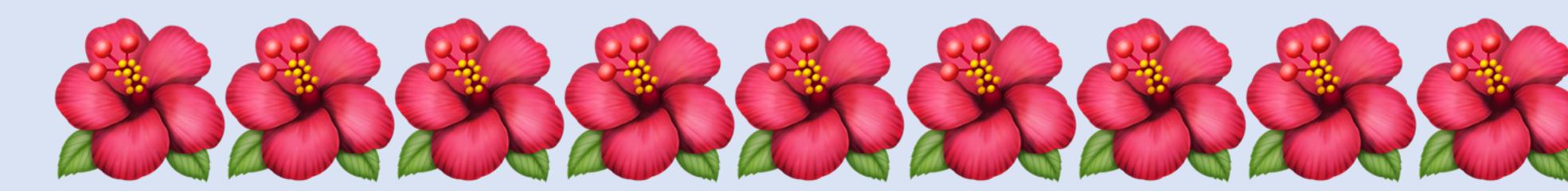




برنامه کنچ حضور با اجرای پرویز شهبانی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هفتاد و چهاردهم





خانم سارا از آلمان



کشف فضای اِتّقُوا

آقای شهبازی در برنامه‌های گنج حضور بارها گفتند: ابیات کلیدی را تکرار کنید. هفته پیش متوجه شدم که وقتی این صحبت را گوش می‌دهم فکر می‌کنم آن را به دیگران می‌گویند، نه به من. ناز کردن خودم را دیدم. من ذهنی در من مثل بیماری است که پشتیش زخم است و از آن خون می‌چکد ولی یک کت شلوار شیک پوشیده و در حال مرخص شدن از بیمارستان خیلی مودبانه از جراح هم تشکر می‌کند.

درک کردم که احساس اضطرار نعمتی بزرگ است. وقتی با گنج حضور یا همان مولانا قرین شده‌ام، مثل این است که آدمی را که خطرناک‌ترین مار او را گزیده باشد، به بهترین بیمارستان جهان در تخصص درمان زخم مار برده باشند.

جز خضوع و بندگی و اضطرار
اندرین حضرت ندارد اعتبار
- مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۱۳۲۳

بعد از احساس نعمت اضطرار و نیاز به درمان، خود را دیدم که در بیمارستان مولانا، خوش و خرم خوابیده‌ام و اصلاً عجله‌ای برای مخصوص شدن ندارم. پرستارها اطرافم هستند، یک نفر سرم وصل می‌کند، یک نفر شربتی درست کرده و با مهربانی و گرمی دستم را گرفته و می‌گه این را بخور، کمی تلخه ولی برایت خوبه، دکتر جراح هر روز به زخم من سر می‌زند، با نهایت حوصله و صبر مرهم را عوض می‌کنه و یک مرهم تازه می‌گذاره، زخم هر روز بهتر می‌شده و من با رضایت، اعتماد و خیال راحت فقط شکر می‌کنم، دیگه دنبال اینکه کار زود تمام بشه و هر چه زودتر از زیر دست دکتر بیرون بیام نیستم. نمی‌خواهم بی‌ادبی عظیم آن شاگرد ویلونی باشم که بهترین استاد ویلون او را به خانه با شکوهش دعوت کرده ولی این شاگرد می‌گوید وقت ندارم بیام، تازه خودم دیگه بدم و تنها یی تمرین می‌کنم، بدون شما.

این آگاهی همراه بود با تکرار این بیت:

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اندرا اتُقوا
- مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۶۴۹

این بیت بارها در برنامه گنج حضور به عنوان بیتی کلیدی، معرفی و به تکرار آن توصیه شده. به این فکر افتادم که شروع به تکرار این بیت کنم. موقع راه رفتن در خیابان، در یک مرکز خرید این بیت را تکرار می کردم. وقتی متوجه می شدم ناخودآگاه پشت ویترین یک مغازه ایستادم و به خرید چیزی که لازم ندارم فکر می کنم، وقتی از آدمی یا چیزی خیلی خوشم می آید، وقتی سرکار مشغول به فکر کردن به یک موضوع کاری بودم، وقتی فکر نوشتمن پیغام معنوی به سرم می آمد و یک میلی برای خودنمایی از این طریق را می دیدم، احساس شرم و ملامتی که بعد از این شناسایی می آمد، در همه این حالتها می گفتم:

