



سلام بر غزل‌های عشق
۱۰ برنامه ۹۹۱ تا ۱۰۰۰

تکرار غزل‌های مولانا شرابی به جان‌مان می‌ریزد که حتی من‌ذهنی هم مست شده و در آن بی‌خودی می‌توانیم همانندگی‌ها را از خود بزدیم. در حالت مستی ایجادشده از خواندن غزل‌ها، بدون هیچ دردی می‌توانیم به راحتی همانندگی‌ها را که همچون خاری دردناک در مرکزمان یا در پای هشیاری‌مان فرورفته، خارج کنیم.

در تمثیلی تیرها را موقعی که حضرت علی (ع) نماز می‌خواندند از تن‌شان خارج می‌کردند، چون ایشان مستِ اتصال به خداوند بوده و متوجه آن درد شدید نمی‌شدند.

آقای شهبازی جان هم در ابتدای هر برنامه یک بار غزل را به‌طور کامل می‌خوانند و پس از آن شروع به تفسیر غزل می‌کنند تا مست شویم. سپس با خواندن ابیات مثنوی شروع به شخم زدن ذهن و مرکزمان می‌کنند تا در حالت مستی، بدون درد و قبضی همانندگی‌ها را از ریشه درآورده و از مرکزمان خارج کنیم.

به توصیه دوست عزیزی ما نیز می‌توانیم از این فرمول، در طول روز برای کار کردن روی خود استفاده کنیم. اولین کاری که در ابتدای صبح و موقع بیداری انجام می‌دهیم، بارها و بارها خواندن و تکرار غزلی باشد که به جان‌مان نشسته، و پس از آن که مست شدیم دنبال کارهای روزانه برویم، که اگر در طول روز با خواندن مثنوی یا با اتفاقات، شناسایی همانندگی‌ها صورت گرفت با انبساط درونی برخورد کرده و دچار قبض و واکنش نشویم.

در ابتدا می‌بینیم که ذهن اجازه این کار را به ما نمی‌دهد و مرتب فکرها و کارهایی را مهم‌تر از تکرار غزل نشان‌مان می‌دهد تا کار تکرار را رها کنیم، ولی اگر صبر کنیم و همچنان با وجود مقاومت‌های من‌ذهنی غزل را مثلاً ده بار تکرار کنیم، فضا باز شده و ذهن خاموش می‌شود.

مراقبه مفیدی که در زمان تکرار صبحگاهی غزل می‌توانیم انجام دهیم: آن فکرها و چیزهایی که ذهن در این زمان نشان‌مان می‌دهد تا مانع تکرار غزل شود، مهم‌ترین و بزرگ‌ترین همانندگی‌های ما هستند.

شناسایی و نگه داشتن آن در هشیاری + صبر «قضا و کُنْ فَکَانَ» = آزادی

در ادامه مطلع غزل (اولین بیت) به همراه موضوع کلی ده برنامه اخیر که از پی‌دی‌اف متن کامل برنامه‌های گنج حضور جمع‌آوری شده، ارائه می‌شود.

✓ موضوع کلی برنامه ۹۹۱:

تا زمانی که در این بدن به‌عنوان روح زندگی می‌کنیم، آرزو و قرار خداوند به‌صورت ما بر این است که در این لحظه به خواب ذهن و درد فرو نرویم. درواقع خدا از ما می‌خواهد وقتی خودش را می‌فرستد، بیدار باشیم یعنی مرکزمان هشیارانه عدم باشد و لحظه‌به‌لحظه به صنع دست بزنیم.

مطلع غزل ۱۷ بیتی برنامه:

نذر کند یار که امشب تو را
خواب نباشد، ز طمع برتر آ
مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲

✓ موضوع کلی برنامه ۹۹۲:

همان‌طور که تمام کائنات با این کار بزرگ و دقیقش دور عقل کل می‌گردد، ما نیز باید دور خدا بگردیم؛ یعنی اختیار را به من‌ذهنی ندهیم که مقصود گردش‌هایش را می‌داند و بنابراین دور خودش می‌گردد، بلکه همچون آسیا و بدون دانستن ذهنی دور خدا بگردیم.

مطلع غزل ۱۶ بیتی برنامه:

چرخ فلک با همه کار و کیا
گرد خدا گردد چون آسیا
مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰

✓ موضوع کلی برنامه: ۹۹۳

هشیاری و امتداد خدا وارد شب دیگری که جسم انسان است شده. انسان از ثانیة صفر تا قبل از به پایان رسیدن عمرش، فرصت دارد تا از خواب همانندگی‌ها و عمل کردن براساس سبب‌سازی ذهن بیدار شده و به گنج حضور یا زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خدا دست پیدا کند.

مطلع غزل ۱۹ بیتی برنامه:

گر پنخسپی شبی ای مه‌لقا
رو به تو بنماید گنج یقا
مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸

✓ موضوع کلی برنامه: ۹۹۴

همان‌طور که جسم ما از آفتاب بیرونی گرما می‌گیرد و زنده می‌ماند، ما به‌لحاظ معنوی و روحی هم احتیاج به غذایی داریم که باید از آفتاب زندگی یعنی خداوند بگیریم، پس باید با او و مرکز عدم باشیم. اگر با مرکز جسمی و بی‌او باشیم، افسرده و منجمد خواهیم شد.

