



پیغام عشق

قسمت هزار و چهارصد و بیست و یکم





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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۷

سخت‌گیری و تعصب خامی است

تا جنینی، کار خون‌آشامی است

همانیده شدن با الگوها و باورها و دیدن برحسب آن‌ها سبب سخت‌گیری و تعصب در ذهن می‌شود و درواقع نشانه‌های 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، کار تو نوشتنِ خونابه‌درد و غصه است.

نکته ۱: از آن جایی که عقل ما با الگوهای همانیده عمل می‌کند، دائماً با بی‌مرادی مواجه می‌شویم که یکی از خصوصیات تنگنای من‌ذهنی است؛ چراکه خداوند به حرف من‌ذهنی ما گوش نمی‌دهد و برحسب «قضا و کُنْ فکان» و عقل خودش کار می‌کند.

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

نکته ۳: انسان دارای من‌ذهنی، هم به خودش درد می‌دهد هم به دیگران، و هم این که بنا به آیه قرآن در زیان‌کاری است. او باید از این زیان‌کاری دست بردارد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۳

گر جنین را کس بگفتی در رجم

هست بیرون، عالمی بس منتظم



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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۴

یک زمینِ خرمی با عرض و طول

اندرو صد نعمت و چندین اُگول

*اُگول: جمع اُکل به معنی میوه‌ها، خوردنی‌ها، روزی‌ها

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۵

کوه‌ها و بحر‌ها و دشت‌ها

بوستان‌ها باغ‌ها و کشت‌ها

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۶

آسمانی بس بلند و پُرضیا

آفتاب و ماهتاب و صد سُها



*سُها: نام ستاره‌ای است خُرد و بسیار پنهان که در قدیم قوّه 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۷

از جنوب و از شمال و از دَبور

باغ‌ها دارد عروسی‌ها و سور

*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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۸

در صفت ناید عجایب‌های آن

تو درین ظلمت چه‌ای در امتحان؟

عجایب و شگفتی‌های جهان خارج از ذهنِ همانیده را نمی‌توان وصف کرد و به حساب آورد. تو ای انسانِ اسیر در رَحِمِ

تاریکِ ذهن، از چه‌رو 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 دیدِ 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۹

خون خوری در چارمیخ تنگنا

در میان حبس و آنجاس و عَنا

*آنجاس: جمعِ نجس، به معنی پلید و آلوده

تو در زندان و تنگنای رَحِم 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].

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۰

او به حُکمِ حالِ خود مُنکر بُدی

زین رسالت مُعرض و کافر شدی

جَنین به اقتضای حال و هوای خود، این سخنان را انکار می‌کند و از این پیام رُخ برمی‌تابد و نمی‌پذیرد. [همان‌طور که من ذهنی پیشرفته هم به حکم وضعیت خود، وجود خدا را منکر می‌شود و می‌گوید اگر خدا وجود داشت وضع من و دیگر مردم این‌گونه نبود].



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۱

کاین مُحالست و فریب است و غرور

ز آن که تصویری ندارد وهم کور

[اگر به جنین بگویند خارج از رحم دنیایی وجود دارد، می گویند: نخیر، این محال است، می خواهند مرا فریب دهند و گمراه کنند؛ زیرا توهم نابینا از چیزهایی که ندیده تصوّر صحیحی ندارد.]

[همچنین اگر بزرگانی مثل مولانا به انسان من ذهنی بگویند خارج از فضای ذهن همانیده جهانی دیگر وجود دارد، می گویند 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.]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۲

جنس چیزی چون ندید ادراک او

نشنود ادراک منکرناک او

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 همانیدگی ها پدید آمده، نمی شود فضای گشوده شده را درک کرد، زیرا برای درک هر چیزی باید به آن تبدیل شد.]

نکته ۱: اگر ما آن چیزی را که ذهن نشان می دهد جدی نگیریم و مقاومت نکنیم، دید ما عوض می شود.



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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۳

همچنان که خلق عام اندر جهان

ز آن جهان، ابدال می گویندشان

*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 گشوده شده می گویند، آن‌ها هیچ توجهی نشان نمی دهند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۴

کاین جهان چاهی ست بس تاریک و تنگ

هست بیرون، عالمی بی بو و رنگ

[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 همانیدگی‌ها، جهانی «بی بو و رنگ» یعنی فضای گشوده شده وجود دارد.

[فکر کردن برحسب همانیدگی‌ها همچون رنگ است و هیجانات حاصل از فکرها مثل خشم، رنجش و حسادت مانند بو است.]



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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۵

هیچ در گوشِ کسی زایشان نرفت

کاین طمع آمد حجابِ ژرف و زفت

ولی این سخنان به گوشِ هیچ‌یک از آن‌ها فرو نمی‌رود. زیرا طمع، یعنی آوردن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد به مرکز و زندگی خواستن از آن‌ها و تلاش برای زیاده‌تر 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 امیدِ زندگی داریم، درحالی‌که زندگی فقط به دست خداوند است، درحقیقت ما خود زندگی هستیم.

نکته ۲: اگر ذهن ما لحظه‌به‌لحظه به مرکز ما بیاید و برحسب چیزها و باورهای همان‌بده ببینیم، دیگر قدرت درک شعرهای مولانا، فضای گشوده‌شده و آسمان درون را نخواهیم داشت.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۶

گوش را بندد طمع از استماع

چشم را بندد غرض از اطلاع

*غرض: 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 بین‌رونده است. اما عدم، زندگی و خدا آفل نبوده و مرگ‌پذیر نیست. اصل ما هرگز نمی‌میرد.

