



برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

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

تماشا فرمایید



## پیغام عشق

قسمت هزار و سیصد و هشتاد و سوم





خانم فاطمه از مازندران



با سلام و خدا قوت

موضوع: انقباض و قبض

چون که قبضی آیدت ای راهرو  
آن صلاح توست، آتش دل مشو  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴

ای سالک و عارف راه اگر ذهنت بی‌مراد شد که در این راه حتماً بی‌مرادی است و به خواسته و خواهش ذهنی‌ات نرسید و ذهن آن را خیلی دردناک نشان داد اهمیت نده. صلاح کار این است که منقبض نشوی، راهش واکنش و انقباض نیست پس خشمگین مشو و دیگران را مقصر ندان و فضا‌بندی به چیزها و افراد که ذهن نشان می‌دهد توجه نکن، بیا به این لحظه فضا را باز کن و پیغام آن بی‌مرادی و اتفاق را بگیر و بدان اتفاقات برای بیداری ماست و کار اصلی ما گرفتن پیغام عشق است، خدا ما را رها نمی‌کند، خدا ما را بس است.

با تشکر فاطمه هستم از مازندران



خانم سیمین از تهران



سلام

نکاتی که در هُشیاریم نگه می دارم:

خدا را امتحان نمی کنم زندگی آینه مرکز من است.  
فرق من با حیوان قدرت انتخابم است.  
انبساط یا انقباض؟

بی عشقی یعنی نبودن خرد زندگی، عشق و خرد دو روی یک سکه.  
اتفاق کمک زندگی برای صفر کردن من ذهنی.  
پایداری در این راه یعنی تعهد به مرکز عدم.

شکر زبانی نداریم، شکر یعنی این لحظه عقل زندگی در کار است، نه عقل من ذهنی من.

— با تشکر سیمین از تهران



خانم مهستی از تهران





هر دل که به چنگ او درافتاد  
چون چنگ همیشه در خروش است  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۸۰

سپاس زندگی را که مرا از وادی نایمن و تنگ من ذهنی، جو به جو و ذره به ذره رها می کند.  
سپاس بیکران که به چنگ او افتادم، در دام او هستم و روزن دلم جو به جو و ذره به ذره باز می شود.  
شکرانه نعمت‌هایش تعهد است و رعایت قانون جبران، که جهد تو در ترازوی او موزون است.

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

با سپاس مهستی از تهران



خانم پروین از مهاباد



با سلام بر پدر معنوی استاد شهبازی و همراهان گنج حضور

مثنوی، دفتر چهارم، بیت های ۱۸۶۲ و ۱۸۶۳

ز آن جرای روح چون نقصان شود

جانش از نقصان آن لرزان شود

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۲

پس بداند که خطایی رفته است

که سمن زار رضا آشفته است

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۳

هر کس که فضا را باز کرده است و مرکزش عدم است و از آن ور آب زندگی، آب حیات را می آورد یک دفعه متوجه می شود که از طرف خداوند سهمیه اش کم شده، و جان باید از این نقصان لرزان بشود و می فهمیم که یک چیزی آمده مرکزمان و خطا کرده ایم. بنابراین یاسمن رضا (سمن زار رضا) که هر لحظه ما راضی بودیم و فضا را باز می کردیم و حتی خشم خدا را، ما رحمت گرفتیم و چیزی یاد می گرفتیم.

«بی مرادی شد قلاووز بهشت»

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷

در آن جا می گوییم که این چرا این طوری شد؟ طبق سبب سازی ذهن ما نباید این طوری می شد می فهمیم که ما اشتباه کرده ایم و اشتباهمان را درست می کنیم که ما یک چیزی ذهنی را آورده ایم به مرکزمان، و با آن همانیده شده ایم به خاطر همین سمن زار رضا آشفته است.

