

با طراحی عکس نوشته از ایامت و متن های برگزیده

هر برنامه، سعی می کنیم به نحوی قانون جرمان

را درباره کج حضور و آموزش هایی که دریافت

داشته ایم رعایت کنیم.

کہ تو آن ہوشی و باقی ہوش پوش  
خویشتن را کم مکن، یا وہ مکوش

مولانا

# عکس نوشته اپیاٹ ونکات انتخابی

برنامه ۸۹۶ گنج حضور

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)

گنج حضور، پرویز شهربازی،  
برنامه ۸۹۶

مولوی،  
دیوان  
شمس،  
غزل  
شماره  
۴۹۲

ز دام چند بپرسی و دافه را چه شده است؟  
به بام چند برآیی و خانه را چه شده است؟

فَسِرْدَهْ چَنْدْ نَشِينِي مِيَانِ هَسْتِي خَوِيشْ؟  
تَنُورِ آتِشِ عَشْقِ و زَبَانِه رَا چَهْ شَدَهْ سَتْ؟

بَهْ گَرْدِ آتِشِ عَشْقَشْ زِ دُورِ مِيَگَرْدَى  
أَكَرْ تَوْ نَقْرَهْي صَافِي، مِيَانِه رَا چَهْ  
شَدَهْ سَتْ؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

لَنْجِ حَضُورِ، پَرَوِيزْ سُمْبَازِي،

برنامه ۸۹۶

# زُردي غم و انديشه سير چون نشوي؟ جمال يار و شرابِ مغانه را چه شده است؟

مغانه: منسوب به مغان، شرابِ

مغانه: شرابی که زردتاشتیان به عمل آورند.

# اگرچه سرد وجوديت گرم در پيچيد به ره گنش به بهانه، بهانه را چه شده است؟

سرد: خامی، بی ذوقی، سرد

وجوديت: سردی وجود تو را

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲





شکایت ارز زمانه کند، بگو تو ورا  
زمانه بی تو خوش است و زمانه را چه  
شده است؟

درختوار پرا شاخ شاخ و سوسای؟  
یگانه باش چو بیخ و یگانه را چه  
شده است؟

بیخ: ریشه

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۲

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

در آن خُتن که در او شخص هست و صورت نیست  
مگو فلان چه کس است و فلانه را چه شده است؟

خُتن: مجازاً عالم جان

فشاں عشق شد این دل ز شمس قبریزی  
بیین ز دولت عشقش فشاوه را چه شده است؟

مولوی، دیوان شمس، خزل شماره ۴۹۲

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

## مسئولیت کیفیت هشیاری من:

- ۱) به عهده‌ی خودم
- ۲) به عهده‌ی دیگران

## تمرکز من در این لحظه:

## ابزار مورد استفاده من در این لحظه:

- ۱) فضای شایی (در اطراف اتفاق این لحظه) و کن‌فکان
- ۲) مقاومت (به اتفاق این لحظه) و استفاده از من ذهنی و به ویژه

## ابزار ملامت

گنج حضور پرویز شهبازی برنامه ۸۹۶

- ۱) انجام می‌دهم
- ۲) انجام نمی‌دهم

قانون جبران مادی و معنوی:

## تعهد به الاست و مرکز عدم:

- ۱) این لحظه ناظر مرکز عدم خودم با هشیاری حضور هستم. لحظه به لحظه با «بلی» گفتن به اتفاق این لحظه اقرار می‌کنم که از جنس زندگی هستم.
- ۲) این لحظه با مقاومت به اتفاق این لحظه از جنس «من ذهنی» یعنی جسم می‌شوم و انکار می‌کنم که از جنس زندگی یا خدا هستم.

## اختیار و قدرت انتخاب:

- ۱) دست خودم (منبع: فضایشایی)
- ۲) دست خودم با مقاومت و من ذهنی، یا دست دیگران از تقلید و واکنش به دیگران

## دانش و سواد من:

- ۱) برای تغییر خودم از آن استفاده می‌کنم.
- ۲) برای تغییر خودم از آن استفاده نمی‌کنم.

**برای کدام «من» کار می‌کنم؟** ۱) برای من اصلی  
۲) برای من ذهنی

**زمان:**

- ۱) در این لحظه مستقر هستم  
۲) در گذشته و آینده هستم

**شکر:**

- ۱) از امکانات خودم (و دانش مولانا) برای بهتر کردن زندگی خودم با تمام توان، در عمل استفاده می‌کنم و شکرانه می‌دهم. میدانم که تحمیل عقاید خود به دیگران شکرانه نیست.
- ۲) عدم استفاده از امکانات خودم به طور کامل برای تغییر خودم، در عمل. خواندن اشعار مولانا برای بهتر کردن حال من ذهنی ام و شکرانه من خواندن این اشعار برای دیگران برای جلب توجه و تأیید خودم است.

۱) برای تغییر جنبه‌های مختلف زندگی خودم  
تابع صبر قانون قضا و کنفکان هستم.

صبر:

۲) برای تغییر جنبه‌های مختلف زندگی خودم  
تابع عجله و بی نظمی من ذهنی خود هستم.

۱) خودم  
۲) دیگران

معیار من در زندگی:

۱) بیان خودم با فضایشایی و وصل شدن به زندگی  
۲) نقل نوشه‌های دیگران به اسم خودم.

بیان:

تحسین دیگران:

۱) سبب بیرونی است برای کار بیشتر روی خودم (دید حضور)  
۲) گم شدن در فکرهای تحسین‌آمیز و درست کردن یک من  
ذهنی استاد (دید من ذهنی)

این جهان دامست و دانه اش آرزو  
در گریز از دامها، روی آر، زو

مولوی، مثنوی، دفترششم، بیت ۳۷۸

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۷۷

# مرغِ جانش، موش شد، سوراخِ جو چون شنید از گربکان او عَرَجُوا

عَرَجُوا : عروج کنید

گنج حضور، پرویز شهریاری، برنامه ۸۹۶

دشمنِ خویشیم و یارِ آنکه ما را می‌گشد  
غرق دریاییم و ما را موج دریا می‌گشد

مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۲۸

کنج حضور، پرویز شهر بازی، برنامه ۸۹۶

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند  
نفسِ زنده سوی مرگی می‌تند

