

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 پنجاه و یکم





خانم دیبا از کرج



شرح غزل ۳۰۹۹ دیوان شمس مولوی از برنامه ۹۳۸ گنج حضور

بداد پندم استاد عشق ز استادی  
 که هین، بترس ز هر کس که دل بدو دادی  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

خدا را شکر که استاد زندگی با فراوانی عشقش از طریق بزرگانی چون مولانا و از طریق برنامه گنج حضور به ما پند می‌دهد. خدا را شکر که شنیدن و خواندن ذهنی برحسب پندار کمال را شناختم تا فضا باز کنم و با جان و دل به پند زندگی گوش کنم. از استاد شهبازی آموختم با خط‌کش ذهن اندازه نگیرم که چقدر گوش کردم یا عمل کردم؟ فقط تمرکز روی خودم و تعهدم روی قانون جبران، صبر، پرهیز، شکر، رضا و فضاگشایی باشد. استاد عشق از زبان مولانا و جناب شهبازی پندم داد که به سبب‌سازی ذهن نروم و موقوف علت‌ها نشوم و بترسم از چیزهایی که با آنها همانیده می‌شوم و به مرکز می‌آورم زیرا که پند مولانا را بارها تکرار می‌کنم و از خدا فقط زنده شدن به خودش را می‌خواهم و دیگر هیچ.

از خدا غیر خدا را خواستن  
ظن افزونی ست و، کلی کاستن  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳

هر آن کسی که تو از نوش او بنوشیدی  
ز بعد نوش، کند نیش اوت فصادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

فصادی: رگ زنی، حجامت گری

استاد زندگی پندم داد که اگر با کسی، پولی، مقامی و هرچیزی که آفل و گذراست همانیده شوم درد می کشم،  
زیرا که همه چیز در این دنیا از بین می رود و نوشیدن و شیره کشیدن همانیدگی ها مثل نیش مار است و درد  
ایجاد می کند، نه این که ما کسی را دوست نداشته باشیم و یا از پول و مقام دوری کنیم؟ نه هرگز! بلکه با ترس و  
کنترل به آنها نچسبیم و مرکزمان نگذاریم، درد همانیدگی را مولانا به رگ زدن تشبیه می کند که هشیاری  
انسان پایین می آید و به منظور زندگی که زنده شدن به خداست نمی رسد.

چو چشمِ مست کسی کرد حلقه در گوشت  
ز گوش پنبه برون کن، مجوی آزادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

اگر با یک انسانی همانیده شوی و یا چشم کسی حلقه غلامی را به گوشت انداخت، دیگر با من ذهنی ات آزادی را  
نجو و نگو: من غلام قمرم غیر قمر هیچ مگو، زیرا که من ذهنی تو عاشق من ذهنی شخص دیگری شده و پنبه  
وسواس و کنترل و ترس از دست دادن او در گوشت است که نمی گذارد پند استاد زندگی را بشنوی و فضا باز  
کنی و آزادی را در عمل واهمانش بیابی.

برین بنه دل خود را چو دخل خنده رسید  
 که غم نجویدِ عشرت، ز خرمن شادی  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

دل و مرکزت را بر نقطه تسلیم قرار بده و با پرگار فضاگشایی دایره خرمن شادی را بگستران و شادی‌های بی‌سبب را نوش جان کن و اجازه نده که من‌ذهنی غم‌پرست با مسئله‌سازی و مانع‌بینی و دشمن‌تراشی از تو مالیات بگیرد، زیرا من‌ذهنی همیشه ناراضیست و به دنبال درد و مالیات گرفتن از زندگیست. از حرف‌های من‌ذهنیت دوری کن و پند مولانا را گوش کن که گفت:

خوش باش که هر که راز داند  
 داند که خوشی خوشی ستاند  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱۲

ولی نه آن خوشی که به‌خاطر بیشتر کردن همانیدگی باشد، زیرا ما نیشمان می‌زند و راه را غلط می‌رویم.

