

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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد و بیست و دوم





آقای علی از تهران



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

ابیاتی بیدار کننده از برنامه ۹۳۳ گنج حضور (۸)

میری من تا قیامت باقی است
میری عاریتی خواهد شکست
قوم گفتند: ای امیر افزون مگو
چیست حجت بر افزون جویی تو؟
در زمان، ابری برآمد ز امر مر
سیل آمد گشت آن اطراف پر

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۸۶ تا ۲۷۸۸

بزرگان در این جهان به ما نشان دادند که زندگی با مرکز خداگونه و عدم و خالی حقیقت را و راه را نشان میدهد و باعث زنده ماندن میشود، اما از طرفی هم انواع فرعون ها و من های ذهنی که خود را پول و شهرت و قدرت و ادعا و تعصب و شهوات میپنداشتند، چطور نابود شدند و از بین رفتند، چه در اوج قدرت و یا در حسرت نداشتن قدرت، اگر به این مسیر شک کنیم و تسلیم را قبول نکنیم، خود را نابود میکنیم و سیل بلا و رنج و تنش و اضطراب و خشم ما را تلف میکند.

چونکه بد کردی، بترس، آمن مباش
زانکه تخم است و برویاند خدایش

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۶۵

اگر مراقب و هشیار نباشیم و عقل من ذهنی را بکار بندیم و تخم حسرت و شهوت و نفرت و مقایسه و حرص و طمع و ترس و ناشکری و قضاوت کردن را بکاریم، محصولی که درو میکنیم از جنس جنگ و رنجش و جر و بحث و درد و افسردگی است.

تو شفایی، چو بیایی خوش و رو بنمایی
سپه رنج گریزند و نمایند قفا
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷

اگر اجازه دهیم زندگی درون ما روشن شود و از سر راه عقل زندگی کنار برویم و امور را به خدا بسپاریم و دست از چنگ زدن و حرص زدن و اعتیاد به هر چیز برداریم راحت و سبک میشویم و مرکزی سبک و روشن پیدا میکنیم و بی سبب خوش و شاد میشویم و احتیاجی به مخدر و مشروب و جنس مخالف و پول خرج کردن و حرص زدن برای شادی نداریم زیرا که خوشی خداگونه بیست و چهارساعته است و خوشی های آفل، خشک کننده و تلف کننده و افسرده کننده.

گر قضا پوشد سیه، همچون شبّت
هم قضا دستت بگیرد عاقبت

گر قضا صد بار، قصدِ جان کند
هم قضا جانت دهد، درمان کند

این قضا صد بار اگر راحت زند
بر فرازِ چرخ، خرگاهت زند

از کرم دان این که می ترساندت
تا به مُلکِ ایمنی بنشاندت

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸ تا ۱۲۶۱

گاهی زندگی تیره و تاریک و بن بست میشود، اما اگر صبر کنیم و توکل کنیم و شجاع باشیم و تسلیم شویم، زندگی دل و زندگی را برای ما روشن میکند، هر چیز که هدف قرار گرفت از پول و شهرت و قدرت و آبرو، نباید مهم باشد، دنیای درون مهم است و ارتباط ذهن خالی ما با خدا و زندگی مهم است، این سبب زندگی شیرین درون و بیرون و رفاقت با خود است، کافی بودن برای خود است، رفاقت و عشق ورزی به خود است، که البته بدون خودخواهی و خودنمایی است، و این یعنی دیگر گدایی و چسبیدن را کنار گذاشتیم و حس خداگونگی و تکه ای از خدا بودن را درک و تجربه کردیم، پس هر چه پیش آید خوش آید و ترس را کنار بگذاریم و ایمان به تدبیر خدا داشته باشیم و گله و شکایت و ناز نکنیم.

