



پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد و هفتم





خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس ، موضوع برنامه ۹۸۸ گنج حضور، بخش اول

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴

رحمتی، بی علتی بی خدمتی

آید از دریا، مبارک ساعتی

رحمت، لطف و کمک از دریای زندگی می آید بدون هر علتی که با سبب سازی ذهن باشد و بدون آن که خدمتی کنیم، در ساعتی مبارک؛ یعنی آن موقعی که منبسط می شویم و مرکزمان عدم است.

نکته: آمدن رحمت ایزدی منوط به سبب سازی شما نیست که در ذهنتان بگویید من باید این کار یا آن کار را بکنم تا خداوند به من لطف کند. نه، سخاوتمندی خداوند بی نهایت است و دائماً می بخشد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۵

اللّٰه اللّٰه گردِ دریا بار گرد

گرچه باشند اهلِ دریا بار زرد

*دریا بار: کنار دریا، ساحل دریا

ای انسان، تو را به خدا، تو را به خدا، گرد عارفانی بگرد که چون مولانا مانند باران سیل آسا هستند و دریای زندگی را می بارند. گرچه روی چنین کسانی که نزدیک دریای خداوند هستند، مرتب او را می بینند، دائماً فضاگشایی می کنند و لحظه به لحظه تسلیم می شوند، زرد است؛ یعنی عاشق اند. اما این زردی روی عاشقان خوب است و پوستشان شفاف به زندگی ست.



نکته: اگر شما مرتب بیت‌های مولانا را بخوانید با این کار به خودتان خیلی لطف می‌کنید؛ زیرا اهل دریا بار می‌شوید. شما فهمیده‌اید که باید از صحرای ذهن بیرون بروید و نزدیک دریای خداوند زندگی کنید. یعنی همیشه مرکزتان عدم باشد، هشیاری ناظر و به زندگی وصل باشید، خدا را ببینید و از جنس او شوید.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۶

تا که آید لطفِ بخشایشگری

سرخ گردد رویِ زرد از گوهری

تا لطف بخشایشگر و لطف زندگی بیاید و روی زرد و مریض من‌ذهنی را سرخ و سالم کند. تا زندگی به تو عشق، خرد، آرامش، هدایت، قدرت و شادی بی‌سبب بدهد. [تا تو خود زندگی را حس کنی، موشِ ذهن زندگی تو را ندزد و مسئله‌ها زندگی‌ات را تلف نکنند.]

نکته ۱: مردم مرتب مسئله ایجاد می‌کنند و ایجاد مسئله نه تنها خود فرد را به گرفتاری می‌اندازد، بلکه در خانواده هم اغتشاش ایجاد می‌کند. فرزندی که بیراهه می‌رود و پدر و مادر را ناراحت می‌کند بقیه اعضای خانواده را هم نگران می‌کند.

نکته ۲: کسی که من‌ذهنی دارد، این مسئولیت را به عهده نمی‌گیرد که چهار بُعدش را حفظ و مراقبت کند، با تکرار ابیات ورزش ذهنی ندارد و جسم و هیجان‌اتش را ورزش نمی‌دهد. شما باید خشم‌تان را بسنجید و آن را تبدیل به عشق کنید، کینه را تبدیل به دوست داشتن کنید و رنجش‌هایتان را ببخشید، این‌ها همه ورزش هستند.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۴

سوی دریا عزم کن زین آبگیر

بحر جو و ترک این گرداب گیر



ای انسان، از این آبگیر ذهن به سوی دریای زندگی برو و این جا نمان و از این گردابِ ذهن، فکرها و هیجانات تکراری، به سوی دریای یکتایی برو.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۳۴

به مبارکی و شادی بستان ز عشق جامی

که ندا کند شرابش که کجاست تلخ کامی؟

ای انسان، به مبارکی و شادی وقتی نزدیک دریای زندگی رفتی و برای اولین بار مرکزت عدم شد، از عشق و از این که با خداوند یکی شدی جام شراب بگیر. شراب شادی بی سبب و خرد زندگی که در تمام ذرات وجودت به ارتعاش درآمد و باید آن را جشن بگیری. این شراب با صدای بلند می گوید من ذهنی تلخ کام کجاست؟ یعنی تلخ کامی من ذهنی دیگر از بین رفته، زیرا من ذهنی از آن رو تلخ کام است که بی مراد می شود.

