



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

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





پیغام عشق

قسمت چهارصد و چهارم





خانم مہوش



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۸۷۵ گنج حضور، بخش دوم

پیش از آن کز دست، سرمایه شدی

عاقبت معیوب بیرون آمدی

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۰۸

پیش از آن که سرمایه -هشیاری ام از دست برود و عیب آن در پایان کار معلوم شود، و چهار بُعد من نیز -فکر، جسم، هیجان و جانم خراب شود، عاقبت متوجه من ذهنی معیوب شدم.

شکر کین زرقلب پیدا شد کنون

پیش از آن که عمر بگذشتی فزون

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۱۱

-\*قلب: -مجاز قلبی؛ ناسره؛ ناخالص.

خدا را شکر می‌گویم که قلبی بودن این طلای من‌ذهنی بر من معلوم شد؛ پیش از آن که خیلی دیر شده و عمرم بیش از این تلف شود.

قلب ماندی تا ابد در گردنم  
حیف بودی عمر ضایع گردنم  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۱۲

در غیر این صورت این طلای قلبی -من‌ذهنی تا ابد در گردنم می‌ماند. حیف بود اگر عمرم با من‌ذهنی تلف می‌شد.

چون پگه‌تر قلبی او رو نمود  
پای خود زو واگشتم من زود زود  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۱۳



چون قلبی بودن این من‌ذهنی زودتر معلوم شد، من نیز هرچه زودتر از بودن در من‌ذهنی و نگه داشتن همانیدگی‌های مرکز منصرف شدم.

گردش کف را چو دیدی مختصر

حیرتت باید، به دریا درنگر

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۰۷

هرگاه جنبش کف، -اتفاق این لحظه را مختصر، بی‌اهمیت و به صورت بازی دیدی و حیرت را لازم شمردی، آن وقت با دید فضای گشوده شده به دریای یکتایی نگاه کن.

آن که کف را دید، سرگویان بود

و آن که دریا دید، او حیران بود

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۰۸

آن کسی که کفّ -اتفاق این لحظه را دید شروع به حرف زدن کرده، و به خیالش دارد اسرار را بازگو می کند، اما کسی که عظمت دریای یکتایی را می بیند، زبانش بند می آید و دچار حیرت می شود.

آنکه کف را دید، نیتها کند  
و آن که دریا دید، دل دریا کند  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۰۹

آن کسی که کفّ -اتفاق این لحظه را دید، خواسته و نیاتی در ذهنش می پرورد و می خواهد با سعی و تلاش من ذهنی خود به مقصودش برسد، اما کسی که با دید فضای گشوده شده، دریای یکتایی را دید در هر اتّفاقی مسبب الاسباب را می بیند؛ بنابراین تسلیم شده، دلش را مثل دریا وسیع کرده، سکوت می کند و اجازه می دهد که آن دریای یکتایی حرف بزند و تصمیم بگیرد.

مرغ چون بر آب شوری می تند  
 آب شیرین را ندیده ست او مدد  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۴۸

برای مثال، پرنده‌ای که در اطراف آب شوری می‌چرد به این دلیل است که آب شیرین را ندیده و قطره‌ای از آن نچشیده است، یعنی انسانی که در دردهای من‌ذهنی و هشیاری جسمی مشغول است، آب شیرین زندگی، باد صرصر، که از فضای گشوده شده می‌آید را ندیده و کمک‌های آن را دریافت نکرده است.

بلکه تقلید است آن ایمان او  
 روی ایمان را ندیده جان او  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۴۹



بلکه ایمان آن من ذهنی بیچاره، سطحی و تقلیدی است. جان او روی ایمان حقیقی، یعنی فضاگشایی و از جنس زندگی شدن را، هنوز ندیده است.

پس خطر باشد مقلد را عظیم  
از ره و ره‌زن، ز شیطان رجیم  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۵۰

پس بنابراین برای مقلد، یعنی انسان من ذهنی که ایمان تقلیدی دارد خطرات بزرگی نظیر راه، که به وسیله من ذهنی غلط نشان داده می‌شود و راه‌زن، -انسانی که من ذهنی دارد و خود را استاد معنوی معرفی می‌کند و شیطان ملعون، -نیروی درد و همانیدگی جهان که پیرو زیاد کردن همانیدگی‌هاست وجود دارد.

