



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت چهارصد و چهل و هفتم





آقای حسام از مازندران



تفسیری از حدیث «بمیرید پیش از آنکه به مرگ طبیعی بمیرید»:
از دفتر ششم مثنوی مولانا

-دفتر ششم مثنوی مولانا - بیت ۷۲۴

تا نمیری، نیست جان کندن تمام
بی کمالِ نردبان نایی به بام

مولانا می گوید، تا نسبت به من ذهنی و همانیدگی‌ها بی واکنش نشوی، نمی توانی به بامِ سعادت درآیی و به منظور خداوند از خلقت زنده شوی. نردبان هر چقدر هم که بلند باشد، اگر فقط دو پایه کم داشته باشد، تو را به بام نخواهد رساند و در کار معنوی، آن دو پایه مردن به من ذهنی است.

-دفتر ششم مثنوی مولانا - بیت ۷۳۰

چون نمردی، گشت جان کندن دراز
مات شو در صبح، ای شمع طراز

ما چون به من ذهنی نمردیم، هر چقدر هم که عمر مادی کنیم، همه جان کندن و زجر کشیدن است و زندگی بی کیفیت با دردهای فراوان است. پس باید همچون شمع که با رسیدن روشنایی صبح بی رونق و بی فروغ می شود، من ذهنی را در نور حق مات کنیم، به وسیله پذیرش بی قضاوتِ اتفاقات و صبر و پرهیز.

– دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۷۳۱

تا نگشتند اخترانِ ما نهان
دانکه پنهان است خورشیدِ جهان

تا زمانی که آسمان پر از ستاره باشد، یقین بدان که شب است. وقتی که ستاره‌ها بی‌فروغ و خاموش شوند، خورشید خودش را به ما نشان خواهد داد. پس باید این ستاره‌های همانیدگی را بیندازیم و دل را بر آنها سرد کنیم که آفلین بی‌وفایند.

– دفتر ششم مثنوی مولانا، ابیات ۷۳۶ و ۷۳۷

نفی، ضد هست باشد بی شکی
تا ز ضد، ضد را بدانی اندکی

این زمان جز نفی ضد، اعلام نیست
اندرین نشأت دمی بی دام نیست

خداوند می گوید، من ذهنی بدون شک ضد حضور است. اما شکل گیری آن در تو برای شناسایی حقیقت زندگی، لازم بوده است.

اما در این زمان و مرحله از تکامل، راهی جز نفی من ذهنی ندارم تا تو را به منظور اصلی از آفرینش آگاه کنم. تو مقاومت نکن تا من این پرده و حجاب را از جلوی چشمانت کنار بزنم که ادامه زندگی با من ذهنی از این به بعد، دیگر لحظه‌ای بدون دام و خطر نخواهد بود.

– دفتر ششم مثنوی مولانا، ابیات ۷۳۸ و ۷۳۹
بی حجابت باید آن ای ذولباب
مرگ را بگزین و بردر آن حجاب

نه چنان مرگی که در گوری روی
مرگ تبدیلی که در نوری روی

مردن به منیت و نفسانیت قبل از مرگ جسمی و مرگ اختیاری به هم‌هویت شدگی‌ها آغاز زندگی حقیقی و تبدیل است. نه مردن جسمی، بلکه مردن به واکنش‌های شرطی شده ذهنی. یعنی برداشتن کنترل از روی پدیده‌ها، اشخاص و وضعیت‌ها. یعنی پذیرش اتفاقات بدون قید و شرط و پذیرش نظم جنگل زندگی. یعنی واقف شدن به این که من نمی‌دانم و خداوند است که همه چیز را در نیکوترین ساختار رقم می‌زند و اداره هستی را بهتر از هر کسی می‌داند. این مرگی است که سرآغاز حیات نورانی و خدایی ماست. مولانا در ادامه این داستان و از ابیات ۷۶۱ به بعد اشاره می‌کند که همه انسان‌ها و به‌طور کل، همه پدیده‌ها و فرم‌ها لحظه به لحظه در حال مرگ و فرسایش هستند و هر جسمی همزمان با تولدش، مرگش هم شروع می‌شود.

دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۷۶۱
در همه عالم اگر مرد و زن اند
دم به دم در نزع و اندر مردن اند

می گوید همه مردم و به طور کل همه موجودات، در حال تحوّل و دگرگونی و به خصوص در حال مرگند.

