

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 صد و بیست و هفتم





آقای علی از تهران



به نام خدا و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و همه دوستان

«بخش دوم غزل برنامه ۹۴۰ گنج حضور»

در نقش بنی آدم تو شیر خدایی  
 پیداست درین حمله و چالیش و دلیری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۷  
 -چالیش: زد و خورد، جنگ و جدال

انسان زنده به زندگی شجاعت دارد در شناسایی و انداختن هر چیزی که به آن چسبیده و یا می خواهد بچسبد و یا چیزهایی که از جنس عشق و خدا نیست مثل درد و انقباض، حسرت، قضاوت، خشم، حس تنهایی، ناشکری و حس نقص. پس انسان تسلیم به خدا و انسانی که نمی ترسد را از شجاعتش برای انداختن همانیدگی ها می توان شناخت، از روی تعهد و مداومت و تکرار برای عدم کردن مرکز و باز شدن، در این مسیر است که شادی بی سبب و زندگی حقیقی نمایان می شود و آن وقت است که دیگر گدایی ما انداخته شده و برای خود کافی هستیم و این کافی بودن به جهان هم ریخته می شود.



تا فضل و مقامات و کرامات تو دیدم  
بیزارم ازین فضل و مقاماتِ حریری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۷

ارزش‌ها و مقام‌ها و خودنمایی‌های اَفل این جهانی کجا و زنده بودن به بی‌نهایت زندگی و شادی بی‌سبب و سبک‌بالی کجا؟ درست است که خیلی مواقع با این که متوجه شدیم که مقامات و لذت‌های این جهانی گذرا و خشک‌کننده هستند، اما به‌وسیله فکر می‌خواهیم مرور و مقایسه‌ای کنیم و مقامات و لذات را با زنده بودن به خدا مقایسه کنیم که اگر این را متوجه باشیم با کمی درد هشیاران‌انه این مرحله را رد می‌کنیم و با صبر و شکر و رضایت و توکل صد در صد تبدیل به سکون و سکوت و آرامش و عمقی خداگونه می‌شویم که با هیچ شادی گذرا و مقام و شهرت و شهوت و ولعی قابل مقایسه نیست.

بیگاه شد این عمر، ولیکن چو تو هستی  
در نورِ خدایی چه به گاهی و چه دیری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۷

-به گاه: چیزی که به هنگام خود برسد

شاید فردایی نباشد و شاید فرصتی برای بعد نباشد، بنابراین برای زنده شدن به زندگی و شناسایی کردن غیر زندگی و غیر عشق و شناسایی زندگی قلبی همین حالا قدم برداریم. برای تغییر از من ذهنی و قلبی به اصل اول و خداگونه و ارتعاش نیک و سالم بودن در جهان می توان قدمی با تعهد محکم برداشت و این قدمها در همین لحظه است، نه فرداهایی که شاید نیاید.

پس این مسیر را با تعهد محکم و دردهای هشیارانه برویم و به عهد الست وفا کنیم و در دام لذات و شهوات این جهان گرفتار نباشیم و کار را تمام کنیم و با تمام قوا فریب ظاهر امور را نخوریم، فریب کسی نبودن و فریب تنهایی، فریب نواقص، فریب فقر، فریب ملیت، فریب هر نوع جبر و خلاصه فریب هیچ مانع و مسئله‌ای و به قول خود مولانا یک زمان کار است و از یک همانیدگی به دیگری نرویم و هر کدام از همانیدگی‌ها که هجوم آورد آن را شناسایی و نادیده می‌گیریم و با فکر آن را دنبال نمی‌کنیم تا از بی‌غذایی خشک شود و از ما جدا شود.



اندازهٔ معشوق بُود عزّت عاشق  
 ای عاشق بیچاره بین تا ز چه تیری  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۷

حد و اندازه ما، بزرگی و کوچکی و جنس ما به اندازه چیزی است که در مرکز ماست، حال اگر ولع و طمع و شهوت و اجسام و دیگران را می‌پرستیم به اندازه آن‌ها هستیم و اگر زندگی و خدای بی‌نهایت و سکون و سکوت و شادی بی‌سبب و فراوان اندیشی در مرکز است همان اندازه هستیم، حال ببینیم برای پول، شهوت، ظاهر، دیگری، ولع، شهوت می‌میریم و عصبانی هستیم یا این‌ها برای ما پیش‌پا افتاده شدند و زندگی اصیل و مرکز خالی و عدم و عمیق و شادی بی‌سبب مهم است.



