



## پیغام عشق

قسمت هزار و چهارصد و بیستم





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

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۵۹

من چو لب گویم، لب دریا بُود

من چو لا گویم، مرادِ اَلّا بُود

وقتی من کلمه «لب» را بر زبان می‌آورم منظورم لبِ معشوق زمینی نیست، بلکه لب دریا ی یکتایی است که می‌خواهد از طریق من حرف بزند؛ و اگر «لا» بگویم منظورم «اَلّا» یا انکار هر چیزی است که از جنس آن نیستم. بنابراین «لا» و «اَلّا» به یکدیگر وصل بوده و یکی هستند. [اگر کسی واقعاً «لا» کند، «اَلّا» را هم که به معنای زنده شدن به خدا و زندگی است، انجام داده یعنی فضای درونش گشوده شده و خدا به مرکزش آمده است.]

نکته: نباید از انداختن همانیدگی‌ها بترسیم. تنها لازم است هشیارانه چیزی را که ذهنمان نشان می‌دهد، به مرکزمان نیاوریم و فضا را باز کنیم تا همانیدگی‌ها از بین بروند. خواهیم دید که مثل قبل دیگر درد نمی‌کشیم و از چیزها آزاد می‌شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۰۹۰

گشت آزاد از تن و رنج جهان

در جهان ساده و صحرای جان

انسانی که از تنگنای من‌ذهنی بیرون آید، از تمام رنج‌ها و دردهای این جهان و تمام هیجانات ناشی از خواسته‌های ذهنی مانند حرص، ترس، اضطراب، شهوت چیزها، حسادت، ستیزه و احساس گناه آزاد می‌شود و در جهان ساده بی‌فرم و فضای گشوده‌شده‌ای قرار می‌گیرد که مملو از ارتعاش زندگی و یکی شدن با خداوند است.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵

از برای صلاحِ مجنون را

بازخوان ای حکیم افسون را

ای خداوند حکیم، افسونت را که نیروی گن فکان و دم زنده کننده ایزدی است، برای مصلحت انسانی بخوان که با مرکز عدم نسبت به عقل من ذهنی دیوانه و بی خیال شده و بر حسب آن عمل نمی کند، به طوری که من های ذهنی دیگر هم او را دیوانه می پندارند.

نکته ۱: همانیدگی های ما مانند سوراخ هایی روی پوستمان هستند که زندگی درون ما را مانند خون بیرون می ریزند. هر کدام از ابیات مولانا می تواند همچون پانسماں روی این سوراخ ها را بپوشاند تا زندگی تلف نشود. با تکرار ابیات و کار روی خودمان، قطع دائمی این خون ریزی اتفاق می افتد یعنی همانیدگی ها نمی توانند زندگی درون ما را بدزدند.

نکته ۲: الگوهای ذهنی در ما همان الگوهای فکر و عمل ماست که موش من ذهنی از طریق آن نیروی زندگی را می دزدد و تبدیل به درد، رنجش، اوقات تلخی و خشم می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵

از برای علاجِ بی خبری

درج گن در نبیذ افیون را

\*درج کردن: داخل کردن

\*نبیذ: شراب



\*افیون: تریاک

خدایا، هم برای علاج بی‌خبری من از ذات اصلی‌ام و هم برای این که از احوال این جهان و اتفاقات ذهن خود بی‌خبر شوم، شراب فضای گشوده‌شده را با افیون برکات خودت درآمیز و به من بده [تا فقط تو از طریق من کار کنی و من نیز تنها صنّع تو را در هر لحظه در فکر و عملم به کار گیرم].

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵

چون نداری خلاص، بی‌چون شو

تا ببینی جمال بی‌چون را

ای انسان، تو در ذهن به صورت هشیاری و امتداد خدا به تله افتاده‌ای و به دلیل انتخاب بد خود نمی‌توانی از این تله خلاص و از من ذهنی آزاد شوی. پس دخالت من ذهنی‌ات را برای خلاص شدن از این زندان صفر کن، بی‌چون و بی‌نشان شو یعنی فضا را باز و مرکز را عدم کن. بدین ترتیب می‌توانی جمال بی‌چون و روی زیبای خدا و زندگی را هر لحظه در خود ببینی.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸

چون به من زنده شود این مُرده‌تن

جان من باشد که رو آرد به من

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] هرگاه کسی که من ذهنی دارد، با فضاگشایی و مرکز عدم و بیداری از خواب همانیدگی‌ها به جنبش درآید، بی‌چون شود و به من زنده گردد، درواقع همان جان من، یعنی هشیاری خالص سرمایه‌گذاری شده در همانیدگی‌هاست که از آن‌ها آزاد شده و به سوی من، یعنی اصل خود، روی می‌آورد.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵

گمراهی‌های عشق بر دَرَد

صد هزاران طریق و قانون را

گمراهی‌های عشق که همان گم شدن از مسیر من‌ذهنی و گوش نکردن به خواسته‌های او با استفاده از خردمندی فضای گشوده‌شده و مرکز عدم است، هزاران طریق و قانون و الگوی جامد من‌ذهنی را که برای انسان تنگنا ایجاد کرده، پاره و بی‌اثر می‌کند.