– دفتر ششم مثنوی مولانا، ابیات ۷۶۲ و ۷۶۳
آن سخانشان را وصیت‌ها شمر
که پدر گوید در آن دم با پسر

تا بروید عبرت و رحمت بدین
تا ببرد بیخ بغض و رشک و کین

می گوید، سخنانی را که از انسان‌ها می‌شنوی فرض کن آخرین صحبتشان است که می‌شنوی؛ درست مانند پدری که در لحظه مرگ پسرش را وصیت می‌کند؛ تا باعث عبرت تو بشود که لحظه‌ای دیگر ممکن است هم خودت و هم اطرافیانت در این جسم نباشید. پس بدان که چه می‌گویی و چگونه رفتار می‌کنی. همچنین آثار و امراض نفسانی در تو کمرنگ می‌شود و در دل تو نسبت به آنها مهر و محبت ایجاد می‌شود. تو اگر بدانی حتی کسی که دشمن خود فرض می‌کنی، لحظاتی دیگر خواهد مرد، قطعاً این قدر به سخنان و رفتارش واکنش نشان نخواهی داد.

– دفتر ششم مولانا، بیت ۷۶۴
 تو بدان نیت نگر در اقربا
 تا ز نزع او بسوزد دل تو را

می گوید تو به این نیت به دوستان و نزدیکانت نگاه کن که در حال مرگند و آخرین لحظات زندگی خود را سپری می‌کنند تا دلت برایشان بسوزد و به رحم بیاید.

یکی از چالش‌های روزمره و مشکل‌تراشی‌های من ذهنی برای ما این است که دیگران چگونه با ما رفتار می‌کنند. کمترین درسی که مولانا به ما می‌دهد این است: می‌گویند تو فرض کن آنها در حال مردن و سپری کردن آخرین لحظات عمرشان هستند تا دلت برایشان بسوزد و از کردارشان ناراحت نشوی.

دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۷۶۵

کُلَّ آتٍ آتٍ، آن را نقد دان
دوست را در نزع و اندر فقد دان

می‌گویند هر چیز که آمدنی باشد قطعاً خواهد آمد، پس چنین تصور کن که دوستانت همین لحظه مرده‌اند و تو هم در حال مرگی. آیا دیگر برای چیزی ناراحت می‌شوی یا حرص مال دنیا را می‌زنی؟

–دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۷۶۶
ور غرضها این نظر گردد حجاب
این غرضها را برون افکن ز جیب

اگر دیدی الگوهایمانند توقع، حرص و حسادت باعث می‌شود که به مردم و خودت این گونه نگاه نکنی، این غرضها را از قلبت بیرون بریز تا حجاب دیده عدم بین تو نگردد.

–دفتر ششم مولانا، ابیات ۷۶۷ و ۷۶۸
ور نیاری، خشک بر عجزی مایست
دان که با عاجز، گزیده معجزی ست

عجز زنجیری است، زنجیرت نهاد
چشم در زنجیرنه، باید گشاد

اگر به خاطر واکنش‌ها و قضاوت و مقاومت با من ذهنی‌ات عاجز شدی و نتوانستی فضاگشایی کنی، ناامید نشو و مانند چوب خشکی منفعل و بیکار نباش و بدان با هر عاجزی یک عاجز کننده است و در اینجا یک معجز قاهری به نام زندگی وجود دارد.

معجزه آنقدر قدرتمند است که انسان در لحظه وقوع آن، چاره‌ای جز پذیرش و تسلیم ندارد. اما هدف زندگی فقط نشان دادن کاری خارق‌العاده نیست؛ بلکه برای این است که ما را متوجه ناتوانی عقل جزوی و قدرت و توانایی و اراده زندگی کند.

– دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۷۶۹
 پس تضرع کن که ای هادی زیست
 باز بودم، بسته گشتم، این ز چیست؟

پس ناله کن و بگو ای هدایتگر هستی، من خوب بودم؛ چطور شد در برابر این اتفاق، یک دفعه واکنش نشان دادم و فضا را بستم؟

-دفتر ششم مثنوی مولانا، ابیات ۷۷۰ و ۷۷۱

سخت تر افشردهام در شر قدم
که لفی خسرم ز قهرت دم به دم

از نصیحت‌های تو گر بوده‌ام
بت شکن دعوی و بتگر بوده‌ام

خداوندا، چرا در زیانکاری گام‌ها را محکم تر فشردهام؟
چرا وقت را تلف کردم و فکر کردم مرگ هیچ وقت به سراغِ خودم و عزیزانم نمی‌آید.

