

باطراحی عکس نوشته از آیات و متن های برگزیده

هر برنامه، سعی می کنیم به نحوی قانون جبران

را در باره گنج حضور و آموزش های که دریافت

داشته ایم رعایت کنیم.

آنچه
حضور

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

مولانا

انصاف حضور

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

عکس نوشتہ اییات

و نکات انتخابی

برنامہ ۹۳۰ گنج حضور

www.parvizshahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

یکی از اقلامی که در مرکز ماست
درد است، ما با دردهایمان همافیده
شده ایم.

مولانا می گوید مواظب باش از این
خواب همانیدگی ها و دردها باید
بیدار شوی.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

هر کاری که می‌کنیم، باید بهانه‌ای
باشد برای این که ما این نورِ زندگی
را پیدا کنیم، نه آن چیزهایی که
ذهن نشان می‌دهد.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

شما می‌توانید به خودتان تلقین کنید مرتب
که من با پریدن از فکری به فکر دیگر که
همانندگی‌هایم هستند، مسئله ایجاد می‌کنم،
مانع ایجاد می‌کنم، دشمن ایجاد می‌کنم،
درد ایجاد می‌کنم، و عقل من ذهنی‌ام به من
مستولی است، پس به این نتیجه برسیم که این
عقل به درد نمی‌خورد.

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

اگر در این لحظه در ذهنت
هستی و به طور پیوسته دچار
هیجانات ذهنی مثل خشم،
ترس، حسادت و این جور
چیزها می شوی، بنابراین تو
داری خدائیت خودت را به
چندتا همانیدگی می فروشی.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

بیدار شدن از خواب ذهن، در زندگی
فردی ما و زندگی کل ما بسیار مهم
است و اگر در خواب ذهن بمانیم،
نه تنها به منظور اصلی مان از آمدن
به این جهان پی نخواهیم برد، به
مقصد نخواهیم رسید یا به مقصود
نخواهیم رسید، بلکه کلی ضرر به
خودمان و آدم‌های دیگر خواهیم زد.

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

پس از این که ما از طریق همانندگی ها جهان را می بینیم،
یعنی عینک های رنگی چیزها را به چشمان می زنیم،
این طرز دید و فکر کردن بسیار طبیعی به نظر می آید.
از گذر کردن در ذهنمان از فکرهای مختلف همانند،
یک تصویر ذهنی به وجود می آید که این تصویر ذهنی
همان من ذهنی هست.

مولانا می گوید: باید از خواب همانندگی ها بیدار بشوی.

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

وقتی وارد این جهان می شویم، با فکرهایمان با چیزهای این جهانی که برای بقای ما مهم هستند و جامعه و اعضای خانواده به ما یاد می دهند که اینها مهم هستند مثل پول، مثل افراد خانواده و برخی از باورها و نقشها و غیره، یا هر چیزی که می توانیم با ذهنمان تجسم کنیم که مهم است، همانند می شویم.

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

جمع انسان‌ها آن قدر
عقلشان پایین است که
خدائیت شان را به پول، به
ملک، به مقام، به باورها،
به توهم می فروشند.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

اگر مرکز ما عدم بشود و عدم باقی بماند و
چهارتا خاصیت عقل، حس امنیت، هدایت و
قدرت را از زندگی بگیریم، یعنی ما از خواب
ذهن بیدار شده‌ایم.

یک لحظه ممکن است بیدار بشویم و دوباره به
خواب برویم، یعنی دوباره برویم به ذهن.
منظور اصلی ما این است که بیدار بشویم و بیدار
باقی بمانیم، دیگر به خواب ذهن فرو نرویم.

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

شرطِ رها شدن ما این است که در اطرافِ
اتفاق این لحظه که ذهن نشان می‌دهد،
فضا باز کنیم. وقتی فضا باز می‌کنیم، مرکزِ
ما دوباره عدم می‌شود که قبلاً عدم بود.
عدم شدن مرکز یعنی دوباره زندگی و
خردش را، حسِ امنیت هدایت و قدرتش
را، می‌آوریم و از آن استفاده می‌کنیم.

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

به طور کلی آن چیزی که ذهن به ما نشان
می دهد برای این است که در اطرافش فضا
باز کنیم، در نتیجه در فضای گشوده شده
حول خداوند یا زندگی بگردیم.

آنگاه
حضور

www.ParvizShahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

من ذهنی مجازی است، گذشته و آینده
هم زمان مجازی هستند.
زمان حقیقی این است که ما همیشه
در این لحظه هستیم و همیشه یک
قدم می‌توانیم برداریم. آن هم قدمی
که الآن برمی‌داریم. بنابراین باید
هشیارانه حواسمان باشد که اولین قدم
را با فضاگشایی برداریم.

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

بیاییم خودمان را زیر نورافکن قرار بدهیم،
بینیم که آیا در این لحظه، در اطراف اتفاق
این لحظه فضا باز می‌کنیم یا نه؟
اگر باز می‌کنیم که هشیاریِ نظر داریم و در
آن لحظه مرکز ما عدم است، ولی اگر فضا باز
نمی‌کنیم مرکزمان جسم است.
اگر مرکزمان جسم است، هشیاری جسمی
داریم و هشیاری جسمی ایجاب می‌کند که
دوباره برویم به ذهن و آنجا زندانی بشویم.

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

شما در این لحظه توانایی انتخاب دارید و به جای این که در واقع یک همانیدگی را در مرکزتان قرار بدهید و بروید به انقباض یا من ذهنی، می‌توانید فضاگشایی کنید و هشیاری‌تان را عوض کنید و این مسئولیت را ما به عهده می‌گیریم که باید خودمان کاری برای خودمان بکنیم.

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

هشیاری نظر پیدای کنیم، مرکزمان عدم می شود وزیر نفوذ
و کار قضا و گن فکان قرار می گیریم.

یعنی خداوند روی ما کار می کند، بعد صنوع و آفریدگاری

روی ما اعمال می شود و پس از یک مدتی شادی بی سبب

می آید و از جبر من ذهنی خارج می شویم و آن موقع حال

خوب و ساختارهای موفق و بی درد و عمل بدون ایجاد

مقاومت در بیرون و هزار تا محصول خوب دیگر از این

فضا گشایی به عمل می آید.

گنج
حضور

به خودتان بگویید من نمی‌توانم با رسیدن به چیزهای همانیده خوش بخت بشوم، من نمی‌توانم چیزی از کسی بگیرم. مرتب در فکر این هستم که از چه کسی باید چه چیزی بگیرم، چه چیزی انتظار داشته باشم، از همه انتظار دارم.

این فکرها که تندتند می‌آید به خاطر کنترل مردم است یا کنترل وضعیت‌هاست. من می‌فهمم این چیزها را و رها می‌کنم این موضوع را، این کار به جایی نمی‌رسد، پس شما می‌بینید که ذهن‌تان آرام می‌شود.

دلیل آزاد نشدن و
نرسیدن به حالت
مضور تقصیر خودمان
است که نور زندگی
را در ذهن مان زندانی
می‌کنیم.

تلاش
حضور

اگر جریان ذهن قطع بشود، ذهن
بایستد، حضور در آن جا خودش را
به ما نشان می‌دهد.



www.ParvizShahbazi.com

آنچه
حضور

پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

ما نمی‌توانیم نور را یا خدا را تغییر
بدهیم، ما می‌توانیم خودمان را تغییر
بدهیم. تغییری که می‌توانیم بدهیم
این است که جنسِ ذهنمان را عوض
کنیم.

www.ParvizShahbazi.com

هرچقدر کمتر مقاومت کنیم ذهن
لطیفتر می‌شود. مقاومت صفر
باشد ما روی ذات خودمان قائم
می‌شویم. شما اگر بتوانید مقاومت
را صفر کنید، قضاوت را صفر کنید،
رسیدیم به آنجا که مرکز عدم است.
مرکز عدم مقدمه قائم شدن به ذات
خود است.

پرویزشهبازی برنامه ۹۳۰

آنچه
حضور

ما نباید بگذاریم نورِ حضور به

ذهن برود، برای این کار نباید در

برابر آن چیزی که ذهن نشان

می‌دهد مقاومت کنیم،

در این صورت نورِ حضور یا نور ایزدی

در ما روی خودش قائم می‌شود، دیگر

نمی‌رود به ذهن. آن نور خودش خلاق

است، ذهن ساده می‌شود. ذهن ساده

شده را یک جور دیگر به کار می‌گیرد.



ذهن ما از طریق فکر کردن بر اساس

همانیدگی‌ها زندگی را تلف می‌کند، یعنی

به مانع، دشمن، درد و مسئله تبدیل

می‌کند، و با همان عقل هم شروع می‌کنیم

مسائل را حل کردن.

منتها یک مسئله را که با ذهن می‌خواهیم

حل کنیم پنج‌تای دیگر زاییده می‌شود.

آنگاه
حضور

پرویز

شهبازی

برنامه

۹۳۰



آدم‌هایی که سفت هستند و دگماتیک
(Dogmatic) هستند و خیلی به
باورها چسبیده‌اند، شما سفتی‌شان
را می‌بینید. این‌ها نمی‌گذارند نور از
آن‌ها رد بشود، نور زندگی و بنابراین
زندگی بسیار بد و بی‌رمقی دارند. مهم
نیست که چه باورهایی دارند.

ما آمدیم به این جا که به

دیدار(خدا) نائل بشویم و دیدار هم

یک به اصطلاح هدف نیست که

شما به دست بیاورید با ذهنتان.

باید ذهن را ساکت کنید و به این حقیقت

برسید که اگر یک جایی این جریان ذهن

پاره شد، آن جا شما دارید موفق می شوید و

اگر این ابیات مولانا را بخوانید یک جایی

این جریان ذهن پاره می شود.



از فکرهای
همانیده پرهیز
کنید.

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۱- وقتی فضاگشایی می‌کنیم.

۲- وقتی قدم این لحظه را با

فضاگشایی درست بر می‌داریم.

۳- وقتی که با زندگی موازی هستیم.

۴- وقتی قضاوت و مقاومت نداریم.

پرویز شهبازی برنامه ۹۳۰

حضور

www.ParvizShahbazi.com

هر کسی که عیب‌های
همانیدگی خودش را می‌بیند
و اقرار می‌کند، اعتراف
می‌کند، می‌شود کارگاه
خداوند، برای این که در آن
لحظه مرکزش عدم می‌شود.

