

با طراحی عکس نوشته از ایات و متن های برگزیده

هر برنامه، سعی می کنیم به نحوی قانون جرمان

را درباره کج حضور و آموزش هایی که دریافت

داشته ایم رعایت کنیم.

که تو آن هوسی و باقی هوش پوش
خویشتن را کم مکن، یاده مکوش

مولانا

عکس نوشته اپیا ونکات انتخابی

برنامه ۹۰۳ گنج حضور

www.parvizshahbazi.com

گنج حضور، پرویز شهبازی،
برنامه ۹۰۳

مولوی، دیوان
شمس، غزل شماره
۶۱۳



ای خواجہ بازرگان، از مصیر شکر آمد
و آن یوسف چون شکر، فاگه ز سفر آمد

آفتابی در یکی ذرّه نهان
ناگهان آن ذرّه بُگشاید دهان

ذرّه ذرّه گردد افلاک و زمین
پیش آن خورشید چون جست از کمین

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۴۵۸۱ - ۴۵۸۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۳۰۹

روح آمد و راح آمد، معجون نجاح آمد ور چیز دگر خواهی، آن چیز دگر آمد

راح: باده، شراب

نجاح: رستگاری، پیروزی

مولوی، دیوان شمس، غزل

شماره ۶۱۳

کنج حضور،
پردویز
شهبازی،
برنامه ۹۰۳

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۳

آن میوهٔ یعقوبی، و آن چشمۀ ایوبی از منظره پیدا شد، هنگاه نظر آمد

چشمۀ ایوبی: اشاره به ایوب از پیامبران بنی اسرائیل که بر ایشان محتنی از شیطان رسید، خداوند را ندا کرد. خداوند امر کرد که پایش بر زمین زند، چشمۀ ای گوارا و خنک پدید آمد.

«وَإِذْ كُرْ عَبْدَنَا أَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ
الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ»

«و از بندۀ ما ایوب یاد کن آنگاه که پروردگارش را ندا داد که: مرا شیطان به رنج و عذاب افکنده است.»

(قرآن کریم، سوره ص (۳۸)، آیه ۱۴)

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه

«اَرْكُضْ بِرِجْلِكَ هُذَا مُغْتَسِلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ»

«پایت را بر زمین بکوب: این آبی است برای
شستشو و سرد برای آشامیدن.»

«وَهَبْنَا لَهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنَّا
وَذَكْرَى لِأُولَى الْأَلْبَابِ»

«و به او خانواده اش و همچند آن از دیگر یاران را عطا کردیم
و این خود رحمتی از ما بود و برای خردمندان اندرزی.»

«وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَاضْرِبْ بِهِ وَلَا تَخْنَثْ قَلْءَانًا
وَجَذْنَاهُ صَابِرًا نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ»

«دستهای از چوبهای باریک به دست گیر و با آن بزن و
سوگند خویش را مشکن. او را بندهای صابر یافتیم. او که
همواره روی به درگاه ما داشت چه نیکو بندهای بود.»

(قرآن کریم، سوره ص (۳۸)، آیه ۴۴_۴۲)

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

حضر از گرم ایزد بر آب حیاتی زد
نک زهره غزل گویان در برج قمر آمد

آمد شِ معراجی، شب رست ز محتاجی
گردون به نثار او، با دامن زر آمد

شِ معراجی: اشاره به حضرت رسول

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

مولوی، دیوان شمسن، غزل
شماره ۶۱۳



فعل توست این غصه‌های ذم به ذم
این بود معنیٰ قد جف القلم

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

گنج مخصوص، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

موسی نهان آمد، صد چشم‌ه روان آمد جان همچو عصا آمد، تن همچو حجر آمد

«وَإِذْ أَسْتَسْقَى مُوسَى لِقَوْمِهِ فَقُلْنَا اضْرِبْ بِعَصَاكَ الْحَجَرَ
فَانْفَجَرَتْ مِنْهُ اثْنَتَا عَشْرَةَ عَيْنًا قَدْ عَلِمَ كُلُّ أَنَّاسٍ مَشْرَبَهُمْ
كُلُّوا وَاشْرَبُوا مِنْ رِزْقِ اللَّهِ وَلَا تَعْثُوا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ.»

«و به یاد آرید آنگاه را که موسی برای قوم خود آب خواست.
گفتیم: «عصایت را بر آن سنگ بزن.» پس دوازده چشم‌ه از
آن بگشاد. هر گروهی آبشخور خود را بدانست. از روزی خدا
بخورید و بیاشامید و در روی زمین به فساد سرکشی مکنید.»

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۶۰)

گنج حضور، پرویز
شهبازی، برنامه
۹۳



زین مردم کارافزا، زین خانه پر غوغای
عیسی نخورد حلوا، کاین آخر خر آمد
چون بسته بود آن دم، در شش جهت عالم
در جستان او کردون، بس زیروز برآمد

مولوک، دیوان شمس، غزل شماره ۶۱۳

گنج حضور، پرویز سُهبازی، برنامه ۹۰۳

چون ززنل مُرده بیرون می‌کند
نفس زنل سویِ مرگی می‌تند

می‌تند: می‌گراید

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۲۳

آن کاوِ مَثَلٍ هدَهَد، بی تاجِ بَنْدِ هرگز
چون مورزِ مادر او، برسته کمر آمد

مولوی، دیوان شمس،

غزل شماره ۹۱۳

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



مولوی، دیوان شمس،
غزل شماره ۶۱۳

کنج حضور، پرویز
شهبازی، بدنامه ۹۰۳

کرسی: تخت پادشاهی

ظفر: پیروزی

منشور: فرمان، فرمان پادشاهی

در عشق بود بلغ، از تاج و کمر فارغ
کن کرسی و از عرشش، سور نظر آمد



از ترازو کم کنی من کم کنم

تا تو با من روشنی من روشنم

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

ئىنج حضور، پرويز شەبازى، برنامە ٩٠٣

مولوى، ديوان شمسى،
غزل شماره ٦١٣



باقيش ز سلطان جو سلطان سخاوت خو
زو پرس خبرها را، كاو كان خبر آمد

ای خدای رازدانِ خوش‌سُخن
عیبِ کارِ بَد، ز ما پنهان مکُن

عیبِ کار نیک را منما به ما
تا نگردیم از رَوش سرد و هَبا

هبا: گرد پراکنده، در اینجا منظور
سست نشدن و وادادن است.

مولوی
مثنوی
دفتر چهارم
ایات ۱۳۵۴_۱۳۵۳



گنج حضور
پرویز شهبازی
برنامه ۹۰۳

شِهْرِ ما فردا پُر از شِكَر شود
شِكَر ارزان است، ارزان‌تر شود
در شِكَر غلطید ای حلواییان
همچو طوطی، کوری صفراییان
نیشکر کوبید کار این است و بس
جان برافشانید یار این است و بس

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم ابیات ۲۵۳۰_۲۵۲۸
گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

مشتری کو سود، دارد خود یکی است

لیک ایشان را در او رئیب و شکی است

از هوای مشتری بی شکوه
مشتری را باددادند این گروه

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۱۴۶۲_۱۴۶۱

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

مشتری ماست الله اشتری

از غمِ هر مشتری هین برتر آ

اشتری: خرید

مشتری جو که جویان تو است

عالمِ آغاز و پایان تو است

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۱۴۶۳_۱۴۶۴

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



هین مَکش هر مشتری را تو به دست

عشق بازی بادو معشوقه بَد است

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۵

گنج حضور، پرویز شهر بازی، برنامه ۹۰۳





مولوی، دیوار شمس، غزل ۱۶۴

من ترک سفر کردم با یار شدم ساکن
وز مرگ شدم این، کان عمر دراز آمد

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۳

گفت مادر: تا جهان بودهست از این
کار افزایان بُدند اندر زمین

هین تو کارِ خویش کن ای ارجمند
زود، کایشان ریش خود بر می‌کنند

ریش برکندن: تشویش بی‌فایده کردن

وقت، تنگ و می‌رود آبِ فراخ
پیش از آن کز هُجر گردی شاخ، شاخ

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۰_۴۲۹۸

گنج حضور، پرویز شبازی، برنامه ۹۰۳

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۱

شُرَه کاریزی سَت پُر آبِ حیات آب گش، تا بَرَدَمَد از تو نبات

کاریز: قنات، آب رو، مجرای آب در زیر زمین. در
اینجا منظور چشمeh و جویبار است.