به طیبش چه حواله کنی ای آبِ حیات؟
از همانجا که رسد درد، همانجا است دوا
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷

مسکن از بیرون نمی‌تواند ما را به آرامش و عشق وصل کند، اگر دردی داریم از درون است، درون ما به چیزی آلوده شده و ما باید خود را پاک کنیم و مشقت خود را باز کنیم و به هر چه که چسبیده ایم رهاش کنیم تا زندگی بتواند در درون ما رشد کند و نور ما را بیشتر کند، اگر نه کم کم خاموش می‌شویم و در دست و پا زدن تلف می‌شویم و هر روز باید به دنبال یک اعتیاد جدید و یا خرید جدید و یا انسانهای دیگر باشیم، اما طبیب حقیقی، مرکز خالی و عدم و تسلیم است، همسر زیباتر و پول بیشتر و خانه بزرگتر و شهرت بیشتر نمی‌تواند شادی بیست و چهارساعته و پایدار بدهد، پس هر چه خالی تر و ساکت تر و ساکن تر باشیم و لحظه را حفظ کنیم و در آینده و گذشته نرویم، سالم و اصیل می‌شویم و برای خود آنقدر کافی هستیم که دیگر گدای چیزها از بیرون نیستیم.

حاکم است و، یَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ

او ز عینِ دَرْدِ انگیزد دوا

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۱۹

حاکم خدا و خرد بی نهایت کائنات است، او بر اساس گمراهی ما و بر اساس خیر و صلاح، درد به این جهان میدهد، بر اساس باورهای اشتباه ما، بر اساس طمع و خشم و شهوات و کنترل کردن ها و میدانم و ادعا و چسبیدن های ما، بر اساس گدایی و ترس های ما، حال اگر متوجه این روند شویم ساکت و ساکن میشویم تا صدای هدایت زندگی را بشنویم و همچون بزرگان سر تعظیم در برابر زندگی و خدا فرود آوریم.

هر کجا دردی، دوا آنجا رَوَد
هر کجا پستی است، آب آنجا دَوَد
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۹

وقتی دردی برای ما پدیدار شد، برای نشان دادن یک اعتیاد و یا چسبیدن ما به چیزی است، یا دیدن گدایی ما و باورها و تعصبات و گذشته و تنفرهای ما است، اگر متوجه این روند باشیم دارو را هم با همان هشیار شدن دریافت کرده ایم، یعنی باز کردن خود از آن چیز ما را راحت و رها می کند.

بی مرادی شد قلاووزِ بهشت

حُفَّتِ الْجَنَّةُ ثَنُوَایِ خَوْشِ سِرْشْتِ

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷

اگر بی مراد میشویم و به چیزی نمی‌رسیم یا چیزی را از دست می‌دهیم و یا درد و سختی برایمان پیش میاد برای این است که دست از دست و پا زدن و چسبیدن و گدایی و پندار کمال و توقع برداریم تا خالی و سبک شویم و با خدا و موج زندگی یکی شویم و این حس و حال بهشتی و سبک بالی و شادی بی سبب را اگر تجربه کنیم، نمیتوانیم به زندگی قبلی برگردیم.

«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»

«بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات.»

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیشرو لشکر

هیچ طبیبی ندهد بی مرضی حَبّ و دوا
من همگی درد شوم تا که به درمان برسیم
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۰۰
حَبّ: قرص، دانه گیاهان

اگر دل خوش و شادی بی سبب و آرامش میخواهیم باید اعتراف کنیم که مریض و همانیده هستیم و مرکز خود را با انواع خودنمایی و حسادت و حسرت و کینه و شهوت و باور و اعتیاد پر کردیم و خود را سنگین کردیم همین آگاهی و اعتراف باعث میشه زندگی ما را کمک کند و حس و حالی به ما بدهد که بتوانیم من ذهنی و قلبی و گدا را ترک کنیم و به اصل اول و عشقی تبدیل شویم.

همه عالم چو تنند و تو سر و جان همه
 کی شود زنده تنی که سر او گشت جدا؟
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷

ما همه تن هایی هستیم که جان و عقل زندگی و خدا ما را سر پا نگه داشته، اگر عقل زندگی را کنار بزنیم و خالی و صاف و پاک نباشیم، عقل قلبی و ناپاک و حریص ما را تلف میکند و فرصت تجربه کردن زندگی با اصل و خداگونگی را از ما میگیرد، اما اگر تسلیم باشیم و در هر لحظه چه به ظاهر بد و خوب لحظه را از دست ندهیم و هیجانی مثل حسرت و شهوات و کینه و خشم و ترس را دنبال نکنیم، قدرت بی نهایت زندگی ما را هدایت می کند و شهامت و آرامش را در ما جاری میکند و صبر و شکر را به ما میدهد، که باعث سبک بالی و رهایی و آزادی از هر فکر و خیال و ناآرامی و مقاومت و ستیزه و گدایی میشود.