نکته: علت اشاره به گمراهی این است که من‌ذهنی به ما می‌گوید: «سَبَبِ زندگی مرا ادامه بده و همیشه خواهنده یک چیزی باش و همانیدگی‌ها را اضافه کن تا موفق شوی. اگر به تو ندادند رنجش و درد ایجاد کن و خشمگین شو!» حال اگر ما هیچ‌کدام از این‌ها را انجام ندهیم، من‌ذهنی ما را گمراه و دیوانه می‌داند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۶۷

چینیان گفتند: ما نقاش‌تر

رومیان گفتند: ما را کَرّ و فَرّ

چینیان یا همان من‌های ذهنی که چیزها و تصاویر ذهنی را به مرکزشان آورده و با آن‌ها همانیده می‌شوند و برحسب آن‌ها نقش و الگو تولید می‌کنند، گفتند: «ما در نقاشی مهارت بیشتری داریم.» در نقطه مقابل، رومیان یا همان کسانی که با شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها و با فضاگشایی، آینه دلشان را پاک و صیقلی می‌کنند، گفتند: «ما شکوه و جلال زندگی را می‌خواهیم، یعنی می‌خواهیم به خداوند زنده شویم.»



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۷۸

آهنی کآینه غیبی بُدی

جمله صورت‌ها در او مُرسَل شدی

\*مُرسَل: فرستاده شده

مرکز انسان که اکنون همچون آهنی تیره و کدر مملو از همانیدگی‌هاست، قبل از ورود به این جهان آینه‌ خدایند بود و همه صورت‌های غیبی توسط خدا در آن فرستاده و نمایان می‌شد؛ چراکه انسان آگاهانه هرچه را خداوند برایش می‌فرستاد می‌پذیرفت و آن را منعکس می‌کرد.

نکته ۱: هرچه فضا گشوده‌تر می‌شود، زندگی ما موزون‌تر و ضرورت یا عدم ضرورت نیازهای روان‌شناختی ما بیشتر شناخته می‌شود.

نکته ۲: از مشخصات تنگنای ذهنی، فشارهایی است که برای رفع نیازهای مجازی روان‌شناختی مثل برخورداری از چیزهای مادی و برتر بودن از دیگران، به خود وارد می‌کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۷۹

تیره کردی، زنگ دادی در نهاد

این بُودَ یَسْعُونَ فِی الْأَرْضِ الْفَسَاد



ای انسان، تو آینه دلت را با زنگارِ همانیدگی‌ها تیره کردی، به طوری که این آینه که قبلاً محل دریافت برکات خداوند بود، اکنون آلوده گشته و محل دریافت همانیدگی‌ها و چیزهایی شده که ذهن نشان می‌دهد. این نوع زندگی کردن برحسبِ الگوهای جامد ذهنی در واقع بیانِ گرِ معنیِ آیه «در زمین به فساد می‌کوشند.» است.

قرآن کریم، سوره مائده (۵)، آیه ۳۳

«... وَ يَسْعَوْنَ فِي الْأَرْضِ فَسَادًا...»

«... و [کسانی که مرکزشان از جنس جسم است] در زمین به فساد می‌کوشند [و زندگی خود و دیگران را خراب می‌کنند]...»

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۸۰

تا کنون کردی چنین، اکنون مکن

تیره کردی آب را، افزون مکن

تو تاکنون با فکر و عمل برحسبِ الگوهای جامد برای خودت و دیگران مسائل و گرفتاری‌های زیادی درست کردی و دائماً آبی را که از طرف زندگی می‌آید گل‌آلود کردی و خوردی، حال وقت آن رسیده که این کار را ادامه نداده و آب زندگی را بیش از این تیره نکنی. [آگاه باش اگر درد ایجاد نکنی و به تلاش بیهوده ذهنت پایان دهی، خود زندگی را در این لحظه زندگی خواهی کرد.]



مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱

ز درم راه نباشد، ز سرِ بام و دریچه

سَتَرَ اللهُ عَلَيْنَا چه علالای تو دارم

\*سَتَرَ اللهُ عَلَيْنَا: خداوند بر ما پوشانید.