مگر زمین مسلّم دهد تو را سلطان  
چنانکه داد به بشر و جنید بغدادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

زمینی که در مرکزمان با فضاگشایی می گسترانیم زمین مسلّم است، زیرا که تسلیم حکم سلطانییم و رحمت و عنایت پروردگار در زمینی می بارد که از غیر خدا خالی باشد و با رضایت در برابر اتفاقات فضا باز کند، خداوند موهبت زنده شدن به حضور را به انسان هایی مثل جنید و بشر که از عارفان و صوفی آن زمان بودند و فضاگشایی می کردند عطا می کند.



چو طوق موهبت آمد، شکست گردنِ غم  
رسید دادِ خدا و بمرد بیدادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

طوق موهبت چیست؟ طوق موهبت گردن‌بند عشق و خرد است که سلطان زندگی با مرکز عدم و فضاگشایی بر گردنمان می‌بندد. وقتی خدا طوق موهبت را بر گردن ما می‌اندازد، ما از غم‌ها آزاد می‌شویم و گردن مقاومت و قضاوت را می‌شکنیم و داد خدا به فریاد ما می‌رسد و از ظلم و بیدادِ من‌ذهنی خلاص می‌شویم.

به هر کجا که روی ماه بر تو می تابد  
مهست نورفشان بر خراب و آبادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

با فضاگشایی در زمین مسلم که مرکز عدم است از قوت و تمکین خدا ثبات پیدا می کنیم و ماه که نماد نور الهیست همیشه بر ما می تابد و مرکز ما را از آفت همانیدگی های مخرب و ویران گر پاک می کند. وقتی مرکز ما پاک است و همواره روی معشوق را می نگریم پس ما هم می توانیم جنس عشق را در انسان ها به ارتعاش درآوریم و هرکجا که برویم خرابی ها را به آبادی تبدیل کنیم.

غلام ماه شدی، شب تو را به از روز است  
که پشتدار تو باشد میان هر وادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

هر لحظه با خودم غزل زیبای مولانا را تکرار می کنم:

من غلام قمرم غیر قمر هیچ مگو  
پیش من جز سخن شمع و شکر هیچ مگو  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۱۹

از وقتی غلام قمر شدم، پناه هم مرکز عدم شد و از شب و تاریکی همانیدگی ها دیگر نمی ترسم، چون شمع امید چراغ حضورم را روشن می کند و در شکر بی پایان زندگی می غلطم و ایمان دارم هر که از خورشید عدم پشت گرم باشد نه ترس از دست دادن همانیدگی دارد و نه شرم و حیای من ذهنی را ملاحظه می کند.

هر که از خورشید باشد پشت گرم  
سخت‌رو باشد، نه بیم او را، نه شرم  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۳۹

خُنک تو را و خُنک جمله هم‌رهان تو را  
که سعد اکبری و نیکبخت افتادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

مولانا می‌فرماید: اگر غلام قمر شدی و پند استاد را به گوش سپردی و جسمی به مرکزت راه ندادی پس خوشا به سعادتت که از بند و زنجیر ذهن آزاد شدی و خوشا به سعادت همراهانت که تو را قرین و همنشین خود می‌کنند و ارتعاش نور تو مرکز آنها را روشن می‌کند. مگر نه این که هزاران نفر از خرد مولانا و ماه تابان برنامه گنج حضور، روشن و زنده به عشق شدند؟ مگر نه این که جناب شهبازی در خدمت به دل‌ها در زمین مسلم همه همراهانش را در سعادت و نیکبختی که پر از شهد و شکر است می‌غلطاند.

به وعده‌های خوشش اعتماد کن ای جان  
 که شاه مثل ندارد به راست‌میعادی  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

خدا برای ما کافیت. هرچند که من ذهنی لایق این دانایی نیست و نمی‌داند که تنها وعده خدا راست است. خدا نظیر ندارد و ما که امتداد او هستیم مثل او بی‌نظیریم، پس جان فضاگشایمان را در زمین مسلم او قرار دهیم و به وعده‌های خدا اعتماد کنیم و بگوییم «خدا برای من بس است.»

