



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

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





## پیغام عشق

قسمت دویست و هشتاد و هفتم





خانم بهار



## نکاتی از برنامه ۸۶۲ گنج حضور

👉 تسلیم، پذیرش اتفاق این لحظه بدون قید و شرط، قبل از قضاوت و رفتن به ذهن است. پذیرفتن رویداد این لحظه به معنای این نیست که ما با موضوع آن موافق هستیم بلکه فضا را می‌گشاییم تا از عقل فضای گشوده شده استفاده کرده و وضعیت مورد نظر را تغییر دهیم.

👉 انسان با من ذهنی و مرکز همانیده با طبیعت و انسان‌های دیگر بیگانه می‌شود، در کنار آن‌ها زندگی کرده اما با آن‌ها بیگانه و غریبه است! یا اینکه به طور مثال زحمت می‌کشد اما شغلش را دوست ندارد چرا که خرد و شادی زندگی به کارش نمی‌ریزد! او با خودش و با خدا نیز بیگانه است.

👉 وقتی ما انسان‌ها با چیزها همانیده شدیم، داشتن را با بودن یعنی عدم و ذات خود یکی گرفته‌ایم، ما فکر می‌کنیم هرچه بیشتر داشته باشیم، زندگی مان بیشتر می‌شود و چون نداریم یا کم داریم بنابراین ناقص هستیم! در واقع یک نارضایتی و مقاومت نسبت به این لحظه و رویداد آن در ما بوجود می‌آید که از خصوصیات و ذات من ذهنی است.



👉 خوشحالی انسان در من ذهنی به خاطر به دست آوردن چیزها نیز موقتی و سطحی است چرا که نارضایتی که در ذات من ذهنی وجود دارد، خود را نشان داده و منجر به ایجاد مقاومت می شود.

👉 کار من ذهنی خوب و بد کردن است و با دوئی کار می کند. از دید من ذهنی چیزی که همانیدگی را زیاد می کند خوب است؛ و چیزی که همانیدگی را کم می کند بد است و به این ترتیب همه چیز را قضاوت می کند.

👉 همین که فضا را باز می کنیم ذهن ما خاموش می شود و بلافاصله یک هشیاری جدید که از قبل بوده خودش را به ما نشان داده و می گوید: مراقب باش تا دوباره چیزی را از بیرون به مرکزت راه ندهی!

👉 ما با دید همانیدگی ها نمی توانیم مرکز عدم و فضای گشوده شده را حفظ کنیم زیرا وقتی که فضا را باز می کنیم از افراد دیگر انتظار کمک داریم، در صورتی که بعد از فضاگشایی نباید از فرد دیگری غیر از خدا کمک بگیریم؛ همین که فضا را باز می کنیم کمک زندگی برای ما کافی است، و نباید از جهان بیرون حتی از عارفان و پیامبران درخواست کمک کنیم در این حالت ما فضاگشایی می کنیم، اما موفق نمی شویم!



👉 ما باید تحت هر شرایطی اطراف اتفاق این لحظه فضا را باز کنیم. احساس رضایت کرده تا از کمک، خرد و رحمت خداوند برخوردار شویم. ما در ذهن وابسته به سبب‌ها، علت‌ها و معلول‌ها هستیم؛ فکر می‌کنیم که یک چیزی سبب به وجود آمدن چیز دیگری می‌شود! در صورتی که زندگی با قانون علت و معلول ذهنی کار نمی‌کند. 👉 اتفاق این لحظه را قضا یعنی اندیشه، اراده الهی که هر لحظه می‌خواهد به ما کمک کند به وجود می‌آورد. و من ذهنی اجازه نمی‌دهد این کمک به درستی صورت پذیرد. چرا که ما به عنوان من ذهنی قضاوت و مقاومت داشته و به کن‌فکان خدا و یاری او پاسخ مثبت نمی‌دهیم.

