



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

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





پیغام عشق

قسمت هزار و سی و نهم





خانم ناشناس



سلام و عرض ادب خدمت آقای شهبازی و تمامی گنج‌حضوری‌های عزیز

از کجا شروع کنیم و چگونه روی خودمان کار کنیم؟

تو پای به راه در نه و هیچ مپرس  
خود راه بگویدت چون باید رفت  
عطار، مختارنامه، باب هجدهم

اول باید بدانیم که من ذهنی داریم.

انبیا گفتند: در دل علتی ست  
که از آن در حق‌شناسی آفتی ست  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۷

اولین مطلب این است که بدانیم، ما دو تا من داریم، من حقیقی و من ذهنی. بعد از اینکه در این جهان خوب و بعد را فهمیدم من ذهنی به وجود آمد و دل ما که خلا بود، با هم‌هویت شدن با سه مورد، روز به روز قوی‌تر شد و من حقیقی ما، زیر این من ذهنی دفن شد. و هدف انسان این است که مهاجرت کند از من ذهنی خود به سوی من حقیقی.

- ۱\_ هم‌هویت شدن با افکار
- ۲\_ هم‌هویت شدن با آدم‌ها، پول، مقام
- ۳\_ هم‌هویت شدن با درد، کینه، غرور، حسد، خشم، طمع

هر چه هم‌هویت‌شدگی‌ها مرکز ما شدند، درد و رنج هم بیشتر شد. و تا زمانی که این من ذهنی وجود دارد، مرکز ما نمی‌تواند آن بی‌نهایت و ابدیت باشد. و تا زمانی که مرکز ما جدا نشده باشد، ترس و خشم، طمع و شکایت هم نخواهد بود. ما در اولین قدم باید بدانیم که من ذهنی داریم، در دل علتی داریم و باید این را ترک کنیم.



نامه رسید زان جهان، بهر مراجعت برم  
عزم رجوع می کنم، رخت به چرخ می برم  
-مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع هجدهم

اینکه واقعا بخواهیم، بدانیم و عزم رجوع کنیم و به اصل خود بازگردیم و هدف از خلقت جز این نیست.  
این خواستن باید حقیقی، راستین و عمیق باشد، نه در حد زبان. معمولا انسان‌ها آنقدر تعلل می کنند، که رنج به  
بالاترین حد خود برسد. ما از مولانا یادگرفته ایم که هرچه زودتر عزم رجوع کنیم، که به نفع خود ماست و هر  
تاخیری بدون شک فقط به ضرر ما خواهد بود. این شروع قیام بر علیه من ذهنی است. اگر واقعا بخواهیم و روی  
خودمان کار کنیم، دیگر نیازی نیست زندگی علیه ما قیام کند.

احتما، اصل دوا آمد یقین  
 أحتما کن قوه جان را بین  
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۱

قبل از اینکه یک اعمالی را انجام دهیم خیلی مهم است، که اعمالی را انجام ندهیم. فرض کنید، شخصی هر روز قرض می گیرد و کلی بدهی دارد، یک روز تصمیم می گیرد که هم بدهی هایش را بدهد و هم در عرصه مالی موفق شود. اولین کاری که باید بکند، این است که بدهی جدید برای خود ایجاد نکند. ما هم به محض اینکه فهمیدیم من ذهنی داریم، هم هویت شدگی داریم، از این لحظه باید از هم هویت شدگی های جدید جلوگیری کنیم. اگر فکری آمد دیگر با آن همراه نشویم. از وابستگی و چسبندگی های جدید پرهیز کنیم و به خودمان و دیگران درد و رنج ندهیم.



ترک کردن « من می دانم ».

ما دانایی اصیل داشتیم، ولی وقتی من ذهنی را ساختیم، یک نادانی مهلک جایگزین این دانایی شد، در این نادانی همیشه فکر می کنیم دانا هستیم و با یک عقل مختصر جزئی، خودمان را عاقل می دانیم. تمام خطاهای ما از این « من می دانم » سرچشمه می گیرد. فکر می کنیم می دانم، پس مقاومت می کنیم. فکر می کنیم می دانم، قضاوت و شکایت می کنیم. فکر می کنیم می دانم، دروغ می گوئیم.

