



## پیغام عشق

قسمت دویست و پنجاه و هفتم





آقای علی از رشت



با سلام خدمت استاد عزیز و همه همراهان برنامه ارزنده گنج حضور.

قانون اساسی من سی و سه اصل دارد. و من امروز می‌خواهم در مورد اصل پنجم آن صحبت کنم و چنانچه صلاح دانستید لطفاً آن را با دوستان به اشتراک گذارید.  
اصل پنجم:

به هیچکس توهین نکنم. من ذهنی به شکلهای مختلف به رویدادها واکنش نشان می‌دهد. توهین، فحش و بطور کلی الفاظ زشت از جمله واکنشهای کلامی من ذهنی است و تقریباً در اکثر مواقع این واکنش زبانی بصورت شرطی شده و یا ناخودآگاه اتفاق می‌افتد. یعنی زمانی که ناظر ذهن نباشیم. کسی چیزی می‌گوید و من ذهنی با چیز بدتری واکنش نشان می‌دهد. چون یاد گرفتیم که حرف بد را باید با حرف بد یا بدتر تلافی کرد، غیر از این باشد احساس کوچک بودن می‌کنیم. من ذهنی براساس تصویر ذهنی که از دیگران برای خودش ساخته، تصور می‌کند اگر جواب ندهد در برابر مردم تحقیر شده است، و با جواب دادن حس بزرگی می‌کند. اما همیشه بعد از هر بار واکنش منفی، احساس بد و انرژی منفی داریم، بیشتر به جسم سخت تبدیل می‌شویم.  
مولانا در دفتر دوم می‌فرماید:



صبر کردن جان تسبیحات تست  
صبر کن کانست تسبیح درست

-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۵

صبر و تسلیم، نقطه کانونی رهایی از من ذهنی و واکنش‌های آن است. تسلیم، فضاگشایی و مکث، به تاخیر انداختن واکنش و کشیدن درد هشیارانه تنها ابزارهای ما برای پرهیز از توهین و خودداری از جواب دادن به حرف‌های زشت دیگران است. البته یادگیری ذهنی این مطالب لازم است اما کافی نیست، تنها با تکرار و تمرین متعهدانه است که واقعا می‌توان دل را عدم کرد و به اتفاقات، وضعیت‌ها و حرف‌های دیگران واکنش نشان نداد.

با تشکر علی از رشت



خانم زهرا از نوشهر





سلام آقای شهبازی عزیزم چطوری می‌تونم از شما تشکر نکنم، چون شما از ما توقع تشکر ندارید.

اصلا با قلم و زبان نمی‌شود این تشکر و شکرانه را بجای آورد. حدود یکسال و نیم است که جسمم اسیر رختخواب و درد و بیماریست ولی حال احساسم خیلی خوبه، اصلا بهتر از این نمی‌شه. تو خونه تنهام و منم و چار دیواری و تلویزیون و برنامه زنده کننده گنج حضور و کتاب های ارزشمند و بی قیمت حضرت مولانا، اصلا احساس خلا و تنهایی نمی‌کنم. منی که آنقدر پر تحرک بودم که فقط تایم غذا خوردن می‌توانستم در جایی ثابت بنشینم، و کیلومتر شمار گوشی‌ام که برای ثبت قدم‌ها برای سلامتی و ورزش شخص در گوشی نصب شده هر روز ده کیلومتر و بعضی وقتا بیست کیلومتر را ثبت می‌کرد. تازه همه روز، گوشی همراهم نبود و این پر کاری و بی‌قراری‌ام شاید برای بعضیها غیر قابل باور باشد اما من اینطوری بودم.

کار هیچ کسی را قبول نداشتیم و من ذهنی‌ام اینطوری فریبم داده بود که هیچ کسی بهتر از تو نمی‌تواند از پس این کار بر بیاید و از من بیگاری می‌کشید، چه در خانه و چه در محل کار. تا اینکه با آشنایی با برنامه شما شروع کردم به کار روی خودم و بزرگترین همانیدگی‌ام را که همین کار بود شناسایی کردم. و چون به راه حلی که زندگی جلوی پایم گذاشته بود برای ترک آن اهمیت ندادم و حرف من ذهنی‌ام را ترجیح دادم و همان کارهای همیشگی‌ام را ادامه دادم، درست دو روز بعد از شناسایی‌ام بود، صبح بیدار شدم از شدت درد نتوانستم راه بروم.



