



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هشتصد و پنجم





خانم نگار



با سلام خدمت جناب شهبازی عزیز و دوستان جان. متنی آماده کردم در خصوص اینکه چرا مداوم به برنامه گوش نمی‌دادم؟

چند سالی هست که با گنج حضور آشنا هستم، بماند که سال‌های اول من ذهنی‌ام تمام تلاشش را می‌کرد که حتی اسم شبکه را نبیند!

اما به تدریج به‌خاطر برکت و لطافتی که ابیات مولانا و برنامه داشت دلم رام شد و شروع به گوش دادن کردم. گاهی سعی می‌کردم با ذهنم متعهد باشم، زیاد برنامه را بینم، بنویسم، اما من ذهنی زرنگم سریع به پندار کمال متوصل می‌شد و می‌گفت اصلاً به‌اندازه برنامه را نمی‌بینی!

تو اگر ده دقیقه کمتر از دیروز برنامه را دیدی اصلاً فایده ندارد، تو مثل بقیه‌ی دوستان نیستی که متعهد هستند و نمی‌توانی مثل آنها برنامه را بفهمی و هربار با همین روش و ملامت کردن موفق می‌شود که من کم‌کم از برنامه دور بشوم!

علتی بتر ز پندار کمال
 نیست اندر جان تو ای ذودلال
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

البته جان من متوجه شده بود که دواي عجيبی در شعرهای مولانا و صحبت‌های جناب شهبازی هست که عجيب به جان من می‌نشیند و من را آرام می‌کند و این شده بود که هر وقت حال من بد می‌شد، برای مدتی می‌چسبیدم به برنامه و مقداری که حالم بهتر می‌شد، من ذهنی‌ام بالا می‌آمد که تو کامل شدي! استاد شدي! و یادگیری دیگر کافيت! من ذهنی‌ام نمی‌دید که من الان نقص دارم و کامل یاد نگرفتم.

یا چو مُستغرق شدی در عشقِ خر
آن کدو پنهان بماندت از نظر؟
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۲۱

ظاهر صنعت بدیدی ز اوستاد
اوستادی برگرفتی شاد شاد؟
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۲۲

ای بسا ز راقِ گول بی وقوف
 از ره مردان ندیده غیر صوف
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۲۳

من یادگیری بسیار اندکم را ناقص می گذاشتم و با همان قسمت اندک، می خواستم زندگی خودم و دیگران را عوض کنم. همین می شد که اصلاً من تغییر نمی کردم؛ چون تمرکز روی خودم نبود. با خود من ذهنی می گفتم اگر بقیه ببینند این برنامه را و آرام شوند، لازم نیست که من خیلی تغییر کنم! و سعی می کردم که قبل از زنده شدن خودم، با بقیه صحبت کنم و آنها را هم ذهناً آگاه کنم و باعث می شد خودم نتوانم ادامه بدهم.

اُنصتوا را گوش کن، خاموش باش
چون زبان حق نگشتی، گوش باش
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

یکی از موش‌هایی که باعث خالی شدن انبار هوشیاری من می‌شد، همین بود که بسیار دلسوزی می‌کردم برای بقیه و اجازه نمی‌دادم زندگی بر روی آنها کار کند و نمی‌خواستم آنها درد بکشند و هرچیزی یاد می‌گرفتم را فوراً می‌خواستم به اطرافیانم بفهمانم و این‌طوری می‌شد که خودم را خالی می‌کردم.

تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی
خویش را بدخو و خالی می کنی
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

من با دادن آگاهی اندکم به دیگران، گندم از انبار خودم می دزدیدم و واقعاً خالی می شدم و گندم جمع آورده را از دست می دادم و باید از اول شروع می کردم.