\*عالالا: بانگ و فریاد، هیاهو، سروصدا

خدایا، من از طریق درِ سبب‌سازی به‌سوی تو راه ندارم، اما می‌توانم از بام، دریچه و روزن فضای گشوده‌شده به تو راه پیدا کنم. تو زندگی گذشته و اشتباهات و خراب‌کاری قبلی ما را چنان پوشانده‌ای که انگار آن‌ها را بخشیده‌ای یا انگار اصلاً گناهی مرتکب نشده‌ایم. من از حیرت این بخشش و بزرگواری توست که هیاهوی تو را دارم و بانگ شادی و خرد تو را در جهان پخش کرده و راه یکی شدن با تو را پیدا می‌کنم.

نکته: ما مدام برای پاک کردن زنگار همانیدگی از آینهٔ دلمان، مانع‌سازی می‌کنیم. از جمله موانع ذهنی این است که با خود می‌اندیشیم چطور امکان دارد با کارهای بدی که در گذشته انجام داده و زندگی‌مان را خراب کرده‌ایم، خواندن ابیات مولانا به ما کمک کند و خدا گناهان ما را ببخشد؟

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۷

حَبَّذا دو چشمِ پایان‌بینِ راد

که نگه دارند تن را از فساد

\*حَبَّذا: خوشا





\*رأد: حكيم، فرزانه، جوانمرد

خوشا به حال دو چشم انسان خردمندی كه فضا را باز کرده و پایانِ راه و فضای بی‌نهایت وسیعِ درون را می‌بیند و این فضاگشایی و پایان‌بینی‌اش، تن او را از تباهی و ضررِ تنگنای من‌ذهنی حفظ می‌کند و اجازه نمی‌دهد چهار بُعد وجودی‌اش به نابودی کشیده شود.

نکته: وقتی در تنگنا هستیم و فضا را باز نمی‌کنیم، پایان را با سبب‌سازی ذهن به صورت یک من‌ذهنی بزرگ‌تر و رسیدن به «هرچه بیشتر بهتر» می‌بینیم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۶۰

گر همی خواهی سلامت از ضرر

چشم زاول بند و پایان را نگر

اگر می‌خواهی از ضرر و زیان من‌ذهنی در امان بمانی، حواست را جمع کن و بدان که در ابتدا به‌عنوان امتداد خدا وارد جهان همانیدگی‌ها شده‌ای؛ پس چشمت را بر این جهان ببند و به پایانِ راه که زنده شدن به خداوند و بی‌نهایتِ اوست بنگر.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲

حلقِ جان از فکرِ تن خالی شود

آنگهان روزیشِ اجالی شود



اگر حلقِ جانِ انسان به‌عنوان هشیاری و امتدادِ خدا، از فکرهای ذهنی که به مرکزش آورده رها شود و دلش از همانیدگی‌هایی مانند تأیید و توجه مردم خالی گردد، بند ناف بین انسان و جهان ذهن قطع شده و او از روزی غیبی، برکت الهی و غذای خداگونه که از طرف زندگی می‌رسد بهره‌مند می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳

شرطُ تبدیلِ مزاجِ آمد، بدان

کز مزاجِ بد بود مرگِ بدان

این نکته را بدان که شرط بهره بردن از برکات الهی مانند عقل، امنیت، هدایت، قدرت و شادی بی‌سبب، تبدیل مزاج است و آن هم وابسته به این است که مرکز انسان از جنس عدم شود. در نقطهٔ مقابل، مزاج بد به معنای خوشی ناشی از همانیدگی‌ها و حرص زیاد کردن آنهاست و سبب مرگ من‌های ذهنی در جهان ذهن خواهد شد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴

چون مزاجِ آدمی گلِ خوار شد

زرد و بدرنگ و سقیم و خوار شد

\*سقیم: نادرست، مریض، بیمار

وقتی انسان بخواهد مدام از این جهان، غذای همانیدگی‌ها را بخورد و به خوردن گلِ چیزهای این جهانی عادت کند، در این صورت چهره‌اش زرد و بدرنگ شده و بیمار و زار و پست خواهد شد و رنگ و بوی رنج، درد، خشم و رنجش پیدا می‌کند.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۵

چون مزاجِ زشتِ او تبدیل یافت

رفت زشتی از رُخس، چون شمع تافت

وقتی مزاجِ زشت انسانی که میل به غذای بیرون و چیزهای این جهانی دارد با فضاگشایی او و نیاوردن چیزها به مرکزش، تبدیل شود، در این صورت زشتی از رُخس می‌رود و مرکز عدمش دائماً مانند شمع در بیرون می‌تابد و انعکاس این مرکز تابان بر جسم، فکر، هیجان‌ها، کیفیت هشیاری و میزان زنده شدن او به زندگی اثر می‌گذارد.

