

برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید



پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد و یازدهم





خانم نسرین از گلستان



با سلام و سپاس فراوان

موضوع پیغام: استدراج یا مرگ تدریجی

وقتی به گذشته خود نگاه می‌کنم، نه که در آن توقف کنم، بلکه برای آموختن، می‌بینم چقدر در بچگی شاداب، سرزنده و بی‌خیال و پر از انرژی و سلامتی بودم. کم‌کم وقتی زمان پیش رفت و بزرگ‌تر شدم و خود را در قالب یک معلم و سپس یک مادر دیدم، اندوه، درد و دل‌نگرانی‌هایی به سراغم آمد.

همیشه با خود می‌گفتم: کاش کودک بودم. اما حیف که نمی‌شد مثل یک کودک رفتار کرد، زیرا جامعه به ما آموخته بود که وقتی سن تقویم‌ات بالا می‌رود، باید خودت را بگیری، باید اخم کنی، باید بزرگانه رفتار کنی. اما تمام این رفتارها و همانیدگی‌ها به‌مرور و کم‌کم و ذره‌ذره در وجودم جایگزین شد. آن‌چنان که سال‌ها نفهمیدم که آن‌چه را که می‌بافم و آن‌چه را که می‌دوزم تماماً توهمی بیش نیست.

در طول سالیان عمرم، کم کم آن نشاط و سرزندگی را از دست دادم. کم کم دچار استرس و ناراحتی شدم. کم کم و ذره ذره وجودم دچار درد شد. کم کم و ذره ذره به درد و اندوه عادت کردم، زیرا زیرا به من گفتند و می دیدم در دنیایی که زندگی می کنم، همه انسان ها دچار دردند. چه بسا دردهایی بدتر از من، پس خود را یعنی من ذهنی ام، یعنی دشمن درونم، مرا دلداری می داد و می گفت تو که خیلی خوبی، فلانی را ببین؛ ببین چقدر درد دارد، چگونه دردهایش را تحمل می کند.

پس راضی باش، تازه شاکر باش از این دردها، خیلی جالب بود، این من ذهنی ام صبر و شکر را هم به من می آموخت، اما از راه مقایسه، از راه حسادت، حسادتی که به دردهای بیش تری ختم شد، اما همه این ها کم کم و به تدریج اتفاق افتاد. چنان مودیان و زیرکانه که مدام اطرافیانم را مقصر تمام بلاها می دانستم و در آخر کم کم دست به ملامت خودم زدم و این جا بود که من ذهنی ام، دشمن درونم ساز و تنبک به دست گرفته و می رقصید، اما مگر زندگی امتداد خود را فراموش می کند؟ هرگز!

آمده‌ام که تا به خود گوش‌کشان‌کشانت
بی دل و بی خودت کنم، در دل و جان نشانت

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۲

شاد از وی شو، مشو از غیر وی
او بهار است و دگرها ماه دی

هرچه غیر اوست، استدراجِ توست
گرچه تخت و ملکِ توست و تاجِ توست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۸-۵۰۴
—ملک: پادشاهی

«وَمِمَّنْ خَلَقْنَا أُمَّةٌ يَهْدُونَ بِالْحَقِّ وَبِهِ يَعْدِلُونَ»

«از آفریدگان ما گروهی هستند که به حق راه می‌نمایند و به عدالت رفتار می‌کنند.»

قرآن کریم، سوره اعراف ۷، آیه ۱۸۱

«وَالَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا سَنَسْتَدْرِجُهُم مِّنْ حَيْثُ لَا يَعْلَمُونَ»

«و آنان را که آیات ما را دروغ انگاشتند، از راهی که خود نمی‌دانند به تدریج خوارشان می‌سازیم.»

قرآن کریم، سوره اعراف ۷، آیه ۱۸۲

از آقای شهبازی آموختم، از مولانا آموختم که باید فضا را باز کنم، باید صبر واقعی داشته باشم، باید تسلیم باشم هرچه را غیر خداست بشناسم و به حاشیه برانم، به مرکز چیزی راه ندهم، هر لحظه مرکز را عدم کنم، زیرا هرچه غیر خداست به تدریج و کم کم و به مرور مرکز را تسخیر می کند.