زیبایی پروانه به اندازه شمع است  
آخر نه که پروانه این شمع منیری؟  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۷

پس خوشا به حال کسانی که متوجه می شوند دور غیر خدا گشتن و زندگی را از چیزها و دیگران گدایی کردن،  
وقت تلف کردن و تلف شدن است و با پرهیز و درد هشیاران با رضایت و شکر و صبر، تبدیل به زندگی بی نهایت  
و شادی بی سبب و اصل خود می شوند.

شمس الحق تبریز، از آنت نتوان دید  
که اصل بصر باشی، یا عین بصیری  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۲۷

طلوع بی‌نهایت زندگی از درون ما با چشم ظاهر دیدنی نیست و با من‌ذهنی دیده نمی‌شود، توانایی دیدن اصل اول با دید خداگونه و بدون قضاوت و بدون بد و خوب کردن میسر می‌شود.



یکی از دلایل کم آوردن ما در وسط راه پافشاری و عجله من ذهنی برای زنده شدن است و در این مواقع با شناسایی و عدم مقاومت و درد هشیارانه این موانع را پشت سر می گذاریم و دید ذهنی و طمع و حرص را شناسایی می کنیم و صفر می شویم و نکته دیگر هم خودنمایی و معنوی نمایی را شناسایی کنیم و نفس دیده شدن و توجه طلبی را شناسایی کنیم و توقع توجه دیگران و تحمیل دانش معنوی به دیگران را بیندازیم و از ذهن کاملاً بیرون بیایم.

بعد از این ها وقتی واقعاً مرکز عدم شد و بیرون از ذهن و خواسته ها و حسرت ها باشیم، تمام این خواسته ها خاموش می شوند و عمق و آرامش و کافی بودن و شادی بی سبب می ماند.

با سپاس فراوان از همه:  
علی از تهران



خانم نصرت از سنندج





باسلام خدمت آقای شهبازی و دوستان همراه

نام متن: فلفل هرگز!

چون ببیند نور حق ایمن شود  
ز اضطرابات شک او ساکن شود  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۵۱-

به علت میل شدیدی که به طعم تند و مزه فلفل داشتیم، در هنگام خوردن وعده‌های غذایی خیلی از آن می‌خوردیم. به صورت متناوب و بعد از خوردن فلفل، ناراحتی مبهمی در معده خود احساس می‌کردم، ولی با دیدن دوباره فلفل، جلو میل خود را نمی‌توانستم بگیرم و می‌خوردم و مشکلات معده من هم ادامه داشت، تا این که این اواخر آن چنان مشکلات معدی و سوءهاضمه پیدا کردم که به کلی از فلفل زده شدم و اگرچه آن را می‌بینم و دیگران می‌خورند و لذت می‌برند، اما من آن قدر از آن دردسر کشیدم که دیگر هیچ تمایلی به آن ندارم و به عبارتی «مشتری» آن نیستم.

به یاد دارم اوایلی که برنامه گنج حضور را شروع کرده بودم، آقای شهبازی در برنامه‌ای فرمودند، اتومبیلی را در نظر بگیرید که همواره از چراغ قرمز رد می‌شود و مقررات را رعایت نمی‌کند ولی بعد از مدتی به این نتیجه درونی می‌رسد و یک روز پشت چراغ قرمز ایست می‌کند. این مثال توجه من را جلب کرد و همیشه به آن فکر می‌کردم و به نظر من الآن با مثال فلفل جور درمی‌آید.

در راه معنوی هم بارها تصمیم می‌گیرم که پرهیز کنم، ولی موفق نمی‌شوم. مثلاً پیگیر ناآرامی‌های اجتماعی و سیاسی و هیجانات ناشی از آن می‌شوم، در صورتی که تصمیم گرفته بودم هشیاری‌ام را در آن‌ها زندانی نکنم.