بس بُدی بنده را کفی بالله  
لیکش این دانش و کفایت نیست  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۹

به گوش تو همه تفسیر این بگوید شاه  
چنانکه اشتر خود را نوازند حادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

-حادی : آواز خوان شتران

از بیت کلیدی مولانا برای تفسیر آخر غزل استفاده می‌کنم، مولانا می‌فرماید:

أَنْصِتُوا رَا غُوش كُنْ، خَامُوش بَاش  
چونَ زبَانِ حَقِ نَكْشْتِي، غُوش بَاش  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

پس خاموش می‌کنم ذهنم را تا در سکوت به صدای زندگی گوش کنم و تفسیر این غزل را خدا به گوشم بگوید.  
حتی شترها با صدای آواز خوانشان با استقامت و هم‌سو در دل کویر حرکت می‌کنند. پس چرا من نتوانم مثل  
شتری خاموش با صدای آواز زندگی پیش بروم؟

با سپاس از برنامه گنج حضور و یاران گرامی 🙏  
دیبا از کرج



خانم صبا از اصفهان





با سلام خدمت استاد گران قدرم و همه عزیزان همراه با برنامه گنج حضور

می خواهم نحوه کار کردن و قدرتمندی تکرار ابیات بر ذهن خودم را در هفت مورد با شما عزیزان به اشتراک بگذارم:

یک: تکرار ابیات، قدرت خلق فکر جدید به من می دهند، مخصوصاً در زمان حمله افکار در من ذهنی ام. در بیت زیر مولانای جان می فرماید:

فکر، آن باشد که بگشاید رهی  
راه، آن باشد که پیش آید شهی  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۰۷

و می گوید فکری فکر حساب می شود که گشاینده راه و قدرت عمل برای فکرکننده به همراه بیاورد و درواقع فکری برای ما مفید هست که قدرتمند باشد و قدمی برای وضعیت ما بردارد.

هر لحظه تکرار ابیات فکر جدیدی در من خلق می کند که بُعدی از درون مرا یعنی قسمتی از چهره من ذهنی مرا به من نشان می دهد و افکار پوسیده مرا می بلعد و در جای دیگر در همین مورد می گوید:

فهم‌های کهنه کُوته‌نظر  
صد خیال بد در آرد در فکر  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۷۶۲

هست خاشاک تو صورت‌های فکر  
نو به نو در می رسد اشکال بگر  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۹۵

دو: تکرار ابیات سرعت فکر کردن مرا پایین آورده است

هر خیالی را خیالی می خورد  
فکر آن، فکر دگر را می چرد

تو نتانی کز خیالی وارهی  
یا بخشپی که از آن بیرون جهی  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۷۲۹ و ۷۳۰

و می گوید در من ذهنی هر فکر و خیالی پشت سر فکر بعدی آماده است. همه افکار زنجیروار به هم وابسته اند و فاصله ای بین خود ندارند، یا این فاصله آن قدر کوچک هست که برای ما قابل تشخیص و دیدن نیست. برای همین ما قادر به رهایی از دست افکارمان نیستیم و نمی توانیم سرعت آن ها را کم کنیم و افکارمان را کنترل کنیم. افکار افسار فکرمان را در دست خود گرفته اند و مدام به خواب آن ها می رویم.

سه: تکرار ابیات سپری شده‌اند در برابر حمله‌های من‌ذهنی‌ام.

این قدر گفتیم، باقی فکر کن  
فکر اگر جامد بود، رو ذکر کن

ذکر آرد فکر را در اهتزاز  
ذکر را خورشید این افسرده ساز  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۱۴۷۵ و ۱۴۷۶

