

برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

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

تماشا فرمایید



## پیغام عشق

قسمت هزار و دویست و نود و نهم





خانم سوری از اصفهان (بندرانزلی)



سلام خدا قوت آقای شهبازی عزیز و دوستان گنج حضوری

انشائی درباره نیازهای حقیقی و مجازی

نیازهای حقیقی ما زنده شدن به حضور، فضاگشایی دائمی، مرکز عدم نامیرایی، تسلیم بودن، ناظر بودن به اعمال و رفتار خود مانند خداوند که به هیچ چیز و هیچ کس احتیاج ندارد تا خودش را ثابت کند، یکتا بودن و ریشه دار بودن در این لحظه ابدی و بی نهایت که از خصوصیات خداوند است، این خصوصیت در ما هم وجود دارد و پذیرفتن اشتباهات خود برای زنده شدن به او و مدام بی اهمیت کنیم آن چیزی را که من ذهنی در ما به تصویر درمی آورد، مهم ندانستن چیزهایی که ذهن به ما می گوید و یا نشان می دهد.

لامپ دیگران رو خاموش کنم (هرگز نشه فراموش لامپ اضافی خاموش) و لامپ خودم رو روشن نگه دارم و به کار دیگران کار نداشته باشم. (هرکسی کار خودش، بارش خودش، آتیش به انبار خودش) این یعنی ناظر اعمال و کارهای خود بودن و هرچیزی رو به اندازه استفاده کردن یعنی پرهیز کردن.

نیازهای مجازی نیازهایی هستند که من ذهنی به ما تحمیل می کند و غیر ضروری هستند که در آن پرهیز اصلاً به کار نمی آید و خیلی راحت و بدون دغدغه زندگی می کنیم، انگار نه انگار ما از بی نهایت و ابدیت هستیم که باید به آن گنج درون خود دست یابیم.

آیا نیاز به زیاد خوردن غذا و مدام در این فکر بودن که ناهار و شام چه بخورم دارم؟  
آیا نیاز هست با اعضای خانواده و دوستان هم هویت باشم و اگر یک روز تنها باشم دلتنگ شوم و مدام به این و آن زنگ بزنم؟

آیا نیاز دارم که به فکر شهوت‌های مختلف باشم؟  
 آیا نیاز دارم با پول، هم‌هویت شوم و مدام فکرم در اطراف پول و مادیات باشد؟  
 آیا نیاز هست که با مقام یا پستی که دارم هم‌هویت باشم؟  
 آیا نیاز هست برای این که به دیگران بگویم که قدرت دارم یا ستیزه، مقاومت و خشم، خود را ثابت کنم؟  
 آیا در هم‌هویت شدن با زیبایی و جوانی با توجه به این که الآن سنی از من گذشته است، بخواهم همان لطافت و زیبایی قبل را داشته باشم و آگه صورتم پیر شده، خود را کمتر از جوان‌ها بدانم و مدام در این فکر باشم که دیگران مرا چطور می‌بینند و چه فکری درباره‌ام می‌کنند؟  
 آیا نیاز هست که من در مقابل جنس مخالف طوری رفتار کنم که جلب توجه‌اش رو به‌دست بیاورم و از این کار شرمنده شوم؟  
 و غیره.

بی نهایت حضرت است این بارگاه  
صدر را بگذار، صدرِ توست راه

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

من مایه بادهام چو انگور  
جز ضربت و جز لگد نخواهم

از لذت زخم‌هایش جانم  
یک ساعت اگر رهد نخواهم

وقت است که جان شویم خالص  
کاین زحمت کالبد نخواهم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷

نیاز حقیقی من این است که هرچه خدا می‌خواهد، مرا امتحان کند و هرچقدر می‌خواهد با بی‌مرادی‌ها و زخم‌ها و دردها من ذهنی‌ام را بکوبد، تا از نیازهای مجازی که درگیر آن هستم، راه اصلی و حقیقی همانا زنده شدن به حضور و دور شدن از مانع‌سازی، مسئله‌سازی و دشمن‌سازی من‌ذهنی خود را آزاد و رها سازم و همیشه هشیار و ناظر به عملم باشم و خطاها را در خودم ببینم نه در دیگران، ان‌شاءالله.