چون ببیند نور حق، ایمن شود  
ز اضطرابات شک او ساکن شود  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۵۱

اگر انسان به این لحظه بیاید، فضا را باز کند، بازی اتفاقات را جدی نگیرد و نور خدا را ببیند، ایمن می‌شود و او از اضطرابات و پریشانی فضای شک و تردیدِ ذهن رها و ساکن می‌شود.

چون شود فانی، چو جانش شاه بود؟

بیخ او در عصمت الله بود

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۷۲

آن غلام که به خدا تبدیل شده و جان، روح و روانش، شاه یعنی خدا بود، چگونه امکان داشت فانی شود؟ در حالی که خداوند ریشه او را حفاظت و نگهداری کرده، از هر گزندی مصون می‌داشت.



دست‌گه و پیشه تو را، دانش و اندیشه تو را  
 شیر تو را، پیشه تو را، آهوی تاتار مرا  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹  
 -\*دست‌گه: دست‌گاه؛ قدرت و جمعیت؛ شکوه و جلال.  
 -\*آهوی تاتار: آهویی که از نافه او مشکِ دل‌آویز به دست آرند.

معشوق حقیقی، پروردگار عالم، زندگی لطیف که به منزله آهوی تاتار دشت جهان هستی است، مال من باشد، حکومت، قدرت، کسب مال، اندیشه و دانش من ذهنی مال تو. هم پیشه مال تو باشد و هم شیر پیشه و تمام همانیدگی‌های دنیا از آن تو؛ [من نمی‌خواهم من ذهنی و آلوده قدرت شوم. من به عنوان امتداد خدا قدرت پرست و دانش ذهنی پرست نیستم. نمی‌خواهم از طریق من ذهنی بیندیشم و آن اندیشه مورد توجه مردم باشد. من اندیشه خداوند را می‌خواهم، من می‌خواهم او از طریق من فکر و عمل کند.]

پخته گرد و از تغیر دور شو  
رو چو برهان محقق، نور شو  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۱۹

با فضاگشایی، شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها و عشق به خداوند پخته شو، و همچنین از تغیر و نقصان من‌ذهنی و کم و زیاد شدن همانیدگی‌ها دور شو؛ برو و همانند استاد مولانا -سید برهان‌الدین محقق ترمذی تبدیل به نور شو، یعنی تماماً تبدیل به هشیاری حضور شو تا هیچ همانیدگی در تو نماند.



چون ز خود رستی، همه برهان شدی  
 چون که بنده نیست شد، سلطان شدی  
 -مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۲۰

وقتی که از خودبینی، وجود توهمی من ذهنی و همانیدگی‌ها رها شدی، یکسره به برهان، -حجت روشن مبدل می‌شوی؛ وقتی که بنده، شخصی که من ذهنی دارد، نیست شد، یعنی از خودبینی من ذهنی رها شد، به شاه و سلطان، یعنی خدا تبدیل می‌شود.

دی مُنَجِّمِ گفت: دیدم طالعی داری تو سَعِد  
گفتمش: آری ولیک از ماه روزافزون خویش  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷

دیروز منجم گفت: که من طالع تو را سعد می بینم، یعنی برای تو اتفاقات خوب خواهد افتاد. من به او گفتم درست است؛ ولی این طالع سعد من از ماه و ستارگان تو نیست؛ بلکه از ماه روزافزون خودم، فضاگشایی است. به علت این که فضای درونم گشوده شده، طالع سعد و نیک دارم.



مه که باشد با مه ما؟ کز جمال و طالعش  
نحس اکبر سعد اکبر گشت بر گردون خویش  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷

ماه و ستارگان، چیزهای بیرونی و این جهانی که در ذهن ما می‌گردند در مقایسه با ماه خودمان که با فضاگشایی از درون باز می‌شود چه است؟  
که از جمال و طالع نیک آن فضای گشوده شده، نحس اکبر، من‌ذهنی تبدیل به سعد اکبر، هشیاری حضور خواهد شد؛ با باز شدن فضای درون، ما به صورت زندگی طلوع کرده، به جای گردش به دور دردهای من‌ذهنی حول محور زندگی می‌چرخیم.