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اندرا اتّقوا
- مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۶۴۹

و این بیت یک دنیای جدیدی را باز می‌کند. هر چی بیشتر تکرار می‌کنی، می‌بینی به آن بیشتر احتیاج داری، می‌دیدم که فکرهای بدون ناظر من، تقریباً همه‌شان به زهر الوده‌اند و فضای اتّقوا من را از آن زهر حفظ می‌کند، بسیار مهربان است و می‌گوید: نگذار فکر تو را بکشد، اینجا در این فضای اتّقوا می‌توانی مالک خودت باشی، از فکرهای همانیدهات هم نترس و ملامت نکن، آنها ده ویران تو هستند ولی فضای اتّقوا از همین ده ویران گنج را نشان می‌دهد. همچنین این بیت جلوی کارافزایی را می‌گرفت. به یادم می‌آوردم برای هر کاری چقدر وقت و توجه بگذارم. اگر مثلاً می‌خواهم چیزی را بخرم برای انتخاب آن وقت محدودی را تعیین کنم. هر فکر همانیده مرکز انسان را زخمی می‌کند، انبوه این فکرهای همانیده در انجام کارها و تلاقی با جهان، مثل غبار بلند می‌شوند و فضای اتّقوا دم ایزدی و حقیقت وجودی انسان است، آن دم مثل یک مرهم عطرایگین گرد و غبار را محو می‌کند.

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اnder اتّقوا
- مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ٦٤٩

این بیت به بقیه بیت‌های کلیدی وصل است. برای مثال:

یار در آخر زمان کرد طَرب سازی
باطن او جد جد، ظاهر او بازی
- مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ١٣٠

فضای اتّقوا می‌گوید: فکرت را، وضعیت را بازی بین و جدی فقط این فضاست.

اگر نه عشق شمس الدین بُدی در روز و شب ما را،
فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟!

بُت شهُوت برأوردي، دَمار از ما ز تاب خود،
اگر از تابش عشقش، نبودي تاب و تَب، ما را
- مولوي، ديوان شمس، غزل شماره ٧١

فضای اتّقوا همان تابش و گرمای عشق شمس الدین است که لحظه لحظه کمک می کند. اگر آن نبود از دام یک فکر به دام فکری دیگر فرو می رفتیم. چراغ پر نور لا و اتّقوا، به یاد انسان می آورد که به یکی شدن به چیزی که ذهن نشان می دهد، بگو لا، یعنی نه و پرهیز کن از جذب شدن به چیزی که ذهن خوشنش می آید یا بدش می آید. در آن فضا وضعیت را هم خوب می بینیم و با خرد زندگی پاسخ خلاقانه به آن می دهیم.

با تکرار ابیات کلیدی پی بردم به اینکه ماندن در زیر درختِ مولانا و یا ماندن در زیر درمان او ضروری است.

ور نهد مَرْهَم بِرْ آن رِيشِ تُو، پِير
آن زمان ساکن شود درد و نفیر
- مولانا، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۲۵

تا که پِنْداری که صَحَّت یافته‌ست
پِرْ تُو مَرْهَم بِرْ آنْجَا تافته‌ست
- مولانا، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۲۶

هین ز مَرْهَم سر مَكَش ای پِشت رِيش
و آن ز پِرْ تُو دان، مَدان از اصل خویش
- مولانا، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۲۷

پِشت رِيش کسی است که پِشتیش، مثلاً روی کمرش زخم دارد. یعنی زخمی که نمی‌توانی آن را بینی و دست خودت به آن نمی‌رسد. از مرهم سر نکشیدن، معادل این است که فعالانه با فضای گشوده و ابیاتِ کلیدی قرین شوم، کاربرد آنها را به زندگی روزانه‌ام راه دهم و با تکرار آن ابیات نورافزایی کنم.

