



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هفتصد و ششم





آقای فرشاد



با سلام خدمت همه‌ی دوستان.
با تشکر و سپاس از آقای شهبازی به‌خاطر تمثیل شمع و کبریت.

در برنامه‌ی ۹۰۲، آقای شهبازی فرمودند:
درست است که کبریت داریم و می‌خواهیم شمع را روشن کنیم، ولی کبریت‌های ما یا روشن نمی‌شود، نم کشیده است یا نزدیک می‌کنیم چراغ روشن نمی‌شود.

- ۱- یک عده‌ای هستند، اصلاً در این باغ نیستند، هرچه هم بگویی متوجه نمی‌شوند.
- ۲- یک عده‌ای هستند، می‌فهمند ولی نمی‌توانند شمع را روشن کنند؛ یعنی کبریت روشن می‌شود، به شمع می‌زنند ولی یخ است روشن نمی‌شود.
- ۳- یک عده‌ای هم اصلاً کبریت را نمی‌توانند روشن کنند، هی می‌زنند، نم دارد.
- ۴- یک عده‌ای هم هستند دنبال کبریت و کبریت روشن کردن هم نیستند، نمی‌دانند باید شمع دیگری را روشن کنند. فکر می‌کنند همین کبریت با همانیدگی‌ها باید خودش را مطرح کند.

۱- یک عده‌ای هستند، اصلاً در این باغ نیستند، هرچه هم بگویی متوجه نمی‌شوند.

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نفس زنده سوی مرگی می‌تند

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

وقتی از بچگی، زندگی با من ذهنی را شروع می‌کنیم، از همان ده دوازده سالگی شروع می‌کنیم به ضرر زدن به خودمان و مدام درد درست می‌کنیم. وقتی بچه هستیم، درونمان پاک است و عقلمان عقل زندگی است، چشم و گوش دلمان باز است و شاد هستیم. هی که بزرگتر می‌شویم و من ذهنی را بزرگتر می‌کنیم، روزبه‌روز عقلمان، عقل اجسام می‌شود و کورتر می‌شویم. بنابراین نباید اجازه بدهیم به جایی برسیم که دیگر به‌طور کامل چشم و گوش دلمان کور شود و هیچ‌گونه عقل و خردی برایمان نماند. نباید بگذاریم به جایی برسد که در افکارمان چنان گیج شویم؛ به‌طوری که درست و غلط را اصلاً تشخیص ندهیم و فقط با یک سری باورها و شرطی‌شدگی‌های تقلیدی عمرمان را سر کنیم.

هین مگو فردا، که فرداها گذشت
تا به کلی نگذرد ایام کشت
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۶۹

می گوید فردا فردا نکنید. با من ذهنی جلو نروید به امید این که فردا به خوشبختی بررسی. معطل نکن، نگذار به جایی برسد که پیر شوی، فرسوده شوی، آسیب بینی.

ده مرو، ده مرد را احمق کند
عقل را بی نور و، بی رونق کند
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۱۷

ده نماد جهان همانیدگی ها و من ذهنی است و شهر نماد فضای یکتایی است.
می گوید ده نرو. این قدر دنبال همانیدگی ها و خوشبختی خواستن از آن ها نرو. این باورهایی که از بچگی در سرت کرده اند را بریز و جدی بگیر. چون این ها آدم را احمق می کنند و عقل را کور می کنند.

قول پیغمبر شنو ای مُجْتَبی
گورِ عقل آمد وطن در روستا
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۱۸

سخن پیامبر را بشنو که فرمودند، اقامت کردن در روستا یعنی من ذهنی، گورِ عقل است. یعنی باعث مردن عقل می‌شود.

وآنکه ماهی باشد اندر روستا
روزگاری باشدش جهل و عَمّا
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۲۱

کسی که یک ماه یعنی یک مدت طولانی، با دید من ذهنی زندگی کند، در کل عمرش دچار نادانی می‌شود.