جزو از کل قطع شد، بیکار شد
عضو از تن قطع شد، مُردار شد

تا نپیوندد به کل بارِ دگر
مُرده باشد، نبودش از جان خبر

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۶ و ۱۹۳۷

همانطور که وقتی یک عضو بدن ما قطع شود میمیرد، اگر ما از خدا و زندگی جدا شویم و بجای حکمت و تدابیر زندگی با تدبیر و عقل و مقاومت و ناشکری و چنگ زدن خود زندگی کنیم و برای خواسته ها و شهوات و حرص و طمع و حسادت و تنفر خود دست و پا بزنیم، خود را نابود و تلف میکنیم، کم کم احساس بی جانی میکنیم و جان را از قرص و مواد و مشروب و شهوات گدایی میکنیم، که البته اینها خمار کننده هستند و دوباره و دوباره و بیشتر و بیشتر در آنها دست و پا میزنیم.

در صورتی که خالی بودن و پاک بودن از هر اعتیاد و همانیدگی و چسبیدنی ما را شاد بی سبب میکند، به طوری که برای خود کافی هستیم و در آرامش و بی نیازی زندگی میکنیم، البته این به معنی در غار پنهان شدن نیست، به این معنی است که هر راهی خدا و زندگی نشان میدهد را برویم و هر راهی که نفس امر کننده و گدا میگوید را نرویم و صبر و پرهیز داشته باشیم.

اندرین ره ترک کن طاق و طُرنُب
تا قلاووزت نجند تو مَجْنُب

هر که او بی سر بجنبد، دُم بُود

جُنُبشش چون جُنُبش کژدُم بود

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۹ تا ۱۴۳۰

گژرو و شبکور و زشت و زهرناک
پیشه او خستن اجسام پاک
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۱
خستن: آزدن، زخمی کردن، در اینجا مراد نیش زدن است

اگر ناله و شکایت و عیب بینی و عیب گویی و ستیزه و جر و بحث و مقاومت داریم و یا دست و پا می‌زنیم
و کم بین و ترسو و حریص و طماع هستیم و تسلیم نمی‌شویم و بزرگانی که به خدا وصل هستند را قبول
نداریم، در گمراهی و درد و رنج و تنش و اضطراب باقی می‌مانیم و تلف می‌شویم، اگر با سر قلبی و تقلیدی
خود ادامه دهیم همچون عقرب خود و دیگران را به درد و رنج میکشانیم و آزار می‌دهیم و زندگی خود و
دیگران را زشت و تیره تلخ می‌کنیم و جز نیش زدن و گمراه کردن و عیب گویی و قضاوت کاری نمی‌کنیم.

سَر بکوب آن را که سرّش این بُود
خُلُق و خویِ مستمرّش این بُود

خود صلاحِ اوست آن سرّ کوفتن
تا رهد جان ریزه‌اش ز آن شوم‌تن

واستان از دستِ دیوانه سلاح
تا ز تو راضی شود عدل و صلاح

چون سلاحش هست و عقلش نه، ببند
دستِ او را ورنه آرد صد گزند

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۲ تا ۱۴۳۵

سر من قلبی را در هر کجا که دیدیم بلند شد باید له کنیم، اگر برای خودنمایی و حرص و طمع و دشمن سازی و غیبت و حسادت و تنفر و شهوت رانی بلند شد، باید با پرهیز و هشیاری و رضایت از روی آن عبور کنیم، اگر نه مسموم میشویم و به درد و رنج کشیده میشویم و در حالت اعتیاد و خماری تلف میشویم، هر پرهیز و عبور ما از هیجاناتی مثل خشم و طمع و حسادت و تنفر و شهوت رانی، کائنات و زندگی را خوشحال می کند و همان به درون ما وارد میشود و شادی بی سببی را تجربه میکنیم که بیست و چهارساعته و سبک و بدون خماری است، ایتچن شادی با شادی شهوت رانی و اعتیادها زمین تا آسمان فرق دارد و قابل مقایسه نیست، پس دست و پای عقل را با هشیاری و گوش بزنگی ببندیم و افکار پشت سر هم را دنبال نکنیم و به صدای سکوت و سکون گوش دهیم تا جنس بی نهایت و خداگونه خود را پیدا کنیم.