نکته: بی مرادی ها پیغام های زندگی هستند. اگر شما تلخ کام هستید، از خود بپرسید چرا من تلخ کام هستم؟ خواهید دید دلیل این تلخ کامی یک چیز ذهنی است. این از طرف خدا نیست، از فکر و عمل خودتان است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۳

به مبارکی و شادی چو نگار من درآید

بنشین نظاره می کن، تو عجایب خدا را

[مولانا می گوید:] وقتی فضا را باز می کنم، کنار دریای خداوند زندگی می کنم و دریای او را می بینم، چقدر مبارک و شادی آور است. وقتی خداوند به مرکزت آمد بنشین و عجایب او را نظاره کن. بین چه تغییراتی در چهار بُعد تو به وجود می آورد و فکر و عمل تو که خرد زندگی به آن می ریزد، چگونه در بیرون کار می کند.



نکته: اگر ما تمام مردم را یک هشیاری ببینیم و خودمان را به عنوان زندگی در مردم ببینیم، این عشق است، این مبارک است، این شادی آور است، آیا واقعاً دیگر در زندگی مان مسئله ایجاد می شود؟ خیر، در این حالت خرد کل، اداره امور ما را به عهده می گیرد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲

بت من ز در درآمد، به مبارکی و شادی

به مراد دل رسیدم، به جهان بی مرادی

[مولانا از زبان انسان می گوید: وقتی پهلوی دریای زندگی رفتیم، «بت من» که خداوندست از در درآمد و این مبارک و شادی آور است. من به «مراد دل» خود رسیدم، از من ذهنی بیرون پریدم، به بی نهایت و ابدیت خداوند زنده شدم و فهمیدم که این جهان جهان بی مرادی است. [یعنی شما از هر چیزی که ذهنتان نشان می دهد مراد بخواهید به شما مراد نخواهد داد. دلیل روشن آن این است که بفهمید باید از آن چیز دست بردارید و آن را به مرکزتان نیاورید.]

نکته: شما تجربه کرده اید که اگر آدم ها و چیزها را به مرکزتان بیاورید، به شما درد می دهند. مثلاً اگر قبلاً فردی را به مرکزتان آوردید، بالاخره رابطه شما به هم ریخت و شما با درد زیاد از او جدا شدید. ولی وقتی از طریق عشق، دیدن یک زندگی در خود و دیگران وارد رابطه ای شدید، این روش کار می کند. یکی از عجایب خدا این است که یک دفعه رابطه زن و شوهر که دائماً در کشمکش قدرت، کنترل و ستیزه بودند تبدیل به عشق می شود. آن ها همدیگر را دوست دارند، از دیدن هم خوشحال می شوند و دیگر از هم نمی گریزند و می خواهند هر چه بیشتر همدیگر را ببینند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۶۲

برکنم من میخ این منحوس دام

از پی کامی نباشم تلخ کام



من میخ این دامِ نحسِ ذهن و هم‌هویت‌شدگی‌ها را بر می‌کنم و دیگر به چیزهایی که ذهنم نشان می‌دهد توجه نمی‌کنم و بدین ترتیب به خاطر رسیدن به یک همانیدگی و کامی که ذهن نشان می‌دهد تلخ‌کام و بدبخت نمی‌شوم و آن چیزها را به مرکز نمی‌آورم. [من ذهنی یک دامِ منحوس است، چراکه انعکاس مرکز همانیده سبب می‌شود همیشه اتفاقات بد در چهار بُعد و در زندگی بیرونی انسان بیفتد.]

نکته: شما از هر چیزی بخواهی مراد بگیری بی‌مراد می‌شوی، برای این که زندگی می‌گوید باید از من مراد بگیری، تو نمی‌توانی از جسم‌ها مراد بگیری. شما باید با خواندن این ابیات خودتان را متقاعد کنید که میخ این دامِ منحوس من ذهنی را بکنید و از صحرای سوزان ذهن حرکت کنید به سوی دریای یکتایی بروید.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۶۴