اندک اندک آب را دزدد هوا
دین چنین دزدد هم احمق از شما
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۹۶

هوا تدریجاً آب را می‌دزدد، یعنی آب را بخار می‌کند و از مقدار آن می‌کاهد. همین‌طور احمق یعنی من‌ذهنی، کم‌کم عقل و دین را از شما می‌دزدد. بنابراین نباید زندگی کردن با دید من‌ذهنی را تا جایی ادامه بدهیم که دیگر هیچ عقلی نماند.

۲- یک عده‌ای هستند می‌فهمند ولی نمی‌توانند شمع را روشن کنند؛ یعنی کبریت روشن می‌شود، به شمع می‌زنند ولی یخ است روشن نمی‌شود.
 من می‌دانم که اشتباه کردم، می‌دانم که من ذهنی عقل درستی ندارد و به‌درد زندگی نمی‌خورد، می‌دانم که تمام بدبختی‌هایم به‌خاطر من ذهنی است، فهمیدم که من ذهنی به‌عنوان کبریت برای روشن کردن شمع حضور است، ولی هرچه کبریت روشن می‌کنم و فضاگشایی می‌کنم، شمع حضور روشن نمی‌شود.

اطراف فتیله‌ی شمع را یک لایه‌ی بزرگ از یخ و سرما محاصره کرده است. این یخ‌ها دردهای پنهان شده در درون ماست که انباشته شده است. این یخ‌ها، باورهای خرافاتی است که سال‌ها در وجود من انباشته شده‌اند. این یخ‌ها شرطی‌شدگی‌های من هستند. شرطی‌شدگی به گرفتن تأیید و توجه و برتر بودن، شرطی‌شدگی به مقایسه و حسادت، شرطی‌شدگی به زندگی خواستن از چیزها و آدم‌ها. کبریت فضاگشایی‌ام آن قدر شعله ندارد که بتواند تمام کوه یخ را یک‌جا بسوزاند. باید این قدر فضاگشایی کنم، این قدر کار کنم روی خودم، این قدر کبریت روشن کنم تا این یخ‌ها آب شوند و ذوب شوند. بنابراین باید صبر کنم و فقط فضاگشایی کنم تا این یخ‌ها آب شوند و شمع حضور روشن شود.

عادت خود را بگردانم به وقت
این غبار از پیش، بنشانم به وقت
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۷

این بیت می گوید عجله نکن، فضاگشایی کن و به ذهنت توجه نکن. فقط فضاگشایی کن، کاری نداشته باش.

از طرفی من ذهنی، علاوه بر یخهایی که از قبل انباشته کرده است، الان هم ما را ول نمی کند. من ذهنی الان هم بادهای سرد می فرستد و کبریت های فضاگشایی را بی اثر می کند. هی ما گندم جمع می کنیم، هی من ذهنی می دزدد.

گر نه موشی دزد در انبار ماست
گندم اعمال چل ساله کجاست؟
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۲

ما درست است که متوجه شده‌ایم که من ذهنی داریم و می‌خواهیم آن را بسوزانیم ولی به این معنی نیست که من ذهنی هم بیکار می‌نشیند. من ذهنی خودمان براساس شرطی شدگی‌های قبلمان مدام می‌آید گندم می‌دزدد. مثلاً وارد این کار می‌شود و می‌خواهد این دفعه از این روش تأیید و توجه بگیرد. از طرف دیگر، دیگران هم من ذهنی دارند و چون ما با آنها قرین هستیم، مدام باد سرد تولید می‌کنند و فضاگشایی را بی‌اثر می‌کنند.

اگر توجه کرده باشیم، وقتی در خلوت خود هستیم و شعرهای مولانا را می‌خوانیم، ذهنمان ساکت است و مرکزمان خالی می‌شود ولی همین که از خلوت خود در می‌آییم، چشم‌های حسی ما باز می‌شود، گوش‌های ما باز می‌شود، در بیرون اجسام مختلف می‌بینیم، آدم‌های مختلف می‌بینیم، درد درست کردن‌ها را می‌بینیم، حرف‌های مختلف آدم‌ها را می‌بینیم و چون همه‌ی این‌ها مربوط به ذهن است، باعث می‌شود که فضاگشایی ما کم‌نور شود و باز هم باد سرد ایجاد شود

بنابراین مسئولیت کیفیت هشیاری مان را باید بر عهده بگیریم و تمام انرژی مان را برای این کار بگذاریم که من ذهنی باز هم ضرر نزند. اگر واقعاً از ته دل می خواهیم شمع روشن شود، دیگر حداقل الان که هشیار شدیم، باید تمام تلاشمان را بکنیم که نگذاریم من ذهنی بادهای سرد تولید کند.