خواهی ببری جانی، بگریز به سلطانی
در خدمتِ تریاقی تا زهر بنگزاید

در زیرِ درخت او، می‌ناز به بخت او
تا جانِ پر از رحمت تا حشر بیاساید
- مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

- با عشق و احترام، سارا از آلمان -



آقای عباس از شیراز



با سلام خدمت آقای شهبازی عزیز و دوستان گرامی
غزل شماره ۴۹۲ دیوان شمس

۱) ز دام چند بُرسی و دانه را چه شدهست؟
به بام چند برآیی و خانه را چه شدهست؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

چقدر از هم‌هویت شدگیها می‌پرسی؟ چقدر به دنبال بررسی کم یا زیاد شدن وضعیت مادی‌ات، روابطت با دیگران، ظاهر و مادیات هستی؟ چرا بدنبال اصل خودت که همین لحظه و عشق است نمی‌باشی؟ چقدر بالا می‌آیی و به فکرها یت جان می‌دهی؟ پس چرا لحظه‌ای از این بام فکرها پایین نمی‌روی و به خانه خودت که همان خداست، نمی‌روی؟ فکرها را خاموش کن و به پایین بیا.

۲) فسرده چند نشینی میان هستی خویش؟
تنور آتش عشق و زبانه را چه شده است؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

چقدر به غم و افسردگی خودت می خواهی ادامه بدی؟ چقدر در این خانه غمگینت می خواهی بمانی؟ پس آتش
عشقت به خدا و شادی و سر زندگی اصلیت کجاست؟

۳) به گرد آتش عشقش ز دور می گردی
اگر تو نقره صافی، میانه را چه شده است؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

چرا از دور به دور آتش عشق خدا می گردی؟ چرا فقط ابیات را می خوانی و آنها را معنی می کنی؟ چرا آنها را کاملا
در زندگیت اجرا نمی کنی؟ چرا اینقدر به صورت جسته و گریخته به برنامه گنج حضور گوش می دهی و تعهد
کامل خودت را نشان نمی دهی؟ مگر تو مانند نقره صاف نیستی، پس چرا پا در میان آتش عشق نمی گذاری و
من ذهنی خود را نمی سوزانی؟

۴) ز دُردي غم و اندیشه سیر چون نشَوی؟
جمال یار و شراب مُغانه را چه شده‌ست؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

آیا از این خوشی ناخالصی که غم و فکرهاست به تو می‌دهد سیر نشده‌ی؟ آیا هنوز هم از غمگین بودن و حس مظلوم بودن و حس بدبخت بودن، اندکی شادی ناچیز برای زمان کوتاه مدت می‌گیری؟ آیا هنوز هم از فکرهاست که به سرعت از ذهن‌ت می‌گذرند، شادی کوچکی می‌گیری و چند دقیقه با آن شادی مقداری خوشحال می‌شود؟ پس چرا به این لحظه نمی‌آیی تا هر لحظه زیبایی و جمال خدا را ببینی و شادی واقعی و ابدی را بیابی؟

۵) اگر چه سرد وجودیت گرم در پیچید
به ره گنش به بهانه، بهانه را چه شده است؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

اگر چه الان این من ذهنی سرد به سختی در وجود تو پیچیده است و ول کن تو نیست اما تو می توانی با من ذهنیت با منطق صحبت کنی و کاری کنی فعلاً مقداری دست از سرت بردارد. به او با منطق بگو، تو وقتی عصبانی می شوی، هم به روابط من ضربه می زنی، هم به روابط خودت. با منطق به او بگو، وقتی ناراحت می شوی، هم دوستان خودت رو می رنجانی و هم دوستان من رو. وقتی حسادت می کنی، نه می گذاری خودت خوشحال باشی و نه من. وقتی تنبی می کنی، نه می گذاری من تو این دنیای مادی پیشرفت کنم و از نعمتها بهره مند بشم، نه خودت. من و تو فعلاً با هم در این بدن هستیم، پس لطفاً به هیچ کدام از ما ضربه نزن.

۶) شکایت از ز زمانه کند، بگو تو برو
زمانه بی تو خوش است و زمانه را چه شده است؟
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

اگر از کمودهای مادی شکایت کند، مثلا بگوید: چرا وضع مالی من خوب نیست؟ چرا ماشینی که می خواهم رو ندارم؟ چرا خونه خوب ندارم؟ چرا رابطه عاشقانه ام او نجوری که می خواهم نیست؟ چرا دوستای زیادی ندارم؟ بهش بگو: با این شکایتهای تو، هیچ چیز درست نمی شود. زمانه و روزگار دارد می گذرد و همه چیز در جهان در سر جای خودش قرار دارد و هیچ نیازی هم به کمک تو نیست. پس لطفا در مسائل من هم دخالتی نکن. آنها هم خودشان به لطف خداوند درست خواهند شد. اما اگر تو دخالت کنی، فقط شرایط رو بدتر می کنی و هم از نظر معنوی برای من مشکل می سازی و هم اون مسائل مادی که خودت نگرانش هستی بدتر می شوند.