بِسْکَلِ اَیْنِ حَبْلِی کِه حَرَصِ اسْتِ وَ حَسَدِ

یاد کن فی جیدها حَبْلُ مَسَدِ

*بِسْکَلِ: بُگَسَلِ، پاره کن

*حَبْلِ: ریسمان

این ریسمانی را که از حرص و حسدِ من‌ذهنی ساخته شده است و تو را به هرچه بیشتر بهتر، زیاد کردن همانیدگی‌ها، زندگی خواستن از آن‌ها، مقایسه خود با من‌های ذهنی و حسادت می‌کشاند پاره کن و آیه «و بر گردن ریسمانی از لیف خرما دارد» را بارها بخوان. [انسان در ذهن خرما نمی‌خورد یعنی از شادی و برکات زندگی برخوردار نمی‌شود، بلکه از لیف یا آن تارهای درخت خرما ریسمانی به گردنش بسته شده و او را به سمت همانیدگی‌ها می‌کشاند و زندگی‌اش را تبدیل به درد می‌کند.]



نکته: ما باید با فضاگشایی از فضای ذهن حرکت کنیم به کنار دریای یکتایی برویم. این کار با سبب‌سازی ذهن و روش‌های ذهنی امکان‌پذیر نیست.

قرآن کریم، سوره لهب (۱۱۱)، آیه ۳-۵

«سَيَصْلَىٰ نَارًا ذَاتَ لَهَبٍ»

«زودا که به آتشی شعله‌ور درافتد.»

«وَأَمْرَأَتُهُ حَمَّالَةَ الْحَطَبِ»

«و زنش هیزم‌کش است.»

«فِي جِيدِهَا حَبْلٌ مِّن مَّسَدٍ»

«و بر گردن ریسمانی از لیف خرما دارد.»

[وقتی ما با چیزها همانیده می‌شویم، با آوردن چیزها به مرکزمان به‌زودی به درد می‌افتیم، هیزم‌کش آتش دردهای خود می‌شویم و دردهای مان را زیاد می‌کنیم. ما در ذهن خرما نمی‌خوریم، بلکه در پیچ و تاب تارهای من‌ذهنی مثل حرص و حسد، دردها و بقیه‌ خاصیت‌های من‌ذهنی، بسته شده و نمی‌توانیم تکان بخوریم و خود را به بدبختی می‌اندازیم.]

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۰

همچو مُسْتَسْقَى کز آبش سیر نیست

بر هر آنچه یافتی بِاللَّهِ مَایست

*مُسْتَسْقَى: آن‌که بیماری استسقا دارد و هرچه قدر آب می‌نوشد، تشنگی‌اش برطرف نمی‌گردد.



بنابراین ای انسان، تو نیز همچون تشنه‌ای باش که هرچه آب می‌نوشد سیراب نمی‌گردد، یعنی هرچقدر بیشتر فضاگشایی کنی و رحمت ایزدی را دریافت کنی از این کار سیر نشو. تو را به خدا، که در این راه به هر چیزی دست یافتی قانع نشو و فضاگشایی را ادامه بده.

نکته: ما ضمن این که روی فرم‌ها و در دنیا مؤثر هستیم، خلاقیت داریم، کار می‌کنیم ولی آگاهییم که نیروی عظیم خدا ما را اداره می‌کند. ما از یکی شدن با خدا و نگاه کردن به دریای یکتایی سیر نمی‌شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

بارگاه خداوند بی‌نهایت راه است و تو به صدر این کار نمی‌رسی. یعنی تو هرچقدر هم که بزرگ شوی باز به خداوند نمی‌رسی، باید فضا را همیشه و مرتب باز کنی. نگو رسیدم، جایی نیست که ما برسیم. صدر مجلس ما یا اندازه‌ی سینه‌ی گشوده‌شده‌ی ما، راه است.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۱۰

پس تو هم أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ گو

گر دلی داری، برو دلداری جو

*أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ: اول همسایه بعد خانه (مَثَل)

«پس تو نیز به حقیقت این ضرب‌المثل ایمان آور و آن را بخوان: «اول همسایه، بعد خانه.»»