خرس در کنار، من را تشویق به احساس نوع دوستی می‌کند، در صورتی که من باید با فضاگشایی به توصیه‌های خرس گوش ندهم. همان‌طور که فلفل به من لذت می‌داد، تأیید خرس هم در نوع دوستی من، به من لذت می‌دهد. به جای این که فضاگشایی کرده و روی خودم کار کنم و ارتعاش زندگی را در جامعه منعکس کنم.



بارها به خود می‌گویم دیگر حس هویت نداشته باشم و بدانم من ذهنی‌ام نیستم، ولی دچار هیجان می‌شوم که در پایان تخلیه آن‌ها متوجه می‌شوم، حس هویت در من ذهنی باعث این هیجانات شده است.

دیگر به نقطه توقف و سوءهاضمه شدید رسیده‌ام که دیگر من ذهنی‌ام را نمی‌خواهم و برای این درخواستم به فضای گشوده شده نیاز دارم. دیگر او را نمی‌خواهم و به جد زیان‌های او را دیده‌ام، ولی نمی‌دانم چرا باز هم به خواسته‌های او جواب می‌دهم؟

با شناسایی این که با خرسم دوست شده‌ام، ایستادن پشت چراغ قرمز و نخوردن فلفل برای من آسان تر می‌شود.

طبق آموزه‌های مولانا و رمز‌گشایی آقای شهبازی با من ذهنی خود ستیزه نکنیم و همچنین می‌فرمایند، با من ذهنی محکم و کوبنده برخورد کنیم. متوجه شدم در ذهن فرق این دو جمله را متوجه نمی‌شوم و به‌نظرم همدیگر را نقض می‌کنند، از طرفی من شرطی شده‌ام که با من ذهنی‌ام ستیزه کنم و او را ملامت و تنبیه کنم، ولی نمی‌توانم با او محکم و کوبنده باشم.

این جاست که اهمیت «قدم اول» که «فضاگشایی» و تنها قدم است بر من مشخص می‌شود، تا فرق این دو را در فضای گشوده‌شده متوجه بشوم. وقتی فضا را باز کنم تا ذهنم از کار بیفتد و به آن‌چه ذهنم نشان می‌دهد اهمیت ندهم، خرد زندگی وارد فکر و عمل من می‌شود و اقدام لازم در برابر کوچک کردن و مردن به من ذهنی صورت می‌گیرد. آن قدر به اندازه توانایی خود فضا را باز کنم که بدون درد و تخریب بیش‌تر او را بدهم برود و خریدار واقعی حضور و زندگی بشوم؛ پس قدم اول را درست بردار!



چه چگونه بد عدم را؟ چه نشان نهی قدم را؟  
نگر اولین قدم را که تو بس نکو نهادی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲

وقتی اولین و تنها قدم را درست برداری، زندگی قرین تو می شود؛ با تکرار فضاگشایی از او می خواهی یک لحظه هم از تو جدا نباشد.

گفتم دوش عشق را ای تو قرین و یار من  
هیچ مباش یک نفس غایب از این کنار من

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۲۹

و البته در این راه صبور هستی و عجله با من ذهنی نمی کنی و به دنبال مقصد راه نیستی و همین طور ادامه می دهیم  
تا پشت چراغ قرمز ایست کنی و من ذهنی را بفروشی و گوهر یکتایی حضور تو نمایان شود.



مشتری را صابران دریافتند  
چون سوی هر مشتری نشتاقتند  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۷۰

باتشکر:  
- نصرت از سنندج



آقای نظام غلامی از کرج





«به نام حضرت دوست»

با سلام و عرض ادب محضر استاد عزیز جناب آقای شهبازی و دوستان بیداردل گنج حضور.