نتیجه این من می دانم ها امروز چه بود؟ غم، ناراحتی، بیماری، شکست ها، تلخی ها، حوادث ناگوار، دوری از خدا. هر چه بود، قطعاً آرامش، عشق، شادی بی سبب، فراوانی، امنیت نبود. برای همین، اینها را در بیرون، از دیگران طلب می کنیم و آنها هم ندارند که به ما بدهند. این عقل جزئی را می توانیم به عقل کل تغییر دهیم، پس از هم اکنون « من می دانم » تبدیل می شود به « من نمی دانم ». در همین مسائل و همه ی حملات ذهنی فقط « من نمی دانم » استفاده می کنیم. اگر کسی حقیقتاً بگوید: « من نمی دانم » دانایی اصل پیدا می کند.



آزمودم عقل دور اندیش را  
 بعد از این دیوانه سازم خویش را  
 -مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۳۳۲

یکی از فریب‌های من‌ذهنی این است که ما را، به دیگران مشغول می‌کند. راجع به دیگران فکر می‌کنیم، راجع به دیگران نظر می‌دهیم، یا به دنبال جلب رضایت دیگران هستیم، یا دیگران را محکوم می‌کنیم، کاری هم نباشه شروع به هدایت دیگران می‌کنیم. اینها ترفندهای من‌ذهنی هست و می‌خواهد این لحظه را و حضور شما را بدزدد، می‌خواهد نگذارد مرکز شما روی خودتان باشد. اگر ما از دیگران دست برداریم و تمرکز روی خودمان بگذاریم، خیلی زودتر متوجه می‌شویم، چقدر حال‌مان خوب می‌شود.

-ناشناس



خانم دیبا





به نام خدا 🙏

ابیاتی از دیوان شمس و مثنوی مولانا، که همچون الماسی، قدرت تراش ناخالصی و همانیدگی های ما را، دارد. 🌸

چقدر می توانیم با صبر و فضاگشایی به اسرار الهی پی ببریم و با هر اتفاقی و هر حرفی سریع واکنش نشان ندهیم، کمی تأمل کنیم و از زنجیر رنجش و قضاوت خود را آزاد کنیم. در این فضای گشوده شده، خرد الهی می آید و صبر بالاترین درجه عبادت است.

هیچ تسبیحی ندارد آن درج

صبر کن الصبر مفتاح الفرج

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۶

فرایند ضربان زندگی این است، که هوشیاری جسمی ما را، به هوشیاری حضور تبدیل کند. و ما باید با تسلیم سر من ذهنی خود را در راه راستین زندگی ببازیم، تا شاه که خداست سر اصلی حضور را به ما ببخشد.

کار من سربازی و بی خویشی است  
کار شاهنشاه من سر بخشی است  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۶۴

وقتی تسلیم می شویم، ترس ها و نا امیدي ها را، خاک درگاه خدا می کنیم و دیگر از مردن به من ذهنی مان غمگین نمی شویم و در آغوش مهربان خدا، که پر از برکت و رحمت است، قرار می گیریم. خداوند برای من کافیست.

ای ز غم مرده که دست از نان تهیست  
چون غفورست و رحیم این ترس چیست؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷



یا رب، قرار و آرامشی عطا فرما که در فضای عدم، رُخ زیبای تو را، که اصل و هوشیاری اولیه است، ببینیم و با اراده ای محکم، تسلیم حکم تو شویم، این اراده و ایمان می تواند ما را از دردهایی که برای بیداری ماست عبور دهد.

یا رَبِّ تو مده قرار ما را  
گر بی رخ تو قرار داریم  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۵۰

اگر تکیه ما به قدرت عدم باشد، همچون کوهی در برابر چالش های زندگی با حلم، که همان فضاگشایی است، می ایستیم. ولی تکیه به عقل جزوی من ذهنی، تکیه به گاه است، پوچ و تو خالی است، یک تند باد، مثل بیماری یا از دست دادن پول یا عزیزی یا شغلی، می تواند این گاه را از جا در رباید و نابود کند.

