



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت نهصد و هشتاد و نهم





خانم مرجان از استرالیا



خود ندارم هیچ، به سازد مرا
 که ز وهم دارم است این صد عنا
 -مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴
 -*عنا: رنج

من فکر می‌کردم که اگر در حسابم میلیاردها پول باشد، با داشتن آن مقدار پول، به احساس امنیت و آرامش می‌رسم. من فکر می‌کردم که اگر یک همسر خوب داشته باشم و بچه‌دار شوم، آن موقع خوشبخت می‌شوم. فکر می‌کردم اگر در فلان مکان یک خانه داشته باشم، یا فلان ماشین را داشته باشم، احساس خوبی خواهم داشت. فکر می‌کردم اگر فلان مدرک تحصیلی را بگیرم و جایگاه اجتماعی مهمی داشته باشم، حالم بهتر می‌شود. خیلی چیزها را به دست آوردم. چیزهایی که برای مالکیتشان، عمر و وقت و انرژی هزینه کردم. لحظه حال را برای داشتنتشان در یک آینده خیالی فدا کردم. به دستشان هم آوردم. داشتنتشان حالم را هم بهتر کرد اما آن حال خوب موقتی بود. پایدار نبود. به قول مولانا، یک حالت مستی‌ای است که به زودی خماری آن روزگارت را تباہ می‌کند. مثل یک سراب است. همه‌اش وهم است.

خود ندارم هیچ، به سازد مرا
 که ز وهم دارم است این صد عنا
 -مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴

این بزرگ‌مرد به من یاد داد که مرجان، در این دنیا، تو فقط یک کار مهم و اساسی داری، آن هم زنده شدن به زندگی است. بیدار شدن از خواب توهمات ذهنیت است. اگر فکر می‌کنی که با داشتن چیزی در این دنیا به مراد حقیقی روح می‌رسی از همین حالا به تو می‌گویم که داری توهم می‌زنی. هیچ چیزی وجود ندارد که تو با داشتن آن بتوانی به زندگی برسی. اصلاً دارم یعنی وهم.

«خود ندارم هیچ، به سازد مرا»

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴

هر چیزی که همین الآن داری، مثلاً مادیات، رابطه، زیبایی، هر چیزی که فکر می‌کنی مالکشان هستی، یا چیزهایی که الآن نداری و فکر می‌کنی اگر به آن‌ها بررسی حالت خوب می‌شود، بدان که در حقیقت همان‌ها مایه رنج و عذابت می‌شوند، تا زمانی که به مقصود اصلی زندگی زنده نشوی، از هیچ سرمایه‌ای، پولی، ویلایی، ماشینی یا رابطه‌ای نمی‌توانی به درستی برخوردار شوی چرا که حتی اگر به آن‌ها بررسی، احساس عدم لیاقت یا ترس از دست دادنشان دوباره حالت را خراب می‌کند.

بسته در زنجیر، چون شادی کند؟
کی اسیرِ حبس، آزادی کند؟
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۱

یاد گرفتیم که اصلاً من در این جهان، در حقیقت مالک هیچ چیزی نیستم.

«که ز وَهْمِ دارم است این صد عَنَا»
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴

بارها این را تجربه کرده‌ام. چیزهایی که به دست آورده بودم و به داشتنشان می‌بالیدم و حس تملک به آن‌ها داشتم، یک‌مرتبه دیدم که در چشم به‌هم زدنی از دست رفتند و من دچار چنان درد و رنجی شدم که انگار جانم را از من گرفتند. مولانا به من یاد داد که مالک این اسباب بازی‌ها، یک مسبب است که قادر مطلق است، و در یک طرفه‌العینی می‌تواند با قانون کن‌فکان خود همه را از من بگیرد، تا بفهمم زندگی در این‌ها نیست. با این آگاهی می‌شود در این دنیا به چیزها نچسبید یا حداقل شل‌تر چسبید.

هرچه از وی شاد گردی در جهان
از فراقِ او بیندیش آن زمان
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷

ز آنچه گشتی شاد، بس کس شاد شد
آخر از وی جست و همچون باد شد
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۸

از تو هم بجهد، تو دل بر وی منه
پیش از آن کو بجهد، از وی تو بجه
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۹

یاد گرفتم که می شود خوشبخت بود، می شود یک زندگی عاشقانه را تجربه کرد، می شود علم و تحصیلات و سواد بالایی داشت و می شود ثروتمند بود. اما یک اولویت وجود دارد، آن هم دستیابی به گنج حضور است که درون خود من وجود دارد.