می‌تند: می‌گراید

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

گنج حضور پرویز شهبازی برنامه ۸۹۶

بیا که قصرِ اَمَل سُخْت سُسْت بُنیادَست

بیار باده که بُنیادِ عُمر بِر بادَست

غلام هِمَتِ آنَم که زیرِ چرخِ کَبُود  
زِ هر چه رنگِ تَعْلُق پذیرد آزادَست

چه گویَمَت که به میخانه دوشِ مَست و خراب

سُروشِ عالمِ غَيِّبِم چه مُزْدَهَهَا دادَهَست

دیوان حافظ، غزل شماره ۳۷

دیوان حافظ، غزل شماره ۳۷

که ای بلند نظر شاهباز سدره نشین  
نشیمن تو نه این گنج محت آبادست

تورا ز کنگره عرش من زند صفیر  
ندانم که در این دامگه چه افتادست

نصحتی کنم یاد کیر و در عمل آر  
که آین حدیث ز پیر طریقتم یادست

مَجُو درستِ عَهْد از جهانِ سُسْتَنْهاد  
که این عَجُوزه عروسِ هزار داماَدست

غِمِّ جهانِ مَخُور و پَند منِ مَبَر از ياد  
که این لطیفه‌ی عشقِ زَهروی يادَست

رضا به داده بده وزِ جَبین گِره بُگشای  
که بر من و تو در اختیار نَگشاده‌ست

چه مایه رنج کشیدم زیارت این کار  
بر آب دیده و خون جگر گرفت قرار

هزار آتش و دود و غم است و نامش عشق  
هزار درد و دریغ و بلا و نامش یار

هر آنکه دشمن حان خودست، بسم الله  
صلای دادن حان و صلای کشتن رار  
صلای: دعوت عمومی، آواز دادن، صدا زدن

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۸

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

بە من نگر کە مرا او بە صد چنین ارزد  
نترسم و نگریزم ز کشتن دلدار

چو آب نیل دو رو دارد این شکنجه عشق  
بە اهل خویش چو آب و بە غیر او خونخوار

چو عود و شمع نسوزد، چه قیمتیش  
باشد؟  
که هیچ فرق نمایند ز عود و گندھی خار

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۸

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

# چو ز خم تیغ نباشد به جنگ و نیزه و تیر چه فرق حیز و مُخَنث ز رستم و جاندار

مُخَنث: مردی که حالات و اطوار

زنان را از خود بروز بدهد، زن‌مانند،

در اینجا به معنی ترسو

حیز: نامرد، در اینجا به معنی ترسو

## به پیش رستم آن تیغ خوشت از شِنگ است نشر تیر بر او لذیدتر ز نثار

رستم و جاندار: سلحشور و نگاهبان

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۸

شکار را به دو صد ناز می برد این شیر  
شکار در هوسِ او دوان قطار قطار

شکارِ کشته به خون، اندرون همی زارد  
که از برای خدایم بگش تو دیگر بار

دو چشمِ گشته به زنده بدان همی نگرد  
که ای فسردهی غافل، بیا و گوش مخار

خمش خمش که اشاراتِ عشق معکوس است  
نهان شوند معانی، ز گفتین بسیار

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۸

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

ایمن آبادست آن راه نیاز  
تری نازش گیر و، با آن ره بساز

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۷۵\_۵۷۶

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

# که درون سینه شرحت داده‌ایم شرح اتدر سینه‌ات بنهاده‌ایم

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۶۷

که آلم نَشَرَحْ نه شرحت هُست باز؟  
چون شدی تو شرح جو و گدیه‌ساز؟

گدیه‌ساز: گدایی کننده،  
تکّدی کننده

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۱

گنج  
حضور،  
پرویز  
شهریاری،  
برنامه  
۸۹۶

(قرآن کریم، سوره انشراح (۹۴)، آیات ۱ تا ۳)

«آلم نَشَرَحْ لَكَ صَدْرَكَ. وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ.  
الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ.»

«آیا سینه‌ات را برایت نگشودیم؟ و بار گرانات را از پشت  
برنداشتیم؟ باری که بر پشت تو سنگینی می‌کرد؟»

حُکمِ حق گسترد بھرِ ما بساط  
که: بگویید از طریقِ انبساط

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

گنج حضور،  
پرویز شهبازی،  
برنامه ۸۹۶

ز بهر مختنِ تو آتشی ستروحانی

چو پس جهی چوزنان، خام قلبان باشی

مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۹۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

جبرئیل اگر چه باری می‌کنی  
چون برادر پاسداری می‌کنی

ای برادر من بر آذر چاکم  
من ذه آن جافم که گردم بیش و کم

آذر: آتش

مولوی، هشتوی، دفتر سوم، ابیات ۴۲۱۷\_۴۲۱۸

گنج حضور، پرویز شهریاری، برنامه ۸۹۶

یا تو پنداری که تو نان می خوری  
زَهْرِ مار و کاهشِ جان می خوری

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۵۷

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

تابه دیوارِ بلا ناید سَرَش

لشود پنِدِ دل آن کوشِ کرش

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳

گنج حضور،  
پرویز شهبازی،  
برنامه ۸۹۶

# شرع بهر دفع شر رایی زند دیو را در شیشه‌ی حجت کند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱

گنج حضور، پرویز شهربازی، برنامه ۱۹۶



خویش را تسلیم کن بر دام مُزد

وانگه از خود بی ز خود چیزی بدُزد

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۲

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

سَحَرْگَاهان که مَخْمُورِ شبانه  
گرفتم باده با چَنگ و چَغانه

مَخْمُور: مست، خمارآلوده

چَغانه: نوعی سازِ موسیقی

نَهادم عقل را رَهْتوشه از می  
زِ شهرِ هستی اش کردم رَوانه

رَهْتوشه: آذوقه‌ی مسافر، توشه‌ی راه

نِگارِ مِن فروشم عشوه‌بی داد  
که آیمِن گشتم از مَکِر زمانه

دیوان حافظ، غزل شماره ۴۲۸

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

# عقل تو قسمت شده بر صد مُهمّ

## بر هزاران آرزو و طِمّ و رِمّ

طِمّ: دریا و آب فراوان

رِمّ: زمین و خاک

(منظور از طِمّ و رِمّ در اینجا، آرزوهای دنیوی است.)

