



**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت نهصد و سی و دوم





خانم اشرف از آلمان



با عرض سلام و احترام، به شما آقای شهبازی عزیز و همه دوستان

تازه و در این لحظه بمان:

تازه زندگی کردن، یعنی نو بودن و گذشته را آگاهانه در گذشته جا گذاشتن، بدون رجوع به ذهن و سبک و سنگین کردن و دنبالش نرفتن. با آهنگ لالا رقصیدن، الزاماً نه رقص مرسوم، بلکه در حرکت و پویایی بودن و توقف نکردن در ماجراها که هر آنچه در این لحظه نیست، تازه نیست، گذشته است و ماجراست.

به چراغانی اتفاقات توجه کنم، هر آنچه پیش آمد را به عنوان یک چراغ که می خواهد مرا در ادامه راهم راهنمایی کند، ببینم، بدون چشم سر من قلبی.

بی سر، روی پای هوشیاری بایستم و تازه بودن را با تسلیم و تمرکز روی مرکز عدم نگهداری کنم، که هیچ سببی مرا فریب ندهد. بگذارم که او که جستجوگر من است، در دسترسش باشم، با ماجراها مشغول نشوم که گم شوم و معشوق بیاید، برایم خلعت بیاورد و من در خانه نباشم.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی
تا به خانه او بیاید مر تو را

ور نه خلعت را برد او باز پس
که نیابیدم به خانه‌ش هیچ کس

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات شماره ۱۶۴۳ و ۱۶۴۴

خود اصلیم که در جذب من، کوشا است را دریابم و نه جهد فرعونی ماجراجو را.

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش
من همی کوشم پی تو، تو مکوش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۴۱۱

گوش بی گوشی در این دم برگشا
بهر راز یفعل الله ما یشا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۴۶۸۶

گفت پیغمبر که جنت از اله
گر همی خواهی، ز کس چیزی نخواه

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۳۳۳

از خدا غیر خدا را خواستن
ظن افزونیست و کلی کاستن

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۷۷۳

دم او جان دهدت رو ز نفخت پذیر
کار او کن فیکون است، نه موقوف علل

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

نیست کسبی از توکل خوب تر
چیست از تسلیم، خود محبوب تر؟

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۹۱۶

بی نیازی از جهان را که همانا کارگاه خدا شدن است را به مرحله اجرا بگذارم. انشالله.

چرا خود را در اختیار زندگی قرار ندهم؟ همه اعضا و افکار و احساسات را. فضاگشایی کنم تا او خودش را به من نشان دهد. چگونه نیاز خودم را به یک محتاج دیگر محول کنم و توقع داشته باشم؟ توقع باید صفر شود تا به او تبدیل شوم.

ما در فضای گشوده شده این لحظه، به او زنده می شویم. انشالله.

تا که زیرک باشی ای نیکو گمان
چون بینی واقعه بد ناگهان

دیگران گردند زرد از بیم آن
تو چو گل خندان، گه سود و زیان

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات شماره ۳۲۵۶ و ۳۲۵۷

هر چه از تو یاوه گردد از قضا
تو یقین دان که خریدت از بلا

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۳۲۶۰

با احترام، اشرف از آلمان



خانم زهرا از تهران



سلام و عرض ادب، آقای شهبازی عزیز و همراهان جان

تکرار ابیاتی که در برنامه ۹۲۰، هم‌هویت شدگی و پندار کمالم را به من نشان داد را، با دوستان به اشتراک می‌گذارم.

چو فرمودست حق کالصلح خیر
رها کن ماجرا را ای یگانه

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۳۴۶

با تکرار این بیت متوجه شدم که تمام چیزهایی که ذهن به من نشان می‌دهد و من خیلی جدی گرفتم و به آن چسبیده‌ام، تصاویر مربوط به ماهیت ساختگی ذهن است.

