین اگر من بخواهم از باران رحمت و لطف بیکرانم بر تو بیارم و جسم و فکرت را پرورش بدهم، از همان ابرها بر سر تو می‌بارم.» [این امر تنها زمانی میسر می‌شود که در پی سبب‌سازی ذهن نباشی و با بیکار کردن آنچه ذهن نشان می‌دهد، فضا را باز کرده و پیغام اتفاقات را دریافت کنی.]

تا نیارد سجده‌ای بر خاک تبریز صفا
کم نگردد از جبینش داغ نفرین خدا
- (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۵)

- جبین: پیشانی

تا کسی از طریق فضاگشایی بر خاک فضای یکتایی و هشیاری ناب و پاک خدایی تسلیم نشود، سجده نکند و خودش را صفر نکند، داغ نفرین خداوند که همان من‌ذهنی او و اثرات مخرب و دردناک آن است، از پیشانی‌اش پاک نمی‌شود و رحمت ایزدی به او نمی‌رسد.

نکته ۱: شرط دریافت رحمت خداوند این است که این لحظه با فضاگشایی مرکزمان را عدم کنیم. بنابراین اگر با جذب شدن به یک چیز ذهنی، فضا بندی کرده و دچار انقباض شویم، این رحمت به ما نمی‌رسد.
نکته ۲: علت فضا بندی ما این است که به‌عنوان من‌ذهنی، طوری عادت کرده و شرطی شده‌ایم که در برابر هر وضعیت این لحظه واکنش تند ذهنی نشان داده و دچار انقباض می‌شویم.

نکته ۳: انسان‌ها در من‌ذهنی خشمگین شدن، دشمن‌کامی، انتقام‌جویی، نبخشیدن، ترساندن و .. را قدرت می‌دانند، در حالیکه اینها نشانه ضعف می‌باشد. در حقیقت قوی کسی است که انعطاف پذیر، نرم و فضاگشا باشد؛ چرا که یک چیز سفت شکننده است، اما یک چیز انعطاف پذیر نمی‌شکند. این حالت در حیوانات هم دیده می‌شود، جانورانی که انعطاف داشتند، یعنی می‌توانستند هم در آب، هم در خشکی و هم در هوا زندگی کنند باقی ماندند و از بین نرفتند، ولی حیواناتی که فقط در شرایط خاصی قرار بود زندگی کنند، با تغییر آن شرایط از بین رفتند.

نکته ۴: ما باید به خودمان توجه کنیم که آیا من در باورها و فکرهایم انعطاف دارم؟ می‌توانم تغییر کنم؟ می‌توانم فضاگشایی کنم؟ می‌توانم بگویم ممکن است من هم اشتباه بکنم؟ آیا می‌توانم به اشتباهم اقرار کنم؟

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

-(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۷)

خداوند به انسان گفته است: «من هم زبان تو می شوم و از طریق تو سخن می گویم، هم چشم تو می شوم تا تو با دید عدم به جهان نگاه کنی. همچنین من حواس، رضا و خشم تو می شوم.» [خشمی که از روی هیجانات من ذهنی بر نمی خیزد، بلکه از جنس عشق و قدرت عمل است و موجب تغییر جهان می گردد. تو فقط ذهنت را خاموش کن، مرکزت را عدم نگه دار تا من در تو به خودم زنده شوم.]

نکته: تنها زمانی که ما فضا را باز می کنیم و خداوند بصورت آفتاب از درون ما بالا می آید و ما با او یکی شده و به بینهایت و ابدیتش زنده می شویم، می توانیم از دردها و هیجانات مخرب من ذهنی رها گردیم.

مصطفی فرمود: گر گویم به راست
شرح آن دشمن که در جان شماست

-(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۱)

حضرت مصطفی فرمود: «اگر احوال این دشمنی را که بصورت من ذهنی درون شماست، شرح دهم،

[ادامه در بیت بعد]

زهره‌های پُردلان هم بردرد
نه رود ره، نه غم کاری خورد
- (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۲)

- پُردل: شجاع، دلیر، دلاور، با جرات

در اینصورت زهره شجاع‌ترین انسان‌ها هم پاره می‌شود. بطوریکه از ترس دیگر قادر به راه رفتن و یا انجام دادن کاری نیستند.» [زندگی بتدریج من‌ذهنی را به ما نشان می‌دهد و آن را ضعیف می‌کند تا ما از پلیدی و شرارت آن نترسیم، قادر باشیم روی خود کار کنیم و تبدیل هشیاری ما صورت گیرد.]


با تشکر:

کارگروه خلاصه سازی متن برنامه‌ها
گوینده: لیلا مظاهری



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