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

این قضیه زرنگی ذهنی که ما
همه به آن افتخار می‌کنیم
قسمتی از خواب ذهنی است. ما
باید قانون جبران را رعایت کنیم.
وقتی زرنگی می‌کنید، قانون
جبران را انجام نمی‌دهید، بدانید
که در خواب ذهن هستیید.

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۵- وقتی تسلیم خواست زندگی

هستیم: یعنی در این لحظه خواست

من ذهنی را می‌گذارید کنار، مقاومتش

را، قضاوتش را می‌گذارید کنار، فضا

باز می‌کنید و (تسلیم) خواست «قضا و

کن فکان» می‌شوید.

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۶- وقتی عیب‌های خود را می‌بینیم،

ولی بدون حس ملامت و سرزنش،

و تنها از روی تواضع از زندگی

می‌خواهیم که عیب‌ها را از ما بگیرد.

۷- وقتی راستی و درستی حقیقی

و اصیل داریم؛ دروغ نمی‌گوییم؛

و زرنگی نمی‌کنیم.



ممکن است ما اتفاق این لحظه را دوست
نداشته باشیم، ولی اطرافش فضا باز
می‌کنیم تا این اتفاق را عوض کنیم، ولی مهم
نیست که اتفاق چه هست.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

هرچه که قضا در این لحظه به وجود
می آورد شما به این علت راضی هستید که
فرصتی پیش آمد تا فضا باز کنید و به دیدار
زندگی نائل شوید.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

کنج
حضور



علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۸- وقتی که از این لحظه و اتفاق این لحظه راضی هستیم و پذیرش داریم.

۹- وقتی شادی بی سبب داریم.

۱۰- وقتی استعداد آفرینندگی زندگی در ما به صورت خلاقانه در کار است و از ما بروز می کند.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

حضور

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۱۱- وقتی عشق و خردِ زندگی از ما جاری می‌شود و به بیرون می‌ریزد.

۱۲- وقتی همانیدگی‌ها نمی‌توانند ما را به خود جذب کنند.

۱۳- وقتی خاموش هستیم، و ذهن ما ساکت شده‌است.

۱۴- وقتی سلسلهٔ فکر پشت سرِ فکر بریده می‌شود.



گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

هرکسی شادی در درونش دارد که بی سبب است،
به وسیله دلایل ذهنی ایجاد نمی شود، یعنی
نمی گوید پولم زیاد شده، یا شادی از سبب سازی
ذهن نمی آید. خوب توجه کنید که بیش تر مردم با
سبب سازی های ذهن غمگین می شوند، خوشحال
می شوند. این ها در خواب هستند، در خواب ذهن
هستند، درست مثل این که در خواب می خندند در
خواب گریه می کنند.

www.ParvizShahbazi.com

وقتی شما از درون شادی بی سبب دارید و اتفاقات بیرونی
این شادی را کم و زیاد نمی کنند، به احتمال زیاد شما بیدار

شده اید.

کنج
حضور

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰



کنج حضور، پرویز شهباز، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

کنج
حضور

اگر شما مهر بورزید، اگر انسانها
را به صورت زندگی ببینید و
اختلافات سطحی شما را به ذهن
نبرد، احتمالاً به عشق و خردورزی
دست پیدا کرده‌اید.

وقتی عشق و خرد زندگی از ما جاری می‌شود،
در طول کارهای روزمره متوجه می‌شوید که با
آدم‌ها چطور برخورد می‌کنید، آیا با خشم و
قضاوت و ترس و ایرادگیری و یا خواستن یک
چیزی و یا رد کردن آن‌ها برخورد می‌کنید؟
یا واقعاً آن‌ها را از جنس خودتان می‌بینید و
اختلافات سطحی جلوی شما را نمی‌گیرند.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

کنج
حضور

اگر چیزی یا کسی در پیرون نتوانست شمارا
به خودش جذب کند و کسیریندازد، شما میدانید

، مستقیم

کنج حضور، پرویز شهبازی،
برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com



اگر شما به آسانی به این چیز، به آن چیز، به این آدم، به آن آدم میل می‌کنید و آن‌ها را به مرکزتان می‌آورید، از طریق آن‌ها می‌بینید، به اصطلاح همانیده می‌شوید یا همانیدگی‌ها را جایگزین می‌کنید، می‌گویید این شخص رفت برود، حالا این یکی که هست با این همانیده می‌شوم، پس شما بیدار نیستید.

کلیه
حضور

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۱۵- وقتی به گذشته و آینده نمی‌رویم، از زمان و مکان خارج شده و در این لحظه ابدی ساکن و مستقر می‌شویم.

۱۶- وقتی ناظر و شاهدِ ذهن خود می‌شویم.

۱۷- وقتی با حفظ هشیاری خود، نیاز این لحظه را شناسایی کرده و آن را برآورده می‌کنیم.

۱۸- وقتی آگاه هستیم که برای چه مقصود و منظوری به این جهان فرم آمده‌ایم و در راهِ آن قدم برمی‌داریم.

کتاب
حضور

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

وقتی شما آگاه هستید که در هر لحظه اتفاق
می‌افتد که فضا را باز کنید به او زنده بشوید و این
منظور اصلی همه انسان‌هاست، همه انسان‌ها در
این شریک هستند.

اگر شما از این موضوع لحظه به لحظه آگاه هستید
شما بیدار هستید، اگر نیستید پس خواب هستید.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آگاه
حضور

www.ParvizShahbazi.com



کسی که بیدار باشد، متوجه می‌شود که مسائل را
من‌ذهنی می‌سازد و با من‌ذهنی نمی‌شود مسائل
را حل کرد.

هرکسی بیدار باشد، می‌گوید این گرفتاری‌ها
را همه من‌ذهنی ساخته، تمام رنجش‌هایم،
خشم‌هایم، حس انتقام‌جویی‌ام، این‌ها را همه
باید دور بریزم.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

حضور

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۱۹- وقتی به زندگی توکل می‌کنیم و ادارهٔ امورِ خود را کامل به دستِ زندگی می‌سپاریم.

۲۰- وقتی در کار زندگی و اتفاقاتی که قضا پیش می‌آورد دخالت نمی‌کنیم و نمی‌خواهیم اتفاقات را طبق خواست من‌ذهنی خود کنترل کنیم.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

کنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

اگر کسی به اندازه کافی فضاگشایی کرده باشد، و دیگر
ذهن را فعال نکند، و فکرهای همانیده پشت سرهم
ردیف نشوند، در این صورت خواهد دید که خردِ زندگی
خیلی خیلی بیش تر از عقل منِ ذهنی است، بنابراین
اجازه می‌دهد که زندگی فکرهایش را خلاقانه تولید کند
و به او لحظه به لحظه راه حل بدهد. به عقلِ زندگی، و
عشقِ زندگی توکل دارد.

کتاب
حضور

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

کسی که کم تر توکل دارد و سگان
کنترل را از دستش رها نمی کند و فکر
می کند که دیگران می آیند این پارک
من ذهنی را به هم می ریزند،
در این صورت این آدم توکل به خدا
ندارد.

پس کسی که مقاومت می کند، دیگران
را کنترل می کند، این آدم توکل ندارد
و خلاق هم نیست، پس بیدار نیست.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

هر چه بیشتر ما فضا باز
می‌کنیم و توکل می‌کنیم به
خرد فضای گشوده‌شده، کم‌تر
مانع ایجاد می‌کنیم، کم‌تر
مسئله، ایجاد می‌کنیم، کم‌تر
درد ایجاد می‌کنیم، کم‌تر
دشمن ذهنی ایجاد می‌کنیم.

www.parvizshahbazi.com

آنگاه
حضور

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

همیشه اتفاق را به دست خرد
فضای گشوده شده می سپاریم.
اگر این طوری باشد بیدار هستیم.
اگر مقاومت کنیم، قضاوت کنیم،
واکنش نشان بدهیم، در خواب
ذهن هستیم. اصلاً خیلی ساده،
اگر شما واکنشی هستید، شما در
خواب هستید.

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۲۱- وقتی حواس خود را بر روی کسی

یا چیزی نمی‌گذاریم و تمام حواس و

هشیاری ما بر روی خود ما متمرکز

است و ناظرِ مرکزِ عدمِ خود هستیم.

این معیارِ خوبی است. هرکسی که

حواسش را داده به یکی دیگر، که او را

درست کند یا کنترل کند، این آدم در

خوابِ ذهن است.

گنج
حضور

اگر همه حواس ما در این لحظه
روی این متمرکز است که قدم
اول را درست برداریم مرکز ما
عدم بماند، در این صورت ما
بیداریم.

شما باید سعی کنید همیشه بیدار
باشید. بیش تر مردم در خوابند.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان
۲۲- وقتی که خود را به عنوان امتداد خدا
و زندگی شناسایی می‌کنیم، و خود را
به صورت جسم و چهار عنصر (تن
فیزیکی، هیجان‌ات، عقل و جان جسمی)
تعریف و توصیف نمی‌کنیم.

۲۳- وقتی در همه چیز و همه کس همان
یک زندگی را می‌بینیم.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

وقتی ما دیگر از توصیف خودمان و
خداوند دست برمی‌داریم، از توصیف
ذهنی. هرکسی در خواب است، در
خواب، خداوند را و خودش را که از
جنس او هست توصیف می‌کند.
و این موضوع یعنی اقرار الّست. در
این لحظه خودتان را از جنس زندگی
می‌دانید و عمل هم می‌کنید.

گنج حضور پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

اگر ی‌دار شده باشیم از جنس زندگی

هستیم، با عینک زندگی می‌بینیم،

بنابراین مخصوصاً در آدم‌ها خودِ

زندگی یا خدائیت را می‌بینیم. نه این

که آن‌ها را توصیف کنیم.

گنج حضور، پروین شهبازی، بر نامه ۹۳۰

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۲۴- وقتی با ذهن خود نمی‌خواهیم وجود

خدا را اثبات کنیم، بلکه به او تبدیل

می‌شویم.

۲۵- وقتی اجازه نمی‌دهیم ذهن خودش را

با حضور مقایسه کند، و حضور را مانند

خودش بی‌ارزش کند.

