



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد ونود و نهم





خانم نوشین کسرائی از اصفهان



ریشه‌یابی علت وقوع یک تجربه جدید به کمک برنامه ۹۴۰ گنج حضور:

با سلام خدمت جناب آقای شهبازی.

اخیرا، به مدت سه هفته تجربه جدیدی از استرس را داشتم که با یک معده درد و مشکل گوارشی نیز همراه شد. اضطرابی که به گمانم شبیه به آن را هیچگاه تجربه نکرده بودم. افکار بیمارگونه هر لحظه به من حمله می‌کردند و ذهنِ مریض و روح نا آرامم، در جسم من توهم یک بیماری شدید را ایجاد کرده بود و چنان بر وجود من غلبه کرده بود که هیچ تمرکزی برای بازگشت به خویشتن نداشتم و نمی‌توانستم از گزیده آموزه‌های مولانا و گنج حضور که آموخته بودم، استفاده کنم. وقتی آن زمان پر از التهاب را مرور می‌کنم سه چیز را به‌خاطر می‌آورم:

۱- بابت وضعیتی که در آن گرفتار شده بودم شکایتی نکردم و کسی یا چیزی را مقصر نمی دانستم.

۲- مدام سوال می کردم چه کاری کردم که اینطور شد و در حال گذراندن چنین تجربه ای هستم.

۳- بارها به خودم یادآوری کردم که آقای شهبازی دیگر چندبار باید بگویند که جسته و گریخته دنبال کردن گنج حضور پاسخگو نیست. چندبار بگویند که باید برنامه ها را مرتب گوش دهید و ابیات را تکرار کنید.

برای بهبود احوالم در اولین قدم، مدیتیشن و تمرین‌های تنفس را آغاز کردم و یک شب بعد از مدتها به کانال پیام‌های معنوی رفتم و با پیام جالبی از آقای علی از تهران برخورد کردم.

پیامی که احساس می‌کردم از زندگی و از طریق ایشان به من رسیده بود. در این پیام تجربه ایشان از قرین من ذهنی را که با ابیات مختلف به آن اشاره کرده بودند، خواندم و یکباره آن را در خودم یافتم. انگار که با این تجربه مشترک، زبان من شده باشند و بعد از آن جواب سوال مبنی بر اینکه "چه کاری کردم که اینطور شد و در حال گذراندن چنین تجربه‌ای هستم" را یافتم و همین مقدمه‌ای شد تا به توصیه پدرم، شنونده برنامه ۹۴۰ باشم. در ادامه تجربه مسئله خود را که با کمک برنامه ۹۴۰ ریشه‌یابی کردم، با شما به اشتراک خواهم گذاشت.

برای نخستین بار بود که یک برنامه را به طور کامل گوش می‌کردم، یادداشت برمی‌داشتم و هر چند دقیقه یکبار این را با خودم مرور می‌کردم که گویا برنامه ۹۴۰ را برای من ساخته‌اند و دریافتم که با وجود آموختن پراکنده برخی مطالب و ابیات از برنامه گنج حضور اما لازمه پر شدن بسیاری از خلاهایی که در مسیر معنویت دارم، شنیدن متعهدانه برنامه و تمرکز مداوم بر ابیاتی است که سبب روشنگری می‌شود. شما این را بارها گفته بودید اما من با گوش جان نمی‌شنیدم و پشت گوش می‌انداختم تا جایی که دیوار بلا که برای من یک اضطراب و افسردگی سه هفته‌ای که هنوز هم اثرات آن به طور کامل از بین نرفته، بر سر زندگی‌ام آوار شد.

تا به دیوارِ بلا نآید سرش
نشنود پندِ دل آن گوشِ کرش
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳

غزل با عاشق شو، و عاشق شو و کنار گذاشتن زحیری و درد آغاز می شود. مولانا سلطان بچه بودن ما را یادآوری می کنند و چسبیدن به من ذهنی و پندار کمال را برای سلطان بچه که در امتداد خداست، زشت می دانند و هشدار می دهند که هر چیزی بجز عشق که با مرکز عدم میسر می شود را رها کن.