جمع باید کرد اجزا را به عشق  
تا شوی خوش چون سمرقند و دمشق

مولوی، هشتادی، دفتر چهارم، ایات ۳۲۸۸-۳۲۸۹

گنج حضور، پروز شهبازی، برنامه ۸۹۶

گفت: ای یاران از آن دیوان نیم  
که ز لاحولی ضعیف آید پیم

لاحول: منظور لاحول و لا قوّة إِلَّا بِالله به معنی  
نیست نیرویی به جز نیروی خدا  
پی: بنیان، شالوده، پایه

کودکی کو حارس کشته بُدی  
طلکی در دفع مُرغان می زدی

حارس: نگهبان

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۴۰۸۸-۴۰۸۹

گنج حضور، پرویز شبازی، برنامه ۸۹۶

تا رمیدی منغ ز آن طبلک ز گشت  
کشت از مرغانِ بد بی خوف گشت

چونکه، سلطان، شاه محمود کریم  
برگذر زد آن طرف خیمه‌ی عظیم

با سپاهی همچو استاره‌ی آثیر  
آنبه و پیروز و صَفَدر مُلُك گیر

آثیر: آسمان، گره آتش که بالای گره هواست

آنبه: انبوه، بی شمار

صفدر: صف شکن

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۹۰-۴۰۹۲

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

أُشتري بُد كوش بُدى حَمَالِ كوس  
بُختي بُد پيش رَو همچون خروس

بُختي: شتر قوى هيكل دو كوهانه، نوعى شتر قوى و سرخ رنگ

بانگ كوس و طبل بر وَى روز و شب  
مَزدى اندر رجوع و در طلب

اندر آن مَزرع درآمد آن شتر  
کودک آن طبلک بزد در حفظِ بُر

بُر: گندم

مولوى، مثنوى، دفتر سوم، أبيات ٤٠٩٣-٤٠٩٥

عاقلی گفتش: مزن طبلک که او  
پخته‌ی طبل است، با آنش است خُو

پیش او چه بُود تَبوراکِ تو طفل؟  
که گشد او طبِل سلطان، بیست کِفل

کِفل: بهره، قسمت، واحد وزن

عاشقم من، کشته‌ی قربان لا  
جان من نوبتگه طبل بلا

نوبتگه: جایی که طبل و نقاره و دهل می‌زند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۴۰۹۶-۴۰۹۸

کنج حضور، پرویز شبازی، برنامه ۸۹۶

**خود تَبُوراک است این تهدیدها  
پیش آنچه دیده است این دیدها**

تَبُوراک: طبل کوچکی که کشاورزان برای راندن جانوران از مزرعه می‌زنند.

**ای حریفان من از آنها نیستم  
کز خیالاتی در این ره بیستم**

بیستم: توقف کنم

**من چو اسماعیلیام، بی حذر  
بل چو اسماعیل، آزادم ز سر**

حذر: ترس، بیم

مولوی، هشتوی، دفتر سوم، ایات ۱۰۱-۱۰۲

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

# فارغم از طمطراق و از ریا قل تعالوا گفت جانم را بیا

طمطراق: کر و فر، نمایش شکوه و جلال، خودنمایی، سروصدای

«قل تعالوا أتُل مَا حَرَّمَ رَبُّكُمْ عَلَيْكُمْ...»

بگو: بیایید تا آنچه را که پروردگارتان بر شما حرام کرده است برایتان بخوانم.  
(قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیه ۱۵۱)

## گفت پیغمبر که جادِ فِي السَّلْفِ بِالْعَطِيَّةِ مَنْ تَيَقَّنَ بِالْخَلْفِ

پیامبر فرموده است: هر کس که به عوض در آخرت  
یقین داشته باشد، در دنیا بخشندگی می‌کند.

هر که بیند مر عطا را صد عِوض  
زود در بازد عطا را زین غرض

جمله در بازار از آن گشتند بند  
تا چو سود افتاد، مال خود دهند

زر در انبان ها، نشسته منتظر  
تا که سود آید، به بذل آید مُصیر

مُصیر: کسی که در امری اصرار و پافشاری کند، اصرارکننده.

کج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

چون ببیند کاله‌یی در رِبح بیش  
سرد گردد عشقش از کاله‌ی خویش

کاله: کالا

رِبح: نفع، سود، بهره

گرم زان ماندهست با آن، کو ندید  
کاله‌های خویش را رِبح و مَزید

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۴۱۰۷-۴۱۰۸

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۱۹۶

همچنین علم و هنرها و حرف  
چون ندید افزون از آنها، در شرف

حرف: حرفه‌ها، جمع حرفه

تا به از جان نیست، جان باشد عزیز  
پوئن به آمد، نام جان شد پیز لیز

لیز: سُر خوردنده، لغزنده

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۴۱۰۹-۴۱۱۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

**لُعَبَتْ مُرْدَه، بُوَدْ جَانْ طَفْل رَا  
تَا نَگَشْت او در بَزْرَگَى، طَفْل زَا**

طفل‌زا: زاینده‌ی کودک، در اینجا منظور رسیدن به حدّ  
بلوغ و رشد عقلانی است.

لُعَبَتْ: هرچیزی که با آن بازی کنند، بازیچه، اسباب‌بازی، عروسک

**اين تصوّر، وين تخيل لُعَبَتْ است  
تا تو طفلى، پس بدآنَتْ حاجت است**

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۴۱۱۱-۴۱۱۲

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

# چون ز طفلى رست جان، شد در وصال فارغ از حس است و تصویر و خیال

مولوی، مثنوی، دفتر سوچ، بیت ۴۱۱۳

«وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهُوَ الْكَلَّارُ الْآخِرَةُ  
خَيْرُ الْلِّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ»

و زندگی دنیا چیزی جز بازیچه و لھو نیست و پرهیزگاران  
را سرای آخرت بهتر است. آیا به عقل نمی یابید؟

قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیه ۳۲

«وَمَا هُنَّهُنِيَ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوَ لَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ إِلَّا خَرَةٌ  
لَهِيَ الْحَيَّانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ»

زندگانی این دنیا چیزی جز لهو و لعب نیست. اگر بدانند، سرای آخرت سرای زندگانی است.