به همین راحتی از نعمت راه رفتن بی نصیب شدم. البته چند ماهی هست که می توانم کمی در اتاق قدم بزنم. و اگر تمام عمرم همین وضعیت را داشته باشم با این همه درد، حاضر نیستم حتی یک لحظه به زندگی قبلی ام و به دوران جهالتم و بیگاری دادن به من ذهنی خودم و منهای ذهنی دیگران برگردم و پوستین ایازی ام را بپوشم.

این حس و حال خوب را اول بابت رعایت قانون جبران مالی دارم. دوم توصیه های پدران و سودمند شما را که می دانم یک عمر تجربه پشتش خوابیده با جان و دل گوش می دهم و عمل می کنم. که مهم ترین آنها رعایت قانون جبران معنوی است، که شامل:

-فرستادن پیام به کانال گنج حضور، نه با توقع حتما پست شدن آن، بلکه این کار را نوعی درس پس دادن بدانم.

-خواندن پیام های دوستان و استفاده کردن از تجربه های معنوی آنها و همین کار باعث می شود که جواب سوالات خود را در بین این پیامها بیابم و دیگر نیازی به سوال پرسیدن که شما این همه روی آن تاکید می کنید نیست.

-خواندن تفسیر معنوی استاد زمانی، در کنار برنامه شما.

-از همه مهمتر تکرار و تکرار و تکرار ابیات کلیدی، آنهایی که جان ما را به ارتعاش در می آورند چندین بار در طول هر روز. و من خودم معجزه تکرار این ابیات را در زندگی شاهدیم.

-انتخاب قرین مناسب که به حضورم آسیب نرساند.



فقط برنامه‌های شما را می‌بینم و در طول برنامه به من الهام می‌شود توسط هدایت زندگی، همانی که در طول هر درس بارها و بارها در آن شکل‌هایی که باور دارم هدیه‌های بیست از طرف زندگی و باید قدر آنها را بدانیم، به ما نشان می‌دهید و در کمال تواضع از ما می‌خواهید که به آنها دقت کنیم این ابیات را می‌خوانم و ضبط می‌کنم و به آنها گوش می‌دهم. و در کل ابیات حضرت مولانا و تفاسیر گهر بار شما را بعنوان قرین انتخاب کرده‌ام. و در اینجا از خانم سارای عزیز از برلین بسیار سپاسگزارم بابت پیام‌های بسیار عمیق‌شان. زیرا من با پیام ایشان متوجه شدم که من ذهنی خودم هم می‌تواند قرین من به حساب بیاید و تنها راه حلی که بفکرم رسید تا برای زمانی که ذهن حواسم را پرت می‌کند و دیگر نظاره‌گر او نیستم، ضبطم را روشن می‌کنم و ترانه‌هایی از ابیات حضرت مولانا را که خوانده‌ام گوش می‌دهم و اینگونه او را ساکت می‌کنم.

خیلی دوست داشتم که چهارشنبه در پیام تلفنی غزل جدید را که در طول برنامه، آهنگ خواندن آن شکل گرفته بود را برایتان بخوانم تا به سهم خودم کاری انجام داده باشم و کمی رفع خستگی کرده باشم برای شما. ولی خب طرح زندگی همیشه چیزی نیست که ما انتظار داریم و تلفن قطع شد. اما آنرا خواندم و ضبط کردم و برایتان ارسال می‌کنم و امیدوارم که ایرادهای آن را ندیده بگیرید.



بنده هم در امر موسیقی بیسوادم و چیزی از نت و فراز و فرود خواندن آواز بلد نیستم. اما آن را با عشق و با همه احساسم خواندم و تقدیم به شما و همه عزیزانم می‌کنم.