پس به صورت هشیاری ناظر بر افکارم باشم. هر لحظه تسلیم باشم. اگر درد لحظه لحظه سراغم می آید، از درد بیاموزم که من نیز باید لحظه لحظه آگاهانه به دردهایم نگاه کنم. نورافکن را روی خودم قرار دهم. هشیاری ام را حفظ کنم و نگذارم دردها و هیجانات هشیاری ام را تسخیر کنند. لحظه به لحظه حضور ناظر باشم و بگویم آن چه ذهنم نشان می دهد مهم نیست، بلکه توهمی بیش نیست.

این یعنی صبر تا از راهی که نمی دانم، به تدریج خوار نشوم و به منظور آمدنم به جهان که وحدت با خدا و عشق هست نائل شوم و از مرگ تدریجی در ذهن یعنی استدراج رهایی یابم، وقتی دردها به تدریج هشیاری ام را دزدیدند، پس به تدریج نیز باید هشیاری به تله افتاده ام آزاد گردد و این مهم با صبر و تسلیم و خاموشی امکان دارد. ان شاء الله.

صبر و خاموشی جذوب رحمت است
وین نشان جستن نشانِ علّت است

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵
-جذوب: بسیار جذب کننده
-علّت: بیماری

جز تو گل، جز که تسلیم تمام
در غم و راحت همه مکر است و دام

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸

با سپاس فراوان
نسرین از گلستان



خانم مهردادخت از چالوس



به نام خدا و سلام بر همه شما عاشقان زندگی.

برداشتیم از غزل ۵۰، دیوان شمس

ای بگرفته از وفا گوشه، گران چرا؟ چرا؟
بر من خسته کرده‌ای، روی گران چرا؟ چرا؟

مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰

گوشه گرفتن: جدا شدن، فاصله گرفتن
گران: کرانه، ساحل، کناره
خسته: زخمی، آزرده

روی گران کردن: سرسنگین شدن، بی‌اعتنایی کردن

در این بیت غزل ما نالان هستیم که چرا خداوند از ما گران گرفته و از این دلی که زخمی شده و به درد افتاده رویش را برگردانده است؟! مولانای عزیز تأکید می کند که بر این چراها بیش تر تأمل کنیم تا بتوانیم علت این جدایی و دردها را متوجه شویم. از خودم پرسیدم که آیا واقعاً به الست وفادار هستیم و هر لحظه بله می گویم؟ آیا چیزهایی که ذهنم نشان می دهد برایم مهم تر از فضای گشوده شده و خداوند است؟ آیا از جهان ارزش و اعتبار قرض می کنم؟ آیا از چیزهای آفل این جهان زندگی می خواهیم؟

آیا بحث و جدل می کنم و می گویم خدایا تو مقصری؟ آیا بی مرادی ها و نقص ها مرا منقبض و ناراحت می کند و بعد شکایت و ملامت می کنم؟ آیا فعل خودم را نهان می کنم و از جنس دیو دنی می شوم و به اشتباهاتم اقرار نمی کنم؟ آیا زیر بار مسئولیت خطاهایم می روم؟ با پاسخ به این سوالات به خودم دیدم واقعاً این من هستیم که نسبت به خداوند بی وفا هستیم و با تعهد نداشتن در فضاگشایی پی درپی جنسم را عوض کرده و از جنس من ذهنی شدم. علت این جدایی همه در درون خودم هست.

چونکه در عهد خدا کردی وفا
از گرم عهدهت نگه دارد خدا

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۸۱

بی وفایی چون سگان را عار بود
بی وفایی چون روا داری نمود؟

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۲۲

با دوست وفا کن، که وفا وامِ الست است
ترسم که بمیری و در این وامِ بمانی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۴۰

پس با چه جسارتی می‌توانم به خداوند بگویم که این دل جایگاه دوست و کارگاه وفای توست، چرا به من زخم
سنان می‌زنی؟ اگر من زخمی در زندگی‌ام می‌بینم، پس حتماً عیبی دارم، همانیدگی در مرکزم گذاشتم و دیگر
مرکزم مثل قبل از ورود به این جهان از جنس عدم نیست.

