



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد و هشتاد و هشتم





خانم سمیرا از تایباد



باسلام و عرض ادب

در داستان زن صوفی که به شوهرش خیانت می کرد و زیر بار مسئولیت نمی رفت، ما هم در این داستان زن صوفی هستیم که هر لحظه به خودمان به عنوان امتداد خداوند با قضاوت و مقاومت، ناله و شکایت کردن و پریدن از فکری به فکر دیگر و انداختن گناه به گردن دیگران خیانت می کنیم.

و حاضر نیستیم زیر بار گناه و مسئولیت اشتباهاتمان برویم، مخصوصاً ادعا طلبی من در این راه معنوی، ما به این برنامه گوش می دهیم، تا خودمان را به این حضور بی نهایت وصل کنیم، ولی من ذهنی، همیشه خودش را به عنوان پندار کمال و ناموس بدلی نشان می دهد.

و اجازه فضا گشایی و خاموشی را به ما نمی‌دهد اینجاست که ما نباید به من‌ذهنی‌مان اجازه خیانت به خداییت‌مان را بدهیم، چون خداوند متوجه است که ما روی خودمان کار نمی‌کنیم، سر زده و با یک حادثه ناگوار ما را بیدار می‌کند و ما به جای فضاگشایی و قبول مسئولیت و پذیرش شروع می‌کنیم به انکار کردن و لاف و دروغ و ادعا بافی و همانیده شدن با افکار شرطی شده‌مان در مقابل خداوند.

اما این لحظه که مثل روز قیامت است هیچ چیز از اعمال و افکار ما بر او پوشیده نیست و هیچ راه گریزی نداریم. و خداوند به عنوان صوفی با کنایه از طریق رویدادهای زندگی ام به من می گوید تو که عفت و پاکدامنی و راه درست زندگی کردن را با این برنامه و ابیات مولانا شناخته ای؛ ولی هر لحظه ادعای انسان معنوی را می کنی در صورتی که بدون قبول مسئولیت و فضا گشایی فقط داری فقر اخلاقی و عفت نداشته ات را به نمایش می گذاری و انسان خوب و معنوی که با خرس من دهنی اش دوست است و این بزرگترین خیانت به خودمان است.

این حکایت را بدان گفتم که تا
لاف کم بافی چو رسوا شد خطا
—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۱

این بیت مولانا یک نتیجه‌گیری کامل از داستان زن صوفی است. و از زبان معشوق به عاشق که ما
هستیم، می‌گوید: این داستان زن صوفی را به این دلیل گفتم که وقتی خطا و اشتباهاتمان در اثر یک
اتفاق رسوا شد، باید سعی کنیم فضا را باز کنیم و لاف و دروغ و ادعا بافی را کنار بگذاریم.

وقتی هر لحظه خودمان را انسان کامل و معنوی می‌دانیم زندگی با به وجود آوردن اتفاق به ما تلنگر می‌زند، حالا دیگر وقت عمل است آیا اهل ادعا هستی یا مرد عمل پس بهتر است، این ادعا و لاف را کنار بگذاریم و مثل زن صوفی سعی در تکرار اشتباهاتمان نکنیم؛ چون هر لحظه ممکن است خداوند در خانه ما را بزند و ما را رسوا کند، خداوند چند بار اشتباهاتمان را نادیده می‌گیرد تا فضل خودش را نشان دهد که این بشارت دهنده فضاگشایی است. اما اگر فضا را باز نکنیم عدل خداوند به اجرا در می‌آید و ما را جزا می‌دهد و همین عدل خداوند ترساننده و پرهیز دهنده است که دیگر با من ذهنی فکر و عمل نکن.