برگرفته از برنامه ۹۷۰

با تشکر فراوان پروین از مهاباد



خانم فرزانه از کرج



با سلام خدمت پدر معنوی و مهربانم آقای شهبازی و همه‌ی یاران گنج حضور، خدا قوت، فرزانه هستم از کرج.  
عنوان: زلزله در من ذهنی و آموختن شکرگزاری.

آغاز عالم غلغله، پایان عالم زلزله  
عشقی و شکری با گله، آرام با زلزال‌ها  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲

خدایا شکرت که به من آموختی از سر صدق سپاس‌گزاری کنم و شکر تمام نعماتی که به من عطا فرمودی را به  
جا آورم.

آن جوشش عشق را که در هنگام خلقتم در مرکز قرار دادی را، با ناسپاسی و بی‌ادبی فراموش کرده و من ذهنی  
را ساختم و با آن انیس شدم، ابلیس را همنشین خود قرار دادم و از آن زندگی خواستم درحالی که جز درد برایم  
چیزی نداشت. ذهنم هر زشت را در نظرم زیبا و هر زیبایی را زشت نشان می‌داد و این کار من ذهنی است.

وقتی که خداوند در پارک من ذهنیم زلزله انداخت و طوفان حوادث پی در پی همه آنها را در هم ریخت، سر در گم و پریشان به هر چیزی چنگ می‌زدم که شاید راه نجاتی پیدا کنم و خداوند که هرگز امتداد خودش را رها نمی‌کند، رسانی از جنس عشق و نور را در چاه تنگ و تاریک ذهنم آویخت تا مرا به سوی خودش هدایت کند. به من نشان داد که من این من ذهنی نیستم، من گلی بودم که با جوشش عشق سرمدی رسته‌ام و ناآگاهانه خار من ذهنی را بر قامت این گل تشکیل دادم و به بیراهه رفتم و این خار مدام به من آسیب می‌زد و درد می‌داد و حتی اطرافیان هم از آسیب او در امان نبودند.

خداوند آن رسن را گرفتیم و به دنبال آن نور حرکت کردم، درد هشیارانه را به جان خریدم تا بتوانم به رهایی برسیم. و آن رسن برنامه انسان ساز گنج حضور بود. از اینکه صراف عشق، جو وجود مرا به حساب آورده بسیار خرسندم. هر لحظه این من ذهنی و تعلقاتش را لا می‌کنم و می‌گویم من این چیزهای آفل نیستم، بلکه من از جنس عشق و زندگی هستم.

در «لأحبُّ الأفلين»، پاکی ز صورت‌ها یقین  
در دیده‌های غیب‌بین، هر دم ز تو تمثال‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲

با تسلیم و پذیرش اجازه می‌دهم تا خداوند این پارک ذهنیم را با کن فکانش زیر و رو کند و آن گنج نهان از زیر آوارهایش نمایان شود. با برنامه گنج حضور، نور شفق را دیده‌ام و مشتاقم تا آفتاب زندگی در آسمان درونم طلوع کند و بالا بیاید.

متوجه شدم که تا قبل از آشنایی با برنامه گنج حضور تمام شکرهایم همراه با گله و شکایت بود، مثلاً مشکلی در زندگی پیش می‌آمد، با زبان شکر می‌کردم ولی این شکر همراه با یک چرایی و دردمندی و شکایت بود. اما حالا شکر می‌کنم و این از سر صدق است و این را مدیون مولانا و آقای شهبازی هستم، که در طی پنج سال همراهی با برنامه و تفسیرهای ایشان این تحول در من رخ داده است. بسیار سپاسگزارم.



خدایا از این که هر ذره تلاش مرا به حساب می‌آوری و این به من امید مضاعف می‌دهد تا با جدیت و تعهد برای دستیابی به زر پنهان وجودم تلاش کنم، سپاسگزارم.