۲۶- وقتی که نمی‌خواهیم حضور را با ذهن

تصرّف کنیم و به دست بیاوریم.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

حضور به دست آوردن چیزی نیست، بلکه انداختن

همانیدگی‌ها و از دست دادن من ذهنی است.

اگر ذهن شما و ذهن دیگران، یعنی من‌های ذهنی

اطرافتان، حضور شما را کوچک نمی‌کند، و مقایسه

نمی‌کند، وقتی شما نمی‌گویید که فلانی حضورش بیشتر

است یا من؟ آخر حضور که بیشتر و کم‌تر ندارد،

خلاصه اگر شما زندگی را بی‌ارزش نمی‌کنید،

در این صورت شما بیدار شده‌اید.

آنگاه
حضور

علائم بیداری از خواب ذهن در انسان

۲۷- وقتی مراقب هستیم که من ذهنی به

بهانه‌های مختلف از جمله پیشرفت معنوی

ما را به مقایسه خود با دیگران و ملامت

کردن و عیب‌بینی نبرد.

اگر شما مقایسه می‌کنید در خواب هستید.

نمی‌شود آدم خودش را با دیگران مقایسه

کند.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

حضور

قسمت‌هایی از زندگی مادی، مثلاً میزان پولمان را می‌توانیم با دیگران مقایسه کنیم ولی خودمان را نمی‌توانیم. اگر خودمان را مقایسه می‌کنیم حتماً من ذهنی‌مان را مقایسه می‌کنیم. اگر من ذهنی داریم در خواب هستیم.

کنج حضور، پرویز شهباز، برنامه ۹۳۰

اگر ذهنتان را جدی می گیرید،
فکرهایتان را جدی می گیرید و هر چه
که ذهن نشان می دهد، برای شما جدی
است برای این که بیش از حد همانند
هستید، در این صورت شما در خواب

هستید.

www.parvizshahbazi.com

کنج
حضور

برای مردن به من ذهنی ابتدا باید این
فکرها آهسته تر بشود، تا یک جایی
منفصل بشود. هر جا پاره شد و دیگر به
هم وصل نشد، شما دیگر بیدار
شده‌اید.

اگر پاره می‌شود، به هم وصل می‌شود،
شما بیدار می‌شوید ولی دوباره به خواب
می‌روید. چرا؟ برای این که ما عاشق
فکرهای من ذهنی خودمان هستیم که

نباید باشیم. www.parvizshahbazi.com

کنج
حضور

کنج
حضور
پرویز
شهبازی
برنامه
۹۳۰

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

وقتی شما دچار هیجانات منفی از هر
نوع هستید، در خواب هستید. اگر
شما انتظار دارید مردم به شما زندگی
بدهند اگر نمی دهند می رنجید
خشمگین می شوید، در خواب
هستید.

کنج
حضور

گناه یعنی هم‌هویت شدن با
چیزی و آوردن آن به مرکز و
گذاشتن آن به جای عدم و دیدن
برحسب او این گناه است.
تعریف گناه اصلاً همین است.

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

گناه
حضور

www.parvizshahbazi.com





هرکسی که فراوانی
خدا را تبدیل به
محدودیت کرده،
یعنی در مرکزش
کمیابی هست، این
آدم در خواب است.

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

www.parvizshahbazi.com

کسی که خوشش نمی‌آید یکی
موفق بشود، خوشبخت بشود،
حالش خوب شود، حسادت
می‌کند، مرکزش همانیده
است، این آدم بدبخت است،
چنین آدمی در خواب شدید
است، هر حسودی در خواب
شدید است.

در خواب بودن یعنی مسئله‌سازی
کردن، مسائلی که لازم نیست. شما
خودتان را زیرِ نورافکن قرار بدهید، آیا
می‌رسید به یکی، فضا را باز می‌کنید، از
کنارش رد می‌شوید؟ یا می‌خورید به او
و مسئله می‌سازید؟ ستیزه می‌کنید؟
مقاومت می‌کنید؟ مقاومت کردن، گیر
دادن، ابتدای مسئله‌سازی است.



برنامه ۹۳۰ پرویز شهبازی

www.parvizshahbazi.com

اگر کسی کارِ خودش را
بکند، در این لحظه می‌گوید
من اول بیدار بشوم، من
کاری با دیگران ندارم.
من بیدار بشوم، الآن با
این ذهنیتم نمی‌توانم
مسائلم را حل کنم. بهتر
است بیدار بشوم و
مسئله‌سازی نکنم.

حضور، به دست
آوردن چیزی
نیست، بلکه
انداختن
همانیدگی‌ها و
از دست دادن
من‌ذهنی است.

برنامه ۹۳۰

پرویز شهبازی

www.parvizshahbazi.com

آنگ
حضور

پرهیز کن از اندیشه‌های
همانیده، بگذار ذهنت ساده
بشود، زندگی از طریقِ تو
فکر کند. که پرهیز، سرورِ
دواهاست. مسائلت را با ذهن
حل نکن.

آنگاه
حضور

پرویز شهبازی برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

یک عده‌ای به این برنامه

گوش می‌کنند، می‌گویند

هیچ چیز نمی‌فهمیم، چرا؟ برای

این که هشیاری آمده پایین.



پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

این طوری نباشد که ما وقتی چهل،
پنجاه سالمان می شود اصلاً این قدر
هشیاریِ حضورِ پایین باشد که
هیچ چیز متوجه نشویم. تنها آن
چیزهایی که در ذهنمان هست و
شرطی شده ایم آنها را بفهمیم،
یواش یواش آنها هم یادمان برود.

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

حضور

www.parvizshahbazi.com

ما باید از فکرهایِ همانیده پرهیز کنیم، پرهیز در ابتدا یعنی کم کردن، ما یک دفعه که نمی‌توانیم ذهن را متوقف کنیم، می‌توانیم این ابیات مولانا را بخوانیم. برای همین می‌گویم تکرار کنید، تکرار کنید، تکرار کنید. برای این که هر بیتی یک ذره شما را آهسته‌تر می‌کند، به شما می‌گوید که این قدر نگران نباش، این قدر مضطرب نباش.

کارها اصلاً دستِ اضطراب تو نیست. این قدر تندتند فکر نکن، با تندتند فکر کردن، مسئله درست می‌کنی. این قدر دنبالِ خوشبختی در

پرویز شهبازی

ذهنت نگرد.

برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

حضور

شما اگر نصیحت نکنی، دیگران
را عوض نکنی، خیلی از فکرها کم
می‌شوند. اگر بگویی که وظیفه من
نیست مردم را عوض کنم، باز هم
حواست نمی‌رود به رویِ یکی دیگر.
اگر بگویی که من انتقاد نمی‌کنم،
عیب‌ها را نمی‌بینم، به من چه اصلاً،
من باید روی خودم کار کنم، باز هم
فکر کم‌تر می‌شود.



برنامه ۹۳۰ پرویز شهبازی

www.parvizshahbazi.com



اگر از کسی چیزی نخواهی می دانی چقدر
فکر حذف می شود؟ بیش تر فکرهای ما
درمورد این است که از چه کسی باید
چه بگیرم؟ آن فکرها اگر حذف بشود،
همین طور با خواندن بیت به بیت، شما
بیدارتر می شوید و فکرهایتان آهسته تر
می شود و یک جایی می بینید که نور
هست در زندگی شما، هشیاری هست.

شما از یک جایی به بعد متوجه می شوید که
ذهن ساکت شد. هر موقع شما می خواهید
فکر می کنید، هر موقع نمی خواهید نمی کنید.
یعنی شما از کنترلِ من ذهنی تان خارج
می شوید. من ذهنی صفر می شود، از کار
می افتد. بعضی موقع ها می تواند
شما را بکشد، شما متوجه
می شوید، نمی روید.

گلچین
حضور

اگر شما بیدار باشید، می‌گویید حرفی که
این شخص زد به من برخورد، پس من
همانیدگی دارم، منقبض شدم، الآن فضا
را باز می‌کنم، حواسم به خودم هست،
کاری ندارم این چه می‌گوید. این شخص
هم هرچه گفت، کار قضا بود، برای بیدار
شدن من بود.

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

گله
حضور

www.parvizshahbazi.com

این ابیات برای بیداری است.
شما بدانید بیداری کی هست
و چه علائمی دارد. پس کسی
که بحث و جدل می کند، ستیزه
می کند، تندتند حرف می زند،
وصل نیست، بیدار نیست.

**بهترین عبادت این است وقتی
نرم تر می شوی و این الگوهای
سفت و سخت را رها می کنی.
پس بهترین عبادت این است
که تو هر روز من ذهنی را کوچک
کنی و از جنس عشق بشوی.**

روز به روز ما داریم بیش تر
یاد می گیریم که آیا من الآن
عینک رنگی فکرها را زدم؟
آیا درد من، خشم من، ترس
من، اضطراب من، احساس
گناه من، حسادت من سبب
فکرهای من است؟ اگر
هست چه اندازه؟

گنج
حضور

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

برای این که شما بدانید بیدارید یا خواب
هستید ببینید وقتتان چجوری می‌گذرد.

بیشتر مردم دائماً با جریان ذهن همانیده

پیش می‌روند. الآن مشغول مثلاً یک

سوشال مدیا هستند از این می‌روند به آن یکی،

الآن مشغول اخبار هستند، الآن باید مشغول

صحبت با یکی بشوند، زنگ بزنند احوال یکی

را بپرسند، دائماً باید یک اشتغال ذهنی داشته

باشند آرام نمی‌گیرند. کسی که آرام نمی‌گیرد

نمی‌تواند تنها بماند، آرامش داشته باشد، در

خوابِ ذهن است.  پرویز
شهبازی

برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

مولانا می‌گوید هر کرامتی، هر بخششی،
هر فضلی که شما آن را به جان
می‌جوید مطمئن باشید که زندگی به
شما نشان داده که دنبالش هستید،
این مطلب خیلی مهم است که هر چیزی
که به ذهن می‌آید و ما می‌توانیم به آن
برسیم خداوند به ما نشان داده‌است.