کار آن کارست ای مشتاقِ مُست گاندر آن کار، او رسَد مرگَت، خوش است

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۱۳

علتی بُر ز پندازِ کمال

پیست اند ر جانِ توای ذُودَلَال

ذُودَلَال: صاحب ناز و کرشمه

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



شد نشانِ صدقِ ایمان ای جوان
آنکه آید خوش تو را مرگ اندرا آن

گر نشُد ایمانِ تو ای جان چنین
نیست کامل، رو بجو اکمال دین

هر که اnder کارِ تو شد مرگْ دوست
بر دلِ تو، بی کراحت دوست، اوست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۱_۴۶۰۹

قنج حضر، پریز شوباز ح، بنده ۹۰۳

هر ولی را نوح و کشتیبان شناس

صحبت این خلق را طوفان شناس

کم گریز از شیر و اژدرهای نر
ذ آشنایان و ز خویشان کن حذر

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۵-۲۲۲۶

گنج حضور، پرویز شهر بازی
برنامه ۹۰۳



در تلاقی روزگارت میبرند یادهاشان غایبیات میچرند

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۷

صد قیامت در بلای عشق اوست
درنگر امروز و از فردا فپرس

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰۸

گنج حضور، پرویزشهریاری،

برنامه ۹۰۳



ای خیال‌اندیش، دوری سخت دور

سِر او از طبیع کارافزا مپرس

چند پرس شمس تبریزی کی بود؟

چشم جیحون بین و از دریا مپرس

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰۸

گنج حضور، پرویز شهر بازی

برنامه ۹۰۳

گفتی که در چه کاری؟ با تو چه کار ماند؟!
کاری که بی تو گیرم والله که زار ماند

مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۵۷

زاغ ایشان گر به صورت زاغ بود
باژ هست آمد و مازاغ بود

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۵۲

ما زَاغَ الْبَصَرُ وَمَا طَغَىٰ.
چشم خطا نکرد و از حد درنگذشت

قرآن کریم، سوره نجم (۵۳)، آیه (۱۷)

گنج حضور، پرویز شهر بازی
برنامه ۹۰۳

ای بسا کاریزِ پنجهان، همچنین

مُتّصل با جانتان، یا غافلین

کاریز: قنات آب

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۵۹۱

ای کشیده ز آسمان و از زمین

ماپها، تا گشته جسم تو سین

سمین: فربه، چاق

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۵۹۲

گنج حضور، پرویز شهر بازی، برنامه ۹۰۳

عاریه است این، کر همی باید فشارد
کاچه بگرفتی، همی باید گزارد

مولوی، مثنوی، دفتر

ششم، بیت ۳۵۹۳

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



جز نَفَخْتُ، كَانَ زَوَّهَابَ آمده‌ست

روح را باش، آن دگرها بیهوده‌ست

نَفَخْتُ فِيهِ: دمیدم
در او وَهَابَ
بسیار بخشندۀ
از اسماءِ الْهَمِي

مولوی، شوی، دفتر ششم، پیت ۳۵۹۴

دم او جان دهدت رو ز نَفَخْتُ بپذیر
کارِ او کُنْ فَیَكُونَ سَتَ، نَه موقوفِ عَلَ

نَفَخْتُ: دمیدم

گنج حضور
پرویز شهبازی
برنامه ۹۰۳

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴



از هر جهتی تورا بَلَاداد تا بازکشد به بی جَهَاثَت

بی جهات: موجودی که برتر
از جاو جهت است، عالم الهی

گنج حضور

پرویز شهبازی

برنامه ۹۰۳

مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸

او تو است، امّا نه این تو آن تو است
که در آخر، واقف بیرون شو است

توى آخر سوى توى اولت
آمد هست از بھر تنبيه و صلت

صلّت: پیوند دادن و وصل کردن، به وصال رساندن

توى تو در دیگری آمد دفین
من غلام مرد خودبینی چنین

دفین: مدفون، دفن شده

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۳۷۷۶ تا ۳۷۷۴

کج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

خواهر تو حارف مده‌ای، نوبت دولت زده‌ای کامل جان آمده‌ای، دست به اساد مده

مولوی
دیوان شمس
غزل ۲۲۸۴

نوبت دولت زدن: کنایه
از شکوه و عظمت داشتن
در قدیم در دربار پادشاهان
در شبانه روز سه یا پنج نوبت
(نقاره) می‌زدند. کامل جان
آمده‌ای: در حالی آمده‌ای که
روحًا کمال یافته‌ای.

گنج حضور
پرویز شهبازی
برنامه ۹۰۳



در ده ویرانه تو گنج نهان است ز هو
هین ده ویران تو را نیز به بغداد مده
والله تیره شب تو، به ز دو صد روز نکو
شب مده و روز مجو، عاج به شمشاد مده

شمشاد: در اینجا در مقابل عاج، سیاهی مورد نظر است.

چون بُود ای دلشدہ چون؟ نقد بر از گنْ فیگون
نقد تو نقد است کنون، گوش به میعاد مده

گنج حضور
پرویز شهبازی
برنامه ۹۰۳

مولوی، دیوان شمس، عزل ۲۲۸۴

ای آنکه تو یوسفِ منی من یعقوب
ای آنکه تو صحتِ تُنی من ایوب

مولوی، دیوان شش، بهار ۸۶

گنج حضور، پژوهیز شہزادی، بنامہ ۹۰۳

من خود چه کَسْم ای همه را تو محبوب
من دست همی زنم تو پایی می کوب

مولوی، دیوان شمس، رباعی ۸۶

هفت سال ایوب با صبر و رضا
در بلا خوش بود با ضَیف خدا

ضَیف: مهمان

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۸۹

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۵۳



منم یعقوب و او یوسف که چشمم روشن
از بویش

اگر چه اصل این بو را نمی‌دانم نمی‌دانم

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳۹

آدمی در عالم فاکی نمی‌آید به دست
عالی دیگر باید سافت و از نو آدمی

حافظ،

دیوان

غزلیات،

غزل ۴۷۰

گنج حضور،

پرویز شبازی،

برنامه ۹۰۳

اصل فود جذب است، لیک ای خواجهتاش

کار کن، موقوف آن جذبه هباش

مولوی، مثنوی،

دفتر ششم، بیت

۱۷۷۷

خواجهتاش: دو غلام
را گویند که یک صاحب
دارند.

وآن عنایت هست موقوف ممات

تجربه کردند این ره را ثقات

ممات: مرگ

ثقات: کسانی

که در قول و

فعل، مورد اعتماد
دیگران باشند.