بنابراین تو که از جنس هشیاری حضور هستی، بین که اکنون همسایه‌ات یک من‌ذهنی است یا خدا، مولانا و فضای گشوده‌شده؟»



نکته: شما از خود پیرسید این همسایه‌ام کیست؟ من الآن من ذهنی‌ام را می‌بینم یا نه در فضای گشوده‌شده خداوند را می‌بینم؟ شما نباید تقلید کنید، تنها کار ما فضاگشایی است که اسمش ذکر خدا است، برگشتن به سوی دریا و همان اصطلاح «ارجعی» است.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۲

أذْكُرُوا اللَّهَ كَرِّهِرِ أَوْبَاشِ نَيْسْتِ

اِرْجَعِي بِرِ پَایِ هِرِ قَلَّاشِ نَيْسْتِ

*قَلَّاشِ: بیکاره، ولگرد، مفلس

ذکر خدا و او را بسیار یاد کردن که نماد فضاگشایی و برگشت به سوی اوست کار هر من ذهنی نیست. و بازگشت از من ذهنی به سوی خدا که با اصطلاح «ارجعی» بیان می‌شود کار هر بی‌سروپایی نیست. [لحظه به لحظه خداوند با ایجاد اتفاقات و فرستادن پیغام می‌گوید که یک چیزی یاد بگیر و به سوی من برگرد. ما هم پندار کمال داریم، می‌گوییم که می‌دانیم و هیچ چیزی یاد نمی‌گیریم.]

نکته: درست است که در من ذهنی ما گفته‌های خودمان و دیگران را خیلی جدی می‌گیریم، ولی مولانا برای لفظ اعتباری قائل نیست. چون لفظ و عباراتی که به زبان گفته می‌شود، از تغییرات فشار هوای دهان ایجاد شده و هیچ ارزشی ندارد. این هشیاری جسمی روی باد سوار است. شما هم از لفظی که به وسیله مردم ادا می‌شود نه خشنود و نه خشمگین شوید. اگر شما از جنس زندگی باشید، حرف‌های مردم روی شما اثر ندارد.

قرآن کریم، سوره احزاب (۳۳)، آیه ۴۱

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا.»

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خدا را فراوان یاد کنید.»



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۳

لیک تو آیس مشو، هم پیل باش

ورنه پیلی، در پی تبدیل باش

*آیس: ناامید، مایوس

ولی تو ای انسان، ناامید نشو و از جنس زندگی باش یعنی لحظه به لحظه فضا را باز کن و از جنس فضای گشوده شده باش. اگر هم از جنس زندگی نیستی، سعی کن به او تبدیل شوی.

نکته: برای تبدیل شدن به خدا شما باید مرکزتان را عدم کرده و فضاگشایی کنید تا زندگی که هر لحظه در کار جدید است این تبدیل را انجام دهد. ما نباید اشتباه کنیم که در اثر سبب‌سازی، علت و معلول کردن ذهنی و با امتحان کردن خداوند می‌توانیم به او تبدیل شویم. ما باید بفهمیم که این سبب‌سازی‌های ذهنی، پشت سرهم قرار دادن کارها و حدس زدن نتیجه کار بعضی مواقع در انجام کارهای این جهانی جور درمی‌آید، ولی کلاً در ارتباط با «قضا و کُن فکان» و این که خداوند چه جوری کار می‌کند، چه تصمیمی می‌گیرد و الآن چه چیزی برای ما مناسب‌ترین است جور در نمی‌آید.

با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: حسام



منابع: برنامه ۹۸۸ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)

کتاب‌های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)

با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه‌های گنج حضور

پایان



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس ، موضوع برنامه ۹۸۸ گنج حضور، بخش دوم

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۸

همچو قومِ موسی اندر حرّ تیه

مانده‌ای بر جای، چل سال ای سفیه

*حرّ: گرما، حرارت

*تیه: بیابان شن‌زار و بی آب و علف، صحرای تیه بخشی از صحرای سینا است.

*سفیه: نادان، بی‌خرد

ای انسان نادان، تو مانند قوم موسی که چهل سال در گرمای صحرا ماندند و عاقبت هم نتوانستند راهشان را بیابند، در فضای ذهن و دردهای حاصل از همانیدگی‌ها مانده‌ای و در ذهنت زندانی هستی.