دسترسی به این گنج، می تواند ما را از دنیای بیرون بی نیاز کند. و فقط در آن حالت آزادی و بی نیازی ست که همه مرادها هم چو نثار خودشان به سراغمان می آیند و می توانیم از تمام آن نعمت‌ها برخوردار شویم و حقیقتاً در سایه عشق الهی از آن‌ها لذت ببریم.

-خانم مرجان از استرالیا



خانم شهین از کرمان



با عرض سلام و درود فراوان، و خدا قوت خدمت آقای شهبازی عزیز و بزرگوار و خانواده گنج حضور و کودکان عشق و امید.

ابیاتی از برنامه ۸۶۸

عمر بر او امید فردا می‌رود
غافلانه سوی غوغا می‌رود
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

کسی که به امید فردا زندگی می‌کند در لحظه اکنون زندگی نمی‌کند و فضا را باز نمی‌کند، فرصت‌ها را از دست می‌دهد، خیلی از ما انسان‌ها که به سن و سال بالا می‌رسیم مثل پرنده‌ای هستیم که هنوز آن پرهای خامش را نینداخته است، یعنی هنوز همانیدگی‌هایمان را نینداخته‌ایم.

این دو روزک را که زورت هست زود
 پرافشانی بکن از راه جود
 مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۶۶

خُب تا شصت سالگی به امید فردا زندگی کردیم و به زندگی دست پیدا نکردیم، و خیلی کم مانده، دیگر باید سعی کنیم این پرهای من‌ذهنیمان را این همانیدگی‌هایمان را بیندازیم از راه جود. یکی یکی باید آنها را بدهیم بروند، و برای این کار هر کسی یک سبک زندگی توأم با بخشش به خودش باشد، و قانون جبران را در تمام شئونات زندگی‌یمان رعایت کنیم، و ببینیم آیا می‌توانیم به خودمان و دیگران کمک کنیم؟

این قَدَر تُخْمی که ماندستت بباز
تا بروید زین دو دَم، عُمَرِ دراز
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۶۷

یک خُرده از این بذر مانده، دیگر در هفتاد سالگی، شصت سالگی خیلی نمانده، چه قدر لحظه ما داریم و می توانیم کار کنیم، می گوید این قدر بذر را که مانده بده برود، فرض کن مانند کشاورزی که پنجاه کیلو بذر داشته و نکاشته، هی گندم‌ها را موش می خورد، فقط دو کیلو مانده، می گوید این را دیگر بکار، اگر می کاشت با فضاگشایی! پس ما می توانیم در این لحظه زندگی را صرف کنیم، «تا بروید زین دو دَم» یعنی از این مختصری که از عمرت مانده، عمر دراز به دستت بیاید، یعنی جاودانگی. پس اگر بتوانیم کاملاً این همانیدگی‌ها را بیندازیم زندگی یا خدا دائماً در صدد کمک به ماست.

تا نمردست این چراغ با گُهر
 هین فتیلش ساز و روغن زودتر
 مولوی، مثنوی، دفتر دوم بیت ۱۲۶۸

می گوید: تا این چراغ پُر گُهر، که اصل ماست، امتداد خداست، تا کاملاً از بین نرفته، تو بیا با فضاگشایی از این فضای یکتایی باز شده آن را روغن کن و آن را روشن کن، یک دفعه می بینید این چراغ نور انداخت، این چراغ در درون ماست و می بینید نورش دائمی شد و با آن نور همانیدگی ها را می بینیم، درست هست که کم مانده مثلاً ده سال یا پنج سال مانده می شود کار کرد چراغ را کاملاً روشن کرد به شرط انداختن همه همانیدگی ها.