نکته ۲: چرا ما می‌توانیم چیزهای آفلی را که ذهن نشان می‌دهد بشناسیم؟ زیرا ما از جنس آفلین نیستیم، اصل ما نامیرا است، ما مرگ‌پذیر نیستیم، به همین دلیل چیزهای مرگ‌پذیر را می‌شناسیم.

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۷

همچنان که آن جنین را طمع خون

کأن غذای اوست در اوطانِ دون

*اوطان: وطن‌ها

*دون: پست و فرومایه

همان‌طور که جنین در رحم مادر مراحل مختلف را در جایگاه‌های پست می‌گذراند، طمع به خوردن خون دارد و از خون تغذیه می‌کند، [هشیاری نیز در رحم 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].



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸

از حدیثِ این جهان، محجوب کرد

غیرِ خون، او می نداند چاشت خُورد

جنین در رحم مادر طمع به خوردن خون دارد، بنابراین توجهی به توصیفات جهان خارج از رحم نمی‌کند؛ زیرا او به جز خون غذایی نمی‌شناسد و می‌خواهد همچنان در رحم مادر بماند. [ما نیز به ذهن عادت کرده‌ایم و غیر از خون و دردی که از ذهن می‌آید غذای دیگری نمی‌شناسیم].

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

حُکمِ حق گُسترد بهر ما بساط

که بگوئید از طریق انبساط

*بساط: هر چیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره

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

نکته: ما این بیت را هر لحظه می‌توانیم به خودمان القا کنیم، که «من می‌خواهم از تنگنا بیرون بیایم، من باید در اطراف هر چیزی که ذهنم نشان می‌دهد ولو این که بی‌مرادی 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.»



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴

چونکه قبضی آیدت ای راهرو

آن صلاحِ توست، آتش دل مشو

*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 است تا به جای خشم و واکنش نشان دادن، فضا را باز کرده و از خرد زندگی بهره‌مند شوی.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲

قبض دیدی چاره آن قبض کن

ز آنکه سرها جمله می‌روید ز بن

*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 من ذهنی می‌روید.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳

بسط دیدی، بسط خود را آب ده

چون برآید میوه، با اصحاب ده

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 ثمره نیکو خواهد داشت و آن گاه که با استمرار در فضاگشایی به زندگی و عشق ارتعاش کردی، این ارتعاش را که حاصل و میوه فضاگشایی است، با دیگران به اشتراک بگذار تا آنها نیز زنده شدن به زندگی و مرکز عدم را تجربه کنند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۷

گر شوم مشغول اشکال و جواب

تشنگان را کی توانم داد آب؟

[مولانا یا هر انسان زنده به زندگی خطاب به منهای ذهنی می گوید:] اگر همچنان سرگرم این باشم که به اشکالات و ایرادات ذهنی شما پاسخ بدهم، در این صورت وقتم تلف می شود و دیگر نمی توانم که فضا را بگشایم و از آن فضای گشوده شده به تشنگان آب بدهم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۸

گر تو اشکالی به کلی و حرج

صبر کن، الصبر مفتاح الفرج



*الصَّبْرُ مِفْتَاحُ الْفَرَجِ: صبر کلیدِ 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 سؤال‌های 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.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱

این دو ره آمد در روش یا صبر یا شکرِ نَعَم

بی شمعِ روی تو نتان دیدن مرین دو راه را

*نتان: نتوان

«صبر» و یا «شکر» دو راه یکی شدن مجدد و هشیارانه 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 می‌تواند صبر داشته باشد و نه شکر.



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

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۹

اِحْتِمَا كُنْ، اِحْتِمَا زَانْدِيشَهَا

فَكْرُ شِیرِ وَ گُورِ وَ، دَلْهَا بِيشَهَا

*اِحْتِمَا: پرهیز

از اندیشیدن برحسب همانندگی‌ها پرهیز کن، زیرا هرگاه یک چیز ذهنی را به مرکزت آورده و از طریق آن فکر و عمل می‌کنی، اشکال می‌گیری و سؤالات 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 می‌شویم شیرِ فکر، زندگی ما را می‌خورد. درحقیقت خشمگین شدن سبب می‌شود که کیفیت هشیاری ما تا حد زیادی کاهش یابد.

نکته ۲: آن خوشی و شادی‌ای را که ذهن با علت و معلول ایجاد می‌کند، زندگی اصلی ما نیست. بلکه زندگی اصلی ما در شادی و آرامش بی‌سبب است که آن هم به وسیله فضاگشایی صورت می‌گیرد.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۰

اِحْتِمَاها بر دواها سرور است

ز آن که خاریدن فزونی گر است

*اِحْتِمَا: 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.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۱

اِحْتِمَا اصلِ دوا آمد یقین

اِحْتِمَا کن قوه جان را ببین

*اِحْتِمَا: 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 دواست. 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 می توانیم تن خود را نیز سلامت کنیم.

با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: لیلا

منابع: برنامه ۹۷۹ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)

کتاب‌های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)

با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه‌های گنج حضور

پایان



همراهان عزیز گنج حضور، لطفاً برای ارسال پیغام‌های عشق خود، از کانال تلگرام آقای شهبازی که در زیر مشاهده می‌شود استفاده نمایید. در موارد استثنایی که دسترسی به تلگرام وجود ندارد، می‌توانید پیغام خود را از طریق ایمیل به آدرس ایمیل آقای شهبازی ارسال فرمایید.

با سپاس،

گروه تهیه مجموعه پیغام عشق



تلگرام آقای شهبازی

+1 818 970 3345



ایمیل آقای شهبازی

Parviz4762@mac.com