این بار هم که فاصله افتاد بین من و مولانای جان، من با کارافزایی شدیدتر به سراغ گنج حضور آمدم. من ذهنی ام مدام من را می ترساند که تو دوباره رها می کنی این راه را و تو درست بشو نیستی. و من هم سعی می کردم فقط نگاه کنم و همراه فکرها نشوم و فضا را باز نگه دارم تا که مولانای جان این بیت را آورد سر راهم که خیلی به جان من نشست. الان هر وقت این سه بیت را می خوانم یادم می آید که من افتادم به دست و پای زندگی که اشتباه کردم، دستم را بگیر! یادم می آید که زندگی معجزه کرد برایم و مولانا دستم را گرفت! یادم می آید که فهمیدم من کامل نیستم و هر لحظه نیاز به فضاگشایی دارم. یادم می آید که از برکت ابیات مولانا بود که برکت و عشق وارد زندگی ام شد. و یادم می آید که اگر الان دردهایم آرام شده آنها را به حساب من ذهنی ام نگذارم!

ور نهد مرهم بر آن ریش تو پیر
آن زمان ساکن شود درد و نفیر
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۵

تا که پنداری که صحت یافته است
پرتو مرهم بر آنجا تافته است
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۶

هین ز مرهم سر مکش ای پشت ریش
آن ز پرتو دان مدان از اصل خویش
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۷

متوجه شدم که، نگار! اگر الان به گنج حضور گوش می‌دهی، می‌نویسی، برای این است که از مولانا کمک
خواستی و این زندگی است که مرهم گذاشته روی درد تو، که الان دردت کم شده، این حال خوبت را، از پندار
کمال‌یافته‌ات نبین و فکر نکن برای خودت هست که الان حال خوبی داری و اگر تو دست زندگی را رها کنی و
همین‌طور مولانای جان، دستت را رها می‌کند و دوباره برمی‌گردد همانجایی که بودی! تو نیاز به زنده شدن
داری، نه اینکه مقداری که حال خوبی به دست آوردی منظور اصلی زندگی را رها کنی.

از ترازو کم گنی، من کم کنم
تا تو با من روشنی، من روشنم
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

حواست باشد که اگر به پرهیزت ادامه ندهی اگر متعهد نباشی، زندگی هم به همان اندازه با تو روشن است.

من راه‌های زیادی را در جستجوی بوی لیلی رفتم اما آنها راه من نبودند؛ راهی نبود که بتواند من را به خداوند
زنده کند. من صد را داشتم اما دنبال نمره‌ی بیست بودم! اما به لطف خدا و بوشناسی که خودش توی وجودم
گذاشته الان متوجه شدم زندگی در فضاگشایی و مرکز عدم هست.

ز صد گور بو کرد مجنون و بگذشت
که در بو شناسی بدش اوستایی
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

با تشکر از شما
-نگار



خانم سرور از شیراز



به نام خدا
با سلام خدمت پدر عزیز و مهربانم آقای شهبازی جان و تمام دوستان و همراهان بیدار.

جز عنایت که گشاید چشم را؟
جز محبت که نشاند خشم را؟
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸

تمام انسان‌ها در ذهن، خشمگین، دردناک، رنجور، افسرده و بی‌حالت و حال جز محبت، جز عشق، جز پذیرفتن نیمه‌ی تاریک وجودشان با عشق و مهر چاره‌ای در کار نیست، دارویی جواب نمی‌دهد. انتقاد، ملامت، نصیحت و پند سودی ندارد؛ چراکه تمام انسان‌ها در دل سر سودای او را، آن یک هوشیاری را، دارند.

دل من رای تو دارد، سر سودای تو دارد
رخ فرسوده‌ی زردم غم صفرای تو دارد
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۷۵۹

پس همه در جستجوی عشقی از این دست هستند، عشقی بی‌قیدوشرط، عشقی بدون مالکیت، عشقی که برای دریافتش نیاز به هیچ‌چیز نباید باشد؛ فقط باید شعور و آگاهی الهی باشد تا آن یک زندگی را در رخ زرد فرسوده از هجر شناسایی کند.