گنج حضور،

پرویز

شهریاری،

برنامه ۹۰۳

مولوی،

مثنوی،

دفتر

ششم،

بیت ۳۸۶،

اگر نه عشقِ شمس الدین بُدی در روز و شب ما را
فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟

بُت شهوت برآوردي، دمار از ما ز تاپ خود
اگر از تابش عشقش، نبودي تاب و تب، ما را

مولوي، ديوان شمس، غزل ۷۱

تو ز طفلي چون سبب‌ها ديده‌ي
در سبب، از جهل بر چفسيده‌ي

مولوي، مثنوي،

دفتر سوم، بيت

۳۱۵۳

گنج حضور،

پرويز شهبازي،

برنامه ۹۰۳

با سبّها از مُسَبِّبِ غافلی سویِ این روپوش‌ها زآن مایلی

مولوی، مثنوی، دفتر سوم،

بیت ۳۱۵۴

از مُسَبِّبِ می‌رسد هر خیر و شر
ئیست اسباب و وسایط ای پدر

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۴

گنج حضور، پرویز شبازی، برنامه ۱۰۳

آنکه بیند او مُسِبب را عیان کَی نهد دل بر سبب‌های جهان؟

مولوی، شوی، دفتر دوم،

کنج حضور، پرویز شهریاری،

پیت ۳۷۸۷

برنامه ۹۰۳

من سبب را ننگرم، کآن حادث است
زانکه حادث، حادثی را باعث است

لطف سابق را بظاره می کنم
هرچه آن حادث، دوپاره می کنم

کنج حضور، پرویز مولوی، مشوی، و قمرودم،

شہزاد، برنامہ ۹۰۳
ایات ۲۶۴۰ - ۲۶۴۱

پیش مژن دم زد و می، دو دو مکو چون شوی

اصل سبب را بطلب، بس شد از آثار، مرا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹۵

گنج حضور، پروین شهریاری، برنامه ۹۰۳



ما در این دهليز قاضی قضا
بهر دعوی السَّتِیم و بَلَی

دهليز : راهرو، دالان

که بَلَی گفتیم و آن را ز امتحان
فعل و قول ما شهود است و بيان

از چه در دهليز قاضی تن زدیم؟
نه که ما بهر گواهی آمدیم؟

دهليز : راهرو، دالان

تن زدن: ساکت شدن

مولوی، مثنوی، دفتر
پنجم، ابیات ۱۷۶_۱۷۴

گنج حضور پرویز
شهریاری، برنامه ۹.۳

کُلُّ شَيْءٍ هَالِكٌ جَزْ وَجْهٍ أَوْ چون نهای در وَجْهٍ أَوْ، هَسْتِي مَحْو

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۵۲

«وَلَا تَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ كُلُّ شَيْءٍ هَالِكٌ إِلَّا وَجْهَهُ لَهُ
الْحُكْمُ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ.»

«با خدای یکتا خدای دیگری را مخوان. هیچ خدایی جز او نیست. هر چیزی نابودشدنی است مگر ذات او. فرمان، فرمان اوست و همه به او بازگردانیده شوید.»

قرآن کریم، سوره قصص (۲۸)، آیه ۸۸

کمانِ عشق بدرم که تا بداند عقل
که بی نظیرم و سلطانِ بی نظیرانم

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۴۶

تو ز کرَّمنا بَنی آدم شَهْرِی
هم به خشکی، هم به دریا پا نهی

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۳

گنج حضور، پژوهش‌سازی، برنامه ۹۰۳

که حَمَلْنَا هُمْ عَلَى الْبَحْرِي بِهِ جَانٍ از حَمَلْنَا هُمْ عَلَى الْبَرِّ، پیش ران

مولوی، مثنوی، دفتر دوه، بیت ۳۷۷۴

«وَلَقَدْ كَرَمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَا هُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَا هُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ
وَفَضَّلْنَا هُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِنْ خَلْقِنَا تَفْضِيلًا.»

«ما فرزندان آدم را کرامت بخشیدیم و بر دریا و خشکی سوار کردیم و از چیزهای خوش و پاکیزه روزی دادیم و بر بسیاری از مخلوقات خویش برتریشان نهادیم.»

قرآن کریم، سوره اسراء(۱۷)، آیه ۶۸

جز توکل جز که سلسیم تمام
در عزم و راحت همه ملک است و دام

مولوی، شوی، دفتر اول، پیت ۴۶۸



کنج حضور
پرویز شهباذی، برنامه ۹۰۳

عواملی سبب می شود تغیر دادن خود سخت شود
و انسان ها در چارچبری من ذهنی بشوند.

۱- عدم احساس نیاز به آموزش معنوی، ندیدن ایراد در خود،
وتلاش نکردن برای رفع ایراد

اندیاگفتند: در دل علتی است
که از آن در حق شناسی آفته است

مولوی، مشتوی، علت: بیماری، مرض کنج حضور، پرویز
شهبازی، برنامه ۹۰۳

دفتر سوم، بیت ۲۶۷۷

هر که نقص خویش را دید و شناخت اندر استِکمال خود، دو اسبه تاخت

استِکمال: به کمال (سانیدن، کمال خواهی
دو اسبه تاختن: کنایه از شتاب کردن و به شتاب رفتن

زان نمی پَرَد بِه سویِ ذوالجلال
کو گمانی می بَرَد خود را کمال

مولوی، مشوی، فقر اول، ایات ۳۲۱۲-۳۲۱۳

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



تا به دیوارِ بلا ناید سَر ش

نُشود پنِدِ دل آن گوشِ کرش



مولوی، مشوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۹۳

ساخت موسی قدس در، بابِ صغیر تا فرود آرند سر قومِ زَحیر

قوه اُمید: مرده بیمار و آزاردهنده

زآنکه جباران بُند و سرفراز
دوخ آن بابِ صغیر است و نیاز

جبار: ستمگر، ظالم

فاز کردن خوش قر آید از شکر
لیک، کم خایش، که دارد صد خطر

ایمن آبادست آن راه نیاز
ترک نازش گیر و با آن ره بساز



گنج حضور

پرویز شهبازی، برنامه ۳۰۹

مولوی، مشتوفی،
دفتر پنجم، ابیات ۵۴۵_۵۴۶

عاشق کے شد کہ یار بہ حالت نظر نکر دی

ای خواجہ در دنیست و کرنہ طیب ہست



حافظ

کنج حضور

دیوان غزلیات، غزل ۳۶

پروز شہزادی، برنامہ ۹۰۳

۲- پوشانیدن دردهای خود و بی‌حس کردن خود نسبت به دردی که در زیر نهفته است از طریق مشغولیت‌های بیهوده و کارافزا، و یا پریدن از فکری به فکر دیگر، و همین‌طور عدم تحمل درد هوشیارانه

(پوشانیدن دردهای خود و عدم تحمل درد هوشیارانه)

آن بهاران مُضمرست اند ر خزان
در بهارست آن خزان، مگریز از آن

مُضمرا: پنهان گرده شده، پوشیده

مولوی، مثنوی، دفتر دوھ، بیت ۱۴۶۳

گنج حضور، پرویز شهریاری، برنامه ۹۰۳

همرهِ غم باش، با وحشت بساز
می طلب در مرگِ خود عمرِ دراز

آنچه گوید نفس تو کاینجا بَدَست
مشوش چون کارِ او ضد آمده است

تو خلافش گُن که از پیغمبران
این چنین آمد وصیّت در جهان

مولوی، مثنوی، دفتر دوھ، ابیات ۷_۵۶۵

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

ز بھر پختنِ تو آتشیست روحانی

چو پس جھی چو زنان، خام قلتبان باشی

قلتبان: بی غیرت

مولوں، دیوال، شمس، غزل ۳۰۹۰

گنج حضور، پرویز شہباز سر، مرname ۹۰۳

آن زِ دور آتش نماید، چون رَوی نوری بُود

همچنان که آتشِ موسی برای ابتلا

مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۲

«وَهَلْ أَتَأَيْ حَدِيثُ مُوسَىٰ.»