و در ابیات بسیار مهم بالا می‌گوید افکار از جنس جسم هستند. از جنس جسم هستند یعنی چه؟ یعنی جامد هستند، حرکت ندارند، سیال نیستند. ولی اشعار مولانا از جنس فکر نیستند، از جنس زندگی هستند، یعنی جسم نیستند، حرکت دارند، زنده هستند، قدرت دارند و (ذکر کردن) که منظور همان تکرار ابیات هست، این افکار را از سر راه ذهنمان کنار می‌زند. یعنی در واقعیت قدرتی به ما می‌دهد که ما از میان دیوار افکار عبور کنیم. چون ما با تکرار ابیات جنسیتمان تغییر می‌کند و از جنس نور شده‌ایم و از هر وضعیت و جسمیت سفت و سختی قابل عبور و حرکت هستیم و دیگر اسیر فرم خاصی نیستیم و می‌توانیم تغییر کنیم و در وضعیت این لحظه جاری شویم و اتفاق این لحظه را با خودمان همراه کنیم. درواقع قدرت نفوذ در اتفاق این لحظه و عبور از آن را می‌یابیم.

چهار: تکرار ابیات من را از فضای ذهنم فاصله داده و زاویه دید در من ایجاد کرده‌اند.

بی حس و پی گوش و بی فکر ت شوید  
تا خطاب ارجعی را بشنوید  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸

برای رسیدن به اصل خودمان و خدایت درونمان باید حواسمان و تکیه به حس‌هایمان را کنار بگذاریم و همین‌طور افکارمان را قطع کنیم و در واقع ذهنمان را خالی کنیم تا بتوانیم صدای زندگی را بشنویم و باید بدانیم تکیه کردن فقط به حواس و افکارمان همیشه ما را در فضای ذهن نگه می‌دارد و اجازه ایجاد فاصله از ذهنمان را نمی‌دهد و بدون فاصله گرفتن از ذهن رسیدن به حضور تقریباً غیرممکن هست، چون وجود فاصله به ما زاویه دید می‌دهد و می‌توانیم به‌طور هم‌زمان از چندین زاویه خودمان را ببینیم و متوجه حقیقت درونمان شویم.

پنج: تکرار ابیات مثل چراغی فضای تاریک و ناواضح ذهنم را واضح و روشن کرده‌اند.

از همه اوهام و تصویرات، دور

نورِ نورِ نورِ نورِ نورِ نور

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۱۴۶

تکرار ابیات ما را از جنس نور می‌کنند، یعنی از همه فکرها و توهمات دور می‌کنند، فضای تاریک ذهن را تبدیل می‌کنند و فضای روشن و واضح حضور را به‌وجود می‌آورند. تکرار ابیات مثل چراغی عمل می‌کنند که در برابر هر تاریکی می‌ایستند و قدرت تشخیص واقعیت از توهم را در ما ایجاد می‌کنند که تنها راه موفقیت در مسیر معنوی همین از جنس نور شدن هست و این نور قدرت تبدیل ما از من‌ذهنی به من‌اصیلمان را در خود دارد.

شش: تکرار ابیات از نشخوار ذهنی‌ام جلوگیری کرده‌اند و دیگر اجازه تکرار یک فکر را به من نمی‌دهند.

هر نفس، نو می‌شود دنیا و ما  
بی‌خبر از نو شدن، اندر بقا

عُمَر، همچون جوی نو نو می‌رسد  
مستمری می‌نماید در جسد

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۱۴۴۴ و ۱۴۴۵

به‌اندازه هر نفس کشیدنمان یعنی در هر لحظه ما و فضای اطرافمان در حال نو و تازه شدنیم و ما بی‌خبریم از این مسئله مهم، فکر می‌کنیم لحظه قبل مانند همین لحظه الان هست، به همین دلیل در ذهنمان همیشه احساس کهنگی و تکراری بودن داریم و بعد از مدتی اشباع شدن از همه چیزهای بیرونی دیگر از هیچ‌چیز لذت نمی‌بریم و دچار دلزدگی از خود می‌شویم، در صورتی که انرژی زنده‌کننده زندگی لحظه‌به‌لحظه به ما می‌رسد. ما با تکرار ابیات می‌توانیم از تکرار افکار پوسیده مرده جلوگیری کنیم و فکر نو و قدرتمند هر وضعیت برای خود آن وضعیت را خلق کنیم.

هفت: تکرار ابیات به من انرژی می دهند که در برابر من ذهنیم خسته نشوم.