گیرم که خارم، خارِ بد، خار از پی گل می‌زهد  
 صرافِ زر هم می‌نهد جو بر سرِ مثقال‌ها  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲

خدایا شکرت که عینک همانیدگی‌ها را از چشمانم برداشتی و با نور خودت چشمانم را بینا کردی. شکرت که به من فضاگشایی را آموختی تا از انقباض من ذهنی رها شوم. شکرت که در لحظه بودن را آموختی تا از شر فکری‌هایی که مرا به گذشته و یا آینده می‌برد، و از این لحظه حال غافل بودم رهانیدی. خدایا شکرت که معنی حقیقی عشق را به من آموختی تا دیگر گدای عشق‌های آفل زمینی نباشم. خدایا شکرت که عذر خواهی کردن و بخشیدن را به من آموختی. شکرت که به من آموختی بدون توقع به دیگران در صورت لزوم کمک کنم. اگر پیامی به گنج حضور می‌دهم به خاطر جبران معنوی و چندین هفته می‌گذرد و دیده نمی‌شود، ناراحت نشوم و بدانم که من وظیفه‌ام را انجام داده‌ام و باقی‌ش با زندگی است.

خدایا شکرت که تمام چیزهایی که باعث ترس من می‌شدند را با آرامش از پیش رویم برداشتی و بستری زیبا و پر از آرامش را برای هدایتهم فراهم کردی.

خدایا شکرت که به من قدرت تصمیم‌گیری عطا کردی، تا پیش از این همیشه منتظر بودم که دیگری به من بگوید که چکار کنم.

خدایا شکرت که این جرأت را به من دادی که ترس از تنهایی بیهوده است چون من هرگز تنها نبودم و نیستم چون تو همیشه و هر لحظه با من هستی.

خدایا شکرت که به من آموختی تا با حضور ناظر مراقب افکارم، اعمالم و حرفه‌هایی که می‌گویم باشم.

خدایا شکرت که به من به عنوان یک انسان و امتداد خودت، قدرت عشق ورزیدن، دوست داشتن، از خود گذشتن، صبر و شکیبایی، فضا‌گشایی، واهمانش و بسیاری از این دست توانایی‌های بی‌نظیر عطا کردی و همین‌طور قدرت شکرگزاری حقیقی را عطا نمودی.

گر شعرها گفتند پُر، پُر به بود دریا ز در  
کز ذوقِ شعر، آخر شتر خوش می گشند ترحالها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲

خدایا اشعار مولانا دریایی پر از گوهرهای گرانبها ست و هر کلمه‌اش کلیدی است که قفل‌های درون ما را  
می‌گشاید و خواندن آنها ما را به رقص و سماع می‌آورد و مست عشق می‌کند و ما را به فضای «لا احب الا فلین»  
می‌برد. بی نهایت سپاسگزارم.

ای دهنده قوت و تمکین و ثبات  
خلق را زین بی ثباتی ده نجات  
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۹۷

خانم فرزانه از کرج



خانم نسرین از گلستان



با سلام و سپاس فراوان

من ذهنی مگار:

حکایت زیبایی که دارای طنز ظریف و دردناکی از انسان، تفسیر شده در برنامه ۹۷۴ گنج حضور، مرا به دوران کودکی ام برد، به کارتون پینوکیو، آنجا که گربه نره و روباه مگار، پینوکیو را که تازه به این دنیا آمده می فریبند و با خود به شهر رویاها و خیالات و پر زرق و برق و غذاهای خوشمزه و جذابیت‌هایی که چشم او را کور می کند می برند. حکایت ما انسان هبوط کرده در این زمین تنها ست که به ناکجاآباد، که او را که باید به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده شود در یک چشم به هم زدنی به عقب، یعنی به خریّت می کشاند و روزی چشم باز می کند و می بیند که ای دل غافل با خود چه کردم و چگونه گوهر خود را که مرا بوجود آورد فراموش کرده و او همچنان به دنبال من بود، اما ببینیم حکایت جناب مولانا را که در چند بیت آنچنان انقلابی در انسان به وجود می آورد که تنها می توان سکوت کرد و سر را از خجالت پایین انداخت و به خود بگویی ای انسان تو با این خوی خسیست با گنج گرانبهای زندگی چه کردی؟