که نیم، کوهم ز حلم و صبر و داد  
کوه را کی در رباید تندباد؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۴

اگر خدا بخواهد پرده‌های همانیدگی و اشکالات من‌ذهنی ما را پاره کند، به شخصی اشاره می‌کند که دائماً به انسان‌های پاک کنایه می‌زند، تا متوجه بشود تمام این ایرادها درون خود آن شخص است.

چون خدا خواهد که پردهٔ گس درَد  
میلش اندر طعنهٔ پاکان برد  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۸۱۵

این جسم ما، روی نیستان عدم که معدن شیرینی و شادی است، نشسته است. و با قدرتی که از این نیستان عدم می‌گیریم، نیروی شفابخش زندگی به جسم ما می‌ریزد و ما خلاق و آفریننده می‌شویم و ساختارهای نیک می‌آفرینیم.

کان قندم، نیستان شگرم  
هم ز من می‌روید و من می‌خورم  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۲۸



اگر بدانیم وسوسه‌های شیطان، که مادر همه من‌های ذهنی است، ما را زیر سلطه درد و بلا گرفته است؛ می‌توانیم با شناسایی همانیدگی‌ها، جلوی خواسته‌های ناتمام نفس را بگیریم. و با قدرت و هدایتی که از فضای عدم می‌گیریم، یکی یکی تارهای وسوسه ذهن را پاره کرده و خود را از این زندان تاریک برهانیم.

پاره کرده وسوسه باشی دلا  
گر طرب را باز دانی از بلا  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۴۷

زندگی را تنها به زبان ستایش نکنیم، بلکه صمیمانه از ته دل راضی به حکم خدا باشیم، آنگاه طبق قانون جذب و ستایش، هزاران برکت پروردگار بر سر ما می‌بارد، که ذهن تحلیل‌گرا آن را نچشیده و نمی‌شناسد. فراوانی و عنایت خدا، تنها به دلی می‌ریزد که غرق تسلیم و رضا به حکم خدا باشد.

هزار ابر عنایت بر آسمان رضا است  
اگر ببارم از آن ابر بر سرت ببارم  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

روزن این لحظه مثل سوراخ سوزنی است، که تا ما یکتا نشویم نمی‌توانیم از روزن این لحظه عبور کنیم. همیشه این لحظه است، از خودمان پرسیم از روزن این لحظه چگونه عبور کردیم؟ آیا با انباشتگی فکرها و همانیدگی‌ها روزن این لحظه را پوشاندیم؟ آیا این لحظه را با حضور و سپاس و وحدت با زندگی بودیم؟

نیست سوزن را سر رشته دو تا  
چون که یکتایی، در این سوزن درآ  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۶۴

ای خدای شیرآفرین، ما شیر تو بودیم ولی سگی کردیم و با منیت‌هایمان دچار خطا و اشتباه شدیم. اگر با عقل من‌ذهنی ادعای دانایی کردیم و نعمت‌هایت را با ناسپاسی و حرص، از فراوانی به محدودیت و بخل کشدیم، تو از کمین‌گاه قهرت، شیر هوای نفس را بر ما چیره مساز.

گر سگی کردیم ای شیرآفرین  
شیر را مگمار بر ما زین کمین  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۷



وقتی می‌دانیم همه چیز در این دنیا از بین رفته و گذشته، دیگر هیچ چیزی را جدی نمی‌گیریم، تا دچار خشم و نگرانی و ترس از دست دادن آنها شویم. دلبر بردبار که زندگیست می‌آید و بارهای سنگین را از روی دوشمان بر می‌دارد، یادمان بیاید بارهای سنگین زندگی را با کمک دلبر بردبار، پشت سر گذاشته‌ایم.

رفته ره درشت من بار گران ز پشت من  
دلبر بردبار من آمده برده بار من  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۳۷

ای خوب رویان از شرح حالتان بگوید که فراق یار چگونه دلتان را پاره پاره کرد. چقدر درد کشیدیم تا بفهمیم نباید درد بکشیم، دردها برای بیداری ماست. در آشتی با زندگی روی معشوق را می‌بینیم و زکات این دیدار، خدمت و عشق گستریست.