کار، پنهان کن تو از چشمان خود
تا بود کارت سلیم از چشم بد
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۱

خویش را تسلیم کن بر دام مُزد
وانگه از خود بی ز خود چیزی بدزد
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۲

۳- یک عده‌ای هم اصلاً کبریت را نمی‌توانند روشن کنند، هی می‌زنند، نم دارد.

گاهی اوقات کبریت ما روشن نمی‌شود؛ یعنی نمی‌توانیم فضاگشایی کنیم، چون باز هم ذهن را دخالت می‌دهیم و به‌طور ذهنی فضاگشایی می‌کنیم. می‌ترسیم همان‌دگی‌ها را رها کنیم، می‌ترسیم از کنترل چیزها دست برداریم. بحث و گفتگو و منطق را رها نمی‌کنیم، تمرکزمان را از روی دیگران بر نمی‌داریم و این‌ها باعث می‌شود در ذهن بمانیم. تلاش زیادی برای روشن کردن کبریت می‌کنیم ولی روشن نمی‌شود. و یا گاهی جرقه می‌خورد و نور بسیار کمی دارد، که آن هم به راحتی با کوچکترین باد خاموش می‌شود و نمی‌تواند کوه یخ من‌ذهنی را آب کند.

شاید یکی از علت‌هایی که کبریت ما روشن نمی‌شود و ما نمی‌توانیم فضاگشایی کنیم این است که ما این کار را بسیار آسان می‌دانیم و می‌گوییم، حالا فرصت هست، کاری ندارد که. مطالب را تأیید می‌کنیم و عمل نمی‌کنیم و یا فکر می‌کنیم بلد هستیم. بنابراین خیلی تلاش نمی‌کنیم، زحمت نمی‌کشیم یا شاید علت دیگرش این است که ما صادقانه قصد روشن کردن کبریت و فضاگشایی را نداریم. فقط این را به همان‌دگی‌هایمان اضافه می‌کنیم و سعی داریم با مولانا تأیید و توجه بگیریم.

۴- یک عده‌ای هم هستند دنبال کبریت و کبریت روشن کردن نیستند، نمی‌دانند باید شمع دیگری را روشن کنند. فکر می‌کنند همین کبریت با همانیدگی‌ها باید خودش را مطرح کند.

تصور کنید یک کارخانه‌ی بزرگ پُر از کبریت داریم و از هیچ کدام از کبریت‌ها استفاده نمی‌کنیم، به چه درد ما می‌خورد؟ فلسفه‌ی کبریت برای این است که بسوزد. ما به دنیا آمدیم که شمع حضور را روشن کنیم ولی برای این کار به کبریت نیاز داریم. من ذهنی کبریت ماست و برای همین ما من‌ذهنی می‌سازیم ولی ما من‌ذهنی را نگه داشتیم و بزرگ کردیم و برای چیزی که ساخته شده بود استفاده نکردیم. قانون زندگی هم این است که با این کبریت، شمع حضور را باید روشن کنیم. ولی ما گفتیم حیف است بسوزد و می‌خواهیم نگه داریم و زیادش کنیم. زندگی هم گفت اگر کبریت را نسوزانید، مجبور تان می‌کنم با درد. علت خرابی زندگی ما هم همین است.