مر تو را ای هم به دعوی مُستزاد
این بدهستت اجتهاد و اعتقاد
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۲

اگر من هر لحظه روی خودم کار می‌کنم، پس چرا هر لحظه فقط ادعایم در این راه زیاد می‌شود؟

آیا حقیقت سعی و تلاش من به زندگی فقط زیاد کردن ادعاست؟

وقتی که هر لحظه تمرکز روی خودم و تکرار ابیات مولانا نیست و در این راه به اندازه کافی جدّ و جهد ندارم و هر لحظه سعی در حیر و سنی کردن دیگران دارم در حالی که خودم در گودال و چاه هستم. پس بهتر است به خودم گوشزد کنم که چرا به این برنامه گوش می‌دهم؟ آیا حقیقتاً مقصود من زنده شدن به زندگی‌ست یا زیاد کردن ادعا و انسان معنوی که با خرس من ذهنی‌اش دوست است یا درست کردن وضعیت‌های زندگی‌ام و به دست آوردن همانیدگی‌ها؟ پس باید هر لحظه تعهد خودم را در این راه معنوی بسنجم.

چون زنِ صوفی تو خاین بوده‌ای
دامِ مکر اندر دغا بگشوده‌ای
—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۳

پس وضعیتم درست مانند زن صوفی هر لحظه خیانت به زندگی ست که دام مکر و حيله را در فضای ذهن برای خودم و دیگران گشوده‌ام. رفتن به فضای شرطی شده ذهن ما را به عنوان امتداد خداوند در دام می‌اندازد و می‌فریبد و هر لحظه انرژی زنده زندگی را از ما می‌گیرد و در دردهای ما سرمایه‌گذاری می‌کند؛ در صورتی که ما می‌توانیم دیگر مثل زن صوفی رفتار نکنیم و زیر بار اشتباهات مان برویم و بیچارگی خودمان را پیش چاره‌گری مانند مولانا صادقانه ببریم، تا مرهم درهایمان شود.

که ز هر ناشسته‌رویی گپ‌زنی
شرم داری وز خدای خویش نی
—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴

وقتی ما انسان‌ها قدم در راه معنوی می‌گذاریم، بیشتر از هر چیزی دچار ناموس و آبروی مصنوعی می‌شویم و سعی می‌کنیم خومان را کامل نشان دهیم، تا دیگران ما را تأیید کنند و این بزرگترین مانع پیشرفت ما در تبدیل هشیاری است.

و بیشتر اوقات در مقابل من‌های ذهنی سعی می‌کنیم، خودمان را انسان آرامی نشان دهیم و دم از تقوا و صلاح می‌زنیم و شروع می‌کنیم به حرافای کردن در صورتی که در محیط زندگی با اعضای خانواده‌مان سعی در فضاگشایی نمی‌کنیم و از خداوند که هر لحظه نظاره‌گر این کار منافق‌گونه ماست، شرم نمی‌کنیم.

با تشکر
سمیرا از تایباد



خانم زهره از آمل



سلام و عرض ادب آقای شهبازی بزرگوار و تمامی همیاران عشقی.

–موضوع: هر عارضی را راضی ست

لیک گر آن قوت بر وی عارضی ست
پس نصیحت کردن او را راضی ست
–مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۷۹

بعد از مدتی مداومت در کار با برنامه گنج حضور و به طور ذهنی فضاگشایی کردن بالاخره به جایی می‌رسیم و خود را متقاعد کنیم از ذهن هیچ دستور نگیریم، چیزهای عارضی که مهم نیستند را به مرکز راه ندهیم، هم سخت است و هم آسان، فقط جدیت در کار و صبر و شکر می‌خواهد.

و واقعاً نمی‌دانم در کجای کارم، فقط به جلو پیش می‌روم. یار دوست دارد این آشفته‌گی را. پس لنگ و لوک و خفته شکل به هر صورت به‌سوی او در حرکتی که در این راه بینهایت است، هیچ پایانی ندارد و جناب مولانا با پند نیکویش پندم می‌دهد که اسب سرکش من ذهنی با تربیت همین ابیات مولانا تنها روی خود رام می‌شود.