جز عنایت که گشاید چشم را؟
جز محبت که نشاند خشم را؟
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸

و آنگاه تمام چشم‌های بسته، با عنایت، با همین تسلیم بی‌قیدوشرط، باز می‌شود. هم چشم ناظر و هم چشم منظور باز می‌شود، دیگر انسان خشمگین من‌ذهنی، مقاومت نمی‌کند، دیگر بهانه نمی‌گیرد، دیگر فریاد نمی‌زند؛ چراکه رخ فرسوده‌ی زردش شربتی از مهر الهی نوشیده و اینچنین ارتعاش عشق در جهان بر انسان‌ها اثر می‌گذارد، نه با نصیحت و ملامت.

جز عنایت که گشاید چشم را؟
جز محبت که نشاند خشم را؟
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸

و اوست باز کننده‌ی تمام درهای بسته، فاتح آسمان دل‌ها. درهای بسته همان ذهن‌های مقاوم است که با نیروی عشق و مهر باز می‌شود، با نیروی شفا بخشی که از مرکز مملو از سکوت و نور برمی‌خیزد، از درونی آرام که با یاد خدا، حازم شده و حزم دارد و به واکنش در نمی‌آید و اتفاقات در او جای می‌گیرند و با هر اتفاقی، به هیجان منفی ذهن کشیده نمی‌شود، برمی‌خیزد و این گشایش بی‌هیچ تلاش ذهنی، در بی‌عملی ذهن رخ می‌دهد.

در این بحر، در این بحر همه چیز بگنجد
مترسید مترسید گریبان مدارنید
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۶۳۷

قلب آرام گرفته با یاد او، از هیچ چیز و هیچ وضعیت نمی ترسد که در اعماق جان دریای بی نهایت جای گرفته،
سُگان زندگی را به دست خداوند سپرده و آرام نظاره می کند.

می‌نروم هیچ از این خانه من
در تک این خانه گرفتم وطن

خانه‌ی یار من و دارالقرار
گُفر بود نیت بیرون شدن
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۲۱۰۸

و این جان آرام گرفته همواره با تسلیم و فضاگشایی در دارالقرار است؛ خانه‌ی قرار، خانه‌ی امن، خانه‌ی آرامش، خانه‌ی ابدی، خانه‌ی بی‌واکنشی، خانه‌ی رهایی از تارهای تنیده‌ی ذهن، خانه‌ی ثبات و قرار، خانه‌ای که در این لحظه به دست توانگر زندگی برقرار شده و کلاغ فکرها از حرکت بازایستاده و در عمق این آسمان بی‌نهایت گم شده‌اند ان شاءالله.

والسلام
-با احترام، سرور از شیراز



خانم زهره از آمل



با سلام.

همانطور که دوستان عزیز، خانم پریسا از کانادا و فریده از هلند، در مورد موضوع پندار کمال تو کانال به اشتراک گذاشتند، دقیقاً بنده هم بعد از اتفاقی که با عزیزی روبه‌رو شده بودم این پیغام را دیدم و خواندم. و چه جالب! من هم در فردای آن روز با من‌ذهنی کمال‌یافته دردهای پنهان شده‌ام را دیدم. تجربه‌ای که داشتم این بود:

زندگی دو روی سکه‌ست، فرقی نمی‌کند، کسی با ناآگاهی خویش با من‌ذهنی دارد مدام از زندگی گله و شکایت می‌کند و یا کسی هم مثل من تا حدودی به زندگی آگاه شده و با من‌ذهنی تربیت‌شده پیش خود فکر کند، هیچ‌کسی حقی ندارد، این لحظه را با مقاومت و قضاوت سپری کند و بخواهد با ادعای خوبی و مهربانی و نصیحت به دیگران را داشته که چرا طرف دارد این‌طور بد می‌بیند و بد می‌کند و در نتیجه او را اصلاح. نه! این عمل اصلاً درست نیست.