چون ز زنده مرده بیرون می کند
نفس زنده سوی مرگی می تند
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰-

ما به جای این که کبریت من ذهنی را بسوزانیم و شمع حضور را روشن کنیم، کبریت‌ها را زیاد کردیم و با تعداد کبریت‌های دیگران مقایسه کردیم و وقتی بیشتر بود، احساس برتری و پیروزی می کردیم! آیا منظور زندگی زیاد کردن این کبریت‌هاست؟ بزرگ کردن من ذهنی است؟ یک کارخانه‌ی کبریت بدون این که قرار باشد بسوزد به چه درد ما می خورد؟ آیا کبریت زیاد داشتن، باعث ارزش و برتری می شود؟ مدرک و پول و مقام باعث ارزش و برتری می شود؟ نه نمی شود. فقط باعث درد بیشتر می شود، چون زندگی اجازه نمی دهد کبریت من ذهنی را نگه داریم. همانندگی با مدرک و پول و برتری و تأیید و توجه، باعث یخ زدن بیشتر شمع حضور می شود؛ بنابراین درد ما هم مرتب بیشتر می شود.

پا تو پنداری که تو نان می خوری
زهر مار و گاهش جان می خوری
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۵۷

با تشکر
-فرشاد




خانم شکيبا از ایتالیا



«به نام خدا»

«مرنج و مرنجان»

چرا ما دائماً در ذهن هستیم و به این لحظه‌ی ابدی، به آن چیزی که خودمان هستیم توجه نمی‌کنیم؟ وقتی با این نگاه به زندگی و به انسان‌های دیگر نظر کنیم، دیگر در برخورد با دیگران، نه خود را بیشتر می‌بینیم و نه کمتر، دیگر در همه زیبایی وجود «او» را می‌بینیم، نه نقاب‌های نیک و بدی که باورهایمان بر چهره‌شان زده‌اند، آنگاه دیگر نمی‌رنجیم، درد نمی‌کشیم و درد ایجاد نمی‌کنیم. تنها عشق می‌ورزیم که ذات ما عشق است و دیگر هیچ.

دَرده شراب یکسان، تا جمله جمع باشیم
 تا نقش‌های خود را یک یک فرو تراشیم
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۲

چه موقع از حرف‌های دیگران می‌رنجیم؟ وقتی که متوجه نیستیم که حرف‌ها فقط یک سری کلمات هستند و تنها با چرخش زبان تولید می‌شوند ولی چون با کلمات شرطی شده‌ایم و آنها را معنی کرده‌ایم از بعضی سخنان می‌رنجیم. چه موقع از اتفاقات سال‌های قبل که پیش آمده، حالا خشمگین می‌شویم؟ وقتی که آن رنجش از اتفاق گذشته را در کوله‌پشتی‌مان قرار داده و تا حالا حمل می‌کنیم.

گرد نفس دزد و کار او میبچ
 هر چه آن نه کار حق هیچست هیچ
 -مولوی-، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۶۳

از همه آفل تر در زندگی ما چیست؟ از همه آفل تر و گذراتر فکرهای ماست. می بینیم که یک فکر رد می شود، یک فکر دیگر می آید و فکر بعد از فکر. خیلی آفل هستند و چطور شده است که ما این فکرها را خیلی جدی می گیریم؟ بعد از آن به دنبال آن، خودمان را هم جدی می گیریم! بعد بلند می شویم، می رنجیم هیجانهای منفی به ما دست می دهد؛ اینکه هر لحظه یک فکری در سر ما می پرد و رد می شود، یک پیغام از طرف خدوند است که می گوید، نگاه کن تو از جنس این چیزی که رد می شود، نیستی.

تو از این فکریایی که رد می‌شوند، چیزی به نام من‌ذهنی درست کرده‌ای، من را رها کرده‌ای و به آن چسبیده‌ای، چرا چیزهای آفل را رها نمی‌کنی؟ من‌ذهنی از این فکرها درست شده و این فکرها مدام تغییر خواهند کرد، تو نمی‌توانی ثابت و پایدار باشی، نمی‌توانی حال خوب داشته باشی، اینها آفل و گذرا هستند. ما باید متوجه بشویم که اگر این فکرها آفل را می‌بینیم پس در ما یک ثباتی هم وجود دارد و آن ثبات، اصل ماست و خداست و زندگی‌ست.

