



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

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





## پیغام عشق

قسمت سیصد و هفتادم





خانم سودابه از تهران



خدمت شما جناب آقای شهبازی عزیز سلام عرض می‌کنم و بی‌نهایت تشکر می‌کنم بابت تلاش‌های  
بی‌دریغتان و سلام خدمت اعضای خانواده گنج حضور.

راضیم من شاکرم من ای حریف  
این طرف رسوا و پیش حق شریف

-مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۰۷۷

پیش خلقان خوار و زار و ریش‌خند  
پیش حق محبوب و مطلوب و پسند

مثنوی معنوی، دفتر سوم، -بیت ۱۰۷۸-

من روی این دو بیتی که آقای شهبازی در برنامه ۸۷۱ گنج حضور تفسیر کردند، چند دقیقه‌ای تمرکز کردم تا بینم چقدر در مورد من صدق می‌کند. وقتی کمی دقت کردم، دیدم عکس آن در موردم بیشتر صادق است!

آیا از شرایط موجود راضیم، در حالی که با من ذهنی دشمن تراش و مانع‌بین و مسئله‌ساز، شروع جریان زندگی را موقوف به بعضی اتفاقات در آینده کرده‌ام! اگر راضیم، پس این، چگونه رضایتی است که نه شادی در پی دارد و نه ذوق و اراده انجام کاری!

دیدم نه! خیلی راضی و تسلیم نیستم و برعکس، این طرف شریف و آن طرف رسوا هستم، یعنی پیش خلقان محبوب و مطلوب و پیش حق، خوار و زار!

دیدم چقدر ابروی ساختگی و توهمی برایم مهم است و هرچند که، خشنودی از رضایت حق هم، برایم مهم باشد، رسوا شدن پیش خلق، به مثابه پایان عمرم هست، پس چشم جهان‌بین دارم نه جان‌بین!



به قول حافظ:

دیدن روی تو را دیده جان بین باید  
وین کجا مرتبه چشم جهان بین من است

-حافظ، غزل ۵۲

چشم جهان بین من کجا می تواند مرتبه رضایت و تسلیم و شادی بی سبب و دیدن عدم را درک کند!  
با خودم می گویم، خداوند بخشنده است و بزرگ پس خوار و زار بودم نزد خودش را، خواهد بخشید، اما باورم  
نمی شود که در واقع با فضاگشایی نکردن و عدم پذیرش اتفاق لحظه، از زندگی بی بهره شده ام و با این کار،  
جیره خودم را از خرد و هوشیاری زندگی کم کرده ام و زهر مار و کاهش جان می خورم.

یا تو پنداری که تو نان می خوری  
زهر مار و کاهش جان می خوری

مثنوی، دفتر چهارم، -بیت ۳۴۵۷-

خیال می‌کنم که اگر با من ذهنی فکر نکنم از زندگی، جا می‌مانم و دچار نقصان می‌شوم و فکر کردن در من ذهنی را با خرد الهی اشتباه گرفته‌ام، چرا؟! چون من ذهنی را جدی گرفته‌ام.

یار در آخر زمان کرد طرب سازی  
باطن او جدِ جدِ ظاهر او بازی

غزل ۱۳۰۳، دیوان شمس

پس هر اتفاق و قضایی که زندگی برایم پیش می‌آورد، بازی است که مرا به باطن جدی خودم که تماماً انرژی زندگی از آنجا می‌آید و با ایجاد مرکز عدم و فضاگشایی می‌توانم به آن دست پیدا کنم، راهنمایی کند. بنابراین در صورتی که راضی و شاکر و محبوب و مورد پسند حق باشم، هیچ اشکالی ندارد و نباید هیچ ترس و حزنی داشته باشم از این که از نظر من‌های ذهنی اطراف، رسوا و زار و خوار باشم و حتی مورد تمسخر واقع شوم.

ممنونم آقای شهبازی عزیز. زبان و کلمات از بیان سپاس ما قاصر است.  
ای نجات دهنده‌ی زندگی انسانها، دعا برای شما را فقط به خدای مهربان می‌سپارم.

پاینده و سرافراز باشید.  
سودابه از تهران





خانم سرور از گلستان



برداشتی از برنامه ۸۷۲ با موضوع «سبب»

ذهن من دار (من ذهنی) دام و تله است، دائم برای ما دام پهن می کند و با ترفندهای مختلف ما را به تله می اندازد؛ ذهن با سبب و علت کار می کند و دنبال هرچه بیشتر بهتر است. سببها در کارهای بیرون ممکن است مفید باشند و به ما کمک کنند که زندگی بهتری داشته باشیم، ولی سیستم سبب سازی من ذهنی برای زنده شدن به خدا کار نمی کند، بلکه بازدارنده و مانع است، مقاومت و قضاوتِ ذهن نمی گذارد ما به عشق یعنی به خدا زنده شویم، اگر بخواهیم با سیستم سبب سازی ذهن پیش برویم از مسبب یعنی خداوند دور و دورتر می شویم و در سفر بازگشت از ذهن، موفق نخواهیم شد، از دامِ سبب و من ذهنی نمی توانیم رها شویم، از آرامش، شادی و برکات زندگی محروم خواهیم ماند:

اگر نه عشق شمس الدین بُدی در روز و شب ما را  
فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟!

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱



خداوندا، اگر هر لحظه برای ما امکان فضاگشایی، عدم کردن مرکز، دسترسی به عشق و یکی بودن با تو وجود نداشت و همچنان در ذهن می ماندیم، کجا فراغت و آسایش پیدا می کردیم، از دام همانیدگی ها و سبب سازی ذهن، چگونه رها می شدیم؟! چگونه می توانستیم از عشق، خرد و برکات فراوانت مثل عقل، حس امنیت، هدایت، قدرت و شادی بی سبب، برخوردار شویم؟ پس اگر امکان دسترسی به عشق و یکی شدن با خدا نبود ما بیچاره می شدیم و از دست دام و سبب سازی ذهن نمی توانستیم رها شویم.

از مُسَبِّب می رسد هر خیر و شرّ  
نیست اسباب و وسایط ای پدر

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۴

ای انسان، توجه داشته باش که همه چیز از خداست، هر خیر و شری از مسَبِّب یعنی خداوند می رسد، اسباب و واسطه ها یعنی سبب های ذهنی نیست که به ما کمک می کند، ذهن فقط برای رشد و بقای ما بوده است، باید از ذهن بیرون بیاییم، ولی ما همچنان به سبب ها چسبیده ایم و مسَبِّب را که اصل ماست نادیده می گیریم.

آنکه بیند او مسبب را عیان  
کی نهد دل بر سبب‌های جهان؟

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۷

کسی که تسلیم شود، مرکزش را عدم کند، فضای درونش باز می‌شود و به‌طور آشکار، مسبب یعنی خداوند را می‌بیند، مرکزش تغییر می‌کند، انعکاس مرکزش در بیرون، اتفاقات نیک است، چنین شخصی کی ممکن است به سبب‌های این جهان یعنی همانیدگی‌ها دل ببندد؟ او فقط به خداوند متکی است.

با سببها از مسبب غافل  
سوی این روپوش‌ها زان مایلی

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۴



چون به سبب‌های ذهنی توجه داری، از مسبب اصلی، خداوند، کاملاً غافل مانده‌ای، برای همین به روپوش‌ها که وضعیت و فرم این لحظه هستند و روی زندگی را می‌پوشانند تمایل داری. ذهن، وضعیت و فرم این لحظه را دوست ندارد، ولی ما به‌عنوان زندگی، باید فضا را بگشاییم و وضعیت‌ها را در آغوش بگیریم.

ربّ می‌گوید: برو سوی سبب  
چون ز صنعم یاد کردی؟ ای عجب!

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۶

-صُنْع: آفرینش؛ آفریدن؛ عمل؛ کار، نیکی کردن، احسان

خداوند می‌گوید: به‌سوی همان علل و اسباب ذهنی برو، مگر تا به حال از آنها کمک نمی‌خواستی؟ شگفتا که تاکنون آن سبب‌های ذهنی را می‌دید، ولی این لحظه از قدرت و آفرینش من یاد کردی و به من روی آوردی! ای انسان، هنوز مرکزت همانیده است و از همانیدگی‌ها کمک و یاری می‌خواهی!

گفت: زین پس من تو را بینم همه  
ننگرم سوی سبب و آن دمدمه

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۷

-دمدمه: شهرت؛ آوازه؛ مکر و فریب

آن کسی که در بند علل و اسباب بود گفت: خداوندا، از این پس دیگر به ذهن نمی‌روم و فقط تو را می‌بینم. دیگر تسلیم مکر، فریب و سبب‌سازی‌های من ذهنی نمی‌شوم و به حرفش گوش نمی‌دهم.

گویدش: رُدُوا لَعَادُوا، کار توست  
ای تو اندر توبه و میثاق، سست

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸

-رُدُوا لَعَادُوا: اگر آنان به این جهان برگردانده شوند، دوبار به آنچه که از آن نهی شده‌اند، باز گردند.



خداوند می گوید: ای انسان، اگر به تو کمک کنم که مرکزت را عدم کنی، به محض این که دوباره به ذهن که دنیای علل و اسباب است برگردی، باز سببها را خواهی دید و توجهی به من نداری، ای بنده توبه شکن و سست عهد، کار تو همین است، عهد الست در تو بسیار سست است و با دید ذهنی می بینی، ذهن، عدم و الست را نمی شناسد.

این بیت مرتبط است با آیه ۲۸ سوره انعام

«بَلْ بَدَا لَهُمْ مَا كَانُوا يُخْفُونَ مِنْ قَبْلُ وَلَوْ رُدُّوا لَعَادُوا لِمَا نُهُوا عَنْهُ وَإِنَّهُمْ لَكَاذِبُونَ»

«بلکه آنچه را که زین پیش پوشیده می داشتند بر آنان آشکار شود، و اگر آنان بدین جهان برگردانده شوند، دوباره بدانچه از آن نهی شده اند باز گردند. و البته ایشان اند از دروغ زنان.»  
آنچه که ما از آن نهی شده ایم این است که چیزها را در مرکزمان نگذاریم، فقط خداوند باید در مرکز ما باشد و دائماً او را ببینیم.

—قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیه ۲۸

حَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ  
نَحْوَهُ هَذَا الَّذِي لَمْ يَنْهَكُمْ

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۵

در هر وضعیت و هر جا که هستید حتی در وضعیت بد ذهنی، رو به سوی خدا کنید، تسلیم شوید، مرکز خود را عدم کنید. این تنها کاری است که خدا شما را از آن منع نکرده است؛ خداوند ما را از هر کار دیگری نهی کرده، غیر از اینکه این لحظه به او نگاه کنیم، حواس ما به او باشد و فضاگشا باشیم.

والسلام

-سرور از گلستان





خانم ناردانا از شیراز



یک عده درد کشیدن را معیار خوشبختی و حضور می‌دانند و بلاهایی که در آن گرفتار هستند را برکت می‌دانند و شکر می‌کنند که این بلاها عامل زنده شدنشان به خداوند است، در حالی که هر کس دردهای ذهنی‌اش بیشتر شود، به همان اندازه از خداوند دورتر می‌شود و فقط درد عشق است که ارزش دارد. افراد در من‌ذهنی فکر می‌کنند چون درد کشیده‌اند، خدا باید گلستانش را به آنها نشان دهد، در واقع طلبکار هستند.

گفتا به عشق رستی از عالم کشاکش  
کانجا همی کشیدی بیگار تا بگردن

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲۸

ما فقط با عشق از عالم کشاکش می‌رهیم، چرا که ما فقط در عالم کشاکش کار بی‌مزد می‌کنیم، در عالم کشاکش یا همان من‌ذهنی هر لحظه فکری ما را به سوی خود می‌کشد، ما را گیج می‌کند، در عالم کشاکش ما کار معنوی بی‌مزد می‌کنیم. بزرگترین دیکتاتور، بزرگترین بهره‌کش و ظالم، من‌ذهنی ما است. در من‌ذهنی کار کردن، عبادت کردن، درد کشیدن، هیچ‌مزدی ندارد. تا به گردن یعنی به‌طور کامل مزد ندارد.



پس هنر آمد هلاکت خام را  
کز پی دانه نبیند دام را

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۸

هنر، یعنی چیزی که به وسیله آن، حس برتری و وجود داریم و خودمان را در مقایسه با دیگران قرار می دهیم و برتر می بینیم. این هنر، وسیله هلاکت ما می شود؛ مثل فردی که با همانیدگی ها همانیده می شود و دام آنها را نمی بیند. هنر نیز نوعی همانیدگی است، اگر در مرکز ما قرار گیرد ما با آن همانیده می شویم. هنر، زمانی خوب است که با آن همانیده نشویم، در این کار باید صاحب خودت باشی، نه اینکه اختیارت دست من ذهنی ات باشد.

هست احوالم خلاف همدگر  
هر یکی با هم مخالف در اثر

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۱

احوال ما به وسیله فکرها ایجاد می‌شوند، در من ذهنی، فکرها به تن اعمال می‌شود و در ما هیجان ایجاد می‌کند. فکر ما در من ذهنی قضاوت دارد؛ فلان اتفاق خوب است پس حس خوبی دارم، فلان اتفاق بد است پس حس بدی دارم؛ هر دو حس، مصنوعی است ما باید صاحب خود باشیم یعنی دنبال افکار نرویم و هر لحظه راه شادی اصیل خود را نزنیم و دزد زندگی خود نباشیم.

هر لحظه که ما به صورت من ذهنی بلند می‌شویم داریم راه خود را می‌زنیم، ما تنها زمانی می‌توانیم به سازگاری با دیگران برسیم که به زندگی زنده شویم و در دیگران زندگی را شناسایی کنیم. احوال ما دست خودمان نیست دست فکرهای ما است و این فکرها باهم در جنگ هستند.

موج لشکرهای احوال بین  
هر یکی با دیگری در جنگ و کین

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳



لشکرهای احوال، یعنی بین، من چقدر همانیدگی دارم که هر کدام از آنها در احوال من تأثیر می‌گذارند؛ به خودتان نگاه کنید، تمام آن فکریهایی که در خوبی و بدی احوال شما تأثیر می‌گذارند، موج لشکرهای احوال شما هستند یعنی احوال شما دست خودتان نیست، دست این فکرهاست و این فکرها باهم در جنگ هستند. درد و رنج‌های ما واحدهای جذب انرژی هستند برای همین وقتی بالا می‌آیند، می‌خواهند تغذیه شوند.

می‌نگر در خود چنین جنگ گران  
پس چه مشغولی به جنگ دیگران

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۴

باید به درون خودمان نگاه کنیم این همه واحدهای من دار در ما است که با همدیگر می‌جنگند، چرا اینها را رها کرده و داریم با دیگری می‌جنگیم و می‌خواهیم او را درست کنیم؟

جز عشق او در دل مکن، تدبیر بی حاصل مکن  
اندر مکان منزل مکن، لا کن مکان را ساعتی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۴۱

جز عشق او را در مرکزت مگذار و با من ذهنی‌ات، تدبیرهای بی حاصل مکن، در مکان یعنی در ذهنت منزل مکن و مکان بودن یعنی جسم بودن و هوشیاری جسمی را یک لحظه رها کن و لا کن و هوشیاری جسمی را بگو هوشیاری اصیل من نیست.

—ناردانا از شیراز





خانم فرزانه از کرج



باسلام خدمت پدر معنوی و مهربانم آقای شهبازی و همه‌ی دوستان گنج حضور، خدا قوت، فرزانه هستم از کرج.

دل نوشته‌ای را به اشتراک می‌گذارم، باشد که قدرت قلم، همانیدگی را ضعیف و نیروی عشق را پایدار گرداند و حس شناسایی و ناظر بودن در مرکز تبدیل به لحظه ابدی شود.

علتی بتر ز پندار کمال  
نیست اندر جان تو ای ذودلال

از دل و از دپدهات بس خون رود  
تا ز تو این معجبی بیرون رود

علت ابلیس انا خیری بده ست  
وین مرض در نفس هر مخلوق هست

دفتر اول، ابیات ۳۲۱۴ الی ۳۲۱۶



بالا آمدن یک رنجش کوچک، که بیش از یکسال از آن گذشته و آن رنجش را همان موقع با لبخندی و بدون واکنش از کنارش گذشته بودم، حال من ذهنی فرصت طلب در یک موقعیت و در حالیکه در یک جمع خانوادگی حضور داشتم، زمینه را مهیا دید و مرا با چالشی روبرو کرد.

متوجه شدم که این رنجش در لایه‌های زیرین ذهن باقی مانده و منتظر است تا در فرصتی مناسب خودنمایی کند. اکنون که خودم را بازنگری کردم، متوجه شدم که نیازی نبود که مطرح شود و اگر در آن لحظه ناظر بودم، باید می‌گذاشتم بدون بیان کردنش، دوباره فرو بنشیند.

مطلب دیگر، قضاوت در مورد دیگران است که شناسایی کردم. این قضاوت می‌تواند در مورد قیافه و ظاهر و یا شیوه حرف زدن و رفتار و برخورد کسی باشد.

شناسایی کردم که فهمیدن ذهنی و تلاش برای رهایی از آن با ذهن صورت گرفته و باعث انداختن آن نشده، در حالیکه فکر می‌کردم که دیگر به ظاهر آدمها توجه ندارم و آنها را قضاوت نمی‌کنم؛ اما در ضمیر ناخودآگاه من ذخیره شده و کاملاً آن را لا نکرده و ردی از آن هنوز هست. امیدوارم بتوانم با کار بیشتر روی خود و تمرکز روی خودم این همانیدگی را برای همیشه از مرکز پاک کنم.



تجربه‌ای دیگر که مربوط به همین مطلب بالا می‌شود را به اشتراک می‌گذارم؛ تمام این تجربیات در طی هفته گذشته داشتم و شکر می‌کنم که متوجه شدم و با توجه به بیانات پدر عزیزم آقای شهبازی، این بار فقط خودم را مورد بازنگری قرار دادم و مثل موارد قبلی که حس ملامت در من شکل می‌گرفت، برخورد نکردم بلکه سعی کردم به جای ملامت و سرزنش خود، دقیق‌تر به ذهنم و عملکردش توجه کنم.

## تجربه

باز من ذهنی فرصت را غنیمت شمرده و از یک لحظه و شاید در کسری از ثانیه آنچه را که از ذهنم در مورد شخصی گذشته بود و درعین حال با هوشیاری آن لحظه و اینکه فکرم را می‌دیدم و به من ذهنی میدان ابراز وجود ندادم و همان‌طور که بالا آمد فروکش کرد و اینک بعد از یک هفته و در اثر یادآوری و در جمع، دوباره توسط ذهن و با استفاده از موقعیت پیش آمده، به زبان جاری شد.

الان که این مطلب را نوشتم ساعت دو بامداد است و من تنها شدم با ذهنم و مروری داشتم بر آنچه که در طول روز بر من گذشته بود، از خودم خجالت کشیدم و همان لحظه از خداوند عذرخواهی کردم برای اینکه ناظر ذهنم نبودم و اجازه دادم تا من ذهنیم و راجی کند و اختیار زبانم را در دست بگیرد و به هر شکل که می‌خواهد جولان دهد و تصمیم گرفتم تا احساسم را به رشته تحریر درآورم.



حَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوْا وُجُوْهُكُمْ  
نَحْوَهُ هٰذَا الَّذِي لَمْ يَنْهَكُمْ

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۵

در هر وضعیتی که هستید رو به سوی او کنید.

این چالش‌ها ادامه داشت و شامل قضاوت دیگری هم شد. پندار کمال، قضاوت، مقایسه در غالب دلسوزی برای دیگران، توجه به دیگران و برداشتن تمرکز از روی خود و در جمع با من‌های ذهنی دیگر، بحث و گفتگو درباره شیوه رفتار دیگران با فرزند خود و فرزند همسر که از ازدواج قبلی داشتند. حس پندار کمال و نمایش اینکه، من آدم بهتری هستم، نمایش اینکه من اطلاعات بیشتری دارم و غیره و وای از خودنمایی طاووس درونم که در طی هفته گذشته با جزئیات ریزتری و بازنگری خودم، افکار و رفتارم، متوجه آنها شدم.

حس ترس، ترس از اینکه دیگران در مورد من ممکنه چه فکری کنند. در تنگنا قرار دادن خودم و اینکه مواظب این هویت جعلی من ذهنی باشم، مواظب پر طاووسم باشم که دیگران من را بد قضاوت نکنند، ترس از قضاوت دیگران در جمع و خود را زندانی ذهن کردن، در حالیکه باید فقط به خود حقیقی ام و بودن در فضای عدم، توجه می کردم نه دیگران را قضاوت می کردم و نه از قضاوت آنها می ترسیدم.

حال که خودم را بازنگری کردم، به این شناخت رسیدم که گذشته را رها کنم، حتی در مورد چیزهای پیش پا افتاده و کم اهمیت که من ذهنی آن را بزرگ‌نمایی می کند. قضاوت در مورد ظاهر آدمها و چگونگی رفتارشان با خانواده‌شان، به من ربطی ندارد.

کلامی که به کنایه و در جمعی به من زده شده و از ارتعاش مرکز من ذهنی است، برایم بی اهمیت است و ارزش رنجش ندارد.

بر صدف آید ضرر نی بر گهر

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، مصراع دوم بیت ۳۴۹۶



شکرگزار خداوند هستم که با آوردن این چالش‌ها، هر روز کمکم می‌کند تا خودم را بهتر بشناسم و فاصله این شناخت خود، هر دفعه از دفعه قبلی کمتر می‌شود. خودم را ملامت نمی‌کنم، امیدوارم که عبرت بگیرم و در این لحظه هوشیاری و ناظر خود بودن، باقی بمانم.

در اینجا از محضر عشق و زندگی طلب بخشش دارم و از همه کسانی که در من ذهنیم و این چالش‌ها بودند عذرخواهی می‌کنم. با تمام وجود طلب بخشش دارم و می‌بخشیم.

از مقامات تَبَّتْ تا فنا  
پایه پایه تا ملاقات خدا

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵

تویی فرزند جان، کار تو عشق است  
چرا رفتی تو و هر کاره گشتی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

غیر معشوق ار تماشایی بود  
عشق نبود، هرزه سودایی بود

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۸۷

غزل شماره ۱۲۰۴، برنامه ۸۶۹

عشق گزین، عشق و درو کوبه می ران و مترس  
ای دل تو آیت حق، مصحف کز خوان و مترس

جانوری، لاجرم از فرقت جان می لرزی  
ری بهل و واو بهل، شو همگی جان و مترس



عشق و زندگی را انتخاب کن و در این راه و مسیر یکتایی به پیش برو و به خاطر از دست دادن همانیدگی‌ها مترس، دل تو ای انسان، به عنوان امتداد خدا، نشانه حق و زندگی است و اگر در راه تبدیل هوشیاری جسمی به هوشیاری نظر، گاهی قدم‌هایی با من ذهنی برمی‌داری، نترس و در هر حالتی که هستی به سوی زندگی حرکت کن.

لنگ و لوک و خفته شکل و بی‌ادب  
سوی او می‌غیژ و او را می‌طلب

-مولوی، مثنوی-، دفتر سوم، بیت ۹۸۰

با توجه به مطالبی که در بالا مطرح کردم، خودم را مصداق همین بیت می‌دانم و گاهی در بی‌ادبی من ذهنی و کژبینی و کژ عمل کردن، بازهم زندگی مرا به سوی خود فرا می‌خواند و با تمام اشتباهاتی که از من سر می‌زند، خود زندگی در گوشم، آنها را متذکر می‌شود و متوجه می‌شوم که، نقطه، سر خط، از نو شروع کن و در این لغزش‌ها مترس، زمانیکه باعث شناسایی دردها و همانیدگی‌ها در تو می‌شود.

اگرچه تو در این تن خاکی و جان جسمی مثل سایر جانوران برای حفظ جانانت در ترس به سر می‌بری، اما تو در مرکزت جانی داری که تو را از سایر باشندگان، متمایز می‌کند، تفاوتی هست بین تو و سایر جانداران، کافی است که این جان هوشیاری و امتداد زندگی بودن را در خودت شناسایی کنی و با فضاگشایی و تسلیم زندگی شدن، به حقیقت وجودی خود بررسی، یعنی تبدیل در تو صورت بگیرد و جان جسمی را رها کنی و جان هوشیاری نظر را در مرکزت قرار دهی؛ پس در این مسیر تبدیل، ترس را که از نشانه‌های من‌ذهنی است، از خود دور کن و روی پای هوشیاریت بایست و از هیچ چالشی هراس به خود راه مده زیرا اتفاقات برای بیداری ما از خواب ذهن می‌افتند.

غزل بیدار کنندهٔ ۱۲۰۴، برای من بسیار راه‌گشا بود و آموختم که در هر موقعیتی از مسیر تبدیل هوشیاری هستیم، مایوس نشوم و با ماندن در این راه، متعهدانه گام بردارم و از چالش‌هایم بیاموزم و از روشنگری زندگی با آغوش باز استقبال کنم، امیدوارم که سرانجام زندگی از من راضی باشد و من به رستگاری از من‌ذهنی برسیم.

در دو بیت پایانی غزل، مولانا می‌فرماید:

دل ز تو برهان طلبد، سایهٔ برهان نه تویی؟  
بر مثل سایه برو باز به برهان و مترس



سایه که فانی کندش طلعت خورشید بقا  
سایه مخوانش تو دگر، عبرت ماکان و مترس

تو به عنوان امتداد خدا، در این جهان سایه او هستی و سایه همیشه در پی خورشید وجود دارد، هرچه این خورشید زندگی در مرکزت بیشتر بتابد، این سایه کوتاه و کوتاه تر می شود تا جایی که تو در این نور خورشید زندگی محو می شوی؛ وقتی که تو محو شدی در نور زندگی، خودت را سایه ندان بلکه تو با زندگی به وحدت می رسی، دویی از میان می رود، هر چه هست فقط اوست پس هرگز برای از دست دادن همانیدگی هایت مترس و با آغوش باز به سوی فضای یکتایی حرکت کن.

دفتر دوم از بیت ۲۴۴۴

دست گیر از دست ما، ما را بخر  
پرده را بردار و، پرده ما مدر

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۴۴



باز خر، ما را از این نفس پلید  
کاردش تا استخوان ما رسید

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۴۵

از چو ما بیچارگان این بند سخت  
کی گشاید ای شه بی تاج و تخت؟

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۴۶

این چنین قفل گران را ای ودود  
که تواند جز که فضل تو گشود؟

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۴۷

ما ز خود، سوی تو گردانیم سر  
چون تویی از ما به ما نزدیکتر

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۴۸

این دعا هم بخشش و تعلیم توست  
گر نه در گلخن، گلستان از چه رست؟

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۴۹

ای دهنده‌ی قوت و تمکین و ثبات  
خلق را زین بی‌ثباتی ده نجات

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۹۷

در پناه حق، شاد باشید.  
-فرزانه از کرج





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)**