



پیغام عشق

قسمت هزار و چهارصد و بیست و یکم





خانم لیلا



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۷۹ گنج حضور، بخش دوم

سخت‌گیری و تعصبِ خامی است
تا جنینی، کار خون‌آشامی است
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۷)

همانیده شدن با الگوها و باورها و دیدن برحسب آن‌ها سبب سخت‌گیری و تعصب در ذهن می‌شود و در واقع نشانهٔ خامی و نپختگی هشیاری انسان است. [تعصب یعنی این که انسان باور خود را درست و غیر آن را غلط بداند.] بنابراین تا زمانی که به‌عنوان هشیاری مانند یک جنین در شکمِ ذهن هستی، کارِ تو نوشتنِ خونابهٔ درد و غصه است.

نکته ۱: از آن جایی که عقل ما با الگوهای همانیده عمل می کند، دائماً با بی مرادی مواجه می شویم که یکی از خصوصیات تنگنای من ذهنی است؛ چراکه خداوند به حرف من ذهنی ما گوش نمی دهد و بر حسب «قضا و کُن فکان» و عقل خودش کار می کند.

نکته ۲: اگر می خواهیم دردهایمان تمام شود، باید به همه این ابیات عمل کنیم و تعصب هیچ باوری را نداشته باشیم.

نکته ۳: انسان دارای من ذهنی، هم به خودش درد می دهد هم به دیگران، و هم این که بنا به آیه قرآن در زیان کاری است. او باید از این زیان کاری دست بردارد.

گر جنین را کس بگفتی در رحم
هست بیرون، عالمی بس منتظم
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۳)

اگر مثلاً کسی با زبان حال به جنینی که در شکم مادر است بگوید بیرون از فضای رحم جهانی بسیار منظم و باشکوه وجود دارد. [به بیانی اگر به انسانی که در ذهن بوده و فقط بلد است یک جور خاص فکر کند، بگویند بیرون از ذهن، جهان دیگری وجود دارد.]

یک زمینِ خرّمی با عرض و طول
اندرو صد نعمت و چندین اُگول
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۴)

اُگول: جمعِ اُکل به معنی میوه‌ها، خوردنی‌ها، روزی‌ها

این جهانِ باشکوه، زمینی سبز و خرّم و بی‌نهایت وسیع دارد و در آن صد نوع نعمت و خوردنی وجود دارد.

کوهها و بحرها و دشتها
بوستانها باغها و کشتها
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۵)

در این جهان شکوهمند کوهها، دریاها، دشتها، باغها، بوستانها و کشتزارهای گندم و غیره وجود دارد.

آسمانی بس بلند و پُرضیا
آفتاب و ماهتاب و صد سها
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۶)

سها: نام ستاره‌ای است خُرد و بسیار پنهان که در قدیم قوهٔ بینایی را با آن می‌آزمودند.

آسمانی بسیار بلند و روشن و درخشان و آفتابی عالم‌تاب و مهتابِ زیبا و ستارگانِ بی‌شمار وجود دارد.

نکته: همان‌طور که جنین می‌تواند از درون شکم مادر صدای بیرون را بشنود، ما نیز در جهان ذهن می‌توانیم صدای فضای یکتایی را گاهی از طریق مولانا و گاهی نیز خودمان از طریق فضاگشایی بشنویم.

از جنوب و از شمال و از دَبور
باغها دارد عروسیها و سور
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۷)

دَبور: بادی که از سمت مغرب می‌وزد، مقابل باد صبا که از مشرق وزان است.

از سمت جنوب و شمال و غرب بادهایی می‌وزد، و این جهان دارای باغ و جشن و سرورهایی است که
مردم در کنار هم می‌نشینند و لذت می‌برند.