لازمست از زندگی عذرخواهی کنم که بعد از چندین سال کار کردن روی خود، باز هم من ذهنی به راحتی من را به ذهن می کشاند و وادار به مقاومت و قضاوت و واکنش می کند. به خودم می گویم دیروز من بودم که حالم خراب شد؟ این من بودم که عصبانی شدم؟ این من بودم که واکنش نشان دادم؟ این من بودم که الگوهای فکری و پوسیده گذشته را فعال کردم؟ این من بودم که مسئله سازی، مانع سازی و دشمن سازی کردم؟ من بودم که به زمان روان شناختی گذشته و آینده افتادم، وای بر من که به راحتی از خانه حضور خارج و به ذهن رفته، به ستیزه و مقاومت با اتفاق این لحظه پرداختم. وای بر من که قضاوت کردم، باز پریدم وسط و گفتم که این اتفاق نباید این جوری بیافتد. این من بودم در مقابل خدا قد علم کرده گفتم که «می دانم!» آیا این اعمال من غیر از بی تعهدی و بی مسئولیتی من نسبت به خدا و زندگی چیز دیگری می تواند باشد؟

هرچند خدای بزرگ را شاکرم که با تسلیم و فضاگشایی بعد از مدت کوتاهی به خودم آمدم، راه واهمانش را در پیش گرفته و با خروج از ذهن بار دیگر به فضای یکتایی این لحظه برگشتم. خدا را شکر که توانستم عینک‌های هم‌هویت‌شدگی را از چشمان خود بردارم و با دید نظر و از فضای عدم، بدون قضاوت مسائل خود را بینم و بررسی نمایم و درنهایت متوجه شوم تمام کارهایی که کردم خواسته من ذهنی‌ام بوده است.

دیروز ساعاتی به‌عنوان ابزاری در اختیار من ذهنی به بازی گرفته شده بودم. خدا را شکر می‌کنم که با ترک ذهن و با فضاگشایی توانستم جریان نظارت بر من ذهنی خود را مجدداً برقرار نموده و چهره مسئله‌ساز و مانع‌ساز و دشمن‌ساز او را زیر نظر بگیرم.

به لطف زندگی به این مسئله واقف شدم که چطوری من ذهنی مرا به‌راحتی وادار به ستیزه و قضاوت کرده بود. متوجه شدم تمام این اتفاقات به‌ظاهر ناخوشایند، دردها، تلخی‌هایی که دیروز کشیدم، واکنش‌هایی که انجام داده بودم، توسط زندگی جلو پای من گذاشته شده بود تا همانیدگی‌های خود را بهتر بشناسم و درجهت انداختن آنها اقدام کنم.



خدایا شکرت که توانستم پیام اتفاقات دیروز و افکار «مَن داری» که به ذهنم آمد را بگیرم و متوجه شوم هنوز در مرکز هم‌انیدگی‌های زیادی وجود دارد؛ این اتفاقات ناخوشایند موجب شد تا به پندار کمال خود واقف شده و مغرور نشوم.

خدایا کمک کن تا لحظه‌ای احساس بی‌نیازی از تو نکنم. کمک کن به‌معنای واقعی فقیر و درویش پی ببرم تا گدا، گدای آدم‌ها و چیزهای فانی بیرونی نباشم. عنایت فرما، امید و مشکل‌گشای مسائل مادی و معنوی‌ام فقط و فقط تو باشی و از دیگران و هرچیزی که ذهن به من نشان می‌دهد چشم‌پوشی کنم.

الهی یاری‌ام فرما تا مواظب دیو من‌ذهنی‌ام باشم تا از شیشه خارج نشود. خدایا ممنونم که با تجربه دیروز صدها شمع آگاهی در دلم روشن کردی، تا متوجه شوم قبل از این که دردها مرا متوجه هم‌انیدگی‌هایم کنند، تمرکز از بیرون به روی خود برگردانم و با کار کردن روی خود هم‌انیدگی‌هایم را شناسایی و نسبت به انداختن آنها با کمک زندگی اقدام نمایم، تا هدف تیرهای قضا و «رِيبَ الْمَنُونِ» زندگی قرار نگیرم. خدایا یاری‌ام فرما تا لحظه‌ای از مرکز عدم و فضای یکتایی جدا نشوم و همیشه قرینم تو باشی، اشعار مولانا باشد، پیاهای معنوی و گنج‌حضورهای بیدار دل باشند.



خدایا نعمت پذیرش اتفاق این لحظه را همواره به من ارزانی بفرما. خدایا من ضعیف‌تر از آنم، بی کمک تو بتوانم از پس من ذهنی کهنه کار خود برآیم؛ پس نعمت‌هایی که در راه زنده شدن به خدایت خویش و بیداری از خواب ذهن به ما دادی مستدام بدار و همواره نعمت عمل به «انصتوا»، خاموش کردن ذهن را به ما عطا فرما.