عاشق شو، و عاشق شو، بگذار زحیری
سلطان بچه‌ای آخر، تا چند اسیری؟

سلطان بچه را میر و وزیری همه عارست
زنهار، به جز عشق دگر چیز نگیری
مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۷

در طول برنامه و شنیدن ابیات مختلف به شکلهای مختلف، زحیری را در خود جستجو می‌کردم تا به مرکز
رنجش‌ها و همانیدگی‌هایی که سبب درد و اندوه در من شده بود برسم.

با رسیدن به شکل ۵ (مثلث همانش) و شکل ۶ (مثلث واهمانش) به داستان خودم بازمی‌گردم. در مدت حدود سه ماه، چندین اتفاق به صورت همزمان در زندگی جسمانی و از بعد ذهنی برای من رخ داده بود. بخشی از این اتفاقات مربوط به فضای جامعه و واکنش‌های شدید حاوی غم، خشم، انتقام، دادخواهی و... بود. بخشی مربوط به اختلال ناشی از همان غم و خشم و عدم تمرکز در انجام فعالیت‌های درسی‌ام بود که احساس اضطراب ناشی از اتلاف وقت و به ثمر نرسیدن آنچه از خود انتظار داشتم را درونم ایجاد می‌کرد.

همچنین در بخش دیگری نگرانی برای یکی از اطرافیانم و تحمل آن، استرس را در من بیشتر کرد و در کنار این‌ها به تدریج مشکلات جسمانی در من بروز پیدا کرد و ترس و افسردگی بر من غلبه کرد. تمام اتفاقات ذکر شده در ذهن من اتفاق می‌افتاد و اکنون که آن را مرور می‌کنم هشدارهایی که نمی‌فهمیدم یا صدای آن را خاموش می‌کردم را به یاد می‌آورم. هشدار برای خشم و اندوه، هشدار برای دور شدن از حقیقت زندگی و بیشتر در ذهن فرو رفتن، هشدار ممانعت از فضاگشایی و تسلیم در برابر اتفاق این لحظه. کاملاً در ذهن بودم و پیغامی نمی‌رسید و ذهن چیزها را به نحوی به تصویر می‌کشید که انگار واقعیت همین است.

قضاوت و مقاومت شدت گرفت، ترس و نگرانی از آینده با تصویرسازی ذهنی بزرگتر می‌شد و هشیاری جسمی بالا آمده بود و عقل جزوی حکمرانی می‌کرد و این همان چیزی است که ما در شکل ۵ (مثلت همانش) می‌بینیم.

نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند
در دو صورت خویش را بنموده‌اند
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳

و زحیری در این برهه، به این شکل در من اتفاق افتاده بود. زمانی که در خودم دلیل فشارهای عصبی را جستجو می کردم از خدا بابت رنجی که داده بود تشکر کردم چرا که این را یاد گرفته بودم که علت هر اتفاقی که برای ما می افتد را باید در خودمان بیابیم و بدانیم کسی یا چیزی مقصر آن نیست.

فعلِ توست این غُصّه‌هایِ دَم‌به‌دَم
این بُودِ معنی قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

در آن موقعیت بی آنکه متوجه شوم پندار کمال را کمی پایین آورده و به عقب رانده بودم و همان زمان بود که پیغام روشنی بخش آقای علی را خواندم، جرقه‌ای زده شد تا اعتراف به اشتباه کنم و سپس عذرخواهی و دوباره شکر کردم برای دردی که اگر رخ نمی‌داد، آگاه نمی‌شدم. پرودگار هشدار داده بود اما من شنوا و بینا نبودم. من در کنار بام بودم و راهی جز این نگذاشته بودم تا به من هشدار سقوط در چاه ذهن را بدهد و من در این درد، عشقی جاودانه از سوی زندگی دیدم و شاید این درد، درد هشیارانه بوده باشد.