پس من برای چیز آفل و گذرا اگر به صورت فکر درمی‌آید، ناراحت نخواهم شد. پس در نتیجه هیچ موقع ناراحت نخواهم شد چون تا حالا به خاطر همین فکرها من ناراحت بودم، این فکرها می‌آیند و رد می‌شوند که من بفهمم که من اینها نیستم، اما من عکسش را فکر کرده‌ام. بی‌هیچ توقعی مهربان باش! بی‌هیچ توقعی عشق بورز! بی‌هیچ توقعی احترام بگذار! بی‌هیچ توقعی گذشت کن! زیرا که توقع و انتظار داشتن، رنجش، کینه و دل‌خوری به دنبال دارد.

این نکته رمز اگر بدانی، دانی
 هر چیز که در جستن آنی، آنی
 -مولوی، رباعیات، رباعی شماره ۱۸۱۵

کار مرا چو او کند کار دگر چرا کنم؟
 چونک چشیدم از لبش یاد شکر چرا کنم؟
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۰۴

نفس و من ذهنی دایماً ما را گول می زند که بیا و کشتهای دیگری بکار و خودش هر چه ما می کاریم را می دزد.
 مثلاً ما کار خوبی انجام می دهیم، نفس و من ذهنی ما می گوید، تو این همه کار خوب کردی ولی کسی قدر تو را
 نمی داند، خشمگین می شویم، می رنجیم و شکایت می کنیم و تمام گندم های هوشیاری ما را من ذهنی ما می دزدد.
 او موثیست درون ما و ما باید مواظبش باشیم و در دام او نیفتیم و جز خواست خدا عملی نکنیم که هر عمل ما با
 من ذهنی هیچ است هیچ، بی اثر است، بادام پوک کاشتن است.

ما در این انبار گندم می‌کنیم
 گندم جمع آمده گم می‌کنیم
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷

ما به‌عنوان انسان باید آگاه باشیم کارآفرینی نکنیم، کارآفرینی در ذات من ذهنی است. برای این که زندگی را به مانع، به مسئله، به درد و به دشمن تبدیل می‌کند. دعوی ما در خانواده با همسرمان، با بچه‌هایمان کارآفرین است. رنجش ما، خشمگین شدن ما، بقیه‌ی دردهای من ذهنی کارآفرین است. مثلاً شما از یکی می‌رنجید، می‌توانید با فضاگشایی رنجید، اگر می‌رنجید این درد در شما ذخیره می‌شود، باید یک روزی پیدایش کنید و از شرش راحت شوید، ببخشید، چرا این کارآفرینی را می‌کنید؟ ما به‌علت ستیزه و قضاوت و دیده شدن، که من هم هستم، من هم ببینید، من هم باید حرف بزنم، ایجاد کارآفرینی می‌کنیم.

اگر بخواهیم در این لحظه کارآفرینی نکنیم، باید مرکز عدم، داشته باشیم با فضای گشوده شده شما و همه مان، توأم، بیاییم کارآفرینی مان را ببینیم. یکی از نکاتی که مورد توجه است این است که کارآفرینی و هر ضرری که ما به خودمان می‌زنیم به خاطر من‌ذهنی، نباید گردن خدا بیندازیم.

ما وقتی می‌رنجیم و فکر می‌کنیم این به نفع ماست، من‌ذهنی رنجش را نگه می‌دارد، و استدلال خودش را دارد. اگر از زمینه‌ی فضای باز شده، متقاعدش کنیم که این رنجش را که نگه داشتی بی‌فایده است، رنجش را رها می‌کند. از اتفاق این لحظه و آدم‌ها نرنج، زیرا مسبب‌الاسباب خداست. تقصیر چیزها و آدم‌ها نیست بلکه انعکاس مرکز توست و خدا به تو از این طریق پیغام می‌دهد که مرکزت را باز ببینی، پس خاموش باش و فضا را باز کن و تسلیم باش تا پیغام را بگیری.