«آیا خبرِ موسی به تو رسیده است؟»

قرآن کریم، سوره طه (۲۰)، آیه ۹

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

اَصَّلَا پِرْوَانَه جَانَانْ قَصْدِ آنْ آتَشْ كُنِيد
چُونْ بَلَى كَفْتِيْدَاوَلَ، دَرَرَوِيدَانْدَرَبَلَا

مولوی، دیوار شمس، غزل ۱۴۲

پروانه جانان: عاشقان، پروانه صفتان

«...أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى...»

«...آیا من پروردگار تان نیستم؟...»

قرآن کریم، سوره اعراف(۷)، آیه ۱۷۲

کنج حضور پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

چون سَمَنْدَر در میانِ آتشش باشد مُقام

هر که دارد در دل و جان، اینچنین شوق و ولای

مولوی، دیوارن شمس، غزل ۱۴۲

سَمَنْدَر؛ جانوری خزندگان
گفته اند در آتش نمی‌سوزد
ولای؛ محبت، دوستی

کنج حضور

پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

آذر: آتش

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۱۸

ای برادر من بر آذر چاکم
من نه آن جانم که گردم بیش و کم

ای برادر، صبر کن بر دردِ نیش
تا رهی از نیشِ نفسِ گبرِ خویش

دردِ نیش: کنایه از مجاھده با نفس و ریاضت است.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۲

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



چون دلش آموخت شمع افروختن آفتاپ اور اینیارد سوختن

مولوی، مشنوی، دفتر اول بیت ۳۰۰۵

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



گفت حق در آفتاب مُتّجِم

ذکر تَزَاوَرْ، كَذِي عَنْ كَهْفِهِمْ

«وَتَرَى الشَّمْسَ إِذَا طَلَعَتْ تَزَاوَرْ عَنْ كَهْفِهِمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَإِذَا
غَرَبَتْ تَقْرِضُهُمْ ذَاتَ الشَّمَالِ وَهُمْ فِي فَجْوَةٍ مِنْهُ...»

«و خورشید را می بینی که چون بر می آید، از غارشان به جانب راست میل می کند و چون غروب کند ایشان را واگذارد و به چپ گردد. و آنان در صحنۀ غارند...»

(قرآن کریم، سوره کهف (۱۸)، آیه ۱۷)

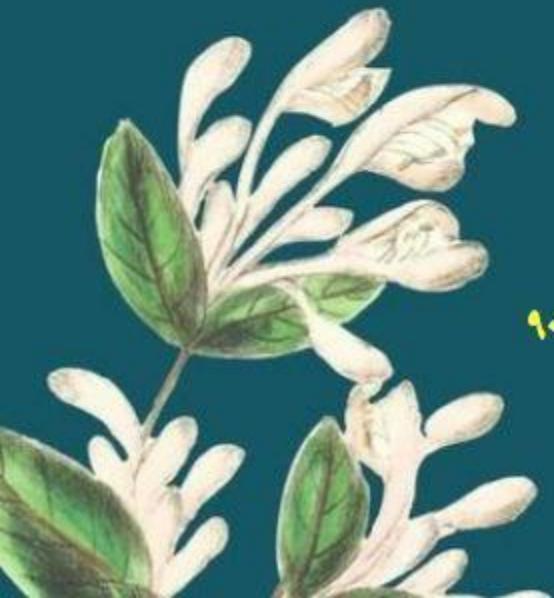
مولوی، مثنوی، دفتر اول بیت ۳۰۶

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

خار، جمله لطف، چون گل می‌شود
پیش جزوی، کو سوی گل می‌رود

مولوی، شوی، دفتر اول پیت ۳۰۰۷

گنج حضور، پروین شهبازی، برگ نامه ۹۰۳



۳ - دچار جبرِ منِ ذهنی شدن با عدم اعتقاد به این مسئله که می‌توان خود را تغییر داد و از این دردها رها شد. تصوّر اینکه قضا و سرنوشت ما در این است که همیشه این زندگی پر درد را ادامه دهیم و راهی برای رهایی ما وجود ندارد.

(جبرِ منِ ذهنی، و عدم قبول اینکه امکان رهایی از دردها وجود دارد.)

هر که ماند از کاهلی بی شکرو صبر او همین داند که کیرد پایی جبر

کاهلی: تنبلی

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



هر که جبر آورد، خود رنجور کرد
تاهمن رنجوری اش، درگور کرد

رنجور: بیمار

مولوی. مثنوی. دفتر اول. بیت ۱۰۶۹



گنج حضور، پروین شهبازی، برنامه ۹۰۳



ترک کن این جبر را که بس تُهی است
تا بدانی سِر سِر جبر چیست

ترک کن این جبر جمع مُنبَلان
تا خبر یابی از آن جبر چو جان

مُنبَل: تنبیل، کاهل، بیکار

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم ابیات ۳۱۸۷-۳۱۸۸

ئنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

۴- عدمِ صدق در این راه

چون نبودش تخم صدقی کاشته

حق بَرُو نسیان آن بگماشته

گرچه بر آتش زنه‌ی دل می‌زند

آن بستاره‌ش را کفِ حق می‌گشد

آتش زنه: سنگِ چخماق

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۳۵۶-۳۵۵

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

۵ - عدم طلب حقيقى

در طلب زن دائمًا تو هر دو دست که طلب در راه، نیکو رهبر است

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۷۹

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

گفت پیغمبر که: بر رزق ای فتا
در فرو بسته است و بر در قفل‌ها

فتا: همان فتی است به معنی جوان، جوانمرد.

جنبیش و آمد شدِ ما و اکتساب
هست مفتاحی بر آن قفل و حجاب

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۲۳۸۶-۲۳۸۵

گنج حضور، پرویز شهریاری، برنامه ۹۰۳

بِ كَلِيدٍ، أَيْنَ دَرَكَ شَادِنَ رَاهَ نَيْتَ

بِ طَلْبٍ، نَانَ سُنْتِ أَللَّهِ نَيْتَ

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷

گنج حضور، پرویز شبازی، برنامه ۹۰۳



کین طلب در تو گروگانِ خداست
زانکه هر طالب به مطلوبی سزاست

جبد کن تا این طلب افزون شود
تا دلت زین چاهِ تن بیرون شود

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۱۷۳۵-۱۷۳۴

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



ما دچار جبر دیدن بر حسب همانیادگی‌ها هستیم.
عینک آن‌ها دید ما را تعیین می‌کند و در جبر
من ذهنی این اجبار بر ما تحمیل شده که از این
وضعیت نمی‌شود نجات پیدا کرد. و بارها ما
سعی کردیم که از این وضعیت خودمان را نجات
بدهیم، نتوانستیم.

اگر کسی طلب واقعی داشته باشد، قانون جبران را انجام می‌دهد. هرچیزی به دست آوردنش زحمت می‌خواهد، وقت می‌خواهد، تمرکز و توجه می‌خواهد. ما خیلی موقع‌ها طلب خود را در راه‌های به دست آوردن چیزهای مادی به کار می‌بریم و موفق می‌شویم ولی در این زنده شدن به خدا، چون ارزشش را نمی‌دانیم طلب خودمان را به کار نمی‌بریم. در این راه هم تمام امکانات مادی، بدنی، ذهنی، هرچه که داریم باید به کار بیندازیم که بتوانیم به خداوند زنده بشویم. باید طلب واقعی داشته باشیم.



علت ناامیدی ما این است که ما
به وسیله من ذهنی مان می خواهیم از
دست من ذهنی مان رها بشویم و ناامید
می شویم. اگر ناامید بشویم، شده ایم دیگر!
نمی شود مارا امیدوار کرد!