بر کنارِ بامی ای مست مُدام
پست بنشین یا فروداً، وَالسَّلَام
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۶

قضا که تیر حوادث به تو همی انداخت
تو را کند به عنایت از آن سپس سپری
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۶

در آن لحظه آنچه در شکل ۶ (مثلث واهمانش) رخ می‌دهد را تجربه کردم. با اعتراف به اشتباه و عذرخواهی، فضا را باز کردم. فضای گشوده شده به تدریج هشیاری ذهنی و عقل جزوی را خلع صلاح کرد و هشیاری حضور بالا آمد. آرامش اندک اندک بازگشت اما هنوز و در لحظه نگارش این نوشته افکار من ذهنی خود را نشان می‌دهند ولی فضاگشایی را به یاد می‌آورم و تمرین می‌کنم. افکار را جدی نمی‌گیرم و از آنها عبور می‌کنم. گاهی شکست می‌خورم اما صبر را برای انداختن همانیدگی‌ها تمرین می‌کنم و ابیات امیدبخش را به‌خاطر می‌آورم.

شاد باش و فارغ و ایمن که من
آن کنم با تو که باران، با چمن
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲

من غمِ تو می خورم تو غمِ مَخور
بر تو من مشفق ترم از صد پدر
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳

تا به این جا زحیری را جستوجو و به اشکال مختلف در خود یافتم اما پیغام زندگی به من چیزی بیش از زحیری را هشدار داده بود و آن قرین بود که در برنامه ۹۴۰ هم به آن پرداخته شده است. برای بررسی قرینِ بد که گمان میکنم سیلی دردآورتر را به من زده باشد، باید مجدداً به داستان خود بازگردم.

در میان دوستانم، دوستی دارم که گاهی در مواجهه با برخی مشکلاتش از من راهنمایی می‌گیرد. مشکلاتی که مشابه آن را من هم دارم.

مثلا یکی از مشکلات مشترکمان ترس است. او ترس از دست دادن کسی یا رها شدن را دارد و من ترس از بیماری و از دست دادن را دارم. در این بین من با پندار کمال گمان می‌کردم بواسطه برنامه گنج حضور کمی به ریشه ظهور مشکلات آگاه هستم و او بواسطه عدم آشنایی، این آگاهی را ندارد و همین باعث می‌شد موقع بروز مشکلات من با کمک چیزهای کمی که آموخته بودم، او را راهنمایی کنم. مثلا همیشه به او یادآوری می‌کردم که افکاری که ذهن می‌سازد، وجود خارجی ندارد و نباید آنها را باور کنی. فکرها به صورت زنجیره‌ایی پشت سر هم می‌آیند و تو را اسیر می‌کنند تا خیال کنی واقعیت دارد.

بعد هم می‌گفتم فکر نکنی فلان مشکل را فقط تو داری، من هم مشکلاتی دارم. بین صحبت‌هایی که می‌کردیم با خود مرور می‌کردم که آقای شهبازی می‌گویند ما نباید دیگران را نصیحت کنیم و باید روی خودمان تمرکز کنیم و بعد به سادگی فریب من ذهنی را می‌خوردم و به دوستم می‌گفتم حرف‌هایی که می‌زنم یک یادآوری به خودم و تو است و خیال می‌کردم که واقعا چیزی جز این نیست و این ماجرا چندین بار در زمان‌های مختلف تکرار شد.

مرده خود را رها کرده‌ست او
مرده بیگانه را جوید رَفو
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱

اما سوال این است که چرا هشدار قرین به من داده شد؟ در آن سه هفته پر از استرس که هشیاری جسمی من بالا آمده و کور و کر شده بودم، با یک مشکل گوارشی ساده ناشی از استرس، توهّم بیماری‌های مختلف و ترس از آن بیچاره‌ام کرده بود و تمام قصه‌هایی که برای دوستم می‌گفتم تا افکار ذهنی‌اش را باور نکند، بر خودم بی اثر شده بود و بیشترین درد را از همین قرینِ بد تجربه کردم.