اگر این تصاویر را فقط نگاه کنم و قضاوت و مقاومت نداشته باشم، آنها به سادگی راه خودشان را می‌گیرند و می‌روند. هر تصویری که ذهنم نشان می‌دهد، در حقیقت بازی زندگی است که می‌خواهد زندگی به تله افتاده را در آن تصویر را، یعنی زنده بودن ما را از مرده بیرون بکشد. پس اگر نترسم و جدیش نگیرم، راحت می‌روند و می‌فهمم، فقط توهم را در خودم انباشته کردم و آنموقع انرژی آزاد شده به وجود اصلیم انتقال داده می‌شود.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه
صدر را بگذار، صدرِ توست راه

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۱۹۶۱

با تکرار این بیت اشک ریختم و استغفار کردم، بابت اینکه زندگی دارد جهالت و نادانی ذهن و صفات او را که جدی گرفته بودم و فکر می کردم که من ذهنی این ناموس بدلی هستم را نشانم داد.

متوجه شدم که رسیدن به زندگی و تبدیل و یکی شدن با زندگی، با انجام دادن ها نیست، با فکر نیست، با برتری طلبی و من می دانم نیست، با توقع و انتظار نیست، با موقعیت های اجتماعی، جایگاه خاص، نقش ها یا موقعیت های مکانی یا زبان یا باورهای اجتماعی و مذهبی یا فرهنگی و خانوادگی نیست، به پول نیست، رسیدن به مراد های معنوی نیست و مراد های مادی نیست.

درک کردم که زندگی و تبدیل شدن، فقط در مسیر است و هرچه جلوتر می‌روم، فقط با صبر و حزم و پذیرش اتفاق لحظه و شکر و پذیرش نامرادی‌ها که توسط قضا و کن فکان ایجاد می‌شود، من را تبدیل می‌کند و اینطور نیست که روی خودم کار کنم یعنی به جایی رسیدم و از زندگی متوقع شوم. نه فقط مسیر را باید بروم و بدانم که این بارگاه الهی بی‌نهایت است و رسیدن به این ابدیت شامل زمان و مکان نمی‌شود.

مرده خود را رها کرده‌ست او
مرده بیگانه را جوید رفو

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت شماره ۱۵۱

دیده‌آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدتی بنشین و، بر خود می‌گری

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت شماره ۴۷۹

با این دو بیت متوجه شدم که در گذشته، قبل از آشنایی با آموزه‌های مولانای جان، مرده دیگران را می‌خواستم شستشو بدهم و از مرده خودم (من ذهنیم) غافل بودم. بخاطر آموزه‌های غلطی که یاد گرفته بودم فکر می‌کردم که من مسئول تغییرات دیگران هستم و باید مسائل دیگران را گوش کنم و به آنها کمک کنم تا حالشان خوب شود. در حالیکه یک من‌ذهنی پر از درد و خودخواه و خودشیفته و می‌دانم و بت‌پرست را در خودم بزرگ و بزرگتر می‌کردم.

خدا را شکر، متوجه شدم فقط باید بر روی مرده خودم گریه کنم و فقط تمرکز روی خودم باشد و مسئولیت کیفیت هوشیاریم به عهده خودم است نه دیگران، من مسئول خودم فقط هستم.

حافظان را گر نبینی ای عیار
اختیارت را بین بی اختیار

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۲۰۸۱

با تکرار این بیت، متوجه شدم که چقدر با ذهن می خواستم به مرادهای من ذهنی برسیم و به دیوار بسته برخورد می کردم و با خدا دچار تضاد شدم و فکر می کردم که من چقدر کامل هستم و چقدر خوب هستم، اشکالی ندارم همه مشکلاتم از بیرون است.

و اینکه اشتباه من نمی کنم و نباید اشتباه بکنم و دیگران را هم، طبق چارچوبهای من ذهنیم می خواستم حرکت کنند، خودم و دیگران را ملامت می کردم، از اشتباه کردن وحشت داشتم و دچار انقباض می شدم و از دست دادن برایم خیلی سخت بود. خدا رو شکر که اینها را در خودم دیدم.

نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي رَسِيدَةً
غَمٌ بِيْشَ وَ غَمٌ كَمِ رَا رَهَا كُنْ

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۰۵

با تکرار این بیت متوجه شدم به کجا چنین شتابان، بایست. خاموش شو، ساکت شو و فقط نگاه کن. همه چیز در همین لحظه اتفاق می افتد و خلق می شود و به حرکت خودش ادامه می دهد، گذشته را رها کن، دارم و ندارم را رها کن، غم و ناراحتیها را رها کن، فقط این لحظه زندگی را در خودش دارد و تو می توانی زندگی را زندگی کنی و آن را به درد و غم و ناراحتی تبدیل نکن.

عجول بودن بی طاقت بودن، توقع داشتن، قضاوت کردن، مقاومت و مقایسه را در خودم دیدم.

با سپاس، زهرا از تهران



خانم نسرین از گلستان



با سلام به آقای شهبازی عزیز و دوستان جان گنج حضور

«چشم زخم» از بخش دوم، موضوع برنامه ۷۹۱ گنج حضور.

یکی از مسائلی که بارها با آن از بچگی برخورد کردم و بر ذهن شرطی شده‌ام حک شده بود و مرا بیشتر و بیشتر در دل همانیدگیها فرو می‌برد، چشم زخم بود و آن این بود که در برخورد با بعضی انسانها، باید سریع اسفند دود کنم و «وان یکاد» بخوانم تا ضربه و زخم‌های آن نگاه را دفع کنم.

چگونه اسفند و یک آیه آن بلا را دور می‌کند؟ این سوال ذهن شرطی شده بود، تا جایی که همان ذهن که سوال می‌کرد، خودش جوابش را نیز می‌داد که: فلانی چشمش شور است.

ذهن جوابگویم، ذهن دلیل تراش و فرصت طلبم، مرا دچار تهمت زدن به دیگران می کرد که فلانی چشمش شور است و بدنبال آن، دچار بدبینی و شک به همه انسانها و کم کم دشمن بینی و دردهایی که سالها ذره ذره وجودم را می بلعید و من ذهنی ام موفقیت خود را جشن می گرفت و می رفت تا از راهی دیگر دست به کار شود.

اما زندگی، به قول آقای شهبازی، امتداد خودش را رها نکرد. خدایا! هزاران بار شکر که مرا به شناسایی هم هویت شدگیهایم، با کمک ابیات بی نظیر جناب مولانا و رمز گشایی های زیبای جناب شهبازی، هدایت فرمودی.

در بیان آنکه هیچ چشمِ بدیِ آدمی را چنان مهلک نیست که چشمِ پسندِ خویشتن، مگر که چشم او مبدل شده باشد به نور حق، که بی‌یسمع و بی‌بصر و خویشتنِ او بی‌خویشتن شده.

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، متن قبل از بیت، شماره ۴۹۸

در فیزیک مدرن، یک قانون هست که کاربرد عملی دارد. می‌گویید: «ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند.» یعنی مشاهده‌گر، منی که نگاه می‌کنم، جنس آن چیزی را که می‌بینم تعیین می‌کنم. پس هر کس مطابق با آنچه، با مرکزش هم‌هویت شده بر اطرافش اثر می‌گذارد، مثلاً مادری که مرکزش پر از درد است به بچه دوساله‌اش نگاه می‌کند، به فرزندش فشار می‌آورد که مرکزش از جنس درد شود و برعکس مادری که مرکزش از جنس عدم دارد و ارتعاش به زندگی می‌کند، جنس فرزندش را تعیین می‌کند که از جنس زندگی و عدم باشد.

این تاثیر فقط در مورد بچه‌ها نیست، در برخورد با هر کسی می‌باشد. برای همین مولانا می‌فرمایند: خلق روی ما اثر می‌گذارد.