گوشم از نصیحت‌های تو سنگین بوده و خیال می‌کردم که می‌توانم با چیزها همانیده نشوم. همیشه دیگران را ملامت می‌کردم که چرا برای مال و مقام دنیا، شرافت و انسانیت را زیر پا می‌گذارند. نگو که خودم یک پا بت تراش بوده‌ام و برای خودم بت‌های سنگینی ساخته‌ام که کمترینشان از جنس فکر و باور و نقش و درد بوده‌اند و فقط ادعای بت‌شکنی می‌کرده‌ام.

– دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۷۷۲
یاد صُنعتِ فرضِ تر یا یاد مرگ؟
مرگ مانند خزان، تو اصلِ برگ

یاد این کشت‌های ثانویه و این ساخته‌های دست و ذهن ما واجب‌تر است یا یاد اینکه همه این چیزها عاقبت از بین خواهند رفت و نباید هشیاری را زندانی این چیزها کنیم؟
به این ترتیب که ما پیش می‌رویم، بادِ قضا بر گه‌های پارک ما را خواهد سوزاند!

–دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۷۷۳
سالها این مرگ طبلک می زند
گوش تو بیگانه جنبش می کند

مولانا می گوید سال ها این مرگ دارد هشدار می دهد. وقتی که نزدیکان و خویشاوندان ما فوت می کنند، وقتی جسم ما در طول زمان تغییر می کند و پیر و شکسته می شود، در واقع مرگ طبل بیدار باش را برای ما به صدا در آورده است. اما گوش ما دیر متوجه پیغامش می شود.

–دفتر ششم مثنوی مولانا، ابیات ۷۷۴ و ۷۷۵
گوید اندر نزع از جان، آه، مرگ
این زمان کردت ز خود آگاه مرگ؟

این گلوی مرگ از نعره گرفت
طبل او بشکافت از ضرب شگفت

آنقدر صدای هشدارِ مرگ را نادیده می‌گیریم که هنگامِ جان دادن می‌گوییم، ای وای مثلِ اینکه نوبت ما هم رسید
و باید برویم اما دیگر خیلی دیر شده است.

–غزل شماره ۱ حافظ

مرا در منزلِ جانان، چه امنِ عیش، چون هر دم
جرس فریاد می‌دارد که بریندید محمل‌ها

–غزل شماره ۲۰۲۱ دیوان شمس مولانا

صبحدم شد، زود برخیز، ای جوان
رخت بریند و برس در کاروان

کاروان رفت و تو غافل خفته‌ای

در زیانی، در زیانی، در زیان

-دفتر ششم مثنوی مولانا، بیت ۷۷۶
در دقایق خویش را دریافتی
رمزِ مردن این زمان دریافتی

آنقدر مشغولِ امورِ بی‌اهمیت و سطحی می‌شویم و مو به مو و با ظرافت، دستوراتِ منِ ذهنی را اجرا می‌کنیم و برای انباشتنِ مرکز از همانیدگی‌ها برنامه ریزی دقیق می‌کنیم که یادمان می‌رود، این جسم و حیاتِ مادی فرصت و امکانی برای تبدیل از هشیاریِ جسمی به هشیاریِ حضور بوده است.

-ارادتمند شما، حسام از مازندران



خانم لادن از کانادا



-بانگ آب، مربوط به برنامه ۸۸۰ گنج حضور

به مبارکی و شادی بستان ز عشق جامی
که ندا کند شرابش که کجاست تلخکامی؟

چه بود حیات بی او؟ هوسی و چارمیخی
چه بود به پیش او جان؟ دغلی، کمین غلامی
-غزل ۲۸۳۴ دیوان شمس

مولانا از ندای شراب زندگی صحبت می کند که این لحظه می گوید، کجاست انسان تلخکامی که او را زنده کنیم؟ ندای زندگی برای زنده کردن انسان به عشق، به مبارکی و شادی. برای آزاد کردن انسان از شکنجه و هوس های مرکز جسمی و بینا کردن چشم درون انسان به دغلبازی و حیلله های من ذهنی که در این غزل، کمترین غلام نامیده شده است. من ذهنی کمترین غلام است زیرا با اینکه در خدمت زندگی است، اما در مقایسه با سایر مخلوقات، از پایین ترین عقل و اتصال با زندگی برخوردار است.