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی
خویش را بدخُو و خالی می کنی
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

با وجود این هشدار و در پی دیدن برنامه ۹۴۰ بود که متوجه شدم چگونه بواسطه سیستم زحیری، با وجود من ذهنی و تحت سلطه پندار کمال، درد و رنج از مرکزی به مرکز دیگر می رود و به دنبال آن فرصت اصلاح و بهبودی را از خودمان و دیگران می گیریم.

دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدّتی بنشین و، بر خود می‌گری
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹

وقتی این قرینِ بد را به وضوح در مرکز خودم و دوستم دیدم دریافتم که چرا قرین شدن با مولانا، تکرار
مکرر ابیات و تعهد در شنیدن برنامه‌ها مهم است و همیشه بر آن تاکید می‌شود. ما باید به اثر این
ارتعاشات ایمان بیاوریم.

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها
از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱

برنامه ۹۴۰ نکات و ابیات بسیار مهمی داشت که بخشی از آن را به فراخور تجربه تازه‌ای که داشتم ذکر کردم اما می‌دانم باید بارها بخوانم تا در من تثبیت و به بهبود فردی‌ام کمک کند. از شما جناب آقای شهبازی، از جناب مولانا و از آقای علی و نوشته روشنی‌بخش ایشان پیرامون قرین من ذهنی بسیار ممنونم. شاد باشید.

"نوشین کسرائی، ۲۶ ساله از اصفهان"



آقای وحید از شهر گز بُرخوار اصفهان



با عرض سلام خدمت اُستاد شهبازی و دوستان گرامی

می دمند اندر گِره آن ساحرات

الْغِیَاثُ الْمُسْتَعَاثُ از بُرد و مات

-مولوی، مثنوی دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳

-الْغِیَاثُ: کمک، یاری، فریاد رسی

- الْمُسْتَعَاثُ: فریاد رس، کسی که به فریاد درماندگان رسد، از اسماء الله است.

آن زنان جادوگر در گِره های افسون می دَمند. ای خداوندِ دادرس به فریادم رس از غلبهٔ دنیا و مقهور شدنم به دستِ دنیا.

از استاد شهبازی یاد گرفتم که ایشان می گفتند که اگر برای کسی کار می کنید حتی بیشتر از آن پولی که می گیرید کار کنید و سعی کردم که تا حد امکان آن را رعایت کنم و بعدها نتایج آن را در برخورد دیگران با خودم دیدم که مثلاً کارفرما یا دیگران آن طور که با دیگران برخورد می کنند با من برخورد نمی کنند و اینکه پولی هم که می گیرم کم یا زیاد چیزی است که برای آن زحمت کشیده ام و منت کسی را هم ندارم.

ولی در این راه چالش‌هایی هم البته داشته و دارم مثلاً قرین‌هایی که کار را سرسری یا با اکراه انجام می‌دهند یا حتی از زیر کار به علت داشتن من ذهنی فرار می‌کنند که البته از همه آنها آموختم و سعی کردم که انشاء الله در خودم بینم و آنها را رفع کنم.

البته اُفتان و خیزان هم داشته و دارم و گاهی وقت‌ها شده که من هم به علت داشتن من ذهنی و گره‌های درد و همانیدگی و البته از گیجی دردها بگویم که چرا من باید این‌طور و آنها آن‌طور باشند ولی با بودن در جمع دوستان عشقی و مولانا هر بار که خواست این من ذهنی و یا من‌های ذهنی من را به واکنش شدید مثل قهر و دعوا و بحث و جدل و کینه‌کشی ببرند سعی کردم فضا باز کنم و بگذرم.

می دمند اندر گِره آن ساحرات
الْغِیَاثُ الْمُسْتَعَاثُ از بُرد و مات
-مولوی، مثنوی دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳
-الْغِیَاثُ: کمک، یاری، فریاد رسی
-الْمُسْتَعَاثُ: فریاد رس، کسی که به فریاد درماندگان رسد، از اسماء الله است.