فروبسته‌ست تدبیرم، بیا ای یار شبگیرم
بپرس از شاه کشمیرم کسی را کاشنا باشد
—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۷

پس تنها آشنای قدیمم این فضای گشوده‌شده درون با مرکز عدم‌بین است، باید پایداری را بکنم. از شاه
کشمیر، هر دم او دارد ما را به طرف خود می‌کشد تو بیا و از او بپرس، جز او چه کسی می‌تواند آشنای تو
باشد؟ هیچکس، جز خود او.

پس زندگی عقل و تدبیر من‌ذهنی ما را فروبست و خودش هم باز کند آن هم با عملکرد برخورد با
فضاگشایی او؛ این که با اتفاق این لحظه در آشتی و صلح باشیم و ستیزه‌ای نکنیم.

از یک جایی به بعد تصمیم جدی گرفتم و از خود زندگی کمک خواسته غیر او را هیچ نخواهم. خودش را
فقط برای خودش بخوام، سخت است اما شدنی.

من جز احد صمد نخواهم
من جز ملک ابد نخواهم

جز رحمت او نبایدم نُقل
جز باده که او دهد نخواهم
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۷۸

ننگرم کس را وگر هم بنگرم
او بهانه باشد و، تو مَنظرم
—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹

من کسان بیرونی را نمی‌نگرم و اگر هم خواسته و یا ناخواسته نگریستم، می‌دانم بهانه است برای آوردن عمل فضاگشایی‌هایم. این که همیشه با نمی‌دانم از خود حاضر و ناظر به احوالات ذهن خود و قرین‌های اطرافم مراقب باشم؛ با دیده‌بانی چون مولانا را در میانه آوردن دیگر به مراد رسیدن و یا نرسیدن برایم یکسان است، فرقی نمی‌کند.

هر که را فتح و ظفر پیغام داد
پیش او یک شد مُراد و بی مُراد
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵۹

تنها ضامنم همین فضای گشوده شده (خداست)؛ اصلم را در مرکز نشانم می دهد و این مهم است، بقیه
چیزها بیهوده کاری پوسته من ذهنی ست.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی
تا به خانه او بیابد مر تو را
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳

ور نه خَلَعَت را بَرَد او باز پس
که نیابیدم به خانه هیچ کس
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴

هر بی‌مرادی‌ها نشانه خوبی از طرف زندگی‌ست، تا به اصل خود متوجه شویم و یک حس رضایتمندی را
در درون حس کنیم و او می‌خواهد خودش را بیشتر در ما وسعت ببخشد.

عاشقان از بی مرادی‌های خویش
باخبر گشتند از مولای خویش
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶

بی مرادی شد قلاووزِ بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنوایِ خوش سرشت
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷

کار مرا چو او کند کار دگر چرا کنم
چونکه چشیدم از لبش یاد شکر چرا کنم؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۰۴

آقای شهبازی از شما بزرگوار در برنامه‌ای فرمودید: کنترل و سر درآوردن شغل همسران، او را سؤال پیچ نکنید و کسی که از حرفه و شغل همسرش هیچ آگاهی ندارد، برای چه مزاحم او می‌شود و این که مسئله و درد را بسازد؟

واقعاً با این جمله شما یک‌هو به خود آمدم، در رابطه با شغل همسر چقدر دخالت‌ها می‌کردم و چقدر طلبکار از او تا ساپورتم کند. و این ساپورت‌ها از درد من ذهنی‌ام بود تا با خواسته‌ها به خودش ترمیم کند و دردم را بیفزاید. درحالی که فضای گشوده‌شده (بی‌دردی) عقل و امنیت و هدایت و قدرت همه از او می‌آید، بایستی از مرکز عدم‌بین می‌گرفتم، نه از نقطه‌چین‌های داخل دایره.

من غره به سست خنده او
ایمن گشتم که او خاموش است
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۸۰-
-سُست خنده: تبسم، لبخند

دیگر از سست خنده‌های همسرم که من ذهنی مغرور می‌شد و خیالم راحت، او خاموش است و از او با
این راه سوء استفاده لازم ببر، متوجه شده چه کار ناشایست می‌کنم و ارزش خدایت درونم را می‌کاهم و
قیمت خود را نمی‌دانم، این احمقی می‌باشد.