خدایا شیرینی و درک اشعار حضرت مولانا را به کام تلخ ما بچشان. جان و دلمان را با آثار انسان‌ساز آن حضرت و برنامه‌های گنج حضور آشنا کن. خدایا خودت می‌دانی اگر تفسیرها و رمز‌گشایی‌های آقای شهبازی نبود، اگر بهره‌مندی از برنامه‌های گنج حضور و استفاده از پیام‌های یاران گنج حضوری نبود، به درک اشعار حضرت مولانا هرگز نائل نمی‌شدیم و در سطح دریافت معانی و صناعات ادبی آن متوقف می‌شدیم. پس شایستگی قدرشناسی این مواهب ارزشمند را به ما عنایت فرما.

الهی سپاسگزارم که درک حتی این یک بیت حضرت مولانا، دنیایی از معارف، آگاهی، امیدواری، حس امنیت، اعتماد به نفس و دریایی از روشن‌گری جلو چشمانم ظاهر می‌کند و به خاطر همین یک بیت حضرت مولانا به اندازه تمام قطرات لطیف باران از شما و حضرت مولانا سپاسگزارم.



از خدا غیر خدا را خواستن  
ظنّ افزونیست و، گلی کاستن

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳

با تشکر فراوان  
نظام غلامی از کرج 

وقتست که از عهدِ ازل یاد کنیم  
با یادِ «بلی» شهرِ دل آباد کنیم

بیدار کنیم اصل خود از خوابِ گران  
هشیاریِ خویش از قفسِ آزاد کنیم

-رباعی از حقیر  
نظام غلامی از کرج





خانم میترا از مشهد



سؤال از خودم: «تمرکز روی خود»

میترا با گوش دادن به برنامه گنج حضور چه دریافتی داری که کوتاه و مفید بتوانی با ارتعاش عشقی برای قانون جبران با دوستان عزیز به اشتراک بگذاری؟

با سلام و درود فراوان بر حضرت عشق

وقتی وارد این جهان شدم چیزهای مهم را برای بقا از طرف پدر و مادرم یاد گرفتم، من با اینها همانیده شدم. همانیدن یعنی تجسم چیزهای مهم مثل پول، مثل دوست، مثل حرفه، مثل باورها، اینها برایم مهم شد. و منظور از مهم، چیزی است که به زنده بودن جسم منجر می شود، یعنی سبب ادامه زندگی ام در این جهان. اینها را خانواده، جامعه، به من یاد دادند که اینها مهم هستند. هرچیزی که مهم بوده است من با آن همانیده شدم.



همانیدن یعنی تجسم ذهنی آنها و تزریق هویت یا حس وجود به آنها که آنها را در مرکز بگذارم و به وسیله آنها جهان را دیدن. برحسب آنها عینک به چشمم زدم، آنها مرکز شدند و مرکز جدید پیدا کردم، منتها این مرکز جدید مادی بود، جسم بود، مثلاً باورها جسم هستند، گرچه که با باورها هم هویت شدم، فکر کردم باورها خدا هستند، زندگی هستند. من باورپرست شدم؛ باورپرستی غلط است و باورپرستی خداپرستی نیست.

من شدم موجودی که حرکت فکر را آغاز می کند و از فکری به فکر دیگر می پرد. در اثر حرکت فکر، وقتی سریع می شود، یک تصویر ذهنی ایجاد شد. این تصویر ذهنی همان من ذهنی ست و همان جا فکر کردم آن من ذهنی خودم هستم. عقل و حس امنیت و هدایت و قدرت را از چیزها خواستم و این چیزها همه آفل بودند. هر چیزی که با فکرم می توانستم تجسم کنم، گذرا بود، یعنی از بین رفتنی، آفل. و اصلاً مرکز گذاشتن اینها خودش ترس برایم ایجاد کرد، چون همیشه اینها در حال تغییر بودند و از بین می رفتند. بنابراین من ذهنی ایجاد شد، به این ترتیب هیجان عمده ام ترس شده بود.