آن زنان جادوگر در گِره‌های افسون می‌دَمند. ای خداوندِ دادرس به فریادم رس از غلبهٔ دنیا و مقهور
شدنم به دستِ دنیا.

در ایام نوروز باید کاری را به صورت گروهی انجام می‌دادیم و هر بار این من ذهنی به من حمله می‌کرد که چرا اینکار را تو باید انجام بدهی اما از مولانا یاد گرفتم که من جای خودم هستم و باید جای خودم باشم در صورتی که در گذشته می‌خواستم جای دیگران باشم.

و البته این را هم می‌دانم که این‌ها همه لطف زندگی به من بوده و هست و الا که گاهی وقت‌ها که گذشته‌ام را نگاه می‌کنم خودم تا ته خط را می‌روم.

این همه گفتیم لیک اندر بسیج
بی عنایاتِ خدا هیچیم هیچ

بی عنایاتِ حق و خاصانِ حق
گر ملک باشد سیاهستش ورق
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۷۸ و ۱۸۷۹
-بسیج: آماده سازی

با سپاس فراوان
وحید از شهر گز بُرخوار اصفهان



خانم دیبا از کرج



شرح غزل ۱۲۶۸ دیوان شمس مولوی از برنامه ۱۰۰۵ گنج حضور

(۱) صد سال اگر گریزی و نایی بُتا، به پیش
برهم زنیم کارِ تو را همچو کارِ خویش
—مولوی دیوان شمس غزل ۱۲۶۸

مولانا در این غزل زیبا مقصود اصلی انسان از آمدن به زندگی را بیان می کند و می فرماید: ای انسان که بت زیباروی خدا هستی و کار تو را او اداره می کند چرا مقصود اصلی آمدنت که زنده شدن به بی نهایت و ابدیت است را گم کردی و در دام ذهن گرفتار دام دیگری به نام من ذهنی شدی؟

سال‌هاست که از من و این لحظه ابدی به زمان گذشته و آینده می‌روی و درد می‌کشی، بدان اگر صد سال دیگر هم فرار کنی و به سوی من نیایی، من کار تو را بهم می‌زنم تا بفهمی چاره‌ای جز تسلیم و فضاگشایی در مقابل اتفاق این لحظه نداری و در محاصره عدم هستی.

(۲) مگریز که ز چنبرِ چرخَت گذشتنی ست
 گر شیرِ شرزه‌بازی، ور سِفلَه گاو میش
 -مولوی دیوان شمس غزل ۱۲۶۸
 -چنبر: حلقه
 -شرزه: خشمگین
 -سِفلَه: پست، فرومایه

ای انسان تو از عدم زاده شدی و باید در طی عمرت با عدم خو کنی و در آخر به عدم بازگردی پس چرا از عدم می‌گریزی؟ و به جهت‌هایی که ذهن نشان می‌دهد می‌روی؟ بدان از هر جهتی که بروی به تو بلا می‌دهم تا تو را به بی‌جهات عدم بکشانم.

اگر بالاترین مقام دنیا را داشته باشی یا برعکس بی‌قدرت و گدا باشی چون من ذهنی داری کارهای تو را بهم می‌زنم تا تو را از چنبر ذهن بیرون بکشم و به خودم زنده کنم زیرا با سبب سازی نمی‌توانی از ذهن بیرون بیایی همانطور که چاقو دسته خودش را نمی‌برد.

(۳) تن دُنَبَلِی ست بر کتف جان برآمده
چون پر شود، تهی شود آخر ز زخمِ نیش
-مولوی دیوان شمس غزل ۱۲۶۸
-دُنَبَل: دمل، زخم چرکین

سال‌هاست که بشر درد می‌کشد و نمی‌فهمد چرا درد می‌کشد؟ این دردها دنبلیست که با من ذهنی بر
کتف جان انسان‌ها چه فردی و چه جمعی روییده است، دنبلهایی بخاطر تعصباتِ باورهای سیاسی،
مذهبی، اجتماعی و همانیدگی‌هایی که پر از چرک است.