ندای زندگی هر لحظه در پی این است تا انسان بیدار شود و جاننش از شراب زندگی مست شود. پرده‌ای که میان انسان و زندگی کشیده شده و اجازه نمی‌دهد تا انسان ندای زندگی را بشنود، من ذهنی یا مرکز جسمی است. این جدایی که به اشتباه طولانی شده، باعث تلخکامی انسان شده است.

مولانا در قصه «کلوخ انداختن تشنه از سر دیوار، در جوی آب» جلوه‌های زیبایی از شرح حال انسان تلخکامی که گوشش به ندای زندگی شنوا شده را بیان می‌سازد.

-قصه کلوخ انداختن تشنه از سر دیوار، در جوی آب
-مربوط به برنامه ۸۷۷ گنج حضور

در این قصه انسانی دردمند و تشنه آب زندگی، بر لب دیوار منیت خویش نشسته است. گرچه بسیار نزدیک به آب است، اما بلندی دیوار که نماد بلندی من ذهنی اوست، مانع از رسیدن او به آب آگاهی و حضور است.

بر لبِ جو بوده دیواری بلند
بر سرِ دیوار، تشنه دردمند
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۹۲

مانعش از آب، آن دیوار بود
از پیِ آب، او چو ماهی زار بود
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۹۳

هنگامی که انسان حقیقتاً خشت یک همانیدگی را بیندازد، دیوار منیتش تا حدی کوتاهتر شده، و ندای زندگی یا «بانگ آب» که ندایی شیرین و آشنا است را به گوش جان می‌شنود. جان انسان از این بانگ مست می‌شود و از آن پس به دنبال تجربهٔ مستی، می‌خواهد همانیدگی‌های بیشتری را بیندازد تا بیشتر و نزدیکتر بانگ آب را بشنود.

جایی که انسان «خشت انداز»، یعنی کسی که یکبار تجربهٔ عدم کردن مرکزش و شنیدن بانگ آب را داشته، «خشت کن» می‌گردد. یعنی انسانی که با ابزارهای تبدیل، یعنی پرهیز و صبر و شکر و همچنین عذرخواهی از زندگی و واهمانش به صورت پیوسته و متعهدانه، به دنبال شنیدن هرچه بیشتر ندای زندگی است.

ناگهان انداخت او خشتی در آب
بانگ آب آمد به گوشش چون خطاب
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۹۴

چون خطاب یار شیرین لذید
مست کرد آن بانگ آبش چون نبید
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۹۵

از صفای بانگ آب، آن مُمتَحَن
گشت خشت‌انداز از آنجا خشت‌گن
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۹۶

در ادامه، در تمثیلی زیبا آب از تشنه می‌پرسد، چه فایده ای در این خشت کنی برای تو هست؟ و مولانا از زبان انسان تشنه می‌گوید که این کار یعنی شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها کار اصلی من است. این آگاهی، روشن کننده و پاسخ دهنده این سؤال بزرگ ذهنی است که مقصود من از این سفر و گذر از دنیا چیست؟ مولانا می‌گوید: کار تو شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها و سیر مراحل زنده شدن به زندگیست و تو باید آنقدر در این مسیر متعهدانه بکوشی تا لحظه تبدیل رخ دهد.

آب می‌زد بانگ، یعنی: هی تو را
فایده چه زین زدن خشتی مرا؟
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۹۷

تشنه گفت: ابا مرا دو فایده است
من ازین صنعت ندارم هیچ دست
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۹۸

در ادامه مولانا مراحل این تجربه زیبا را شرح می‌دهد.

فایده اول سماع بانگ آب
کو بود مر تشنگان را چون رباب
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۹۹

بانگ او چون بانگ اسرافیل شد
مُرده را زین زندگی تحویل شد
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۰

یا چو بانگِ رعدِ ایامِ بهار
باغ می‌یابد ازو چندین نگار
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۱

یا چو بر درویش، ایامِ زکات
یا چو بر محبوس، پیغامِ نجات
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۲

این شرح مولانا باعث شد تا از خودم بپرسم، آیا من هیچ یک از این فایده‌ها و نشانه‌ها را تجربه کرده‌ام؟ آیا آهنگ زیبای عالم معنا را شنیده‌ام؟ آیا از شنیدن این بانگ جانم زنده و چابک شده است؟ آیا باغ درونم از باران بهاری زندگی با طراوت و شاداب شده است؟ و در نهایت آیا پیغام مبارک آزادی از حبس تن را به گوش جانم شنیده‌ام؟ در ابیات بعدی، مولانا می‌فرماید که انسان‌های زنده به زندگی از راه‌هایی غیر از آنچه ذهن می‌شناسد، ندای زندگی را می‌شنوند؛ مانند ارتعاشی بر دل که حتی از فاصله‌های دور قابل شناسایی و زنده کننده است. این ارتعاش می‌تواند به لطافت و ظرافت نسیمی، مانند بوی پیراهن یوسف باشد که چشمان یعقوب را بینا کرد.