دوستدار همیشگی شما و گنج‌حضوری‌های عزیز

سوری از اصفهان (بندرانزلی)





خانم دیبا از کرج



شرح غزل ۱۳۹۱ دیوان شمس مولانا از برنامه ۹۶۴ گنج حضور

تا کی به حبس این جهان من خویش زندانی کنم؟  
وقت است جان پاک را تا میر میدانم کنم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

اگر ابیات این غزل را به چهار بخش تقسیم کنیم، می‌فهمیم ما به دست خود جسم‌ها را به مرکزمان می‌آوریم و جان پاک و خدائیمان را در قفس همانیدگی‌ها زندانی می‌کنیم. و مولانا می‌پرسد تا کی می‌خواهیم در این حبس بمانیم؟ وقتش رسیده که با فضاگشایی میدان دل‌مان را گسترش دهیم و امیر این میدان شویم و با تیشه صبر و شکر، روزن لحظه را باز کنیم تا نور هشیاری بیاید و آلودگی‌های مرکزمان را پاک کند. تا کی می‌خواهیم در حبس قضاوت، مقاومت، پندار کمال، ناموس بدلی و دردها و رنجش‌ها بمانیم؟ و احدیت و صمدیت خود را شناسیم و فقط با زبان من‌ذهنی در پنج وقت نماز آن را بیان کنیم؟ ما با کمک مولانا و برنامه گنج حضور می‌توانیم روی خود کار کنیم تا از حبس ذهن آزاد شویم و فریاد بزنیم:

من جز احد صمد نخواهم  
من جز ملک ابد نخواهم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷۸

بیرون شدم ز آلودگی با قوت پالودگی  
اوراد خود را بعد ازین مقرون سبحانی کنم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

این جسم ما با فضاگشایی می تواند تبدیل به میدان و دریافت می ایزدی شود، قوت پالایش زندگی همان گونه که کائنات را نظم و سامان می دهد، اگر مرکز ما عدم باشد، بیرون و درون ما را هم اداره می کند و دعاها را با نظم الهی قرین می شود، نه با خواهش های من ذهنی که وردش «هرچه بیشتر بهتر» است. پس ما با فضاگشایی از آلودگی ها پاک می شویم و خرد الهی زندگی ما را سامان می دهد، فقط باید بگوییم خدا برای من کافی است و صبر کنیم.

نیزه به دستم داد شه، تا نیزه بازی‌ها کنم  
تا کی به دستِ هر خسی من رسمِ چوگانی کنم؟

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

وقتی جان ما از آلودگی همانیدگی‌ها پاک می‌شود، زندگی به دست ما شمشیر و نیزه هُشیاری می‌دهد، تا ما بتوانیم هر لحظه بازی دنیا را ببینیم و اتفاقات را جدی بگیریم. و در بازی چوگان زندگی ما گویی می‌شویم که در مکان جسم و لامکان یکتایی، می‌دویم و می‌رقصیم. و این نیزه را به دست من‌های ذهنی خس که می‌خواهند با سبب‌سازی و دلیل‌های مختلف راه به ما نشان دهند و چوگانی کنند، نمی‌دهیم؛ زیرا آن‌ها من‌ذهنی دارند و ما را به واکنش وادار می‌کنند.

آن پادشاه لم یزل داده‌ست مُلک بی خَلل  
باشد بتر از کافری، گر یادِ دربانی کنم

–مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱  
–لم یزل: بی زوال، جاودان، از صفات خداوند  
–بی خَلل: بی عیب، درست و بی غل و غش

پادشاه لم یزل، هُشیاری بی‌نهایت و ابدیت است، همانی که به ما خاصیت احد و صمد بودن را داده است، خاصیتی که اگر فضا باز کنیم لایق هدیه خدا و مُلک بی خَلل او می‌شویم و می‌توانیم سینه خود را شرح دهیم و با دم او جان بگیریم و کافری نکنیم، یعنی با همانیدگی‌ها اصلمان را نپوشانیم و از دربانی باورها و فکرهای کهنه و پوسیده استعفا دهیم و وارد فضای یکتایی شویم.