ما به نشویم از نصیحت
 چون گمره عشق آن بهینیم
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۸۰

نمی دانم چه شد که من آن عزیز را در آن دم با قضاوت‌ها و مقاومتی که داشت، هیچ نمی پذیرفتم. همان طور که بود او را نخواستم، جمع خانوادگی ما در خانه‌ی خودم حضور داشت، هرچند مدام داشت از همه چیز و همه کس گله و شکایت می کرد و ناسزا می گفت و من شنونده از این بیاناتش داشتم عصبانی و ناراحت و سعی در نشنیدن آن حرف‌ها. و من ذهنی به من می گفت: چرا آنقدر بدبین است! چقدر حرف می زند! و دیگر بس است تا کجا می خواهد پیش برود!

کم کم داشت حرفهایش روی من تأثیرش را می گذاشت و طاقتم به صبر آمد، فضا را نمی توانستم باز باز نگهدارم. دیدم که از آن جنس، چیزها در خودم پنهان شده هست و گرنه به سمتش جذب نمی شدم.

از درون حس منقبض و سنگین شدن احساس نمی کردم، سطح هشیاری ام آمده بود پایین، از آن طرف از ته دلم می گفتم: خدایا می دانم کارم اشتباهست، پای هشیاری ام دارد می لغزد، دارم از رده ی حضورم خارج می شوم. فقط با یک جمله که تنها به خدا توکل کن، آن شخص به طرفم جبهه گرفت و زندگی به گوشم گفت: هیس! خاموش!

آخر چرا داری این ها را بهش می گویی! بگو بینم آیا کسی با حرفها می تواند نصحیت بشود، در صورتی که گمراه آن من ذهنی باشد؟!

نه واقعاً نمی شود. هر چند اندکی خودم را دخالت دادم اما بلافاصله دیدم که با نصحیت، فقط آتش درد را بیشتر و در نتیجه هر دو خالی و بدخو می شویم. تصمیم گرفتم سبب را ننگرم.

من سَبَب را نَنگرم کان حادث است
 زان که حادثُ حادثی را باعث است
 -مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۰

نگریستن به سبب، حادث است و آن حادث باعثِ حادثه‌ی بعدی می‌شود.

شکر خدا زودی متوجه ایراد کارم شدم؛ صلاح دانستم بهترین گزینه یعنی خاموشی را برگزیده تا بیشتر از این به دام من‌ذهنی دردمند کشیده نشوم؛ بنابراین تسلیم این دم نشستم و من‌ذهنی خودم و آن عزیز را می‌دیدم. من‌ذهنی همه‌چیزدان را رهایش کردم تا به قول آقای شهبازی آهسته از کنارشان رد بشویم.

همینکه به این دم باز گشتم و خودم را به عقب کشیدم، دیدم این اتفاق آمده تا بیشتر فضاگشایی را یاد بگیرم. بنابراین زیر لب لبخند زدم، از ته دلم خندیدم، هر چند وارد مداخله‌ی من‌ذهنی شدم اما شکر خدا زود اصلم را از فرعم تشخیص دادم.

پس هر اتفاقی فقط برای بیداری ما صورت می‌گیرد اگر آگاهانه ببینیم.

این اتفاق به من یک‌جورایی گفت: روی خودت بیشتر متمرکز بمان! این درد من‌ذهنی در تو هم پنهان شده باقی مانده هست. به کسی کار نداشته باش! درد آگاهانه را به جان بکش!

به شکرانه‌ی عدم و آموزشهای مولانای جان و حرفهای پدر نازنینم آموختم اگر عیبی در دیگران دیدیم، فوراً بدانیم آن عیب در خودمان نیز هست.

ای بسی ظلمی که بینی در کسان
خوی تو باشد در ایشان، ای فلان

اندر ایشان تافته هستی^۳ تو
از نفاق و ظلم و بد مستی^۳ تو
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۱۹-۱۳۲۰-

همان دم به خودم نهیب زدم عجب! این پندار کمال من ذهنی نیست؟! بله که هست! چقدر هم پرادعا بود! شکر
خدا بالا آمد تا هر آنچه را هستم را بپذیرم و کار را به دست کارساز بسپارم.

