



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت تشبصد و هفتم





آقای غلامرضا از تهران



به نام خدا و با سلام و ادای احترام به محضر مبارک خانواده گنج حضور و آرزوی طول عمر پربرکت برای شما جناب آقای شهبازی عزیز و گرانقدر.

واقعاً خداوند به شما و به پول شما چه برکتی عطا کرده است! ایرانی بگویم، هر یک ریال شما حکم یک سکه طلا دارد.

انشاءالله همواره پرانرژی و توانگر، باقی بمانید تا امثال بنده شانس رهایی از من‌ذهنی را بیشتر داشته باشیم.

واقعاً چه درسی بالاتر از این که از عصاره اشعار مولانا، قوانین هندسی زندگی درست کنیم و در گُش‌ها، واکنش‌ها، پندارها و در خلوت خود، به آنها توجه کنیم و آنگاه بر بستر زندگی، ادامه‌ی راه دهیم.

کلماتی که دیدن و عمل کردن به آنها سلامتی روح و جسم می‌آورد؛ مثال‌هایی همچون: صبر، خاموشی، انصتوا، پرهیز، شکر، جبران، فضاگشایی و ...

کلماتی که شناسایی آنها در خود، و دوری از آنها سعادت می‌آورد: کینه، توقع، ترس، کبر، احساس گناه، مقاومت، حسادت، حرص، دروغ، ملامت و رنجش.

به این تمثیل‌های بسیار کارشناسی شده‌ی مولانای عزیز هم توجه کنیم و مصداق عملی آنها را در زندگی روزمره‌ی خود ببینیم؛ پر طاووس و پای زشت، دم روباه و پای چابک، شتر و ناقه، خاتون و کنیزک، شیرین سخنی، غلام هندو، چاروق ایاز و بسیاری از این آدرس‌های گویا و راه‌گشا و یا همین، آبروی ذهنی:

ای تو برای آبرو آب حیات ریخته
زهر گرفته در دهان، قند و نبات ریخته

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۸۶

هرچند که خال کوبی را از دوران کودکی تاکنون دیده‌ام و شخصاً با اجرای آن نقوش بر پوست بدن موافق نبوده
و نیستم، اما شاید بتوان به‌صورتی دیگر همواره این کلمات و واژه‌های ره‌گشا و نجات‌بخش را همچون همان
خال کوبی‌ها پیش روی خود داشته باشیم.

و اما تأثیر تکرار و تداوم در مرور بر اشعار که شما همواره بر آن تأکید می‌کنید. بسیار دیده‌ایم که در
مسافرت‌ها، در کارهای مشغول‌کننده و مأموریت‌های اداری، از فضای گنج حضور فاصله گرفته‌ایم و به وضوح
پس از چند روز، عود و پیشروی بیماری دردناک من‌ذهنی را در غیاب مصرف این داروهای حیات‌بخش دیده‌ایم؛
بلافاصله باید از خود پرسیم:

رخ قبله‌ام کجا شد که نماز من قضا شد؟
ز قضا رسد هماره به من و تو امتحانی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۳۱

که البته باید در این مواقع تجدید وضو کرد.

چون حدث کردی تو ناگه در نماز
گویدت سوی طهارت رو بتاز

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۹

درواقع تداوم رمز پیروزی است. نباید فکر کرد که موجودی خاص گشته‌ایم و یا با اندک تغییری، آسیب‌ناپذیر شده‌ایم که:

امتحان بر امتحان است ای پدر
هین به کمتر امتحان خود را مخر

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶

خداوند کریم را سپاسگزارم که در دوران زندگی‌ام نعمت برخورداری از این مفاهیم الهی را برایم فراهم آورده است.

سلامتی، پایداری و طول عمر بلند شما را از درگاه خداوند یکتا خواهانم.

با احترام
غلامرضا، تهران



خانم سهیلا از مازندران



«داستان شاگرد مدرسه‌ی عشق»

واقف سرمد تا مدرسه‌ی عشق گشود
فرقه‌یی مشکل چون عاشق و معشوق نبود

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۹۰

من بانویی هفتاد ساله هستم که شصت سال از عمرم را در کوچه‌های تاریک و رعب‌آور زندان ذهن سرگردان
بودم.

