



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

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)



## پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد و هشتاد و نهم





خانم زهرا سلامتی از زاهدان



با درود و سپاس بر تمامی کائنات عالم هستی و آقای شهبازی نازنین.  
برنامه، ۱۰۰۵ غزل ۱۲۶۸ و ابیات انتخابی  
بنام خداوند عشق

صد سال اگر گریزی و نایی بُتا، به پیش  
برهم زنیم کارِ تو را همچو کارِ خویش

مگریز که ز چنبرِ چَرختِ گذشتنی ست  
گر شیرِ شَرزه باشی، و رِ سِفله گاومیش  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۸  
چنبر: حلقه، هر چیز دایره مانند  
شَرزه: خشمگین  
سِفله: پست، فرومایه

در بیت اول غزل مولانا جان به کار کردن و طولانی کردن کار و گریختن از کار به صورت جمعی و فردی اشاره دارد.

و از زبان زندگی به ما می گوید که:  
ای زیبا روی کار کوتاه را که همان زمان زنده شدن و تبدیل و حس وحدت با من است، بر خود دراز مکن،  
اگر صد سال هم از من فرار کنی منتها منم و به من خواهی رسید.  
از چه می گریزی از واقعیت های وجودی خودت که همان شهادت پذیرش اتفاق لحظه بدون قید و شرط  
است و روبرو شدن با آن؟

از چه می گریزی و در جنگ و ستیزی از اختلاف احوالات که تو را به سوی زمان مجازی سوق می دهد و در نقش غالب می سازد؟  
کار من مستقیم است و بر تمامی کارهایت سبق دارد و پیشی هر کاری با من ذهنی ات انجام بدهی بر هم خواهیم زد.  
اداره کل نظام هستی بر پایه قانون قضا و قدر و قانون ضربان تکاملی هوشیاری من بنا شده است و من تو را مانند کف دستم می شناسم.  
کار کردن تو همان کارهای من است این منم که هم هوشیاری حضور را در فکر و عملت سرازیر می کنم و هم کار من ذهنی ات را خوب می دانم که الان چگونه فکر می کند.

چقدر می‌خواهی مسیر را طولانی کنی و به خرابکاری‌های ذهنی ات ادامه دهی؟ کارهایت به ثمر نخواهد رسید چرا که زندگی زنده‌ای که من به رایگان در اختیارت قرار داده‌ام، تبدیل به تولیدات من ذهنی می‌کنی و تبدیل به اوهام و تصویرات ذهنی و تبدیل به دردهای من ذهنی.

از جمله: مقایسه، حسادت، خشم، ترس، خود کم بینی، عدم روا داشت، و حرص و آزمندی و احساس گناه و احساس خبط.  
چه قدرتمندترین آدم روی زمین باشی که تاریخ خود شاهد است و گونه‌های مختلفی از این به هم ریختن‌ها را دیده است.

و چه یک انسان مفلس و درمانده و به اصطلاح یک کارتون خواب، گریزی نیست بایستی از من ذهنی عبور کنی و از لحظه نگریزی و شهامت و جسارت رفتن به فضا گشایی و روبرو شدن با حقیقت وجودی خود را که همان ملاقات با من هست را داشته باشی.

می گریزم تا رگم جنبان بُود  
کی فرار از خویشتن آسان بُود؟  
—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت، ۶۶۸

به هر جهت و به هر سمت و سویی بروی نمی توانی خود را از چنگال من رها سازی.

به چه می‌خواهی پناه ببری؟  
به سبب سازی‌های ذهنی که تو را بیشتر در نقش‌های غرق می‌سازد و عجین که حالات را با نقش‌ها پیوند بدهد؟

که به عنوان مثال:  
اگر به نقش مادریت لطمه و خدشه وارد شود و یا مورد حمله قرار بگیرد واکنش نشان بدهی؟  
و از نقش‌های دفاع کنی که نتوانی اول عشق را در طرف مقابلت شناسایی کنی و بعد فضای درون را گشوده سازی؟  
تا پیغام این ماجرا را دریافت نمایی؟

به چه می‌خواهی بگریزی؟  
به عقل زاغ و عقل جزوی من ذهنی که استاد ساختن گور است و به گورستان من ذهنی هدایت می‌کند؟ و  
در درون خودش چال؟  
که هم زندگی خودت را خراب می‌کنی و هم زندگی دیگران را؟ و اسیر و دچار افسردگی و دلمردگی؟

چرا نمی‌خواهی با خرد کل کار کنی؟

به چه می‌خواهی پناه ببری؟  
به پندار کمالت که در افسانه سازی‌های ذهنی خود را همه چیز دان می‌داند و کامل؟

ولی موقع زنده شدن به زندگی و گام نهادن در مسیر زندگی و کار کردن فعالانه و هوشمندانه روی خود، خود را نه قابل می داند و نه لایق و ناتوان و ناچیز می پندارد؟  
به چه می خواهی بگریزی؟  
به آبروی صد من حدیدت و تعصبات خشک و جامد ذهنی و سخت گیری های بی موردش؟  
که اگر کسی من جمله فرزندان مطابق میل تو رفتار نکنند، عبوس و اخمو و عصبانی شوی و بر آنها سخت بگیری که چرا مطابق میل من زندگی نمی کنید؟  
در حالی که هر کسی در درونش وصل به خدایت خود می باشد و یک هوشیاری قائم به ذات است و یک هوشیاری واحد.

به چه می خواهی پناه ببری؟  
به مرادات اشکسته پای من ذهنی و آرزومندی هایش که تو را به کام برساند و به زندگی؟  
در حالی که در این جهان لایتناهی هیچ کسی با من ذهنی اش به کام نرسیده است و به زندگی زنده نشده است.

چرا با سلیمان پا به دریا یکتایی نمی گذاری؟ چرا می خواهی با نصیحت کردن حال من ذهنی ات را خوب کنی؟  
تا زمانی که با خداوند یکی نشده ای نه حالت خوب می شود و نه کارت. چرا فضاگشایی نمی کنی؟  
چرا طعنه لا تبصرون خداوند را نمی شنوی و نمی بینی؟ که:

كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ  
كُلُّ شَيْءٍ عَنْ مُرَادِي لَا يَحِيدُ  
—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰

«در هر بامداد کاری تازه داریم، و هیچ کاری از حیطه مشیت من خارج نمی‌شود.»

که هر لحظه و هر ساعت شیوه نو دارد و پیغام‌های مختلفش را برایت ارسال می‌کند که بیدار شوی و بیدار  
بمانی.

چرا در هر جهتی و در هر وضعیتی که هستی چه خوشایند و چه نا خوشایند روی به سوی زندگی نمی‌آوری؟

حَيْثَ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ  
نَحْوَهُ هَذَا الَّذِي لَمْ يَنْهَكُمْ

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۵

«در هر وضعیتی هستید روی خود را به سوی آن وحدت و یا آن سلیمان بگردانید که این چیزی است که خدا شما را از آن باز نداشته است.» مگر نمی‌دانی که آنچه که ذهن نشان می‌دهد بازیست و فریبکاری‌های من ذهنی.

و اصل و باطن ماجرای زندگی فقط فضا گشاییست که خداوند می خواهد شادی های بی سببش را سرازیر نماید؟

و همه عشاق را نسبت به من ذهنی شان اینگونه می کشد تا طنازی و سرکشی نکنند.

چرا همواره به دنبال حال خوب من ذهنی هستی و بر امید حال بر من می تنی و تلاش می کنی و زندگی؟

خداوند مطلق است و در تمامی باشندگان و کائنات زندگی می شود و جاریست و فقط تنها رسالت این است که در راستای زندگی گام برداری و با زندگی موازی شوی و میزان.

در دلش خورشید چون نوری نشاند  
پیشش اختر را مقادیری نماند  
—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۵

وقتی که در دلت خورشید زندگی با فضاگشایی نور حضور مستقر گردد در این صورت است که نور اختران  
یعنی همانیدگی‌ها ارزش خود را از دست می‌دهند.

و هیچ هم هویت شدگی آن مقام و منزلت را دارا نمی‌باشد که به مرکزت بیاید و توجه ات را جلب نماید و  
جایگاه خداوند را بگیرد.

بلکه اغلب رنج‌ها را چاره هست  
چون به جدّ جویی، بیاید آن به دست  
—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۱۶

رنج‌ها چاره دارند.  
دردها چاره دارند.

چاره و راه حل آن فقط مجدانه و به جد فضا گشاییست تا زندگی بتواند بر رویت کار کند.  
و ذکر واقعی خداوند فقط فضاگشاییست. که این خود کار هر اوباش نیست و کار هر قلاشی نمی‌باشد.

ای رفیقان، راه‌ها را بست یار  
آهویِ لنگیم و او شیرِ شکار  
—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۶

جز که تسلیم و رضا کو چاره‌ای؟  
در کفِ شیرِ نرِ خون‌خواره‌ای  
—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۷

تا زمانی که دیر نشده و تمامی درها را به رویت نبسته‌ام، با تسلیم و رضایتمندی کامل و توکل تمام به  
سویم بازگرد.

چاره‌ای جز تسلیم و رضا نداری و من کارم را بهتر از تو بلدم که انجام بدهم.

ای شاد باطلی که گریزد ز باطلی  
بر عشقِ حق بچُفسد بی صَمغ و بی سریش  
—مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۸  
بچُفسد: بچسبد  
صَمغ: مایه چسبناک گیاهی که برای چسبانیدن اشیا به کار می‌رود.

و خوشا به حال باطلی و خوشا به سعادت من ذهنی ای که در حالی که در خواب ذهن است تا حدودی  
بیدار شود.

و با فضا گشایی از این باطل من ذهنی‌اش بگریزد.  
و بدون ضمغ و بدون سریش‌ها و چسب‌های سبب‌سازی و استدلال‌های من ذهنی با حضرت عشق  
بچسبد و با او به وحدت برسد.

یک زمان کار است بگزار و بتاز  
کارِ کوتاه را مکن بر خود دراز  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱  
گزاردن: انجام دادن، ادا کردن

یک لحظه است اگر فضا گشایی را کامل انجام دهی می‌توانی به من زنده شوی.

خُطَوَتَّینی بود این رَه تا وصال  
مانده‌ام در رَه ز شَسْتَت شصت سال  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹

«این راه تا وصال به معشوق دو قدم بیش تر فاصله ندارد، درحالی که من در این راه شصت سال است که  
از کمند وصال تو دور مانده‌ام.»

خُطَوَتَّین: دو قدم، دو گام؛ بایزید نیز خُطَوَتَّین را این گونه بیان می‌کند: هرچه هست در دو قدم حاصل آید  
که یکی بر نصیب‌های خود نهد و یکی بر فرمان‌های حق. آن یک قدم را بردارد و آن دیگر بر جای بدارد.  
شَسْت: قلاب ماهیگیری

دو قدم راه هست تا رسیدن به من. یک قدم پرهیز است. و یک قدم فضاگشایی.

و یک بینشی که بدانی از جنس من ذهنی نیستی و دید غلط دویی را کنار بگذاری.

اول و آخر تویی ما در میان

هیچ هیچی که نیاید در بیان

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱

«همان طور که عظمت بی‌نهایت الهی قابل‌بیان نیست و باید به آن زنده شویم، ناچیزی ما هم به‌عنوان

من‌ذهنی قابل‌بیان نیست و ارزش بیان ندارد. باید هرچه زودتر آن را انکار کنیم و به او زنده شویم.»

اشاره دارد به سوره حدید ( ۵۷ )، آیه، ۳ :

«هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ»

«اوست اوّل و آخر و ظاهر و باطن، و او به هر چیزی داناست.»

خداوندا:

اول تو بودی که ما را خلق کردی و آخر هم تو هستی که ما را به سوی خودت باز می گردانی.

و در پایان: وقتی که خرد بی منت‌های کائنات سرگرم کار است، زندگی شخصی کوچک من زهرا را هم اداره می‌کند.

ای ز غم مُرده که دست از نان تُهی‌ست  
چون غفورست و رحیم، این ترس چیست؟  
—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷

پُر انرژی و سالم بمانید.  
خیلی ممنون، خدا نگهدار شما.

زهرا سلامتی، از زاهدان.



آقای مرتضی از کانادا



به نام حضرت دوست

سلامی چو بوی خوش آشنایی  
بدان مردم دیده‌روشنایی

درودی چو نور دل پارسایان  
بدان شمع خلوتگه پارسایی  
حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۴۹۲

توکل  
مولانا در غزل ۲۱۶ می فرماید:

چو دل تمام نهادی ز هجر بشکافد  
به زخم نادره مقراض اهبطوا منها  
—مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۶

یعنی : وقتی ما از عمق وجود مان به تمام و کمال و صادقانه تمامی همانیدگیهایمان را در طبق اخلاص  
تقدیم زندگی بکنیم، آن موقع است که خیاط زبردست زندگی با مهارتی غیر قابل وصف دست به کار شده  
و با قیچی اهبطوا منها قبای بلند همانیدگی‌های ما را می‌برد و البته که ما در من ذهنی خوشمان نمی‌آید  
ولی با کشیدن درد هشیاران‌ه اعلام می‌کنیم که زندگی بر زین ما نشسته نه شیطان، و مطمئن هستیم که  
در نهایت، خیاط زندگی، قبایی فاقد همانیدگی و در نهایت زیبایی و اندازه به تنمان خواهد کرد که لایق  
آن هستیم چون از جنس خودش هستیم.

پس رمز موفقیت توکل است.

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

مولانا اشاره به تسلیم تمام کرده، تسلیم ۱۰۰٪ یعنی ۹۹٪ هم به درد نمی خورد، ولی متاسفانه ما با من  
ذهنی حتی حاضر نیستیم ۱۰٪ هم توکل بکنیم چه برسد به ۱۰۰٪ !!!

من هر وقت به واژه توکل فکر می‌کنم یاد حضرت ابراهیم (ع) می‌افتم که خداوند او را با آزمایش‌های سخت آزمود و او به لطف زندگی از تمام آنها سربلند بیرون آمد، زیرا دلش را صاف کرده بود و می‌دانست که خداوند «بد» او را نمی‌خواهد بلکه از صد پدر هم بر او مهربان‌تر است و او هم توکل تمام، کرد یعنی: یکی از بزرگترین همانیدگیها که همانیدگی فرزند است را با کمک زندگی انداخت.

اگر یک لحظه خودمان را به جای او قرار دهیم می‌بینیم که امتحان بسیار بزرگی را پاس کرده و خداوند هم لقب «خلیل الله» یعنی: دوست خدا را به او داد.

حکایت است: شخصی در کنار لاشهٔ مردهٔ سگش نشسته بود و گریه می‌کرد، رهگذری از او پرسید: چه شده؟ گفت سگم از شدت گرسنگی مرده، رهگذر که دید او کیسهٔ بزرگی به همراه دارد، گفت در کیسه‌ات چیست؟ گفت: نان خشک، گفت: پس چرا از نان‌های خشک به او ندادی که بخورد و نمیرد؟ گفت: من سگم را بی‌نهایت دوست داشتم ولی نه آنقدر که از نان خشک‌هایم به او بدهم!

این حکایت تمثیلی از وضعیت ما در من ذهنی است که مشتاقانه می‌خواهیم به حضور برسیم، ولی!! نه آنقدر که بهایش را بپردازیم.

ما باید من ذهنی را از پشتمان پایین بیاوریم و بگوییم دوران سواری شما دیگه تموم شده بفرمایید پایین، از الان به بعد من سوارکارم، ولی نه تنها این کار را نمی‌کنیم بلکه همچنان در کارها با او مشورت هم می‌کنیم!!!

در زمانه صاحب دامی بود  
همچو ما احمق که صید خود کند؟  
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷

در کل کائنات فقط انسان است که با استفاده از عقل جزوی خود را دچار شکست و سرخوردگی می‌کند و از آن بدتر اینکه، کراراً فریب من ذهنی‌اش را هم می‌خورد و سالها در باتلاق ذهن دست و پا می‌زند.

البته که زندگی دست از سر ما بر نمی‌دارد و ما را رها نمی‌کند،

بارها و بارها به کمک ما آمده و باز هم می‌آید ولی چرا باید راه کوتاه وصال را اینقدر برای خودمان طولانی کنیم؟

خطوتینی بود این ره تا وصال  
مانده‌ام در ره ز شستت شصت سال  
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹

یعنی: دو قدم بیشتر فاصله نیست تا در آغوش کشیدن یار، ولی ما با من ذهنی عمری را به بطالت سپری  
کردیم و حاصل کارمان فقط درد و اندوه و پشیمانی بوده.

تا به دیوار بلا ناید سرش  
نشود پند دل آن گوش کرش  
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳

اختیار با ماست ما دو راه بیشتر نداریم ۱- فضاگشایی لحظه به لحظه بدون قضاوت ۲- تدبیر کردن با من  
ذهنی و ماندن در باتلاق دردها

تدبیر کند بنده و تقدیر نداند  
تدبیر به تقدیر خداوند نماند  
مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۵۲

نتیجه اینکه، ما باید ابتدا تسلیم را بیاموزیم و سپس توکل کنیم و شروع به کار روی خود، زیاد هم تعلل نکنیم که وقت بسیار تنگ است.

هله بحری شو و در و، مکن از دور نظاره  
که بود در تک دریا کف دریا به کناره  
مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۲

ما فکر می‌کنیم که خیلی وقت داریم، این هم نتیجه مشورت با من ذهنی‌مان است که دائماً در گوشمان می‌گوید: حالا که وقت داری فعلاً کارهای دنیایت را سر و سامان بده بعد برو سراغ کارهای معنوی، غافل از اینکه تا ابد هم با من ذهنی کوچک‌ترین حرکتی به سمت زندگی نخواهیم کرد، مثل مجنون و ناقه، که گرچه همراه بودند ولی اهدافشان ۱۸۰ درجه با هم فاصله داشت.

راه نزدیک و بماندم سخت دیر  
سیر گشتم زین سواری سیر سیر  
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۵۰

پس هر وقت ما هم مثل مجنون به اين نتيجه رسيديم كه با اين شتر من ذهني به منظور زندگي نخواهيم  
رسيد، بايد همچون او كه خود را از بالاي شتر انداخت پايين و پايش هم شكست ولي درد آن را كشيد و  
سینه خيز به سوي ليلي رفت.

ما نيز خود را از من ذهني به بيرون بيندازيم و درد هوشيارانه آن را بچشيم و فضا را باز كنيم ، فقط ناظر  
افكارمان باشيم تا راه حل توسط زندگي و كن فيكان در زمان خودش به كمك ما بيايد، انشالله.

به پایان آمد این دفتر حکایت همچنان باقی  
به صد دفتر نشاید گفت حسب الحال مشتاقی  
سعدی، غزل شماره ۵۸۶

با تشکر  
مرتضی از کانادا



خانم زهرا از خمین



((فواید قرین))

قرین‌های ما یعنی افراد خانواده و اطرافیان ما به دو شکل روی ما تاثیر می‌گذارند:  
اگر در من ذهنی باشیم و در خودمان حاضر نباشیم و واکنش نشان دهیم و با حرف و عمل‌های آنها اتفاق بيفتيم، روی پیشرفت ما تاثیر منفی خواهند داشت.

اما اگر ما حواسمان باشد که در هر اتفاقی در خودمان حاضر باشیم و پیغام اتفاق را بگیریم، اطرافیان ما پله‌ای خواهند بود برای پیشرفت معنوی ما و اتفاقاً ما باید دعاگو و شکرگزار وجود آنها باشیم؛ چون ما خودمان قادر به انداختن هم هویت شدگی‌ها نیستیم، فقط با تسلیم در اتفاقاتی که خدا توسط اطرافیان ما پیش می‌آورد، همانیدگی‌ها از مرکز ما برداشته می‌شوند.

گفت: نیکویی از این‌ها دیده‌ام  
من دعاشان زین سبب بگزیده‌ام

خُبث و ظلم و جور چندان ساختند  
که مرا از شر به خیر انداختند

هر گهی که رو به دنیا کردمی  
من از ایشان زخم و ضربت خوردمی  
—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۸۶ تا ۸۸

کردمی از زخم، آن جانب پناه  
باز آوردندی گرگان به راه

چون سبب سازِ صلاحِ من شدند  
پس دعاشان بر من است، ای هوشمند  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۸۹ تا ۹۰

ولی ما در اتفاقات به جای رضا داشتن شکایت می‌کنیم:

بنده می‌نالد به حق از درد و نیش  
صد شکایت می‌کند از رنج خویش

حق همی گوید که: آخر رنج و درد  
مر تو را لابه کنان و راست کرد  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۹۱ و ۹۲

اگر ما طالب زنده شدن به خدا هستیم باید فضا را باز کنیم و در آرامش فضای گشوده شده راضی باشیم  
تا عنایات خدا ما را از شر همانیدگی‌ها آزاد کند:

تو از خواری همی‌نالی، نمی‌بینی عنایت‌ها  
مخواه از حق عنایت‌ها و یا کم کن شکایت‌ها

خنک جانی که خواری را، به جان، ز اول نهد بر سر  
پی اومید آن بختی، که هست اندر در نهایت‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹

اگر در اتفاقاتی که توسط همسر فرزندان و اطرافیان برایمان پیش می‌آورند صفر باشیم و راضی، می‌بینیم  
که آنها واسطه رسیدن ما به فضای یکتایی هستند:

مر عسس را ساخته یزدان سبب  
تا دود از بیم او در باغ شب

ببند آن معشوقه را او با چراغ  
طالب انگشتی در جوی باغ  
– مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۵۳ تا ۵۴

پس قرین می کرد از ذوق آن نفس  
با ثنای حق، دعای آن عسس  
-مولوی، مثنوی، دفترچهارم، بیت ۵۵

کز عوانی مرو را آزاد کن  
آنچنان که شادم، او را شاد کن  
-مولوی، مثنوی، دفترچهارم، بیت ۵۷

بر همه زهر و برو تریاق بود  
آن عوان، پیوندِ آن مشتاق بود  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴

و بدانیم که مقصود زندگی از هر اتفاقی: یا آزاد کردن ما از یک همانیدگی هست، یا تمرینی برای صبر  
بیشتر و گشوده شدن بیشتر فضای درونمان.

یار بد نیکوست بهر صبر را  
که گشاید صبر کردن صدر را  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۰۷

بنده آنم که مرا بی گنه آزرده کند  
چون صفتی دارد از آن مه، که بیازرد مرا  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳

در حقیقت هر عدو داروی دوست  
کیمیا و نافع و دل جوی دوست  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۴

تو را هر آنکه بیازرد، شیخ و واعظ دوست  
که نیست مهر جهان را چو نقش آب قرار  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴

چون گزیدی پیر نازک دل مباش  
سست و ریزنده چو آب و گل مباش

گر به هر زخمی تو پر کینه شوی  
پس کجا بی صیقل آینه شوی؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۷۹ و ۲۹۸۰

و در آخر غزل زیبای ۱۱۹۷ که پیغام تلفنی خانم بهار از کالیفرنیا برای من انگیزه‌ای شد که این غزل را حفظ کنم و خیلی خیلی در چالش‌ها برای من مفید بوده و هست:

غزل شماره ۱۱۹۷:

اگر آتش است یارت، تو برو در او همی سوز  
به شبِ فراقِ سوزان تو چو شمع باش تا روز

تو مخالفت همی کش، تو موافقت همی کن  
چو لباسِ تو درانند، تو لباسِ وصل می دوز

به موافقت بیابد تن و جان سماعِ جانی  
ز رباب و دفّ و سرنا و ز مطربان درآموز

به میانِ بیست مطرب، چو یکی زند مخالف  
همه گم کنند ره را چو ستیزه شد قلاوز

تو مگو همه به جنگند و ز صلحِ من چه آید؟  
تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغِ خود برافروز

که یکی چراغِ روشن ز هزار مُرده بهتر  
که به است یک قدِ خوش ز هزار قامتِ کوز  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷

ستیزه: لجوج شدن، به عناد افتادن  
قَلاوز: پیشرو لشکر، رهبر، راهنما  
مُرده: خاموش  
کوز: گوژ، خمیده

زهرا از خمین



خانم لی لا



سلام، برگرفته از برنامه شماره ۳ گنج حضور:

مُطْرِبِ عَشْقِ اِبدَم، زخمه عَشْرَت بَزَنَم  
ریشِ طَرِبِ شانه کنم، سِبَلَتِ غَم را بِگَنَم  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۵

زندگی می‌گوید: من شادی هستم، شادی عشقِ ابدی. ما ابدی را با ذهن، بی‌نهایت زمان آینده می‌دانیم  
اما ابدیت و بی‌نهایت دو صفت خدایی‌ست که اگر به این دو صفت زنده شویم می‌توانیم درک کنیم که  
انسان اصلاً چیست؟! ابدیت یعنی آگاهی به این لحظه که تا بی‌نهایت ادامه دارد.

مطرب عشق ابدم یعنی ذات من از جنس شادی ست و من درد و غم را نمی‌شناسم چون با ذات اصلی من سازگاری ندارد. پس به هر کاری که دست می‌زنم شادی، خرد و آرامش خدایی به آن کار می‌ریزد. و سبیل غم را می‌کنم و رسوایش می‌کنم.

آیا شما هر کاری که می‌کنید شادی خدایی با آن عجین می‌شود و به آن کار می‌ریزد؟ آیا با هر کسی که برخورد می‌کنید می‌توانید به او عشق و آرامش را ارمغان دهید؟

هر چه ما شادتر و آرامتر می‌شویم به ذاتِ اصلی خودمان نزدیکتر می‌شویم. کار اصلی ما هم، این است که به شادی خدایی دست پیدا کنیم و گذشته پر درد خود را رها کنیم و ببخشیم. ببخشیم یعنی به بی‌اساس و توهمی بودن دردهایمان پی ببریم. رهایی از رنجشها و دردهای ما فقط توسط خود ما انجام می‌شود و مسئول آن فقط خود ما هستیم. هیجانات ما مثل خشم و رنجش باید عمر بسیار کوتاهی مثلاً یک یا دو دقیقه داشته باشند نه اینکه ۲۰ سال آن را با خود حمل کنیم.

مثالی می‌زنم. زمانیکه سنگی را بر روی سطح اقیانوس می‌اندازیم چند دایره روی آب تشکیل می‌دهد و بعد از مدت بسیار کوتاهی آن دایره‌ها از بین می‌روند. هیجانات ما هم همین طور باید باشند تا بتوانیم دائم به زندگی وصل باشیم و شادی ابدی داشته باشیم. برای رسیدن به چنین شادی اصیلی برنامه گنج حضور راه را برای شروع تمرین معنوی به سادگی به ما نشان داده است.

با سپاس فراوان از آقای شهبازی.

لی لا



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](http://www.parvizshahbazi.com)