ای گرفتار سبب پیرون مپر
لیک عزل آن مسبب ظن مبر
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۷

از مسبب می رسد هر خیر و شر
نیست اسباب و وسایط ای پدر
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۴

آنکه بیند او مسبب را عیان
کی نهد دل بر سببهای جهان؟
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۷

هست بر اسباب، اسبابی دگر
در سبب منگر، در آن افکن نظر
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ۲۵۱۶

اگر رنجیدی و یا ایراد کسی تو را اذیت کرد، بدان که او آینه‌ی توست، پس به‌جای اینکه واکنش نشان دهی و نورافکن را روی او بیندازی و نصیحت کنی یا به فکر انتقام باشی، نورافکن را برگردان به روی خودت و آن ایراد را در خودت پیدا کن و شناسایی کن و فضا دار باش و خاموش تا خدا با کن‌فکانش آن ایراد و درد را از تو بیندازد.

ای بسا ظلمی که بینی در گسان
خوی تو باشد در ایشان ای فلان
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۱۹

وان گنه در وی ز جنس جرم توست
باید آن خو را ز طبع خویش شست.
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۵۲

و در آخر، اگر از کسی رنجشی دارم و می‌خواهم آن رنجش را بیندازم، برایش دعای خیر می‌کنم و روی یک
کاغذ می‌نویسم که او را دوست دارم و از او هیچ توقعی ندارم، این کار را چند بار می‌کنم و اینگونه انداختن
رنجش برایم آسان تر می‌شود.

با سپاس فراوان،
شکیبا از ایتالیا



خانم مهردادخت از چالوس



با عرض سلام و ارادت خدمت همه‌ی بزرگواران. مطالبی از بخش اول و دوم برنامه ۹۰۴ از سخنان پدر بزرگوار.

ما چون خود را جسم می‌بینیم، وقتی در جست‌وجوی خدا هستیم، می‌خواهیم خدا را هم با این دید جسمی خود ببینیم تا وجود او را بپذیریم؛ اما همان‌طور یک مادر برای زایمان باید درد بکشد تا فرزندش را به دنیا آورده و او را ببیند، ما هم باید درد هشیارانه بکشیم و مرکزمان را خالی کنیم تا این هوشیاری را که من ذهنی به آن آبستن است زایمان کند و ما آزاد شویم. آن وقت هوشیاری ما که به صورت آفتابی در این ذره نهان بود، بیرون می‌آید و درون و بیرون ما درست می‌شود.

آفتابی در یکی ذره نهران
ناگهان آن ذره بگشاید دهان

ذره ذره گردد افلاک و زمین
پیش آن خورشید، چون جست از گمین

– گمین: نهرانگاه، گمینگاه
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۴۵۸۰ و ۴۵۸۱

این چنین هوشیاری و جانی سزاوار این تن یا من ذهنی ما نیست و نباید بیش از حد در آن اقامت داشته باشد و
هشیاری ما نباید زندانی ذهن شود.

این چنین جانی چه در خورد تن است؟
هین بشو ای تن از این جان هر دو دست
-مولوی، مثنوی،- دفتر ششم، بیت ۴۵۸۲

مگر می شود هشیاری که بی نهایت است در این ذهن محدود جای گیرد؟! و مولانا از این کار بشر بسیار متعجب است و می گوید:

هر کسی در عجبی و عجب من اینست
کاو نگنجد به میان، چون به میان می آید؟
-مولوی،- دیوان شمس، غزل ۸۰۶

پس اگر ما بخواهیم به این من ذهنی ادامه دهیم، بی مراد می شویم و خدا را نمی بینیم. حتی در جهان مادی هم ما با من ذهنی به مرادهایمان نخواهیم رسید. چون من ذهنی فقط خراب کاری می کند و به سوی مرگی می رود. این بی مرادی ها ما را ناامید می کند ولی ما نباید ناامید شویم، بلکه فقط اقرار کنیم که مقصر خودمان هستیم و در رفع ایرادهای خود بکوشیم.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حُفَّت الْجَنَّةُ ثَنُو اِیْ خُوشِ سِرِشْت
-مولوی، مثنوی، - دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷

-قلاووز: پیشرو، راهنما

-حدیث:

- «حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ، وَ حُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»
«بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات.»

