

با سلام خدمت آقای شهبازی عزیز و همراهان گنج حضور

من چقدر خوشبختم که با آقای شهبازی و برنامه گنج حضور و مولانای عزیز آشنا شدم.

با گنج حضور یاد گرفتم و متوجه شدم که من ذهنی نماینده شیطان در درون من است و همه گرفتاری‌ها و مشکلاتم از همین شیطان درون خودم هست و تقصیر هیچ کس نیست.

نفس و شیطان هر دو یک تن بوده‌اند
در دو صورت خویش را بنموده‌اند
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳

چون فرشته و عقل، که ایشان یک بُدند
بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴

من اصلاً نمی‌دانستم، من ذهنی چیست. در خواب و رؤیا هم تصور نمی‌کردم که یک باشنده توهمی یعنی من ذهنی این همه گرفتاری و درد برای من درست کرده و اختیار مرا در دست گرفته‌است و مثل یک خون‌آشام، زندگی زنده این لحظه مرا با اشتیهای سیری‌ناپذیرش می‌بلعد. او رئیس و فرمانده است و من فرمانبردار او هستم.

من چقدر خوشبختم که با گنج حضور متوجه این اژدهای درونم شدم. خدا را شکر که در گنج حضور راه‌هایی از زندان ذهن به روش بسیار عالی و کارآمد بیان می‌شود. هزاران بار شکر که متوجه شدم چگونه فضاگشایی کنم. متوجه شدم که من افکار و هیجانانتم نیستم.

متوجه شدم که باید به تقاضاهای دیو درون «بله» نگوییم، آگاهانه صبر کنم و ناظر باشم. درد آگاهانه بکشم و پرهیز کنم تا با لطف و یاری خدا، دیو یواش‌یواش در شیشه برود.

شرع بهر دفع شرّ رایی زند
دیو را در شیشه حجت کند
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱

شکل‌های هندسی در گنج حضور واقعاً عالی هستند و تمام مشکلات انسان و راه‌هایی از آن‌ها را به صورت خلاصه و کاربردی نشان می‌دهند.

با تأمل در زندگی خودمان می‌بینیم که نوزاد انسان وقتی به دنیا می‌آید، هشیاری زلال است که در یک کالبد فیزیکی زندگی می‌کند. کم‌کم بزرگ می‌شود و به فراخور شرایطش مقداری جسم و درد را به خودش اضافه می‌کند و بعد هم پیر می‌شود و توانایی استفاده از همه آن چیزها را از دست می‌دهد و اگر خردمند باشد متوجه می‌شود که عمرش را در راه بیهوده‌ای صرف کرده.

اول و آخر تویی، ما در میان
هیچ هیچی که نیاید در بیان
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱

من به عینه این موضوع را با نوهام و پدرم تجربه کردم. نوهام روزبه‌روز بزرگ‌تر و بالنده‌تر می‌شد و پدرم روزبه‌روز قوای جسمانی‌شان کمتر می‌شد. عمیقاً درک کردم «دنیا همه هیچ و اهل دنیا همه هیچ»، پس ما چرا به خاطر هیچ این همه عذاب بکشیم؟ این همه درد تولید کنیم و در جهان باقی بگذاریم. چه کسی باید این دردها را پاک کند؟

یاد قصهٔ مرد پرخور و حضرت رسول افتادم که حضرت با دستان مبارکشان خرابکاری او را تمیز می‌کردند و به اصحاب فرمودند: که من خودم باید این کثافات را پاک کنم.

روح‌های بزرگ و شیرمردانی مثل مولانا و آقای شهبازی مگر بتوانند این دردها را پاک کنند ان‌شاءالله. من موظف هستم که درد جدید ایجاد نکنم و زنجیرهٔ دردی را که از گذشتگان به من رسیده قطع کنم.

انسان به‌عنوان روح خدایی نباید این‌همه درد را تجربه کند. خدا ما را گرامی داشته و «تاج گرمنا» یعنی قدرت انتخاب و «طوق اعطینا» یعنی قدرت فضاگشایی را به ما داده، پس نباید این‌همه رنج و عذاب جدایی را تجربه کنیم.

تاج گرمناست بر فرق سرت
طوق اعطیناک اویز برت
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴

برای رهایی از شر شیطان درون باید چاره‌ای بیندیشیم و بهترین راه و تنها راه برای من گنج حضور بوده و هست. من خیلی خوشبختم که با گنج حضور توانایی ناظر بودن بر افکار و هیجانات و کارهایم را پیدا کردم. این ناظر و بینندهٔ درون ما بسیار قدرتمند است، همان روح خدایی‌ست که در این جسم زندگی می‌کند، قدرت خدا پشت اوست و خدا هر لحظه منتظر است که ما به این موضوع آگاه شویم و به‌سوی او برگردیم.

خدا ما را از همهٔ کارها منع کرده و فقط اجازهٔ یک کار به ما داده و آن کار «بازگشت به‌سوی اوست»، یعنی حاضر بودن در لحظه همیشه این لحظه.

ما به‌عنوان انسان تنها باشنده‌ای هستیم، که می‌توانیم آگاهانه در این لحظه حاضر باشیم و فضاگشایی کنیم. ما هشیاری هستیم که می‌تواند آگاهانه ناظر باشد و این نظارت آگاهانه یعنی منطبق شدن هشیاری بر هشیاری، یعنی قائم شدن هشیاری بر ذات اصلی‌اش، یعنی یکی شدن با ذات خدایی در لحظهٔ حال.

هرچه بیشتر ناظر خودمان و جهان بیرون باشیم، سرعت فکرها کم می‌شود و ان‌شاءالله یک‌جایی متوقف می‌شود. تکرار آیات و تعهد به گنج حضور باعث می‌شود که ناظر و بینندهٔ درون ما قدرتمند شود و سرعت افکار در سر ما کم شود. بهترین کار کمک گرفتن از بزرگان است. اختیار هدایت زندگی‌مان را به‌دست بزرگان بسپاریم.

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اندر اتقوا
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹

چون نباشد حفظ و تقوا، زینهار
دور کن آلت، بینداز اختیار
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰

-اتقوا: تقوا پیشه کنید.
-زینهار: برحذر باش.

خدایا متشکرم که مرا با گنج حضور آشنا کردی. گنج حضور متشکرم که مرا با خود اصلی‌ام و با من‌ذهنی آشنا کردی. خدایا کمک کن تا به گنج حضور و این راه راست متعهد بمانم.

هزاران قرن می‌باید که این دولت به پیش آید
کجا یابم دگر بارش، اگر این بار بگریزم
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۲۹

مشكرم.
- سالارى، اهواز