نکته: ما با سبب‌سازی و الگوهای ذهنی نمی‌توانیم از ذهن خارج شویم بلکه ما تنها با فضاگشایی و آوردن زندگی به مرکزمان می‌توانیم به فضای یکتایی برویم. ما باید دائماً عملکرد خودمان را نظارت کنیم که آیا من فضا را باز می‌کنم یا می‌بندم؟ منقبض می‌شوم یا منبسط می‌شوم؟ ما باید این‌ها را عملاً در خودمان تماشا کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۹

می‌روی هر روز تا شب هروله

خویش می‌بینی در اول مرحله

*هروله: تند راه رفتن، حالتی بین راه رفتن و دویدن



هر روز از صبح تا شب با عجله پیش می‌روی و با سبب‌سازی ذهن تندتند فکر و عمل می‌کنی اما همین‌که به خودت می‌آیی، می‌بینی که سر جای اولت هستی و از من‌ذهنی‌ات چیزی کم نشده و تمام زندگی‌ات را تبدیل به درد، مانع، مسئله و دشمن کردی.

نکته: ما هم فرداً و هم جمعاً قطب می‌سازیم. با بی‌عقلی من‌ذهنی یک مسئله بزرگ جمعی ایجاد کرده و دو قطب مخالف ایجاد می‌کنیم. در هر قطب یک سری آدم قرار می‌گیرند و با هم می‌جنگند. این‌جا دیگر عشق و خرد نیست. اگر شما در زندگی فردی به خودتان نگاه کنید خواهید دید که یکسری دوست و یکسری دشمن دارید، مدام در حال ایجاد قطب و در جنگ و ستیز هستید. حتی این قطب قرار دادن به زندگی زناشویی هم می‌رسد. در خانواده زن و مرد مدام قطب همدیگر شده و با هم دعوا می‌کنند. بدین ترتیب من‌ذهنی دردساز و دردخواه مفت و مجانی درد درونش را تغذیه کرده و آن را زیاد می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۹۰

نگذری زین بُعد، سیصدساله تو

تا که داری عشقِ آن گوساله تو

تا زمانی که به گوساله من‌ذهنی عشق می‌ورزی، از آن دفاع می‌کنی، ادعای می‌دانم، پندار کمال و ناموس داری، چیزها به تو بر می‌خورند و از دیگران انتظار تأیید، توجه و قدرشناسی داری حتی اگر سیصد سال هم بگذرد نمی‌توانی از این ذهن آزاد شوی.

نکته: ما باید عشق این گوساله را که دائماً درد ایجاد می‌کند از مرکزمان بیرون کنیم و بگوییم من این من‌ذهنی و خواسته‌هایش نیستیم، من از همانیدگی‌ها زندگی نمی‌خواهم و اصلاً ذهن نمی‌تواند به من چیزی بدهد. اگر مردم به من لقب استادی، سروری، قهرمانی، پهلوانی، شاهی، بدهند این‌ها همه مزخرفات است و من به آن‌ها گوش نمی‌دهم.



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

علتی بتر ز پندارِ کمال

نیست اندر جانِ تو ای ذودلال

*ذودلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من ذهنی عشوه‌گر که هم خود و هم دیگران را فریب می‌دهی، زندگی را به درد تبدیل کرده و باعث می‌شوی دیگران فکر کنند من ذهنی هستم، در جان تو هیچ مرضی بدتر از «می‌دانم» و پندار کمال که خود را کامل تصور می‌کنی وجود ندارد.

نکته: ما به عنوان من ذهنی همدیگر را تشویق می‌کنیم که من ذهنی شویم و اگر از جنس زندگی باشیم مردم را تشویق می‌کنیم که از جنس زندگی شوند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰

کرده حق ناموس را صد من حدید

ای بسی بسته به بندِ ناپدید

*حدید: آهن

خداوند آبرو و حیثیت بدلی من ذهنی را که ناشی از پندار کمال است، همانند صدمن آهن کرده و به صورت زنجیری نامرئی بر دست‌وپای هشیاری انسان بسته است.

نکته ۱: ما به دلیل ناموس و پندار کمال لحظه‌به‌لحظه کمک خداوند را رد می‌کنیم، تسلیم نمی‌شویم، از اتفاقات چیزی یاد نمی‌گیریم و فقط ناله و شکایت می‌کنیم.



نکته ۲: «پندار کمال و می دانم» دائماً مسئله ایجاد می کند و جلوی مردم می گذارد. می گوید من مسئول نیستم و برای مسائلی که خودش ایجاد کرده، دیگران را ملامت می کند. ناموس یک بند ناپدید است که دست و پای ما را بسته و ایجاد درد همراه چنین بافتی است.