نامیدی‌ها به پیش او نهدید
تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید
-مولوی، مثنوی-، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷

اما خوشبختانه این عشق زنده شدن به خداست که این لحظه می‌تواند ما را از دام من‌ذهنی آزاد کند. این من‌ذهنی بتی‌ست که به شهوت‌های این جهانی مشغول است و با این شهوت‌ها روزگار ما را سیاه می‌کند. فقط تب و تاب این عشق است که ما را از دام این بت من‌ذهنی می‌رهاند. البته ما باید فقط حضور ناظر باشیم و فضا را باز کنیم تا خدا خودش ما را آزاد کند، و الا با یک‌سری سبب‌ها و کارهای ذهنی نمی‌توانیم به خدا زنده شویم. پس فقط فضا را باز کنیم و صبر کنیم زیرا صبر تنها دارویی است که این پرده‌های جهل من‌ذهنی را می‌برد و کلید نجات ماست و درون ما را هم گسترده‌تر می‌کند.

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

بُت شهوت برآوردی، دَمار از ما ز تاب خود،
اگر از تابش عشقش، نبودی تاب و تب، ما را
-مولوی-، دیوان شمس، غزل ۷۱

-بُت شهوت: بت من ذهنی، شهوات نفسانی همچون بُت است.
-دَمار از کسی برآوردن: هلاک کردن او از بیخ و بن.
-تاب: تابش
-تاب و تب: تابش و گرمی

پرده‌های دیده را داروی صبر
هم بسوزد، هم بسازد شرح صدر
-مولوی، مثنوی-، دفتر دوم، بیت ۷۱

و از طرفی خداوند به ما می‌گوید، اگر می‌خواهی من را ببینی، باید آن دل پر نور و بر را بیاوری. همانطور که حضرت یوسف به مهمانش گفت برای آمدن به منزلم هدیه‌ای بیاور و مهمان هم آینه برد تا او خودش را در آن ببیند و همیشه به یاد او بیفتد؛ اگر ما هم می‌خواهیم خدا همیشه به یاد ما باشد و ما هم او را بهتر در زندگی خود حس کنیم، باید دل پر نور و بر خود را به سوی او ببریم.

از برای آن دل پُر نور و پر
هست آن سلطانِ دل‌ها منتظر
-مولوی، مثنوی-، دفتر پنجم، بیت ۸۸۸

-بر: نیکی، نیکویی

این دل آینه‌ای ما اگر زنگاری هم رویش را پوشانده باشد، به شرط این که مقاومت در مقابل قضا نداشته باشیم
خداوند خودش آن را پاک می‌کند. پس باید به این بیت اقرار کنیم که:

فعلِ توست این غصه‌های دم‌به‌دم
این بود معنی قد جفَّ القلم
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲-

-حدیث:
«-جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ.-»
«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

حدیث:

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا هُوَ كَائِنٌ.»
«خشک شد قلم به آنچه بودنی است.»

ما فقط باید بپذیریم که می توانیم عوض شویم و طلب این کار را هم داشته باشیم. و بدانیم بدون فضاگشایی این در بر ایمان باز نمی شود.

بی کلید، این در گشادن راه نیست
بی طلب، نان سنت الله نیست
-مولوی، مثنوی-، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷

کین طلب در تو گروگان خداست
زانکه هر طالب به مطلوبی سزااست
-مولوی، مثنوی-، دفتر پنجم، بیت ۱۷۳۴

جهد کن تا این طلب افزون شود
تا دلت زین چاه تن بیرون شود
-مولوی، مثنوی-، دفتر پنجم، بیت ۱۷۳۵

همچنین باید مراقب باشیم و متوجه شویم، این فکری که این لحظه می‌کنیم آیا از فضای گشوده‌شده می‌آید یا از ذهن همانیده‌شده؟ و ما در صورتی می‌توانیم مراقب باشیم که فقط حواسمان به خودمان باشد نه به دیگران. ما باید خودمان تشخیص دهیم که چگونه مراقب باشیم تا به دام من‌ذهنی نیفتیم و آن موقع پاسخ آن را می‌بینیم که چه می‌شود و متوجه می‌شویم با پاسخ فکرهای من‌ذهنی فرق دارد. ما حتی پاسخ کردار خود را نباید به مردم و سبب‌های بیرونی نسبت دهیم و آن‌ها را عامل بدبختی خود بدانیم.