در صفت ناید عجایب‌های آن
تو درین ظلمت چهای در امتحان؟
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۸)

عجایب و شگفتی‌های جهان خارج از ذهن همانیده را نمی‌توان وصف کرد و به حساب آورد. تو ای انسانِ اسیر در رحیمِ تاریکِ ذهن، از چهره به درد و رنج گرفتار شده‌ای؟

نکته: ما در تنگنای ذهن هزاران مسئله، درد، دشمن و مانع داریم و اگر به ما بگویند بیت‌های مولانا را بخوان و تکرار کن، به گنج حضور گوش بده و دید غلط خود را درست کرده و تعصب نداشته باش، و بدان که خارج از این ذهن جهان دیگری وجود دارد، ما باور نمی‌کنیم و همچنان می‌خواهیم در ذهن بمانیم.

خون خوری در چارمیخ تنگنا
در میان حبس و آنجاس و عنا
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۹)

آنجاس: جمع نجس، به معنی پلید و آلوده

تو در زندان و تنگنای رحیم و در میان ناپاکی‌ها و رنج‌ها از خون تغذیه می‌کنی. [همان‌طور که انسان در فضای ذهن همانیده از دردهایی مثل رنجش و خشم تغذیه می‌کند.]

او به حکم حال خود منکر بدی
زین رسالت معرض و کافر شدی
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۰)

جنین به اقتضای حال و هوای خود، این سخنان را انکار می کند و از این پیام رخ برمی تابد و نمی پذیرد.
[همان طور که من ذهنی پیشرفته هم به حکم وضعیت خود، وجود خدا را منکر می شود و می گوید اگر خدا
وجود داشت وضع من و دیگر مردم این گونه نبود.]

کاین مُحالست و فریب است و غرور
ز آن که تصویری ندارد وهم کور
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۱)

[اگر به جنین بگویند خارج از رحم دنیایی وجود دارد، می گوید:] نخیر، این محال است، می خواهند مرا فریب دهند و گمراه کنند؛ زیرا توهم نابینا از چیزهایی که ندیده تصور صحیحی ندارد. [همچنین اگر بزرگانی مثل مولانا به انسان من ذهنی بگویند خارج از فضای ذهن همانیده جهانی دیگر وجود دارد، می گوید این محال بوده و برای فریب دادن است؛ زیرا دید من ذهنی کور و دچار توهم است و هیچ تصویری از آن جهان ندارد. کافی است فضا را باز کند تا شادی بی سبب و مهم نبودن آن چه ذهن نشان می دهد و عمل نکردن مطابق الگوی همانیده که خارج از جهان ذهن است را تجربه کند.]

جنس چیزی چون ندید ادراک او
نشود ادراک منکرناک او
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۲)

از آنرو که ادراک او چنین چیزی را درک نکرده، ادراک انکارکننده او این سخنان و توضیحات را نیز نخواهد پذیرفت. [به بیانی با قوه درکی که به وسیله همانیدگی‌ها پدید آمده، نمی‌شود فضای گشوده‌شده را درک کرد، زیرا برای درک هر چیزی باید به آن تبدیل شد.]

نکته ۱: اگر ما آن چیزی را که ذهن نشان می‌دهد جدی نگیریم و مقاومت نکنیم، دید ما عوض می‌شود.
نکته ۲: عشق آن چیزی نیست که گاهی به آن برسیم و گاهی نرسیم، بلکه عشق چیزی است که باید با فضاگشایی به آن زنده شویم.

همچنان که خلق عام اندر جهان
ز آن جهان، ابدال می گویندشان
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۳)

ابدال: بزرگان

چنان که وقتی در این دنیا، بزرگانی مثل مولانا که به زندگی تبدیل شده‌اند، به عموم مردم سخنانی در مورد جهان دیگر و فضای گشوده‌شده می گویند، آن‌ها هیچ توجهی نشان نمی‌دهند.

کاین جهان چاهی ست بس تاریک و تنگ
هست بیرون، عالمی بی بو و رنگ
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۴)

[بزرگان به مردم می گویند:] این جهانی که تو با ذهنت می بینی یعنی فضای ذهن همانیده، مانند چاهی بسیار تنگ و تاریک است. ولی بیرون از چاه ذهن و همانیدگی ها، جهانی «بی بو و رنگ» یعنی فضای گشوده شده وجود دارد. [فکر کردن بر حسب همانیدگی ها همچون رنگ است و هیجانات حاصل از فکرها مثل خشم، رنجش و حسادت مانند بو است.]