نکته ۳: هر کسی که من ذهنی دارد، درد هم دارد. دردهایی شبیه حسادت، تنگ نظری، عدم رواداشت، رنجش، خشم، کینه جویی و چیزهایی مثل اضطراب، ترس از آینده، احساس گناه، حس خبط و اشتباه، فراموش نکردن اشتباهات و اذیت کردن خود خاصیت‌های پندار کمال هستند. گاهی اوقات پندار کمال می نشیند و تظاهر می کند هیچ دردی ندارد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹

در تگِ جو هست سرگینِ ای فُتی

گرچه جو صافی نماید مر تو را

*فُتی: جوان، جوان مرد

ای انسان، زیر ظاهر آرام تو دردهای زیادی وجود دارد که با کوچک‌ترین اتفاق و کمترین حرف بالا می آیند، می رنجی و واکنش نشان می دهی.

نکته: باید توجه کنید که همه این دردها باید از بین بروند. اگر این دردها وجود داشته باشند، شما نمی توانید از ذهن به دریای یکتایی سفر کنید و خدا را ببینید. شما به خودتان نگاه کنید اگر درد دارید، باید دردهایتان را ببندازید. ما پُر از کینه و انتقام جویی هستیم. یک ذره کینه در شما یعنی ندیدن خداوند، یعنی بی ایمانی.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

حُکمِ حق گسترده بهر ما بساط

که بگوئید از طریق انبساط



*بساط: هر چیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره

خداوند برای ما خاصیت فضاگشایی و مرکز عدم را قرار داده و به ما حکم کرده‌است که هر لحظه در اطراف وضعیت‌ها و چالش‌های زندگی از طریق انبساط و فضاگشایی سخن بگوییم و عمل نماییم.

نکته: هر دفعه که چیزی به شما برمی‌خورد شما دارید منقبض می‌شوید. در این حالت پیغام انقباض را بگیرید، بفهمید که دارید اشتباه می‌کنید، باید هشیار باشید و اشکال خود را بفهمید. شما نباید خودتان را در بست در اختیار من‌ذهنی بگذارید و اجازه دهید که هر کاری می‌خواهد بکند و عصبانیت را یک امر طبیعی بداند. شما قبل از این که عصبانی شوید، موقع عصبانیت یا حتی حین عصبانیت یا یک لحظه بعد از آن در خود ببینید که چه اشکالی دارید، اشکالتان را بفهمید و عذرخواهی کنید قبل از این که خرابکاری کنید چرا که هر موقع ما منقبض می‌شویم، یک ضرر به خودمان، به چهار بُعدمان، حتی به منافع مادی‌مان در بیرون می‌زنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰

چون ملایک گوی: لا عِلْمَ لَنَا

تا بگیرد دستِ تو عِلْمَتَنَا

ای انسان، فضا را بگشا و مانند فرشتگان بگو: نمی‌دانم تا این لحظه زندگی به تو خرد و دانش بدهد و دستت را بگیرد.

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۲

«قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ.»

«گفتند: منزهی تو. ما را جز آنچه خود به ما آموخته‌ای دانشی نیست. تویی دانای حکیم.»



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

دَمِ او جان دَهْدَتِ رُو ز نَفَخْتِ بَیْذِیر

کارِ او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل

*نَفَخْتِ: دمیدم

ای انسان، وقتی با فضاگشایی مرکزت را عدم می‌کنی، دَم یا خرد زنده‌کننده زندگی می‌آید و وارد وجودت شده و به تو جان می‌بخشد. این تغییر و تحول به وسیله ذهن قابل فهم نیست. برو این را از آیه «نَفَخْتِ»، «روح خود را در تو دمیدم» بپذیر، چراکه خداوند از طریق «کُنْ فکان» که می‌گوید: «بشو و می‌شود» عمل می‌کند و کار او موقوف عمل کردن برحسب همانیدگی‌ها، سبب‌سازی و حيله‌گری ذهنی نیست.