پرویز
شهبازی

کتاب
حضور

پرنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

کتاب
حضور

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

بارها خدمتتان عرض کرده‌ام،
چیزی که ما الان باید قدرش
را بدانیم این است که
می‌توانیم در این لحظه به
خرد ایزدی دست پیدا کنیم
و با خداوند یکی بشویم و
آن چیزی که ذهن نشان
می‌دهد را جدی نگیریم.

www.parvizshahbazi.com



آیا شما قدر این که زیر این
فکرهای ما خداوند خوابیده
و شما فوراً می‌توانید از آن
استفاده کنید، می‌دانید؟ یا الآن
دارید از من ذهنی‌تان استفاده
می‌کنید و این ناشکری است. آیا
به این موضوع بیدار هستید؟

برنامه ۹۳۰

پرویز شهبازی

www.parvizshahbazi.com

گل
حضور

علت این که کارهای ما در
بیرون موفق نیست به این
دلیل است که ما از هشیاری
جسمی استفاده می کنیم.

این که شما الآن به مولانا گوش
می کنید، خداوند حضورش را به شما
نشان داده به همین دلیل بی سبب
شاد هستید، به خرد زندگی دست
می یابید و خلاق می شوید، به زندگی
زنده می شوید. اگر نمی خواست اصلاً
این ها را به شما نشان نمی داد.



گلاب
حضور

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

اگر به فکر شما می‌افتد که من این کار
را بکنم و این فکر قوّت پیدا می‌کند،
این فکر خیر است. یا اگر توانایی مالی
ندارید، امکانات ندارید، ولی فکرش آمد
و می‌بینید این فکر دارد قوی‌تر می‌شود،
این پیغام از آن ور آمده به آن احترام
بگذارید، پذیرایی کنید، دنبالش بروید،
چون اگر زندگی نمی‌خواست آن را به

شما نشان نمی‌داد.

www.parvizshahbazi.com

کتاب
حضور

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

گلزار
حضور

www.parvizshahbazi.com

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

شما قدم اول که فضا کشایی است رادست
بردارید، خواهید دید که امکانات خودش را به شما
نشان می دهد و زندگی راه را برای شما باز می کند.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

از خواندن این بیت‌ها نتیجه
می‌گیریم که واقعاً ما خود زندگی
هستیم و به هر وضعیتی که
می‌افتیم، او دارد می‌کند، او دارد نگاه
می‌کند و خودش برای خودش فکر
می‌کند، عمل می‌کند و شما نیستید
او است.

www.parvizshahbazi.com

اگر باور دارید که تمام وجود شما خداوند
است، پس تسلیم شوید، بگذارید او
کارهایش را انجام بدهد.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

کنج
حضور

گنج حضور پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

شما نباید از جمع تبعیت کنید،

نباید اجازه بدهید قرین روی

شما اثر بگذارد. تقلید از جمع

و اثرات قرین ما را در ذهن

زندانی می کند.

گنج
حضور

www.parvizshahbazi.com

ما فکر می‌کنیم یک موجود جدا از
زندگی هستیم و هر کاری که دلمان
می‌خواهد الآن می‌کنیم و او هم که
نمی‌بیند، مردم نبینند هیچ
مسئله‌ای نیست. درحالی‌که هر
فکری، هر عملی می‌کنیم روی ما
اثر می‌گذارد.

گزاره
حضور

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

شما باید توجه کنید که ما
ذاتاً چیزی نداریم و لازم هم
نیست چیزی داشته باشیم، این
همه چیز که به خودمان
چسبانده ایم فقط دل ما را تنگ
می‌کند و ما را از ذاتمان جدا
می‌کند.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

یکی از مشخصات بارز مرکز عدم و

بیداری این است که انسان

فراوانی اندیش است، خوبی و خوشبختی

را برای همه می خواهد.

وقتی آدم بیدار می شود، دلش می خواهد

آدم‌های دیگر هم بیدار بشوند. نمی خواهد

آدم‌های دیگر درد بکشند.

گنج
حضور

می بینید که مولانا یکی از آن انسان‌هاست که

می بیند انسان درد می‌کشد و نمی‌داند چرا

درد می‌کشد، بنابراین می‌خواهد او را بیدار

کند. پس فراوانی اندیش است، برای خودش

نگه نمی‌دارد، پخش می‌کند، مال خودش را در

این راه خرج می‌کند. فراوانی اندیش زندگی را

فراوانی می‌بیند. می‌داند که خداوند از جنس

فراوانی است.

برای شما خنده‌دار نیست ما جنگ راه
می‌اندازیم، آدم‌ها می‌میرند، خسارت
می‌خورد، بعد با هم می‌آییم آشتی
می‌کنیم، بعد می‌گوییم شما برادر ما
هستید، نمی‌دانم دوست هستیم و
سال‌های زیادی تاریخ مشترک داریم.
خوب این را از اول بگو، چرا از اول
نگفتی؟ این مکر و فسون ذهن است و
نه جنگش جنگ است، یعنی ارزش دارد،
نه صلحش. صلحش ذهنی است،
جنگش هم ذهنی است. خرد زندگی
دخالت ندارد.

کنج
حضور
پرویز
شهبازی
برنامه

۹۳۰

حضور

www.parvizshahbazi.com

مولانا تاکید می کنند که از خواب من ذہنی

بیدار شو.

از آن من ذہنی و فعالیت براساس

من ذہنی و دیدہمانیدگی ہا دوری کن.

کنج حضور، پرویز شہبازی، برنامه ۹۳۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

هرکوزه فعالیت برای آزادی از من ذهنی که

از طریق سبب سازی ذهن صورت

می گیرد، مخرجه قوی شدن من ذهنی

می شود.

گنج
حضور

www.parvizshahbazi.com

هر کسی بسیار از نسبت به من ذهنی کوچک

می شود و ذوب می شود، او واقعاً

هدایت یافته است.

کنج حضور

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

اگر این دنیا برای تو خوب است، برای
این که کار کردن در این دنیاست، حتماً
تو فضاگشایی کردی به او تبدیل شدی.
هرکسی در این جهان، یعنی در این
هفتاد، هشتاد سال نتواند به خداوند
وصل بشود دیگر نمی تواند وصل شود.
و این فرصت را باید ما غنیمت شماریم.

برنامه
۹۳۰

آنچه
حضور

پرویز
شهبازی

www.parvizshahbazi.com

آنگاه
حضور

کار کردن در ذهن هیچ
فایده‌ای ندارد، هیچ
نتیجه‌ای جز درد ندارد.

برنامه
۹۳۰

پرویز
شهبازی

www.parvizshahbazi.com

می‌بینید که ما مدت‌ها کار می‌کنیم
روی خودمان ولی می‌رویم ذهن، ذهن
به ما می‌گوید که بس کن، این کار
دیگر بس است، یاد گرفتی، و الآن تو
می‌توانی استاد بشوی. می‌بینید که
همان فضای گشوده‌شده پس از یک
مدتی که روی خودمان کار نمی‌کنیم،
بسته می‌شود.



پرویز
شهبازی

وقتی فضایِ درد می‌آید بالا و در سرِ ما
می‌نشیند، ما فکرهایِ بسیار بسیار غمگین‌کننده
می‌کنیم. در آن موقع هست که باید هشیار
باشیم و صبر کنیم. مثل اینکه فضاهای درد
در ما وجود دارد که گرسنهٔ درد هستند، ما
دوست داریم درد ایجاد کنیم. که در آن موقع
می‌بینید شخص فکرهای بسیار ناامیدکننده و
بسیار دردناک می‌کند تا درد ایجاد کند. وقتی
درد ایجاد می‌کند چکار می‌کند؟ زندگی را به درد
تبدیل می‌کند، تا این فضاهای درد بخورند و به
زندگی‌شان ادامه بدهند.

برنامه ۹۳۰

ما ممکن است حالمان بد باشد و به دلیل
این که مقدار زیادی دانش جمع کردیم و
با آنها همانیده شدیم و مردم از اینها
اطلاعی ندارند، تکبری داشته باشیم،
خودمان را به لاف، به دروغ بالا بگیریم
و در حالی که حالمان خراب است، تظاهر
کنیم که حالمان خوب است و ما می دانیم
که تا زمانی که من ذهنی هست، حالمان
خوب نخواهد شد.

برنامه ۹۳۰

اگر حقیقتاً حالمان خوب نیست، تظاهر
نکنیم حالمان خوب است. بهتر است اقرار
کنیم. اولاً اقرار واقعی کنیم در واقع کارگاه
خداوند می‌شویم، ثانیاً هم مردم به ما
کمک می‌کنند به جای این که فکر کنند
حالمان خوب است و بیایند دور ما جمع
بشوند. ما به خودمان نمی‌توانیم کمک
کنیم، بخواهیم به آنها کمک کنیم، این کار
با شکست مواجه خواهد شد.

اگر ما اقرار کنیم که واقعاً بلد
نیستیم، عیب همانیدگی داریم،
وضع روحی مان، روابطمان خوب
نیست، انسان‌های بخشنده‌ای
می‌توانند به ما کمک کنند.

هرکسی در این جهان امتحان
می‌شود، همه ما لحظه به لحظه
امتحان می‌شویم و بیش‌تر اوقات
از امتحان رفوزه
می‌شویم.

برنامه ۹۳۰

آنگاه
حضور

پرویز شهبازی

www.parvizshahbazi.com



یک مدتی فکر می‌کنیم حالمان خوب
است، یک دفعه یک اشکالی پیش می‌آید.
داریم امتحان می‌شویم، ولی به‌طور کلی
این لحظه حتماً امتحان می‌شویم که
بینیم آیا فضا‌گشایی می‌کنیم یا نه؟

برنامه ۹۳۰

پرویز شهبازی

گل
حضور

www.parvizshahbazi.com

هر لحظه امتحان، مست

تا تمام همانندگی ما از
مرکز زمان پاک بشود.