هین مگو فردا، که فرداها گذشت
تا بکلی نگذرد ایام گشت
مولوی، مثنوی، دفتر دوم بیت ۱۲۶۹

می گوید: هی فردا فردا نکن با من ذهنی ات، برای این که مرتب فرداها گذشت چیزی گیرت نیامد.
تا زمان گشت کاملاً نگذرد، یعنی طوری نباشد که دیگر نه قدرت بدنی و نه قدرت فکری و نه قدرت احساسی
داشته باشیم، انسان کاملاً تلخ بشود که در این جهان هیچ چیزی را خوب نمی بیند، برای این که همش از چیزهای
بی وفا و آفل زندگی خواسته و آنها هم از بین رفته اند.

کی فرستادی دمی بر آسمان
نیکی، کز پی نیامد مثل آن؟
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۵۹

می گوید: کی ما این فضا را، مرکزمان را درست باز کردیم، با خدا درست و حسابی راز و نیاز کردیم و از آسمان،
از زندگی، از طرف خدا یک چیز زیبایی نیامد؟

بس دعاها که زیان هست و هلاک
از کرم می نشنود یزدان پاک
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰

خیلی دعاها را ما زیان و مرگ است، خداوند لطف می کند که آن ها را نمی شنود.

گر مراقب باشی و بیدار تو
بینی هر دم پاسخ کردار تو
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

وقتی که فضاگشایی کنید به صورت حضور ناظر ذهنت را نگاه کنید، خواهید دید که پاسخ عمل تو چه هست؟
وقتی بر حسب همانیدگی‌ها عمل کنیم یک ضروری به ما می‌رسد، وقتی بر حسب عدم عمل می‌کنیم یک فایده‌ای
می‌رسد. فایده معنوی.

چون مراقب باشی و گیری رَسَن
حاجت ناید قیامت آمدن
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۱

اگر ما فضا را باز کنیم، هر لحظه به اتفاق این لحظه بله بگوییم و به صورت حضور ناظر ذهنمان را ببینیم و مراقب باشیم و این رَسَن یعنی طناب وصل را داشته باشیم، همان طناب ما را می‌کشاند. می‌برد بالا، دیگر لازم نیست تا قیامت صبر کنیم، یعنی از همانیدگی‌هایمان رها می‌شویم، به بی‌نهایت او زنده می‌شویم، و قیامت‌مان می‌شود. خدا را هزاران مرتبه سپاسگزارم به خاطر اشعار زنده کننده مولانای جان و این برنامه زنده کننده گنج حضور.

با احترام 🙏
شاگردتان شهین از کرمان 🙏



خانم فریبا الہی مہر



به نام خدا

سلام خدمت آقای شهبازی و دوستان گنج حضور

خلاصه غزل (شماره) ۱۸۲۹ دیوان شمس از برنامه ۹۲۹

گفتم دوش عشق را: ای تو قرین و یارِ من
هیچ مباش یک نفس غایب از این کنارِ من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

وقتی فضا را باز کردم و با زندگی یکی شدم، از این فضای گشوده شده، به گوشِ خودم گفتم: ای عشق، همدم و یار و همراه من تویی، حتی یک لحظه هم از پهلوی من غایب نشو، زیرا وقتی در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی کردم، فهمیدم که من از جنسِ منِ ذهنی نیستم، بلکه از جنسِ اصلم که همان هشیاری حضور است، هستم.

نورِ دو دیدهٔ منی، دور مشو ز چشمِ من
 شعلهٔ سینهٔ منی، کم مکن از شرارِ من
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۱۸۲۹

خدایا، وقتی فضا را باز می‌کنم، دیدهٔ عدم بینِ من هم باز می‌شود. خدایا لحظه‌ای از مرکزِ عدم بینِ من غایب نشو. خدایا، تو گرمایِ زندگیِ من هستی، پس از آتشِ عشقِ من کم مکن.

یارِ من و حریفِ من، خوبِ من و لطیفِ من
 چستِ من و ظریفِ من، باغِ من و بهارِ من
 -مولوی، دیوانِ شمس، غزل شمارهٔ ۱۸۲۹

خدایا، وقتی با فضاگشایی، قرین و همدمِ تو می‌شوم، متوجه می‌شوم که تنها یار و همدمِ من تو هستی.
 خدایا، جنسِ تو لطیف و زیباست، جنسِ تو ظریف و پویاست. من هم وقتی دست از مقاومت و ستیزه برمی‌دارم و فضاگشاییِ اصیل را تجربه می‌کنم، به عنوانِ امتدادِ تو لطیف، زیبا، ظریف و پویا می‌شوم.