از طرفی انسان امتداد خداست. وقتی بصورت هشیاری پا به این جهان گذاشت، باید تا ده، دوازده سالگی همانیده می‌شد. ولی متأسفانه بر اثر ناآگاهی و آموزشهای غلط، این همانیدگیها را در مرکز نگه داشته و مرکز را به جسم تبدیل کرده، در نتیجه انسان را دچار چشم زخم کرده است. مولانا می‌فرمایند: هیچ چشم بدی، آدمی را چنان مهلك نیست که چشمِ پسندِ خویشتن.

پس برای آدمی، نظر آدمهای بیرونی اثر می کند ولی اگر مرکزش من ذهنی داشته باشد که خودش، خودش را می پسندد، این مهلک تر از آن است، یعنی اثری که انسان روی خود می گذارد، خیلی خیلی مهلک تر از اثری است که دیگران روی او دارند، برای اینکه دیگران به من ذهنی انسان، اثر می گذارند و اگر انسان من ذهنی نداشته باشد، مردم روی او نمی توانند اثر بگذارند.

پر طاووست مبین و پای بین
تا که سوءالعین نگشاید کمین

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۴۹۸

جناب مولانا می فرمایند: به پر طاووست نگاه نکن، یعنی همه هم هویت شد گیهایت از جمله: فرزندان، خانواده، مال، مقام، باورها، فکرها و دردها را، بر روی بد جایی بنا کرده‌ای، یعنی روی پای من ذهنی، که بی بنیان، سست، زشت، گذرا و لغزان است.

اگر همینطور ادامه دهی چشم بد خودت و چشم بد دیگران همه را فرو می‌ریزد.

که بلغزد کوه از چشم بدان
یزلقونک از نبی بر خوان بدان

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۴۹۹

می‌فرماید: کوه از چشم بدان، یعنی انرژی بدی که از مرکز انسانهای هم‌هویت شده ساطع می‌شود، می‌لغزد و تو یزلقونک را بخوان.

این بیت اشاره دارد به قرآن کریم، سوره قلم (۶)، آیه ۵۱

«وَإِن يَكَادُالذِّينُ كَفَرُوا لِيَزَلِقُونَكَ بِأَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ وَ يَقُولُونَ أَنَّهُ لَمَجْنُونٌ»

— «همانا کافران چون قرآن را شنیدند نزدیک بود که تو را به چشمان خود به سر در آورند و گویند که او دیوانه است»

این آیه می‌گوید، ای انسان مرکزت را عدم کن. مرکزت را از هم‌هویت شدگیها پاک کن تا با چشم خدا بینی و با گوش او بشنوی. پس چشم بد، این چشم ظاهری نیست.

چشمی ست که مرکز انسانها دارد و در مرکز انسان هر چقدر درد بیشتر، آن انرژی که از آن ساطع می شود خطرناکتر است و هر چقدر مرکز انسان از حسادت، مقایسه، کینه، ترس، خشم، نگرانی، خالی شود و حواسش فقط و فقط به خودش باشد و چشم پسند خود را نداشته باشد و بی یسمع و بی بیصر شود و خویش خود را بی خویشتن کند، در اینصورت به خود و به جامعه خدمت خواهد کرد، یعنی با گوش خدا بشنود و با چشم خدا ببیند و این امکان ندارد، جز با عدم کردن مرکز و فضاگشایی و تسلیم بی قید و شرط و سکوت و خاموشی ذهن.

شیر او نوشد که در نشو و نماست
چارق او پوشد که او محتاج پاست

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت شماره ۱۷۳۶

یعنی شیر را کسی می خورد که نیاز به رشد جسمی دارد و آن کسی به چارق و کفش نیاز دارد که او محتاج پا باشد. پس اگر انسان به هشیاری حضور تبدیل شود، نه به چیزهایی که جسم احتیاج دارد نیاز دارد و نه حرفهایی که مردم با هم هویت شدگیها می زنند بر او اثر دارد.