گل
حضور

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com



بیدار شو، بیدار شو، بین رفت شب، بیدار شو
بزار شو، بزار شووز خویش هم بزار شو

کنج حضور،

مولوی، دیوان شمس،

غزل شماره ۲۱۳۳

پرویز

شهبازی،

برنامه ۹۳۰



آنگاه
حضور

در مصر ما يك احمقى نك مى فروشد

يوسفى

باور نمى دارى مرا، اينك سوي بازار شو

مولوى، ديوان شمس،

غزل شماره ۲۱۳۳

گنج حضور پرويز

شهبازى، برنامہ ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

گنج
حضور

بی چون تو را بی چون کند، روی تو را

گلگون کند

خار از گفّت بیرون کند و آنگه سوی گلزار

کنج حضور، پرویز

شو

مولوی، دیوان

شمس، غزل شماره

۲۱۳۳

شهبازی، برنامه ۹۳۰

گلزار
حضور



مشنو تو هر مکر و فسون، خون را چرا

شویی به خون؟

همچون قدح شو سرنگون، و آنگاه

دردی خوار شو

دردی خوار: آن که ته نشین شراب را می خورد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۳۳

گنج مضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آنچه
حضور

www.parvizshahbazi.com

www.parvizshahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

در گردشِ چوگانِ او چون گوی شو،

چون گوی شو

وز بهر نقلِ کرکسش مردار شو، مردار

شو

گنج
حضور

نقل: در اینجا طعمه، غذا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۳۳

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۳۳

گلچ
حضور

آمدند ای آسمان، آمد طیب عاشقان

خواهی که آید پیش تو بیمار شو، بیمار شو

گلچ حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

این سینه را چون غار دان، خلوتگه

آن یار دان

گر یار غاری، هین بیا، در غار شو، در

غار شو

یار غار: مجازاً دوست بسیار صمیمی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۳۳

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

کنج
حضور

www.parvizshahbazi.com



تو مردِ نیکِ ساده‌ای، زر را به

دزدان داده‌ای

خواهی بدانی دزد را، طرار شو

طرار شو

کنج
حضور

مولوس، دیولک، شمس، غزل شماره ۲۱۳۳

www.parvizshahbazi.com

کنج حضور، پرویز شهباز، برنامه ۹۳۰



خاموش، و صفِ بحر و در کم گوی در دریای او

خواب هر که غمناکتر، دم‌دار شو، دم‌دار شو

دم‌دار: کسی که بتواند نفس را در سینه حبس کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۳۳

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

آنگاه
حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲

چه چگونہ بُدِ عدمِ را؟ چه

نشان نہیِ قَدَمِ را؟

نگرِ اولینِ قَدَمِ را کہ تو بس

نکو نهادی

گنج حضور

نخواهم خانه‌ای در ده، نه گاو و گله فربه
ولیکن مستِ سالارم، پیِ سالار می‌گردم

بپانه کرده‌ام نان را ولیکن مستِ خبازم
نه بر دینار می‌گردم، که بر دیدار می‌گردم

نیم پروانه آتش، که پَر و بالِ خود سوزم
منم پروانه سلطان که بر انوار می‌گردم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۲۲

کنج حضور پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

آنکه ارزد صید را، عشق است و بس
لیک او کی گنجد اندر دامِ کس؟

تو مگر آیی و صیدِ او شوی
دام بگذاری، به دامِ او روی

مولوی، شوی، دقتر و نجم، ابیات ۴۱۰-۴۰۹

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آنکه
حضور

www.parvizshahbazi.com

www.parvizshahbazi.com

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

حق، قدم برومی نهد از لاکمان

آنکه اوساکن شود از کن فحمان

مولوی، شوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱

آنکه
حضور



**دَمِ اَوْ جَانِ دَهْدَتِ رُو زِ نَفَخْتُ بِيذِيرِ
كَارِ اَوْ كُنْ فَيَكُونِ اسْتِ، نِه مَوْقُوفِ عِلِّ**

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴



برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

گلاب
حضور

پرویز
شهبازی

عاشقِ صُنْعِ توأمِ در شُکْر و صَبْر عاشقِ مَصْنُوعِ کی باشم چو گَبر؟

صُنْع: آفرینش، آفریدن / شُکْر و صَبْر: در اینجا کنایه از نعمت و بلاست.

عاشقِ صُنْعِ خدا با فر بود عاشقِ مَصْنُوعِ او کافر بود

گَبر: کافر

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۱۳۶۱-۱۳۶۰

برنامه ۹۳۰

پرویز
شهبازی

آزاد
حضور

خاموش که گفت نیز هستی ست

باش از پی اَنْصِتُواش اَلْکَن

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۳۴

اَنْصِتُوا: خاموش باشید

الکن: لال

چون تو گوشِی، او زبان، نی جنسِ تو

گوشها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲

اَنْصِتُوا را گوش کن، خاموش باش

چون زبانِ حق نگشتی، گوش باش

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

گنج
حضور

پس شما خاموش باشید انصتوا
تا زبانتان من شوم در گفت و گو

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

انصتوا بپذیر، تا بر جان تو
آید از جانان، جزای انصتوا

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶

این سگان کز اندز امر انصتوا
از سفه، وع وع کنان بر بدر تو

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۶۶

گنج
حضور

پیشِ بینا، شد خموشی نفع تو
بهر این آمد خطابِ انصتوا

مولوی، شوی، دقتر چهارم، بیت ۲۰۷۲

انصتوا یعنی که آبت را به لاغ
هین تلف کم کن، که لب خشک است باغ

مولوی، شوی، دقتر پنجم، بیت ۳۱۹۹

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

تجربه بیداری از خوابِ ذهن در انسان

- ۱- وقتی فضاگشایی می‌کنیم.
- ۲- وقتی قدم این لحظه را با فضاگشایی درست بر می‌داریم.
- ۳- وقتی که با زندگی موازی هستیم.
- ۴- وقتی قضاوت و مقاومت نداریم.

بیداری را ما چطور تجربه می‌کنیم؟

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

۵- وقتی تسلیم خواستِ زندگی هستیم.

۶- وقتی عیب‌های خود را می‌بینیم، ولی بدون حسّ ملامت و سرزنش، و تنها از روی تواضع از زندگی می‌خواهیم که عیب‌ها را از ما بگیرد.

بیداری را ما چطور تجربه می‌کنیم؟

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

۷- وقتی راستی و درستی حقیقی
و اصیل داریم؛ دروغ نمی‌گوییم؛ و
زرنگی نمی‌کنیم.

۸- وقتی که از این لحظه و اتفاق این
لحظه راضی هستیم و پذیرش داریم.

۹- وقتی شادی بی‌سبب داریم.

بیداری را ما چطور تجربه می‌کنیم؟

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

۱۰- وقتی استعدادِ آفرینندگیِ زندگی در
ما به صورتِ خلاقانه در کار است و از ما
بروز می‌کند.

۱۱- وقتی عشق و خردِ زندگی از ما جاری
می‌شود و به بیرون می‌ریزد.

۱۲- وقتی همانیدگی‌ها نمی‌توانند ما را
به خود جذب کنند.

بیداری را ما چطور تجربه می‌کنیم؟

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

۱۳- وقتی خاموش هستیم، و ذهن ما ساکت شده است.

۱۴- وقتی سلسله فکر پشت سرِ فکر بریده می شود.

۱۵- وقتی به گذشته و آینده نمی رویم، از زمان و مکان خارج شده و در این لحظه ابدی ساکن و مستقر می شویم.

بیداری را ما چطور تجربه می کنیم؟

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

۱۶- وقتی ناظر و شاهدِ ذهن خود می‌شویم.

۱۷- وقتی با حفظِ هشیاری خود، نیازِ این لحظه را شناسایی کرده و آن را برآورده می‌کنیم.

۱۸- وقتی آگاه هستیم که برای چه مقصود و منظوری به این جهانِ فرم آمده‌ایم و در راهِ آن قدم بر می‌داریم.

بیداری را ما چطور تجربه می‌کنیم؟

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

۱۹- وقتی به زندگی توکل می‌کنیم
و ادارهٔ امور خود را کامل به دست
زندگی می‌سپاریم.

۲۰- وقتی در کار زندگی و اتفاقاتی که
قضا پیش می‌آورد دخالت نمی‌کنیم و
نمی‌خواهیم اتفاقات را طبق خواست
من ذهنی خود کنترل کنیم.

بیداری را ما چطور تجربه می‌کنیم؟

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

۲۱- وقتی حواس خود را بر روی کسی یا چیزی نمی‌گذاریم و تمام حواس و هشیاری ما بر روی خود ما متمرکز است و ناظرِ مرکزِ عدمِ خود هستیم.

۲۲- وقتی که خود را به عنوان امتداد خدا و زندگی شناسایی می‌کنیم، و خود را به صورت جسم و چهار عنصر [تن فیزیکی، هیجان‌ات، عقل و جان جسمی] تعریف و توصیف نمی‌کنیم.

بیداری را ما چطور تجربه می‌کنیم؟

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

۲۳- وقتی در همه چیز و همه کس همان یک
زندگی را می بینیم.

۲۴- وقتی با ذهن خود نمی خواهیم وجود
خدا را اثبات کنیم، بلکه به او تبدیل می شویم.

۲۵- وقتی اجازه نمی دهیم ذهن خودش را با
حضور مقایسه کند، و حضور را مانند خودش
بی ارزش کند.

بیداری را ما چطور تجربه می کنیم؟

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

۲۶- وقتی که نمی‌خواهیم حضور را با ذهن تصرف کنیم و به دست بیاوریم. حضور به دست آوردن چیزی نیست، بلکه انداختن همانیدگی‌ها و از دست دادنِ منِ ذهنی است.

۲۷- وقتی مراقب هستیم که منِ ذهنی به بهانه‌های مختلف از جمله پیشرفت معنوی ما را به مقایسه خود با دیگران و ملامت کردن و عیب‌بینی نبرد.

بیداری را ما چطور تجربه می‌کنیم؟

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

از خدا غیر خدا را خواستن ظَنُّ افزونیست و کُلِّی کاستن

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳



آنگاه
حضور

پرویز
شهبازی

www.parvizshahbazi.com

برنامه ۹۳۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

یار در آخر زمان کرد طَرَبِ سازی
باطنِ او جِدِّ جِدِّ، ظاهرِ او بازی
جملهٔ عشاق را یار بدین علم گُشت
تا نگیرد هان و هان، جهلِ تو طنّازی

گنج
حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

صبحدم شد، زود برخیز، ای جوان
رخت بربند و برس در کاروان
کاروان رفت و تو غافل خفته‌ای
درزیانی، درزیانی، درزیان

شهبازی، برنامه ۹۳۰

کنج حضور، پرویز



خفته از احوال دنیا روز و شب چون قلم در پنجه تَقْلِیبِ رَبِّ

تَقْلِیب: برگردانیدن، واژگون کردن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۳

قلم
حضور

www.ParvizShahbazi.com

هین قُمِ اللَّیْلِ که شمعی ای هُمَام

شمع اندر شب بُود اندر قیام

هُمَام: اجمند

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۵۶

«بهبوش باش ای بزرگ‌مرد، شب‌هنگام برخیز، زیرا
که شمع در تاریکیِ شب ایستاده و فروزان است.»