بر دل من که جای توست، کارگه وفای توست
هر نفسی همی زنی زخمِ سنان چرا؟ چرا؟

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰
هر نفسی: در هر لحظه
سنان: نیزه، سرنیزه

اما از آن جایی که خداوند آن فضای لایتناهی است و می داند که ردّوا لَعادوا کردن کار بشر است، رحمتش را همیشه به ما جاری می کند، به شرط این که ما اقرار کنیم که عیب داریم و در مقابل بی مرادی ها هم پذیرش داشته باشیم و فضاگشا باشیم.

آن وقت ما را درون کارگاه خود می‌کند و روی ما کار می‌کند تا پخته شویم.

بنابراین این زخم‌های خود را با قرص‌ها و مواد الکلی و اعتیادآور، بیهوده التیام نبخشیم که چنین درمانی موقتی است و این گیاه خروب که در خود پروراندیم اگر از بیخش نگیریم، دوباره سر می‌زند و بیش‌تر خراب‌کاری می‌کند.

مسجد است آن دل که جسمش ساجد است
یارِ بدِ خروبِ هر جا مسجد است

خروب: گیاه خرنوب که بوته‌ای بیابانی و مرتفع و خاردار است و در هر بنایی بروید آن را ویران می‌کند

یارِ بد چون رُست در تو مهر او
هین از او بگریز و کم کن گفت و گو

برگن از بیخش، که گر سر برزند
مر تو را و مسجدت را برگند

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۳۸۳-۱۳۸۵

در بیت سوم غزل مولانای جان از ما می خواهد بیندیشم که چرا مرکزی که می تواند از جنس گوهر باشد را از جنس خرّوب کرده ایم و قوه تشخیص و گوهرشناسی خود را از دست داده و دل خود را بر هر سنگ ناقابلی می زنیم؟ جان و جهان ما این مرکز از جنس گوهر هست، اگر آن را از دست بدهیم، آیا جان و جهانی خواهیم داشت؟ مسلماً نه.

گوهرِ نو به گوهری، بُرد سَبَقِ ز مشتری
جان و جهان، همی بَری، جان و جهان چرا؟ چرا؟

مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰

گوهرِ نو: جواهر تازه و شاداب
به گوهری: از نظر اصالت و نفیس بودن
سَبَقِ بردن: پیشی گرفتن
مشتری: سیاره مشتری، خریدار

جان و جهان: وصفی عاشقانه است، یعنی حضرتِ معشوق، همه چیز بنده عاشق است

گوهر خود را مزن بر هر سنگ ناقابلی
صبر کن پیدا شود گوهرشناس قابلی

صائب تبریزی، غزلیات، غزل ۲۶۶۰

مزن بر سنگ پیش سخت‌رویان گوهر خود را
به هر آینه تاریک منما جوهر خود را

مولوی، دیوان شمس. غزل ۳۵۹

بعد با این که خاصیت گوهرشناسی و گوهری بودن خود را از دست دادیم می‌گوییم تو چشمه آب زندگانی
جاودانه و بی‌نهایت فراوانی هستی و از همه آب حیاتی که ذهن نشان می‌دهد برتری، پس چرا ما خشک‌لب
مانده‌ایم؟

اگر خوب بیندیشیم می‌بینیم که این خشک‌لیبی ما حاکی از این است که از چشمه جوشان زندگی خود را بی‌بهره کرده‌ایم، چون از چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد، یعنی آب حیات این جهان را می‌نوشیم و مشغول دردسازی، مسئله و مانع‌سازی شده‌ایم. پندار کمال و ناموس ما را دچار درد کرده‌است.