من چه کردم با تو زین گنج نفیس؟  
تو چه کردی با من از خوی خسیس؟  
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۷۷۴

و اما حکایت دفتر سوم:

مغولان در سرزمین روم ( رُم، آسیای صغیر ) نقشه‌ای کشیدند و به مصریان گفتند: ما فقط به دنبال یکی از شما هستیم جملگی در یک جا جمع شوید تا آن شخص را پیدا کنیم و باقی خلاص شوند بدین ترفند، ناجوانمردانه همهٔ مصریان را گرد آوردند و آنان را گردن زدند.

همچنان کاینجا مغول حيله دان  
گفت: می جویم کسی از مصریان  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۵۸

مصریان را جمع آرید این طرف  
تا درآید آنکه می باید به کف  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۵۹

هر که می آمد، بگفتا: نیست این  
هین در آخواجه، در آن گوشه نشین  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۶۰

تا بدین شیوه همه جمع آمدند  
گردن ایشان بدین حيله زدند  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۶۱

شومی آنکه سوی بانگ نماز  
داعی الله را نبردندی نیاز  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۶۲

دعوت مگارشان اندر کشید  
الْحَذَرَ از مکر شیطان ای رشید  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۶۳

انسان وقتی به جهان می آید، تنها صدای من‌های ذهنی را می شنود و به دنبال جمع کردن چیزهایی که اطرافیان می گویند مهم است می رود تا جایی که آنقدر عینک هم هویت شدگی به چشم میزند که دیگر منظور آمدنش به جهان را فراموش کرده و تا به جایی می رسد که شاید دردها او را متوجه هشیاری حضور کند، و البته این دردها نیز برای انسان عادی به نظر می رسد زیرا از زمانی که چشم باز می کند می بیند در خانواده و در جامعه، همه دچار دردند و درد و رنج را یک پروسه‌ی عادی زندگی تلقی می کند و فکر می کند اگر دردها نباشند زندگی غیر عادی ست که البته این طرز تلقی از تقلیدهای کورکورانه ست که گریبان ما را گرفته و از نسلی به نسل دیگر منتقل می شود و چه دردناک است شاهد این عادی شدن دردها و اسیر تقلیدها بودن.



همچنان که در این حکایت، انسان‌ها یکی پس از دیگری گویی به این جهان می‌آیند و دعوت مکار را لبیک گفته و اسیر توهمات من ذهنی شده و سپس با کوله باری از درد از این دنیا می‌روند و این روند به نسل بعد ادامه می‌یابد، و اگر نبودند انسان‌های بزرگی چون مولانا و آقای شهبازی، انسان با مکر من ذهنی که با دست خودش ساخته، نابود می‌شد.

نتایجی که از این حکایت زیبا گرفتیم:

- ۱- همیشه به خود یادآوری کنم من از جنس خدا یا زندگی هستم.
- ۲- من برای منظوری به این جهان آمده‌ام و آن زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند است.
- ۳- توجه‌ام هر لحظه به مرکز عدم باشد.
- ۴- به صدای زندگی که هر لحظه مرا به سوی خود می‌خواند، گوش دهم.
- ۵- در هشیاری‌ام نگه دارم که همه‌ی انسان‌ها از جنس حضورند.

- ۶- هر لحظه به من ذهنی‌ام بگویم من از جنس تو نیستم من از جنس جسم نیستم.
- ۷- هر لحظه به خود بگویم آنچه ذهنم نشان می‌دهد مهم نیست.
- ۸- هر لحظه با فضاگشایی با اتفاقات برخورد کنم.
- ۹- هر لحظه هشیار باشم که پیام‌های زندگی را دریافت کنم.
- ۱۰- هر لحظه به خود بگویم تنها زندگی یا خرد کل می‌تواند به من کمک کند.
- ۱۱- هر لحظه توجهم به درونم باشد نه بیرون.
- ۱۲- از جمع تقلید نکنم عادت‌های گذشته‌ام را رها کنم.
- ۱۳- چیز ذهنی را به مرکز نیورم و چیزهای ذهنی را جدی نگیرم.
- ۱۴- در همه حال آن یک زندگی را ببینم.
- ۱۵- هر لحظه من ذهنی‌ام را لا کنم.
- ۱۶- هر لحظه بگویم خدایا من به تو نیازمندم.