👉 انسان دو جور می‌بیند: یکی با من ذهنی و دیگری با عدم. شما نباید فکر کنید انسان با فضاگشایی درست نمی‌بیند و تشخیص نمی‌دهد! اگر شما آن فضا را باز کنید، خواهید دید چیزهایی را می‌بینید که ذهن، آن‌ها را نمی‌بیند. ذهن فقط پارازیت‌های ذهنی را می‌شنود. خیلی مواقع صحبتی از شخصی می‌شنویم، ولی دل ما یک چیز دیگر می‌بیند، متوجه می‌شویم که این شخص دروغ می‌گوید و آن طوری که وانمود می‌کند، نیست! پس عدم و سکون درون ما شعور دارد، می‌تواند ببیند و تشخیص بدهد.



👉 شما نباید نگران رهایی از همانیدگی‌ها باشید. وقتی فضا را باز می‌کنید، خداوند قدم بر مرکزتان می‌گذارد، همانیدگی‌ها و دردها به لرزه افتاده و می‌افتند، گذشته و آینده کنار رفته و شما در این لحظه ابدی مستقر می‌شوید؛ اگر فضا را باز کنید، مقاومت و ستیزه نکنید و با ذهن‌تان اصرار نکنید که همانیدگی‌ها بیفتند، تبدیل هشیاری شروع شده و خدا درون و بیرون‌تان را اداره می‌کند.

👉 این جهان زیباست ما با دید من‌ذهنی آن را زشت دیده و زشتش می‌کنیم. در واقع آلودگی بیرون انعکاس مرکز آلوده ماست؛ هر جا شما آلودگی می‌بینید، شهرها کثیف است و مردم در طبیعت، کنار ساحل و.. زباله می‌ریزند معنی‌اش این است که درون کثیف و مرکز همانیده و پر از درد آن‌ها در بیرون منعکس شده است. در مقابل هر کسی بیرونش تمیز است و زندگی‌اش نظم دارد، پاکیزگی درونش را منعکس می‌کند.

👉 خودتان را بازبینی کنید و ببینید در کدام یک از دو حالت زیر هستید؟ اگر لحظه به لحظه زیبایی در چهار بُعدتان، در روابط، کار و در تمام شئون زندگی‌تان ظاهر می‌شود بدانید که خدا در درون شما دارد کار می‌کند و شما هر لحظه فضاگشایی می‌کنید و مقاومت‌تان صفر است. اما اگر در زندگی‌تان زشتی، مسئله و مانع و... ایجاد می‌شود، بدانید من‌ذهنی دارد کار می‌کند! شما هر لحظه در حال مقاومت، قضاوت و ستیزه با اتفاق و فرم این لحظه هستید.



👉 شکر در ذات عدم، در ذات فضای گشوده شده است و کسی که فضای درونش گشوده شده شکر و رضا دارد؛ در مقابل ناشکری، زیاده‌خواهی، نارضایتی از اتفاق این لحظه در ذات من‌ذهنی است و چنین انسانی آسمان درونش باز نشده، رضا نداشته و عاشق جسم‌ها و همانیدگی‌هاست.

👉 شما به عنوان حضور ناظر به من‌ذهنی لجباز خود که می‌خواهد فضا را ببندد و واکنش نشان داده و با فرم این لحظه بستیزد بگویند: ای من‌ذهنی، من به حرف تو گوش نمی‌دهم، تو امتحانت را در چالش‌های مختلف زندگی پس داده‌ای و به اندازه کافی به من ضرر زده‌ای!

تو نه تنها از عهده چالش‌های زندگی برنیامدی بلکه دائماً مسئله ساخته و به جای حل کردن مسائل، آن‌ها را بیشتر کردی. تمام موانع زندگی‌ام را تو به وجود آوردی و نگذاشتی من زندگی کنم اما اینک من به لطف خدا آگاهانه با وجود مخالفت‌های تو فضا را در اطراف اتفاق این لحظه می‌گشایم و از کمک خداوند برخوردار می‌شوم.