چون دمِ رحمان بُودِ کان از یمن
می رسد سوی محمد بی دهن
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۳

یا چو بوی احمد مُرسَل بُود
کان به عاصی در شفاعت می رسد
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۴

یا چو بوی یوسف خوب لطیف
می زند بر جان یعقوب نحیف
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۵

از سوی دیگر، با باز پس گرفتن هشیاری از ذهن و انداختن هر هم‌هویت‌شدگی، قد من‌ذهنی کوتاه‌تر می‌شود و جان انسان به زندگی زنده‌تر می‌شود. کندن این سنگ‌های چسبنده هم‌هویت‌شدگی و کوتاه‌تر ساختن دیوار منیت، سر فرود آوردن و سجود در برابر زندگی را موجب می‌شود، که در نهایت موجب قرب و نزدیکی بنده به حق می‌شود.

فایده دیگر که هر خشتی کزین
برکنم، ایم سوی ماء معین
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۶

کز کمی خشت، دیوار بلند
پست‌تر گردد بهر دفعه که کند
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۷

پستی دیوارِ قربی می‌شود
فصلِ او در مانِ وصلی می‌بود
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۸

سجده آمد کندن خشت لُزب
موجبِ قربی که و اسجدِ واقترِبُ
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۰۹

لحظه‌ای که قرب یا نزدیکی به حق حاصل شد، انسان زنده به حضور، مست و دلخوش، از کنار ایوان زندگی، بر
دنیای ذهنی می‌نگرد و در شگفتی است از این که چگونه جانش از می‌خام و اصیل زندگی که بی‌واسطه دریافت
می‌کند، مست و زنده شد.

همه خَلق در گشاگش، تو خراب و مست و دلخوش
همه را نظاره می کن، هله، از کنار بامی

ز تو یک سؤال دارم، بکنم، دگر نگویم
ز چه گشت زر پخته دل و جانِ ما؟ ز خامی
-دیوان شمس، غزل ۲۸۳۴

با سپاس و احترام

-لادن از کانادا



آقای علی از تهران



با عرض سلام خدمت آقای شهبازی و همه دوستان
برگرفته از برنامه ۸۷۴ گنج حضور و تجربه‌های شخصی از قرین، اَنْصِتُوا، مرض می‌دانم، قانون جبران،
جَفَّ الْقَلَمُ، پندار کمال و تسلیم.

برای اینکه قرین دیگران و اتفاقات روی من اثر نکنه، وقتی در کنارشون هستم، هر لحظه به خودم می‌گویم،
توجه روی خودت باشه، توجه روی خودت باشه، ساکت باش و انصتوا را گوش کن؛ یا بگو نمی‌دانم، و به این
صورت هر لحظه فضاگشایی می‌کنم تا توجه من به طرف دیگری جلب نشود. برای مثال چند روز پیش دو نفر که
با هم ستیزه داشتند، من به جای فضاگشایی و تکرار همین که بگویم توجه روی خودت باشه، با پندار کمال و
می‌دانم پریدم وسط اونا، و شروع به نصیحت کردم و دیدم خودم تبدیل به ستیزه و خرده‌گیری شدم؛ یعنی
خرده‌گیری از خرده‌گیری، بنابراین دیدم زبان حق نیستم و انصتوا را فراموش کردم و از جنس من ذهنی و
مرض می‌دانم هستم؛ فهمیدم دچار کمال طلبی هستم و از آنها توقع دارم جوری که من می‌گم رفتار کنند.
بیماری کمال طلبی باعث واکنش می‌شود و آسیبی که به من می‌رسد از همین واکنش نشان دادن است، نه خود
اتفاق. اتفاقاً اتفاق آمده که من تسلیم بشم و به صلح و آشتی با خودم و زندگی برسم.