ور برای بنده اش است این گفت و گو
آنکه حق گفت، او من است و من، خود او

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت شماره ۱۷۳۷

گفتگوهای مردم از روی هم‌هویت شدگی‌ها، درباره انسانی که بدون خویشتن است، بدون من‌ذهنی‌ست، نه صادق است نه اثر دارد، زیرا خدا گفته: که من او هستم و او من است. این انسان بی‌خویشتن است او با گوش خدا می‌شنود و با چشم خدا می‌بیند.

آنکه بی‌یسمع و بی‌بُصر شده‌ست
در حق آن بنده این هم بیهده‌ست

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت شماره ۱۷۳۹

یعنی در باره کسی که با چشم خدا می بیند و با گوش خدا می شنود و مرکزش از عینکها پاک شده، حرفهایی که با دید من ذهنی ست بیهوده است، زیرا او از جنس جسم نیست.

پس انسان باید، با عدم کردن مرکز و فضاگشایی به قضا و کن فکان اجازه دهد، تا روی فرم و بی فرمش کار کند تا او را با خود یکی گرداند، به شرطی که هر لحظه مراقب باشد، هم خود و هم دیگران بر مرکزش اثر بد نگذارند.

با احترام، نسرين از گلستان



آقای جعفر از شیراز



با سلام خدمتِ پدرِ معنوی و دوستانِ گنجِ حضوری‌ام...

در این تحقیق می‌خواهم ابیاتی زیبا، از مولانای جان در رابطه با اصلِ زیبایِ معنوی *صَبْر*، با مختصر توضیحی، با شما دوستانِ واقعی‌ام، مرور کنم.

باز با خود گفتم: صَبْر، اولیتر است
صبر تا مقصود، زوتر رهبرست

چون نپرسی، زودتر کشفِت شود
مرغِ صبر از جمله پُران تر بود

ور پُرسی، دیرتر حاصل شود
سهل از بی‌صبری‌ت، مشکل شود

– مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیاتِ شماره ۱۸۴۶ تا ۱۸۴۸

عدم واکنش، بهترین راه حل است و با *صبر کردن* زودتر می‌شود به هدف اصلی، رسید. و زمانی که با ذهن، سؤال پرسیم، مسائل زودتر روشن می‌شود. چرا که پر و بال سکوت و *صبر*، همیشه تیزتر است. اگر مدام با ذهن سؤال پرسیم، مسائل پیچیده‌تر و مشکل‌تر، می‌شود.

هیچ مگو و کف مکن، سر مگشای دیگ را
نیک بجوش و صبر کن، زان که همی پزانمت

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

سکوت کن و چیزی مگو؛ زیرا ذهن، دائم در حال سر و صداست. مرتب فضاگشایی کن و *صبور* باش تا خوب وسیع شوی و خردمند، گردی.

در اگر بر تو ببندد، مرو و صبر کن آن جا
ز پس صبر تو را او، به سر صدر نشاند

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۵

اگر با ذهن دیدی، خداوند همه درها به رویت بسته است، *صبر* کن و فضاگشایی؛ زیرا پس از *صبر* و
فضاگشایی است که وسیع می شوی و درهای رحمت و خرد الهی، بر روی شما باز می شود.

صد هزاران کیمیا، حق آفرید
کیمیایی همچو صبر، آدم ندید

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۱۸۵۴

هزاران چیز با ارزش، خُداوند، به وجود آورد، و با ارزش تر از *صَبْر* چیزی وجود ندارد.

صَبْر کردن، جان تسبیحات توست
صَبْر کُن، کانست تَسْبِيحِ دَرِست

هیچ تَسْبِيحِی ندارد آن دَرِج
صَبْر کُن، الصَّبْرُ مِفْتَاحُ الْفَرَجِ

صَبْر، چون پُل صَرَاط، آن سو بهشت
هست با هر خُوب، یک لالای زَشت

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، آیات شماره ۳۱۴۵ تا ۳۱۴۷

جان و هسته همه عبادتها و اصول، *صَبْر* هست؛ و شما مرتب فضاگشایی و *صَبْر* کُن؛ زیرا بهترین و با ارزش ترین کار، *صَبْر* و فضاگشایی است.