ده سال پیش نیرویی درونی مرا هدایت کرد که از کوچه‌های تاریک ذهن، روزنی را بیابم و این راه تاریک با
روشنایی کم‌سوی روزن زندگی مرا به خود آورد که از زندان ذهن، افتان و خیزان بیرون بیایم.

یکی تیشه بگیرید پی حفره زندان
چو زندان بشکستید همه شاه و امیرید

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۶

به اندیشه فروبرد مرا عقل، چهل سال
به شصت و دو شدم صید و ز تدبیر بجستم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۲

پی نان بدویدم یکی چند به تزویر
خدا داد غذایی که ز تزویر بجستم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۲

و من در زندان ذهنم که مملو از نگرانی آینده، اضطراب، ترس، غم و غصه و ناتوانی روحی و جسمی در حال
کارآفرینی و کار بی‌مزد که هیچ فایده‌ای نداشت و من ذهنی‌ام آنها را مهم جلوه می‌داد، می‌دویدم و سرگردان
بودم. و با توجه به موقعیت اجتماعی‌ام فردی کمال‌طلب و فلسفی منطقی مستهان بودم.

علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای ذودلال

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

بر سر هر ریش جمع آمد مگس
تا نبیند قُبْح ریش خویش کس

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۳

در سن شصت سالگی، در اوج ناتوانی روحی و جسمی بدون آنکه بفهمم به ناگهان، با مهر الهی به طور اتفاقی با برنامه گنج حضور آشنا شدم و مولانای جان و آقای شهبازی عزیز دست مرا گرفتند و راه مدرسه‌ای از نور را به من نشان دادند و گفتند این مدرسه از هوشیاری بی‌فرم و عدم است و اصل تو هست و خداوند که از جنس بی‌نهایت و ابدیت است و تو امتداد او هستی؛

تو را به عنوان شاگردی نوپا که وجودش را هوشیاری جسمی فرا گرفته، پذیرا شده و اگر می‌خواهی از نعمات و برکات و خرد و آرامش و صبر و شادی بی‌سبب و فراوانی کوثر او برخوردار شوی، باید با تسلیم و فضاگشایی به اتفاق این لحظه بدون هرگونه قضاوت و مقاومت، ذهنت را خاموش و با حضور ناظر، بر ذهن و حواست، بافت من‌ذهنی را که توهمی بیش نیست، خاموش و درحالی‌که صبر و شکر و پرهیز داری و با درد هوشیارانه یک‌یک همانیدگی‌هایت را شناسایی و از لایه‌های من‌ذهنی‌ات آنها را بیرون بکشی و به حاشیه برانی و مرکز سنگ شده‌ی هوشیاری جسمی خود را آرام‌آرام با درسهای استاد عشق که از زبان مولانای جان و برنامه گنج حضور می‌شنوی بدون سؤال و قضاوت، با صبر و تکرار مداوم و متعهدانه و با حضور در این لحظه، بتوانی موفق شوی و با نور هدایت و آب حیات که سقای عشق بر تو جاری می‌سازد، درونت را که از گل و لای هوشیاری جسمی پوشیده شده، بشویی و من با تمام وجودم پذیرفتم.

هم‌اکنون مدت ده سال است که با رعایت قانون جبران در بعد معنوی و مادی، متعهدانه تلاش می‌نمایم؛ برنامه‌های زنده گنج حضور را می‌بینم و می‌نویسم و به تکرار برنامه‌ها و پادکست‌ها گوش می‌دهم. باید اقرار کنم، در دو سال اول شروع کلاس زندگی شاگرد گیج و منگی بودم و هرروز من‌ذهنی ضربه‌هایش را به من وارد می‌نمود و همین موجب شد که چندین بار استاد عشق مرا از کلاس زندگی بیرون بیندازد؛