چشمه خضر و کوثری، ز آب حیات خوش‌تری
ز آتش هجر تو منم خشک‌دهان چرا؟ چرا؟

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰

چشمه خضر: چشمه آب زندگانی جاودان
کوثر: خیر فراوان، جلوه خداوند، بی‌نهایت فراوانی خداوند

چقدر این بیت برایم زیبا بود که مهر و مهر خدا نشانی ندارد و مهر خدا نهانی است. پس چرا ما کارهای خدا را توصیف می‌کنیم و با هشیاری جسمی و سبب‌سازی‌هایش فکر می‌کنیم که خداوند به این دلایل ما را دوست دارد و به ما محبت می‌کند؟

در این بیت آموختم که ما متوجه نشان خداوند از عدم کردن مرکز با فضاگشایی می‌شویم و حتی وقتی یک حالت معنوی در اثر فضاگشایی و یک لحظه وصل شدن به خدا و گرفتن پیامش به ما دست می‌دهد را هم نباید به نشان درآوریم و در مورد آن صحبت کنیم، یعنی در مقابل این کار ذهنی هم باید فضا را گشود و ذهن را بی‌کار کرد.

مهرِ تو جان، نهان بود، مهرِ تو بی نشان بود
در دل من ز بهر تو، نقش و نشان چرا؟ چرا؟

مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰

حال که فهمیدیم بی فا هستیم و گوهرشناس ماهری نیستیم و از آب حیات این جهان تغذیه می کنیم، آیا واقعاً می توانیم طمع دیدن این جان جان را که خداست با این هشیاری جسمی داشته باشیم؟ یا باید اول به چنین جانی تبدیل شویم و خود را از نقش ها و صورت هایی که برای خود ساختیم خارج کنیم؟

گفت که جانِ جانِ منم، دیدنِ جانِ طمع مکن
ای بنموده رویِ تو صورتِ جان، چرا؟ چرا؟

مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰

در نهایت خداوند به ما می‌فرماید که ما آن نوری هستیم که از همه کائنات مستقل است و همه از این نور خجل هستند و به آن محتاجند. پس چرا ما برای بیان خود چیزی از جهان قرض می‌کنیم و از صورت‌های ذهنی‌ای که خود ساختیم حس هویت می‌گیریم؟ چرا در دویینی افتاده‌ایم و احوال شده‌ایم و به خدا زنده نمی‌شویم که با یک دل بینیم؟

ای تو به نورِ مستقل، وی ز تو اختران خجل
بس دودلی میانِ دل، زابرِ گمان چرا؟ چرا؟

مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰

با سپاس فراوان
مهردخت از چالوس



خانم دیبا از کرج



« اندک اندک با قانون مزرعه و رعایت قانون جبران به خدا زنده می‌شویم. »

هیچ چیز در طبیعت با شتاب من‌ذهنی و عقل جزوی بشر کار نمی‌کند، زیرا عبادتی بالاتر از صبر نیست؛ صبر کلید گشایش درهای بسته‌است.

هیچ تسبیحی ندارد آن درج
صبر کن، الصبر مفتاح الفرج

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۶

—درج: درجه
—الصبر مفتاح الفرج: صبر کلید رستگاری است

ما چون همانیدگی داریم شتاب من ذهنی را نمی بینیم، برای همین نفس یا گرگ درنده درونمان اندک اندک یوسفیتمان را می درد و جانمان را می ستاند.

اندک اندک درخت زندگی مان خشک شده و بی رمق می شویم. برای همین است که در سنین جوانی انسان ها سخته می کنند، سرطان می گیرند و دچار بیماری های سخت می شوند.

اندک اندک می ستاند آن جمال
اندک اندک خشک می گردد نهال

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۱۴

-جمال: زیبایی

ما در روز الست با جمال و فرّ ایزدی به دنیا آمدیم و به زندگی بلی گفتیم ولی کم کم با چیزها همانیده شدیم و
من ذهنی درست کردیم و نشناختن آفت همانیدگی‌ها، اندک اندک درخت هشیاری ما را خشک کرد و فرّ ایزدی را
از ما ستاند.

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

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

-می تند: از مصدر تنیدن، در این جا یعنی می گراید

او درونِ دامِ دامی می نهد
جانِ تو، نه این جهد نه آن جهد

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۶

در زمانه صاحب دَامی بُود
همچو ما احمق که صیدِ خود کند؟!