با تشکر، نسرين از گلستان



خانم زینب از مازندران



با عرض سلام و خدا قوت به پدر معنوی و یاران گنج حضور  
برنامه شماره ۹۷۷ گنج حضور، مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

ای وصال یک زمان بوده، فراق سالها  
ای به زودی بار کرده بر شتر احمالها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

شب شد و درچین ز هجران رخ چون آفتاب  
درفتاده در شب تاریک بس زلزالها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

چون همی رفتی به سگته حیرتی، حیران بدم  
چشم باز و من خموش و می شد آن اقبالها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

خدایا از زمانی که وارد دنیا شدیم همانیده شدیم به همه چیز چسبیدیم، یعنی همه چیز را به مرکز راه دادیم. یک لحظه، همان روز است، یعنی قبل از ورود به دنیا همان یک زمان به تو وصل بودیم و سالها دوری و جدایی و درد.

اکنون با آشنایی با مولانا درست است که فضاگشایی را آموختم کلی از دردهایم شفا پیدا کردند، اما نمی توانم پیوسته فضاگشا باشم هر لحظه نمی توانم فضا را باز نگه دارم هنوز در توانم نیست، خدایا از تو قوت می خواهم تا به سوزن برکنم این کوه قاف را.

خدایا باید کاملاً شب ذهن را ترک کنم تا رخ زیبای تو را ببینم، پس هر لحظه ذهنم چیزی می گوید باید فضا باز کنم مدام فضا را باز کنم، اگر نکنم هر کاری نتیجه اش درد می شود.

ذهن یک شهر زلزله خیز است، با هر چیزی همانیده شویم فرو می ریزد، زلزله میفتد در شب تاریک ذهن چیزی نمی بینیم سخت می شود گیج می شویم و راه را درست نمی بینیم و به بیراهه می رسیم.

خدایا می دیدم در شب ذهن چه ها بر من می گذشت چشمم باز بود، گوشم می شنید، ولی ساکت و حیرت زده بودم سگته بخت زده بودم، حیران بودم با چشم می دیدم که روح از تنم جدا می شد ولی نمی توانستم به کسی چیزی بگویم در کم نمی کردند سکوت می کردم خودم در حیرت بودم که این چه تجربه ایست؟ با خودم می گفتم خدایا این چه زندگی ایست؟ خدایا تو چه چیزی می خواهی بگویی؟ این همه درد برای چیست؟ چرا زندگی، زندگی نیست.

ور نه سگته بخت بودی مر مرا، خود آن زمان  
چهره خون آلود کردی، بردیدی شالها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

بر سر ره، جان و صد جان در شفاعت پیش تو  
در زمان، قربان بکردی خود چه باشد مالها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

در گذشته صدها سگته بخت داشتم به صدها چیز همانیده بودم اگر آگاه بودم، درد هشیارانہ می کشیدم تا چهره خون آلودم شاد شود، اگر آگاه بودم، یک لحظه جان من ذهنی را قربان می کردم و هر چیزی که به مرکز گذاشته بودم و حس مالکیت می کردم را به حاشیه می راندم، چرا نکردم؟ چون آگاه نبودم که من ذهنی ام مانع می شود عقل من ذهنی داشتم، قانون های زندگی را بلد نبودم از زندگی (خدا) دور بودم سگته بخت داشتم.