قرآن کریم، سوره عنکبوت (۲۹)، آیه ۶۴

«إِنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُوَ وَإِنْ تُؤْمِنُوا وَتَتَقَوَّا  
يُؤْتِكُمْ أُجُورَكُمْ وَلَا يَسْأَلُكُمْ أَمْوَالَكُمْ»

جز این نیست که زندگی این جهانی، بازیچه و بیهودگی است. و اگر ایمان بیاورید و پرهیزکاری کنید خدا پاداش‌هایتان را خواهد داد، و از شما اموال‌تان را نمی‌طلبد.

قرآن کریم، سوره محمد (۴۷)، آیه ۳۶

«اَعْلَمُوا اَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُوُ وَزِينَةٌ  
 وَتَفَاخِرُ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْاًمْوَالِ وَالْاُولَادِ  
 كَمَثَلَ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهْيَجُ فَتَرَاهُ  
 مُصْفَرًا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ  
 شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ  
 الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعٌ الْغُرُورِ»

بدانید که زندگی این جهانی بازیچه است و بیهودگی و آرایش و  
 فخرفروشی و افزون‌جویی در اموال و اولاد. همانند بارانی به وقت  
 است که روی‌دنباله‌ایش کافران را به شگفت افکند. سپس پژمرده  
 می‌شود و بینی که زرد گشته است و خاشاک شده است. و در آخرت،  
 نصیب گروهی، عذاب سخت است و نصیب گروهی، آمرزش خدا و  
 خشنودی او. و زندگی دنیا جز متعای فریبند نیست

قرآن کریم، سوره حديد(۵۷)، آیه ۲۰

نیست مَحْرَم، تا بَگوییم بِنَفَاق

تن زدم، وَاللَّهُ أَعْلَم بِإِلْوَاق

وَاللَّهُ أَعْلَم بِإِلْوَاق: خدا به حقیقت وصال داناتر است

مولوی، مثنوی، دفتر سوچ، بیت ۴۱۱۴



گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶



# مال و تن برفاند، ریزان فنا حق خریدارش، که اللہ اشترا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱۵

«إِنَّ اللَّهَ اشْتَرَى مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنفُسَهُمْ وَأَمْوَالَهُمْ بِأَنَّ لَهُمُ الْجَنَّةَ...»

یقیناً خدا از مؤمنان جانها و اموالشان را به  
بهای آنکه بهشت برای آنان باشد خریده...

قرآن کریم، سوره توبه (۹)، آیه ۱۱۱

گنج حضور،  
پروپر شهبازی،  
برنامه ۸۹۶



برف ها ز آن از ثمن اولی نیست

که تویی در شک، یقینی نیست

ثمن: قیمت، بها، منظور در اینجا بهشت و یا لقای ذات الهی است.

وین عجب ظن است در توای مهین

که نمی پردد به بستانِ یقین

مهین: خوار و ذلیل

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۴۱۱۶-۴۱۱۷

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶



هر گمان نشنه‌ی یقین است ای پسر  
میزند اندر نزاید بال و پر

تزاید: زیاد شدن، افزون شدن،  
مولوی، مشنوی، دفتر سوم، آبیات ۴۱۱۹-۴۱۱۸

افزونی، افزایش

چون رسد در علم، پس پر، پا شود  
مر یقین را علم او بویا شود

کنچ حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

# زآنکه هست اند، طریقِ مُفتَّش علم، کمتر از یقین و فوقِ ظن

مُفتَّش: مورد امتحان قرار گرفته، آزمون شده

علم، جویای یقین باشد بدان  
و آن یقین جویای دیدست و عیان

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۴۱۲۰-۴۱۲۱

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

# اندر الهاکم بجو اپن را گنون از پس کلا، پس لو تعلمون

الهاکم: سرگرم کرد شما را  
قرآن کریم، سوره تکاثر (۱۰۲)، آیات ۱ تا ۸  
کلّا: نه چنین است

«الْهَاكُمُ الشَّاكِرُ. حَتَّىٰ رُزْتُمُ الْمَقَابِرَ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ. ثُمَّ كَلَّا سَوْفَ  
تَعْلَمُونَ. كَلَّا لَوْ تَعْلَمُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ . لَتَرَوْنَ الْجَحِيمَ. ثُمَّ لَتَرَوْنَهَا  
عَيْنَ الْيَقِينِ . ثُمَّ لَتُشَأْلَنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ.»

انباشتگی و هم هویت شدن با آنها شما را به خود سرگرم کرد.  
تا جایی که گورها را دیدار کردید.  
نه چنین است [که شما می پندارید]، در آینده خواهید دانست.  
باز هم، نه چنین است [که شما می پندارید]، در آینده خواهید دانست.  
نه چنین است، اگر به علم یقینی می دانستید.  
البته که دوزخ را خواهید دید.  
سپس آن را عیناً خواهید دید.  
آن گاه شما در آن روز از نعمت‌ها باز پرسی خواهید شد.

می‌کشند دانش به بینش ای علیم  
گر یقین گشتی، ببینندی جَحِیم

جَحِیم: دوزخ، جهنم

دید زاید از یقین بی امتهال  
آنچنانک از ظن می‌زاید خیال

امتهال: مهلت دادن

اندر الْهَاكُمْ بِيَانِ اِينَ بَيْنَ  
که شود عِلْمُ الْيَقِينِ، عَيْنُ الْيَقِينِ

# از گمان و از یقین با لاترم وز ملامت برنمی گردد سرم

بر نمی گردد سرم: عقیده ام عوض نمی شود.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۲۶

«...يُجَاهِهُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ...»

در راه خدا جهاد می کنند و از ملامت هیچ ملامتگری نمی هر اسند.

قرآن کریم، سوره مائدہ (۵)، آیه ۵۴

چون دهانم خورد از حلوای او  
چشم روشن گشتم و بینای او

پا نهم گستاخ، چون خانه روم  
پا نلرزانم، نه کورانه روم

مولوی، مثنوی، دفتر سوچ، ابیات ۴۱۲۸-۴۱۲۷

«...يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ...»

در راه خدا جهاد می‌کنند و از ملامت هیچ ملامتگری نمی‌هراستند.