چون هنوز خام بودم و باید پخته‌تر می‌شدم. وقتی فهمیدم بیرون انداختن من از کلاس درس زندگی به‌خاطر آن بوده است که به اتفاق این لحظه واکنش نشان می‌دادم و به گذشته و آینده می‌رفتم و به زندان من‌ذهنیم نزدیک می‌شدم، ولی دوباره برمی‌گشتم؛

پس با شناسایی همانیدگی‌هایم که در مرکز قرار گرفته بود و با عذرخواهی و تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه با فضاگشایی و صبر و پرهیز و درد هوشیارانه، مجدداً به خود می‌آمدم و نورافکن هوشیاری حضور را به روی خود می‌انداختم.

لحظه‌ای ماهم کند، یکدم سیاه
خود چه باشد غیر این کارِ اله

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۵

هیچ تسبیحی ندارد آن درج
صبر کن الصبر مفتاح الفرج

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۴۶

پس از مدتی در سن شصت و پنج سالگی، به کلاس آموزش موسیقی رفتم و علی‌رغم سنگ‌اندازی‌های
من‌ذهنی‌ام، با استادی مهربان، نواختن ساز را که چیزی از آن نمی‌دانستم، دست‌وپا شکسته آموختم و هنوز هم
ادامه می‌دهم و مشوقم در این راه هم‌سرم است.

از دیگر پیشرفت‌هایم این بود که هم‌هویت‌شدگی‌هایم را نسبت به آنچه برایم مهم بود، به‌خصوص خانواده‌ام، آنها را شناسایی و با درد هوشیارانه به حاشیه راندم؛ اکنون، بدون کنترل و حساسیت با عزیزانم با عشق برخورد می‌نمایم و با تمام تنهایی که دارم، در کنار هم‌سرم، زندگی‌مان بر اساس عشق و احترام متقابل است.

بیماری‌هایم رو به بهبودی است و پذیرفته‌ام، زندگی به من آموخت که چگونه باید با آن کنار بیایم و پذیرا باشم. کارهایم را به تنهایی، خود انجام می‌دهم و ورزش‌هایی که مخصوص سالمندان هست در هفته چند روز انجام می‌دهم؛ از هیچ‌کس توقعی ندارم و انتقاد نمی‌کنم و هر کاری از دستم بر بیاید با کمال رضایتمندی و در حد توانم انجام می‌دهم و توقع جبران ندارم.

تمام مواردی که بیان نمودم، از برکات زندگی بوده است و توکلم هر لحظه بر خدای مهربان است و از آنچه که در زندگی به من داده بوده و من نمی‌دیدم و نمی‌فهمیدم و دائم در حال دعا و زاری بودم برای داشتن آنها، در حال شکر هستم و دعا نمی‌کنم، چون خداوند از درونم آگاه است و اگر دعا نمایم برای نجات بشریت از دام گسترده‌ی من‌ذهنی است.

نیست کسبی از توکل خوب تر
چیست از تسلیم خود محبوب تر؟

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۶

از زندگی آموختم که در مقابل چالشهای زندگی صبور باشم و اگر آزرده خاطر شدم، مدت آن کوتاه است و اگر به ذهن رفتم و قضاوتی کردم، متوجه می شوم و ایرادم را می بینم و تلاش می کنم با حضور ناظر، در این لحظه، من ذهنی را که مانند موش موذی می خواهد در انباری که گندمهای حضورم را با فضاگشایی و شکر و صبر و پرهیز و درد هوشیارانه جمع آوری نموده ام، با دندانهای تیزش حمله برده و آنها را نابود کند؛ آن را می یابم و از انبار هوشیاری حضورم بیرون می اندازم.

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

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷

موش تا انبار ما حفره زده است
وز فَنش انبار ما ویران شده است

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹

اول ای جان دفع شر موش کن
و آنگهان در جمع گندم جوش کن

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰

اکنون فکر می‌کنم استاد عشق مرا در کلاس درس زندگی مجدداً پذیرفته است و باید قدر آن را بدانم و بیشتر
تلاش کنم و هوشیارتر باشم و بیدار بمانم تا بتوانم مرکز را عدم نگه‌دارم و اگر به ذهن رفتم، با عذرخواهی
برگردم.