نکته: اگر مولانا می گوید که خارج از سیستم من ذهنی جهانی دیگر هست که آن را حس نمی کنیم، ما نباید انکار کنیم بلکه باید بیتها را بخوانیم و با آموزش گنج حضور جلو برویم تا مثل انسان هایی که من ذهنی شان تبدیل به هشیاری حضور شده و ناظر بر ذهنشان هستند شویم.

هیچ در گوش کسی زایشان نرفت
کاین طمع آمد حجاب ژرف و زفت
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۵)

ولی این سخنان به گوش هیچ‌یک از آن‌ها فرو نمی‌رود. زیرا طمع، یعنی آوردن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد به مرکز و زندگی خواستن از آن‌ها و تلاش برای زیادتر کردنشان، حجابی عمیق است که لایه‌هایش بسیار کلفت و بزرگ است.

نکته ۱: ما به این علت اشخاص را در مرکزمان می‌گذاریم که از آن‌ها امید زندگی داریم، در حالی که زندگی فقط به دست خداوند است، در حقیقت ما خود زندگی هستیم.

نکته ۲: اگر ذهن ما لحظه‌به‌لحظه به مرکز ما بیاید و بر حسب چیزها و باورهای همانیده بینیم، دیگر قدرت درک شعرهای مولانا، فضای گشوده‌شده و آسمان درون را نخواهیم داشت.

گوشت را بندد طَمَع از استماع
چشم را بندد غَرَض از اَطَّلَاع
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۶)

غَرَض: قصد

طمع یا آوردن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد به مرکز و زندگی خواستن از آن‌ها باعث می‌شود پیغام‌های زندگی را نشنویم. غرض‌ورزی من‌ذهنی یا دید ذهنی داشتن نیز چشم‌هشیاری را می‌بندد و انسان را از دیدن حقیقت محروم می‌کند. [مثلاً اگر غرض ما زیاد کردن پولمان باشد، جلوی چشم عدم ما را می‌گیرد.]

نکته ۱: هر چیزی که ذهنمان بتواند ببیند از جنس جسم، آفل و از بین رونده است. اما عدم، زندگی و خدا آفل نبوده و مرگ پذیر نیست. اصل ما هرگز نمی میرد.

نکته ۲: چرا ما می توانیم چیزهای آفلی را که ذهن نشان می دهد بشناسیم؟ زیرا ما از جنس آفلین نیستیم، اصل ما نامیرا است، ما مرگ پذیر نیستیم، به همین دلیل چیزهای مرگ پذیر را می شناسیم.

نکته ۳: هر چیزی که به مرکز ما بیاید، ما غرض زیاد کردن آن را پیدا می کنیم، فرقی نمی کند آن یک چیز جسمی باشد یا عدم.

همچنان که آن جنین را طمعِ خون
کآن غذایِ اوست در اوطانِ دون
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۷)

اوطان: وطن‌ها
دون: پست و فرومایه

همان‌طور که جنین در رحمِ مادر مراحل مختلف را در جایگاه‌های پست می‌گذراند، طمع به خوردن خون دارد و از خون تغذیه می‌کند، [هشیاری نیز در رحمِ ذهن طمع خوردن درد و چیزهای ذهنی را دارد؛ درحالی که ذهن یک وطن پست به‌شمار می‌آید و باید هرچه سریع‌تر از آن خارج شود.]

از حدیث این جهان، محجوب کرد
غیر خون، او می نداند چاشت خورد
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸)

جنین در رحم مادر طمع به خوردن خون دارد، بنابراین توجهی به توصیفات جهان خارج از رحم نمی کند؛
زیرا او به جز خون غذایی نمی شناسد و می خواهد همچنان در رحم مادر بماند. [ما نیز به ذهن عادت
کرده ایم و غیر از خون و دردی که از ذهن می آید غذای دیگری نمی شناسیم.]