بلافاصله از ته دلم از آن عزیز قبل از رفتن از خانه مان دوبار عذرخواهی و بغلش کردم تا از من دلخور نباشد. آن شخص به من گفت: نه بابا! این چه حرفیه مگه چکار کردی؟

بعد از رفتنشان دوباره خودم را را بازبینی کردم که زهره، شاید به نظرش کاری نکرده باشی پس چرا تو رنجیدی؟!

دیدم که من ذهنی کمال یافته با حسِ حقارتش انتظار زیادی از من دارد تا هیچکس را ناراحت نکنم و یا کسی حق ندارد گله و شکایتی بکند؛ یعنی من می دانم، تو نمی دانی.

اینها شناسایی بود که در من شده بود در هشیاری ام نگه داشتم تا ان شاءالله با کمک زندگی و فضاگشایی های پیایی به تدریج بیفتند.

از هر چه ترنجیدی، با دل تو بگو حالی
کای دل تو نمی‌گفتی کز خویش شدم خالی؟

این رنج چو در وا شد دعوی تو رسوا شد
زشتی تو پیدا شد، بگذار تو نگالی
-نگالی: سختی، عذاب

در صورت رنج خود نظاره بکن ای بد
کی باشد با این خود آن مرتبه عالی
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۱

بنگر که چه زشتی تو، بس دیوسرشتی تو
این است که کشتی تو، پس از که همی نالی؟

گر رنج بشد مشکل نومید مشو ای دل
کز غیب شود حاصل اندر عوض ابدالی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۱

با احترام
زهرة از آمل 



آقای علی از تهران



به نام خدا و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و همه ی دوستان.
غزل برنامه ی ۷۹۴ گنج حضور.

هر چه آن سرخوش کُند، بویی بُود از یارِ من
هر چه دل و آله کند، آن پرتو دلدارِ من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

عشقی که بر اساس من ذهنی و چیزهای بیرونی و احتیاج و از روی نیاز و گدایی باشد و یا از روی کمبودی باشد، عشقی است که کم‌وزیاد می‌شود و بیشتر عیش و نوش و هوس و طمع و حرص و حسادت است، و عشقی که بر اساس مرکزی پاک و عدم باشد، عشقی است که به بی‌نهایت خدا وصل شده و بی‌دلیل عشق است و شادی بی‌سبب.

از خودمان بپرسیم ما به گنج حضور گوش می‌دهیم که راحت‌تر به چیزهای این‌جهانی مثل پول، همسر و چیزهای دیگر برسیم و یا اینکه دانشگاه و یا مسیری برای انداختن همه‌ی همانیدگی‌ها و تسلیم شدن و با خدا یکی شدن؟

اگر با من ذهنی و سوءاستفاده از دانش به برنامه گوش دهیم دردی بیشتر را بعد از چند وقت متحمل می شویم، ولی اگر با تعهد و با اراده آزادی که از جنس خدا است و با سکوت، سکون و تسلیم به راه ادامه دهیم و مثل کوه در اکنون بمانیم و لحظه را از دست ندهیم، هر همانیدگی که بیاید شناسایی می کنیم و با شکر و سرخوشی، درد هشیارانه را می کشیم و افسار را به دست چیزی یا کسی نمی دهیم که ما را خوش و ناخوش از جنس آفل کنند.