۷) درختوار چرا شاخ شاخ و سوسه‌ای؟
یگانه باش چو بیخ و یگانه را چه شده‌ست؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

چرا مانند شاخه‌های درخت هر لحظه از ذهن‌ت یک فکر می‌گذرد؟ چرا یکی نیستی؟ چرا چرا حس وجودیت در خودت نیست و هشیاریت را هزار قسمت کردی و به هزار فکر دادی؟ چرا نمی‌توانی مانند بیخ درخت یگانه باشی؟

۸) در آن ختن که در او شخص هست و صورت نیست
مگو فلان چه کس است و فلانه را چه شده‌ست؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

در این لحظه که حضور وجود دارد اما من ذهنی وجودی ندارد، کسی را قضاوت نکن و به دنبال اخبار مادی نباش، زیرا باعث می‌شود شادی و آرامش این لحظه را که مانند زیبا رویان ختن است از دست بدهی.

۹) نشان عشق شد این دل ز شمس تبریزی
بین ز دولت عشق نشانه را چه شده است؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

این دل از برکات شمس تبریزی و خداوند نشان عشق شد. به آن نشان عشق توجه کن. چرا آنرا نمی بینی و به
آن بی توجهی می کنی؟

با تشکر از زحمات آقای شهبازی عزیز و دوستان گرامی

عباس از شیراز



خانم سرور از شیراز



به نام خدا با سلام خدمت پدر عزیز و مهربانم آقای شهبازی جان و تمام دوستان و همراهان بیدار.
برنامه‌ی ۴۹۰ غزل شماره ۵۹۶

آن مه که ز پیدایی در چشم نمی‌آید
جان از مزه عشقش بی‌گشن همی زاید
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

قرآن کریم، سوره انعام، آیه ۱۰۳
- «لَا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ لَطِيفٌ أَلْخَيِرٌ.»
«او را هیچ چشمی درک ننماید و او همه بینندگان را مشاهده می‌کند و او لطیف و (به همه چیز خلق) آگاه است.
شدت ظهور خداوند در جهان، آشکار ولی چشم جسم‌بین از مشاهده این نور محروم که همواره با چشم
علت‌بین می‌بیند و عینک همانیدگی‌ها مانع و حائل این مشاهده.

پنبه آن گوش سر، گوش سر است
تا نگردد این کر آن باطن کر است
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۵۶۷

و حال باید این دیده‌ی بیمار را بی‌هیچ واسطه در دید دوست رها کرد.

دیده ما چون بسی علت دروست
رو فنا کن دید خود در دید دوست
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۹۲۱

و با توکل و تسليیم، بی‌دخلات خرد کافر کیش ذهن، امور را به دست زندگی سپرد تا آینه نقص و نیستی که
ارمغان ما برای خداوند است، در این تسليیم محض، صیقلی یابد و محل تابش انوار الهی گردد.

نیستی و نقص هر جائی که خاست
آینه خوبی جمله پیشنهاد است
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۰۴

نقص ها آینه وصف کمال
و آن حقارت آینه عز و جلال
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۳۲۱۰

و در این حالت یعنی اقرار به عجز و ناتوانی خود در ذهن و اظهار بندگی و تسليم، آنگاه بی دخالت اسباب ذهن و هر صورت که در آن نقش می بندد، هوشیاری خود در انسان به جستجوی خود می پردازد و تمام همانیدگی ها را زیر و زبر می سازد و از خرابه این ویرانی، دوباره از نو متولد می شود و شروع زیستنی راستین و حقیقی در سفر انسان، به امر قضا و کن فکان رقم می خورد.

چون بسته نبود آن دم، در شش جهت عالم
در جستن او گردون بس زیر و زبر آمد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۳

پس با گشودن فضا و استقرار در این لحظه، از رفتن به شش جهت عالم باز آمده و آنگاه زندگی خود، هشیاری به تله افتاده در جهات را آزاد کرده و خبر و حقیقت بزرگ، بوقوع می‌پیوندد و هشیاری از هشیاری آگاه می‌شود.