و هیچکدام از اصول معنوی و عبادات، به زیبایی *صَبْر* نیست؛ زیرا کلید همه گشایشها، *صَبْر* است. صَبْر* مانند پلی است که پس از عبور از آن، به گشایشها، فراوانی و خرد الهی، دست پیدا می کنیم.

صَبْر و خاموشی، جذوب رحمت است
وین نشان جستن، نشانِ عِلت است

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۲۷۲۵

صَبْر* کردن و سُکوت، جذب کننده رحمت، برکت و خرد الهی ست. و اگر بخواهیم با ذهن، دنبال خداوند و پیدا کردن او باشیم، نشانه مَرَض و بیماری ست.

لیک تو اشتاب کم کن، صَبْر کن
گرچه فرموده ست، که اَلْاِنْسَانِ عَجُول

-مولوی، دیوان شمس، ترجیع شماره ۱۷

در مسیر شناختن هم‌هویت شدگی‌ها و انداختن آنها، عجله مکن و یواش یواش اینکار را انجام بده، هر چند خداوند، فرموده است که انسان، عَجُول است.

صَبْرٍ از اِيْمَانِ بِيَابِدِ سَرِ كُله
حَيْثُ لَا صَبْرٍ فَلَا اِيْمَانٍ لَهُ

-مولوی، مثنوی، دفترِ دوم، آیاتِ شماره ۶۰۰

در رأس و تاجِ سرِ ايمان، *صَبْر* است، و کسی که *صَبْر* نباشد، ايمان ندارد.

گفت پیغمبر: خُداش ايمان نداد
هر که را صبری نباشد در نهاد

-مولوی، مثنوی، دفترِ دوم، آیاتِ شماره ۶۰۱

حضرت رسول، فرموده است کسی که *صَبْرٌ* نداشته باشد، یعنی نتواند در اطرافِ اتفاقِ این لحظه، فضا باز کند و اتفاقِ این لحظه را بپذیرد، ایمان ندارد و مردد است.

صَبْرٌ رَا بِأَحَقِّ قَرِينٍ كَرَدَ، أَيْ فُلَانٍ
أَخْرَجَ وَالْعَصْرَ رَا أَكْهَ بِخَوَانٍ

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۱۸۵۳

خداوند، *صَبْرٌ* را با خودش یکی کرده است؛ پس نیاز است که آگاهانه آخرِ سوره وَالْعَصْرَ را بخوانیم که توصیه به حق و *صَبْرٌ* شده است، یعنی هر دو را در یک ردیف قرار داده است.

هر که را بینی یکی جامه درست
دان که او آن را به صبر و کسب، جست

هر که را دیدی برهنه و بینوا
هست بر بی صبری او آن گوا

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۱۴۱۱ و ۱۴۱۲

اگر کسی دیدی حضور زیبا و رونق درونی و بیرونی دارد، بدان که او، به وسیله *صبر* و فضاگشایی اینها را به دست آورده است. و اگر کسی رونقش را از هر لحاظ از دست داده است، نشانه این است که *صبر* و قدرت فضاگشایی نداشته است.

در پایان از خداوند می‌خواهم که قدرت *صبر* و فضاگشایی را به همه ما، عطا بفرماید تا لذت حضور و رونق زندگی را از هر لحاظ، به دست آوریم.

ارادتمند شما، جعفر از شیراز



خانم لیلا از شیراز



با سلام و احترام به آقای شهبازی عزیز و همراهان گنج حضور

من ذهنی:

از قرین بی قول و گفتگوی او
خو بدزد دل نهان از خوی او

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۲۶۳۶

چند وقت پیش با دوستان قصد داشتیم به یک مهمانی برویم. آنها بدون مشورت با من، هدیه‌ای برای رفتن به آن مهمانی خریده بودند. من ناراحت شدم، گفتم: چرا با من مشورت نکردید. آنها شروع به بحث کردند. بحث‌های بی‌موردی که هیچ ربطی به سوال من نداشت.