گنج حضور، پرویز شبازی

برنامه ۹۰۳



زنده شدن به بی‌نهایت خداوند و ابدیت
او که آگاه شدن از این لحظه ابدی است
یک جبر است، ما باید این کار را بکنیم.

اما ما ببینیم آیا این موضوع را خیلی
سطحی و پیش‌پا افتاده نگرفته‌ایم؟!

گنج مضرور، پرویز شهبازی،

برنامه ۹۰۳



خیلی‌ها این موضوع زنده شدن به بی‌نهایت خدا را جزو
هدف‌های زمانی می‌دانند. می‌گویند حالا عجله‌ای نیست
به خداوند هم زنده می‌شویم. فکر می‌کنند به خداوند زنده
شدن هم یک موفقیت است در یک برهه‌ای از زمان، مثل
لیسانس گرفتن یا دکترا گرفتن. نه! این طور نیست این کار
یک موفقیت در زمان نیست، بلکه یک کار لحظه‌ای است،
کاری است که در این لحظه صورت می‌گیرد، این هم یکی
از آن راههایی است که من ذهنی ما را گول می‌زند و در
همان پارک ذهنی، زنده شدن به خداوند را هم در کنار
چیزهای دیگر به صورت یک فرم در ذهن می‌گذارد.

بعضی‌ها راه‌های مختلفی غیر از راه اصلی که
فضاگشایی و آوردن قضا و گُن‌فَکان به زندگی‌شان
است، امتحان کردند. کتاب خواندند، کلاس‌های
مختلف رفتند، به دکترو دوان‌شناس مراجعه کردند.
این جور افراد زیر جبرِ من‌ذهنی هستند، در ذهن‌شان
زندانی هستند. پس دیدشان این است که از
این من‌ذهنی نمی‌شود بیرون آمد! از این دردها
نمی‌شود رها شد در نتیجه فرامید می‌شوند.

شما باید خوب به برنامه گوش کنید، یادداشت کنید.

هر بیتی را یاداشت می‌کنید، هر توضیحی را که گوش می‌کنید متوقف بشوید و به خودتان یک نگاهی بکنید و خودتان به خودتان اعتراف کنید که من این ایراد را دارم و می‌خواهم برطرف کنم و از این‌که حتی این ایراد را بلند بلند به دیگران هم بگویید، نترسید.

این‌طوری نیست که بگویید من کوچک می‌شوم، از نظر مردم می‌افتم، از احترام می‌افتم. به من تا حالا مردم احترام می‌گذاشتند می‌گویند شما همین بودید، پیشرفتهای همین بود، عارف بودنتان همین بود. اشکالی ندارد بگذارید بگویند. همین هستیم دیگر.

گنج حضور، پرویز شهبازی،
برنامه ۹۰۳

وقتی که وارد این جهان می‌شویم، همانیل می‌شویم با چیزها، آن‌هارای گذاریم مرکزمان و هشیاری ما از هشیاری عدم تغییر می‌کند به هشیاری جسمی و برای تغییر هشیاری جسمی، ما باید متعهد به مرکز عدم باشیم و این تعهد رانگه داریم. یعنی مرکزمان را عدم کنیم، تسلیم بشویم، نگه داریم، تا این تغییر در اثر تکرار و مداومت صورت بگیرد.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



باید به یک موضوع خیلی مهم توجه کنید و آن این است
که شما به این برنامه نگاه می‌کنید برای یک منظوری و
منظور این است که این هشیاری جسمی کاملاً تغییر
کند و به یک هشیاری دیگری به نام هشیاری نظر یا
هشیاری حضور تبدیل شود.

و برای این نیست که هدف‌های این جهانی را دنبال
کنید. اگر شما این برنامه را نگاه می‌کنید یا مولانا را
می‌خوانید، فقط برای این‌که وضعیت‌های بیرونی‌تان
(هدف) درست بشود خوب یک مقدار زیادی درست
می‌شود، بنابراین وقتی درست شدند شما دست از
کارکردن روی خودتان برمی‌دارید!

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

توجه کنید که منظور هر لحظه قابل انجام است،
هدف در زمان است؛ آگر شما به جای منظور،
هدف‌های زمانی دارید من نمی‌گویم باید هدف
بگذاریم، ولی این منظور اصلی را که آمد ایم
در این جهان به بی‌نهایت و ابدیت زندگی بیدار
شویم، زنده بشویم و زنده بمانیم، باید شما آن را
هر لحظه در نظر داشته باشید.

این موضوع را درنظر داشته باشید که من ذهنی
هر پیشرفتی را به حساب خودش نگذارد!
ممکن است بیدار شدن به زندگی را هم به
حساب خودش بگذارد و از آن سوءاستفاده
کند و یک من ذهنی موفق، بیدار و
به کمال رسیده به شما معرفی کند.
شما هم دوباره بروید به آن پارک ذهنی تان
بگویید که خوب این پارک من است، یک
قسمتی از این پارک هم همین معنویت من
است، نه! ما می خواهیم پارک را به هم بریزیم.

تغییر من ذهنی به هوشیاری نظر مستلزم تکرار،
مداومت و اجرای منظور است. توجه به این که من
به خاطر منظور، نه هدف به این برنامه نگاه می‌کنم،
مولانا می‌خواهم، می‌خواهم تمام همانیدگی‌ها را از
مرکزم بیرون بروند و مرکزم عدم بشود و عدم بماند، یا
از خواب ذهن بیدار بشومن و بیدار بمانم، دیگر نخوابم!
خواهش می‌کنم شما این مطلب را در نظر بگیرید.

گنج حضور، پرویز شهریاری، برنامه ۹۰۳

در طول حدود بیست و چند سالی که در خدمت شما بوده‌ام، بارها این موضوع تکرار شده که بعضی از افراد فقط برای تغییر وضعیت‌های بیرونی به این برنامه نگاه کردند، و وقتی کمی وضعیت مورد نظرشان بهتر شد، سست شدند و رفتند، درنتیجه دوباره من ذهنی‌شان برگشته، توجه کنید این من ذهنی می‌تواند دوباره خودش را ببافد و برگردد.

در این دسته از افراد درواقع من ذهنی است که دارد کار می‌کند.

ما قویت یعنی کار داشتن با آن
چیزی که ذهن ما در این لحظه
نشان می‌دهد و در واقع از آن
زندگی خواستن و قضاوت
یعنی بد و خوب کردن آن.

اگر به آن چیزی که همین لحظه ذهن به شما نشان می‌دهد توجه کنید و از آن زندگی بخواهید این اسمش مقاومت است، پس ذهنتان یک خاصیت دیگری دارد که بگوید بله این وضعیت به من زندگی بیشتر یا کمتری می‌دهد و منظور از زندگی همان شیرهای است که از چیزهای بیرونی می‌کشیم. در این صورت هشیاری جسمی پیدا می‌کنیم و به زمان مجازی گذشته و آینده می‌افتیم، این خاصیت همانندگی است.

اگر شما همانیده هستید،
حتماً در شما مقاومت و
قضاؤت وجود دارد.

یادآوری کنم اگر به چیزی
که این لحظه ذهنتان نشان
می‌دهد مقاومت می‌کنید
قربانی آن اتفاق یا آن
وضعیت می‌شوید. پس مراقب
باشید که مقاومت نکنید.

مقاومت نکردن یعنی فضایشایی
کردن در اطراف آن چیزی که
ذهن نشان میدهد و آگاه
بودن به این که من از چیزی که
ذهنم نشان میدهد زندگی
نمیخواهم.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

وقتی می گوییم مرکز ما عدم
می شود، یعنی فضای را در اطراف
اتفاق این لحظه باز می کنیم
و زندگی را از فضای باز شده
می خواهیم، نه آن چیزی که ذهن
ما نشان می دهد.