هست مهمانخانه این تن ای جوان  
هر صبا حی ضیف نو آید دوان

هین مگو کین ماند اندر گردنم  
که هم اکنون باز پرد در عدم

هرچه آید از جهان غیب و ش  
در دلت ضیفست، او را دار خوش

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۳۶۴۴ تا ۳۶۴۶

ذهن ما در واقع مهمان خانه وجود ماست، که هر لحظه فکری می آید و ما وظیفه داریم مهمان داری کنیم، خسته نشویم و گله مند نباشیم که با بستن فضای درون، آن فکر مهمان می رود بدون آن که ما پیغام مورد نظرش را گرفته باشیم. پس افکار ما از این لحاظ اهمیت دارند که حامل پیغام هایی از طرف زندگی هستند و ما باید با آرامش و تأمل با آنها برخورد کنیم تا پیغامشان را بگیریم.



قاصداً خود را به اندیشه دهم  
چون بخواهم از میانشان برجهم

من چو مرغِ اوجم، اندیشه مگس  
کی بود بر من مگس را دسترس؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۳۵۶۰ تا ۳۵۶۱

حاکم اندیشه‌ام محکوم نی  
ز آنکه بنا حاکم آمد بر بنا  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۸

من حاکم اندیشه‌هایم هستم و هرگاه اراده کنم فکرم را متوقف می‌کنم و اجازه ولگردی و تلف کردن انرژی‌ام را به هر دلیلی در من ذهنی‌ام نخواهم داد، چون من ذهنی قدرت و انرژی پروازش به اندازه مگس هست و من پرنده تیز و عقاب آسمان هشیاری‌ام. بین من و او فرق بسیار هست، پس من فرمان‌روای افکارم هستم.

با تشکر، صبا هستم از اصفهان



خانم سرور از شیراز



با سلام خدمت پدر عزیز و مهربانم آقای شهبازی جان و تمام دوستان و همراهان بیدار.

برنامه ۹۳۸، غزل ۳۰۹۹

بداد پندم استاد عشق ز استادی  
که هین، بترس ز هر کس که دل بدو دادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

استادترین استادها خداوند، هر لحظه با قضا و کن فکان در گوش بندگانش پیغامی مهم می‌دهد: «از هر کسی که با آن همانیده شده‌ای بترس»، چرا که او به جای من نشسته و با «ریب‌المنون» تو را از این دوست داشتن واهی و خیالی بیرون خواهم آورد.

هر آن کسی که تو از نوش او بنوشیدی  
 ز بعد نوش، کند نیش اوت فِصَادِی  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

هرچند از او کام گرفته و به خیال خود کامروا شده باشی، بترس و ایمن نباش که نوش او نیشی زهرآگین بر  
 جانت خواهد ریخت.

حضرت سعدی می‌فرمایند:

«بدان که هر جا گُل است، خار است و با خمر، خمار است و بر سر گنج، مار است. و آن جا که دُرّ شاهوار است،  
 نهنگ مردم‌خوار است. لذت عیش دنیا را، لدغۀ اجل در پس است و نعیم بهشت را، دیوار مکاره در پیش.»

چو چشم مست کسی کرد حلقه در گوشت  
 ز گوش پنبه برون کن، مجوی آزادی  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

در نتیجه این همانیدگی، آزادی تو توسط آن شخص تصاحب می‌شود و دیگر آزاد نخواهی بود، پس پنبه  
 همانیدگی‌ها را از گوشت بیرون کن تا این چنین اسیر و گرفتار نشوی.

برین بنه دل خود را چو دخل خنده رسید  
 که غم نجویدِ عشرت، ز خرمن شادی  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

تمام تمرکز و حواس خود را بر این بده که مبادا سرسوزنی همانیدگی به مرکز پیاوری و آن‌گاه شادی بی‌سبب  
 مرا در این مراقبت و پرهیز و صبر بین شادی‌ای که دیگر لذت عیشش را لدغه اجل در پیش نیست.