تا بگشتی در شب تاریک ز آتش ناله ها  
تا چو احوال قیامت دیده شد احوال ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

تا بدیدی دل عذابی گونه گونه در فراق  
سنگ خون گرید، اگر زان بشنود احوال ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

قدّها چون تیر بوده، گشته در هجران کمان  
اشک خون آلود گشت و جمله دل ها دال ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

سکته بخت و همانیدگی را ادامه دادم و از درد، گله و شکایت می کردم و لحظه به لحظه می نالیدم و می ترسیدم و آگاه نبودم ترس نشانه قیامت و نشانه زنده شدن به خداوند است. همانیدگی و گله و شکایت و قضاوت و کنترل و ترس و تمام خاصیت های من ذهنی را ناآگاهانه ادامه دادم و عذاب های گوناگون به خاطر دوری از زندگی، که اگر سنگ می شنوید به حال، گریه می کرد و می گفت که چطور این همه ضرر و لطمه در حق خودت و خانوادهات و دیگران می کنی. در سن جوانی حس پیری را احساس می کردم سستی و مردگی همیشه همراه بود.

در سن ده، دوازده سالگی پر از غم و غصه بودم، چقدر زود همانیده شده بودم. با خودم می گفتم چرا آنقدر غم دارم همیشه با خودم می پرسیدم چرا رضایتی ندارم؟ آنقدر بی انگیزه ام، افسرده ام، دلمرده ام چرا زندگی نیست، آنقدر غصه داشتیم، آنقدر به همه چیز چسبیده بودم که گمان نمی کردم از همین چسبیدگی هاست.



چون درستی و تمامی شاه تبریزی بدید  
در صف نقصان نشستست از حیا مثقالها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

از برای جان پاک نورپاش مه‌وشت  
ای خداوند شمس دین تا نشکنی آمالها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

از وقتی که با مولانای جان و پدر شهبازی جان آشنا شدم تمام اشکالات و دلیل غم و غصه را متوجه شدم، خودم را پیدا کردم، آگاه شدم که خدا را در وجودم ندارم با او یکی نیستیم، از زندگی دورم. یکی یکی همانیدگی را در خودم دیدم یکی یکی شناسایی مساوی بود با آزادی پیش رفتیم، عاشق شدم، انگیزه پیدا کردم دردهایم داشت شفا پیدا می کرد قیامت را می دیدم درد هشیاران می کشیدم صبر می کردم پرهیز داشتیم، گاهی هم معذرت می خواستیم، امتحانها می شدم، هم سخت بود هم زیبا بود. کم کم خاصیت‌های من ذهنی را در صف نقصان می دیدم.

دیگر تمایل نداشتیم قضاوت کنیم، کنترل کنیم، یا بترسم یا دیگر قرص نمی‌خوردیم، فکرهای پی در پی قطع شده بودند ذهنم خاموش شد. خواب و خوراکم برگشت، دردها رفتند، کم کم دیدم عوض شد بی‌مرادی‌های مکرر رفتند، زندگی وفق مرادم شد، همه چی سر و سامان پیدا کرد، کارها راحت پیش می‌رود، دیگر آگاه شدم که چیزهای جسمی زندگی ندارند نباید سفت چسبید یا به مرکز راه داد. تمام خواسته‌ام، آرامشم، زنده شدن به خداست به قول حضرت مولانا صد که باشد نود همراهش هست.

از مقال گوهرین بحر پی پایان تو  
لعل گشته سنگ‌ها و ملک گشته حال‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

حال‌های کاملانی کآن و رای قال‌هاست  
شرمسار از فر و تاب آن نوا در قال‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

کسانی که من ذهنی دارند از برکت خداوند بهره‌مند می‌شوند چون خودشان را در زمینه کاری فعال کردن و خداوند هم می‌دهد و خداوند سراسر رحمت است اما خداوند می‌گوید آن آرامش را نمی‌دهم، چون فرقی است بین کسی که می‌خواهد به من زنده شود و کسی که نمی‌خواهد به من زنده شود. همین که بخواهیم همین ابیات کمک می‌کند این ابیات دل سنگ را نرم می‌کند، این ابیات از سوی زندگی از طریق مولانا بیان شده است، ارتعاش زنده کننده و شفا بخشی دارد، تنها حرف نیست حتی کلی از دردهایم شفا پیدا کرد هر زمانی که بخواهیم با جان و دلم می‌خوانم کمکش را بیشتر و بیشتر می‌بینم.