و یک چنین آدمی شدم که انتظار داشتم چیزها را مردم به من بدهند، بنابراین توقع پیدا کردم، چیزها را از مردم بگیرم و اگر مردم به من ندادند می‌رنجیدم. ای خدا، رنجش و ترس از ابتدای زندگی با من همراه شد، بعد از آن خشم هم آمد. و همین‌طور من ذهنی‌ام را مقایسه با دیگران کردم، اگر کسی از من چیزهایش زیادتر بود، ذهنم برایش معلوم می‌شد او مهم‌تر هست، حسادت می‌کردم نسبت به او و مبنای ارزیابی خودم مقایسه بود. قبل از این داستان‌ها من ذهنی‌ام در مقایسه نبود. خودم براساس خودم موجود بودم. الآن من ذهنی‌ام را باید با دیگران مقایسه کنم. یک موجودی شدم که اسمم من ذهنی شده‌است، بسیار خطرناک. و این انباشتگی در مرکز و من ذهنی صورت نهایی آمدنم به جهان، مقصود خداوند نبوده است.

در برنامه ۹۴۴ دیدم مولانای جان می‌گوید: «ندا رسید به جان‌ها ز خسرو منصور» عقل من ذهنی‌ام را ناموفق کرد و با توجه به این که یک هشیاری جسمی داشتم، گفتار بزرگانی مثل مولانا را هم تفسیر ذهنی می‌کردم و به وسیله من ذهنی‌ام به انسان‌هایی مثل مولانا نگاه می‌کردم، من ذهنی‌ام یک باشنده تفسیری‌ست؛ دائماً تفسیر می‌کند که این خوب است، این بد است، دائماً در قضاوت است.



مولانا الآن دارد می گوید که چرا این جا نشسته‌ای میترا جان و با هشیاری جسمی به انسان‌هایی مثل مولانا، حافظ، فردوسی نگاه می کنی؟ «نظر به حلقه مردان چه می کنید از دور» از دور یعنی از ذهن.

یک فنی از مولانا یاد گرفتیم می گوید که اگر در اطراف آن چیزی که ذهن الآن نشان می دهد، فضا را باز کنی یا تسلیم بشوی، دوباره مرکزت عدم می شود. وقتی مرکزت عدم شد، آن موقع مردان خدا را درست می بینی، حرفشان را درست می فهمی. پس شرط این که من حرف مولانا را بفهمم، باید فضا را باز کنم، مرکزم را عدم کنم، یاد بگیرم اگر مرکزم انباشتگی چیزها باشد حرف مولانا را درست نمی فهمم؛ بهترین کار برای پیشرفت معنوی ام فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه است.

با سپاس فراوان  
میترا از مشهد



خانم یلدا از تهران





با سلام

یار در آخر زمان کرد طرب‌سازی  
باطن او جد جد، ظاهر او بازی  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

این لحظه ما فقط یک کار داریم، آن هم این که فضا را باز کنیم و اتفاق این لحظه را شوخی زندگی ببینیم، اما مشکل از این جا شروع می‌شود که ما در این لحظه هزارتا کار می‌کنیم و تنها کاری که زندگی از ما می‌خواهد را نمی‌کنیم. زندگی گفته تو دلکی هستی که نباید شاه را ببرد. تو به این دنیا نیامده‌ای که در اتفاق این لحظه من را ببری و مات کنی. اگر به من کیش بدهی، من کل شطرنج را بر سرت می‌کوبم. تو نیامده‌ای که هر اتفاقی من پیش می‌آورم به‌عنوان «من» بلند شوی و قضاوت کنی.

عجیب این جاست که ما هر لحظه این قاعده را فراموش می کنیم. ما به عنوان «من» بلند می شویم و اتفاق را جدی می گیریم. ما چیزهایی که ذهنمان نشان می دهد را جدی می گیریم. ما خودمان را به عنوان من ذهنی جدی می گیریم. ما خواسته های توهمی من ذهنی را جدی می گیریم. ما کلاً دقلک بودن را فراموش می کنیم و با مقاومت و قضاوت هر لحظه به شاه کیش می دهیم.