ده زکات روی خوب، ای خوب رو  
شرح جان شرحه شرحه، باز گو  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵

وعدۀ خدا راست است، ما از جنس هوشیاری و جاودانگی هستیم. اتفاقات زندگی فقط برای بیداری ماست نه خوشبختی و بدبختی ما، و تا جایی ما را می کشد که ما بفهمیم از جنس عدم هستیم، نه از جنس جسم و اتفاقات. باشد که با اختیار، آگاهانه، رقص کنان، جانب عدم برویم.

راست گنی وعدۀ خود، دست نداری ز کشش  
تا همه را رقص کنان، جانب میدان نبری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵۵

ای جوان و یا هر کسی، اول نفس خودمان را متهم کنیم، که همیشه می خواهد و سیر نمی شود. دیدن بر اساس وسوسه های دنیایی، جلوی نور چشمان عدم بین ما را می گیرد و ما را همیشه در ملولی و درد نگه می دارد. پس چشم عدم بین را بگشاییم، تا قانون الهی را متهم نکنیم.

متهم کن نفس خود را ای فتی  
متهم کم کن جزای عدل را  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۳۰



ما کی می خواهیم بدانیم که این من ذهنی نیستیم؟ بلکه از ورای تصورات ذهن، می خواهیم هوشیاری به تله افتاده را از زندان و محدود اندیشی من ذهنی آزاد کنیم، آنگاه به اصل خود و یزدان زنده می شویم.

ما بدانستیم، ما این تن نه ایم  
از ورای تن، به یزدان می زی ایم  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰

سیستم نفس از تارهای وسوسه و قضاوت بافته می شود. نفس، تمام حواسش به بیرون است، نه درون خویش. چه کسی کجا رفت و چه کار کرد؟ و چنین است که عمر ما می گذرد، بدون اینکه هوشیاری ما از حبس ذهن آزاد شود و بدانیم خود چه کردیم؟ و خود به کجا می خواهیم برویم؟

سخن ندارم با نیک و بد من از بیرون  
که آن چه کرد و کجا رفت و این ز وسوسه چون شد؟  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶

چه راه‌ها و گذرهای زیادی که عبور کردیم، با من ذهنی دایماً ستیزه کردیم، درد کشیدیم و از عشق به خود محروم شدیم. تنها دری که به روی ما گشوده شد، تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه بود، آنگاه عشق را جستیم. او تنها همنشینی بود که عطر شفقت را از فضای بی‌نشانِ عدم، در جانمان زنده می‌کرد.

غیر عشقت راه بین جستیم نیست  
جز نشانت همنشین جستیم نیست  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۲۶

با سپاس از برنامه گنج حضور و همیاران زحمتکش 🌸🙏

دیبا از کرج 🌹





خانم نرگس از نروژ



عشق تو آورد قدح، پر ز بلای دل من  
گفتم می می نخورم، گفت: برای دل من

داد می معرفتش، با تو بگویم صفتش  
تلخ و گوارنده و خوش، همچو وفای دل من  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۱۴

یکی از مراحل در مسیر پیشرفت، «عدم کنترل خود» طبق الگوها، برنامه‌ها، و شرایط از پیش تعیین شده‌ی خود، است.

در مرحله‌ای، در هر لحظه، نیرویی شروع به مدیریت ما می‌کند، بسیار مهم است که همراه با دست خدا برویم. به هر کاری که در دل به ما وحی می‌شود و گویا با پای ما کس دیگری راه می‌رود، با دست ما کس دیگری کار می‌کند و کامل فقط ناظر باشیم. با این نیرو همراه شویم و عمل کنیم و ساکت باشیم. حتی اگر مخالف الگوهای قبلی باشد، بدون خوب و بد کردن.



چون که عاشق اوست، تو خاموش باش  
 او چو گوش‌ات می‌کشد، تو گوش باش  
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۴۲

مانند داستان حضرت خضر و موسی، فقط در سکوت کنار خضر درونی قدم برداریم و حرکت کنیم. از کسی نپرسیم، بیان نکنیم، با کسی مقایسه نکنیم. چشم را به درون بدوزیم و به جلو. و پشت سوار دل بنشینیم و جلو برویم.