حُکْمُ حَقِّ گُسْتَرْدِ بَهِرِ مَا بَسَاطِ
که بگویند از طریق انبساط
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

بِساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

خداوند خاصیت فضاگشایی و بساط عدم را برای ما گسترده و حکم کرده‌است که هر لحظه در اطراف
وضعیت‌ها و چالش‌هایی که با قانون «قضا و کُنْ فَکَانَ» در مسیرمان پیش می‌آورد، از طریق انبساط و
فضاگشایی سخن بگوییم.

نکته: ما این بیت را هر لحظه می توانیم به خودمان القا کنیم، که «من می خواهم از تنگنا بیرون بیایم، من باید در اطراف هر چیزی که ذهنم نشان می دهد ولو این که بی مرادی است فضا باز کنم، اصلاً در این جهان با مردم و با خدا همیشه باید با انبساط برخورد کنم و اگر منقبض شدم و به تنگنا افتادم، دوباره باید فضا باز کنم.»

چونکه قبضی آیدت ای راهرو
آن صلاح توست، آتش دل مشو
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴)

قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج
آتش دل: دل سوخته، ناراحت و پریشان حال

ای کسی که در مسیر فضاگشایی و زنده شدن به زندگی قدم گذاشته‌ای، هرگاه در اثر وجود یک همانیدگی و آمدن جسم به مرکزت، بی‌مراد شدی و قبض و ناراحتی برایت پیش آمد، بدان که آن به صلاح توست و یک پیغام از طرف زندگی ست تا به جای خشم و واکنش نشان دادن، فضا را باز کرده و از خرد زندگی بهره‌مند شوی.

قبض دیدی چاره آن قبض کن
زانکه سرها جمله می‌روید ز بن
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

بن: ریشه

اگر این لحظه در درون خود گرفتگی و انقباضی حس کردی، خشمگین شدی و رنجیدی، مطمئن باش که ذهنت به مرکزت آمده. در این صورت برای این حالت چاره‌ای بیندیش، یعنی فضاگشایی کن تا آن چیز از مرکزت خارج شده و از ذهن بیرون بیایی، چراکه شاخ و برگ همانیدگی و درد و نتایج بد آن‌ها از ریشه تدبیر با من‌ذهنی می‌روید.

بسط دیدی، بسط خود را آب ده
چون برآید میوه، با اصحاب ده
- (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

اگر هشیارانه فضا را گشودی و حالت انبساط را تجربه کردی، به این کار ادامه بده و دائم در حال انبساط باش و از طریق مرکز عدم عمل کن، چراکه این حالت حتماً ثمرهٔ نیکو خواهد داشت و آن گاه که با استمرار در فضاگشایی به زندگی و عشق ارتعاش کردی، این ارتعاش را که حاصل و میوهٔ فضاگشایی است، با دیگران به اشتراک بگذار تا آن‌ها نیز زنده شدن به زندگی و مرکز عدم را تجربه کنند.

گر شوم مشغول اشکال و جواب
تشنگان را کی توانم داد آب؟
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۷)

[مولانا یا هر انسان زنده به زندگی خطاب به من‌های ذهنی می‌گوید:] اگر همچنان سرگرم این باشم که به اشکالات و ایرادات ذهنی شما پاسخ بدهم، در این صورت وقتم تلف می‌شود و دیگر نمی‌توانم که فضا را بگشایم و از آن فضای گشوده‌شده به تشنگان آب بدهم.

گر تو اشکالی به کلی و حَرَجِ
صبر کن، الصبر مفتاح الفرج
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۸)

الصبر مفتاح الفرج: صبر کلید گشایش است.

اگر در ذهن هستی و آن قدر سراسر وجودت را اشکال و گمان فراگرفته که در سختی و تنگنای ذهن منقبض شده و دائماً به دنبال جواب دادن به سوال‌های ذهنت هستی، فضا را بگشا، صبر کن و روی خودت کار کن؛ زیرا صبر کردن کلید گشایش و رستگاری است.