مطلع غزل ۵ بیتی برنامه:

با تو حیات و زندگی، بی‌تو فنا و مُردنا
زان که تو آفتابی و، بی‌تو بُود فسرْدنا
مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۹

✓ موضوع کلی برنامه: ۹۹۵

مولانا از ما می‌خواهد به‌عنوان یک انسان با «چرا»های این غزل مراقبه کرده و ادامه دهیم تا بالاخره پاسخ آن‌ها را پیدا کنیم که مقصر ما هستیم که وفادار به خداوند نبوده و اشتباه فکر و عمل کرده‌ایم. اگر مدتی بگوییم: «چرا، چرا، چرا چیزهایی که ذهن من نشان می‌دهد مهم‌تر از خداست؟» دیگر آن‌ها به مرکز ما نمی‌آیند.

مطلع غزل ۷ بیتی برنامه:

ای بگرفته از وفا، گوشه، کران چرا چرا؟
بر من خسته کرده‌ای، روی، گران چرا چرا؟
مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰

✓ موضوع کلی برنامه: ۹۹۶

مولانا از ما انتظار دارد روی قسمت‌های مختلف ابیات مراقبه کنیم تا هر کدام از قسمت‌ها ما را از یک لغزش من‌ذهنی حفظ کند. مثلاً این که ما با خدا قهر هستیم و اولین کسی که باید برای اُستی پیش قدم شود، انسان است، یعنی فقط باید خداوند را به مرکز کشید، نه آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد.

مطلع غزل ۱۳ بیتی برنامه:

پیش کش آن شاه شکرخانه را
آن گُهر روشن دُرْدانه را
مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۹

✓ موضوع کلی برنامه: ۹۹۷
ما می‌خواهیم با استفاده از این غزل شیرین، سازنده و مهربان که پر از دانش است، یک مطلب آسمانی که مولانا گفته را به عمل تبدیل کنیم و بیدار شویم. این که ما از مرحله جمادی، نباتی و حیوانی برتر هستیم، ولی اکنون در ماجرای زندگی و ماجرای همانیدگی‌ها گیر افتاده‌ایم. ذهن پایگاهی‌ست که باید از آن جا هم بیرون بپریم.

مطلع غزل ۹ بیتی برنامه:

لعل لبش داد کنون مر مرا
آنچه تو را لعل کند، مر مرا
مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۷

✓ موضوع کلی برنامه: ۹۹۸
این غزل پر از حرکت و زندگی‌ست و بسیار سازنده می‌باشد که اگر آن را تماماً بخوانیم و کاربردش را در زندگی‌مان پیدا کنیم، ممکن است تحولی در ما صورت بگیرد. در شروع غزل خداوند به انسان به‌عنوان امتداد خودش می‌گوید: « با فضاگشایی و سوار شدن هشیاری بر هشیاری، به‌سوی من بیا»؛ چون ما در ذهن به‌صورت من‌ذهنی خیلی از خداوند دور شده‌ایم و هر فکر و عملی با من‌ذهنی ما را دچار پشیمانی می‌کند.

مطلع غزل ۳۱ بیتی برنامه:

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری
بیا به دعوت شیرین ما، چه می‌شوری؟
مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳

✓ موضوع کلی برنامه: ۹۹۹
انسان باید دست‌به‌کار شود و دیگر ماه غلط من‌ذهنی را نبیند یعنی آن را به مرکزش نیاورد، بلکه در اطراف همین ماه نادرست یا اتفاقی که ذهن نشان می‌دهد، فضا باز کند تا ماه درست که خود زندگی‌ست را ببیند. و تمرکزش را روی این کار نگه دارد تا یواش‌یواش فضا گشوده‌تر شده و ماه کامل شود، یعنی خداوند به‌طور کامل خودش را در انسان مستقر کند و هیچ همانیدگی‌ای در مرکز نماند.

مطلع غزل ۷ بیتی برنامه:

ماه دُرست را ببین، کو بشکست خوابِ ما
تافت ز چرخ هفتمین در وطن خرابِ ما
مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۸

✓ موضوع کلی برنامه: ۱۰۰۰

مولانا در این غزل طرح خداوند که برای زندگی انسان‌ها بوده را نشان می‌دهد. این که ملولی ما یک وضعیت تحمیلی و حادث بوده و اگر با شادی به سمت خداوند برویم، بهار جان‌ها به تدریج زندگی را به مرکز ما آورده و دل‌مان را تازه می‌کند. در این صورت رضا داشتن ما در این لحظه سبب می‌شود که قضا هم بر وفق مراد ما باشد.

مطلع غزل ۱۱ بیتی برنامه:

گر تو ملولی ای پدر، جانبِ یارِ من بیا
تا که بهارِ جان‌ها تازه کند دلِ تو را
مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۱

شاد و سلامت باشید. ❖
مرضیه از نجف‌آباد