مثل آدم‌ها، باور، پول، مخدرها، پرخوری، انواع خودنمایی و پز و سر دیگران را خوردن، حرفه، هنر، کار و چیزهای دیگر؛ بلکه خیلی خلاصه می گوئیم من شاد بی سبب هستم زیرا از جنس خدا هستم و متوجه این باشیم که ذهنی پاک می سازیم تا ما را در این راه کمک کند و ما هم ناظر آن و البته برای یکی شدن و وصل شدن و حفظ حضور و شادی بی سبب، باید از سوسک یا پيله بیرون بیاییم که با تعهد، تکرار و مداومت به این مسیر که شامل کمک از بزرگانی چون مولانا و برنامه‌ی گنج حضور که می آموزیم؛ صبر، پرهیز، شکر، تسلیم، پذیرش بی چون و چرای اتفاقات، عدم قضاوت و مقاومت داشته باشیم و ادامه دهیم و ادامه دهیم، پس اگر در آرامش و شادی هستیم، فضاگشا هستیم، دیگران را از جنس زندگی می بینیم، دلمان از جنس زندگی ست و اگر منقبض هستیم، مقاومت و ستیز و بحث داریم، و یا وابسته‌ی بیرون هستیم مرکزی از جنس درد و من ذهنی داریم.

خاک را و خاکیان را این همه جوشش ز چیست؟
ریخت بر روی زمین یک جرعه از خمار من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

هر چیزی که از زمین بیرون آمده، عشق زندگی در آن جوشش کرده و در جسم و ذهن و دل ما این جوشش کار می‌کند؛ اگر ما تسلیم باشیم و زندگی را به خرد کل بسپاریم و عقل ناچیز خود را که باعث خواستن بیشتر و بیشتر و درد است کنار بگذاریم تا از پژمردگی نجات پیدا کنیم و به عشقی که خرد زندگی به ما و به کل هستی داده زنده شویم.

هر که را افسرده دیدی، عاشق کار خودست
 منگر اندر کار خویش و بنگر اندر کار من
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

انسانی که عاشق و وابسته‌ی چیزهای جهان شده و با باور، دانش، دارایی، ظاهر، آدم‌ها، حسرت‌ها، مقام، شهرت، مقایسه، طمع، و توقع‌ها همانیده شده در درد و محدودیت گیر افتاده و ما برای رهایی از افسردگی و انداختن من‌ذهنی باید فضاگشایی کنیم در برابر هر اتفاق، چه به ظاهر کوچک مثل از دست دادن وسیله‌ای، و چه به ظاهر بزرگ مثل از دست دادن شخصی، که با کشیدن درد هشیارانه و صبر و شکر است و در این وقت خداوند قدم به مرکز می‌گذارد و افکار مسلسل‌وار کم شده و ما ناظر آنها می‌شویم، و متوجه باشیم تنها ضرر و از دست دادن واقعی از دست دادن عدم و شادی بی‌سبب است؛ پس با تعهد و اراده‌ی آزاد، از درون این من‌ذهنی افسرده و دردمند بیرون بیاییم و سبک‌بال با خدا همراه شویم.

در بهاران گشت ظاهر جمله اسرار زمین
چون بهار من بیاید، بردم اسرار من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

همانطور که بهار، زنده شدن زمین را به ما نشان می‌دهد، اگر تسلیم شویم و تعهد و هماهنگی با زندگی برقرار کنیم تا مرکز ما از وابستگی‌ها و همانیدگی‌ها پاک شود، بهار زندگی، ما را به خدا زنده می‌کند و از زمستان درد و خشکی به بهار سبز و خوش بو می‌برد.

اگر ما همانیدگی‌هایی که ما را خشک کرده شناسایی کنیم، چیزهایی مثل مخدرها، تعدد رابطه، جمع کردن دانش و باور و پز دادن با آنها، خودنمایی و توصیف خود، می‌دانم و بلدم، حسادت و مقایسه، حس نقص و حسرت و خلاصه زندگی خواستن از بیرون، و اینها را بیندازیم و مداومت داشته و دوباره آنها را برنداریم، به خدا و زندگی بی‌نهایت زنده می‌شویم، و آن وقت است که خود اصیل و اسرار زندگی را واقعاً می‌بینیم بدون لافی از دانش و می‌دانم.