ذره‌های خاک هامون گر بیابد بوی او  
هر یکی عنقا شود تا برگشاید بال‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

بال‌ها چون برگشاید، در دو عالم ننگرد  
گرد خرگاه تو گردد واله اجمال‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

ما انسان‌ها ذره‌ای هستیم در بیابان بی آب و علف ذهن. با بزرگانی همچون مولانا قرین شدن همین ذره یعنی امتداد خداوند در ما ذره هست می‌توانیم به بی‌نهایت خداوند زنده شویم اما، گیر افتادن در ذهن مانع می‌شود. با خواندن اشعار با تمرین و تکرار می‌توانیم از مانع بپریم، شروع کنیم به درک این مطلب که چیزهای دنیوی، زندگی ندارند، یواش یواش فضای دلت بزرگ و بزرگتر می‌شود و به اصل خودت تبدیل می‌شوی.

دیده نقصان ما را خاک تبریز صفا  
 کحل بادا، تا بیابد زان بسی اکمال‌ها  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

چونکه نورافشان کنی درگاه بخشش، روح را  
 خود چه پا دارد در آن دم رونق اعمال‌ها؟  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

خود همان بخشش که کردی بی‌خبر اندر نهان  
 می‌کند پنهان پنهان جمله افعال‌ها  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

نقص من ذهنی ما را خداوند پُر می کند یعنی تسلیم، فضاگشایی، فضاگشایی بیشتر و بزرگتر تا به کمال رسیدن. خداوند سراسر رحمت و بخشش است، هشیاری جسمی (من ذهنی) ما را می بخشد پس به چند بار فضاگشایی بسنده نکنم تا خاصیت‌های من ذهنی از رونق بیفتد و بی ارزش شود. خدایا همان بخششی که در ابتدای راه به من کردی خیلی از دردهایم را شفا دادی باز هم همین لطف و در حقم روا دار تا کاملاً از فعل بدِ باقی مانده من ذهنی ام رها شوم.

ناگهان بیضه شکافد، مرغ معنی برپرد  
تا هما از سایه آن مرغ گیرد فال‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

هم تو بنویس ای حسام‌الدین و می‌خوان مدح او  
تا به رغم غم بینی بر سعادت خال‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

گرچه دست‌افزارِ کارت شد ز دستت، باک نیست  
دست شمس‌الدین دهد مر پات را خلخال‌ها  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۵

خدایا هر چند گاهی من ذهنی می‌خواهد حرف بزند اما از تو می‌خواهم که مرا به دست نفس طناز مسپاری، خدایا  
خودم را به تو می‌سپارم زیرا از تخمِ مرغِ ذهنم امیدی ندارم، دانسته‌ام که از تخمِ ذهنم یا از صندوقِ ذهنم باید  
بپرم بیرون.

ای کسی که چند بار فضا را باز کردی از چندین همانیدگی آزاد شدی، باز هم فضا را باز کن تا مدح زندگی را  
خودت از درونت بخوانی با وجود این که هنوز غم من ذهنی در تو از بین نرفته، فضاگشایی ابزار است، شمشیری  
است که هر لحظه می‌توانی از آن استفاده کنی، تا گردن غم را ببری.  
گرچه دست‌افزار ما من‌ذهنی ست هنوز من‌ذهنی محو نشده، اما نترس! خودت را به دست زندگی بسپار تا با  
دید زندگی عمل کنی تازه داری درست زندگی می‌کنی.

با سپاس  
-زینب از مازندران 



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



پیغام عشق - پایان قسمت هزار و سیصد و هشتاد و سوم

برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

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

تماشا فرمایید