وقتی فضای کشایی می‌کنیم
می‌بینیم که دو خاصیت صبر و
شکر که از خصوصیات عدم
هستند در ما پدیدار می‌شود و
متوجه می‌شویم که واقعاً باید
صبر کنیم و از این‌که چشم عدم
ما دارد باز می‌شود شکرگزاری
در ما اتوماتیک می‌شود و ما یک
باشندۀ شکرگزار می‌شویم که
شاید تا به حال شکرگزاری را
اصلًا بلد نبودیم!

پرهیز یعنی وقتی مرکز ماعدم می‌شود

متوجه می‌شویم که این هشیاری دیگر

میل ندارد چیز جدیدی را به مرکزش

بیاوردواز آن زندگی بخواهد.

مادر ذهن زندانی هستیم.

هر همانیدگی یک قفل

است، که کلید قفل از فضای

گشوده شام می آید.

هچ کس نباید در دهایش را پوشاند. وقتی درد
را در خود مان می بینیم، باید عقب بکشیم،
به صورت حضور ناظر به درد مان نگاه کنیم
و بگوییم که این درد من است،
من باید نور زندگی را با فضای شایی
روی آن بتابانم تا شفای پیدا کنم.

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

خیلی‌ها از درد هشیارانه می‌گریزنند. شما از خودتان بپرسید که آیا من همانیدگی‌هایم را می‌بینم؟ من دردم را می‌بینم ولی حاضر نیستم قانون جبران را انجام بدhem و درد را بکشم؟ خودم را یعنی من ذهنی‌ام را کوچک کنم و دردش را بکشم تا من ذهنی‌ام بمیرد؟ و به این لحظه ابدی بیایم و به جاودانگی خداوند زنده بشوم؟

گنج حضور، پرویز شهر بازی، برنامه ۹۰۳

بین کسی که در درون با خودش به این نتیجه رسیده که برای رفع نقص همانیدگی به خداوند احتیاج دارد و باید فضارا باز و مرکزش را عدم کند و کسی که می‌گوید من کامل هستم و به چیزی احتیاج ندارم، از زمین تا آسمان تفاوت است! کسی که می‌گوید نیاز ندارم، جهنم را در مرکزش گذاشته و از طریق قرین به هر کسی می‌رسد درد می‌دهد، جهان را خراب می‌کند و کارافزا است؛ کسی که می‌گوید نیاز دارم و احتیاط می‌کند، پرهیز می‌کند، مواظب است که پا یک جای بد نگذارد که به خودش و دیگران لطمه بزند، هر لحظه مراقب است این شخص نیازمند است، شما باید این‌طوری باشید.

هر وقت کسی درد های درونش

رامی میند، یاد به یاد این پیشنهاد که من

به گمک خداوند احتیاج دارم.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



خداوند همیشه در این سخطه مارا مورد
عنایت خود قرار می دید و از این
موضوع آگاه، مستلزم که فضیلت از این
کار به عمدۀ ماست که در هر فرصتی
نسبت به من ذهنی کوچک تر بشویم.

کنج حضور

پروز شهبازی، برنامه ۹۰۳



ما به این دلیل از من ذهنی مان به سوی خدانمی رویم

که خودمان را کامل می دانیم. این تصویر ذهنی است

که به وسیله خود ماساخته شده است. هر کسی از

من ذهنی اش یک تصویر ذهنی کمال یافته می سازد،

این همه دروغ است. دریچ کدام از آن جنبه ها

ما کامل نیستیم. پژوهشگران حضور

پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

اگر شما جوان یا میان سال هستید از مولانا بشنوید که همانیدگی نقص است. همانیدگی مرض است. و اگر یک مسئله‌ای ما در گذشته ایجاد کردیم ولی عاقبش تا اینجا دامن ما را گرفته و ما مرتب کس دیگری را ملامت می‌کنیم، باید برگردیم بگوییم که این کار را خودم کردم و باید در رفع آن بکوشم. نه این که هر دفعه که مسئله‌ای پیش می‌آید، بگوییم دیدید ما را چطور بد بخت کردند؟ دیدید پدر و مادرم چه بلای سرم آوردند؟ همسرم سرم آورد؟ فلانی سرم آورد؟ این‌ها را نباید بگوییم.

من ذهنی دائماً به ضرر خودش کار می‌کند، یعنی هیچ دشمنی بدتر از من ذهنی در مابراز ما وجود ندارد.

به عبارت دیگر شما تمام جهان را بگردید دشمنی بدتر از من ذهنی ای که در درون تان هست پیدا نمی‌کنید. ضرری که این من ذهنی می‌زند، هیچ کس به مانع زندوآگردیگران هم ضرر می‌زنند، به خاطر همین اقدامات و واکنش‌های من ذهنی مابه ماست، یعنی من ذهنی مای خواهد که به ما لطمہ بخورد، ولی افسوس که ما چنین دشمنی را در خودمان نمی‌بینیم.

عواملی سبب می شود تغییر دادن خود سخت شود
و انسان ها دچار جسم من ذهنی بشوند.

- ۱- عدم احساس نیاز به آموزش معنوی، ندیدن ایراد در خود، وتلاش نکردن برای رفع ایراد
- ۲- پوشانیدن دردهای خود و بی حس کردن خود نسبت به دردی که در زیر نهفته است از طریق مشغولیت های بیهوده و کارافزا، و یا پریدن از فکری به فکر دیگر، و همین طور عدم تحمل درد هوشیارانه
- ۳- دچار جبری من ذهنی شدن با عدم اعتقاد به این مسئله که می توان خود را تغییر داد و از این دردها رها شد. تصویر این که قضا و سرنوشت ما در این است که همیشه این زندگی پر درد را ادامه دهیم و راهی برای رهایی ما وجود ندارد.

گنج حضور
پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

- ۴- عدم صدق در این راه
- ۵- عدم طلب حقیقی



شما بهتر است به طور کلی دست از ملامت

بردارید و آگر دیدید چه خودتان، چه دیگران

را ملامت می کنید، بدانید که این قسمتی از

مرض من ذهنی شماست.

نگاه کنید دوستان و آشنايان من ذهنی ما يا گله می‌کنند
يا يك چيزی می خواهند، تقاضاهايی دارند، انتظاراتی
دارند، اگر برآورده نکنیم می رنجند. يك چيزی از ما
می خواهند و بیخودی درد ایجاد می‌کنند موقعی که با
آن‌ها هستیم. اما از آن‌ها هم که جدا می‌شویم
می‌بینیم که ساعت‌هاست که فکر می‌کنیم که چرا این
حرف را زدم؟ چرا رنجاندم؟ چرا او این حرف را زد؟ به
من برخورد، بنابراین وقتی هم از آن‌ها جدا می‌شویم
یادشان همراه ماست بهجای این‌که الان در حضور
باشم، مراقبه کنم، حالم خوب باشد در فکر حرف و
حدیث‌ها هستم! توجه می‌کنید؟! راجع به کارافزايی
دوستان و آشنايان صحبت می‌کنیم اين نظر مولانا است.

خطرناک‌ترین و مضرترین سؤال، شناسایی خداوند
با من ذهنی است. خدا چیست؟ و کیست؟ خدا
که چیز نیست! زندگی چیز نیست، اصل ما که چیز
نیست! پس اگر با چیزاندیشی با خیال‌اندیشی
دنبال خودمان، اصلاحان یا خدا می‌گردیم این نشان
دوری ماست! این کار کارافزایی می‌کند، کار ما را
زیاد می‌کند.