چون این بنا برکنده شد، آن گریه‌ها مان خنده شد  
چون در بنا بستم نظر، آهنگ دربانی کنم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

وقتی می‌فهمیم چه بیهوده سال‌های عمرمان را به پای باورها و فکرهای من‌ذهنی دربانی کردیم از خود خجالت می‌کشیم و با کمک ابیات مولانا می‌خواهیم این بنای تزویر و ریا را بشکنیم. پس با نیزه‌ای که خدا به ما می‌دهد، در زندان ذهن حفره می‌کنیم و می‌بینیم که هوشیاری ما آزاد می‌شود و گریه‌هایی که برای ساختن بنای همانیدگی‌ها بود، تبدیل به شادی بی‌سبب می‌شود و دیگر به آن بناها نظر نمی‌کنیم و با شادی و خنده دربانی مرکز عدم شده‌مان را می‌کنیم.

ای دل مرا در نیم شب دادی ز دانایی خبر  
اکنون به تو در خلوتم تا آنچه می دانی کنم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

خدایا شکرت که با قوت پالایندگی دلم را از هرچه غیر عشق است، پاک کردی تا در نیمه شب ذهن و تاریکی دردها سرگردان نمانم و به نور امید و دانایی تو وصل شوم و بدانم جز تواضع و بندگی هیچ چیز دیگری در درگاهت اعتبار ندارد و هیچ دانایی و خردی از بیرون به من نمی رسد، مگر این که مرکز مرا از همانیدگی ها خالی کنم و به خلوت تو بیایم.

در چاه تخمی کاشتن، بی عقل را باشد روا  
این جا به دادِ عقلِ گل، کشتِ بیابانی کنم

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

من ذهنی بی عقل می خواهد با سبب‌سازی اش ما را به چاه همانیدگی‌ها بکشد و دردها را عادی نشان دهد، تا ما تخم هوشیاری را در چاه «هرچه بیشتر بهتر» بریزیم، ما با عقل من‌ذهنی، آرامش و قرار را برای کسی روا نداریم، پس باید با شناسایی و از کار انداختن این عقل خرابکار، به عقل کل وصل شویم و در بیابان فضای گشوده‌شده، تخم صبر و شکر و پرهیز بکاریم و قوت پالایش زندگی را کشت کنیم.



دشوارها رفت از نظر، هر سد شد زیر و زبر  
بر جای پا چون رست پر، دوران به آسانی کنم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

با از کار انداختن عقل من ذهنی و وصل شدن به عقل کل، دید ما عوض می شود و می بینیم که قوت پالایش  
زندگی چگونه دشواری های ناتمام زندگی را که بر اساس دید همانیدگی ها درست می شود، زیر و زبر می کند و به  
ما پر عشق می دهد، تا مثل مرغ آسمانی در فضای بی کران یکتایی پرواز کنیم و دوران زندگی را به آسانی گذر  
کنیم.

در حضرت فرد صمد، دل کی رود سوی عدد؟  
در خوانِ سلطانِ ابد، چون غیرِ سرخوانی کنیم؟

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

در بارگاه الهی و فضای یکتایی دل ما هوای عشق دارد، هوای نشستن بر سفرهٔ برکات الهی و شیرین کردن دهان از آن اقبال، هوای خوردن قوت اصلی بشر که نور خداست، هوای این که از خوان ملکوتی به جان ابدی و صمدی زنده شویم. پس به دنبال هوا و هوس من‌ذهنی که جسم بین و جدایی اندیش است، نمی‌رویم. من‌ذهنی با حرف، عدد، نژاد، باور و مذهب کار دارد و مرکزش را خالی نمی‌کند و بر سفرهٔ این لحظه ساکن نیست و مدام به گذشته یا آینده می‌رود.