از بوی بد زخم‌های من ذهنی، انسان‌های زنده به حضور مثل جناب شهبازی و یاران گنج حضور کمر همت بستند تا دنبال نیشدر قدرتمندی برای دنبال من ذهنی باشند.

تا کنون پرچم ۱۰۰۵ برنامه گنج حضور بالا رفته تا ما از خواب بیدار شویم و دست به دست هم دهیم و با پخش این هوشیاری، چرک‌های کهنه‌ای که در جان بشر رخنه کرده مثل: کینه، خشم، حسادت، حرص، کنترل، نگرانی و حس گناه و دروغ را خالی کنیم و با روان‌های سالم جهانی نو بسازیم.

(۴) ای شاد باطلی که گریزد ز باطلی
بر عشقِ حق بچفسد بی صَمغ و بی سریش
-مولوی دیوان شمس غزل ۱۲۶۸
-صَمغ: مایه چسبناک

خوشا به حال کسی که من ذهنی باطل را شناسایی کند و بفهمد که نجاتش در گریختن از باطلی و
کارافزایی من ذهنیست و باید با فضاگشایی به عدم پناه ببرد و به عشق حق بچسبد بدون اینکه با چسب
سبب سازی ذهن و سریش همانیدگی‌ها زندگیش را باطل کند.

(۵) گز می کنند جامه عُمرَت به روز و شب
هم آخر آرد او را یا روز یا شبیش
—مولوی دیوان شمس غزل ۱۲۶۸

هر لحظه عمر ما متر می شود و کم می شود و بالاخره در یک روز، یا یک شب به پایان می رسد ولی ما در دور باطل ذهن به روز و شب و خوب و بد مشغولیم و به منظور زندگی که به عنوان هوشیاری باید از ذهن زاده شویم پی نبردیم و اگر باطلی من ذهنی را شناسیم تا آخر هم نمی فهمیم که با نیشدر فضاگشایی می شود خود را از دردها نجات داد.

(۶) بیچاره آدمی که زبون است عشق را
زفت آمد این سوار، بر این اسب پشت‌ریش
-مولوی دیوان شمس غزل ۱۲۶۸
-زفت: درشت

چقدر بیچاره است انسانی که عشق ندارد و چقدر زبون و پستست کسی که فضاگشایی نمی‌کند و همواره
با مقاومت، زندگی را به درد، مانع و دشمن تبدیل می‌کند. عشق نمی‌تواند سوار من ذهنی شود، پس چه
بیچاره ست آدمی که من ذهنی دارد! انگار سوار اسب زخمیست و می‌خواهد سفر زندگی را که راهی پر از
بلاست بدون پیشوای عشق برود.

(۷) خاموش باش و در خُمُشی گم شو از وجود
کان عشق راست کشتنِ عشاقِ دین و کیش
-مولوی دیوان شمس غزل ۱۲۶۸

مولانا در آخر غزل مهر خاموشی و داغ عشق را به تن انسانی که می‌خواهد به خدا زنده شود می‌زند و
می‌فرماید: باید از حس وجود در ذهن گم شویم و دیگر با فکرهای باطل من ذهنی هستی نسازیم و نگران
نباشیم که دین و کیش من چه می‌شود؟

زیرا یار که زندگیست جمله عشاق را با فضاگشایی می کشد تا جهل ما طنازی نکند و فکرها را جدی نگیرد. ما باید با تسلیم خود را در اختیار زندگی قرار دهیم.

با سپاس فراوان
دیبا از کرج



آقای هیوا قادری



با سلام و عشق فراوان خدمت آقای شهبازی
بزرگوار و عزیزان دلگشای گنج حضور

تسلیم:

تسلیم و فضاگشایی به این خاطر راهگشاست که وقتی شما از درون حالتون بد هست، و مقاومت شدید
به اتفاقات دارید، گرچه شاید فکر می کنید حق با شماست، ولی اول باید تسلیم بشوید تا فضای تنگ
درونتون باز شود، چون با انقباض هر حرف و عملی از شما، مقاومت من ذهنی را بیشتر می کند، و توهمات
ذهن شدیدتر می شود.