اگر مرکز قان عدم است، خواهید دید که ارزش خودتان را به عنوان انسان می‌دانید و به انسان‌های دیگر احترام می‌گذارید، ارزش آن‌ها را هم می‌دانید و ارزش انسان‌ها بیش‌تر از چیزهای است. اما در من ذهنی ارزش انسان‌ها بیش‌تر از چیزهای نیست! ارزش خودم هم بیش‌تر از چیزهای نیست! برای این‌که آن‌ها در مرکزِ من است. من برای چیزها احوالِ خودم را خراب می‌کنم، برایشان فاراحت می‌شوم پس ارزش خودم را نمی‌دانم.

کج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

شما بینید ارزش خود تان را می دانید؟ یا ارزش

خود تان را به سطح جسم، یعنی همانیدگی‌ها

تقلیل داده‌اید؟ آیا بلوغ معنوی دارید؟ یعنی

وقتی چالش می‌آید، می‌توانید فضارا باز کنید؟

پختنگی دارید یا از روی هیجانات صحبت

می‌کنید؟ فراوانی اندیشه‌ستید؟

کنج حضور، پرویز

شهریاری، برنامه ۹۰۳

اگر کسی می خواهد در یک
رشتهٔ خاصی زندگی را بیان
کند، به طور مثال در علم فیزیک
می خواهد اینیشتین بشود باید
فضا را باز کند، از آن ور باید بیاید،
اگر فضا را ببندد بخواهد از
هیجاناتش از همانیدگی هایش
این علم را بگیرد، به هیچ جا
نمی رسد.

خداوند هر خطه توجه دارد که به ما بگك كند،
چه کسی نمی‌گذرد؟ ما.

کنج حضور، پروزیر شهبازی، برنامه ۹۰۳

مادر حالت عادی باید مست زندگی باشیم، مست
خرد باشیم و خدای شادی بشویم. به عبارت دیگر
وقتی این فضابی نهایت می‌شود، خدای شادی
این را به چه کسی می‌دهد؟ هم خودش تجربه
می‌کند و هم به جهان می‌دهد.

مولانا می‌گوید این امکان برای شخص شما هم
وجود دارد. شما خودتان را یک ارزیابی بکنید از
خودتان بپرسید چرا از این حالت طبیعی محروم
هستید؟! شما از همانیدگی‌ها و این جهان چه
می‌خواهید؟ از خودتان بپرسید!

گنج حضور، پرویز شبازی، برنامه ۹۰۳

ما تمام انرژی‌مان را صرف نگهداری پارک ذهنی‌مان می‌کنیم دائمًا در پارکمان گردش می‌کنیم و سر به همانبیدگی‌ها می‌زنیم، همانبیدگی‌ها را آن‌جا چیده‌ایم، هر کسی آن‌جا جایی دارد. اگر ما با اشخاص همانبیده شدیم آن‌ها هم یک حرکت محدودی دارند، چون ما کنترل‌شان می‌کنیم و این کنترل ما را بیچاره کرده! آن‌ها را هم بیچاره کرده!

خدا نکند یک کسی بباید و ما با او همانبیده بشویم، آن را می‌گذاریم در پارکمان، نمی‌گذاریم تکان بخورد. نگرانش می‌شویم! دائمًا کنترل‌ش می‌کنیم! کجا رفتی؟! چه کار می‌کنی؟! چرا این کار را می‌کنی؟! چون جزو پارک ما است!

هرکسی مثل حضرت رسول می‌تواند به معراج برود،
ممکن است به آن عمق نرسد، ولی می‌توانیم سعی
کنیم. اتفاقاً مولانا این مثال‌ها را می‌زند، می‌گوید شما
به این‌ها نگاه کنید این‌ها انسان بوده‌اند تو هم انسان
هستی! سرِ یک دلار شب خوابت نمی‌برد! تو چرا بیدار
نمی‌شوی؟! یا سرِ این‌که یک نفر یک حرف زده یک
ماه است ناراحت هستی! چه کسی ناراحت است؟
خدایی که در درون شما هست؟! یا من ذهنی شما؟!
من ذهنی شما. من ذهنی شما سایه‌ای است که از
مقاومت شما به وجود آمده، شما اگر مقاومت نکنید
این سایه از بین می‌رود.

گنج حضور، پرویز
شهربازی، برنامه ۹۰۳

بارها گفته ایم که قضا و ضعیت این لحظه را نشان می دهد
یا به وجود می آورد نه علت های بیرونی.

آن چیزی که ذهن تنشان می دهد، و ضعیت این لحظه
است، ممکن است به عنوان علت و سبب در ذهن شما
ظهور کند و شما فکر کنید که مثلاً فلانی این را
به وجود آورده است، نه! بگویید این را قضا
به وجود آورده که من فضای گشایی کنم تا خداوند با
کُنْ فکان زندگی مرادر درون و بیرون عوض کند.

اصلًاً مانمی دانیم چورمی تبدیل می شویم با همچ کس
نمی تواند تبدیل، یا فرآیند تبدیل را در ذهنش توصیف
کند و بگوید این درست است.

گنج حضور، پرویز
شهبازی، برنامه
۹۰۳



ما از نظر روحی و هشیاری، امتداد خدا و کامل
هستیم.

هر کسی باید بگوید که من هرچه که
هستم! همانیدگی دارم! اشتباه کرد هام! دنبال
معنویت نرفتم! این همه درد دارم! آرزو نمی‌کنم
که ای کاش جای شخص دیگری بودم! این
تاریکی من ذهنی ام را قبول می‌کنم،
فضاگشایی می‌کنم، روی خودم کار
می‌کنم تا نیروی کنْفکان مرا تغییر دهد.

کنج حضور، پژوهیز شهبازی، برنامه ۹۰۳

وقتی فضار اباز می کنید و با فضای شایی
حتی یک لحظه مرکز را عدم می کنید، در این
صورت این مرکز عدم خودش را جست و جو
می کند نه چیزهای مادی را در تیجه فضای
یکتایی شروع به وسیع شدن می کند و
من ذهنی شروع می کند به فرو ریختن و برای
ما مهم نیست ابرای این که داریم به آن یک
زندگی زنن می شویم.

دردها و گرفتاری‌ها مهمان شما هستند، شما به عنوان هشیاری سطیزه نکنید! مثل این است که مهمان به منزل شما آمده، می‌دانید که باید خوش‌رفتاری کنید، احترام بگذارید ولی می‌خواهید زود برود و می‌رود. اگر به او بگویید که بابا برو دیگر آن یک هفته است اینجا هستی! می‌بینید که هفت سال مانده، شاید می‌خواسته برود! ولی همان لحظه که شما اعتراض کردید دوباره تمدید کرد، من ذهنی و دردهایش مهمان ما هستند، ما نباید اعتراض کنیم.

کنج حضور، پرویز شهباز سر، رنمه ۹۰۳

من ذهني فكرى كنداز يك همانيدگى

به همانيدگى ديكىرى و د بالغ مى شود!

ممكن است ما ياد بىكىريم از ديكاران

يشترپول درياوريم و تجارت اين جهانى

را بهتر انعام بدھيم، ولی بالغ نخواهيم شد!

بالغ کسی است که به خداوند روشن

است.

هر کسی طلب دارد، لحظه به لحظه طلبش را به معرض نمایش می‌گذارد. به خودش باید ثابت کند که طلب دارد. طلب واقعی یعنی ما یکسری کارها را انجام می‌دهیم یا از یکسری چیزها پرهیز می‌کنیم.