تا چند گوئیم؟ بس کنم، کم یاد پیش و پس کنم  
اندر حضور شاه جان، تا چند خطخوانی کنم؟

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱

در بیت آخر مولانا خاموشی را می‌گزیند و می‌فرماید بیش از این در حضور شاه جان سخن نمی‌گوئیم، تا وقتی آن حضرت بر لوح دلم می‌نویسد، این خرد جاری می‌شود؛ پس چرا با ذهن خطخوانی کنم؟ من گفتن بی‌او را بس می‌کنم تا مبادا به گذشته و آینده بروم.

با سپاس از برنامه انسان‌ساز گنج حضور و یاران گرامی

دیبا از کرج



خانم حدّاد از کرج



به نام خداوند بخشنده مهربان

باسلام خدمت استاد عزیز و گنج حضوری‌های جان

دیوان شمس غزل ۳۰۵۷، ابیات ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ از برنامه ۹۳۷

اگر ز حلقه این عاشقان کران گیری  
دلت بمیرد و خویِ فسردگان گیری

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۷

می فرماید ای انسان، اگر تو از حلقه یعنی از گروه عاشقان که شامل کسانی می‌شود که هر لحظه فضاگشایی می‌کنند کناره بگیری، یقین بدان که دلت خواهد مرد و خوی و عاداتِ افسردگان و غمگینان و ناامیدان به سراغت خواهد آمد.

انسانی که اسیر ذهن شده، اسیر داشته‌ها و همانیدگی‌هایش است، هیچ‌گاه نمی‌تواند فکر و عمل و سخن و رفتارِ درستی داشته باشد، حتی اگر هیچ کدام از این اعمال را هم انجام ندهد، باز هم ارتعاشی که از درونش به بیرون ساطع می‌شود بد می‌باشد و دائماً در حال تخریب است. تنها راه درمان فضاگشایی در این لحظه و زنده شدن به خداوند و اصلمان است، در آن حالت است که زیبایی می‌آفرینیم.

گر آفتاب جهانی، چو ابر تیره شوی  
وگر بهارِ نوی، مذهبِ خزان گیری

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۷

در ادامه بیت قبل می‌فرماید ای انسان، اگر در من ذهنی به راهت ادامه دهی، حال اگر هم فکر کنی که آفتاب هستی، یا اگر هم واقعاً آفتاب باشی فرقی نمی‌کند، چون در ذهن من دارت ثباتی نداری و حد و اندازه را رعایت نمی‌کنی، یعنی یا کم یا زیاد می‌شوی، در این صورت خرابی می‌آفرینی، که یا سرد سرد هستی و همه جا را منجمد می‌کنی، یا آن قدر سوزانی که هر چیزی را می‌سوزانی. و گاهی هم مانند آبری تیره هستی که هیچ تابش و بارشی ندارد، و اگر هم بهار باشی چون در ذهن همانیده هستی شکفته نخواهی شد، و اگر هم بشوی قبل از این که شکفته شوی خزان می‌شوی و آن گاه همه چیز را از دست خواهی داد و آثار مخربی بر جای خواهی گذارد و راه و روش و آیین تو جز دوری و دورویی و مردگی و خرابی، چیز دیگری نمی‌باشد. که تنها با فضاگشایی و قرین خوب، یعنی دوستان عاشق و فضاگشا و ارتباطات درست در بیرون است که می‌توانی تبدیل به آفتاب و بهاری زیبا شوی و می‌توانی از مردگی کناره گیری. آن موقع گرما و شکوفه و میوه پاک یکتایی را هر لحظه بر سر سفره خود و دیگران خواهی آورد.