نکته ۱: عقل ما براساس قانون هرچه بیشتر بهتر است و ما آن را از جامعه یاد گرفته‌ایم که اگر زرنگ باشیم باید چیزهای همانیده را زیادتر کنیم این سبب‌سازی و حيله‌گری ما در ذهن است که با «قضا و کُنْ فکان» اصلاً جور در نمی‌آید.

نکته ۲: کسی که معتقد به «قضا و کُنْ فکان» در تئوری و در عمل باشد، وقتی بی‌مراد می‌شود فضا را باز می‌کند، ناله و شکایت نمی‌کند و دائماً می‌گردد که عیبش چیست. اما من ذهنی همیشه عیب دیگران را جست‌وجو می‌کند. ما لحظه‌به‌لحظه دنبال عیب خودمان هستیم و خداوند آن‌ها را به ما نشان می‌دهد.

نکته ۳: این تن ما مثل مسافرخانه است، هر لحظه یک پیغام می‌آید. اگر در خودمان حاضر باشیم پیغام را می‌گیریم و خودمان را درست می‌کنیم. شما باید لحظه‌به‌لحظه حواستان روی درست کردن خودتان باشد. اصلاً نگران تغییر فرزندان یا این و آن نباشید. شما خودتان را درست کنید، با درست کردن خودتان می‌بینید که دیگران هم عوض می‌شوند! عوض شدن دیگران مستلزم عوض شدن ماست.



مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷

چون ز بی صبری قرینِ غیر شد
در فراقش پُرغم و بی خیر شد

*بی خیر: بی بهره

انسان از روی بی صبری و نماندن در این لحظه به زمان مجازی افتاده و قرین من ذهنی می شود و دچار عجله و استرس می گردد. همین که آدمی با هر کس و هر چیزی غیر از خدا قرین شود از زندگی جدا می گردد و در فراق خداوند پر از غم و درد شده و به موجودی بی بهره و بی خیر تبدیل می گردد و هیچ اتفاق خوبی برایش نمی افتد.

نکته: وقتی من ذهنی یک چیزی را می خواهد و باید در آینده به آن برسد یک فاصله و شکافی بین خودش و آن چیز احساس می کند، می خواهد هر چه زودتر به آن برسد اما این با سبب سازی ذهنی امکان پذیر نیست چراکه هر چیزی تابع «قضا و کُن فکان» است بنابراین گاهی به دست آوردن و رسیدن به مقصود طول می کشد، انسان بی مراد شده و گاهی اصلاً به آن نمی رسد و دچار استرس زیادی می شود.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۸

صُحبتت چون هست زَرّ دَهْدَهی
پیش خاین چون امانت می نهی؟

*زَرّ دَهْدَهی: طلای ناب

ای انسان، چون صحبت و همنشینی با تو که از جنس خدا هستی مانند طلای خالص، ارزشمند و گران بهاست، چرا آن را پیش من ذهنی خائن خودت و دیگران به امانت می گذاری و عمر و زمانت را صرف آن ها می کنی؟ [یعنی می روی از



یک من ذهنی می‌پرسی که عمر و زندگی‌ات را چگونه صرف کنی و چگونه زندگی کنی. او هم می‌گوید آن را تبدیل به درد، مسئله و مانع کن. برای همین است که در زندگی‌ات این قدر مانع، گرفتاری و مسئله داری.]

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۹

خوی با او کن کامانت‌های تو

ایمن آید از اُفول و از عتُو

*عتُو: مخففِ عتُو به معنی تعدی و تجاوز

ای انسان، بگو که من از جنس الست هستم و به خدا تبدیل شو و با او خو کن تا امانت‌های تو که هشیاری خالص و زندگی توست، از تجاوز و تعدی، فرو شدن و از حیف و میل و زیر پا له شدن در امان بماند.

نکته: من ذهنی به زندگی ما تجاوز می‌کند، هر کار خیر و نیکی را مضایقه کرده و همه چیز را به درد تبدیل می‌نماید، علت این خرابکاری‌هایش هم این است که ما بفهمیم من ذهنی نیستیم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۲۰

خوی با او کن که خو را آفرید

خوی‌های انبیا را پرورید

با خداوندی خو کن که خُو را آفریده‌است. و بگذار خوی خوب را در تو جایگزین خوی بد کند. اوست که خوی‌های انبیا را پرورش داده‌است.



با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: حسام

منابع: برنامه ۹۸۸ 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