عقل از مزه بویش وز تابش آن رویش
هم خیره همی خندد، هم دست همی خاید
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

و آنگاه در اثر این بیداری، عقل ذهن با فضائشایی و بیکار ماندنش، پرتویی از نور را تجربه می‌کند و حلاوت و شیرینی اش را مزمزه و بدین طریق به ره می‌شود و از وسعت این فضا در حیرت و شگفتی و مغموم و نادم که کاش جزو گروهی بودم که می‌دانستم.

قرآن کریم، سوره‌ی یاسین، آیه ۲۶

–«قَيْلَ ادْخُلُ الْجَنَّةَ قَالَ يَا لَيْتَ قَوْمِيْ يَعْلَمُونَ.»

«گفته شد: دَاخْلٌ شُوْبَه بِهِ بَهْشَتٌ، گَفْتَ: أَيْ كَاشْ مَلْتَ مِنْ هُمْ (از این نعمت بزرگ) أَكَاهْ بُودَنَدْ وَ مَيْ دَانِسْتَنَدْ.»

یعنی بیداری از خواب ذهن، در اثر تجربه حقیقت وجودی خویش از شدت نزدیکی و یکی بودن به ذات انسان، آنقدر خوشایند و دلنشیین است که حضرت به همراه دارد که ای کاش جزو غافلین نبودم و زودتر از این می‌دانستم اما نه حسرتی بازدارنده که، شوق و ذوق سالک را در پیمودن این راه و شناسایی تمام موانع و علل بازدارنده دو چندان می‌کند.

هر صبح ز سیرانش، می‌باشم حیرانش

تا جان نشود حیران او روی بننماید

–مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

و تا این اشتیاق و ذوق به نهایت خود نرسد، معشوق پرده از نقاب برندارد.

جان بر لبست و حسرت در دل که از لبانش
نگرفته هیچ کامی جان از بدن درآید

از حسرت دهانش آمد به تنگ جانم
خود کامِ تنگستان کی زآن دهان برآید
-حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۲۳۳

یعنی، جان از این بیداری سرمست و اما کوله بار همانیدگی‌ها همچنان بر دوش؛ نه یارای ترک کامل این همانیدگی‌ها و نه دوست را اجازه دیدار، قند لبشن را در فضاگشایی و تسلیمی نه چندان درخور حضور حضرتش چشیده و حال باید قدرت نفس کشیدن در جهات را از خود باز پس گیرد تا جان به تنگ آمده را اجازه دیدار باشند.

هر چیز که می‌بینی در بی‌خبری بینی
تا باخبری والله، او پرده بنگشاید

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

تمام افعال صادره از انسان، توسط آن یک هشیاری انجام می‌شود؛ اما انسان غافل، همچنان از دیدن او غایب و همواره در تصاویر نقش بسته در ذهن به توصیف خود می‌پردازد و از آن حقیقت بزرگ محروم و بی‌نصیب و مادام که در نقطه چین همانیدگی‌ها در اخبار و تصاویر می‌غلطد محروم از شنیدن پیغام سروش.

تا نگردی آشنا زین پرده رمزی نشنوی
گوش نامحرم نباشد جای پیغام سروش
-حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۲۸۶

دم همدم او نبود، جان محرم او نبود
و اندیشه که این داند او نیز نمی‌شاید
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

و غرض از تمام حرف و صوت و گفت‌ها برای آگاهی و بیداری از خواب ذهن و هر چند در ابتدا دانستن ذهنی
مفاهیم عرفانی برای آگاهی و بیداری سالک لازم است، اما کافی نیست و باید در مرحله عمل فراتر از ذهن،
پرده‌های گفت و حرف و صوت در هم تنیده شود که در این مرحله بیان و به تصویر کشیدن و به توصیف
درآمدن، همان مقاومت است و خاری است روییده بر دیوار معنا.

حرف چه بود تا تو اندیشی از آن
حرف چه بود خار دیوار رزان
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۱۷۲۹

حرف و صوت و گفت را برهم زنم
تا که بی این سه با تو دم زنم
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت شماره ۱۷۳۰

تن پرده بدوزیده، جان بُرده بسوزیده
با این دو مخالف دل بر عشق بنیساید
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

و زندگی همچنان در کار بیداری انسان، هر چند انسان در نهایت غفلت از یک سوراخ همانیدگی، هزاران بار گزیده می‌شود و پیغام زندگی را نادیده می‌گیرد، اما حقیقت این است که تمام پرده‌های بافته به دست ذهن، به دست خداوند سوزانده و ویران خواهد شد و فرقی نیست که این پرده‌ها در راه تعلقات این دنیاگی باشد یا نه.