چو کاسه تا تهی ای تو، بر آب رقص کنی  
چو پر شدی، به بن حوض و جو مکان گیری

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۷

می فرماید کاسه تا زمانی که خالی باشد روی آب رقصان است. تا زمانی که در ذهن همانیده نباشیم مانند آن کاسه، تهی از می دانم‌های ذهنی هستیم و بر روی آب اقیانوس یکتایی با اتفاقاتی که در هر لحظه خداوند برای ما مقدر کرده، رقصانیم و غصه و ماتمی نداریم. اما به محض این که آن کاسه پر شود، یعنی زمانی که آن کاسه ذهن و مرکز و درون ما، پر از همانیدگی و خواسته‌های ذهن شود به ته جو و حوض ذهن که پر از کثافات است فرو خواهیم رفت، چون اگر پر از یکتایی شویم، حتی اگر به ته اقیانوس یکتایی برویم پر از لعل و در یکتایی و برکات ایزدی خواهیم شد.



اما حوض یک جای کوچک و محدود است، درست همانند ذهن که یک جای محدودی می‌باشد که در اثر انباشتگی‌ها پر از کثافات ذهنی است و در اثر این محدودیت، آن جایی آزاردهنده و مرده می‌باشد و بوی گند آن حتی اگر کاری هم نکنیم هر لحظه اول به خود و بعد به دیگران آزار و ارتعاش بد می‌فرستیم. اما فضای یکتایی و بی‌انتهای الهی پر از شادی و برکات نوبه‌نو است که هر لحظه نویی و امید را به ما و دیگران هدیه می‌دهد و حتی اگر کاری نکنیم ارتعاشات نیک مرتعش می‌کنیم.

خدای داد دو دستت که دامن من گیر  
بداد عقل که تا راه آسمان گیری

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۷

باز هم در این بیت می‌فرماید که ای انسان، خداوند، خالق تو به تو دو دست داده که دامن او را بگیری نه چیزهای بیرونی را، به تو عقل داده تا به سویش بروی و والا شوی و راه آسمان یکتایی را ببیمایی، یعنی فضاگشایی کنی و آسمان درونت را هر لحظه باز و بازتر کنی تا یکتا شوی.

خدا دو دست داده، یعنی به ما امکانات جسمی داده تا با قدرت تمام از خودمان در مقابل هر خطری محافظت کنیم، تا بقای ما به خطر نیفتد و ما بتوانیم زنده بمانیم. همین‌طور عقل داده، یعنی به ما قوه تشخیص و انتخاب و اختیار و اجازه پرورش فهم و شعور را داده تا بتوانیم خود را چه جسماً و چه روحاً پرورش دهیم و به مقام فهم و شعور الهی برسیم، تا به خداییمان و اصلمان زنده شده، تا عدم گردیم و بتوانیم این اصل و وجود خداییمان راه آسمان یکتایی را پیدا کند. عقل داده تا خوب یا بد بودن را تشخیص دهیم و بهترین‌ها را انتخاب ما باشند، نه پست‌ترین و بدترین و آزاردهنده‌ترین و حقیرترین را که همان ذهن همانیده است را انتخاب کنیم.

قرآن کریم، سوره فرقان (۲۵)، آیات ۴۵ و ۴۶:

« أَلَمْ تَرَ إِلَى رَبِّكَ كَيْفَ مَدَّ الظِّلَّ وَلَوْ شَاءَ لَجَعَلَهُ سَاكِنًا ثُمَّ جَعَلْنَا الشَّمْسَ عَلَيْهِ دَلِيلًا »  
 « آیا به (قدرت و حکمت) پروردگارت ننگریستی که چگونه سایه (ات) را امتداد داد و گستراند؟ و اگر می خواست آن را ساکن و ثابت می کرد، آن گاه خورشید را برای (شناختن) آن سایه، راهنما (ی انسانها) قرار دادیم.»

–قرآن کریم، سوره فرقان (۲۵)، آیه ۴۵

« ثُمَّ قَبَضْنَاهُ إِلَيْنَا قَبْضًا يَسِيرًا »  
 « سپس آن را (با بلند شدن آفتاب) اندک اندک به سوی خود باز می گیریم.»