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷

دنیا با قانون مزرعه و قانون جبران کار می کند، نه با عقل و استدلال من ذهنی، هر چیزی در جهان اندک اندک حاصل می شود مثل اسپرمی که در رحم مادر اندک اندک تبدیل به انسان می شود، مثل گندم که بعد از یک سال می شود خوشه چینی کرد. طرح زندگی این است که اندک اندک با صبر و شکر و پرهیز، هشیاری جسمی را به هشیاری حضور تبدیل می کند ولی اگر قانون جبران را زیر پا بگذاریم و قدر نعمت‌ها را ندانیم مطمئناً در دام من ذهنی می افتیم و نمی توانیم از آن بجهیم.

اندک اندک آب را دزدد هوا
دین چنین دزدد هم احمق از شما

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۹۶

با رعایت قانون جبران اندک اندک هشیاری ما تربیت و تبدیل می شود. دین ما عشق ورزی با خدا و دیدن او می شود و دیگر در دام سبب سازی من های ذهنی احمق نمی افتیم تا آنها بر اثر قرین روی ما اثر بگذارند.

اندک اندک ز کوه سنگ کشند
نتوان کوه را کشان کردن

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۹۹

کوه من ذهنی هر چقدر هم سفت و محکم باشد اندک اندک با صبر و شکر و پرهیز متلاشی می شود. ما نمی توانیم
من ذهنی را نگه داریم و بخواهیم با سبب سازی و دلیل به خدا زنده شویم مگر این که سنگ های همانیدگی را
یکی یکی بیاندازیم و کوه من ذهنی را خاک کنیم.

اندک اندک آب بر آتش بزن
تا شود نارِ تو نور، ای بوالْحَزَن

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۳
-بوالْحَزَن: اندوهگین

ما در من ذهنی بوالحزن و افسرده و بی رمقیم و در آتشی می سوزیم که خودمان هیزم در آن می اندازیم. با
فضاگشایی اندک اندک آب بر آتش همانیدگی‌ها بریزیم تا مرکزمان عدم شده و آفتابی از درون ما طلوع کند که
هشیاری جسمی را به هشیاری حضور تبدیل کند.

با آرزوی صبر و شکر و پرهیز برای دوستان عشقی گنج حضور 🙏❤️
دیبا از کرج



آقای حسن از هرمزگان



عرض سلام خدمت آقای شهبازی و تمامی دست اندرکاران و بینندگان گنج حضور

مواردی قطعی که از داستان دلچک و سید ملک ترمذ از (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱) موضوع برنامه ۹۹۴ و ۹۹۵ گنج حضور برداشت کرده ام را در ادامه ذکر می کنم.

۱- هر لحظه از زندگی به تمامی انسان ها ندای بلند داده می شود، که به فضای یکتایی بیایید، تا از عطاهای بسیار زندگی برخوردار شوید.

زد مُنادی هر که اندر پنج روز
آردم ز آنجا خبر، بدهم گنوز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۲)
گنوز: گنجینه‌ها

أذْكُرُ وَاللَّهِ كَارِهُرِ أَوْ بَاشِ نَيْسْت
أَرْجِي بِرِ پَایِ هَرِ قَلَّاشِ نَيْسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۲)
قَلَّاشِ: بیکاره، ولگرد، مفلس

بِیِ حَسِّ وِ بِیِ گُوشِ وِ بِیِ فِکْرِتِ شَوید
تَا خِطَابِ أَرْجِیِ رَا بَشْنَوید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸)

أَرْجِیِ بَشْنُودِ نُورِ أفتابِ
سُویِ اصْلِ خُویِشِ بازِ آمدِ شتابِ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۶۲)

۲- تمامی انسان ها هر لحظه این پیغام زندگی را می شنوند. اگر اینطور نبود اینهمه قبض و بسط و درد درونی وجود نداشت و در بیرون اینهمه بی مرادی و چالش نداشتیم.