با سپاس از همه
علی از تهران



خانم دیبا از کرج



«ما از جنس اتفاقات نیستیم»

ما از جنس عدم و فضای دربرگیرنده اتفاقیم و در اینصورت پذیرش داریم.

جا دارد که از آقای فرهاد از بهبهان یاد کنم که همیشه با این نکته کلیدی پیغامشون را تمام می کردند :
اتفاقات برای خوشبخت شدن و یا بدبخت شدن ما نمی افتند اتفاقات برای بیداری ما از خواب ذهن می
افتند.

من ذهنی از اتفاقات زندگی می خواهد.

مولانای بزرگ در مورد اتفاقاتی که خوشایند من ذهنی نیست می فرماید:

هست مهمانخانه این تن ای جوان
هر صباحی ضیف نو آید دوان

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

هر چه آید از جهان غیب و ش
در دلت ضیف است او را دار خوش

-دفتر پنجم مثنوی بیت ۳۶۴۲
ضیف: مهمان

پس ما فهمیدیم تن ما مثل یک مهمانخانه است که هر لحظه یک مهمان می آید و ما نباید مهمان یا اتفاق لحظه را قضاوت کنیم و بگیم این اتفاق دیگر چه بود که به گردن من افتاد؟ بلکه باید با خردی که از فضای غیب و شس و گشوده شده می آید با خوبی و خوشی آن مهمان را بپذیریم و اتفاق را دربرگیریم و در عدم جاری شویم.

من ذهنی دنبال خوشی گرفتن از اتفاقات است، برای همین تند تند فکر می کند و حرف می زند و اصلاً پیغام زندگی را که در خاموشی ما گفته می شود، نمی شنود.

پس شما خاموش باشد انصتوا
تا زبانتان من شوم در گفت و گو
-دفتر دوم مثنوی بیت ۳۷۰۸

ما از جنس سکوت، عدم و فضای دربرگیرنده اتفاقات هستیم حال اگر ذهن را خاموش کنیم و ساکت باشیم گفت زندگی را از هر طریقی مثل آواز پرنده، صدای باد و باران و یا صداهایی که در اطرافمان هست، می شنویم. اگر ما در خود حاضر باشیم ناخودآگاه سکوت می کنیم و مرکزمان عدم و از جنس خدا می شود و خدا اینگونه ما را می یابد و لباس پادشاهی را به ما هدیه می دهد ولی اگر مرکز ما از جنس همانیدگیها باشد او هدیه را پس می برد.

لیک حاضر باش در خود ای فتی
تا به خانه او بیابد مر تو را

ورنه خلعت را برد او بازپس
که نیابیدم به خانه هیچ کس
-دفتر ششم مثنوی بیت ۱۶۴۳

حال اگر چیزی ما را خوشحال کند هم نباید از آن هویت بگیریم و بدانیم هر چیزی غیر خدا فانی و گذراست و در عدم جاری می شود مثل شادی که تا کنون از پولمان، جوانیمان، تایید و توجهات دیگران و هزاران چیز دیگر گرفتیم و دیدیم آنها جهیدند و رفتند و فقط دو چشم حسرت ما به سوی آنها ماند، پس باید دل و جانمان را از غبار فکرها، همانیدگیها، دردها، باورها و هر چیزی که ذهن نشان می دهد بشوریم و آنها را خوب و بد نکنیم بلکه فضا باز کنیم و حقیقت را با چشم عدم ببینیم تا چشم حسرت من ذهنی ما را به سوهایی که پر از بلاست، نبرد و راه زنده شدن به زندگی را گم نکنیم.