قیمتِ هر کاله می‌دانی که چیست
قیمتِ خود را ندانی، احمقی ست
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۵۲

من نخواهم عشوه هجران شنود
آزمودم، چند خواهم آزمود؟
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۰۸

این آزمودن من‌ذهنی دردمند را دیگر نخواستم، که خواهان بهشتی بودن او شرط چیست؟ این است از هیچ‌کس توقع و انتظاری نداشته باشم. پس توقعات بی‌جا از همسر که بزرگ‌ترین مانع بود، رهایش کردم و دیگر به دنبال تأیید و توجه و دیده شدن در خواسته‌ها هیچ نبودم.

هنر خویش بپوشم ز همه تا نخرندم
مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۲

انتظارات از همسر تا حدودی زیاد به حداقل صفر رساندم، البته با کشیدن درد هوشیارانه بسیار موفق شدم و همانیدگی دیگر با فرزندم را در خود شاهد شده، چقدر در حق او ظلم کردم و بدون گفت‌گو دردی در سینه پنهان داشتم سبب می‌شد به او منتقل کنم. با خود مهربان و صادق که شدم حس رضایتمندی از درون به آنها منعکس شد.

واقعاً بخشیدن به خود، بخشیدن به دیگران ما را گارگاه صنع حق واقع می‌کند. ناگهان به خودی خود بیشتر زیر بار این بیت ارزشمند رفتم و در دلم نفوذپذیری بیشتری می‌کرد.

گفت شیطان که بِما اَغْوَيْتَنِي
کرد فعلِ خود نهان، دیوِ دنی
-مولوی، مثنوی، دفتر اوّل، بیت ۱۴۸۸

«شیطان به خداوند گفت: که تو مرا گمراه کردی. او گمراهی خود را به حضرت حق نسبت داد و آن دیوِ
فرومایه کار خود را پنهان داشت.»

اینکه گمراهی خود را خودم بدانم و خدا هیچ گمراهم نکرد، مرا به حال خود رها نکرد؛ مثل شیطان از زیر
کار فرار کرد، عمل نکنم و چون آدم مسئولیت قبول کرده و اعتراف که خودم به خودم ظلم کردم، خداوند
کمک‌مان می‌کند.

گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا
او ز فعل حق بُد غافل چو ما
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹

حضرت آدم گفت: «پروردگارا، ما به خود ستم کردیم.» و او همچون ما از حکمتِ کار حضرت حق بی‌خبر نبود.

با کمی حساب آوردن خود و از ته دل به عجز ناتوانی اقرار کردن، اینکه جاهلیم و به خود ظلم کرده‌ام. من آن خوبی و خوش و کانِ هر خوشی (با فساداری) که هیچ‌جای دیگر یافت نمی‌شود، باید او را در مرکز فراوان یاد کنم.

ابیات مولانا برایم گنج روانی شدند که به قول عزیزی یک بیتش را حاضر نیستم، با چیزی عوض کنم. هر روز با ذره‌ای جهد افزونی زندگی ما را می‌بیند و به حساب می‌آورد و به تدریج صد برابر افزون تر هم می‌کند؛ پس یک عنایت و جذب حق ارزش آن بهتر از صد گون جهد با ذهن است.

حال با صبر و شکر و پرهیز در سختی‌های زندگی قدم می‌نهم که صد البته سختی‌ها زندگی به شیرینی تبدیل می‌شود. عادتِ عارضی بد من‌ذهنی، تنها با نصیحت مولانا قابل تغییرست، محو می‌گردد.

مثلاً با کار روی خود به تدریج با تغییر دیدم، دید همسرم عوض شد. خشم او براساس خشمم بود، روزبه روز فروکش می شد و ترک سیگار که زمانی برایم عذاب آور بود با دخالت ذهن اینکه قدر سلامتی را بدان بدترش می کرد و بیشتر می کشید.