گر مراقبِ باشی و بیدار تو
بینی هر دم پاسخِ کردار تو
-مولوی-، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

بنابراین مراقب باشیم کز نرویم؛ یعنی با من ذهنی مان فکر و عمل نکنیم تا جفّ القلم سعادت و خوشبختی را که
سزاوار ماست برایمان رقم بزند.

کثر روی، جَفَّ الْقَلَمِ کثر ایدت
راستی آری، سعادت زایدت
-مولوی، مثنوی-، دفتر پنجم، بیت ۳۱۳۳

باکمال تشکر و احترام،
مهردخت از چالوس



آقای علی از بندرعباس



با سلام و شکر بابت آشنایی با مولانا، آقای شهبازی و همراهان گنج حضوری 

به جای دارو او خاک می زند در چشم
بدان گمان که مگر سرمه است خاک و دواست
غزل شماره ۴۸۳ دیوان شمس مولانا

پس از مدتی کار روی خودم با برنامه‌ی گنج حضور، فهمیدم هدف خلقتم زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداست؛ پس طبق الگوهای که در مدت زندگی در این دنیا یاد گرفته بودم، شروع کردم به جستجوی خدا و حضور. شروع کردم به فکر کردن؛ چه کاری درست است و چه کاری غلط؟ کدام شغل برایم ایده‌آل است و در رسیدن به حضور کمک می‌کند؟ آیا رابطه‌ی عاطفی‌ام به حضورم آسیب می‌رساند؟ سکس درست است یا گریز از سکس؟ آیا باید در جمع حاضر باشم یا نه دائم در خلوت بمانم؟ و صدها جستجوی دیگر! و همگی در ذهن.

نمی دانستم این همه جستجو و تلاش، نه تنها برای رسیدن به حضور کمکی نمی کند، بلکه همین جستجو، خاکی در چشم حضورم شده و اجازه‌ی باز شدن چشم عدم را نمی دهد.

خدا رو شکر که از برنامه‌ی گنج حضور و جناب مولانا یاد گرفتم که زندگی را چگونه جستجو کنم.

فهمیده‌ام هیچ عاملی در بیرون نمی تواند مرا به زندگی زنده کند. هر جستجویی در ذهن، سبب دورتر شدن از زندگی خواهد بود.

آدم‌ها و وضعیت‌ها نمی توانند به من زندگی بدهند چون زندگی در فضای گشوده شده است.

فی السّماء رزقکم نشنیده‌ای؟
اندرین پستی چه بر چفسیده‌ای؟
دفتر دوم مثنوی مولانا، بیت ۱۹۵۶

صادقانه متعهدم با فکر پشت فکر گرد و غبار به پا نکنم و خاک در دیده‌ی حضور نزنم. آگاهم تا زمانی که
صادقانه فضا را باز نکنم به زندگی زنده نخواهم شد.

چون نبودش تخم صدقی کاشته
حق برو نسیان آن بگماشته

گرچه بر آتش زنه‌ی دل می‌زند
آن ستارش را کف حق می‌کشد
دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۳۵۵ - و ۳۵۶ -

با تکرار ابزاری که از ابیات کلیدی مولانا برای خودم ساختم، ناظر ذهنم هستم و ایمان دارم زندگی من را هم به خودش زنده می‌کند.


که کیمیاست پناه وی و تعلق او
مصرف همه ذرات اسفل و اعلاست
غزل شماره‌ی ۴۸۳ دیوان شمس مولانا

علی، بندرعباس



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