دل و جان به آب حکمت ز غبارها بشوید
 هله تا دو چشم حسرت سوی خاکدان نماند
 -مولوی دیوان شمس غزل ۷۷۱

پس اتفاقات برای خوشبختی و بدبختی ما نمی افتند بلکه باید ذهن را خاموش کنیم تا پیغام زندگی را بشنویم و شناسایی کنیم که کدامین همانیدگی ما را به خواب ذهن برده است؟ شناسایی مساوی آزاد است.

هر چه از وی شاد گردی در جهان
از فراق او بیندیش آن زمان
زانچه گشتی شاد، بس کس شاد شد
آخر از وی جست و همچون باد شد
از تو هم بجهد، تو دل بر وی منه
پیش از آن کو بجهد، از وی تو بجه
-دفتر سوم مثنوی بیت ۳۶۹۹
با سپاس فراوان
دیبا از کرج



خانم مهردادخت از چالوس



به نام عشق و سلام بر عاشقان همراه.

خاموشی زبان و ذهن

آموخته‌هایم از کلاس حضوری خانم فریبا خادمی که این کلاس سعادت‌ی بود برایم که در محفل عارفانه و گرم حضورشان و در جمع دوستان از جنس عشق شرکت کنم و از آن فیض ببرم.

مبحث این کلاس اثر زبان و سکوت زبانی و ذهن بود. مولانای عزیز نیز سکوت را در دو مقوله آورده‌اند: خاموشی زبان و خاموشی درون (با خاموش کردن ذهن).

وقتی زبان و درون یا ذهن ما هردو فعال باشند، این حالت کلاً مورد نظر عارفان نیست، اما در حالتی که انسان زبانش را خاموش می‌کند و ذهنش هنوز فعال هست، عارفان از ما می‌خواهند که بر روی ذهن خود کار کنیم تا افکارها و باورهایی که در آن می‌پرورانیم را هم خاموش کرده و دیگر به آواهای ذهن خود گوش ندهیم تا بتوانیم ندای درون صیقل‌داده خود را بشنویم که همان حقایق و رازهای آن است.

از درون خویش این آواها

منع کن تا کشف گردد رازها

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۵۳

پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا

تا زبان تان من شوم در گفت‌گو

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

کودک اول چون بزاید شیر نوش
مدتی خامش بود او جمله گوش
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲

مدتی می‌بایدش لب دوختن
از سخن تا او سخن آموختن
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۳

بنابراین باید اول زبان را خاموش کرد تا این خاموشی مقدمه‌ای برای خاموشی درونمان باشد و بعد هم بتوانیم هیجانات و دردها را خاموش کنیم. مثلاً ترس که یکی از هیجانات هست، از همین سر و صدای ذهن ایجاد می‌شود و تا وقتی که ذهن خاموش نشود، ترس هم ما را رها نمی‌کند.

ما باید با خاموش کردن زبان که می‌تواند بارهای منفی داشته باشد، خود را از سحر کلمات آزاد کنیم. پس آیا لزومی دارد که خروس بی‌هنگام شویم و هر کلامی را از زبان خود بی‌موقع جاری کنیم و یا به خبرها و برنامه‌هایی که ما را به سحر خود درمی‌آورند و اثر مخرب می‌گذارند گوش دهیم؟ یادمان باشد که بعضی صحنه‌هایی که می‌بینیم یا چیزهایی که می‌شنویم می‌توانند ما را ناامید کنند و تا مدت مدیدی از یادمان نروند و اثر مخرب بگذارند.

این زبان چون سنگ و هم آهن‌وش است
و آن چه بجهد از زبان چون آتش است
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۹۳

سنگ و آهن را مزن بر هم گزاف
گه ز روی نقل و گاه از روی لاف
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۹۴

ز آن که تاریک است و هر سو پنبه‌زار
در میان پنبه چون باشد شرار
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۹۵

ما حتی نباید نیروی زننده‌کننده این لحظه درون خود را با کلام‌های بی‌مورد و برخاسته از ذهن من‌دار هدر
دهیم، بلکه باید این انرژی را صرف خودمان کنیم تا ارتعاش درونمان سازنده و زنده‌کننده همه کائنات
باشد.

حرف‌های ما بهتر است از بزرگانی چون مولانا و حقایق باشد و همچنین نباید با حرف زدن در مورد خداوند و به نشان درآوردن و توصیفات ذهنی انرژی خود را هدر دهیم که این کار ما را بیشتر از خداوند دور می‌کند.

پس بهترین کار برای پاک کردن ذهن این است که حرف زدن را هم زبانی و هم ذهنی به حداقل برسانیم و بیشتر ساکت باشیم و گوش دهیم. و اگر این گوش دادن ما با حضور باشد، به خود آسیبی نمی‌رسانیم، یعنی کلمات روی ما اثر بد نمی‌گذارند.

بهترین تمرینی که خانم خادمی عزیز دادند گوش دادن بدون هیچ‌گونه قضاوت است، یعنی اصلاً تفسیر و تعریف نکنیم که آن یک کار ذهنی است، بلکه از طریق شنیدن سکوت را در خود تقویت کنیم. ذهن مایل است که مرتب یک چیزی را بگوید که در آن یا تکذیب است یا تأیید، به عبارتی سکوتی ندارد. هر زمان که فکرها حمله‌ور شدند به او بگوییم که دلت ریبالمنون می‌خواهد؟ یا وقتی فکرها آمدند توجه‌مان را به گوش‌هایمان برده و به صداهای اطراف گوش دهیم، کم‌کم ذهنمان ساکت می‌شود.

چند نکته مهم از بیانات ایشان:

(۱) باورهای ما افکار ما را می‌سازند. وقتی از باورهایمان حرف نزنیم و خوب و بد نکنیم، خودبه‌خود این افکار کمرنگ می‌شوند.

۲) در افکار سحر وجود دارد. سحر خودت نشو، این صداها تو نیستی، پژواک رنج‌های بشری است.

۳) ما با ارتعاش درونمان می‌توانیم جامعه را اصلاح کنیم، نه با واژه‌ها و حرف زدن‌ها.

هر کجا تابم ز مشکات دمی

حل شد آن جا مشکلات عالمی

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۴۱

ظلمتی را کافتابش بر نداشت

از دم ما گردد آن ظلمت چو چاشت

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۴۲

۴) شما بگویید تنها کار من در هستی فقط شنیدن است. فقط بشنوید، بدون هیچ قضاوتی. خوب و بد و تفسیر و تعریف نکنید. فرمان مولانای عزیز این است که از گوش ظاهر به گوش باطن برسید.

گوش را اکنون ز غفلت پاک کن
استماع هجر آن غمناک کن

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۸۲

۵) ذهن و راج است و دوست دارد مسئله ایجاد کند و حرف بزند. اگر بنشینی و سکوت کنی او دوست ندارد.

۶) آدم‌ها می‌خواهند درد و دل کنند، چون دلشان از درد ترکیده. [می‌خواهند خودشان را خالی کنند، در واقع همه‌اش در مورد داستان زندگی و ماجراهای زمان مجازی است.]

مولانای عزیز می گوید:

هیچ مگو و کف مکن، سر مگشای دیگ را
نیک بجوش و صبر کن، زانک همی پزانمت
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

(۶) وقتی ترسی می آید از ترستان نترسید. ترس صدای سر خودتان است. از کینه و حسادت هم که دارید، نترسید. بپذیرید و قضاوت هم نکنید، چون شما آن نیستید. من به عنوان آگاهی و روح هر اشتباهی را می توانم تجربه کنم. اگر اشتباهی نباشد، رشدی نخواهد بود و من ذهنی نباشد، فضای یکتایی کجا بود؟

(۷) تا با سکوت درون آشتی نکنیم، مقهور صداها هستیم. تا صدای خود را دوست نداشته باشیم، صداها را بد را باید تجربه کنیم. پس بهتر است با خواندن ابیات صدای اشعار را در سرمان بیندازیم.

۸) هرچه می‌گوییم چه زبانی و صوتی و چه از طریق همه اعمال و اندیشه‌های ما، پژواکش به ما برمی‌گردد.