بود امیری، خوش دل و می باره‌ای  
 گهف هر مخمور و هر بیچاره‌ای  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۳۹  
 -\*می باره: کسی که شراب بسیار دوست داشته باشد.  
 -\*مخمور: خمار، آن که از نوشیدن شراب مست شده است.

پادشاهی بود دلشاد و بسیار شراب دوست، او پناه هر آدم خمار و درمانده‌ای بود. [ در این داستان پادشاه نماد انسان وارسته از من ذهنی و یا خود خداست؛ پادشاهی که دلش خوش است، با شراب زندگی سروکار دارد و پناه هر بیچاره‌ای است. ]

مُشفقی، مسکین‌نوازی، عادل  
جوهری، زربخششی، دریادلی  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۰

پادشاهی مهربان از جنس جواهر که به خدا تبدیل شده و مسکین‌نواز، عادل، عطاکنندهٔ سیم و زر، بلند طبع و دریادل.

شاه مردان و امیرالمؤمنین  
راه‌بان و رازدان و، دوست‌بین  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۱

سرور و سالار مؤمنان یعنی انسانهای وارسته، تبدیل شده به زندگی و نگهبان راهِ حق بود؛ رازدان، واقف به اسرار الهی، قدرشناس دوستان و محبان بوده خدا را در هر کسی می‌دید.



دورِ عیسی بود ایامِ مسیح  
خلقِ دل‌دار و کم‌آزار و ملیح  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۲

زمان حضرت عیسی (ع) بود و روزگارِ مسیح. لذا همهٔ مردم نسبت به یکدیگر مهربان، کم‌آزار، نمکین، -دلنشین  
بوده، دلدار یعنی از جنس زندگی بودند و زندگی را در هم‌دیگر می‌دیدند.

-با تشکر  
-مهوش



خانم زهرا



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۸۷۵ گنج حضور، بخش سوم

آمدش مهمان بناگاهان شبی  
هم امیری جنسِ او، خوش مذهبی  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۳

شبی مهمانی به طور سرزده برایش رسید. البته او هم امیری هم طراز خود او بود؛ یعنی از جنس خدا بوده مرام و مشرب خوبی داشت.

باده می بایستشان در نظمِ حال  
باده بود آن وقت مأذون و حلال  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۴  
- \*مأذون: اذن داده شده؛ مجاز



برای سر حال آمدن، شرابی که از طرف خداوند می‌آید را لازم داشتند و در آن روزگار خوردن این شرابِ خدایی امری مجاز و حلال بود.

باده‌شان کم بود و گفتا: ای غلام  
 رو سبو پُر کن به ما اور مدام  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۵  
 -\*مدام: شراب.

چون آنان شراب کم داشتند، امیر گفت: ای غلام برو کوزه را پُر از شراب کن و برای ما بیاور.

از فلان راهب که دارد خمرِ خاص  
 تا ز خاص و عام یابد جان خلاص  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۶

شراب را از فلان راهب بگیر، زیرا او شرابی مخصوص دارد تا با نوشیدن آن جانمان از غوغای عموم مردم و از همه چیزهای این جهانی خلاص شود.

جرعهای زان جام راهب آن کند

که هزاران جرّه و خمّ دان کند

–مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۷

–\*جرّه: خُمچه، سبو.

–\*خمّ دان: خمّ خانه، شراب خانه، میکده

جرعهای از شراب آن راهب کار هزاران سبو و میکده را می کند. یعنی هزاران میکده و سبو معادل یک جرعه از شرابی که از طرف خداوند می آید نیست.

اندر آن می مایه پنهانی است  
آن چنانک اندر عبا سلطانی است  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۸

در آن شراب که از طرف خداوند می آید، مایه‌ای گرانقدر و جوهر پنهانی سرشته شده است. چنانکه مثلاً پادشاه یعنی انسان زنده به حضور در عبا معمولی خود را می پوشاند.

تو به دلّی پاره پاره کم نگر  
که سیه کردند از بیرون زر  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۴۹

تو به سلطانان، انسانهای زنده به خدا، که دلّی و خرقه یعنی لباسی پاره و مندرس به تن دارند نگاه نکن؛ زیرا آنها شبیه طلایی هستند که ظاهر آن را سیاه کرده‌اند.