تجربه ای دیگر اینکه، به مغازه دوستی رفتم و آنها از انداختن یک عادت من مطلع بودند و شروع کردند به انتقاد کردن که من نباید این عادت را ترک می‌کردم؛ و من خواستم با اطلاعات و دانش ذهنی‌ای که دارم آنها را قانع کنم که من درست می‌گم و بعد از اینکه از مغازه آنها بیرون آمدم، متوجه شدم که هوس کردم به عادت قبلی برگردم. در صورتی که وقتی همین تجربه را با کسی دیگر داشتم و با او بحث نکردم و فقط در درون گفتم، توجه روی خودت باشه، توجه روی خودت باشه و ساکت باش، بعدش متوجه جفالقلم شدم که آرامشی رضایت بخش برایم نوشته؛ و به قانون تبلیغ نکردن و دعوت نکردن دیگران پی بردم و فهمیدم اگر بخواهم دیگران را با من ذهنی دعوت کنم و از انداختن همانیدگی‌های خودم تبلیغ کنم، گرفتار من ذهنی دیگران و من ذهنی خودم می‌شوم. چون جفالقلم هر اشارتی بدهی، برایت همان را می‌نویسد. مثلاً اگر نگران باشی و بخواهی نصیحت کنی، باز نگرانی را برایت رغم می‌زند.

این درس‌ها یاد می‌دهد که یا قرین دیگران نشوم و یا اگر مجبورم در کنار این اتفاقات یا اشخاص باشم، هر لحظه از گفتن «توجه روی خودت باشه» غافل نشوم. و یا وقتی ایرادات را در دیگران می‌بینم، فضاگشایی کنم تا اگر آن ایراد در من هم هست، شناسایی شده و قانون کن فکان، توجه و هشیاری من را از آن همانیدگی آزاد کند.

تجربه دیگری که داشتم به کسی که طمع زیاد داشت، نصیحت کردم که بس کنه و کمی بعد دیدم خودم سر همان موضوع که او داشت حرص میزد، من هم از جنس حرص و طمع و حسادت شدم و انتظار داشتم که نباید از جنس حرص و طمع می‌شدم و ملامت را شروع کرده بودم؛ که برنامه گنج حضور را روشن کردم و قرین برنامه شدم.

باز تجربه دیگری که داشتم: مهمانی به منزل ما آمد و پس از متوجه شدن از این که من عادتاً را ترک کردم، شروع به منصرف کردن من از ترک کرد و من خدا را شکر، آن لحظه متوجه قرین او شدم و در حالی که او حرف می‌زد، من تسلیم بودم و اتفاق را پذیرفتم و در درون می‌گفتم، دوربین روی خودت باشه و بحث نکن. دوربین روی خودت باشه و نصیحت نکن. دوربین روی خودت باشه و ستیزه نکن. دوربین روی خودت باشه و تبلیغ و دعوت نکن.

البته با این که توجه روی خودم بود، او تاثیری کم‌رنگ روی من گذاشته بود. ولی خوب با آگاهی از قدرت شکر و پرهیز و صبر و تسلیم، به آرامش رسیدم و متوجه اشارتی که دادم و اشارتی که گرفتم، شدم؛ متوجه تسلیم که برایم صلح و آشتی را رغم می‌زند، شدم و فهمیدم تسلیم، قربانی بودن نیست. مقاومت کردن قربانی شدن است. و وقتی تسلیم باشیم، قانون کن فکان که کل هستی را اداره می‌کند، درون و بیرون ما را می‌سازد. متوجه جفالقلم شدم که وقتی سکوت را بدهم، برایم سکوت نوشته می‌شود.

آن دم که دل کند سوی دلبر اشارتی
زان سر رسد به بی سر و با سر اشارتی
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۷۴

پس مهمترین کاری که باید در برابر قرین انجام دهیم، توجه لحظه به لحظه و ناظر خود بودن است. یعنی دوربین را از روی اشخاص و اتفاقات بردارم و به سمت خودم بگیرم. مسئولیت رفتار دیگران با خودشان است، نه من. نه نگران آنها باشم، نه دلسوزی کنم که به راهنمایی من احتیاج دارند، چون بهتر است به صورت سکوت و سکون پیام باشم، نه با ذهن و کلمات. من هر لحظه جسم، ذهن و احساسات خودم را بینم، و همچنین رعایت قانون جبران که همنشینی با گنج حضور و انسان‌های زنده به حضور را برایم رغم زده که می‌توانم در سخت‌ترین شرایط، با سرعت بی‌نهایت خوی آرامش و سکوت را بگیرم و قرین آنها بشوم. بزرگترین فرصت رشد، در نمی‌دانم است و در برابر اتفاقات و دیگران بگوییم، نمی‌دانم و دانستن را به زندگی بسپاریم.


والسلام

با احترام، علی از تهران



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