در شادی بی‌سبب خود بنشینیم، که عمیق‌تر شود. و دائم شکر کنیم و راضی باشیم. اتصال خود را قطع نکنیم و انرژی حضور را در خود بالا نگه داریم. به دنبال سنجش حال خود نباشیم. در برابر هر اتفاق فضا را باز کنیم و به طور اتوماتیک بیت:

حکم حق گسترد بهر ما بساط  
 که بگویند از طریق انبساط  
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

را تکرار کنیم.  
 آگاه به سوزش شمع درون باشیم و لگنی شویم برای این شمع، به صورت شاهدهی. و در کار سوزش شمع به  
 هیچ عنوان مداخله نکنیم.  
 انگار که هشیاران، چهار بعد خود را هیپنوتیزم نیروی برتر می کنیم و سر خم می کنیم.  
 هر گونه الگوی نگرانی و تعمیم اعمال خود به گذشته و آینده را کاملاً متوقف کنیم و کاملاً به نیروی درون خود  
 اعتماد و توکل کنیم و از بی کنترلی و بی قدرتی در برابر آن خرسند باشیم و نترسیم. در این راستا بسیار مهم  
 است که به جبران و تعهد خود یک روتین ثابت و غیر قابل شکستن بدهیم.



در طول روز، لحظاتی معنوی دست می‌دهد، شکرگزار آن باشیم و در آن لحظات قدر آن مهمان را بدانیم و دست از کار جهانی برداشته و با مهمان خود خلوت کنیم. بر نفس‌های خود تمرکز کنیم، وقتی نفس شما تند می‌شود و یا ضربان قلب در لحظاتی بالاتر می‌رود، نشان از حضور قوی‌تر مهمان در دل شماست. آن لحظات بسیار ارزشمند و معنوی است، سزاوار است قلمی برداریم و اگر بخواهیم جملاتی یادداشت کنیم. به خاطر نگه‌داشتن این لحظات، به ما کمک می‌کند کم‌کم توانایی این را داشته باشیم که کیفیت این لحظات را برای خود تکرار و ارتعاش آن را در خود تریگر کنیم.

خیلی اوقات، بعد پیام یا انجام کاری، در راستای کوچک کردن من‌ذهنی، شاهد مقاومت من‌ذهنی خودمان خواهیم بود. بسیار مهم است در این لحظات سکون خود را حفظ کنیم، با کسی صحبت نکنیم، خود را مشغول کار نکنیم و به مراقبه و خوانش اشعار و هر چیزی که باعث فضاگشایی درون می‌شود، انجام دهیم؛ تا مقاومت صفر شود.

برای حفظ «نور» درون می توانیم «مثلث تداوم» نور را در نظر بگیریم.  
با اضلاع :

۱. شکر و رضایت اتوماتیک
۲. جبران متعهدانه‌ی مالی و معنوی
۳. شاهد نور درون بودن، با اتصال و مراقبه

با تقدیم عشق و احترام  

نرگس از نروژ   





خانم زهرا از نوشهر



🌹🌹 با عرض سلام و خدا قوت به بهترین راهنما و معلم زندگی ام و تمامی عزیزانی که در این کار تربیت و پرورش انسانیت، به شما کمک می کنند و تمامی رهروان عاشق 🙏🙏

من "زهرا" می دانم و یادم هست الست را، زیرا مرکز عدم است. می دانم که اصل، کشت اول است و با عشق و فضاگشائی، بذر عشق را می کارم.

من می دانم که در بدو خلقتم به عنوان انسان، قدرت اختیار و انتخاب و اراده آزاد به من عطا شده، بنابراین اختیارم را به اجسام یا همانیدگی ها تفویض نمی کنم و از آن آگاهانه استفاده می کنم و در اطراف اتفاق این لحظه، فضا را باز می کنم. زیرا هر لحظه ناظر بر ذهنم هستم تا قضاوت و مقاومت نداشته باشم و قانون قضا و کن فکان را باور دارم و آن را زیر پا نمی گذارم، چون خودم را با دیگران مقایسه نمی کنم.