بیشتر، احوال، بر سنت رود  
گاه قدرت، خارق سنت شود

ای گرفتار سبب، بیرون میر  
لیک، عزل آن مسبب، ظن مبر

-مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۴ و ۱۵۴۷

غزل زیبای ۱۴۳ از برنامه ۸۵۹

دوش من پیغام کردم سوی تو استاره را  
گفتمش خدمت رسان از من تو آن مه پاره را

سجده کردم گفتم این سجده بدان خورشید بر  
کو به تابش زر کند مر سنگ‌های خاره را

سینه خود باز کردم زخم‌ها بنمودمش  
گفتمش از من خبر ده دلبر خون خواره را

سو به سو گشتم که تا طفل دلم خامش شود  
طفل خسپد چون بجنباند کسی گهواره را

طفل دل را شیر ده ما را ز گریه شس وارهان  
ای تو چاره کرده هر دم صد چو من بیچاره را



شهر وصلت بوده است آخر ز اول جای دل  
چند داری در غریبی این دل آواره را

من خمش کردم ولیکن از پی دفع خمار  
ساقی عشاق گردان نرگس خماره را

این غزل زیبا را تقدیم می‌کنم به شما اینقدر این غزل زیباست که قناری های منم سر ذوق آمدند و با من  
همراهی کردند با تشکر از محبتها و زحمات شما،

زهرا از نوشهر



خانم مریم از اورنج کانتی





برنامه شماره ۸۵۹

دوش من پیغام کردم سوی تو استاره را  
گفتمش خدمت رسان از من تو آن مه پاره را

غزل شماره ۱۴۳ از دیوان شمس مولانا:

حامل پیام مولانا از مرکز عدم، پس از شناسایی آگاهانه و تشخیص جنس اصلی خود.  
پیامی که خدمتی مقدس به زندگی و تمامی انسان‌ها و کائنات را به همراه دارد و او را از هر گونه نقض پیمان با  
زندگی باز می‌دارد.

به روح های مقدس ز من سلام برید  
به عاشقان مقدم ز من پیام برید

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۲۴

پیامی که سلامتی روح و چهار بعد انسان یعنی جسم و جان، افکار و هیجانات او را پس از شناسایی و پرهیز از ساده لوحی و حيله گری ذهن، به همراه دارد. پیامی از مرکز عدم که توانایی شناسایی زندگی در خود و دیگران را بالا برده و مقاومت و قضاوت صفر را به ارمغان دارد. پیامی که شکر و صبر و پرهیز را در انسان تقویت و اطرافیان را مورد تاثیر ارتعاش خود قرار می دهد.

سجده کردم گفتم این سجده بدان خورشید بر  
 کاو به آتش زر کند مر سنگهای خاره را

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳

پیامی همراه با سجده و تسلیم در برابر زندگی که مرکز پر از همانیدگی و دل سخت انسان را مورد شفا و درمان قرار می دهد. پیامی که خدمتی مقدس و جاودانه را به همراه دارد. خدمتی که به جای محکوم کردن، انتقاد و بحث و به واکنش وادار کردن دیگران، ناظر بر دردها و زخمهای مرکز خود شده و با گرما و انرژی دید زندگی مورد شفا قرار می گیرد.



سینه خود باز کردم، زخم‌ها بنمودمش  
گفتمش از من خبر ده دلبر خون خواره را

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳

پیامی از مرکز عدم که پس از شناسایی خاصیت مسئله سازی ذهن، قدرت تمییز و تشخیص را بالا برده، انسان را از واکنش منفی نشان دادن به دیگران و مورد سو استفاده قرار گرفتن و کار بی مزد کردن حفظ می کند. برای مثال اگر از صحبتها و رفتار کسی خشمگین شویم و واکنش نشان دهیم یا برعکس خوشحال شویم و واکنش نشان دهیم در هر دو واکنش، ذهن و مرکز همانیده دخیل بوده و انسان را مورد سو استفاده و کار بی مزد ذهن قرار داده و قدرت تشخیص را سلب می کند.

من خمش کردم ولیکن از پی دفع خمار  
ساقی عشاق گردان نرگس خماره را

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳

پیامی که با خاموشی و سکون خود، قضاوت و مقاومت دید اشتباه هوشیاری جسمی را شناسانده و به صفر می‌رساند. پیامی که انسان را به وعده ملاقات با خدا در این لحظه ابدی کشانده و آماده خدمتی برخاسته از خرد و آگاهی زندگی، برخاسته از میثاق و عهد به زندگی بدون در نظر گرفتن هیچ سود و زیانی می‌کند.