👉 به راستی آیا یک حیوان به خودش صدمه می زند؟ آیا ما تا حالا حیوانی دیده ایم که بر ضد خودش عمل کند؟ حیوان دنبال راحتی خودش است. ولی ما به عنوان من ذهنی با ایجاد مانع، مسئله و دشمن به خودمان ضرر می زنیم. ما نمی توانیم بفهمیم که نباید در خانواده اوقات تلخی کرده و دیگران را به واکنش واداریم. اما برعکس چیزی می گوییم تا دیگران عصبانی شوند و بدین ترتیب مسائل را ایجاد می کنیم و سپس می خواهیم با ذهن آنها را حل کنیم و درد می کشیم؛ ما نیروی زندگی را تلف کرده و به خود و دیگران ضرر می زنیم.

👉 ما ذاتاً به عنوان هشیاری و امتداد خدا عاشق دنیای بیرونی و همانیدگی ها نیستیم؛ زیرا وقتی به همه خواسته هایمان هم برسیم اگر حضور نداشته باشیم، شاد و آرام نمی توانیم باشیم چرا که شادی و آرامش از مرکز عدم می آید.

👉 فضاگشایی حقیقی ذهن را ساکت می کند و می توانید من ذهنی را بشناسید، هرچه بیشتر می شناسید بیشتر از شرش راحت می شوید، باید بدانید با من ذهنی، نمی توانیم من ذهنی را بیندازیم.

👉 اگر شما بخواهید به حضور زنده شوید فقط به خاطر این که از همانیدگی‌ها رها شده و دردها تمام شوند یعنی دیگر رنجش، کینه، ترس، حسادت، احساس گناه، تنهایی، جدایی و ... نداشته باشید به بیراهه رفته، در ذهن می‌مانید و پیشرفت نمی‌کنید، این‌ها نمی‌توانند منظور ما در یکی شدن با خدا باشند؛ زیرا منظور اصلی از آمدن ما به این جهان، زنده شدن به بی‌نهایت و آگاه شدن از ابدیت خدا در این لحظه است.

👉 اگر شما فضا را باز کنید حجت شما آن فضای گشوده شده و عشقی ست که در درون حس می‌کنید. شما نباید چگونگی احوال خود را از دیگران بپرسید و خواهان تأیید و توجه آن‌ها باشید؛ زیرا افرادی که به دنبال تأیید و توجه از دیگران هستند حتی به دلیل امور معنوی، در ذهن بوده و با من‌ذهنی کار می‌کنند. یا اینکه شما نباید با من‌ذهنی از انسانی که به بی‌نهایت خدا زنده شده تعریف و تمجید کنید، چرا که فقط با این کار حالت حضورش را کم کرده و فایده‌ای هم برایش ندارد.



👉 شما هم هویت‌شدگی‌ها، دردها و رنجش‌هایتان را نمی‌توانید با ذهن بیندازید، اصلاً امتحان هم نکنید، ولو این که می‌دانید مثلاً با همسرتان هم هویت هستید و یا از کسی رنجش دارید اما اگر فضا را باز کنید، در هشیاریتان نگه دارید که من تابع قضا هستم و در اطراف اتفاقات فضا را باز می‌کنم. آن فضای گشوده شده، آن عنایت، جذبه و لطف ایزدی، به شما کمک خواهد کرد؛ پس از مدتی می‌بینید همانیدگی و درد یا رنجشی نمانده است. 👉 شما باید ببینید که من ذهنی‌تان چگونه برای شما مانع، مسئله و دشمن درست می‌کند، پرهیز کنید و مواظب باشید.

👉 گاهی شما می‌گویید من می‌خواهم به خوشبختی برسم، شادی و آرامش می‌خواهم، ولی یک دفعه صدایی در سر شما می‌گوید: نه نمی‌خواهم. این من ذهنی‌ست که نمی‌خواهد چون از جنس شادی نیست. اگر بتوانید فضا را باز کنید، آن فضای گشوده شده، خوشبختی، شادی و آرامش می‌خواهد، چرا که از آن جنس است.

👉 یکی از دلایلی که مردم نمی‌توانند مرکزشان را به‌طور دائمی عوض کنند، موفق نمی‌شوند و شکست می‌خورند، این است که تعهدشان به مرکز عدم کامل یا پیوسته نیست، چند وقتی روی خودشان کار کرده و ادامه نمی‌دهند، یا این که با ذهنشان فضاگشایی می‌کنند یعنی حقیقتاً تسلیم نمی‌شوند.