جالب این جاست که خدا شطرنج را بر سر ما می کوبد، ما به درد می افتیم، اما لحظه بعد دوباره قاعده بازی را فراموش می کنیم و به اتفاق واکنش نشان می دهیم. ما شاه را در لباس اتفاق این لحظه نمی بینیم. ما شوخی بودن اتفاق را مدام فراموش می کنیم. حاصل این فراموشی حرف زدن با ذهن است. هرچه بیش تر با ذهن حرف می زنیم، داریم در صفت بر قرین خودمان می افزاییم و از او دور تر می شویم.



بر قرین خویش مَفرّا در صفت  
 کآن فراقِ اَرَدِ یقین در عاقبت  
 -مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴

حضرت مولانا به ما هشدار می‌دهد، هرچه بیش‌تر با ذهنت حرف می‌زنی، از قرین اصلی که زندگی‌ست دور‌تر می‌شوی. هیچ‌چیزی در این جهان زهره‌ستیزه با آن شاه را ندارد. تو را خدا تو این کار را نکن. تو این لحظه به یاد بیاور که فقط برای یک چیز به این جهان آمده‌ای، آن هم این است که به شاه این جهان بازی. تو آمده‌ای که هر اتفاقی شاه ایجاد می‌کند، فقط بگویی «بله» و شاه هیچ‌چیز دیگری نمی‌خواهد بشنود. هر اتفاق فقط یک چیز می‌خواهد آن هم این که بگویی بله، اتفاق شوخی است و بله من از جنس خدایم، من از جنس اتفاق نیستم، من از جنس هیچ همانیدگی نیستم برای همین شوخی هستند.

ما در این دهلیز قاضی قضا  
 بهر دعوی استیم و بلی  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۴

چند در دهلیز قاضی ای گواه  
 حبس باشی؟ ده شهادت از پگاه  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۷

حضرت مولانا می گوید تو برای این در راهروی قاضی قضا هستی که بله بگویی. این بیت محشر است. این بیت می گوید تو قاضی نیستی پس برای چه مردم را قضاوت می کنی؟ برای چه اتفاق را قضاوت می کنی؟ برای چه خودت را قضاوت می کنی؟ قاضی کس دیگری است. قاضی قضاست، قاضی زندگی است، قاضی خداست. تو نه تنها قاضی نیستی، بلکه فقط باید به هر اتفاقی که زندگی پیش می آورد بله بگویی و لاغیر.



رضا به داده بده وز جبین گره بگشای  
 که بر من و تو در اختیار نگشادهست  
 -حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۷

حالا که این طوری ست هر اتفاقی که پیش می آید اقرار کن که شوخی ست، اقرار کن که از جنس زندگی هستی. این کار را با جدی نشدن انجام می دهی. این کار را با خاموش کردن ذهنت انجام می دهی. این کار را با چین به پیشانی نینداختن انجام می دهی. این کار را با مرده بودن نسبت به من ذهنی انجام می دهی. این کار را با بی واکنشی انجام می دهی.

خلاصه کلام این که اتفاق شوخی ست. ما قرار نیست به شاه جهان کیش بدهیم و ببریمش. اگر اتفاق را جدی بگیریم و با ذهن حرف بزنیم، در صفت بر قرین خویش می افزاییم، حاصلش دور شدن از زندگی و عمل نکردن به مقصود آمدنمان است. ما فقط آمده ایم که هر لحظه به زندگی بگوییم بله، بله، مات زندگی شویم.

حالا که این طور است، به جای مقاومت رضا به داده بدهیم. اختیار ما مقاومت و کیش دادن به شاه نیست، وگرنه شطرنج را در سر ما می کوبد. اختیار ما مات شدن و رضا و بله گفتن به فضای اطراف اتفاق است.

پس اتفاق پیش می آید، ما به خودمان می گوییم: «من اُصتوا، من قاضی نیستم، قاضی زندگی است، من آدمم بگویم بله، والسلام»، اتفاق بعدی پیش می آید ما به خودمان می گوییم: «من اُصتوا، من قاضی نیستم، قاضی زندگی است، من آمده ام بگویم بله، والسلام» هر جا از این حلقه خارج شویم شطرنج روی سرمان کوبیده می شود.

با تشکر  
یلدا 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