آنک بدهد بی امید سودها  
آن خدایست آن خدایست آن خدا

یا ولی حق که خوی حق گرفت  
نور گشت و تابش مطلق گرفت

– مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۵۲ و ۳۳۵۳

– با احترام، مریم از اورنج کانتی



خانم راحله از مینادشت اصفهان





با سلام خدمت استاد عزیز و همه دوستان گنج حضور

دوش من پیغام کردم سوی تو استاره را  
گفتمش: خدمت رسان از من، تو آن مه پاره را

مولانا، دیوان شمس، غزل ۱۴۳

انسان هر لحظه در برزخ به سر می برد. برزخ حالتی است که انسان از یک سو پیغام وابستگی، دلبستگی و هر چه بیشتر بهتر همانیدگی هایش را دریافت می کند و از سوی دیگر پیغام ارجعی و بی نهایت شدن را. جناب مولانا در این بیت غزل این پیام ها را به ستاره تشبیه کرده اند، ستاره ای که به منزله کشش در هر دو سو نقش دارد و این جنس مرکز ماست که ما را به سوی کدامین یک از این پیغام ها می کشاند. این پیام ها هر لحظه جاریست و این هنر انسان است که بتواند میان این همه پیغام، پیام زندگی را دریافت کند.

خاک را دیدی برآمد در هوا  
در میان خاک بنگر باد را

مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۰۱

حالت اول، حالت انسانی بیان می‌شود که در تله‌ی ذهنی اسیر شده، فکر، عمل و هدایتش از عینک‌های همانیدگی‌هایش نشأت می‌گیرد. این انسان، نسبت به جریان زندگی که همیشه در حال کار روی ماست ناز می‌کند، چون نیاز خود را به اشتباه تشخیص داده است. او فکر می‌کند به جهان و چیزهایِ اَفَلَس نیاز دارد، پس در مقابل جریاناتِ زندگی نارنجینی را پیشه می‌کند و به قضاوت و مقاومت می‌پردازد.

گر ناز گنی، خامی، ور ناز کشی، رامی  
در بارکشی یابی آن حسن و ملاحظت را

مولانا، دیوان شمس، غزل ۷۵



حالت دوم، انسان در مقابل اتفاقات تسلیم شده و سجده کرده تا همانیدگی هایش شناسایی شود. در واقع می‌داند زمان فضاگشایی می‌تواند ناظر ذهن و خصوصیات مخربش شود و با تسلیم در برابر اتفاق لحظه به زندگی اجازه دهد خون همانیدگی هایش را بریزد. این انسان میل نیاز به همانیدگی را در خود صفر کرده و خود را نیازمند زندگی می‌داند پس در مقابل آن ناز نمی‌کند تازه نازکشی هم می‌کند تا تبدیلس صورت گیرد.

عشق را صد ناز و استکبار هست  
عشق با صد ناز می‌آید به دست

مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۶۴

کسی که نازینی را رها کرده زمان اتفاق با مقاومت و قضاوت، خود را قربانی اتفاقات نمی‌کند و به دنبال راه حل های بیرونی و ذهنی نمی‌گردد. به درک این رسیده که فضاگشایی تنها عملی است که ما باید انجام دهیم. چون این فضاگشایی به منزله ملاقات ما با خدا در مرکزمان است. در اصل طرح کلی زندگی و غرض از آفرینش انسان این بوده است.



از مقامات تَبْتَل تا فَنَا  
پایه پایه تا ملاقاتِ خدا

مولانا، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵

ناز یعنی احساس بی‌نیازی نسبت به خدا، پس زمانیکه ما ناز می‌کنیم نشان از یک من در ماست. منی که به شدت منتظر توجه خاصی است و می‌خواهد به چشم بیاید و مورد تأیید قرار گیرد. پس اینکه با این من بتوانیم نازنین شویم یک تصور باطل است.