👉 خداوند هر لحظه می‌خواهد هشیاری ما را از زندان همانیدگی‌ها و از من‌ذهنی بزایاند و ما را به سوی خودش بکشد، اما ما در ستایش اشکال داریم، همانیدگی‌ها را در مرکزمان گذاشته، و می‌ستاییم و به جای این که با فضاگشایی از خدا عقل و خرد بگیریم از اجسام و همانیدگی‌های مرکزمان می‌گیریم، بنابراین عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت ما پوشالی است.

👉 آن قدر دید من‌ذهنی بر ما مسلط است که اصلاً فکر نمی‌کنیم غیر از هشیاری جسمی هشیاری دیگری وجود دارد. پیامبران واسطه هستند تا یک جایی ما را قانع کنند که این من‌ذهنی خدا نیست و تو ای انسان من‌ذهنی نیستی بنابراین باورها و دردهایت را نپرست؛ مرکز تو باید خالی باشد.



سؤالهایی که در برنامه ۸۶۲ گنج حضور آقای شهبازی مطرح فرمودند:

👉 آیا من منظور آمدن به این جهان را فهمیده‌ام؟

👉 آیا من دوستی، ولایت و هدایت خدا را برگزیده‌ام؟

👉 آیا من شیر دنیا و من ذهنی هستم یا شیر خدا بوده و در مرکز فقط خدا هست؟

👉 آیا من خدا را در درونم می‌بینم؟

👉 آیا من می‌توانم این لحظه تسلیم شده، فضا را باز کنم سر و عقل من ذهنی‌ام را به دست خدا بسپارم و به

جای عقل من ذهنی، عقل خدا را بگیرم؟

👉 آیا من به طور کامل تسلیم می‌شوم یا به وسیله ذهن تسلیم می‌شوم؟

👉 آیا وقتی می‌خواهم فضا را باز کنم به خاطر علاقه‌ام به یک چیز بیرونی فضاگشایی می‌کنم یا فضاگشایی من برای زنده شدن به خداست؟ یا اینکه من فضا را باز می‌کنم به شرط این که به زودی دردها و وضعیت‌های بیرونی‌ام درست شوند؟

👉 آیا من همه چیزهای آفل مانند فکر، درد، تصویر ذهنی فرزند، همسر، دوست، مال دنیا را لا کرده و از مرکزم بیرون کرده‌ام؟

👉 چرا من این قدر به خودم و جسمم آسیب می‌زنم؟

👉 آیا این لحظه من جلوی آفتاب خدا، زندگی و عشق را که در درونم طلوع می‌کند، گرفته‌ام؟

👉 آیا من فرق بین ذهن و عدم را می‌دانم؟

👉 چه موقعی من از حالت فضاگشایی و وحدت خارج می‌شوم؟

👉 آیا من فعالیت‌های ذهنی را فعالیت‌های معنوی می‌دانم؟



👉 آیا من حتی بعد از فضاگشایی کمک دیگری غیر از کمک خدا را می‌خواهم؟ یا اینکه مثل ابراهیم خلیل می‌گویم من احتیاجی به کمک کسی نداشته و خدا در فضای گشوده شده برای من کافی است؟  
 👉 آیا من توانسته‌ام رنج‌هایی را که همانیدگی‌ها به من داده‌اند، به وسیلهٔ من‌ذهنی یا من‌های ذهنی از میان بردارم؟

👉 آیا از مردم می‌پرسم که به کمک من احتیاج دارید و برای کمک به دیگران آماده‌ام؟  
 👉 آیا خدا برای نگهداری بنده‌اش کافی نیست؟ یعنی وقتی من فضا را باز کرده و با خدا یکی می‌شوم، خدا برای راهنمایی و نگهداری من کافی نیست؟  
 👉 آیا من به وحدت واقعی با خدا می‌رسم یا ذهناً به این کار ادامه می‌دهم؟

-بهار-



خانم فریده از هلند





دلِ گردونِ خلل کند، چو مه تو نهان شود  
 چو رسد تیرِ غمزهات، همه قدها گمان شود  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۶۵، برنامه ۸۶۲-

وقتی که مرکز هم هویت شده پیدا می کنیم دیگه آن مه، زندگی خودش را پنهان می کند. آن موقع است که دیگه اشارات خداوند به ما نمی رسد. یعنی وقتی درد وارد زندگی مان می شود در واقع داره پیغام می دهد که یک چیز آفل و گذرا، مرکز توجه ما قرار گرفته است. یعنی شروع کردیم بادام پوک کاشتن، یعنی آرامش و شادی بی سبب جای خودش را با درد و رنجش و خاصیت های مخرب من ذهنی عوض کرده است.