دلک اندر ده بُد و آن را شنید
برنشست و تا به ترمد می دويد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۳)

گفت: من در ده شنیدم آن که شاه
زد مُنادی بر سرِ هر شاه‌راه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت - ۲۵۴۱)

که کسی خواهیم که تازد در سه روز
تا سمرقند و، دهم او را کُنوز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۴۱-۲۵۴۲)

کُنوز: گنجینه‌ها

۳- ما یا این لحظه همانند پیامبران و مولانا و دیگر اولیا و عرفا در فضای یکتایی بوده و خدا یا زندگی را بصورت عینی و یقینی می بینیم و به آن گواه هستیم و این گواهی در فعل و قول ما مشاهده می شود؛ و یا دلک بوده و در صدی از دلک بودن را دارا هستیم. اگر این لحظه حریص هستیم، نگرانی و اضطراب داریم، غم و غصه داریم، در آینده و گذشته هستیم، احساس گناه داریم، احساس حقارت یا تکبر داریم، در توهم هستیم و ... ما دلک هستیم.

آن نفسی که باخودی یار چو خار آیدت
و آن نفسی که بیخودی یار چه کار آیدت

آن نفسی که باخودی بسته ابر غصه‌ای
و آن نفسی که بیخودی مه به کنار آیدت

- (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۳)

آن نفسی که باخودی همچو خزان فسرده‌ای
و آن نفسی که بیخودی دی چو بهار آیدت

جمله بی‌قراریت از طلب قرار تست
طالب بی‌قرار شو تا که قرار آیدت

جمله بی‌مرادیت از طلب مراد تست
ور نه همه مرادها همچو نثار آیدت

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۳)

۴-اگر ما دلک باشیم، حتما داریم به خودمان و دیگران آسیب میزنیم؛ اگر دلک باشیم عدل خداوند و قوانین کائنات ایجاب می کند که به درد بیفتیم و از درون و بیرون بی مراد شویم تا جوهره خود که فضا گشایی است بروز دهیم و به هدف اصلی زندگی خود که حضور در لحظه و فضای یکتاییست برسیم.

غمْد را بنمود و پنهان کرد تیغ
باید افشردن مر او را بی دریغ

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۶۲

غمْد: نیام و غلاف شمشیر
افشردن: فشار دادن، در این جا کتک زدن و تنبیه کردن

پسته را یا جوز را تا نشکنی
نی نماید دل، نه بدهد روغنی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۶۳)
جوز: گردو

می زنیدش چون دهل اشکم تهی
تا دهل وار او دهدمان آگهی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۷۳)

شَقِّ باید، ریش را مرهم کنی
چرک را در ریش مستحکم کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۰۵)
شَقِّ: شکافتن

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش
باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی شد قلاووزِ بهشت
حُقَّتِ الْجَنَّةُ سَنُو اِیْ خَوْشِ سِرْشَتْ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیش‌روِ لشکر

—حسن از هرمزگان



خانم شهناز از هلند



با سلام.

شوریدن در من ذهنی

چه عواملی من را از مرکز عدم بیرون می کند؟

۱- صورت سازی ذهنی

ذهن بدون ناظر هر لحظه در حال صورت سازی از خودش، افراد دیگر و رویدادها است. حتی صورتی از خدا و معنویت می سازد و بر مبنای این تصویر سازی بلند می شود. آگاه باشم که اصل من بی فرم و بی صورت است.

زین قدح‌های صُور، کم‌باش مست
تا نگردي بُت‌تراش و بت پُرس

از قدح‌های صُور بگذر، مایست
باده در جام است، لیک از جام نیست

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۰۷

۲- سؤال کردن در مسیر معنوی

سؤال کردن یکی از ترفندهای من‌ذهنی است که ما را در ذهن بیش‌تر نگه می‌دارد. زنده شدن به زندگی یعنی بیرون پریدن از ذهن همانیده. من‌ذهنی برای طرفه رفتن از کار بر روی خود، همیشه سؤال ذهنی دارد تا زنده شدن را موقوف به آینده کند.

چون نپرسی زودتر کشف شود
مرغ صبر از جمله پَران‌تر بود

ور پرسی دیرتر حاصل شود
سهل از بی‌صبریت مشکل شود

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۷

۳- تهدیدات من ذهنی خود و دیگران

من ذهنی وقتی می بیند دارد ضعیف می شود ما را می ترساند. پس بلند می گوییم که ما نمی خواهیم علیه اصل خودمان بشوریم. هیچ چیز ذهنی نیست که برود و ما ضرر بکنیم، پس به تهدیدهایی که من ذهنی در این راه جلو پای ما می گذارد اهمیت نمی دهیم تا زندگی بتواند جان ما را آزاد کند.