گنج حضور، پروین شهبازی، برنامه ۹۰۳



شما می‌گویید من می‌خواهم یک بدن زیبا
بسازم که چاق نباشد، بعد یک غذای
چربی برای شما می‌آورند دلتان می‌خواهد
بخورید؛ اگر توانستید دست بکشید و آن
غذای چرب را نخورید، طلبِ واقعی دارید.

گنج حضور، پرویز شهربازی، برنامه ۹۰۳



شما باید به خودتان نگاه کنید ببینید آیا
طلب زنده شدن به زندگی را دارید یا یک
خواسته بی اهمیت است؟
طلب یعنی اصلاً من برای این کار به جهان
امده‌ام. شما دیده‌اید بعضی موقع‌ها
ما یک چیزی را می‌خواهیم اگر واقعاً
بخواهیم؛ آن را به دست می‌آوریم؛
وقتی نمی‌خواهیم به دست نمی‌آوریم!

ما از ترس اینکه یک موقع این همانیدگی‌ها
از دست ما نروند در روز هزاران بار به آن‌ها
سر می‌کشیم آیا هستند؟ این یکی هست؟
آن هست؟ نکند این یکی از دست من برود؟!

گنج حضور،
پرویز شهبازی،
برنامه ۹۰۳



ما به عنوان من ذهنی دنبال آدم می‌گردیم
ثابت کنیم آقا ما هم هستیم، ما مهم
هستیم، ما را هم تحویل بگیرید، تأیید
کنید، توجه کنید، در مقایسه حتی من
برتر از شما هستم، بیا صحبت کنیم،
بحث کنیم جدل کنیم، من ثابت کنم از
نظر بیزینسی، از نظر هیکلی، از نظر
دانش، من برتر از شما هستم، بیا ثابت
کنیم!

گنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳

یک موقعی مایک اتومبیل می خریم برای
اینکه ما را از جایی به جای دیگر ببرد،
یک موقعی اتومبیل را می خریم که به
دیگران نشان بدھیم! درواقع این اتومبیل
حس هویت دارد و این گونه است که ما
اکثر چیزهایی که می خواهیم به دست
بیاوریم برای ابراز هویت است! برای
مقایسه است که ما را برتر از دیگران
نشان بدهد. این است که مسئله سازی و
کارافزایی این من ذهنی بی پایان است.

گنج حضور، پرویز شهبازی،
 برنامه ۹۰۳



خیلی راحت است که آدم تمرين کند
مخصوصاً در اطرافِ انسان‌های دیگر
قضاؤت نکند، بگوید به من مربوط
نیست مردم هرجور می‌خواهند
زندگی کنند و من نمی‌خواهم کسی
را عوض کنم، وظیفه من این است
که حواسم به خودم باشد، خودم
را عوض کنم، درنتیجه قضاؤت پایین
می‌آید.

کنج محضور، پروز شهبازی، برنامه ۹۰۳

اگر شما یاد بگیرید که از آن چیزی که ذهنتان
نشان می‌دهد زندگی نخواهید یواشیواش
متوجه می‌شوید که سرعتِ فکرتان (در اثرِ
عدم مقاومت یعنی چیزی نخواستن از
ذهنتان و عدم قضاوت) کم می‌شود؛
می‌بینید که هشیاریِ نظر خودش را به شما
نشان می‌دهد، در نتیجه بهتر می‌بینید.

گنج حضور، پرویز شهبازی،

برنامه ۹۰۳



ما می‌توانیم با خودمان خلوت کنیم
بگوییم آقا، خانم، من تأیید هیچ‌کس
را نمی‌خواهم، احوال‌پرسی هیچ‌کس
را هم نمی‌خواهم، کمک هیچ‌کس را
هم نمی‌خواهم، خودم انسانی هستم
که به صورت زندگی از درونم
می‌خواهم بلند شوم، خداوند من را
خلاق خلق کرده است، می‌خواهد
شادی بی‌سبب به من بدهد، من اصلاً
از بیرون چیزی نمی‌خواهم،
مخصوصاً از آدمها!

ما نباید از دیگران چیزی بخواهیم، چون
آدم‌ها برای دادن آن چیزهایی که ما
می‌خواهیم و فکر می‌کنیم اگر نگیریم،
زندگی نخواهیم داشت، بلا سر ما
می‌آورند! وقت ما را می‌گیرند،
با لاخره آن چیزها را یا به ما
نمی‌دهند یا می‌دهند
فایده‌ای هم
ندارد.

گنج حضور،

پرویز شهبازی،

برنامه ۹۰۳

از حالا به بعد حواسمن باشد که من
براساس قانون جبران اگر چیزی از کسی
خواستم، عوضش را خواهم داد و
پیشنهاد می‌کنم هر کسی در مورد این
موضوع فکر کند، اگر صلاح بود این کار
را بکند.



گنج حضور

پرویز شهبازی،

برنامه ۹۰۳

با خودمان قرار بگذاریم که مطابق قانون جبران، اگر کسی
به من کمک می‌کند در ازای آن یک چیزی می‌دهم، حاضر
هستم کار کنم، چیز اضافه یا مجانی نمی‌خواهم! من دیگر
با مردم کاری ندارم. انتظار بیهوده نداشته باشم که دائمًا
برنجم! انتظارات روان‌شناختی هم ندارم، که مثلاً همسرم
من را خوشبخت کند، می‌دانم همچین چیزی امکان ندارد.
کسی نمی‌تواند من را خوشبخت کند برای این‌که خوشبختی
از درون من می‌آید، خوشبخت، خودم هستم. زندگی خودم
هستم. من باید از سفرِ چیزی خواستن از همانی‌دگی‌ها
برگردم، من دارم آگاه می‌شوم که از این سفر برگردم، من
دیگر به ذهنم نمی‌روم.

تمام آن چیزهایی که ما از مردم می‌خواهیم
که جنبهٔ نیاز روان‌شناختی دارد من‌ذهنی
است که به آن‌ها احتیاج دارد. وقتی ما فضا
را باز می‌کنیم از جنس زندگی می‌شویم،
نوع نیازمان عوض می‌شود، کیفیت
هشیاری، طرز فکر و بینشمان عوض می‌شود.
نمی‌توانید در من‌ذهنی بمانید،
منتها کارهای هشیاری را انجام
بدهید. همچین چیزی امکان
ندارد.

گنج حضور،
پرویز شهریاری،
برنامه ۹۰۳

یکی از لطمehا و کارافزاییهایی که در این بیست،
بیست و یک سال گذشته در مردم دیده‌ام خراب شدن
بدنشان است! اگر می‌خواهیم بدنمان خراب نشود،
باید کارافزایی را متوقف کنیم. نباید بگوییم که من
هر کاری دلم می‌خواهد می‌کنم! نه! نرم باشیم، فضا
را باز کنیم، فکر کنیم، تأمل کنیم.

و ممکن است در اثر فشار مسائل بدنمان خراب بشود
و یک درد لاعلاج بگیرد، در مردم زیاد دیده‌ام؛ و خود
من هم خیلی تمرين می‌کنم که فضایش باشم، اگر
چالشی هست در اطرافش فضا باز کنم، حل کنم، تا
چالش بدن من را خرد نکند. حیف است
که بدن آدم در اثر فشار چالش‌ها خراب
 بشود.

این دو مطلب را شما رعایت بفرمایید
که اولاً ما باید جلوی کارافزایی
خودمان را بگیریم، دوماً باید مواظب
باشیم مردم در زندگی ما کارافزایی
نکنند!

مولانا می‌گوید که فکر نکن دوستان
و آشنایان و فامیل‌هایت، کارافزا
نیستند.

کنج حضور، پرویز شهبازی، برنامه ۹۰۳



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

www.parvizshahbazi.com