مگر زمین مسلّم دهد تو را سلطان  
چنانکه داد به بشر و جنید بغدادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

آن گاه مانند بشر و جنید بغدادی و هزاران زنده به عشقِ دیگر در «أَرْضُ اللَّهِ»، فضای امن عدم پناه می‌گیری و هر لحظه در معیت و همراهی خداوند خواهی بود.

چو طوق موهبت آمد، شکست گردنِ غم  
رسید داد خدا و بمرد بیدادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

دیگر غم و غصه‌ای نیست که دلبر بردبار آمده و همه بارها را برده و از ظلم‌هایی که بر خود کردی نجات می‌یابی و هر لحظه از دستِ نفسِ درون به خدا پناه می‌بری و از رحمت و مهربانی و عنایت او برخوردار می‌شوی.

قرآن کریم، سوره القصص (۳۲)، آیه ۱۶

قَالَ رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي فَاغْفِرْ لِي فَغَفَرَ لَهُ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ  
گفت پروردگارا من بر خویشتم ستم کردم مرا ببخش، پس خدا از او درگذشت که وی آمرزنده مهربان است.

به هر کجا که روی ماه بر تو می تابد  
مهست نورفشان بر خراب و آبادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

آن گاه در این حال چون ماهتابی خواهی شد که ماه بلند حضورت، می تابد؛ چه بر انسان‌های من‌ذهنی که با قرین شدن با تو از شدت جسم بودنشان کاسته می‌شود و چه انسان‌های زنده به عشق که در آینه درونشان جمال الهی را می‌بینی.

غلام ماه شدی، شب تو را به از روز است  
 که پشتدار تو باشد میان هر وادی  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

در این حال دیگر مرتب با خود جدال و ستیزه نداری و هنگام دیدن نیمه تاریک درون و همانیدگی‌هایت آن‌ها را می‌پذیری، در آغوش می‌کشی و اجازه می‌دهی قضا و کن‌فکان از نور فضای گشوده بر آن‌ها بتابد و شفا دهد و تمام ترس‌ها و ملامت‌هایت از بین می‌رود، چون هر لحظه در پناه و حمایت خداوند خواهی بود.

خُنک تو را و خُنک جمله هم‌رهان تو را  
 که سعد اکبری و نیکبخت افتادی  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

خوشا به حال تو و خوشا به حال انسان‌هایی که این چنین فضا را می‌گشایند، دیگر اتفاقات بد برای آن‌ها و تو تکرار نمی‌شود چرا که درونتان عاری از هر همانیدگی و پر از یاد حضرت دوست است.



به وعده‌های خوشش اعتماد کن ای جان  
که شاه مثل ندارد به راست‌میعاد  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

و هیچ اعتماد و توکلی، شیرین تر و لذت‌بخش تر از اعتماد به خداوند نیست، چرا که سست‌ترین عهدها عهد انسان من‌ذهنی است و هر دم در معرض ویرانی و نابودی که خود هر لحظه در حال تغییر است.

به گوش تو همه تفسیر این بگوید شاه  
چنانکه اشتر خود را نوازند حادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۹۹

و آن‌گاه این ذهن تحت هدایت خداوند درمی‌آید، از زیاده‌گویی و وراجی ذهن خلاص می‌شوی، پنبه از گوشت بیرون می‌شود و قصه عشق را که هر لحظه خداوند در گوش جانت نجوا می‌کند را می‌شنوی ان شاء الله.

والسلام  
با احترام سرور از شیراز



خانم فهیمه از تهران



با سلام خدمت جناب آقای شهبازی و اعضای محترم گنج حضور

اژدهایی خرس را در می کشید  
شیرمردی رفت و فریادش رسید

شیرمردانند در عالم مدد  
آن زمان کافغانِ مظلومان رسد

بانگ مظلومان ز هر جا بشنوند  
آن طرف چون رحمت حق می دوند  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۱۹۳۲ تا ۱۹۳۴

دیگه خیلی خسته و ناامید شده بودم، پیش خداوند ناله و افغان کردم. گفتم خدایا هرچه فکر می‌کردم به من زندگی می‌دهد را طلب کردم و به من دادی، اما خوشی‌هایشان زودگذر و ناپایدار بود. اکنون دیگر نمی‌دانم چه چیزی مرا به شادی پایدار و لذت بردن از زندگی می‌رساند. تو که می‌دانی به من بگو و برسان برایم، دیگر خسته شدم می‌خواهم در آرامش و شادی و رضایت باشم.