از برای چشم بد مردود شد  
وز برون آن لعل، دودآلود شد  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۵۰

برای آنکه چشم بد من ذهنی بر او اثر نگذارد؛ خودش را مردود کرده به حساب نمی آورد. او مثل آن لعلی ست که  
ظاهرش را دود آلود می کردند تا در چشم افراد خائن و بد نامرغوب به نظر آید.

گنج و گوهر کی میان خانه هاست؟  
گنجها پیوسته در ویرانه هاست  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۵۱

برای مثال، گنج و گوهر کی ممکن است که در وسط خانه ها نهفته باشد؟ بلکه گنجها همیشه در خرابه ها یافت  
می گردد. انسان هایی که به حضور زنده هستند ولی خودشان را پایین نگه می دارند تا به چشم نیایند؛ از بیرون و  
چشم من های ذهنی ویرانه دیده می شوند، ولی در اصل گنج هستند.

پس تو را خود هوش کو؟ یا عقل کو؟  
تا خوری می، ای تو دانش را عدو  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۰

مولانا از اینجا شروع می کند به نتیجه گیری حکایت و می گوید: ای من ذهنی که دشمن علم و معرفت هستی،  
فهم، عقل کلی و هوش زنده زندگی در تو کجاست که شراب هم می خوری؟

روت بس زیباست، نیلی هم بگش  
ضحکه باشد نیل بر روی حبش  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۱

-\*نیل: ماده‌ای است آبی رنگ که از برگ درختچه نیل به دست می آید و در نقاشی و خوش رنگ کردن لباس‌ها  
به کار می رود.  
-\*ضحکه: مایه خنده، خنده آور

چهرهٔ خیلی زیبایی داری، نیل هم روی آن بمال یعنی آرایش کن؛ واقعاً که مالیدن نیل روی صورت سیاه حبشی خنده‌دار است؛ مولانا تمثیل می‌زند و می‌گوید: انسان در من ذهنی عقل ندارد و با خوردن شراب عقلش کمتر هم می‌شود.

در تو نوری کی درآمد؟ ای غوی  
تا تو بیهوشی و ظلمت جو شوی  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۲  
-\*غوی: گمراه.

ای گمراه و بیچاره که در من ذهنی هستی، کی نورِ فهم در تو تابیدن گرفته، کی با مرکز عدم دیدی که اینک خواهان مستی، بی‌هوشی و تاریکیِ جهل شده‌ای؟



سایه در روز است جُستن قاعده  
در شبِ ابری تو سایه جو شده؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۳

قاعده اینست که سایه را در روز جست‌وجو کنند. اما تو در شبِ ابری، در تاریکی من‌ذهنی، به دنبال سایه می‌روی؟

گر حلال آمد پی قُوتِ عوام  
طالبانِ دوست را آمد حرام  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۴

اگر چه خوردن شراب برای عموم مردم حلال است؛ برای شاهِ ما طالبِ معشوقِ حقیقی، خداوند حرام است.

عاشقان را باده خونِ دل بود  
چشمشان بر راه و بر منزل بود  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۵

شراب عاشقان خداوند خونِ دل است. زیرا چشمان آنان بر راه و منزل حضرت معشوق دوخته شده است، یعنی مرتب حواسشان به این است که بینند این لحظه از زندگی چه چیزی می‌رسد که درونشان با فضاگشایی باز شود و بتوانند به فضای یکتایی بروند.

در چنین راه بیابانِ مخوف  
این قلاووزِ خرد با صد کسوف  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۶  
قلاووز: راهبر، بلدِ راه

در چنین بیابان هولناک، در راه رفتن از من ذهنی به فضای یکتایی این عقل راهبر، هشیاری با صد کسوف مواجه است، یعنی هر لحظه احتمال دارد یک همانیدگی به مرکز ما بیاید و ما از طریق آن بینیم بنابراین هشیاری از بین برود و در تاریکی ذهن بیفتیم.

خاک در چشم قلاوزان زنی  
کاروان را هالک و گمره کنی  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۷

تو خاک بر چشم رهبران عالی معنوی می‌پاشی و کاروان انسان‌ها را تباه و گمراه می‌سازی.

نان جو حقا حرام است و فسوس  
نفس را در پیش نه نان سبوس  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۸



واقعاً که برای نفسِ اماره یعنی من ذهنی نان جو نیز حرام و حیف است. برای او باید نانِ سبوس فراهم کنی؛ یعنی نباید خواسته‌های نفسانی او را برآورده سازی، بلکه باید به او درد هشیارانه و پرهیز بدهی و بر خلاف میل او رفتار کنی.