با یادگیری سطحی ذهن درباره مفاهیم عرفانی و عمل نکردن بدان، پرده دیگری بر پرده جهل و نادانی ذهن افزوده و در هر حال تمام این نقش‌ها توسط قضا و کن‌فکان به آتش کشیده خواهد شد و راههای ارتباطی با مشترک مورد نظر همچنان مسدود.

دو لشکر بیگانه تا هست در این خانه
در چالش و در کوشش جز گرد بنفزايد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

خانه دل انسان در اثر افکار پی‌درپی و قضاوت و مقاومت بی‌وقفه در هر رویداد و اتفاق، که حتماً باید آن را خوب و بد کند و نتواند به عنوان هشیاری نظر، از دور، آرام، نظاره‌گر و قایع باشد؛ همان گرد و غبار پا شده در وجود اوست که اگر چاره کار نیندیشد از شدت این گرد و خاک، به هلاکت خواهد رسید و شمع حضورش رو به خاموشی و جسمش در معرض انواع آفات و بالاها.

خواهی ببری جانی، بگریز به سلطانی
در خدمت تریاقی تا زهر بنگزاید
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

و حال در این گرد و خاک به پا شده، باید چاره نجات اندیشید؛ باید به سلطانی پناه برد، باید به محضر بزرگان و
واصلین پناه برد، باید تسليم شد و دهان بست و هیچ نگفت و آینه ناتراشیده خود را در کمال ادب و فروتنی و
اقرار به عجز و ناتوانی خویش که از مرکز همانیده عمل کرده‌ام، پیش زندگی برد تا همان آینه ناصاف در اثر
تسليم و ادب، محل تابش انوار الهی گردد و آنگاه:

در زیر درخت او، می‌ناز به بخت او
تا جان پر از رحمت تا حشر بیاساید
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

در زیر درخت تسليم و فضاگشایی، از جام رحمت خداوند نوشانده شوی؛ اما هشدار که کمال ادب را فرو
نگذاری، عهد است را پیوسته بجا آوری و چارق ایاز خود، پیش رو که راه بسیار طولانی و وسوسه‌های ذهن هر
دم به شگردی نو در کار.

از شاه صلاح الدین چون دیده شود حق بین
دل رو به صلاح آرد، جان مشعله برباید
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۶

همنشینی و قرین شدن با بزرگان زنده به عشق و در پرتو فضای گشوده زیستن، خلق و خوی ناپسند ذهن را تبدیل می کند؛ ولی مبادا مکر پنهان ذهن، اینبار به نوعی دیگر آن را به خود نسبت دهد که تا زمانیکه زنده هستیم از شر آن هر لحظه باید به خدا پناه بریم و از حضور زندگان به عشق توسل جوییم که خداوند در قرآن کریم در سوره ناس می فرمایند:

- «قَلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ» «بگو پناه می برم به پروردگار مردم.»
- «مَلْكُ النَّاسِ.» «پادشاه مردم.»
- «إِلَهُ النَّاسِ» «معبد مردم.»
- «مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ» «از شر وسوسه گر نهانی»

یعنی مادام که از ذهن آگاه نیستی و خود را با آن یکی می‌پندازی و بر اساس آواز غول مانندش عمل می‌کنی، در امان نیستی و آسیب خواهی دید. پس عشق کاریست که موقوف هدایت است و در پرتو راهنمایی پیر راه دان پر فطن و ارتعاش نور دل زندگان به عشق این آتش شعله می‌گیرد و جهان ذهن را می‌سوزاند. ان شاءالله!

زاهد ار راه به رندی نبرد معذورست
عشق کاریست که موقوف هدایت باشد

بنده پیر معانم که ز جهلم بر هاند
پیر ما هرچه کند عین عنایت باشد
-حافظ، غزلیات، غزل شماره ۱۵۸



والسلام

–با احترام؛ سرور از شیراز



خانم زهره از کانادا



«پس داری من ذهنیات را بزرگ می‌کنی» امروز در طول روز من ذهنی به عناوین مختلف و از دریچه‌های مختلف وارد شد. در جلسه با همکارانم، جلسه با ریسم و کار روی گزارش خیلی مهمی که در دستم دارم. من به طور عینی دیدم که من ذهنی چطور در هر قدم دام پهن می‌کند و اگر پرهیز و حزم نداشته باشم چه راحت ممکن است در این دام بیفتم. کما اینکه چند باری هم افتادم.