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

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

هین مراقب باش، گر دل بایدت
کز پی هر فعل، چیزی زایدت

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۷

بذرهای زندگی را که با اشعار مولانای جان، شما یار مهربان، که همواره از شخصیت‌تان درس آموخته‌ام و در
زمین خشک و بایر من‌ذهنی ما پاشیدید و با عشق و نور هدایت، آنها را آبیاری و جان بخشیدید و این زمین‌های
بایر اکنون تبدیل به باغی زیبا شده و بذرهای کوچک هوشیاری حضور که در زمین خشک من‌ذهنی نهفته بودند،
جوانه زده‌اند و درختان آن با نور زندگی رو به رشد است و عطر گل‌های این باغ که کودکان عشقند در همه‌جا
پیچیده است.

خدا را شکر می‌کنم که در این سن، بازی‌های جهان فرم و دام‌های من‌ذهنی را شناختم و باید در حفظ این موهبت الهی هوشیارانه کوشا باشم.

از خدا غیر خدا را خواستن
ظن افزونی‌ست و کلی کاستن

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳

گر قضا صدبار قصد جان کند
هم قضا جانت دهد درمان کند

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸

پیش چوگان‌های حکم کن فکان
می‌دویم اندر مکان و لامکان

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶

یار در آخرزمان کرد طرب سازی
باطن او جد جد ظاهر او بازی

–مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

آن شکر پاسخ نباتم می‌دهد
آن که گشتستم حیاتم می‌دهد

–مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۱۱

آن که در دریای خونم غرقه کرد
یونس و قتم نجاتم می دهد

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۱۱

رخت را بُرد و مرا درویش کرد
نک ز یاقوتش ز کاتم می دهد

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۱۱

کوه طور از شاه‌ماتش پاره شد
من کم از کاهم ثباتم می‌دهد

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۱۱

با سپاس فراوان و درود به روان پاک مولانای جان و آرزوی بهروزی برای شما یار مهربان و همراهان گنج حضور.

سهیلا، مازندران



خانم دیبا از کرج



به نام خدا

شرح غزل ۳۳۶ دیوان شمس از برنامه ۸۹۳ گنج حضور.

بده یک جام ای پیر خرابات
مگو فردا که فی التأخیر آفات

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

پیر خرابات، زندگیست که از طریق بزرگانی چون مولانا، جام خرد و عشق را به جهان عرضه می کند و ما با احترام به بزرگان، این شراب رایگان را می گیریم و شکر می کنیم، صبر می کنیم، پرهیز می کنیم و با کوشش و تأخیر نکردن در کارها، کار امروز را به فردا نمی اندازیم. من ذهنی که این لحظه را نمی شناسد برای به عهده گرفتن مسئولیت هوشیاری، تأخیر می کند، یعنی می گوید، مهم نیست بعداً یا فردا این کار را می کنم و نمی داند در تأخیر کارهایش، آفتها و ضررهای زیادی شامل حالش می شود.

به جای باده درده خون فرعون
که آمد موسی جانم به میقات

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

به جای شرابی که این لحظه از زندگی می گیریم، باید خون فرعون یعنی خون من ذهنی و آلوده به همانیدگی ها را بدهیم تا به موسی و هوشیاریمان زنده شویم. موسی یعنی از آب گذشته، وقتی فضا باز می کنیم آب حیات از چهار بعد ما می گذرد و همانیدگی هایمان را می شوید و ما هر لحظه مثل موسی به ملاقات خدا می رویم.

شراب ما ز خون خصم باشد
که شیران را ز صیادیست لذات

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

شراب این لحظه اگر خون دشمن ما که من ذهنی است باشد، ما درد هوشیارانه می کشیم ولی حضور ما وسیع تر شده و فضای درون باز می شود و همچون شیر خدا به شکار همانیدگی ها می رویم و لذت و سرمستی زندگی را می چشیم.