اما دیگر به خود آمده مگر من سیگارم، بکشد یا نکشد، برایم چه فرق می کند؟

از وقتی دست از سر او برداشتم و روی خود متمرکز شده ام، دست گن فکان زندگی به یک باره در کار شد شاهد معجزات زندگی شده ام، همسرم باشگاه رفت بعد مدتی گفت زهره مدتی ست سیگار نمی کشم برای سلامتی ضرر دارد. آن زمان فقط شکر حق می کردم، چون رهِیدم دیگر هیچ سوی دانه ها نگردم.

با دخالت من ذهنی بد عمل نکنم، اگر بخواهم با دخالت ذهن به کسی کمک کنم سخت در اشتباهم؛ طرف مقابل را کمک نکنم که هیچ بلکه مقاوم تر و بدتر ساختم و به خود و طرف ضرر می‌رسانم.

چاره آن دل عطای مُبدلی ست

داد او را قابلیت شرط نیست

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۳۷

—مُبدل: بَدَل کننده، تغییردهنده

عطای مبدلی دل تنها چاره‌اش فساداری ست، بی مقاومت و قضاوت، در این لحظه ساکن و حاضر نشستن و به نمی دانم خود دست یافتن و نرفتن به ذهن است. آنگاه اوی داننده بهتر از ما خودش می داند، چگونه کارهای زندگی مان را اداره و بررسی و حل و فصل کند.

خدایا از این بوی عشق و گرمای زندگی، با الگوی عمل مولانایی به رایگان هدیه ام داده ای، شاکرم.

فرزندم متوجه این ابیات گران بها، جان فزا و روح بخش شده است و سر تا پا بوسه بارانم می کند، می گوید مامان خونه ما بوی خدا می دهد. بهش گفتم بله درست است، این بو از حضور گرمای مولانای جان و پدر عشقی و جمع حضور عاشقان دل به زنده ست و این دگر من نیستم.

هر کجا بوی خدا می آید
خلق بین بی سر و پا می آید

زانک جان ها همه تشنه ست به وی
تشنه را بانگ سقا می آید

شیرخوار کرمند و نگران
تا که مادر ز کجا می آید
—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۷
سقا: آب دهنده؛ آب فروش.

—با احترام و عشق
—زهره از آمل



خانم دیبا از کرج



به نام خدا
آب حیات زیر سنگ همانیدگی‌هاست.

مولانا به ما چراغ می‌دهد، تا سنگ همانیدگی‌ها را شناسایی کنیم و مثل چاه کن خاکشان را بتراشیم تا به
آب هوشیاری که از زیر فکرهای ما رد می‌شود، برسیم.
تا زمانی که با ابیات دیو سوز مولانا آشنا نبودم، نمی‌دانستم هر همانیدگی سنگی ست که روی گنج حضور
را می‌پوشاند و من باید جهد کنم تا سنگ‌ها را بکنم و به آب هوشیاری برسم.

آشنایی گیر شب‌ها تا به روز
با چنین استاره‌های دیوسوز

هر یکی در دفعِ دیوِ بدگمان
هست نفت‌اندازِ قلعه آسمان

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۳۰ و ۴۲۳۱

با من ذهنی با چیزها همانیده می‌شدم و مرکز مرا از سنگ همانیدگی‌ها پر می‌کردم، طوری که بیماریِ زخمِ معده و افسردگی مرا رها نمی‌کرد. همانیدگی با پول، تأیید و توجه مردم با موفقیت در امور زندگی بخاطر پندار کمال، کنترل همسر و فرزندانم و مقایسه آنها با دیگران چنان مرا از پا در آورده بود که گوهر حضورِ زیر سنگ‌ها را نمی‌دیدم.

اکنون که از مولانا تسلیم را آموختم، اجازه می‌دهم، عقل کلی آتش به توهمات من ذهنی‌ام بزند تا سنگی‌ام کمتر شود و نور حضورم بیشتر شود.

جهد کن تا سنگی‌ات کمتر شود
تا به لعلی، سنگِ تو انور شود

صبر کن اندر جهاد و در عِنا
دَم به دم میبین بقا اندر فنا
—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۳۹ و ۲۰۴۰

لعل در اینجا نماد گوهر حضور است که در فضای گشوده می‌تابد و کارخانه سنگ‌سازی من ذهنی را ویران می‌کند.

کار زندگی این‌ست که ما به هر چیزی و یا هر کسی بچسبیم آن را از ما می‌گیرد، این‌کندن و گرفتن‌ها درد و سختی دارد تا ما بفهمیم نباید با چیزی همانیده شویم و جلوی کار زندگی را که لحظه به لحظه بقا اندر فناست، بگیریم.

وصفِ سنگی هر زمان کم می‌شود

وصفِ لعلی در تو محکم می‌شود

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۱

وصفِ سنگی وصفِ چسبندگیِ دل ما به چیزهاست که سیمانی از دردها مثل گناه، حسادت، خشم، رنجش، کینه، دروغ، تأسف، نگرانی، توقع داشتن از آدم‌ها و قضاوتشان درست می‌کنیم. تنها با فضاگشایی سنگ‌ها کمتر می‌شود و وصف لعلی که وصف حضور ماست، بیشتر می‌شود و به زندگی زنده می‌شویم.

سمع شو یکبارگی تو گوش‌وار
تا ز حلقه لعل یابی گوش‌وار
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۳

مولانا می‌فرماید: یکسره گوش باش تا در حلقهٔ حضور، پیغام‌های زندگی را خدا به گوشت بگوید.

همچو چه‌گن خاک می‌کن گر کسی
زین تنِ خاکی، که در آبی رسی
—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۴

اگر کسی هستی و خود را به عنوان امتداد خدا شناسایی کردی مثل چاه کن هر لحظه در کندن خاک
همانیدگی‌ها باش و فضا باز کن تا به آب حیات برسی.

گر رسد جذبه خدا، آبِ مَعین
چاه ناکنده، بجوشد از زمین
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۵

هر فکر و عملی که با تسلیم است ما را به جذبهٔ عنایت خدا می‌رساند و می‌فهمیم بدون اینکه با من ذهنی
چاه بکنیم، خرد و شادی بی‌سبب از اعماق وجودمان می‌جوشد.

کار می‌کن تو، به گوشِ آن مباش
اندک اندک خاکِ چَه را می‌تراش
—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۶

تو ای انسان منتظر جذبه خدا نباش و یکسره در کار صبر و فضاگشایی ناظر ذهنت باش.

هر که رنجی دید، گنجی شد پدید
هر که جدی کرد، در جدی رسید
—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۷

هر کسی که درد هوشیارانه کشید و چیزی به مرکزش نیاورد، گنج حضورش پدید می‌آید و هر کسی که در راه فضاگشایی، جدی روی خودش کار کند، بهره می‌برد و کارهایش درست می‌شود.

گر رهایی بایدت زین چاه تنگ
ای برادر رو بر آذر بی‌درنگ
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۹۴

ای برادر اگر می‌خواهی از چاه ذهن آزاد شوی بی‌معطلی به سوی آتش درد هوشیارانه برو و سنگ همانیدگی‌ها را بکن.

بانگ می‌زد آتش ای گیجانِ گول
من نی‌ام آتش، منم چشمه قبول
—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵

زندگی از طریق مولانا فریاد می‌زند: که ای من‌های ذهنی گیج‌و‌گول از آتش دردها نترسید و با فضاگشایی
به سوی من بیایید که سرچشمهٔ حیات من هستم.