نکته: ما نمی‌توانیم با من‌ذهنی فضا را بگشاییم و هر کاری کنیم فقط این تنگنای ذهن بدتر می‌شود، ما فقط باید با دقت و تمرکز روی خود و گوش دادن به مولانا گاهی از شر من‌ذهنی رها شویم. ما نباید سؤال مطرح کنیم، زیرا همه این سؤالات از سبب‌سازی من‌ذهنی است و اگر جواب را بگیریم هم به جایی نمی‌رسیم، فقط باید گوش بدهیم و خودمان را رها کنیم.

این دو ره آمد در روش یا صبر یا شکر نعم
بی شمع روی تو نتان دیدن مرین دو راه را
- (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱)

نتان: نتوان

«صبر» و یا «شکر» دو راه یکی شدن مجدد و هشیارانہ با زندگی هستند. اما بدون مرکز عدم یا چشمان خداوند، این دو روش را نمی‌توان تشخیص داد. بنابراین هر لحظه باید با فضاگشایی مرکزمان را از همانیدگی‌ها خالی کرده و با چشمان عدم ببینیم.

نکته ۱: در تنگنای ذهن انسان نه می تواند صبر داشته باشد و نه شکر.

نکته ۲: اشکال گرفتن ما را ناامید می کند. ما فکر می کنیم باید سؤال طرح کنیم و اگر به جواب آن سؤالات نرسیم این یک مانع برای پیشرفت ماست، در حالی که این سؤال و جوابها همگی ذهنی هستند و بیشتر ما را در ذهن زندانی می کنند.

احتما کن، احتما زاندیشه‌ها
فکر شیر و گور و، دل‌ها پیشه‌ها
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۹)

احتما: پرهیز

از اندیشیدن بر حسب همانیدگی‌ها پرهیز کن، زیرا هرگاه یک چیز ذهنی را به مرکزت آورده و از طریق آن فکر و عمل می‌کنی، اشکال می‌گیری و سوالات ذهنی مطرح می‌کنی، گویی این فکر همانیده همچون شیری در بیشه مرکزت به گورخر معنا حمله کرده و انرژی زنده زندگی را می‌بلعد و تبدیل به درد، مسئله، مانع و دشمن می‌کند.

نکته ۱: وقتی خشمگین می شویم شیر فکر، زندگی ما را می خورد. درحقیقت خشمگین شدن سبب می شود که کیفیت هشیاری ما تا حد زیادی کاهش یابد.

نکته ۲: آن خوشی و شادی ای را که ذهن با علت و معلول ایجاد می کند، زندگی اصلی ما نیست. بلکه زندگی اصلی ما در شادی و آرامش بی سبب است که آن هم به وسیله فضاگشایی صورت می گیرد.

احتماها بر دواها سرور است
ز آن که خاریدن فزونی گر است
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۰)

احتما: پرهیز
گر: کچلی

فضاگشایی و پرهیز از فکر همانیده و نیاوردن چیزهایی که ذهن نشان می دهد به مرکز، بر دواها و راه حل هایی که ذهن پیشنهاد می دهد برتری دارد. همان طور که شخص کچل با خاراندن سرش، فقط میل به خاریدن را در خود زیاد می کند، سؤال پرسیدن و ایراد گرفتن هم فقط میل به سؤال پرسیدن را بیشتر می کند.

احتما اصل دوا آمد یقین
أَحْتَمًا كُنْ قُوَّةَ جَانٍ رَا بَيْنِ
- (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۱)

احتمًا: پرهیز

به طور قطع و یقین پرهیز از فکرهای همانیده و نیاوردن هر آن چه ذهن نشان می دهد به مرکز و به عهده گرفتن مسئولیت هشیاری، ریشه شفا بخشی و اصلی ترین دوا ی توست. پس فضا را بگشا و پرهیز کن، یعنی به جای عمل کردن از طریق یک فکر همانیده، ذهنت را ساکت کن و بگذار از فاصله بین دو فکر دوا، خرد، شفا و برکت زندگی بیاید تا قدرت جان اصلی خود را که در این لحظه ابدی مستقر است، مشاهده نمایی.

نکته: ما با پرهیز از فکرهای همانیده می‌توانیم تن خود را نیز سلامت کنیم.

با تشکر:
کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها
گوینده: لیلا



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود

