

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

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



## پیغام عشق

قسمت سبب و شصت و یکم





خانم سارا از آلمان



مینی قانونِ اساسی سه کلمه‌ای:

در روزهای گذشته تأمل روی سه کلمه عربی که در گنج حضور با آنها آشنا شدم، برایم بسیار راه‌گشا بود. این سه کلمه عبارت‌اند از:

«أَنْصِتُوا، اتَّقُوا وِ افْرَحُوا»

این سه کلمه کوتاه معنای بسیار عمیق و گسترده‌ای را در بر می‌گیرند و ما می‌توانیم آنها را همیشه به عنوان یک قانون اساسی فوری در خاطرمان داشته باشیم. همچنین آنها معانی‌ای را که در شکل‌های هندسه معنوی بیان می‌شوند، دربرمی‌گیرند.

در ادامه، توضیح کوتاهی درباره هر کدام از این عبارات و ابیات مربوط به آنها می‌آورم:

أَنْصِتُوا:

أَنْصِتُوا یعنی خاموش باشید. این یک کلمه، محور اساسی آموزش مولانا را بیان می کند.

به انسان می گوید ذهنت را خاموش کن. خاموش کردن ذهن از اینجا آغاز می شود که هشیارانۀ متوجه می شویم که ذهن ما خاموش نیست. ذهن ما پر از سر و صدا است، بی آنکه ما آگاهانه انتخاب کرده باشیم، فکر و همراه آنها هیجان می سازد. ذهن به این ترتیب، نوع دید ما را تعیین می کند. خاموش کردن ذهن از آگاه شدن و ناظر شدن به اینکه ذهن من این لحظه خاموش نیست، آغاز می شود. اینکه افکار خود و سر و صدای ذهن خود را می بینیم. آن بیننده از جنس ذهن نیست، بلکه از جنس زندگیست. وقتی رادیو تصادفاً یک موسیقی تند و ترسناک را با صدای بلند پخش می کند، خوشمان نمی آید. ولی می دانیم که بعد از چند دقیقه این صدای ناهنجار تمام می شود. فکرها و همه سر و صدای ذهن، آفل هستند.

پس اصلی ترین کار ما این است که هر لحظه، ناظر ذهنمان باشیم و آن را هشیارانۀ خاموش کنیم، تا زندگی در فضای گشوده، فکر و خرد نو بیافریند.

فکرها در ما هیجان ترس یا حرص به دست آوردن چیزی را ایجاد می کنند. آنها دائماً تلاش می کنند که هشیاری ما را به درون خود بکشند. ولی با یادآوری اَنْصَتُوا اجازه نمی دهیم که هیچ وضعیت به ظاهر خوب یا بدی، همه توجه ما را ببلعد. ما باید در همه وضعیت‌ها مثلاً وقتی حرف می زنیم، گوش می دهیم یا هر عملی را انجام می دهیم، فضای خاموشی را در مرکز خودمان احساس کنیم.

اَنْصَتُوا را گوش کن، خاموش باش  
چون زبانِ حق نگشتی، گوش باش

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

پس شما خاموش باشید اَنْصَتُوا  
تا زبانتان من شوم در گفت و گو

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

اتَّقُوا:

اتَّقُوا یعنی پرهیز کنید، احتیاط کنید و پروا داشته باشید. اتَّقُوا را در همه شکلهای هندسی معنوی می‌بینیم.

اتَّقُوا یعنی مراقبت از مرکز عدم، مرکزی که خالی از همانیدگی است، و همانیدگی جدید را بیرون می‌راند، صبر می‌کند، شکر می‌کند، با نعمت‌هایی که از فضاگشایی به دست می‌آیند، همانیده نمی‌شود، از پندار کمال دوری می‌کند و آگاه است که هر لحظه که در جهان بیرون قدم برمی‌دارد، احتمال همانیده شدن وجود دارد. او دائماً تصویرهای ذهنی را لا می‌کند و اقرار می‌کند که خودش و همه انسانها از جنس زندگی هستند. زندگی از جنس فرم نیست. به گذشته و آینده نمی‌رود، زیرا می‌داند تنها در این لحظه به کارگاه کیمیاگری استاد زندگی راه دارد. نور آفتاب زندگی و نیروی شفا بخشش، تنها در این لحظه می‌تواند به مرکز او تابیده شود.

انسانی که اتَّقُوا را رعایت می‌کند، وظیفه استاد و شاگردی را به‌جا می‌آورد. می‌داند که درمان و پاسخ به نیاز او، تنها در اتفاق این لحظه فراهم است، نه در گذشته و آینده. او از استاد زندگی سؤال ذهنی نمی‌پرسد، آگاه است که زندگی اتفاق این لحظه را فرستاده. پس به اتفاق، هیچ اعتراضی نمی‌کند. درباره پیشرفت معنوی خودش هیچ اظهارنظری ندارد.

یکی از ابعاد مهم اتقوا این است که دوباره همانیده نشویم. یعنی وقتی از طریق فضاگشایی در جهان مادی، زیبایی و پیشرفت ایجاد می‌شود، همچنان هشیارانه از هیچ کدام از مادیات جهان، زندگی نگیریم، بلکه آنها را فقط با فضاگشایی تجربه کنیم و آزاد بمانیم.

سایه و نور بایدت، هر دو بهم، ز من شنو  
سر بنه و دراز شو پیش درخت اتقوا

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۵۵

گفت حق که بندگان جفت عون  
بر زمین آهسته می‌رانند و هون

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۴



این دو ره آمد در روش یا صبر یا شکر نعم  
بی شمع روی تو نتان دیدن مرین دو راه را

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱

عاشقِ صنَعِ توأم در شکر و صبر  
عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰

عاشقِ صنَعِ خدا با فر بود  
عاشقِ مصنوعِ او کافر بود

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱

دور کن این و حوش را، تا نگشند هوش را  
پنبه نهیم گوش را از هذیان آن و این

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۳۹-

همه حیات در اینست کاذبِ حوا بقره  
چو عاشقان حیاتید، چون پس بقرید؟

-دیوان شمس، غزل ۹۵۴-

اَفْرَحُوا:

برداشت من از اَفْرَحُوا این است که شاد باشید، فرح بخش باشید.  
در اَفْرَحُوا یک امید و خبر خوب نهفته که ما را به یاد کوثر، شادی بی سبب و ذوق آفرینش در شکلهای هندسه  
معنوی می اندازد.

به انسان می گوید تو آمدی که در این جهان، شادی زندگی را تجربه کنی و فرح بخشی زندگی را به کائنات عرض کنی.  
در برخورد با وضعیت‌ها سؤال این نیست که من چه ایرادی می توانم بگیرم، بلکه سؤال این است که من چه شادایی می توانم بدهم؟  
اصل با شادی است. پیشرفت معنوی با شادی صورت می گیرد.

درست است که بهشت با سختی‌ها پوشیده شده، اما این سختی‌ها به بهشت وصل هستند و تنها به قانون جبران اشاره می کنند. دانش آموزی که همه روز سریال می بیند و بعد رفوزه می شود، سختی اصلی را او می کشد. ولی دانش آموزی که زحمت می کشد، درس می خواند و موفق می شود، او با اجرای قانون جبران و پرداختن هزینه لازم به شادی ماندگار می رسد.

صبر چون پول صراط آن سو، بهشت  
هست با هر خوب، یک لالای زشت

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۷

چَوِّقِ جَوِّقِ و صف صف از حرص و شتاب  
مَحْتَرِزِ زَآتَش، گُریزان سویِ آب

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۳

لا جَرَمِ، ز آتش برآوردند سر  
اعتبارِ الاعتبارِ ای بی خبر

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۴

بانگ می زد آتش ای گیجان گول  
من نی ام آتش، منم چشمه قبول

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵

در عالم فیزیکی انسان، زایمان کارِ سختی است. ولی مادرها بعد از تولد بچه، پر از شادی هستند.

برای دریافتن این موضوع که اصل با شادی است، لازم نیست که در بین ابیات مولانا جستجو کنیم، زیرا سریعاً متوجه می‌شویم هزاران بیتِ مولانا، سراسر بیان شادیِ زندگی هستند.

برای مثال:

آمد ترش رویی دگر یا زمهریرست او مگر  
برریز جامی بر سرش ای ساقی همچون شکر

– مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۱۷

چون مو شدست آن مه، در خنده است و قهقهه  
چت گم شود که گه گه، از خوی ماه رندی

– مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۴۸

نگویم یار را شادی که از شادی گذشته‌ست او  
مرا از فرط عشق او ز شادی عار می‌آید

–مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۳

بنابراین افرحوا به ما یادآوری می‌کند که ما از جنس شادی هستیم و همه لحظات روز و شب را و همه تلاشمان در مسیر معنوی را باید با شادی زندگی سپری کرده و شادی اصیل را در این جهان بیان کنیم.

دو بیت عربی غزل ۵۹۲ که در برنامه ۸۷۰ تفسیر شد، کاملاً این معنی را بیان می‌کنند که انسان می‌تواند هر لحظه با فضاگشایی به شادی زندگی، دسترسی داشته باشد.

این دو بیت با تفسیر فارسی می‌گویند:

رَأَيْنَاكُمْ رَأَيْنَاكُمْ: شما را دیدیم، شما را دیدیم، زیرا شما فضا گشایی کردید و مرکزتان عدم، یعنی از جنس زندگی شد؛  
 وَأَخْرَجْنَا خَفَايَاكُمْ: و آنچه را نهان کرده بودید بیرون آوردیم، یعنی گوهرهای اجلالی، چشمه شادی، گنج حضور.  
 فَإِن لَّمْ تَنْتَهُوا عَنْهَا فَإِنَّا وَإِيَّاكُمْ: اگر فضاگشایی را ادامه دهید، فقط ما خواهیم ماند و شما یعنی ما و زندگی؛  
 وَأَنْ طُفَّتُمْ حَوَالِنَا وَأَنْتُمْ نُورٌ عَيْنَانَا: اگر گرداگرد ما طواف کنید در حالی که نور چشم ما بید،  
 فَلَا تَسْتَيَّسُوا مِنَّا فَإِنَّ الْعَيْشَ أَحْيَاكُمْ: از ما ناامید مشوید، که عیش زنده‌تان می‌کند!

– غزل ۵۹۲، برنامه ۸۷۰

و اینکه می‌گوید انسان فضاگشا نور چشم زندگیست، حس امنیت خاصی را به انسان می‌دهد. زیرا به یاد ما می‌آورد که ما نیازی نداریم نور چشم کسی یا چیزی باشیم، لازم نیست جهان ما را تأیید کند، ما در حال فضاگشایی، حتی اگر این فضاگشایی لنگ و لوک و با تسلیم ناقص باشد، نور چشم زندگی هستیم و او به یاری ما مشتاق است.

رَأَيْنَاكُمْ رَأَيْنَاكُمْ وَأَخْرَجْنَا خَفَايَاكُمْ  
فَإِنْ لَمْ تَنْتَهُوا عَنْهَا فَايَاَنَا وَإِيَّاكُمْ

وَأَنْ طُفَّتُمْ حَوَالَيْنَا وَأَنْتُمْ نُورُ عَيْنَانَا  
فَلَا تَسْتَيَّسُوا مِنَّا فَإِنَّ الْعَيْشَ أَحْيَاكُمْ

—غزل ۵۹۲، برنامه ۸۷۰—

— با احترام، سارا از آلمان —





خانم یلدا



یار در آخر زمان کرد طرب سازی  
باطن او جدِ جد، ظاهر او بازی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

از روزی که آقای شهبازی این غزل را خوانده‌اند، این بیت در لحظه لحظه روز برایم تکرار می‌شود. ترس‌هایم را می‌بینم، ستیزه‌ام با انسان‌ها و وضعیت‌ها را می‌بینم، جدی گرفتن فکرها و حرف‌هایم را می‌بینم، پندار کمالم را می‌بینم، حسادت، مقایسه و تمایل به برتر درآمدن را می‌بینم و هر بار با خودم تکرار می‌کنم:

باطن او جدِ جد، ظاهر او بازی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

همه این کیفیت‌های من‌ذهنی فقط به این خاطر اتفاق افتاده‌اند که ما چیزی که بازی است را جدی گرفته‌ایم و چیزی که جدی است، جدی‌ جدی است، بازی شده است.

حضرت مولانا به صورت‌های مختلف می‌کوشد ما را متوجه کند که این جهان فرم و مادی که این قدر آن را جدی گرفته‌ایم، بازی‌ای بیش نیست، وهمی بیش نیست، خوابی بیش نیست. دنیا رویایی بیش نیست و چون از آن دست بکشیم، تازه بیدار می‌شویم و تنها مطلوب و مقصود ما، زنده شدن به آن ذات ازلی و ابدی است.

در فیه مافیه داریم: *الدُّنْيَا كَحُلْمِ النَّائِمِ*. یعنی دنیا مانند رؤیای شخص در خواب است.

این جهان خواب است، اندر ظنّ، مایست  
گر رود در خواب دستی باک نیست

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۷۲۹

آیا به راستی ما این را باور داریم؟ این جهان خواب است در وهم و ظن، گیر نکن. اگر از یک توهم، چیزی کنده شود، اتفاق خاصی نمی افتد. با خود فکر می کنیم، ایمان قلبی به این موضوع و لحظه لحظه زندگی کردنش، باید برای به زندگی وصل شدن و از بند من ذهنی توهمی آزاد شدن، کافی باشد. باید برای جدی نگرفتن فکرهای خودم و دیگران کافی باشد.

حضرت مولانا می فرماید:

این جهان را که به صورت قائم است  
گفت پیغمبر که حلم نائم است

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۷۳۳

کل جهان، مبتنی بر صورت است. یعنی این وضعیت هایی که ما این قدر جدی می گیریم، با آنها بالا، پایین می رویم و هر لحظه با آنها اتفاق می افتیم، صورت است، وهم است، ناپایدار است. پیغمبر فرموده است که دنیا رؤیا است.

همچنان دنیا که حلم نائم است  
خفته پندارد که او خود دائم است

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۵۴

دنیا که رؤیایی بیش نیست، برای ما که در ذهن به خواب همانیدگی‌ها فرورفته‌ایم، دائمی و پایدار به نظر می‌آید. ما با از بین رفتن چیزها یا مرگ آدم‌ها به گونه‌ای برخورد می‌کنیم که انگار نباید هیچ‌وقت اتفاق بیفتد. ما جهان آفل را واقعی و پایدار می‌دانیم. ما یک‌جوری به دنبال هرچه بیشتر بهتر هستیم که انگار این ات‌اشغال‌هایی که دنبال‌شیم، مثل پول، مقام و تأیید، واقعی هستند و ما هم تا ابد می‌توانیم آن‌ها را داشته باشیم.

خلق پندارند که عشرت می‌کنند  
بر خیالی پر خود برمی‌کنند

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳۸

خلق فکر می کنند همانیدگی هاشان زیاد شد، زندگی شان هم زیاد می شود. به خاطر یک توهّم، پرهای حضور خودشان را می کنند.

حضرت مولانا هشدار می دهد:

ای ز خوبی بهاران لب گزان  
بنگر آن سردی و زردی خزان

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۹۶

ای کسی که از بهار همانیدگی ها از شادی، سر از پا نمی شناسی، حواست به خزانش هم باشد. تا وقتی دنیا و همانیدگی ها را جدی می گیریم، عدم و زنده شدن به زندگی برای ما بازی خواهد بود. چراکه تا وقتی این ور گرم هستیم، لاجرم آن ور سرد خواهیم بود.

گر می خود را دگر جا خرج کردی ای جوان  
هر گه آن جا گرم باشد، این طرف باشد زحیر

گرمیی با سردیی و سردیی با گرمیی  
چون که آن جا گرم بودی، سردی این جا ناگزیر

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۶۹

ما دنیا و اسباب بازی هایش را جدی می گیریم. چون فراموش کرده ایم که هستیم، چون ارزش خود را به  
همانیدگی ها تقلیل داده ایم. حضرت مولانا به ما می گوید، خداوند مطلوب نهایی است.

استخوان و باد روپوش است و بس  
در دو عالم غیر یزدان نیست کس

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۲۳

-یلدا



خانم لادن از کانادا





اگر چرخ وجود من از این گردش فروماند  
بگرداند مرا آن کس که گردون را بگرداند

در غزل ۵۹۲ دیوان شمس که در برنامه ۸۷۰ گنج حضور تفسیر شد، مولانا انسان را متوجه مرکز وجودش یعنی دلش می‌سازد. چرخ وجود من یعنی دل من حول چه محوری می‌گردد؟

مولانا در این غزل انسان را دعوت می‌کند به اینکه مرکز جسمی و همانیدهات را کنار بگذارد و به زندگی اجازه بده تا مرکز وجود تو را بگرداند، او همان است که کائنات را می‌گرداند، از گردش کهکشانیها و سیارات و چرخش فصلها و طلوع و غروب خورشید، تا گردش خون در بدن انسان و اداره تمام ذرات جهان هستی بر عهده اوست و انسان توانایی دسترسی و اتصال به این خرد شگفت‌انگیز زندگی را دارد. این توانایی بالقوه در وجود تمامی انسانها قرار داده شده است.

کل کائنات، هر لحظه بر حول محور زندگی می‌گردد، جمادات، نباتات، حیوانات، هر کدام در سطح هشیاری خویش قادر به دریافت پیغام الهی و عمل بر اساس آن هستند. تنها انسان است که به سبب داشتن ذهن و توانایی فکر کردن می‌تواند هوشیاری را در ذهن سرمایه‌گذاری کرده، مرکزی غیر از زندگی یا عدم بسازد و به جای گردش به حول محور زندگی، حول محور همانیدگیهای خویش بگردد.

تمامی نارسایی‌ها و اشتباهات در فکر و عمل انسان از همین نقطه آغاز می‌شود. نارسایی‌ها و ضرررسانی‌هایی که انسان در من‌ذهنی به خویش و اطرافش روا می‌دارد، همه بیانگر طبیعت تخریب‌گر من‌ذهنی است. این طرح زندگی است که انسان برای مدتی در ذهن زندگی کند و بعد با بیرون کشیدن هشیاری از ذهن، به زندگی زنده شود.

چون ز زنده مرده بیرون می‌کشد  
نفس زنده سوی مرگی می‌تند

مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

اینکه زندگی بتواند مرکز وجود انسان را بگرداند، مستلزم این است که انسان از من ذهنی و مرکز جسمی، دست بردارد.

مولانا توصیف حال انسان و مرکز جسمی اش یا همان من ذهنی را در قصه مجنون و ناقه در دفتر چهارم مثنوی به زیبایی شرح می دهد. مجنون یا انسان که در ذات، عاشق زندگی یا لیلی قصه است، قصد دارد تا سوار بر ناقه یا من ذهنی، به لیلی برسد. غافل از اینکه ناقه میلش به برگشت و پس رفتن بود و در هر لحظه که مجنون غافل می شد، راه رفته را باز می گشت.

هم چو مجنون اند، چون ناقه شس یقین  
می کشد آن پیش و، این واپس به کین

- مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۳۳

میل مجنون پیش آن لیلی روان  
میل ناقه پس، پی گره دوان

- مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۳۴

یک دم ار مجنون ز خود غافل بدی  
ناقه گردیدی و واپس آمدی

-مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۳۵

به این ترتیب راه سه روزه رسیدن به لیلی سالها طول کشید...

در سه روزه ره بدین احوالها  
ماند مجنون در تردد سالها

-مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۱

تردد، ماندن در راه زندگی، میان میل و کشش به سوی لیلی زندگی و واپس کشیدن های ناقه ذهن، حکایت حال  
و روز انسانی است که از یک سو، طالب حقیقت خویش است و از سوی دیگر، ذهن من دار، هر لحظه او را به  
عقب برمی گرداند.

این دو همره، همدگر را راهزن  
گمره آن جان کو فرو ناید ز تن

-مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۴

مجنون در این قصه، راهزنی و نالایقی من ذهنی را تشخیص می دهد و نه تنها از ناقه ذهن پیاده می شود، بلکه پای من ذهنی اش را هم می شکند. یعنی تمامی ابزارهای ذهنی برای زنده شدن به زندگی را کنار می گذارد و همچون گوی خود را به جریان جذبه‌ی زندگی می سپارد. زندگی طالب انسان است، و جان اصیل انسان طالب زندگی است. با کنار گذاشتن آگاهانه من ذهنی توسط انسان، این جذبه حقیقی زندگی، مؤثر واقع می شود و مجنون مانده در راه را، به لیلی می رساند.

پای را بر بست و گفتا: گو شوم  
در خم چو گانش، غلطان می روم

-مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۵۵

گوی شو، می گرد بر پهلوی صدق  
غلط غلطان در خم چوگان عشق

-مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۵۸

کین سفر زین پس بود جذب خدا  
وآن سفر بر ناقه باشد سیر ما

-مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۵۹

"سفر بر ناقه" یعنی نگه داشتن ذهن من دار، نه تنها ما را به مقصود نمی رساند، بلکه در هر موقعیت، باعث زیان رسانی به انسان می شود. مولانا از عنوان "چشم بد" برای روشن ساختن این مطلب استفاده می کند. چشم بد یا همان نگه داشتن مرکز جسمی باعث شکست انسان در سطح فردی و جمعی شده است.

اگر این لشکر ما را ز چشم بد شکست افتد  
به امر شاه لشکرها از آن بالا فروآید

اما مولانا در این غزل این امید را به انسان می‌دهد که زندگی لشکرهای خرد و عشق و لطافت و برکات خودش را برای کمک به انسان قرار داده است تا انسان بتواند طبق طرح زندگی از مرکب ذهن پیاده شود. درست است که باد زمستانی بی‌عشقی، انسانها را در من‌ذهنی اسیر کرده و از نیروی حیات بخش زندگی قطع کرده است، اما شهریار زندگی هر لحظه در صدد است تا بهارش را به زندگی ما بیاورد.

اگر باد زمستانی کند باغ مرا ویران  
بهار شهریار من ز دی انصاف بستاند

زندگی از زبان مولانا، در هر بیت این غزل به انسان یادآوری می‌کند که من هر لحظه با تمامی امکانات و برکاتم، در حال یاری رساندن به تو هستم، می‌خواهم چرخ وجودت را بگردانم، لشکرهای کمکم را برایت قرار داده‌ام تا وجودت را که از باد زمستانی مرکز جسمی خشک و بی‌روح شده، به باد بهاری زنده کنم. تنها تو هستی که با اختیار خودت باید زیر بار شناخت و درک بروی، اصل وجودت را شناسایی کنی و قدم در راه تبدیل بگذاری.

در ادامه غزل، مولانا می‌گوید نترس از سختی‌های این منزل تبدیل، نترس از سختی پذیرش و فضاگشایی، نترس از سختی تغییر و بیرون آمدن از جبر من‌ذهنی، نترس از سختی فایق آمدن بر ترس‌هایی که من‌ذهنی القا می‌کند.

مترسان دل مترسان دل ز سختی‌های این منزل  
که آب چشمه حیوان بتا هرگز نمیراند



من ذهنی انسان را در این مسیر می ترساند، ترس از دست برداشتن از مرکز جسمی و از دست دادن همانیدگی‌ها، ترس از به هم ریختن پارک ذهنی، ترس از زیر بار مسؤلیت رفتن و پذیرش اینکه تمام دردها و ضررها را خودم ایجاد کرده‌ام، ترس از ترک فضای ذهن و ورود به فضای یکتایی.

من ذهنی می‌داند که زنده شدن انسان مساوی است با پایان حیات توهمی‌اش، بنابراین هر لحظه ترس از نابودی‌اش را به انسان القا می‌کند و دارو و درمانهای ذهنی را پیش روی ما می‌گذارد تا مگر کمی بیشتر از نیروی زندگی انسان تغذیه کند.

دیو می ترساندت که هین و هین  
زین پشیمان گردی و گردی حزین

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۰

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۰

گر گدازی زین هوسها تو بدن  
بس پشیمان و غمین خواهی شدن

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۱

این بخور، گرمست و داروی مزاج  
وآن بیاشام از پی نفع و علاج

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۲

هنگامی که نور فضای گشوده شده مرکز انسان را از ترسها و دردها پاک کند، وجود انسان آماده بیان خرد زندگی می‌شود. انسان آفریده شده تا بیان کننده‌ی خرد زندگی در جهان باشد و زندگی و کائنات، منتظر و خریدار این بیان هستند.

شکسته بسته تازی‌ها برای عشقبازی‌ها  
بگویم هر چه من گویم شهی دارم که بستاند

-دیوان شمس ، غزل ۵۹۲

بهر اظهارست این خلق جهان  
تا نماند گنج حکمتها نهان

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۸

کُنْتُ كَنْزاً كَفْتُ مَخْفِياً سَنُو  
جوهر خود گم مکن اظهار شو

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۹

تابیدن نور هشیاری حضور بر دل انسان و بیان خرد زندگی توسط انسان که مولانا از آنها به آفتاب و باران تمثیل می‌زند، دو پایه‌ی گرداندن کارهای جهان توسط انسان هستند. گریه از سر صدق، بیان انرژی زنده زندگی است که مایه آبادانی این جهان است. مثال زیبای این گریه صادقانه، خلق ابیات مولانا هستند که برآمده از خرد زندگی هستند و مایه آبادانی دل انسانها.

مولانا توصیه می‌کند که آفتاب عقلت را در سوز مهر دار و چشمت را مانند ابر در اشک افروزی نگه‌دار. از تابش آفتاب عقل زندگی، بر وجود تو و بارش باران خرد زندگی از طریق فکر و عمل تو، چهار بعد وجودت اصیل و آبادان می‌گردد.

گریه ابرست و سوز آفتاب  
استن دنیا همین دو رشته تاب

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۸

گر نبودی سوز مهر و اشک ابر  
کی شدی جسم و عرض زفت و ستبر

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۹

سوز مهر و گریه ابر جهان  
چون همی دارد جهان را خوش دهان

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۱

آفتاب عقل را در سوز دار  
چشم را چون ابر اشک افروز دار

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۲  
با سپاس و احترام  
-لادن از کانادا



آقای داود از مازندران



با سلام خدمت آقای شهبازی عزیز و همه شهبازهای گرامی گنج حضور  
برداشتی کوتاه از چند بیت از حضرت مولانا

در حقیقت هر عدو داروی توست  
کیمیا و نافع و دلجوی توست

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۴

که از او اندر گریزی در خلا  
استعانت جویی از لطف خدا

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۵

در حقیقت دوستانت دشمنند  
که ز حضرت دور و مشغولت کنند

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۶-

مثنوی معنوی بیت ۹۴ تا ۹۶

هر کسی که با رفتار و گفتار خودش باعث رنجاندن من و زخم زدن به من می‌شوند، در اصل آنها از طرف خداوند به من لطف بزرگی عطا می‌کنند، چرا که در آن لحظه بهترین موقع برای رسیدن به حضور می‌باشد، چون در آن شرایط سخت است که می‌توانم به لطف خداوند فضا را باز کنم و از آن شراب لایتناهی بهره‌مند شوم؛

هر موقع چنین شرایطی به وجود می‌آید و من در این شرایطها هوشیار باشم و فضاگشایی کنم، کم‌کم فضای گشوده شده تبدیل به فضای بی‌نهایت می‌شود و خداوند بنا بر قانون مزرعه گل حضور مرا بازتر می‌کند و مرا از بهشتی که به من وعده داده بود، بهره‌مند می‌سازد.



ولی بالعکس کسانی که در نقش دوست در اطراف من حاضرند، می‌توانند با پوست خربزه‌ای که در جلوی راهم، از طریق تأیید کردن من و بزرگ کردن من ذهنیم شوند، مانع رشد من در این راه می‌شوند، چراکه آنها با این تعریف و تمجید سبب می‌شوند که من نتوانم این راه را ادامه دهم و در جای خودم درجا بزنم، پس آنها ناخواسته بزرگترین دشمن من می‌باشند، اینجاست که جناب مولانا می‌فرماید:

دیو چون عاجز شود در افتتان  
استعانت جوید او زین انسیان


-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱

با سپاس از همه شما  
داود، مازندران



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)**