هر زمان با تسلیم هیاهوی من ذهنی کمتر شد، و خرد و آگاهی در وجودتون آزاد شد، آن وقت حرف و عمل شما پخته هست، یعنی آن قدر قدرت دارید که من ذهنی نتواند شما را منقبض کند، و کلام شما را به زهر کینه و رنجش خود آلوده کند، و گرفتاری شما بیشتر بشود، بلکه با فضاگشایی معنا و خرد درونتان شما را راهنمایی کند.

جز توکل جز که تسلیم تمام
در غم و راحت، همه مکرست و دام
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸

جز توکل و صبری که تماماً شما را فضاگشا کند، هر راهی دیگر که با من ذهنی به شما آرامش می‌دهد و فکر می‌کنید راحت هست، در حقیقت مکر و دامِ من ذهنی هست، و بعدها بیشتر گرفتارتان می‌کند.

شاید زمانی که شما ناراحت هستید با ایجاد درد فکر می‌کنید اگر خالی شوید، با واکنش و جر و بحث کارت‌تان حل می‌شود! در حالیکه بدتر می‌شود! چون اگر کامل تسلیم می‌شدید و فشارِ من ذهنی کم می‌شد، اون اتفاق قدرتش و از دست می‌داد، ولی شما با واکنش باعث شدید هم مشکل بماند، و هم دلخوری و تشویش ذهن بیشتر بشود.

آفتِ ادراکِ آن، قال است و حال
خونِ بخونِ شستن، مُحال است و مُحال
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۷

آن چنان که مولانا می گوید باید کامل برای شما روشن بشود، که گرفتاری هایی که من ذهنی ایجاد می کند
را، با من ذهنی نمی شود شُست، چون درمان من ذهنی موقت هست، و فقط انسان های ناآگاه این درمان
موقتی را باور می کنند.

پس بدانید و آگاه باشید وقتی حالتان را من ذهنی خراب کرده، و انواع و اقسام مرض و گرفتاری دارید، به دواها و راه‌های ذهنی زیاد اعتماد نکنید، یاد بگیرید زمانی که خشمگین هستید، یا ناراحتی دارید، فضاگشایی کنید، و بزرگان را بخوانید.

برای تسکینِ دردتون به یک انسان من ذهنی روی نیاورید تا راه‌های ذهنی نشان‌تان بدهد، و فقط با خوش خیالی شما را کمی آرام کند، و بعد قوی‌تر درد به شما حمله بکند.

شما فریبِ من ذهنی را نخورید که علتِ بیرونی برای مشکلاتتان پیدا کند. اگر در میان تلاطم اتفاقاتی هستید که ناراحتتان می‌کند، اگر خردمند باشید، درونِ خود را می‌نگرید، و از قضایِ الهی غافل نمی‌شوید که کجایِ مرکزِ شما را نشانه گرفته است. گرچه همه هم بخواهند علتِ مشکل را بیرونی بدانند، ولی قطعاً در آخر به نتیجه نمی‌رسند، و با سبب‌هایِ ذهنی درس و عبرتِ زندگی نمی‌گیرند، در نتیجه اصلاحی هم صورت نمی‌گیرد.

مرگبِ همتِ سویِ اسبابِ ران
از مسببِ لاجرمِ محروم ماند
—مولوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۴

کسانی که دنبال نشان‌های بیرونی و سبب‌های ذهنی هستند، از فضاگشایی و مسبب واقعی که خداوند هست، محروم می‌مانند، چون تمام انرژی آنها را سبب‌های بیرونی اِتلاف می‌کند، و فرصتی برای فضاگشایی و اصلاح درون نمی‌ماند. و در آخر

گر مُسَبِّح باشد از ماهی رهید
ورنه در وی هضم گشت و ناپدید
مولوی مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۵۲

با تشکر
آقای هیوا قادری



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