خدایا، باغ و بهارِ من تو هستی، من دیگر با شکوفا شدنِ چیزهایِ اَفل در مرکزِ خوشحال و شاد نمی‌شوم، بلکه وقتی با تو یکی می‌شوم، شکوفا می‌شوم و نو به نو خلق می‌کنم.

ای تنِ من خرابِ تو، دیده‌ من سحابِ تو
 ذره‌ آفتابِ تو، این دلِ بی‌قرارِ من
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خدایا، منِ ذهنیِ من باید در راهِ تو خراب شود و من می‌خواهم گریه شوق سر دهم، زیرا این گریه مرا به تو وصل می‌کند. خدایا، این دلِ من مشتاق توست و وقتی فضاگشایی می‌کنم، این دلِ بی‌قرارِ من مثلِ آفتاب از درونم می‌خواهد طلوع کند تا به تو زنده شوم.

لب بگشا و مشکلم حل کن و شاد کن دلم
 کآخر تا کجا رسد پنج و شش قمار من
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خدایا، من متوجه شدم باید ساکت شوم و تو باید لب‌ت را بگشایی تا مشکل من ذهنی من حل شود، زیرا وقتی من با من ذهنی‌ام حرف نزنم و سکوت کنم تا تو حرف بزنی، من با تو یکی می‌شوم و شادی بی سبب را تجربه می‌کنم. خدایا، وقتی فضا را باز می‌کنم، با پنج و شش قمار می‌کنم، یعنی همه همانیدگی‌هایم را می‌بازم و با سبب سازی ذهن کار نمی‌کنم و فقط با فضاگشایی با تو همکاری می‌کنم و نمی‌دانم چه می‌شود.

تا که چه زاید این شبِ حامله از برای من
تا به کجا کشد بگو مستی بی خمار من؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خدایا، به من بگو که وقتی فضا را باز می‌کنم و از شراب تو می‌خورم و مست می‌شوم، پس چرا خمار نمی‌شوم و همیشه شاد هستم. اما وقتی برای همانیدگی‌ها و چیزهای آفل این جهانی مست می‌شوم، این مستی چون زودگذر است، همیشه با خمار و درد همراه است.
خدایا، این را می‌دانم که وقتی لحظه به لحظه، با فضاگشایی در برابر اتفاق این لحظه، بی‌خمار می‌شوم، عاقبت در یکی از این فضاگشایی‌ها، از شبِ حامله من ذهنی زاییده و به تو تبدیل خواهم شد.

تا چه عمل کند عجب شکر من و سپاس من
تا چه اثر کند عجب ناله و زینهار من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خدایا، نتیجه بسیار شگفت انگیزی خواهد داشت وقتی صبر و شکر می‌کنم که با شناسایی همانیدگی‌ها و انداختن آنها دارم به تو زنده تر می‌شوم. خدایا، چه اثر عجیبی دارد وقتی با فضاگشایی، اشک شوق می‌ریزم و از تو ناله و امان می‌خواهم که مرا به خودت زنده تر کنی.

گفت: خُنک تو را که تو در غمِ ما شدی دوتو
کار تو راست در جهان ای بگزیده کارِ من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خدایا، وقتی فضا را باز می‌کنم، تو از درون من می‌گویی: خوشا به حال تو، که انداختن همانیدگی‌ها، تنها غم تو شده است. خوشا به حال تو، که کار با من ذهنی را، کنار گذاشته‌ای. خوشا به حال تو، که با فضاگشایی دم به دم، با من همکاری می‌کنی و داری به من زنده می‌شوی.

مست منی و پست من، عاشق و می پرست من
 برخوردار او ز دست من، هر که کشید بار من
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

ای انسان، تو وقتی فضاگشایی می کنی، مست من می شوی و باید در من ذهنی پست شوی، یعنی من ذهنی ات صفر شود. تو با فضاگشایی عاشق من می شوی و از دست من، شراب هشیاری حضور را می خوری و کسی از دست من، از شراب الهی برخوردار می شود که بار مرا می کشد، یعنی با فضاگشایی، درد هشیارانه می کشد و صبر و شکر می کند تا به من زنده شود.