قرآن کریم، سوره مائدہ (۵)، آیه ۵۴

گنج حضور، پرویز شبازی، برنامه ۸۹۶

آنچه گل را گفت حق، خندانش کرد  
با دل من گفت و، صد چندانش کرد

آنچه زد بر سرُو و قدش راست کرد  
و آنچه از وی نرگس و نسرین بخورد

گنج  
حضور  
پرویز  
شهرابازی،  
برنامه  
۸۹۶

مولوی،  
مشنوی،  
دفتر  
سوم،  
ابیات  
۴۱۳۰-۴۱۲۹.

آنچه نی را کرد شیرین جان و دل  
و آنچه خاکی یافت ازو نقش چگل

چگل: ناحیه‌ای در ترکستان که مردمی به غایت زیبا دارد، در ادب پارسی به عنوان مظهر زیبایی به کار می‌رود.

آذچه ابرو را چنان ظرّار ساخت  
چهره را گلگونه و گلنار ساخت

ظرّار: دزد، جیب بُر

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۱۴۱۳-۱۴۱۳۲

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

# مر زبان را داد صد افسون‌گری و آنکه کان را داد زَرَّ جعفری

زَرَّ جعفری: زر ناب، طلای خالص

چون درِ زَرَادخانه باز شد  
غمزهایِ چشم، تیرانداز شد

زَرَادخانه: اسلحه خانه

غمز: در لغت به معنی اشاره با چشم و ابروست  
و در اصطلاحِ صوفیه به ظهور و خفای حضرت  
مشوق اطلاق می‌شود.

گنج حضور،  
پرویز شهبازی،  
برنامه ۸۹۶

بر دلم زد تیر و سودا ییم کرد  
عاشق شکر و شگرخاییم کرد

عاشق آنم که هر آن، آن اوست  
عقل و جان، جاندار یک مرجان اوست

جاندار: حافظ، نگهبان

من نلافم، ور بلا فم، همچو آب  
نیست در آتش کشی آم اضطراب

# چون بدردم؟ چون حفیظ مخزن اوست چون نباشم سخت رو؟ پشت من اوست

حَفِيظ: نگه‌دارنده،  
نکهبان، مراقبت‌کننده

مولوی، مثنوی،  
دفتر سوم،  
۴۱۳۸

گنج حضور،  
پرویز شهبازی،  
برنامه ۸۹۶

هر که از خورشید باشد پشت‌گرم  
سخت‌رو باشد. نه بیم او را. نه شرم

همچو روی آفتاب بی‌حدار  
گشت رویش خصم‌سوز و پرداده  
هر پیغمبر سخت‌زو بُد در جهان

یکسواره کوفت بر جیش شهان

جیش: لشکر، سپاه، ارتش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ایيات ۱۴۹ - ۱۴۳

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

رو نگرددانید از ترس و غمی  
یک تنه تنها بزد بر عالمی

سنگ باشد سخت رو و چشم شوخ  
او نترسد از جهان پر کلوخ

چشم شوخ: بحایا، بیاشرم

مولوی، هننوی، دفتر سوم، ابیات ۳۴۱ - ۳۴۲

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

کآن کلوخ از خشت زن، یک لخت شد  
سنگ از صنع خدایا، سخت شد

لخت: سخت، پاره، قسمت

گوسفندان گر برون آند از حساب  
ز انبهیشان کی بترسد آن قصاب؟

کُلکم راعِ، نبی چون راعی است  
خلق مانند رَمه، او ساعی است

راعی: چوپان

ساعی: گوشنده، سعی گنده، در اینجا به معنی نگهبان و مراقب آمده است.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ایيات ۱۴۶ - ۱۴۵

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

حدیث

# کلکم راع و کلکم مسؤول عن رعایته

جملگی شما چوپانید و جملگی شما مسئول رمهی خود هستید.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶



از رَمه. چوپان نترس در نبرد  
لیکشان حافظ بُود از گَرم و سرد  
گَر زند بانگی ز قهر، او بر رَمه  
دان ز مِهرست آن، که دارد بر همه

هر زمان گوید به گوشم بخت نو  
که تو را غمگین کنم، غمگین مشو

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۱۴۷-۱۴۹

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

من تو را غمگین و گریان. زآن کنم  
تا کیت از چشم بدان. پنهان کنم

تلخ گردانم ز غم‌ها خوی تو  
تا بگردد چشمِ بد از روی تو

نه تو صیادی و جویای من؟

بند و افگندوی رای من؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوچ، بیت ۱۵۲ - ۱۵۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

حیله اندیشی که در من در رسی  
در فراق و جستن من بی کسی  
چاره می جوید پی من، در دِ تو  
می شنودم دوش، آه سردِ تو

من توانم هم که بی این انتظار  
ره دهم، بنمایمت را مگذار

مولوی، مثنوی، دفتر سوھ، بیت ۱۵۵ - ۱۵۳

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶



تا ازین گرداب دَوْرَان، وارهی  
بر سر گنج و صالح پا نهی

لِیک شیرینی و لذّات مَقَر  
هست بر اندازه‌ی رنج سفر

مَقَر: جای قرار گرفتن و ماندن، جای قرار و آرام، قرارگاه

مولوی، مثنوی، دفتر سوه، بیت ۷۱۵۶ – ۷۱۵۷



# آنگه از شهر و ز خویشان بِرخوری کز غریبی رُفَج و محنت‌ها بَری

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

مولوی، مثنوی، دفتر  
سوم، بیت ۴۱۵۸

تا ما همانیدگی‌هایمان

را به خدا ندهیم، بهشت،

قصای کشوده شده لین

لحظه، یا قصای یکتایی

را به ما نخواهد دار.

گنج حضور، پرویز شهربازی، برنامه ۸۹۶



الآن که شما حرف مولانا را  
می‌پذیرید مسئول هستید که در  
این مورد تأمل کنید، تحقیق کنید  
و انتخاب خودتان را داشته باشید،  
معقولانه بپذیرید، همین طوری  
نپذیرید، تقلید نکنید.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶

هر شهروندی لازم است ادبیات کشورش را یاد بگیرد. یعنی شما هر کسی هستید و هر حرفه‌ای دارید وظیفه‌تان است ادبیات فارسی را یاد بگیرید. ادبیات فارسی برای پول درآوردن نیست، برای یادگرفتن علم زندگی است. علم زندگی هم با ادبیات حالا نمی‌گوییم خیلی مشکل، نسبتاً مشکل نوشته شده که ورای زبانِ محاوره است که ما هر روز به کار می‌بریم.