خربس چون فریاد کرد از ازدها  
شیرمردی کرد از چنگش رها  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۷۰

زاری و گریه، قوی سرمایه‌ای است  
رحمت گلی، قوی تر دایه‌ای است  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۱

همین زاری و افغان از ندانستن و طلب شادی پایدار، سرمایه‌ای گران‌بها بود که رحمت خداوند را برای من به ارمغان آورد و من به‌طور شگفت‌انگیزی در مسیر شیرمردانی از جمله جناب مولانا، جناب شهبازی و تمام دوستان گنج حضوری قرار داد تا شادی و آرامش پایداری را که طلب کرده بودم یافتم و هنوز هم در پی‌اش هستم.

خرس هم از اژدها چون وارheid  
و آن کرم ز آن مردِ مردانه بدید

چون سگ اصحاب کُهِفِ آن خرسِ زار  
شد ملازمِ در پیِ آن بردبار  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۲۰۱۰ و ۲۰۱۱

اوایل با کار روی خود و دریافت شادی بی سبب به عنوان تشویق خداوند فکر می کردم دیگه به حضور رسیده‌ام، اما غافل از این که با من ذهنی‌ام دوست شده بودم. ذهنم می گفت تو الآن در آرامش و حضور هستی و باید با همه مخصوصاً کسانی که از شون کینه داری خوب و مهربان رفتار کنی و دیگر آن‌ها را نفرین نکنی. تو با بقیه که این چیزها رو نمیدونن فرق داری، کینه‌ها تو بریز دور و آشتی کن و مهربان باش، و من همین کارها را می کردم.

آن یکی بگذشت و، گفتش: حال چیست؟  
ای برادر مر تو را این خرس کیست؟

قصه وا گفت و حدیث ازدها  
گفت: بر خرسی منه دل، ابلها  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۲۰۱۳ و ۲۰۱۴

جناب شهبازی با ابیات زنده‌کننده مولانای جان مدام یادآوری می کردند که مبادا با من ذهنی بخواهید از شر من ذهنی رها شوید.

مهر ابله، مهر خرس آمد یقین  
 گین او مهرست و، مهر اوست کین  
 -مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۳۰

تا این که بعد از مدتی که فکر می کردم از کسانی که از آن ها کینه دارم و رنجش، دیگر افتاده اند و رنجشی نمانده. اما دیدم یکی یکی با چالش هایی که خداوند به وجود می آورد کینه ها می آیند بالا و دردها در من شروع می شد. به خودم گفتم من که همه کینه ها و رنجش ها انداخته بودم پس این ها چیه؟ از آن جایی که درد هشیارانه می کشیدم و دنبال شناسایی بودم، زندگی با کمک مولانای جان و آقای شهبازی این تمییز را به من داد که همه آن ها که فکر می کردم با حضور عمل می کنم، ذهنی بوده است. دوستی من با خرسم بوده. پس دوستی با خرس من ذهنی ام را تمام کردم و با شناسایی و درد هشیارانه مقدار زیادی از کینه ها و رنجش های گذشته را به لطف خدا انداختم. خدا را شکر که شناسایی کردم.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه  
صدر را بگذار، صدرِ توست راه  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

و این راه هیچ پایانی ندارد و تا آخرین لحظه مرگِ تن باید در این مسیر باشیم.

آفرین‌ها بر تو باد ای خدا  
ناگهان کردی مرا از غم جدا

گر سر هر موی من یابد زبان  
شکرهای تو نیاید در بیان  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۲۳۱۴ و ۲۳۱۵

ارادتمند شما  
فهمیه از تهران





با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



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

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

تماشا فرمایید