«قُمِ اللَّیْلِ لِقَلِيلًا» شب را زنده بدار، مگر اندکی را.

قرآن کریم، سوره مُزَمِّل (۷۳)، آیه ۲

گنج حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

چشم بندِ خلق، جز اسباب نیست
هر که لرزد بر سبب، ز اصحاب نیست

مولوی، شوی، دقتر ششم، بیت ۲۳۱۳

روز در خوابی مگو کین خواب نیست
سایه فرعست، اصل جز مهتاب نیست

مولوی، شوی، دقتر سوم، بیت ۱۷۳۵

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

ای عاشق خوش مذهب، زنهار محسب امشب
کان یار بهانه جو بر تو گنهی یابد

فوش مذهب: دارای (روی فوش، فوش آیین، فوش (فتار

من بنده آن عاشق کاو نر بُود و صادق
کز چُستی و شب خیزی از مه گلهی یابد

نر: مجازاً قوی، تمام قوت و کامل

در خدمتِ شه باشد، شب همره مه باشد

تا از ملاً اعلی چون مه سپهی یابد

ملاً اعلی: عالم بالا، جهان فرشتگان مولوی

کنج حضور

دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۹

کنج حضور

پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

توبه کن بیزار شو از هر عَدُو کو ندارد آبِ کوثر در کدو

مولوی، شوی، دفتر پنجم، میت ۱۳۳۴

گنج حضور، پرویز شہبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

خبر آمد که یوسف شد به بازار
هَلا کو یوسف؟ ار بازار این است
فسونی خواند و پنهان کرد خود را
کمینه لعبِ آن طرّار این است

گنج
حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۴۲

www.ParvizShahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گفته او را من زبان و چشم تو
من حواس و من رضا و خشم تو

رُو که بی یَسْمَع و بی یُنْصِر توی
سِر توی، چه جای صاحبِ سِر توی

مولوی، شوی، دفتر اول، آیات ۱۹۳۸-۱۹۳۷

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

چون شدی من کانَ اللهُ از وَلَهُ
من تو را باشم که کانَ اللهُ لَهُ

حدیث «مَنْ كَانَ لِلَّهِ كَانَ اللهُ لَهُ.» وَ لَهُ: میرت

هر که برای خدا باشد، خدا نیز برای اوست.

گه تویی گویم تو را، گاهی منم

هر چه گویم، آفتابِ روشنم

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ایات ۱۹۴۰-۱۹۳۹

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور

گنج مضمون، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

هرکجا تا بيم ز مشکلاتِ دَمی حل شد آنجا مشکلاتِ عالمی

مشکلات: پراغدان

ظلمتی را کافتابش بر نداشت از دَمِ ما، گردد آن ظلمت چو چاشت

چاشت: هنگام روز و نیمه روز

مولوی، مشنوی، دفتر اول، ایات ۱۹۴۱-۱۹۴۲

www.ParvizShahbazi.com

گنج
مضمون

عقدہ را بگشادہ گیر ای مُنتہی عُقدہ‌یی سخت‌ست بر کیسہ تھی

عقدہ: گرہ
مُنتہی: بہ پایان رسیدہ، کمال یافتہ

در گشادِ عقدہ‌ها گشتی تو پیر عقدہ چندی دگر بگشادہ گیر

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰ - ۵۶۱

گنج حضور

پرویز شہبازی برنامہ ۹۳۰۸

عُقدِهی گان بر گلوی ماست سخت که بدانی که خسی یا نیک بخت؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۲)

خَس: خار، خاشاک، پست و فرومایه

گنج حضور
پرویز، شهبازی برنامه ۹۳۰



اَحْتِمَا كُنْ، اَحْتِمَا ز اَنَدِيشَه‌ها فَكْرَ شِيرِ وِ گُورِ وِ دِلْها بيشه‌ها

اَحْتِمَا: خود را از چیزی نگاه داشتن، پرهیز کردن

اَحْتِمَاها بر دواها سرور است ز آنکه خاریدن فزونی گراست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۰-۲۹۰۹

گنج حضور،

پرویز، شهبازی برنامہ ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

گنج
حضور



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

مولوی، مثنوی، دفتر
پنجم، ابیات ۵۴۴

آینه
حضور

پرویز
شهبازی

برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

گفت پغمبر که جنت از آلہ
کرہمی خواہی، ز کس چیز می خواه

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳

پرویز
شهبازی

کتاب
حضور

برنامہ ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

اِحْتِمَا اصلِ دوا آمد يقين اِحْتِمَا كن قُوَّتِ جان را بين

مولوی، شوی، دقراول، میت ۲۹۱۱

او همه عیبِ تو گیرد تا بپوشد عیبِ خود
تو برو از غیبِ جان ریزی و می دانی چرا؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۷

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰



قبض دیدی چاره آن قبض کن
زانکه سرها جمله می روید ز بن

بسط دیدی، بسط خود را آب ده
چون برآید میوه، با اصحاب ده

کنج حضور، پرویز شهبازی،

برنامه ۹۳۰

کنج
حضور

مولوی، شتوی، دفتر سوم،

آیات ۳۶۲-۳۶۳

باز آمدن به شرح قصه شاهزاده و ملازمت او در حضرت شاه

شاهزاده پیش شه حیران این هفت گردون دیده در یک مشت طین

طین: گل

هیچ ممکن نی به بحثی لب گشود
لیک جان با جان دمی خامش نبود

مولوی، شوی، دقتر ششم، ابیات ۴۵۸۹-۴۵۹۰

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آمده در خاطرش کین بس خفی ست
اینهمه معنی است، پس صورت زچیت؟

صورتی از صورتت بیزار کُن
خفتنی هر خفته را بیدار کُن

بیزار کُن و بیدار کُن: بیزار کننده و بیدار کننده

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۴۵۹۲ - ۴۵۹۱

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

آن کلامت می رهاند از کلام
و آن سقامت می جهانند از سقام

سقام: بیماری

پس سقامِ عشق، جانِ صحت است
رنجهاش حسرتِ هر راحت است

مولوی، شوی، دقتر ششم، آیات ۴۵۹۳-۴۵۹۴

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

ای تن اکتون دست خود زین جان بشو
ور نمی شویی، جز این جانی بچو

حاصل آن شه، نیک او را می نواخت
او از آن خورشید، چون مه می گداخت

مولوی، شوی، دفتر ششم، آیات ۴۵۹۵-۴۵۹۶

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آن گدازِ عاشقان باشد نمو همچو مه اندر گدازش تازه رو

نمو: رشد

جمله رنجوران، دوا دارند امید
نالند این رنجور کم افزون کنید

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۴۵۹۸ - ۴۵۹۷



کنج حضور، پرویز

شهبازی، برنامه

خوشتتر از این سم، ندیدم شربتتی
زین مرض خوشتتر، نباشد صحتتی

زین گنه بهتر، نباشد طاعتتی
سالها، نسبت بدین دم، ساعتتی

مولوی، مثنوی، دقتر ششم، آیات ۴۶۰۰-۴۵۹۹

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

حضور

www.ParvizShahbazi.com



جهان را گر بسوزانی، فلک را گر بریزانی
جهان راضیست و می‌داند که صد لوفش بیارایی

لون: رنگ

مولوی، دیوان شمس، ترجیع ۳۰

مَدَّتِ بُدِ پِیشِ اِینِ شَهْ زِینِ نَسَقِ
دَلِ کَبَابِ وَ جَانِ نِهَادِهْ بَرِ طَبَقِ

نَسَق: نظم، ترتیب

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

مولوی، شومی، دفتر ششم، بیت ۴۶۰۱

حضور

www.ParvizShahbazi.com

گفت: شه از هر کسی یک سر بُرید
من ز شه هر لحظه قربانم جدید

من فقیرم از زر، از سر مُحتشم
صد هزاران سر خَلَف دارد سرم

خَلَف: جانشین

مولوی، شومی، دقتر ششم،
آیات ۴۶۰.۲ - ۴۶۰.۳

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com



با دو پا در عشق نتوان تاختن
با یکی سر عشق نتوان باختن

هرکسی را خود دو پا و یک سر است
با هزاران پا و سر، تن نادر است

مولوی، شوی، دقششم، آیات ۴۶۰.۴-۴۶۰.۵

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com



از ترازو کم کنی من کم کنم تا تو با من روشنی من روشنم

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

برنامه ۹۳۰ پرویز شهبازی

گلچین
حضور



زین سبب هَنگامه هاشد کُل هدر
هست این هَنگامه هر دم گرم تر

مولوی، شومی، دقتر ششم، بیت ۴۶۰۶

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

حضور



گاو در بغداد آید ناگهان
بگذرد او زین سران تا آن سران
از همه عیش و خوشی‌ها و مزه
او نبیند جز که قشر خربزه

مولوی، شوی، دفتر چهارم، آیات ۲۳۷۸-۲۳۷۷

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.ParvizShahbazi.com

گلاب
حضور

که بود افتاده بر ره یا حشیش لایق سَیران گاوی یا خَریش

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۷۹

حشیش: گیاه خشک، علف. سَیران: همان سَیرانِ
عربی است که فارسیان «یا» را به سکون خوانند.
به معنی سیر و گردش. در اینجا به خوش آمدن است.



گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

معدنِ گرمی است اندر لامکان

هفت دوزخ از شرارش یک دُخان

دُخان: دود

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۰۷

گر مراقب باشی و بیدار تو
بینی هر دم پاسخِ کردار تو

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

www.ParvizShahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

هرکه بیدارست، او در خواب‌تر
هست بیداریش، از خوابش بتر

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۴۱۰ - ۴۰۹

چون به حق بیدار نبود جانِ ما
هست بیداری، چو دربندانِ ما

گنج
حضور

دربندان: در محاصره ماندن، بسته شدن راه وصول به حق

جان، همه روز از لگدکوبِ خیال وز زیان و سود، وز خوفِ زوال

لگدکوب: لگدکوبی، مجازاً رنج و آفت

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۴۱۲ _ ۴۱۱

نی صفا می ماندش، نی لطف و فر
نی به سوی آسمان، راهِ سفر

خفته آن باشد که او از هر خیال دارد اومید و کند با او مقال

مقال: گفتار و گفتگو

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۴۱۴ _ ۴۱۳

دیو را چون حُور بیند او به خواب پس ز شهوت ریزد او با دیو، آب

حُور: زن بغایت زیبای بهشتی

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

چونکہ تخمِ نسلِ او در شوره ریخت
او به خویش آمد، خیال از وی گریخت

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۴۱۶_ ۴۱۵

ضعفِ سرِ بیند از آن و تنِ پلید
آه از آن نقشِ پدیدِ ناپدید

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

من کریم، نان نمایم بنده را
تا بگریاند طمع آن زنده را

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۳۶۱ _ ۳۶۲

بینی طفلی بمالد مادری
تا شود پیدار، وا جوید خوری

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

کوگر سنه خفته باشد بی خبر

وان دوپستان می خلد از بهر در

در: شیر دوشیدن

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۳

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور



كُنْتُ كَنْزاً رَحْمَةً مَخْفِيَةً فَابْتَعْتُ أُمَّةً مَهْدِيَةً

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۴

«من گنجینه رحمت و مهربانی پنهان بودم، پس اُمّتی هدایت شده را
برانگیختم.»

حدیث قدسی

«كُنْتُ كَنْزاً مَخْفِيّاً فَأَحْبَبْتُ أَنْ أُعْرَفَ ...»

«من گنجینه رحمتِ نهانی بودم و می خواستم که شناخته شوم...»

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

الحق
حضور

www.ParvizShahbazi.com

هر کراماتی که می‌جوئی به جان
او نمودت تا طمع کردی در آن

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۳۶۶_ ۳۶۵

چند بُت بشکست احمد در جهان
تا که یا رَبِّ گوی گشتند اَمْتان

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گر نبودی کوششِ احمد، تو هم
می‌پرستیدی چو اجدادت صنم

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۷

ای جان جان جان جان، ما نآمدیم از بهرِ نان
بَرِجَه گدارویی مکن، در بزمِ سلطان ساقیا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آنگاه
حضور

www.ParvizShahbazi.com

این سَرت وارست از سَجْدَه صَنَم
تا بدانی حقِ او را بر اُمَم

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ایات ۳۶۸_۳۶۹

گر بگویی، شُکرِ این رَسْتَن بگوی
کز بُتِ باطن هَمَت پَرهاند اوی

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

مر سرت را چون رهانید از بُتان
هم بدان قوت، تو دل را وارهان

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ایات ۳۷۱-۳۷۰

سَر ز شکر دین، از آن بر تافتی
کز پدر، میراث مُفتش یافتی

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

مردِ میراثی چه داند قدرِ مال؟ رُستمی جان کند، مَجّان یافت زال

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۳۷۲ - ۳۷۳

چون بگریانم، بجوشد رحمتم
آن خروشنده بنوشد نعمتم

حکمِ حق گُسترد بهرِ ما بساط که: بگویید از طریق انبساط

بساط: هر چیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره

مولوی، مثنوی، دفتر

اول، بیت ۲۶۷۰

کتاب
حضور

پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

گر نخواهم داد، خود نمایم
چونش کردم بسته دل، بگشایم

رحمت موقوف آن خوش گریه‌هاست
چون گریست، از بحر رحمت، موج خاست



مولانا، شمس، دقتر دوم

پیت ۳۷۴ - ۳۷۵

گنج حضور، پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰



جز خضوع و بندگی و، اضطرار اندرین حضرت ندارد اعتبار

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳

برنامه ۹۳۰ پرویز شهبازی

کتاب
حضور



www.parvizshahbazi.com

هست مهمانخانه این تن ای جوان

هر صبحی ضیفِ نو آید دوان

ضیف: مهمان

هین مگو کین ماند اندر گردنم

که هم اکنون باز پَرَد در عَدَم

هرچه آید از جهانِ غیبِ وَش

در دلت ضیفست، او را دار خَوش

قرآن کریم، سورہ حدید (۵۷)، آیہ ۴

«... وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَمَا كُنْتُمْ ...»

«... و ہر جا کہ باشید ہمراہ شہاست ...»

مولانا شورش، دقراول، لیت ۱۵۱۱-۱۵۰۹

کنج حضور

بارِ دیگر ما بہ قصّہ آمدیم

ما از آن قصّہ بُرون، خود کی شدیم؟

گر بہ جہل آیم، آن زندانِ اوست

ور بہ علم آیم، آن ایوانِ اوست

ور بہ خواب آیم، مَسْتانِ وییم

ور بہ بیداری، بہ دستانِ وییم

ور بگرییم، ابرِ پُر زَرَقِ وی ایم ور بخندیم، آن زمان برقی وی ایم

زَرَق: به صورت زرق و برق، به معنی شکوه
و شوکتِ درخشندگی است.

مولوس، شوس، دقر لؤل، بیت ۱۵۱۲

«وَ أَنَّهُ هُوَ أَضْحَكٌ وَ أَبْكِي.»

«واوست که می خنداند و می گریاند.»

قرآن کریم، سوره نجم (۵۳)، آیه ۴۳

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

ور به خشم و جنگ، عکسِ قهرِ اوست
ور به صلح و عُذر، عکسِ مهرِ اوست

ما که ایم اندر جهانِ پیچ پیچ؟
چون اَلِف، او خود چه دارد؟ هیچ هیچ

گنج
حضور



مولود، شومر، دقتر لؤل

لیات ۱۵۱۳-۱۵۱۴

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

وَهُوَ مَعَكُمْ يَعْنِي بَاتُوا سَتِ دَرِ اِيْن جُسْتِن

آنگه که تومی جویی هم در طلب اورا جو

مولوس، دیول، شمس، غزل شماره ۲۱۷۲

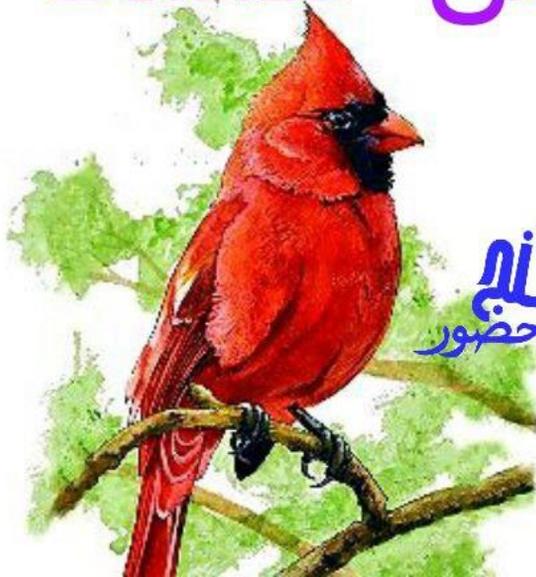
گر بیژانیم تیر، آن نی ز ماست
ما کمان و تیراندازش خداست

مولوس، شمس، دقمر اول، بیت ۶۱۶

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آنچه
حضور

<http://www.ParvizShahbazi.com>



چون الف چیزی ندارم، ای کریم
جز دلی دل‌تنگ‌تر از چشمِ میم

مولانا شمس، دقتر ششم، بیت ۲۳۲۹

خود ندارم هیچ، به سازد مرا
که ز وهمِ دارم است این صد عَنَا

مولانا شمس، دقتر ششم، بیت ۲۳۳۴

عَنَا: رنج

<http://www.ParvizShahbazi.com>

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آنگ
حضور

چنان گشت و چنین گشت، چنان راست نیاید

مدانید که چونید، مدانید که چندید

مولوس، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۸

زین سپس مارو کو چونی و لڑ چو که در گذر

چو که ز چونی دم زند آنگس که شد بی چو که خویش؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

<http://www.ParvizShahbazi.com>



کاشکی هستی زبانی داشتی
تا ز هستان پرده‌ها برداشتی
هرچه گویی ای دمِ هستی از آن
پردهٔ دیگر بر او بستت، بدان

آفتِ ادراکِ آن، قال است و حال
خون به خون شستن، مُحال است و مُحال

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

مولانا، شورش، دقتر سوم

لیت ۴۷۲۷-۴۷۲۵

<http://www.ParvizShahbazi.com>

کی تراشد تیغ، دستۀ خویش را رو، به جرّاحی سپار این ریش را

ریش: زخم، جراحت

مولوس، شومر، دقراول، بیت ۳۲۲۲

پیش چوگان‌های حکم کُن فکان می‌دویم اندر مکان و لامکان



مولوس، شومر، دقراول، بیت ۲۴۶۶

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد
هرکه مُرده گشت، او دارد رَشَد

رَشَد: به راهِ راست رفتن

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند
نَفْسِ زنده سَوِيِ مرگی می‌تَنَد

می‌تَنَد: می‌گراید

مُرده شو تا مُخْرِجُ الْحَيِّ الصَّمَدِ
زنده‌یی زین مُرده بیرون آورد

مُخْرِجُ الْحَيِّ: بیرون آورنده زنده

کتاب
حضور

مولانا شمس، دقتر پنجم، ایات ۵۵۱-۵۴۹

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

گفت: بیماری، مرا این بخت داد گآمد این سلطان بر من بامداد

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۵۴

گنج حضور پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

عاشق که شد که یار به حالش نظر نکرد؟
ای فواچه درد نیست وگرنه طیب هست

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۶۳

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنلمه ۹۳۰

گنج
حضور

گفت پیغمبر: مَرَّ أَنْ بِيَمَارَ رَا اَيْنَ بَغْوِ كَاي سَهْلُ كُنْ دَشْوَارَ رَا

سهلُ كُنْ: آسان کننده

آتِنَا فِي دَارِ دُنْيَانَا حَسَن آتِنَا فِي دَارِ عُقْبَانَا حَسَن

پروردگارا در سرای دنیا بر ما خیر و نیکی ارزانی دار، و در سرایِ آخرت
نیز خیر و نیکی بر ما عطا فرما.»

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.»

پروردگارا در دنیا، به ما نیکی عطا فرما و در آخرت نیز نیکی
ارزانی دار و ما را از کیفر دوزخ مصون دار.»