ابتدا کمی بحث کردیم، ولی خدا را شکر، زود متوجه من‌های ذهنی شدم و سعی کردم، فضاگشایی کنم و ساکت باشم. بعد از مدت کوتاهی ترجیح دادم، محل را ترک کنم. به خودم گفتم: لیلا شما هنوز من‌ذهنی داری. این دوستان هم من‌ذهنی قوی دارند. شما باید کمتر با من‌های ذهنی ارتباط داشته باشی و در خلوت خودت بیشتر روی خودت کار کنی.

وقتی به خانه برگشتم، ذهنم بیشتر درگیر روی خودم شد که باید به قول آقای شهبازی عزیز خیلی جدی‌تر روی خودم کار کنم. دنبال راهی بودم که به آن مهمانی نروم.

بنابراین بهترین گزینه، فضاگشایی و استفاده از خرد زندگی بود. سعی کردم ذهن را خاموش کنم و ابیات مولانا که چراغ راه ما هست تکرار کنم.

چون ملایک، گوی: لَا عِلْمَ لَنَا
تا بگیرد دست تو عَلِمْتَنَا

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۱۱۳۰

حکم حق گُسترد بهر ما بساط
که بگویند از طریق انبساط

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۲۶۷۰

خدایا ای که مرا خوانده‌ای، راه نشانم بده
در شب ظلمانی‌ام، ماه نشانم بده

-سید حمید رضا حسینی

فرداش دچار کسالت شدم و با عذرخواهی از دوستان به مهمانی نرفتم. بسیار خوشحال بودم که خداوند راهی
برایم گشود.

خدایا سپاسگزارم.

شاد آن صبحی که جان را چاره آموزی کنی
چاره او یابد که تُش بیچارگی روزی کنی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۷۷

خدایا! خوشا آن لحظه‌ای که به یاری تو فضا را باز کنم که تو روح و روان من را آموزش بدی و تربیت کنی و
بهترین راه حل‌ها برای درمان من، در شب ذهن نازل کنی تا صبح صادق بدمد. و بدانیم ما آنچه که ذهن مان
نشان می‌دهد، نیستیم.

خدایا! هر چیزی که تو آفریدی، نوری از خودت در آن گذاشتی، و همه آنها بدون چون و چرا تسلیم تو هستند.

وقتی به شب نگاه می‌کنم، می‌گویم: ای شب، تو به سیاهی معروف هستی، در حالیکه تو با تسلیم شدن در مقابل پروردگارت، در تاریکی شب، اجازه می‌دهی، چراغ‌های زیبای ستارگان روشن شوند و ماه تابانت نور افشانی کند، تا راهنمای بسیاری از گمراهان در تاریکی باشی.

اما من‌های ذهنی هستند که در تاریکی و سیاهی به سر می‌برند و تسلیم در مقابل پروردگارشان نیستند، فضاگشایی نمی‌کنند تا نور درونشان بتابد و هر کدام با این نور بتوانند جهان را نورافشانی کنند.

خدایا! یکی از آنها من هستم که شب ذهنی بیچاره‌ام کرده و نیازمند چاره‌آموزی تو هستم. خدایا فکر پشت فکر، راه نورافشانی درونم که تو هستی، بسته است. بعضی وقتها ناله لا ضیر می‌زنم و می‌گویم: خدایا از تاریکی‌های فکر به ستوه آمدم و تنها راه درمانم توئی.

و خوشا آن لحظه‌ای که صبح صادق از جانب تو فرا برسد و همه عالم را نورافشانی کند.

«لیلا»

یک زمان کار است بگذار و بتاز
کار کوتاه را مکن بر خود دراز

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۱۸۱

خُطوتینی بود این ره تا وصال
مانده‌ام در ره ز شستت شصت سال

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت شماره ۱۵۴۹

- لیلا از شیراز



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

www.parvizshahbazi.com