دشمنِ راه خدا را خوار دار  
دزد را منبرِ منه، بر دار دار  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۸۹

دشمنِ راه خدا را خوار و حقیر کن. برای دزد یعنی من ذهنی منبر فراهم مکن که موعظه کند بلکه باید او را بالای دار بفرستی.

دزد را تو دست ببردن پسند  
از بردن عاجزی، دستش ببند  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۹۰

بریدن دست دزد، من ذهنی، را جایز بدان و اگر از بریدن دست دزد عاجزی، لااقل دستش را ببند و کوتاه کن.  
برحسب دید من ذهنی فکر و عمل نکن.

قران کریم، سوره مائده-۵، آیه ۳۸

– «و السَّارِقُ وَ السَّارِقَةُ فَاقْطَعُوا أَيْدِيَهُمَا جِزَاءً بِمَا كَسَبَا نَكَالاً مِنَ اللَّهِ وَ اللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ؛»  
«دست مرد دزد و زن دزد [من ذهنی] را به کیفر کاری که کرده‌اند ببرید. [دست من ذهنی را از همانیدگی‌ها کوتاه کنید] این عقوبتی است از جانب خدا، که او پیروزمند و حکیم است.»

گر نبندی دست او، دست تو بست  
گر تو پایش نشکنی، پایت شکست  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴۹۱

اگر تو دست دزد یعنی من ذهنی را نبندی او دستِ هشیاری تو را می بندد و اگر تو، پای من ذهنی را نشکنی او  
پای هشیاری ات را می شکند.

-با تشکر: زهرا





خانم میترا از مشهد



با سلام و درود فراوان بر زندگی

ای سنایی گر نیابی یار، یار خویش باش  
در جهان هر مرد و کاری، مرد کار خویش باش  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۴

درسته در غزل مولانای عزیز، اسم حکیم سنایی را گفتند، ولی منظور انسان است و من تمرکزم روی خودم می‌اندازم. من که دارم این بیت را می‌خوانم و در جهان بسیار دنبال یار گشتم، پیدا نکردم، و به هرکسی نزدیک شدم به اسم یار، حتی همسرم، این شمشیر چوبین بودن را من ذهنی در قالب عشق دروغین، که از طریق تایید و توجه، انتظار، کنترل، خشم پنهان، نفرت، ترس، حسادت، ملامت، سرزنش، هزاران هیجان من ذهنی درد، به خودم و همسرم دادم و انرژی زنده زندگی را تلف کردم.

در همین جا از زندگی عذرخواهی می‌کنم حقیقتاً ناآگاه بودم با کمک مولانای عزیز که سلام و درود فراوان خدا  
برایشان باشد. 🌹🙏 جناب آقای شهبازی عزیز، پدر بزرگووارم نجات پیدا کردم. خدایا شکرت 🌸💜  
اعتراف می‌کنم من نمی‌توانم یار پیدا کنم برای اینکه مرکزم پر از همایندگی‌هاست. یک من‌ذهنی درست کردم و  
بر اساس جدایی خودم را جسم می‌بینم و دیگران هم جسم، و از طریق مقایسه، کنترل، توقع، انتظار، تایید و  
توجه و اینکه مثلاً کاری برای من انجام دادند من هم قانون جبران یک کاری کنم، با همه حتی همسرم،  
فرزندانم، دوستانم، هستم. چون جسم هستم جسم با جسم متحد نمی‌شود. بنابراین یار پیدا نمی‌کنم، بیشتر  
اوقات این روابط بر اساس نیاز بوده است.



الان دیدم تنها ماندم اعتراف می کنم می خواهم با خودم به وحدت برسم. به منظور زندگی، به بی نهایت و ابدیت خدا که دو خاصیت خداست زنده شوم. و بطور حتم و یقین تا این دو خاصیت در من زنده نشود نمی توانم با انسانهای دیگر پیوندم، و به وحدت برسم. دوست شوم. همیشه جدا خواهم ماند و این جدایی مرا زجر خواهد داد.