نَعْرَه لَاضِیْرٍ بَرِ گَرْدُونِ رَسِیْدِ
هَیْنِ بَیْرُ کِه جَانِ ز جَانِ کَنْدِنِ رَهَیْدِ

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹
-ضیر: ضرر، ضرر رساندن

۴- ناز کردن در برابر زندگی

عشوه‌های من‌ذهنی نشانه بی‌نیازی‌اش نسبت به خداوند است. حس حقارت، حس عدم شایستگی، کوچک دیدن خود، اصلاً هر جور من‌ذهنی خودش را می‌بیند، به عدم نیاز به خداوند منجر می‌شود. همین‌که ما راه نیاز را در پیش بگیریم من‌ذهنی می‌گوید من می‌دانم و مانع زنده شدن ما به زندگی می‌شود.

ناز کردن خوش‌تر آید از شکر
لیک کم خایش، که دارد صد خطر

-خایش: از مصدر خاییدن، یعنی جویدن

ایمن‌آبادست آن راه نیاز
ترک نازش گیر و، با آن ره بساز

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۴-۵۴۵

۵- گوش نکردن به پند اصلح

با سبب‌سازی ذهن، قضاوت کردن پیر باطل است. ما باید عقل خودمان را در برابر بزرگان و زندگی هر لحظه صفر کنیم. استفاده از خرد زندگی و مولانا چشم عدم ما را کم‌کم باز می‌کند. این کار با درد هشیاران همراه است، چون ابیات دیوسوز مولانا ایراداتمان را قطعاً نشان می‌دهند، پس به ما بر نمی‌خورد و با ذهنمان قضاوت نمی‌کنیم.

گر نخواهی هر دمی این خفت و خیز
کن ز خاک پایِ مردی چشم تیز

کُحلِ دیده ساز خاکِ پاش را
تا بیندازی سرِ اوباش را

— مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷۲-۳۳۷۳

۶- عادت‌های عارضی من‌ذهنی

لذت مصنوعی همه هیجان‌ات من‌ذهنی کاذب است. تأخیر در برآوردن نیازهای کاذب باعث می‌شود لذت ذوق انجام آن کار در ما به‌مرور کم‌رنگ و پس از مدتی، میل انجام خواسته من‌ذهنی در ما از بین برود.

و آنچه باشد طبع و خشم عارضی
می‌شتابد، تا نگردد مرتضی

-مرتضی: خشنود، راضی

ترسد ار آید رضا، خشمش رود
انتقام و ذوق آن، فایت شود

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۵
-فایت: از میان رفته، فوت‌شده

۷- تأخیر و معطل کردن در من ذهنی

حذر کردن از رفتن به سوی زندگی و تأمل در ذهن و ماندن در آن باعث شور و شر درونی و پریشان حالی می شود.

همین لحظه و همین این جا زمان زنده شدن به زندگی است. ذهن همانیده، رفتن به زمان مجازی آینده را برای زنده شدن به زندگی فقط می شناسد.

در حذر شوریدن شور و شر است
رو توکل کن، توکل بهتر است

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۰۹

-حذر: دوری کردن، پرهیز کردن. در این جا یعنی دوری کردن از زندگی

۸- تقلید از من‌های ذهنی

اگر پس از مدتی کار کردن روی خود یک مقدار انباشتگی حضور جمع کرده‌ایم، فضایی در درون ما باز شده ما دیگر از قرین‌ها تقلید نمی‌کنیم، نگذاریم من‌های ذهنی ما را از راه به‌در کنند. در کار رسیدن به زندگی، یعنی زاییده شدن از من‌ذهنی به فضای یکتایی تقلید به درد نمی‌خورد.

دید خود مگذار از دید خسان
که به مردارت گشند این کرکسان

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۸۹

وآن عصاکش که گزیدی، در سفر
خود بینی باشد از تو کورتر

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۹۱

خیلی ممنونم، خدانگهدار.

-با سپاس فراوان
-شهناز از هلند



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید