

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 چهارصد و نود و سوم





خانم زهره از آمل



با سلام

برنامه شماره ۹۹۲ گنج حضور

چرخ فلک با همه کار و کیا

گرد خدا گردد چون آسیا

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰

-کار و کیا: کار و بزرگی و اهمیت آن کار، قدرت و سلطنت، توانایی و فرمانروایی

مولانا با این غزل زیبا می گوید همه باشندگان روی کره زمین با این همه بزرگی و دقیق بودن در کارشان مانند آسیا به گرد خدا می چرخند و ما از طریق مولانا آگاه به سر حقیقت وجودی خویش شده ایم. «هرگز نداند آسیا مقصود گردش های خود» همچو آسیا که نمی داند چرا به دور آب می چرخد ما هم باید همین طور عمل کنیم یعنی با نمی دانم خود تنها به دور آب زندگانی بگردیم و همچون هشیاری که با دخالت ذهن «پندار کمال»، «می دانم» از خود اختیار و انتخاب نشان می دهد عمل نکنیم و به این دو فن مهم و اساسی من ذهنی که از آن می خوریم بر حذر بمانیم :

- ۱- تمرکز نداشتن به روی خود و رفتن تمرکز به دیگران
- ۲- قرین

که خطرناک‌ترین صلاح من ذهنی و از این راه بیشتر به ما لطمه می‌زند. اکنون تنها تمرکز روی خودم رفته است و به قرین اطرافم و بیهوده‌گویی حرف من ذهنی که می‌خواهد راهنمایی لازم کند، می‌گویم تو هیچ عقل و خرد درستی نداری! من نسبت به تو کروکور می‌شوم و با یک زندگی قرین شده تا او خودش به گوشم فسونه‌ها یعنی برکات مرکز عدم‌بین بخواند و چشم حسی را ببندد و غیبی را باز کند.

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی  
خویش را بدخو و خالی می کنی  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶  
-حَبْر: دانشمند، دانا  
-سَنی: رفیع، بلندمرتبه

مرده خود را رها کرده ست او  
مرده بیگانه را جوید رفو  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱

دیده‌آ، بر دیگران نوحه‌گری  
مدّتی بنشین و بر خود می‌گری  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹

یقین دانم اگر از هر راه بهم آسیبی می‌رسد و حال درونیم خراب می‌شود، مقصر اصلی خودم هستم یعنی از نقطه‌چین داخل دایره زندگی خواستم و تمرکز و دقت کافی تماماً روی خودم نبوده است. در این حالت صفات گرگ درنده درونم بلند می‌شود تا دفاعی از خود کند. همین‌جا متوجه و ناظرش شده که هیچ‌بر قرین‌های بد بهانه نیاورم و بی‌دخالت بنشینم.



گرگِ درنده‌ست نفسِ بد، یقین  
چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶

پوسته من ذهنی با این دو فن بالا و در کنار آن ناموس، درد، پندار کمال خودش را در ما محکم می‌سازد. اما بر حذر بمانم از این کارهای ناشایست و قبیح (همان دوستی کردن با خرس مهربان) تا راهنمایی لازم را بکند و انگشت اشاره خرد کافری را بالا گیرد که تو بلدی! حَبْر و سَنی کن، می‌گویم نه! این بی‌ادبی است. در برابر مولانای عزیز با ادب و احترام می‌نشینم و پندش را گرفته چون طفل ساده‌ای در این لحظه گویی چیزی نمی‌دانم.

چون ملایک گوی: لا عِلْمَ لَنَا  
تا بگیرد دستِ تو عِلْمَتَنَا

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰

«قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ.»—

—گفتند: منزهی تو. ما را جز آنچه خود به ما آموخته‌ای دانشی نیست. تویی دانای حکیم.»

—قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۲

پندار کمال، ناموس، درد، حالات سیستم دفاعی و تهاجمی من‌ذهنی، ما را به کوری و کری می‌کشاند.  
اعتراف می‌کنم هنوز هم کور هستم، اما با دیده‌بانی چون مولانا را به میان آوردن و از او کمک خواستن، او  
قلاووزی‌ام می‌کند.

حلقه کوران، به چه کار اندرید؟

دیده‌بان را در میانه آورید

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱۳۹

ای حلقه کوران اکنون شما به چه کار مشغول هستید؟ آیا مراقبی مُرده خود را رها نکنی و به رفو کردن به حال مرده دیگری نپردازی؟ به چشمان خود نگریسته و می‌گویم ای چشمان من، تاکنون خواستی برای دیگران نوحه کنی، دیگر بس است. بیا و مدتی با تسلیم بودن در این لحظه، بی‌قید و شرط ذهنی روی خودت کار و تمرکز کن که حال خودت از همه کس بیچاره‌تر است تا از دست من ذهنی رها شوی. خدایا شکر با وجود مولانا و آقای شهبازی بزرگوار، حدود زیادی پی به شناخت من ذهنی توهمی و زشت درونی اگاهم ساختی که چه خطرناک و بیهوده‌کار است و به‌راستی تا به کی از دست من ذهنی فرار کردنمان؟ و هیچ آسان نشود.

می‌گریزم، تا رگم جنبان بود  
کی فرار از خویشتن آسان بود؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۸  
-تا رگم جنبان بود: تا وقتی که جان در بدن دارم.

درست گفت جناب مولانای عزیز از شیر و اژدرها یعنی بزرگان خود مولانا که ایراد و اشتباهات کارمان را می‌خواهند بگیرند و در حقیقت لطفی کنند، از این‌ها نترسیم و فرار نکنیم؛ بلکه شکر او را گوئیم که نواقصمان را نشان داده و درستمان می‌سازند. ما باید از آشنایان و خویشان خود که می‌خواهند هشیاری حضور این لحظه را با خوب و بد کردن از راه دورمان کنند، مراقب باشیم و بترسیم.

کم گریز از شیر و اژدرهای  
ز آشنایان و ز خویشان کن حذر  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۶

تو مگو ما را بدان شه، بار نیست  
با کریمان کارها دشوار نیست  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۱

شکر با وجود ارتعاش عشقی بزرگان و با همنشین شدن، کارها چندان دشوار نیاید. با مداومت داشتن در کار روی خود با ابیات دیوسوز، تغییر امکان پذیر است و دست و پای من ذهنی بسته می شود و سر سراندازی را بیشتر در مرکز عدم یاد گرفته و با فساداری بیشتر به دور کعبه می گردیم.

گردِ چُنین کعبه کُن ای جان، طواف  
گردِ چُنین مایده گرد ای گدا  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰  
-مایده: مائده، خوان، سفره

ای گدا، از نقطه چین‌ها زندگی خواسته‌ای و تو را به بیراهه کشاند و چندین بار از این بیراهگی رفتی و دیدی برایت درد به دنبال داشته و تجربه‌ای زیبا نبوده است. حال چون که سرخوشی او شده‌ای، خاموش باش و بدون دست‌وپای ذهنی دور خداوند طواف کن. اجازه بده با فساداری، مرکز عدم‌بین خودش را بیشتر به تو نشان دهد. بیا هر دم حاضر و ناظر به احوالات درونی باقی بمان و از آن سفره آسمانی درونت که به ودیعه نهاده شده یعنی غذاهای سالم آن طرفی به جانت بریزد تا به بی‌نهایت بزرگی اش وسعت بگیری.

بر مثلِ گوی، به میدانشِ گرد  
چونکه شدی سرخوشِ بی‌دست و پا

خامش کردم، همگان برجهید  
قامتِ چون سرو بتم زد صلا

خسرو تبریز، شهَم شمسِ دین  
بستم لب را، تو بیا برگش  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰

-با احترام و عشق فراوان  
-زهرة از امل



آقای جعفر از شیراز





به نام خدا

سلام فراوان به پدر معنوی و سایر دوستانِ گنجِ حضوری‌ام

که تو آن هوشی و باقی هوش پوش

خویشتن را گم مکن یاوه مکوش

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۱

-هوش پوش: پوشاننده هوش

ای انسان! تو هشیاری و امتداد خداوند هستی و افکارِ تو و من ذهنی تو، جایگزین این هشیاری شده. بنابراین بیا خودت را پیدا کن و بیهوده در این وادیِ هیچ‌وپوچ که از ذهن تو می‌آید، متاز. در این تحقیق با شما عزیزان ابیاتی را مرور می‌کنیم که ما من ذهنی نیستیم؛ ما هشیاریِ خداوند هستیم که من ذهنی آمده و این هشیاری را پوشانده و نهایتاً باعث هلاک ما می‌گردد.

خویش را صافی کن از اوصافِ خود  
تا بینی ذاتِ پاکِ صافِ خود  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۶۰

خودت را از هم‌هویت‌شدگی‌ها جدا کن، تا گوهر وجود خدائیت را پیدا کنی. تو توصیف و صفات خارج از خودت نیستی؛ بلکه وجود تو الهی‌ست.

تو طوطی زاده‌ای جانم، مکن ناز و مرنجانم  
ز اصل آورده‌ای دانم تو قانون شکرخایی

به باغ و چشمه حیوان چرا این چشم نگشایی؟  
چرا بیگانه‌ای از ما، چو تو در اصل از مایی؟  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۱۱

ما طوطی زاده‌ایم یعنی دنباله‌روی خداوند هستیم بنابراین در راه رسیدن به خداوند و شناخت هم‌هویت‌شدگی‌ها نباید ناز کنیم و مسیر را طولانی کنیم. در کُل خداوند به ما می‌گوید من که می‌دانم شما چه جنسی دارید، جنس شما هشیاری حضور است. پس چرا این همه تعلل می‌کنید؟

لیک موقوف‌ست بر قربانِ گاو

گنج اندر گاو دان ای گنج‌گاو

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۱۲

آن گنج که همان هشیاری حضور است و در گاودان من‌ذهنی گیر کرده، آزاد کردن آن، موقوف بر قربانی کردن هوای نفس و من‌ذهنی هست.

گر نبودی با لبش، نی را سَمَر  
نی جهان را پُر نکردی از شِگر  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۰۰۶

بعضی از انسان‌ها بوی نابِ خداوند می‌دهند و با اتصال به منبع اصلی و فضاگشایی، جهان را پر از عطر و شیرینی و زندگی کرده‌اند.

ای خُنک آن را که ذاتِ خود شناخت  
اندر امنِ سَرمدی قصری بساخت  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۱

خوشا به حال انسان‌هایی که متوجه شدند آن‌ها من‌ذهنی و فکرهایشان نیستند و گذشته و آینده را رها کردند و در این لحظه ابدی ساکن شدند و به همان هشیاری حضور رسیدند، خدا روشکر که خانواده‌های گنج حضور در این پروسه قرار دارند.

آفتابی در یکی ذره نهان  
ناگهان آن ذره بگشاید دهان  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰

اگر ما تسلیم باشیم و اتفاقات این لحظه را بپذیریم و فضاگشایی کنیم، ناگهان آن ذره هشیاری مان که در ذهن گیر افتاده، دهانش را باز می‌کند و مانند آفتاب، وسیع و بی‌نهایت می‌شویم.

گر دود را کمتر کنی، از نور شعله برخوردار  
از نور تو روشن شود هم این سرا، هم آن سرا  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶

هشیاری ما مانند شعله‌ای است که با هم‌هویت‌شدگی‌های زیاد پوشانده شده و نور هشیاری مان بسیار کم شده است؛ چون هم‌هویت‌شدگی‌ها زیاد شده و هیچ نوری در وجود و جسم ما باقی نگذاشته است. اگر هم‌هویت‌شدگی‌ها را کم و کم و کم کنیم بیشتر از نور هشیاری برخوردار می‌شویم و از این نور همه وجود و ابدیت‌مان روشن می‌شود.

خواجه تو عارف بدهای، نوبت دولت زدهای  
کامل جان آمدهای، دست به استاد مده  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۸۴  
-نوبت دولت زدن: کنایه از شکوه و عظمت داشتن  
-کامل جان آمدهای: در حالی آمدهای که روحاً کمال یافته‌ای

ای انسان تو از جنس هشیاری هستی و الآن نوبت اظهار و نمایان شدنت هست. همچنین جان تو کامل هست؛ بنابراین خودت را در ذهن مبر و به حرف من‌های ذهنی گوش مده. استاد در درون شماست.

با سپاس فراوان  
-ارادتمند شما، جعفر از شیراز





خانم ناهید از ارومیه



عرض سلام و ارادت آقای شهبازی پدر معنوی ما

ناهید هستم از ارومیه. ده سالی هست که با برنامه‌های جان‌بخش شما زندگی می‌کنم. بی‌نهایت از شما سپاس‌گذارم و از رسانی که به دست من دادید و از ته چاه ذهن بیرونم کشیدید بسیار ممنونم.

در بن چاهی همی بودم زبون

در همه عالم نمی‌گنجم کنون

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۳

البته که ذهن هنوز هم هست و خواهد بود ولی این کجا و آن کجا؟... تاکنون پیام خودم را لایق گرفتن وقت برنامه نمی‌دیدم و اکتفا می‌کردم به با برنامه بودن و جبران مادی، اما اخیراً تجربه‌ای داشتم که خودم را موظف دیدم خدمت شما و دوستان عرض کنم. همین‌جا از همه دوستان محقق‌ی که پیام زندگی را به ما می‌رسانند، کمال تشکر را می‌کنم. آقای شهبازی اگرچه همیشه شما به ما یادآور شدید که زمان یا مکان خاص مهم نیست، با این وجود من سال‌ها اشتیاق سفر به بارگاه مولانا در شبِ عرس رو در دل داشتم. امسال به لطف زندگی و فرزندانم این سفر مهیا شد و من حال‌وهوایی آکنده از عشق را تجربه کردم. روزهای متوالی، ساعت‌های متمادی در بارگاه مولانا می‌نشستم و به خواندن ابیات مشغول می‌شدم و خیلی وقت‌ها علاقه‌مندان مولانا کنارم می‌نشستند و آن‌ها نیز لذت می‌بردند.

این تجارب در این سفر متداول و قابل پیش بینی ست. اما آن چه من را شگفت زده و موظف به ارسال پیام کرد این بود که من قبلاً همیشه شکر می کردم که به تعالیم مولانا وصل شده ام، ولی از این به بعد شکر خواهم کرد که از طریق برنامه شما به تعالیم مولانا وصل شده ام. روزهایی که در بارگاه می نشستیم و یک سره به خواندن ابیات مشغول می شدم، برخی را حفظی و برخی را از روی گوشه و هم زبانان مشتاق همراه می نشستند. آن ها تعجب می کردند که من که یک شخص عادی هستم ابیاتی را حفظ داشتم و به گفته خودشان آن ها حتی از روی ابیات هم قادر به روخوانی نبوده و خود را قادر نمی دیدند که به سراغ کتاب مثنوی یا دیوان بروند و بیشتر مشغول به حواشی مختلفی بودند از جمله چگونگی رقص سماع و نحوه لباس پوشیدن و....

همان جا پی بردم انگار من به این سفر رفتم تا چشمم باز تر شود و به ارزش حقیقی زحمات شما و نحوه‌ای که شما ما را مستقیم به سرچشمه برده و وصل به آگاهی کرده‌اید، پی ببرم. با صرف عمر ارزشمند خودتان و قریب هزار برنامه، مستقیم و بی‌حاشیه به تفسیر اشعار پرداختید و به ما اشخاص کم‌سواد ادبی (البته غالباً می‌گویم و خودم را می‌گویم) جرأت دادید خودمان به سراغ اشعار برویم و جمع قابل توجهی محقق شما پرورش دادید، از جوانان و کودکانمان برای آیندگان تا این مسیر درست پیش برود. ما را متوجه یادگیری ابیات و معانی آنها کردید و با تفاسیر ارزشمندتان، این ابیات را به صورت ابزاری کاربردی برای زندگی روزمره به دست ما دادید. حال نمی‌دانم حدِ قدردانی از شما را چگونه ادا کنم؟ ولی می‌دانم که تا وقتی به برنامه شما و مولانا وصلم، برای رفع عطش معنوی لازم نیست به مکانی سفر کنم بلکه لازم است به جزیرهٔ مثنوی سفر کنم.

گر شدی عطشانِ بحرِ معنوی  
فُرجه‌یی کن در جزیره مثنوی  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۷

و نیز فرموده:

معشوق تو همسایه و دیوار به دیوار  
در بادیه سرگشته شما در چه هوایید؟  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۴۸

و حال به خودم می گویم:

آن خانه لطیفست، نشان هاش بگفتید  
از خواجه آن خانه نشانی بنمایی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۴۸

که ان شاءالله با تعهد بیشتر در کار روی خود با کمک برنامه های شما، اشعار مولانا من را بکوبد و بسازد تا نشانی هرچند کوچک از خواجه آن خانه در من حاصل شود. آقای شهبازی عزیز من به ابزار «نمی دانم» بسیار علاقه مندم از این رو غزل ۱۸۵۵ برند من است. من بیت آخر رو تقدیم می کنم:

چه دانم‌های بسیار است لیکن من نمی‌دانم  
که خوردم از دهان‌بندی در آن دریا گفی آفیون  
-مولوی ، دیوان شمس ، غزل شماره ۱۸۵۵

درود می‌فرستم به روح بلندتان.

شاگرد همیشگی شما ناهید





خانم آتنا از کانادا



با سلام و عرض ادب خدمت آقای شهبازی و بینندگان گنج حضور

موضوع پیام: خارپشت رنجش

خداوند هر لحظه در کار جدید است و اتفاق هر لحظه حامل پیغامی از طرف زندگی است برای بیداری ما. اما انسانی که آگاه نیست، تمام قد در مقابل اتفاق این لحظه که طبق قضا و اراده الهی است می ایستد، مقاومت و قضاوت می کند و واکنش های ذهنی نشان می دهد. یکی از این واکنش های ذهنی رنجش است که معمولاً در اثر ناکامی در توقعات من ذهنی از دیگران و شرایط بیرونی برای گرفتن آن چه که مهم می داند و در آن زندگی را می بیند، به وجود می آید. رنجش یک قبض است. مولانا در دفتر سوم، بیت ۳۶۲ می فرماید:

قبض دیدی چاره آن قبض کن  
زان که سرها جمله می‌روید ز بن  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲  
-بن: ریشه

اگر چاره رنجشمان را نکنیم مثل یک زخم مداوا نشده، دائماً چرک می‌کند و هر روز عمیق‌تر می‌شود. همان‌طور که زخم چرکین، عفونت را به بافت‌های اطراف بدن منتقل می‌کند، رنجش درمان نشده هم دائماً زهر خود را به فکر و عمل ما می‌ریزد و ما این‌گونه با دردی کهنه در وجودمان، دردسازی می‌کنیم و خودمان هم ناآگاهانه بسیار درد می‌کشیم. اما چاره این رنجش چیست؟ شاید اگر از همان ابتدا، رنجشمان را ناظر بودیم و شناسایی می‌کردیم و با تکرار این ابیات طلایی از مولانا در دفتر ششم، اجازه نمی‌دادیم تا این حد زخم رنجش در وجودمان کهنه شود.

گفت پیغمبر که جنت از اله  
گر همی خواهی، ز گس چیزی خواه  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳

چون نخواهی، من کفیلم مر تو را  
جنت‌المأوی و دیدارِ خدا  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴  
-جنت‌المأوی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

در این لحظه طبق قضا و اراده الهی اتفاقی می افتد که دردِ کهنه رنجش ما را بالا می آورد، ناگهان خود را در سیاهی و تاریکی دردها و اتفاقات گذشته و کینه و انتقام می بینی. این درد و مودِ سیاه از رنجش های کهنه مثل همان جوجه تیغی است که دمِ مار را می گیرد، مار در اینجا ما هستیم. اگر مار واکنش نشان بدهد، خود را به تیغ های جوجه تیغی می زند. این قدر می زند تا زخمی و کبود می شود و از بین می رود.

بر خارپشتِ هر بلا خود را مزن تو هم، هلا!  
ساکن نشین، وین ورد خوان: جاءَ الْقُضَا ضَاقَ الْفُضَا  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰

قضا اتفاق این لحظه است و فضای تنگ شده همان رنجش بالا آمده است. حال با این مودِ سیاه بالا آمده از این رنجش‌های کهنه چه باید کرد؟

دقیقاً همان کاری را باید انجام داد که از همان ابتدا در هنگام ایجاد رنجش باید انجام می‌دادیم یعنی فضاگشایی و اهمیت ندادن به هر آن‌چه که ذهن نشان می‌دهد. فقط شاهد و ناظر این حس بالا آمده باشیم، در پذیرش کامل باشیم که من این رنجش‌ها را دارم، پرهیز کنیم از سبب‌سازی ذهن و دنبال راه‌حل‌های ذهنی گشتن برای خلاصی از این درد. نه خود را ملامت کنیم نه دیگران را، هر آن‌چه را که ذهنمان در این مورد نشان می‌دهد و مهم می‌داند را بی‌اهمیت کنیم حتی همین احساس منفی که من چرا این رنجش را دارم یا چرا هنوز درد از من پاک نشده است، تا در فضای گشوده‌شده خود زندگی ما را و تمام زخم‌هایمان را درمان کند. درمان در سکوت ذهن می‌رسد.

انصتوا بپذیر، تا بر جان تو  
آید از جانان، جزای انصتوا  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶  
-انصتوا: خاموش باشید

این که خود را قربانی اتفاقات بدانیم و هر بار با بالا آمدن آنها واکنش‌های تکراری نشان بدهیم، فکرهای دردساز بکنیم، خشمگین بشویم، ملامت کنیم، اتفاقات گذشته را دوباره یادآوری و در زوایای مختلف ذهنی بررسی کنیم و خود را حق به جانب بدانیم و از همه بدتر به دنبال کینه و انتقام و بدخواهی برویم، این یعنی ما اسیر جبرِ ذهن شده‌ایم. جبر من‌ذهنی می‌گوید این اتفاق افتاده، دیگران مقصرند و تو قربانی هستی و این درد همیشه باید با تو باشد، نکند آن را فراموش کنی!

بر درختِ جبر تا گی برجهی  
اختیارِ خویش را یک سو نهی؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۴

همچو آن ابلیس و ذریّاتِ او  
با خدا در جنگ و اندر گفت‌وگو  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۵  
-ذریّات: جمعِ ذریّه به معنی فرزند، نسل



جبر یعنی من می خواهم منقبض بمانم، نمی توانم اتفاق این لحظه را با تسلیم بپذیرم، نمی توانم فضاگشایی کنم، با ذهنم دنبال راه حل می گردم، نمی توانم ناظر به دردم باشم، به قضا و کُنْ فَکَانَ خداوند اعتقاد و اعتمادی ندارم. انسان رنجیده فراموش کرده است که خداوند تاج پادشاهی اش را بر سر او گذاشته و انگشتر شاهی اش را در انگشت او کرده است تا حاکم و فرمانروای تمام چیزهایی بشود که با ذهنش می بیند. انسان اراده و قدرت انتخاب دارد که یا خود را در سیاه چاله ذهن بیندازد و یا انگشتر شاهی خداوند را به انگشتش کند.

خاتمِ شاهیت در انگشت کرد  
تا که شوی حاکم و فرمانروا  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰

تاجِ گرمناست بر فرقِ سرت  
طوقِ اعطیناک آویزِ برت  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴  
-طوق: گردنبند

بنابراین هر زمان مود سیاه درد و رنجش‌های کهنه بالا می‌آید با تکرار این ابیات به خود یادآوری می‌کنم که تو از همه این دردها و همه این همانیدگی‌ها و هر آن‌چه در جهان می‌بینی با ذهن، بالاتر هستی. خودت را این قدر حقیر نکن که اسیر جبرِ خُروب و دردهایش شوی و بگویی نمی‌توانم و می‌خواهم درد را ادامه بدهم. به کمک زندگی و فضاگشایی به اصلت بازگرد و به او متصل شو، خواهی دید که وقتی زندگی در مرکزت است حاکم و فرمانروای هر آن‌چه که ذهن نشان می‌دهد هستی. مثل یک پادشاه که همواره ناظر بر دولتش است، تو هم ناظر بر دردهایت باش و با واکنش و مقاومت به آن‌ها غذا نده. بگذار در فضای اتصال تو با زندگی و بی‌اهمیت کردن هر آن‌چه ذهن نشان می‌دهد، این دردها آن قدر گرسنه بمانند تا کم‌کم بمیرند.

با احترام  
آتنا از کانادا



آقای رضا صمیمی  
استان فارس، شهرستان کازرون، روستای گمارج



با سلام

مدتها است که دوست دارم پیامی بدهم یا این که زنگی بزنم، اما هم‌هانش احساس می‌کنم نکند از من ذهنی باشد، نکند از جنس فکرهای پشت‌سرهم باشد. اما اگر از تجربیاتم بخواهم بگویم، مسیری غیر قابل باور در پیش دارم، البته با پستی و بلندی‌های زیاد.

لنگ و لوک و خفته شکل و بی‌ادب

سوی او می‌غیژ و، او را می‌طلب

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۸۰

–لوک: آن که به زانو و دست راه رود از شدت ضعف و سستی، عاجزی و زبونی

–خفته: خوابیده، خمیده

–غیژیدن: خزیدن، چهار دست و پا مانند کودکان راه رفتن، به‌روی زانو نشسته راه رفتن

این نیم‌بیت کل مسیر من تا الآن می‌باشد. هرروز مثل یک وظیفه، صبح از خواب بیدار می‌شوم که قبل از رفتن به سرکار ساعتی را با گنج حضور باشم، ولی نمی‌دانم کدام مسیر بروم، شعرها بخوانم، یا برنامه دنبال کنم یا پیام‌های تلفنی گوش بدهم، بالاخره یکی از این‌ها شروع می‌کنم، اما یک لحظه می‌فهمم که خوابم برده.

نصیحت کردن دیگران، تمرکز روی دیگران، گاهی عصبانیت‌ها و کشیده شدن به سمت پول، مانع دیدن فرزند پنج‌ساله‌ام در این مسیر و نتوانستن خواندن اشعار در مدت و روزهای پشت‌سرهم، سردرگمی در برنامه گنج حضور از عطش زیاد که نمی‌دانم از کدام ظرف غذا یعنی همان برنامه گنج حضور استفاده کنم و حسادت از اعضای برنامه که تماس می‌گیرند و قضاوت در مورد عده‌ای از این اعضا، درونم را به هم می‌ریزد و از من ذهنی‌ام متنفر می‌شوم. اما باید این را بگویم که هیچ‌چیزی در این دنیا، هیچ‌چیزی در این دنیا حاضر نیستیم که با این مسیر و برنامه عوض کنیم. گاهی از خودم ناامید می‌شوم، گاهی هم خودم را در فراز می‌بینم.

تشنه‌یی بر لبِ جو بین که چه در خواب شد دست  
بر سرِ گنج، گدا بین که چه پرتاب شد دست  
ای بسا خشک لباً کز گره سحر کسی  
در آرس بی خبر از آب چو دولاب شد دست  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۱۵  
-پرتاب: بیقرار، آشفته، خشمگین  
-آرس: مطلقاً رود

با احترام

رضا صمیمی


استان فارس، شهرستان کازرون، روستای گمارج



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)**