درختان مقاومتی از خودشان در مقابل باد و دم زندگی ندارند یعنی شکر و سپاسگزاری بی چون و چرا در برابر زندگی. خداوند هر لحظه ما را با اتفاقات به چالش می کشد و مورد امتحان قرار می دهد، تا همچون دانه ای که در خاک کاشته می شود یاد بگیریم که دست از مقاومت و ستیزه بر داریم، تا سبز بشویم و سر از خاک هم هویت شدگی ها بیرون بزنیم. اجازه بدهیم که زمین خدا هم هویت شدگی هایمان را بخورد و ما را پرورش بدهد تا گرگ من ذهنی مان را تبدیل به چوپان خدا کند.

دیگر لازم نیست که بترسیم، چرا که یاد گرفتیم با عدم کردن مرکزمان و با ناظر بودن بر افکارمان فضاگشایی کنیم و در پناه و امان خداوند قرار بگیریم. در این حالت هست که دزد من ذهنی دیگر نخواهد توانست انرژی زنده ما را بدزدد و به هدر بدهد. وقتی انسان هایی همچون آقای شهبازی نازنین سلاح دار و سلحشور این کاروان هستند، دیگر چرا از من ذهنی بترسیم. سفره کرم خداوند با کمک انرژی حضرت مولانا پهن شده و هر کسی که حاضر است در این راه روی خودش کار کند، می تواند با صبر و شکر به انتظار دیدار و ملاقات با یار بنشیند. پس در این راه باید که انصتوا، خاموشی زبان و ذهن را رعایت کرد و با صدق دل و توکل به خدا پیش رفت. پرچم رضایت را بدستمان دادند که از ابر عنایت، برکت خداوند شامل حالمان بشود.



همنشینی با انسان های به حضور رسیده همچون آقای شهبازی نازنین و دیگر عزیزان را قسمت‌مان کردند، که از ارتعاش مرکز حضور شان، دل ما نیز به زندگی ارتعاش پیدا کند، و ما را هدایت می‌کنند که از مرحله تقلید عبور کنیم و به مرحله تحقیق و وصل شدن به درون خودمان برسیم.

در این راه تمام کائنات، از هوی هوی باد گرفته تا شیر افشانی ابر، در انتظار به حضور رسیدن ما هستند. و در این راه به ما یاد داده می‌شود که چطور فضاگشایی کنیم. فضاگشایی کنیم نه از برای فقط بهتر شدن حالمان، یا زیاد شدن پولمان، بلکه فضاگشایی کنیم با صدق دل، فقط و فقط برای فتح مرکزمان، برای زنده شدن به او... که در این میان هیچ کس و هیچ چیزی نگنجد.

من نخواهم رحمتی جز زخم شاه  
من نخواهم غیر آن شه را پناه

غیر شه را بهر آن لا کرده‌ام  
که به سوی شه تولا کرده‌ام  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۲۹۶۱ تا ۲۹۶۲-

و در این راه هیچ پناهی غیر از خود او را خواهان نیستم و همه چیز را لا می‌کنم و گواهی می‌دهم که تنها به او  
توکل کنم چرا که...

کار من، سربازی و بی‌خویشی است  
کار شاهنشاه من، سربخشی است  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۶۴-

با تشکر فریده از هلند 





آقای علی



با سلام خدمت استاد عزیز و مهربان و همهٔ اعضای محترم گنج حضور، امروز می‌خواهم اصل دهم از قانون اساسی خودم را توضیح دهم، چنانچه صلاح دانستید با اعضای برنامه به اشتراک گذارید.