چه پُرخونست پوز و پنجه شیر
ز خون ما گرفتست این علامات

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

پوزه و پنجه‌ی شیر بعد از صید شکار پُرخون می‌شود، ما شیر خدا هستیم، وقتی فضا باز می‌کنیم خون همانیدگی‌ها را می‌ریزیم؛ یعنی درد هوشیارانه می‌کشیم و همه این دردها علامت و نشانه‌های رشد و زنده شدن به خداست.

نگیرم گور و نی هم خون انگور
که من از نفی مستم نی ز اثبات

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

کباب گورخر و شراب انگوری که نماد مستی و لذت دنیایی ست را نمی‌خواهم؛ زیرا نه تنها به من زندگی ندادند، بلکه همانیدگی با خوردن، یکی از پرده‌هایی بود که روی نشانه‌های زنده شدن به خدا و مرکز عدم را می‌پوشاند؛ از مولانا آموختم از نفی کردن من‌ذهنی و مردن به همانیدگی‌هاست که مست و خوش و شاد او می‌شوم و با خط‌کش من‌ذهنی نه حضور را اندازه می‌گیرم و نه خدا را اثبات می‌کنم.

چو بازم گرد صید زنده گردم
نگردم همچو زاغان گرد اموات

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

ما باز شکاری خدا هستیم که به فرمان شاه باید همانیدگی‌ها را که صید زنده هستند شکار کنیم و به سوی خدا
ببریم، ما من‌ذهنی نیستیم که مثل زاغ روی فکرهای مرده و باورهای پوسیده بنشینیم، حرص بورزیم و بجنگیم و
جهان را آلوده کنیم.

بیا ای زاغ و بازی شو به همت
مصفا شو ز زاغی پیش مصفات

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

زندگی از زبان مولانا که دلی مصفا دارد، ما را دعوت می‌کند؛ بیا فضاگشایی کن و باز هوشیاری‌ات را از تله‌ی
ذهن آزاد کن و مثل زاغ، مرده‌خوار نباش، با همت و کمک خدا و قدردانی از خرد مولانا روی خودت کار کن تا
مرکزت مثل آینه صاف و صیقلی شود.

بِفِشَانِ وَصَف‌های باز را هم
مَجْرَد‌تر شو اندر خویش چون ذات

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

وقتی باز هوشیاری از قفس ذهن آزاد می‌شود، از فضای عدم، خرد و عشق را به جهان می‌آورد و دیگر از تنها شدن نمی‌ترسد، بلکه با فضاگشایی‌های پی‌درپی مجرد‌تر و یگانه‌تر می‌شود زیرا از من‌های ذهنی که با فکرهای تقلیدی به صورت جمعی و شرطی شده عمل می‌کنند، دور‌تر می‌شود. او به گرد ذات خداییش طواف می‌کند.

نه خاکست این زمین طشتیست پر خون
ز خون عاشقان و زخم شه‌مات

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

هوشیاری ما وقتی به ذهن می‌رود و با چیزها همانیده می‌شود، شاه زندگی در بازی شطرنج دنیا به همانیدگی‌های
ما تیر می‌زند و این جسم خاکی ما که آلوده‌ی پول و شهرت و شهوت و نیازهای دنیاییست به طشتی پر از خون
تبدیل می‌شود، این خون عاشقانی ست که تسلیمند و از زخم خوردن و مات شدن در پیش شاه نمی‌ترسند.

خروسا چند گویی صبح آمد
نماید صبح را خود نورِ مشکات

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

خروس سحری به هنگام بالا آمدن خورشید مرتب آواز می خواند؛ مواظب خروس من ذهنی مان باشیم و تا کمی
تغییر می کنیم و پیشرفت می کنیم سر و صدا و قوقولی قوقو نکنیم که مردم بیایید از من یاد بگیرید، من چنین و
چنان هستم، زبان ذهن را خاموش کنیم و برای دیده شدن خورشیدمان تلاش بیهوده نکنیم، خورشید ما اگر بالا
بیاید نورش تابیده می شود.

با سپاس از برنامه ی گنج حضور و همیاران گرامی 🙏
دیبا از کرج



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