انسان محدودیت را به  
خودش تحمیل می‌کند و  
حس لیاقت نمی‌کند که از  
من ذهنی خارج بشود.

گنج حضور، پروینز  
شهبازی، برنامه

۱۹۶



شما می‌توانید من ذهنی را  
بسوزانید و پرده‌هایش را بدرید و  
از هیچ کس نترسید؟ اگر بتوانیم  
این کار را بکنیم، خرافات را از میان  
می‌توانیم برداریم. خرافه قسمت  
عمده‌ای از من ذهنی ماست، هیچ  
سروته‌ی ندارد، نه تنها سست‌پی  
است، هیچ مبنای علمی هم  
ندارد.

ما دائماً در فضای شک و تقلید به سر می‌بریم،  
تقلید از دیگران روی ما اثر زیادی دارد. این  
است که اگر شما تقلید نکنید یک قسمتی از  
من ذهنی فلجه می‌شود. یعنی به دیگران نگاه  
نکنید چکار می‌کنند. به بزرگی مثل مولانا نگاه  
کنید و شاید هم تنها کار کنید یا با کسانی که  
مثل خود شما محقق هستند، تقلید نمی‌کنند.  
تقلید یعنی بدون تحقیق و بررسی انسان فکر  
و عمل یکی دیگر را مال خودش کند که  
من ذهنی از این جنس است. من ذهنی فضای  
تقلید و شک است.

وقتی شما فضائی خیلی  
گستردگ و عمیق می‌کنید و حضور  
عمیق پیدا می‌کنید، در این صورت از  
گمان و از یقین بالاتر می‌روید، از  
جنسِ خود زندگی می‌شود؛ بنابراین  
از ملامت مردم عقیده‌تان عوض  
نمی‌شود.

گنج حضور، پرویز  
شهریاری، برنامه ۸۹۶



وقتی شما شروع کردید به شناسایی  
من ذهنی و فضایشایی، اگر مردم شما  
را ملامت کنند و بترسانند، شما از این  
راه می‌مانید؟ کُند می‌شوید؟ براستی  
شما چقدر در این راه جدی هستید؟  
چقدر کار می‌کنید؟

اِشکالی که برخی از ما داریم این است که فقط در ذهنمان این مطالب را تکرار می‌کنیم عمل نمی‌کنیم، ما باید عمل بکنیم. شما در این لحظه همانیدگی‌ها را بشناسید، فضارا بازکنید تسليم بشوید، آرام بشوید از فضای گشوده شده به صورت هشیاری ناظر چیزی را که ذهنتان نشان می‌دهد ببینید، ببینید آن مهم نیست بلکه فضای گشوده شده مهم است، تجربه کنید، بگذارید خرد زندگی به گوش شما راز را بگوید، خردورزی کنید بگذارید، خرد زندگی به فکر و عملتان بریزد، نتیجه آن را ببینید.

شما به صورت هشیاری ناظر بیایید من ذهنی خودتان را زیر نور افکن بگذارید ببینید چگونه می خواهد به شما حمله کند، قضایت کند، یک چیزی را که نباید بگوید، می گوید، اوضاع را به هم می ریزد، کارافزایی می کند.

شما یکماه کارافزایی این من ذهنی را زیر نظر داشته باشید. ببینید چگونه موزیانه کارافزایی می کند. جایی که شما با یک موافقت می توانید کار را تمام کنید، آنجا مخالفت می کند.

جایی که نباید دخالت پکنیم اصلاً از ما چیزی نمی پرسند، دخالت می کنیم اوضاع را به هم می ریزیم و مسئله به وجود می آوریم. نمی توانیم آنرا حل کنیم. گرفتاری با یکسری آدمها، آنها هم که من ذهنی دارند، به وجود آمد هر کاری می کنیم حل نمی شود، چه کسی کرد؟ من ذهنی ما کارافزایی کرد.

در اصل انسان این لحظه باید فکر این  
لحظه را تولید کند، نه اینکه فکر یکدقيقة  
پیش را بکار ببرد، ما که اصلاً با فکرهای  
هزار سال پیش همانیده هستیم،  
کهنه‌پرست و پوسیده‌پرست هستیم.

گنج حضور،  
پرویز شهبازی،  
برنامه ۸۹۶

این که ما چگونه به وصال او(خدا)

برسیم فقط خدا دانست و ما با

من ذهنی نمی دانیم.

شما مسئول اداره خودتان هستید و مسئول کمک رساندن، ساعی بودن به کسانی که وظیفه دارید به آن‌ها کمک کنید؛ یعنی ما به درجه روشن‌شد نمان به مردم کمک می‌کنیم. ما باید بدانیم که کمک‌کردن تحمیل عقیده بر دیگران نیست.

کمک کردن، بیدار کردن، فرق دارد با این که ما عقیده‌مان را تحمیل کنیم، بگوییم من هرچیزی می‌گوییم شما گوش بدھید، حق هم ندارید چیز دیگری بگویید. نه آن نیست.

ما بیدار می‌کنیم، کمک می‌کنیم و می‌کشیم عقب، می‌گوییم شما مسئول هستید. شما از طریق این برنامه، این دانش را از مولانا می‌گیرید، مسئول هستید تحقیق و تأمل کنید و خودتان، خودتان را بیدار کنید. من مسئول نیستم. من کارهای نیستم. شما باید همه چیز را از من بپرسید. اصلاً از من نباید سؤال کنید.

اگر کسی درسی می‌دهد، ولی همانیده شده  
با پیروانِ خودش، و از ترس این که آنها را  
از دست بدهد، حقیقتی را نمی‌گوید، مجبور  
است پنهان کند، او کار درستی نمی‌کند.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶



اگر احتمال بدھیم که ما به صورت تسلیم و حضور ناظر از ذهنمان جدا بشویم، می‌توانیم ذهنمان را که پُر از دردِ و همانیدگی‌هاست به صورت دوزخ ببینیم. و وقتی که به صورت حضور ناظر دوزخ را در مرکزمان دیدیم، آنگاه در آن روز از ما سؤال می‌کنند؛ یعنی ما واقعاً از خودمان سؤال می‌کنیم که حقیقتاً در این جهان هیچ نعمت دیگری به غیر از این همانیدگی‌ها و دوزخ، دیدن بر حسب همانیدگی‌ها، همانیدن و انباشته کردن، ما هیچ راهِ دیگری نداشتیم. حتماً داشتیم.