نکته: بدترین چیزها همانیدن با یک انسان دیگر است، چون آن انسان تغییر می‌کند و تغییرش سبب درد می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶

دایه‌ای کو طفلِ شیرآموز را

تا به نعمت خوش کند پدَفوز را؟

\*پدَفوز: نوزاد و کودک شیرخواره

دایه حقیقی روح و روان یعنی خدا یا بزرگی مانند مولانا کجاست که انسان را از شیرِ جهان ذهن باز کند و کامش را با برکات ایزدی شیرین گرداند و او را به نعمت‌های زندگی عادت دهد؟

نکته: باید ابیات مولانا را آن قدر تکرار کنیم که حفظ شویم، به گونه‌ای که در موقعیت‌های همانیده شدن با آدم‌ها و چیزها، هدر رفتن نیروی زندگی و واکنش‌های من‌ذهنی مثل خشم، بیت‌های مربوط به آن موقعیت به خاطرمان برسد و به کمک ما بشتابد.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷

گر ببندد راهِ آن پستان بر او

برگشاید راهِ صد بُستان بر او

اگر آن دایه راهِ پستان را ببندد و به نوزاد اجازه ندهد تا از شیرِ آن پستان تغذیه کند، در عوض، راهِ صد نوع غذا را که مثل باغ و بوستان است برای او می‌گشاید. [درست مانند مولانا که راه شیر دنیا را تدریجاً برای ما می‌بندد و راه برکات ایزدی را باز می‌کند.]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۸

زآنکه پستان شد حجابِ آن ضعیف

از هزاران نعمت و خوان و رغیف

\*رغیف: گرده نان، قرص نان

زیرا خوردن شیرِ پستان، طفلِ شیرخوار را از خوردن هزاران نعمت و غذا و نان محروم کرده‌است، چراکه نمی‌تواند آن‌ها را ببیند.

[منظور از ضعیف در این بیت انسانی است که هنوز میل دارد از دنیای بیرون غذا بخورد. چنین انسانی می‌تواند هر سنی داشته باشد. او با غذا خوردن از بیرون سبب محرومیت از همه نعمت‌هایی می‌شود که از طرف زندگی می‌رسد.]



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۹

پس حیاتِ ماست موقوفِ فِطام

اندک اندک جهد کن تَمَّ الکلام

\*فِطام: از شیر بریدن

\*تَمَّ الکلام: سخن به پایان رسید.

بنابراین زنده شدن ما به زندگی، موقوفِ باز شدنِ تدریجی ما از غذای دنیا و همانیدگی هاست. تو نیز ای انسان، در راه پرهیز از غذای این جهانی جهد کن و بکوش. این سخنِ آخر و پایانِ کلام است.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹۰

جَوَجَوی، چون جمع گردی زاشتباه

پس توان زد بر تو سِکَّهٔ پادشاه

\*جَوَجَو: یک جو یک جو و ذره ذره

اگر ذره ذره و به تدریج فضا را بگشایی، همانیدگی هایت را بیندازی، به صورتِ حضورِ ناظرِ حواست روی خودت باشد و از اشتباهِ گذاشتن چیزهای ذهنی در مرکزت برگردی و از جمع تقلید نکنی، در این صورت تماماً از جنس خدا می شوی و می توان سکه و مَهرِ خدا را که علامت زنده شدن به زندگی است، بر تو زد.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰

چون جنین بود آدمی، بُد خون غذا

از نجسِ پاکی برَد مؤمن، کذا

\*کذا: چنین، چنین است

تا وقتی انسان به صورت جنین در شکم مادر بود، در آن جای تنگ از خون تغذیه می کرد، اما پس از تولد، غذای او از خونِ نجس تبدیل به شیر پاک شد. [درست مانند انسانی که در تنگنای ذهن قرار دارد و از غذای ناپاکِ من‌ذهنی می خورد، اما با تبدیلِ مزاجش در اثر فضاگشایی و نیاوردن ذهن به مرکز، آن ناپاکی را رها کرده و با مرکز عدم، از نعمت پاک زندگی استفاده می کند.]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۱

از فِطامِ خون، غذایش شیر شد

وز فِطامِ شیر، لقمه گیر شد

\*فِطام: از شیر بریدن

وقتی جنین از فضا و غذای پُر خونِ رَحِم باز گرفته شده و بند نافش بریده شود، غذایش مبدل به شیر می گردد. هنگامی هم که از شیر گرفته شود، لقمه جامد و سایر غذاها را می خورد.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۲

وز فِطامِ لقمه، لقمانی شود

طالبِ اشکارِ پنهانی شود

\*فِطام: از شیر بریدن

وقتی انسان از لقمه‌های این جهانی بازگرفته شود، به لقمان حکیم که نماد انسان به حضور رسیده است تبدیل می‌گردد. در این صورت طالبِ شکارِ پنهانیِ برکات الهی خواهد شد، یعنی به جای این که از همانیدگی با چیزها خوشی بگیرد، با خود زندگی همانیده شده و مبدل به هشیاری ناظر می‌گردد که مملو از شادی بی‌سبب است.

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