گر تو نازی می‌کنی یعنی که من فرخنده‌ام  
نزد این اقبال ما فرخندگی جز عار نیست

مولانا، دیوان شمس، غزل ۳۹۶

اینکه ما اولویت‌های زندگی مان چه چیزی باشد و به ما نشان می‌دهد ما نازکش هستیم یا ناز گن؟

وقتی زنده شدن به حضور و جاودانه شدن در این لحظه ابدی اولویت ما قرار نگرفته پس هنوز نیازمند جهانبینیم و در حال ناز کردن. در این حالت صبر نداریم، شاکر نیستیم، توقع و انتظار داریم، توانایی خاک شدن نداریم، مرتب در حال توجیه حال و کار خود هستیم و همیشه همه را مقصر می‌دانیم به جز خودمان. ناز کردن ما نشان این است که میلی برای مردن به من ذهنی نداریم پس خدا هم نمی‌تواند بر ما نماز بخواند. زمانیکه تشخیص دادیم نیاز ما زندگی ست و ناز کردن کار خداست و ما فقط باید با صبر، شکر و تعهد به فضای گشوده شده نازکش خدا و زندگی باشیم، در ما پتانسیل بخت ابدی سوئیچ خواهد شد و هزاران زیبایی و برکت برای ما به همراه خواهد داشت.

پس الله الله زنهار، ناز یار بگش  
که ناز یار بود صد هزار من حلوا

مولانا، دیوان شمس، غزل ۲۲۲

— خانم راحله از مینادشت اصفهان



خانم نرگس از نروژ





تا دو سال این کرد آن مرد کار  
بعد از آن امر آمدش از کردگار

بعد از این می ده، ولی از کس نخواه  
ما بدادیمت ز غیب این دستگاه

هر که خواهد از تو، از یک تا هزار  
دست در زیر حصیری کن، بر آر

هین ز گنج رحمت بی مر بده  
در کف تو خاک گردد زر، بده

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۲۷۸۶ الی ۲۷۸۹

شش سال پیش که گنج حضور رو دیدم تو دلم جرقه خورد که این گل حضوره. باورهای همانیده مذهبی و شخصی‌ام به تدریج شروع به ریزش کرد و با عمل به آموزه‌ها و با انعکاسشون در درون و بیرونم و فضاگشایی و عدم کردن مرکز، یقینم بیشتر شد.

که یک جذب حق به ز صد کوشش است  
نشان‌ها چه باشد بر بی‌نشان؟

-مولوی، مثنوی، غزل ۲۰۸۹

این همان ندای یاری خواستن برای زنده کردن هشیاری حضور در تک تک آدمها در کل دنیاست، که از انواع رسانه‌های ارتباطی صدایش میاد به خانه مان. هر آدمی که به آن متعهد میشه و عمل می‌کنه، یک پیغام آور از خرد زندگی میشه و کتاب آسمونی دلش باز میشه.

نشان چون کف و بی‌نشان بحر دان  
نشان چون بیان، بی‌نشان چون عیان

معنی تسلیم تازه و زنده شد با گنج حضور، دلم آرومتر و شادتر شد و برکتش در درون و بیرونم جاری شد.  
تازه معنی لا کردن را فهمیدم و لا کردن به صورت عملی آمد به زندگیم.

شاه زمینی و زمان همچون خرد فاش و نهان  
پیش تو ای جان و جهان جمله چرا جان نشوم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۸

کاش قدر این مهمان بی‌همتا را بدونم و بتونم قانون جبران مادی و معنوی را در حد رضایتشان رعایت کنم.

قبله را چون کرد دست حق عیان  
پس تحری بعد از این مردود دان



هین بگردان از تحری رو و سر  
که پدید آمد معاد و مستقر

یک زمان زین قبله گر ذاهل شوی  
سخرهی هر قبله باطل شوی

چون شوی تمییزده را ناسپاس  
بجهد از تو خطرت قبله شناس

گر از این انبار خواهی بر و بر  
نیم ساعت هم ز همدردان مبر

که در آن دم که ببری زین مُعین  
مبتلا گردی تو با بئس القرین

– مثنوی، مولوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۶–۲۶۳۱

با عشق و احترام


نرگس از نروژ



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)**