شما یک بازبینی کنید، برای  
تبديل و تغییر خودتان حتماً  
باید زحمت بکشید، این که  
یکی می‌گوید من فهمیدم،  
فهمیدن هیچ ارزشی ندارد.

گنج حضور پرویز شهبازی برنامه ۸۹۶



فرصت ما کم است، بنیاد  
عمر ما به نَفْسِی بند است،  
نباید وقت تلف کنیم.

گنج حضور پرویز شهبازی برنامه ۸۹۶



ما با آموزش‌های مولانا متوجه می‌شویم نباید  
ناهشیارانه و بیهوده درد بکشیم، دائمًا به فکر  
همانیدگی‌های خود باشیم و با ازبین‌رفتن آن‌ها  
بترسیم، نگران باشیم و دردهای همانیدگی  
مثل نگرانی و اضطراب از آینده، خَبط، دریغ و  
افسوس از گذشته را داشته باشیم؛ اگر من این  
خانه را نفروخته بودم الان پنج برابر شده بود،  
چرا بی‌عقلی کردم؟ نه این‌ها را ما نمی‌کشیم،  
این‌ها دردهای من‌ذهنی است، **افسوس هم** که  
**می‌خوریم می‌گوییم** چرا من زودتر به خدا زنده  
نشدم؟

انسان اگر فضائی کند  
می‌تواند بر ترسِ مرگ غالب  
باشد، آن چیزی که نمی‌گذارد ما  
از من ذهنی خارج بشویم، ترس  
از مرگ است و این اشتباه را در  
ظن مان(فکر مان) ایجاد کردہ‌ایم.

اگر انسان به این جهان بیاید فقط دنبال هماییدگی‌ها باشد، این‌ها را انباشته کند، به یک مرد ه تبدیل بشود، این واقعاً شایسته است؟ انسان باید به حضور روشن شود، بوی عشق بدهد تا بگوییم انسان است، و گرنه فقط هماییدگی‌ها را جمع کرده، پر از درد و خار است. اگر انسان به حضور زنده و شکوفا نشود، خرد، برکت و شادی زندگی را نیاورد به این جهان پخش کند، چه انسانی است؟ از حیوان هم بدتر است. چون حیوان هم نوع خودش را نمی‌گشود، برای نیازش شکار می‌کند، ببینید ما به صورت من ذهنی داریم چکار می‌کنیم؟

ما یک باشندۀ فضایشان هستیم.

شما مرتب در طول روز با هر

چیزی که برخورد می‌کنید،

می‌خواهد یک اتفاق باشد،

می‌خواهد یک شخص باشد،

کسی به شما یک چیز بدی

می‌گوید یا تحسین می‌کند،

دائماً باید فضایشان باشید.

ما در ذهن دنبال توضیح  
و سؤال و جواب هستیم،  
یادمان باشد سؤال و جواب  
یعنی دامبافی، یعنی ما تله را محکم‌تر می‌کنیم. پس سؤال نکنیم.

گنج حضور بروز شهبازیر نامه ۱۹۶



شما از خودتان بپرسید، چه حوادث ناگواری  
باید برای من بیفتد تا من بفهمم که این راهی  
که با من ذهنی می‌روم غلط بوده و باید به  
مولانا گوش بدhem؟ از خودتان بپرسید؛ کی من  
از این راه برمی‌گردم؟ اگر برگشتم و تصمیم  
گرفتم، کی خیلی جدی می‌شوم؟ کی روی خودم  
کار می‌کنم؟ تا کجا می‌خواهم بروم؟ من تا  
حالا با غصه و غم و اندیشهٔ چیزهای همانیده  
زندگی ام را تلف کردم چقدر دیگر باید تلف کنم؟  
چقدر باید درد بکشم تا بفهمم نباید درد بکشم؟

ما باید به وسیله ذهن مان حرف نزنیم،

چگونه؟ باید فضا را باز کنیم، یعنی شما  
صبح بیدار می‌شوید، هر اتفاقی که ذهن  
نشان می‌دهد، شما فضا باز می‌کنید،

می‌روید رانندگی می‌کنید، یکی می‌پیچد  
جلویتان، فضا را باز می‌کنید، از کنارش  
رد می‌شوید، با هر کسی از این فضای

گشوده شده برخورد می‌کنید، هر موقع خودتان  
را می‌خواهید بیان کنید، از آن فضا خودتان را  
بیان کنید و با ذهن تان حرف نزنید.

با من ذهنی باید با خوش اخلاقی صحبت کنیم، نه با دعوا، یادمان باشد این فضای گشوده شده فضای نرمش و پذیرش است، این که ما با من ذهنی خودمان خشن باشیم یعنی فضا را بستیم و من ذهنی مان دارد خودش را قوی می کند.

گنج حضور پرویز

شهربازی برنامه ۱۹۶

ما آن می فهمیم اگر به صورت  
هشیاری تندتند از یک فکر همانیده  
به فکر همانیده نپریم، اشکالی ندارد،  
ما نمی میریم، از بین نمی رویم. اگر  
ما این فکرها را رها کنیم و یک فضای  
هشیاری بی نهایت وسیع بشویم،  
یکتا و با زندگی یکی بشویم برای ما  
بهرتر است.

مردم همه در ذهنشان زندگی می‌کنند،  
درگیر با هماییدگی‌ها هستند، دائمًا آن‌ها  
را قضاوت می‌کنند، کم و زیادی شان را  
می‌سنجدند و برای آن‌ها دعوا می‌کنند.

گنج حضور پرویز شهبازی برقامه ۸۹۶

شما به خودتان تلقین کنید یا به  
من ذهنی تان بگویید اگر من سریع از  
فکری به فکری دیگر نپرم، این همه  
تندتند فکر نکنم، در فکرهایم گم نشوم  
و این همه درد نا آگاهانه ایجاد نکنم،  
هیچ چیزی نمی شود. بنابراین به خودم  
می گوییم: نگران نباش. آرام باش.