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۰۱

راه را بر ما چو بستان کن لطیف منزل ما، خود تو باشی ای شریف

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۳-۲۵۵۲-۲۵۵۱

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

خواجۀ اشکسته‌بند، آنجا رود
که در آنجا پایِ اشکسته بُود
کی شود، چون نیست رنجورِ نزار
آن جمالِ صنعتِ طب آشکار؟
خواری و دونی مس‌ها برملا
گر نباشد، کی نماید کیمیا؟

دونی: فرومایگی، پستی
کیمیا: دانشی است که
بدان وسیله مس را به
طلا تبدیل می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۰۹-۳۲۰۸-۳۲۰۷

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

www.parvizshbazi.com

کارگاهِ صنَعِ حق، چون نیستی است پس بُرونِ کارگه بی‌قیمتی است

صنَع: آفرینش، آفریدن

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰

گنج حضور، پرویز شهبازی

برنامه ۹۳۰

گنج
حضور



چو پیغام بر بگفت: الصَّوْمُ جُنَّةٌ، پس بکیر آنرا

به پیشِ نفسِ تیر انداز، زِ نهار، این سپر مکن

الصَّوْمُ جُنَّةٌ: روزه، سپری است.

حدیث

الصَّوْمُ جُنَّةٌ مِنَ النَّارِ.»

«روزه سپری است در برابر آتش جهنم.»

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۵۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

www.parvizshahbazi.com

خویش را تسلیم کن بر دامِ مُزد وانگه از خود بی ز خود چیزی بدُزد

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۲
گنج حضور، پرویزشهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

ما درین انبار، گندم می‌کنیم
گندم جمع آمده، گم می‌کنیم

می‌نیدیشیم آخر ما به هوش
کین خَلَل در گندم است از مکر موش

موش تا انبار ما حُفره زده‌ست
وز فَئَش انبار ما ویران شده‌ست

حُفره: گودال
فَنّ: علم و هنر و صنعت، دانایی،
فریبندگی، تزویر

اول اک جان! دفع شَرِّ موش کن
وآنگهان در جمع گندم جوش کن

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰-۳۷۹-۳۷۸-۳۷۷

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

اگر خواهی کزین دریا وزین گوهر

نشان یابی

نشانی نبودت هرگز چو نفست

همنشین باشد

عطار، دیوانه اشعار، غزل شماره ۲۶۴

کنج حضور، پرویز شهباز، برنامه ۹۳۰

حضور

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۰۷_۱۳۰۵

دَم مَزَن تا بَشَنوی از دم زنان
آنچه نامد در زبان و در بیان

دَم مَزَن تا بَشَنوی ز آن آفتاب
آنچه نامد در کتاب و در خطاب

دَم مَزَن تا دم زند بهر تو روح
آشنا بگذار در کشتی نوح

آشنا: شنا

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج حضور

www.ParvizShahbazi.com

افتادن شغال در خُمِ رنگ و رنگین شدن و
دعویِ طاووسی کردن میانِ شغالان

آن شغالی رفت اندر هُمِ رنگ
اندر آن هُمِ کرد یک ساعت درنگ

پس برآمد، پوستش رنگین شده
که: مَنم طاووسِ عَلَّین شده

عَلَّین: آسمانِ هفتم، بهشت،
آنجا که نامه عمل فرشتگان است،
ملکوتِ اعلیٰ

مولوی، مثنوی، دفتر سوم،

بیت ۷۲۱-۷۲۲

گلزار
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

پشمِ رنگین، رونقِ خوش یافته
آفتاب، آن رنگ‌ها برتافته
دید خود را سبز و سرخ و فور و زرد
خویشتن را بر شغالان عرضه کرد

فُور: سرخ کم‌رنگ، بور

مولوی، مثنوی،

دقتر سوم، بیت

۷۲۳_۷۲۴

گلچ حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰



جمله گفتند: ای شغالک حال چیست؟

که تو را در سر نشاط مُلتوی ست

مُلتوی: پیچیده شده

از نشاط از ما کرانه کرده‌یی
این تکبر از کجا آورده‌یی؟

مولوی، شومی، دفتر سوم، بیت ۷۲۶-۷۲۵

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

یک شغالی پیشِ او شد کای فلان شید کردی، یا شدی از خوشدلان؟

شید کردن: نیرنگ و فریب به کار بردن

شید کردی تا به منبر برجهی
تا ز لاف، این خلق را حسرت دهی

بس بگوشیدی، ندیدی گرمی
پس ز شید آورده‌ای بی‌شرمی

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۲۹-۷۲۷

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج
حضور

گرمی، آن اولیا و انبیاست
باز بی شرمی پناه هر دغا است
که التفاتِ خلق سوی خود گشند
که خوش شیر و از درون بس ناخوشند

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۳۱-۷۳۰

گنج
حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گنج مضمون، پرویز شهبازی، برنامہ ۹۳۰

تیترا



چرب کردن مردِ لافی، لب و سبلیت خود
را هر بامداد به پوستِ دُنبه و بیرون
آمدن میانِ حریفان که: من چنین
خورده‌ام و چنان

پوستِ دنبه یافت شخصی مُستَهان
هر صَباحی چرب کردی سِبَلتَان

مُستَهان: خوار و ذلیل

در میان مُنعمان رفتی که من
لوتِ چربی خورده‌ام در انجمن

مولوی، مثنوی، دفتر

سوم، بیت ۷۳۳_۷۳۲

www.ParvizShahbazi.com

آزاد
حضور

دست بر سبّلت نهادی در نوید رمز، یعنی سوی سبّلت بنگرید

نوید: مزدگانی، خبر خوش؛ در اینجا به معنی
محلّ شادمانی و خوشی و مجلسِ ضیافت

کین گواهِ صدقِ گفتارِ من است
وین نشانِ چرب و شیرین خوردن است

مولوک، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۳۵_۷۳۴

گنج حضور، پرویز
شهبازی، برنامه
۹۳۰

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com



اِشْكَمَشْ كَفْتِي جَوَابِ بِي طَنِينِ

که: اَبَادَا اللهُ كَيْدَا لِكَا ذِي بِي

«ولی شکم آن مردِ یاوه‌گو با زبان حال جواب
می‌داد: خدا مکر دروغگویان را نابود کند.»

لَا فِ تُو مَا رَا بَرِ آتَشِ بَر نَهَادِ
كَانِ سَبِيلِ چَرَبِ تُو بَر كَنْدَه بَادِ

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۳۷_۷۳۶

گنج
حضور، پرویز شهبازی، بر نامه
۹۳۰

گنج
حضور

گر نبودی لاف زشتت ای گدا یک کریمی رحم افگندی به ما

مولوی، شوی، دقتر سوم، پیت

۷۳۸_۷۳۹

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰



کنج
حضور

ور نمودی عیب و، کژ کم باختی

یک طبیعی داروی او ساختی

گفت حق که: کثر مجنبان گوش و دم يَنْفَعَنَّ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ

«حق تعالی می فرماید: «گوش و دم ت را کج تکان مده.»
یعنی اعضا و جوارح خود را در راه نادرستی و دغل بازی بکار
نگیر زیرا راستگویی راستگویان به آنان سود میرساند.»

گنج
حضور

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۰

«قَالَ اللَّهُ هَذَا يَوْمٌ يَنْفَعُ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ لَهُمْ
جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا
رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ.»

(قرآن کریم،
سوره مائده
(۵)، آیه

(۱۱۹)

«خدای تعالی فرماید: «این روز همان روزی است که صدق
راستگویان سودشان دهد. برای آنها باغ‌هایی است که از پای
درختانش جویبارانی روان است. هم خدا از آنها خشنود است و هم
آنها از خدا خشنودند، و این است رستگاری و سعادت بزرگ.»»

گنج حضور، پرویزشهبازی، برنامه ۹۳۰

کَهِفِ اَنْدَرِ کُزْ مَحْسَبِ اَیْ مُخْتَلِمِ اَنْجِه داری وانما و فاستقیم

«ای غافل، در میان غار، کج خواب، و هرچه داری
آشکارا نشان بده. بنابراین راست و مستقیم باش.»

کَهِف: غار
مُخْتَلِم: خوابِ بیننده، خواب شهوانی بیننده،
کسی که در خواب جُنُب می‌شود.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۱

کتاب
حضور

«فَاسْتَقِمْ كَمَا أَمَرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا
تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ»

آنسان که فرمان به تو رسد همراه مؤمنان
راست و مستقیم باش و از حدّ راستی و
راه راست درمگذرید، چه خدا بدانچه کنید
بیناست.»

قرآن کریم، سوره هود
(۱۱)، آیه ۱۱۲

ور نگوئی عیبِ خود، باری خَمْش
از نمایش وز دَغَلِ خود را مَكْش
گر تو نقدی یافتی، مگشا دهان
هست در ره، سنگهای امتحان
سنگهای امتحان را نیز پیش
امتحانها هست در احوالِ خویش

مولانا، شاعر، دقتر

سوم، پیت ۷۴۲-۷۴۴



کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

آنگاه حضور

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳۰

گفت یزدان: از ولادت تا به حین

يُفْتَنُونَ كُلَّ عَامٍ مَرَّتَيْنِ

«خداوند فرمود: انسان از هنگام تولد تا مرگش مورد امتحان قرار می‌گیرد. آدمیان هر سال، دوبار امتحان حین: مرگ می‌شوند.»

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۵

«أَوْلَا يَرَوْنَ أَنَّهُمْ يُفْتَنُونَ فِي كُلِّ عَامٍ مَرَّةً
أَوْ مَرَّتَيْنِ ثُمَّ لَا يَتُوبُونَ وَلَا هُمْ يَذَكَّرُونَ.»

«آیا (منافقان) نمی‌بینند که هر سال یک بار یا دو بار البته امتحان می‌شوند؟ باز هم نه توبه کنند نه

پند گیرند.»

(قرآن کریم، سوره توبه

(۹)، آیه ۱۲۶)

گنج
حضور

www.ParvizShahbazi.com

امتحان در امتحان است ای پدر هین، به کمتر امتحان، خود را مَخْر

خود را مَخْر: خودپسندی
مکن، خواهان خود مشو.

گنج
حضور

مولوی، شومی، دقتر سوم، بیت ۷۴۶

گنج حضور، پرویز

شهبازی، برنامه

۹۳۰



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

www.parvizshahbazi.com