رو، که تو راست کر و فر، مجلس عیش نه ز سر
 زانکه نظر دهد نظر، عاقبت انتظار من
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

برو که جلال و شکوه من مال توست و با سر من ذهنی ات، مجلس عیش درست نکن، زیرا اگر هشیاری جسمی
 را رها کنی و مرکزت را از هر همانیدگی خالی و از فکرهای آفل پرهیز کنی و فقط فضا را باز کنی و تسلیم باشی،
 به هشیاری نظر زنده می شوی و انتظار مرا برآورده می کنی.

گفتم: وانما که چون زنده کنی تو مرده را؟
زنده کن این تن مرا از پی اعتبار من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خدایا، من چون من ذهنی دارم و به تو زنده نیستم ، به اشتباه از تو سؤال می کنم که تو چطوری می خواهی مرا به خودت زنده کنی؟ و با من ذهنی ام می گویم: خدایا برای اطمینان من، این تن مرا زنده کن. این پرسش ها همه اشتباه و از سر من ذهنی من است. من باید فقط با فضاگشایی در برابر اتفاق این لحظه، به تو تبدیل شوم.

مرده تر از تنم مجو، زنده کنش به نور هو
تا همه جان شود تنم، این تن جانسپار من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خدایا، من با فضاگشایی فهمیدم که از تن من و من ذهنی من در جهان، مرده تر وجود ندارد. خدایا، من دیگر با
من ذهنی ام سؤال نمی کنم، تسلیم می شوم و به تو توکل می کنم و جز جانسپاری، کاری دیگر نمی خواهم انجام
دهم تا تو با نور و دم زنده کننده خودت مرا به خودت زنده کنی، در این صورت است که تمام من ذهنی من
تبدیل به جان حضور می شود.

گفت: ز من نه بارها دیده‌ای اعتبارها
بر تو یقین نشد عجب قدرت و کار و بارِ من؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خداوند به من گفت: آیا من بارها تو را از مراحل مختلف من ذهنی آزاد نکردم؟ شگفت انگیز است که چرا تو هنوز به من توکل نکرده‌ای و برای تو این اطمینان به وجود نیامده است که اگر فضاگشایی کنی قدرت و کارگاه صنع و آفریدگاری من را می‌بینی.

گفتم: دید دل، ولی سیر کجا شود دلی
از لطف و عجایب، ای شه و شهریارِ من؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

خدایا، من از گفت و گوی ذهنی درآمده‌ام و وقتی فضا را باز کردم، با چشم دلم دیدم که از لطف و عجایب و شگفتی‌های تو سیر نمی‌شوم.
خدای من، ای شاه و شهریار من، دیگر با من ذهنی‌ام نمی‌پرسم که چگونه می‌توانم به تو تبدیل شوم، فقط لحظه به لحظه، فضاگشایی می‌کنم تا عجایب و شگفتی‌های تو را تماشا کنم.

عشق کشید در زمان گوشِ مرا به گوشه‌ای
 خواند فسون، فسونِ او دامِ دلِ شکارِ من
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

وقتی فضا را گشودم، عشق مرا از من های ذهنی جدا کرد و مرا به گوشه‌ای کشاند و من با عشق تنها شدم و عشق در گوش من افسون خواند و دل من در افسون او شکار شد، یعنی وقتی فضاگشایی کردم، عشق مرا شکار کرد و دام ذهن را رها کردم.

جان ز فسونِ او چه شد؟ دم مزن و مگو چه شد
ور بچخی، تو نیستی محرم و رازدارِ من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

وقتی لحظه به لحظه، فضا را گشودم، عشق در جان من افسون کرد و چه اتفاقی افتاد؟ در این لحظه بود که زندگی در گوش جانم گفت: با من ذهنیات حرف نزن و نگو چه شد، زیرا تو نباید حالتی که در حضور تجربه کردی را به حرف در بیاوری، زیرا وقتی تو فضاگشایی می کنی، من رازم را به تو می گویم و اگر بخواهی این حالت حضور را با سر و صدای من ذهنیات، به حرف در بیاوری و بیان کنی، از حالت حضور خارج می شوی و دیگر من رازم را به تو نمی گویم، چون در فضای ذهن نمی شود حضور را بیان کرد.

ارادتمند شما، فریبا الهی مهر



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