–قرآن کریم، سوره فرقان (۲۵)، آیه ۴۶

آیا ما هر لحظه به این لحظه زیبایی که خداوند در آن است و با قدرت و حکمتش هر لحظه ما را نوازش می‌دهد و به ما جان می‌بخشد نگاه و توجه می‌کنیم که چگونه سایه حضورش را در ما امتداد می‌دهد و ما در زیر سایه او پرورش می‌یابیم؟ و او اگر می‌خواست می‌توانست آن نعمت را از ما بگیرد. پس در این راه بدون راهنما پیش مرو، که هر انسانی باید خورشیدی و راهنمای درستی را برگزیند تا به دیار دوست نائل آید. و بدان که خداوند راهنمای هر انسانی است، پس به او توکل کن و انتخاب درست را برگزین.

که عقل جنس فرشته‌ست، سوی او پوید  
بینیش چو به کف آینه نهان گیری

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۷

زمانی که فضاگشایی می کنیم عقل ما مانند فرشته عمل می کند، یعنی از جنس زندگی می شود، یعنی زیبایی، یعنی شعور، یعنی عشق، یعنی ثبات، یعنی آرامش، یعنی سکون و سکوت. دیگر بی ثباتی، درد و رنج و گرفتاری و غصه و پریشانی و بی کسی در ما راهی ندارد. و ما با این کار که در هر لحظه انجام می دهیم به سوی خداوند کشیده و همنشین او خواهیم شد.

و وقتی به این لحظه طلایی توجه کنیم خیلی راحت می‌توانیم درونمان را مشاهده کرده و در یک لحظه و یک آن عقب کشیده و ناظر اعمال ذهن شویم و هر لحظه یک همانیدگی را بیندازیم. حتی اگر در حال انجام کار یا عمل زشتی هم باشیم، به محض توجه به اصلمان می‌توانیم و قادر هستیم همان لحظه آن عمل را ترک کرده و با توجه کامل از آن عمل صرف نظر کنیم، و در هر چیز آینه درونمان را که در ما پنهان است را مشاهده کنیم و بهترین تصمیم و عمل را داشته باشیم. آینه‌ایی که آن را فقط در فضای گشوده‌شده می‌توانیم پیدا کنیم، یعنی گشودگی در هر کار و گرفتاری‌مان، گشودن قفل‌های بسته‌شده در زندگی‌مان و به معبود، همان محبوبمان برسیم، که برای رسیدن به این مقام باید در همه لحظات تسلیم کامل باشیم.

حدیث از حضرت علی:

«انّ الله ركب في الملائكة عقلاً بلا شهوة»  
«خداوند در فرشتگان، عقل بدون شهوت آفرید»

پس ما هم باید همانند فرشتگان شعور و عقلمان بدون شهوت ذهنی باشد، یعنی همان حضور و اصل خدائیتمان، تا عقل خداوند را به دست آوریم، که با توکل است که دیگر خودش در همه حال همراهمان می‌باشد.

نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند  
در دو صورت خویش را بنموده‌اند

چون فرشته و عقل، که ایشان یک بدنند  
بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳ و ۴۰۵۴

در این ابیات مولانای جان می فرماید نفس ما، که همان من ذهنی ما است با شیطان که با هم هر دو یکی بوده و قرین هم هستند، اما در دو صورت، یعنی شیطان به من ذهنی تسلط دارد و من ذهنی هم از طریق ذهن و عقل ذهنی بر ما مسلط شده، اما فرشته و عقل یعنی فرشته و عقل حضور، از جنس هم و باهم قرین هستند. که ما با فضاگشایی می توانیم ناظر بر ذهن و ناظر بر حضور خود شویم، و این اختیار را داریم که خیلی راحت او را از خود جدا کرده و قرین خداوند شویم.

با تشکر و احترام

—حداد از کرج





با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

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

تماشا فرمایید