اگر اشتباهی مرتکب شدم، می پذیرم که این از من ذهنی ام بوده و بلافاصله از زندگی، خودم و تمام کسانی که به آنها ظلم کرده ام و درد داده ام، عذرخواهی می کنم؛ زیرا می دانم که اولین شرط برگشتن از من ذهنی به این لحظه، عذرخواهی است.



حیثیت و آبروی بدلی ام را که در طی این سال‌های جاهلیت در همجواری با من ذهنی‌ام ساخته‌ام تا خوشایند دیگران باشم، بر سر هر کوی و بازار، به تاراج باد می‌سپارم و رسوایش می‌کنم؛ زیرا وقتی خدا می‌داند من اینهایی را که به نمایش می‌گذارم نیستم، وقتی خودم هم می‌دانم اینها دروغ و ناشی از ریاکاری من ذهنی‌ام هست، دیگر چه اهمیتی دارد که مردم هم اینها را بدانند.

با فکر نکردن به همانیدگی‌ها و واکنش نشان ندادن به آنها و اهمیت ندادن به توقعات، کینه، رنجش، خشم و درد، دیگر تخم بد نمی‌کارم، تا زندگی رسوایم نکند. و فهمیدم که در این مزرعه پاک، نباید به جز تخم عشق و مهر چیز دیگری بکارم و این‌گونه به «واسجد واقرب» عمل می‌کنم.

یاد گرفتیم که تقلید کردن از دیگران و رقابت و چشم و هم چشمی با آنها، که به خاطر اهمیت دادن به دیده‌ها و شنیده‌های چشم و گوش حسی‌ام است، قضاوت، مقاومت، ناراحتی و نارضایتی و گله و شکایت؛ هنگام از دست دادن همانیدگی‌ها، به جای تسلیم و خوشحال بودن، عجله و بی‌صبری در راه تبدیل و حضور و زیر پا گذاشتن قانون قضا و کن‌فکان و مقایسه خود با دیگران چه در امور مادی و چه معنوی و اندازه‌گیری پیشرفت معنوی‌ام با خط‌کش ذهن؛ و اگر به جای کار کردن روی خودم، حواسم به کنترل و تغییر دادن دیگران باشد، همه جاهای لغزش است. و چون می‌دانم که کفش‌هایم مناسب کوهنوردی و گذر از این راه‌های صعب‌العبور و لغزنده نیست، پس با رعایت احتیاط و پرهیز با حضور و نظارت بی‌وقفه بر ذهنم، آرام و با تانی این مسیر پر شیب و پر خطر را طی می‌کنم، تا با به دست گرفتن پرچم یاری خداوند و با کمک و هدایت او بتوانم این مشعل انسانیت را روشن کنم و روشن نگه دارم. تا با کمک نور آن و پهن کردن دامن حضورم، همه یاران را دعوت کنم تا با هم و در کنار هم، در یک جا بنشینیم. زیرا به این باور رسیده‌ام که همه ما یکی هستیم، یک تن واحد‌ایم و فقط این گونه می‌توانیم نزد خدا حاضر باشیم، او ما را این‌گونه پذیراست.



من « زهرا » می دانم این را، که نمی دانم و تنها اوست که می داند.

و این را می دانم که:

پیش چوگان های حکم گن فکان  
می دویم اندر مکان و لامکان  
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶

درین خاک، درین خاک، در این مزرعه پاک  
به جز مهر به جز عشق، دگر تخم نکاریم  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۵

رحمتی افشان بر ایشان هم کنون  
در نهانخانه لدینا محضرون  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۴

در بن چاهی همی بودم زبون  
در همه عالم نمی گنجم کنون  
مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۳

ور رهی خواهی از این سجن خرب  
سر مکش از دوست واسجد واقتراب  
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۶۰۷



معلم عزیزم، نکاتی از این درس گهربار ۸۵۵ را این گونه به صورت تعهدنامه نوشتم، تا با تکرار مداوم آن، ذهنم هم با تلقین آنها را بپذیرد.

با سپاس از زحمات و تعهد و تلاش خستگی ناپذیرتان. 🌹🙏🙏

خیلی خیلی دوستتان دارم 🌹🌹❤️❤�.

با احترام  
زهرا از نوشهر



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)**