چون به گلزارِ زمین خارِ زمین پوشیده شد
خارِ خارِ من نماند چون دمد گلزارِ من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

اگر می‌خواهیم از جنس گلزار شویم و خارها را به فراموشی بسپاریم، باید از چیزهایی که ما را به خارستان تبدیل کرده آگاه شده و با صبر و شکر و پرهیز و کشیدن درد هشیارانه با رضایت از آنها خلاص شویم چیزهایی مثل حسادت، گدایی محبت و توجه از بیرون، جمع کردن بیشتر و طمع، عیش و نوش و اعتیاد به مخدر و سیگار و تعدد رابطه و وقت تلف کردن بر سر اینها و ترس تنهایی، که همه‌ی اینها خار است و من‌ذهنی با دلیل آوردن و افکار وسوسه‌آمیز مانع انداختن می‌شود، و کافی‌ست به هیچ همانیدگی رحم نکنیم و نترسیم و تعهدی محکم از جنس کوه داشته و با تکرار و مداومت و قرین مولانا و گنج حضور، زمین را آماده برای گلزار یعنی زنده به خدا و شادی بی‌سبب کنیم.

هر که بیمارِ خزان شد، شربتِ خورد از بهار
چون بهارِ من بخندد برجهد بیمارِ من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

ما با ورود به این جهان کم کم شروع به همانیده شدن و در مرکز گذاشتن چیزهای بیرونی می کنیم و زندگی را از آنها می خواهیم؛ از خانواده، از مقام، از اشیاء، از کار و پول و مقایسه و خودنمایی و بهتر درآمدن که همه ی این ها باعث خشک شدن هشیاری و زندگی در درون ما می شود؛ یعنی انکار زندگی و عدم و جسم را زندگی می بینیم و از آدمها و کنترل آنها، عیش و نوش، جلب توجه، مخدرها و پول و اتفاقات، زندگی می خواهیم و این گدایی خشک کننده است، و اما اگر تسلیم شویم و از ته دل بگوییم: «نمی دانم و عذر می خواهم و فقط خدا را می خواهم و هر چه در مرکز گذاشتم را می دهم»، زندگی شروع به کار کردن می کند و ما را از من ذهنی و سوسک بیرون می کشد و به ما بال هایی از جنس زندگی می دهد تا از محدودیت بیرون رویم؛ پس تسلیم باشیم و هروقت من ذهنی ما را وسوسه کرد و یا دیگران را به سمت ما آورد تا ما را وسوسه کنند و یا هر چیزی، ما فضاگشایی کنیم و با تعهد محکم بگوییم: «فقط خدا را می خواهم».

چیست این باد خزانی؟ آن دم انکار تو
چیست آن باد بهاری؟ آن دم اقرار من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۵

چرا هرچه سن ما بالا می‌رود، دردمندتر و خشک‌تر می‌شویم به جای اینکه روشن‌تر و شادتر و شاکرتر باشیم؟
خوب ما متوجه شدیم که جمع کردن و در مرکز گذاشتن و به اشتباه از چیزها زندگی خواستن، این بلا را سر ما
آورده زیرا که چیزها خود اَفل و از بین رفتنی هستند و نمی‌توانند زندگی بدهند و همیشه در حال کم‌وزیاد شدن و
نابود شدن هستند؛ حتی پادشاه در یک روز سقوط می‌کند، پول نابود می‌شود، جوانی پیر می‌شود، انسانها
می‌میرند و چیزهایی از این دست.

حال باید متوجه باشیم ما شعبه‌ای از خدا هستیم و اگر همانیدگی‌ها را بیرون بریزیم و با افکار و وسوسه‌ها یکی نشویم و فقط با مشاهده و آگاهی آنها را رد کنیم و هشیاری را به آنها تزریق نکنیم، شعبه را روشن می‌کنیم و به بی‌نهایت زندگی و شادی بی‌سبب زنده می‌شویم.

با سپاس از همه
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