با سپاس فراوان
دیبا از کرج



خانم زهرا از تهران



سلام به استاد گرامی و همراهان گنج حضور

شب قدر است جسم تو، کزو یابند دولتها
مه بدر است روح تو، کزو بشکافت ظلمتها
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۵

به خودم برمی گردم، خوشبختی و طالع خوب از نظر من چیست؟ چه چیز را به دست آورم، خوشبختم؟ در
آرزوی چه هستم؟ و چه روزهایی را خوب یا چه روزهایی را بد می پندارم؟ از چه چیز و چه رفتاری خوشم
یا بدم می آید؟ اینها همه شب قدر من است. البته اینها را نباید قضاوت کنم. گنج من همین شب است.
من باید همین شب را به تقویم الهی بیاورم. ناجی من خودم هستم، تقویم الهی خودم هستم.

خودم در این تقویم با راهنمایی روح خودم که لوح محفوظه و آسیبی نمی‌بینم، می‌توانم در دریای بخشش خودم زلتهای و دردهای و خشمهای و توقعات و بیماری‌ها و... را شفا بدهم، و هر لحظه خلعتی نو به تن کنم. جسم من، هیجانات، افکار و جان جسمی من، اینها شب قدر من هستند، ارزشمندند، تنها ابزار و موهبت خدایی هستند که من با بخشش خودم، می‌توانم هر لحظه خانه دلم را آباد کنم و حتی به دیگران خیر برسونم، به شیوه درست.

پس هماره روی معشوقه نگر
این به دست توست بشنو ای پدر
—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷

آیا هر لحظه می‌دانم چونی و چگونگی جسم و زندگی مادی من مهم نیست. من برای خوشبخت شدن و بدبخت شدن نیامده‌ام، من برای تکامل آمده‌ام.
با فضا گشایی اطراف هر حالتی و نجنبیدن با آنها، شب ذهن روشن میشه و من به دردهام آگاه میشم.

سخته؟ بله خیلی سخته، درد هشیارانه داره، ولی هر لحظه بی‌چونِ روح طلوع می‌کنه به چگونگی‌های زندگی من، شب قدر اگر با طلوع نور روح، روشن بشه، شب با ارزشه. در غیر اینصورت شب قبر ذهنه، شب دام و باور و کبره. من کاری لازم نیست بکنم، صبر می‌کنم و پرهیز.

آیا من صبر و پرهیز دارم؟ به اتفاقات دامن می‌زنم و می‌چسبم؟ آیا به فکرهام می‌چسبم؟

چو فرموده‌ست حق کَالصُّلْحُ خَيْرُ
رها کن ماجرا را ای یگانه
—مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۴۶

یا ماجراها و فکرها را رها می‌کنم و لحظه به لحظه به تاریکی و ابهام فضای گشوده، اعتماد می‌کنم؟

از آب و گل بزادی، در آتشی فتادی
سود و زیان یکی دان، چون در قمارِ مایی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۶۵

باتشکر
زهرا از تهران



خانم هدی از تهران



با عرض ادب و احترام خدمت آقای شهبازی و عزیزان گنج حضور
موضوع : تزریق افکار به اطرافیان

بر زبان نام حق و، در جانِ او
گندها از فکرِ بی‌ایمانِ او
—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۹

من همیشه افکار منفی زیادی در من ذهنی‌ام داشتم، ولی بیان نمی‌کردم و فکر می‌کردم وقتی با کسی
درباره‌اش صحبت نکنم، یعنی جلوی تأثیر بد این افکار را گرفته‌ام. تا این که چند بار بلافاصله بعد از
این که با من ذهنی‌ام، فکر منفی کردم.

عیناً همان را از دهان اطرافیانم شنیدم و متوجه شدم که آنها افکار مرا می گیرند و چون متوجه من ذهنی نیستند، آن را بیان می کنند. تصمیم گرفتم هنگامی که با اطرافیانم هستم به جای قضاوت های من ذهنی، اشعار مولانا را با خودم تکرار کنم تا تأثیر مثبتی روی جهان پیرامون خودم بگذارم.

آن فکر و خیالاتِ چو یاجوج و چو ماجوج
هر یک چو رخ حوری و چون لعبت چین شد
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۴۴

با سپاس فراوان، هدی 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