کوشش زیادی می کنیم ما وقتی که یک همسر می گیریم که با او خیلی خوب باشیم با همدیگر مهربان باشیم مهر بورزیم، متحد باشیم، همکاری کنیم، روزبه روز زندگی مان بهتر بشود، می بینیم که روزبه روز داریم جدا تر می شویم، برای این که من ذهنی را نگه می داریم با من ذهنی می خواهیم دوست بشویم یعنی دوتا من ذهنی می خواهند با هم رفیق بشوند، پس می بینید که برای یار پیدا کردن اول باید ما یار خودمان بشویم.

هر کسی که واقعاً در درونش با خداوند به وحدت رسیده، یعنی عمق بی‌نهایت پیدا کرده، همان بی‌نهایت را همان ارتعاش را همان زندگی را در گس دیگر هم می‌تواند ببیند، بعد با آن زندگی ارتباط برقرار کند ارتعاش کند و از طریق قرین ما به زندگی ارتعاش می‌کنیم. یعنی ما مرتب در کار زندگی یعنی خودمان و معنویت خودمان خرابکاری می‌کنیم. باید یقین داشته باشیم زندگی برای واهمانش و بازگشت از جهان کافی است. بنابراین خود زندگی بلد است چه جوری من ذهنی ما را متلاشی کند و ما آزاد بشویم از من‌ذهنی و دردهای آن، و این منظور زندگی به صورت طبیعی، منظور زندگی یعنی زنده شدن به بی‌نهایت او، به صورت طبیعی و بدون درد انجام می‌شود. لازم نیست این قدر درد بکشیم. اشکالی که همه ما داریم و تأخیری که همه ما داریم، از خرابکاری‌های ما به عنوان من‌ذهنی ناشی شده است.

با سپاس فراوان خدمت پدر بزرگوار آقای شهبازی عزیز. دوستان از جنس عشق  
میترا از مشهد 🙏🌸😊




خانم هانیه از آلمان





تجربه من با فضاگشایی 

برای من واژه فضاگشایی چیزی نیست که باید بهش رسید یا پیداش کرد، بلکه خودش وجود داره و می‌خواهد حس و تجربه بشه.

برای وارد شدن به اون فضا که مثل اتاقی میمونه که من توش رو، پر کردم از بسته‌ها، و کارتن‌ها , طوری که کل فضا بسته شده (مثل انباری که جنس‌هامو میچپونم توش و وقتی دنبال چیزی می‌گردم حتی جا نیست داخلش برم 😅)

از خودم می‌پرسم پس حالا چیکار کنم؟  
چطور می‌تونم داخل شم؟

باید دونه دونه بسته‌ها رو بردارم تا راه باز بشه. تو این بسته‌ها چیه؟ این بسته‌ها می‌تونه خاطرات من، عقیده‌های من، دردهام، رنج‌هام، رنجشهام، باورهام، قضاوت‌ها، سرسختی‌ها، مقاومت‌ها، رویاها و مسائلی که، حتی نخواستم راجع بهشون فکر کنم و دیگران را مثلاً (دولت یا خانواده) را تا به حال مسؤلش می‌دونستم باشه، و یا اتفاقات و مشکلاتم، چیزهایی که برام مهم هستند یا قبلاً مهم بودن، و...و...و....

یکی یکی وقتی نگاهشون می‌کنم، خود به خود جمع‌آوری انجام می‌گیره و اتفاقی که می‌افته اینه، که من بیشتر و بیشتر تو اتاق راه پیدا می‌کنم، و می‌تونم راحت‌تر داخل بشم و نفس بکشم. حالا اتاق هم می‌تونه نفس بکشه. برای من این حس نفس کشیدن راحت، گشودن فضا (فضاگشایی) هستش. کم‌کم، فضا باز و بازتر میشه و من بهتر همه چیز رو می‌بینم.

نکته مهم در وقت جمع‌آوری این بسته‌ها اینه که توشون گیر نکنم، فقط نگاهشون کنم، وقتی با نیروی عشق، عشق زندگی وارد میشم و توی بسته‌ها رو نگاه می‌کنم که می‌بینم چقدر راحت می‌تونم این کار رو انجام بدم و همه چیز رو همون‌طور که واقعاً هست ببینم، بدون اینکه اذیت بشم. در این لحظه است که فضاگشایی انجام گرفته و من آن را کاملاً حس و تجربه کرده‌ام.



مرسی

هانیه از آلمان





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