۹) در بیشتر موارد باید ساکت باشیم مگر این‌که از شادی‌ها بگوییم، از عشق و صلح و زیبایی و درمانگری همه جانبه برای خود و دیگران [منظور طیب دیگران شدن نیست] و دعای خیر برای همه.

قانون سکوت: از خود نپرسید: چه زمانی باید سکوت کنم؟ از خود پرسید: چه زمانی اجازه دارم حرف بزنم؟

با تشکر از آقای شهبازی و خانم خادمی عزیز و همه دوستان
مهردخت از چالوس



خانم زینب از مازندران



با عرض سلام و خدا قوت به پدر معنوی و یاران گنج حضور

برنامه شماره ۹۹۴ گنج حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹:

(۱) با تو حیات و زندگی، بی تو فنا و مُردنا
زان که تو آفتابی و، بی تو بُودِ فِسرْدنا

با تو بودن یعنی مرکز عدم بودن آرامش، حس امنیت، قدرت، عقل، گرمی زندگی در جریان هست مرکز که خالی از همانیدگی باشد چهار خاصیت جریان دارد اما وقتی مرکز همانیده باشد مُردگی و افسردگی سر در گمی را احساس میکنی. پس حق انتخاب با ماست که جسم را به مرکز راه دهیم و درد بکشیم یا اینکه جسم را به مرکز راه ندهیم و درد نکشیم. پس بی او یعنی بدون خدا دردهایی به ما تحمیل میشود که با انتخاب خودمان به خود ستم می کنیم که روا نیست.

(۲) خلق بر این بساطها، بر کف تو چو مهره‌ای
هم ز تو ماه گشتنا، هم ز تو مهره بُردنا

ما در من ذهنی تلاش می کنیم و پیش می رویم مثل بازی شطرنج . ما مهره ای در دست خدا هستیم . در من ذهنی موفق می شویم موفقیت ما در انباشتگی همانیدگیهاست نه زنده شدن ، که مقصود زندگیست.

(۳) گفت: دَمَم چه می دهی؟ دَم به تو من سپرده‌ام
من ز تو بی خبر نی‌ام در دَمِ دَمِ سپردنا

زندگی می گوید برای چه مرا گول میزنی یعنی چرا با سبب سازی ذهن فکر و عمل می‌کنی و چیزها را به مرکزت راه می دهی. من دمِ نفخت را به تو سپردم تو چرا حرف میزنی ساکت باش و خودت را به دَمم بسپار. من از حال و روزت خبر دارم تو به دمِ من نیاز داری چرا بیهوده حرف میزنی و خودت را با درد خسته می‌کنی.

(۴) پیش به سجده می‌شدم، پست خمیده چون شتر
خنده‌زنان گشاد لب، گفت: دراز گردنا

خدایا گاهی هنوز با اینکه چندین بار می‌چ من ذهنی ام را گرفتم باز هم مثل شتر که خوابیده اما گردنش
دراز است و به همه جهت می‌چرخد منم با من ذهنی عمل میکنم و فکر میکنم من ذهنی ندارم و تو خدایا
به من میخندی و میگویی دراز گردنا. خدایا با اینکه از مولانای جان از زبان پدر بزرگوار ماهیت من ذهنی
را شناختم اما باز هم از من ذهنی گول می‌خورم ولی من نمی‌خواهم، من ذهنی نمی‌خواهم. آگاهم خداوند
رحمت اندر رحمت است و فراوانی لایق ماست خدایا فضای دلم را وسیع تر کن تا فراوانی جا شود.

۵) بین که چه خواهی کردنا، بین که چه خواهی کردنا
گردن دراز کرده‌ای، پنبه بخواهی خوردنا


خداوند میگوید بین چه کار داری میکنی. بین چه کار داری میکنی مثل شتر گردنت را دراز میکنی درد
باید بکشی. میخواهی ولی صادق نیستی. یعنی عملا کار کن کار میکنی با من ذهنی نکن. از فضای
گشوده شده کار کن.

باسپاس و قدر دانی فراوان
زینب از مازندران



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