اصل دهم، غیبت نکنم:

یکی از آفتهای من ذهنی غیبت است. زمانی که پشت سر کسی از بدی‌هایش یا خصوصیت منفی او نزد دیگران صحبت می‌کنیم. همان‌طور که استاد عزیز فرمودند: من ذهنی با غیبت کردن همیشه دو پیام به مخاطبش می‌دهد: اول اینکه من حامل خبری هستم که تو آن را نمی‌دانی، پس من نسبت به تو مهمتر و بالاترم. دوم اینکه با ذکر عیب و ایراد دیگران، به نوعی این پیام را به مخاطب می‌دهیم که من فاقد آن عیب و ایراد هستم پس باز هم من برترم.



در بسیاری از موارد دیده‌ام که غیبت برای من ذهنی نوعی عادت و تفریح محسوب می‌شود، مثلاً در جمعی حضور دارد، افراد دائماً از بقیه گله و شکایت می‌کنند، از بقیه که غایب هستند ایراد گرفته و پشت سر آنان حرف می‌زنند، سایرین هم به نوعی در همین کار رقابت می‌کنند و از هم سبقت می‌گیرند. درحقیقت وقتی غیبت می‌کنیم انگار خودمان مبرا از آن عیب و ایراد هستیم و آن ویژگی منفی فقط در دیگران است. مولانا در دفتر اول مثنوی می‌فرماید:

ای بسا ظلمی که بینی در کسان  
خوی تو باشد در ایشان ای فلان  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۱۹-

بنابراین آن عیب و ایرادی که در دیگران می‌بینیم، چه بسا در خودمان هست و حتی بیشتر، ولی من ذهنی تمایلی به دیدن عیوب خود ندارد. اما اگر تصمیم گرفتیم که دل را عدم کنیم و خود را از هم هویت شدگی‌ها نجات دهیم، ...

در قدم اول باید خودمان را آن گونه که هستیم با همه خبط و خطای خود بپذیریم. اعتراف به آنچه که هستیم و همه آن هم هویت شدگی‌ها مقدمه روشنایی حضور است. حضور ناظر یکی از ابزارهای ما برای رهایی از هم هویت شدگی‌هایی نظیر غیبت است. فاصله گرفتن از جماعتی که مستعد غیبت است. شرکت نکردن در گفتگوی دیگران، لا کردن لحظه به لحظه افکاری که در ما هیجانات منفی ایجاد کرده و ما را به سوی خود می‌کشد و دائما در صدد وسوسه کردن ما برای هم‌رنگ جماعت شدن و تقلید از دیگران است. با امید به اینکه دانش مدرسه مولانا و زحمات آموزگار عزیزمان، منجر به تعهدی قوی در ما گردیده و تنها به ماندن در مرحله آموختن و دانستن بسنده نکرده و آموخته‌ها را در رفتار روزانه و عادی خود نهادینه کنیم.

با تشکر فراوان علی 





خانم زهرا از مشهد




سلام دوستان عزیز

هرگز خزان بهار شود؟ این مجو، محال  
حاشا، بهار همچو خزان زشتخوی نیست  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۵۹

زشتخویی مقایسه است، واکنش نشان دادن است، ستیزه کردن، مقاومت کردن، قضاوت کردن است. حال از  
خود می پرسیم آیا می خواهیم بدون نظارت دیگران روی خودم کار کنیم؟  
آیا درد را لذت می دانیم و درد پخش می کنیم؟  
آیا دیگران را به واکنش وادار می کنیم؟



آیا اگر کسی از جا می‌پرد من هم می‌پریم و از او تقلید می‌کنم؟  
آیا جهان را جدی می‌گیرم و زرنگی می‌کنم؟  
همه این‌ها نشان می‌دهد که در خزان من ذهنی هستم. پس باید بدون خوب و بد کردن، اتفاق این لحظه را  
بپذیرم تا روی پای هوشیاری بایستم و خرد زندگی از من عبور کند.  
با سپاس از همه عزیزان که از پیام‌هایشان بسیار آموختم.

زهرا از مشهد 



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود







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

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