حزم آن باشد که ظن بد بری
تا گریزی و شوی از بد بری

حزم سوالطن گفته‌ست آن رسول
هر قدم را دام می‌دان ای فضول

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۲۶۷ و ۲۶۸

در ادامه بخشی از مچ گیری‌هایم از من ذهنی را که امروز به سراغم آمد و سوالظنهایم را به من ذهنی به اشتراک می‌گذارم:

- در انجام این گزارش احساس ترس و استرس می‌کنی؟! پس داری من ذهنیات را با تزریق ترس و استرس بزرگتر می‌کنی.
- احساس بی کفايتی می‌کنی و فکر می‌کنی از پس این کار برنمی‌آیی؟! پس داری من ذهنیات را بزرگ می‌کنی.
- برایت مهم است که تایید و توجه بگیری؟! پس داری من ذهنیات را بزرگ می‌کنی.
- خودت را با دیگران مقایسه می‌کنی؟! پس داری من ذهنیات را بزرگ می‌کنی.
- کسی از تو تعریف می‌کند و تو خوشحال می‌شوی؟! پس داری من ذهنیات را بزرگ می‌کنی.
- در شبکه‌های اجتماعی الکی می‌چرخی؟! پس داری به من ذهنیات فرصت می‌دهی تا بالا بیاید و خودش را بزرگ کند.
- از موفقیت و خوشحالی دیگران خوشحال نمی‌شوی؟! پس حسودی و داری با حسادت من ذهنیات را بزرگ می‌کنی.

- نظر دیگران برایت مهم است؟! پس داری کارافزایی می کنی و من ذهنیات را بزرگ می کنی.
- وقتی یک کار خوب و باکیفیت انجام می دهی سریع به خودت افتخار می کنی و کردیت می دهی؟! می گویی به به! چه کاری کردم؟! پس داری من ذهنیات را بزرگ می کنی.
- به برنامه گنج حضور گوش نمی کنی؟! پس داری به من ذهنیات فرصت می دهی که بالا بیاید و خودش را بزرگ کند.

- به درس ها و نکات برنامه گنج حضور توجه عمیق نمی کنی؟! به توصیه های آقای شهبازی عمل نمی کنی؟ ابیات را تکرار نمی کنی؟ روی ابیات تامل نمی کنی؟ پس داری کارافزایی می کنی و من ذهنیات را بزرگ می کنی.
- می گویی وقت ندارم روی خودم کار کنم؟! پس داری کارافزایی می کنی و من ذهنیات را بزرگ می کنی.
- داری فکر می کنی که کارهای مهم زیادی داری و گنج حضور بس است؟! پس داری من ذهنیات را بزرگ می کنی.

گر مراقب باشی و بیدار تو
بینی هر دم پاسخ کردار تو

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت شماره ۲۴۶۰

برای بار صد هزارم به خودم یادآوری می‌کنم که اگر می‌خواهی به مرکز عدم متعهد باشی و متعهدانه روی خودت کار کنی، هر لحظه و هر لحظه باید حواست روی خودت و کارهایت باشد که آیا کارم، عملم، نیتم، در این لحظه دارد به کوچک شدن من ذهنی ام کمک می‌کند یا کوچک شدن جان اصلی ام؟ آیا جذب ذهن شده‌ام و کارافزایی می‌کنم و من ذهنی را بزرگتر می‌کنم یا نه، فضایگشا هستم و ناظر ذهنی هستم که در تله‌اش نیفتم؟

کار آن کار است ای مشتاق مست
کاندر آن کار، ار رسد مرگت، خوش است
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۴۶۰۸

شد نشان صدق ایمان ای جوان
آنکه آید خوش تو را مرگ اندرا آن
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۴۶۰۹

گر نشد ایمان تو ای جان چنین
نیست کامل، رو بجو اکمال دین
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت شماره ۴۶۱۰

با تشکر و احترام زهره از کانادا 



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



پیغام عشق - پایان قسمت هفتصد و چهاردهم



برنامه کنچ حضور با اجرای پرویز شهبانی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

www.parvizshahbazi.com