یکی از تله‌هایی که بیننده این برنامه ممکن است در آن بیفتد این است که حواسش را از روی خودش بردارد روی دیگران بگذارد. شما با استفاده از این آموزش‌ها خودتان را باید تغییر بدھید، نه قضاوت کنید که شهبازی یا مولانا یا کس دیگری به حضور زنده هست یا نیست. این مطلب خیلی مهم است. ممکن است سال‌ها طول بکشد که از این تمایل شدید من ذهنی به توجه به بیرون، مخصوصاً آدم‌های دیگر دست بکشید.



شما باید همیشه این آگاهی را  
داشته باشید چیزی را که ذهن در  
این لحظه نشان می‌دهد و شکایت  
می‌کند، وارد نیست، مهم نیست،  
این را باید کنار بگذارد.

اگر شما فضارا باز کنید و  
لحظه به لحظه مرکز تان را عدم  
کنید، مردم شما را هم ملامت  
کرده و هم می ترسانند، این  
لامت و ترس که از جمع می آید  
نمی گذارد ما پیشرفت کنیم.

قبول مسئولیت کیفیت هشیاری،  
مادرِ همه مسئولیت‌ها در  
زندگی است. اگر کسی هشیاری اش  
را در این لحظه تحت اداره خودش  
دنیاورد، هیچ کار دیگری را نمی‌تواند  
تحت اداره خودش در بیاورد.



ما این قدر ہم دیکھ رامی تر سانیم کہ کسی

اصلًا جرأت مردن بے من ذہنی یا زندہ

شدن بے خدار اسدا نکند.  
پڑیں

شما نگاه کنید ببینید به صورت من ذهنی  
چقدر به خودتان لطمه می‌زنید، ما دشمن  
خودمان هستیم. شما فقط روی این تأمل  
کنید که چرا من دشمن خودم هستم؟ ما  
درواقع دشمن من ذهنی مان هستیم.  
من ذهنی مان مرتب به ما به صورت هشیاری  
لطمه می‌زند، انسان‌ها باید بفهمند، باید  
دشمن من ذهنی خودشان باشند.

شما به صورت زندگی و امتداد خدا بگو من  
دشمن من ذهنی ام هستم. یک کسی ایرادی  
در شما نشان می‌دهد دفاع نکن، بگو خیلی  
ممnon، چون دشمن ایراد خودت هستی،  
ایراد همان همانیدگی است. یک دفعه  
تصمیم بگیر که من دشمن من ذهنی ام  
هستم، دشمن همانیدگی ام هستم. اگر  
دیدم با یک چیزی، یا با دردی من همانیده  
هستم فوراً آن را در هشیاری ام نگه می‌دارم  
تا بیفتدم. من دشمنش هستم، نمی‌خواهم  
حمل کنم. من دردها یم را نمی‌خواهم  
حمل کنم.

گنج حضور، پرویز شهریاری، برنامه ۸۹۶

علت این که ما در تله همانپدگی‌ها ماندیم برای  
این است که با دیدِ من ذهنی، مردن سخت است.

انسان واقعاً نیامده که با همانیدن با چیزهای  
کوچولو که ذهن نشان می‌دهد کوتاه‌نظر باشد.  
پس این لحظه به فضای گشوده شده نظر می‌کند.



پارک ذهنی که در ذهنمان ساخته‌ایم، این بر بنیاد سست استوار است.

چرا؟ برای این‌که روی همانیدگی‌هاست و همانیدگی‌ها همه آفل و گذرا هستند. پس آن تصویر ذهنی زیبا که هر کسی در ذهنش ساخته آن روی زیربنای سست ساخته شده است، دائماً فرومی‌ریزد.

به این سادگی نیست که ما به عشق(به خدا)

برسیم. پس حالا می‌گوییم که وقتی من، من ذهنی  
دارم و با ذهنم شناسایی می‌کنم، این شناسایی  
کافی نیست بلکه من باید کار کنم.

اگر شما درد هشیارانه نمی‌کشید واقعاً  
تغییر نمی‌کنید. فهمیدن این چیزها،  
این‌که بگوییم که این‌طوری بکنیم  
این‌طوری می‌شود، این تبدیل نیست،  
باید عمل کنیم.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۱۹۶

وقتی می‌گوییم من می‌خواهم به خدا زنده  
شوم این معادل این است که به هزار جور  
درد هشیارانه باید بیفتم. هزار جور افسوس  
بخورم، هزار جور بلا پیش بیاید تا هزار جور  
همانیدگی را از دست بدهم. وقتی به  
همانیدگی من تیر می‌خورد، این می‌تواند بلا  
باشد و من درد هشیارانه تحمل می‌کنم. پس  
وحدت مجدد، این‌که ما به عنوان هشیاری از  
ذهن دربیاییم، دوباره با خداوند یکی شده و  
به بی‌نهایت او زنده شویم، کار می‌برد  
مجانی نیست.

اگر دشمنِ من ذهنی خودت و یار خداوند  
هستی بفرما، اولین قدم را بردار، شما  
اولین قدم را برداشته‌اید؟ یا فقط حرف  
می‌زنید؟

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۸۹۶



## قرآن کریم، سوره مائدہ (۵)، آیه ۵۴

«...يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ...»

«در راه خدا جهاد می‌کنند و از ملامت هیچ ملامتگری نمی‌هراسند.»

این جهاد در راه خدا همین به‌اصطلاح رها شدن از همانیدگی‌ها است، عوض کردن مرکز مادی است، تبدیل شدن هشیاری جسمی به هشیاری حضور است، پس کوشش می‌کنند، جهاد می‌کنند در راه خدا، و اگر کسی آن‌ها را ملامت کرد، از ملامت مردم نمی‌ترسد.

این طولانی بودن تبدیل و اینکه ما درد می‌کشیم برای این است که انسان‌ها زندگی کردن با منزه‌تری را جانداخته و متداول کرده‌اند.

دست کشیدن از منزه‌تری و درست زندگی کردن برای مردم عادی نیست. عادی، همین درد کشیدن، دعوا کردن و آشتی کردن و به حق هم تجاوز کردن و ظلم کردن و... است؛ یعنی مقاومت، قضاؤت و همانیدن با چیزهای آفل عادی است.



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

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)