

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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت تشبصد و بیستم





خانم زهرا از تهران



سلام به استاد مهربان و دوستان گنج حضور

برداشتی از غزل ۲۵۰۰ بر نامه ۸۸۵

چه افسردی در آن گوشه؟ چرا تو هم نمی‌گردی؟
مگر تو فکر منحوسی که جز بر غم نمی‌گردی؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۰۰

در این غزل به مشکل انسان که گیر افتادن او در فکرهايش است اشاره شده و این که ما فکریایی که از آن هویت می‌گیریم نیستیم و آن‌ها برای ما غم می‌آفرینند و باعث می‌شود دچار هیجان‌ات شویم و به دیگران هم درد بدهیم. ذهن ما در هر اتفاق به دنبال مقصر و ملامت کردن اوست و تا وقتی در ذهن باشیم افسرده‌ایم ولی روز است ما با خدا پیمان بستیم که از جنس او هستیم و تمام افسردگی ما این است که در فکر گیر افتاده‌ایم و به عهدمان با خدا پای‌بند نبودیم ولی این نجات دهنده و شفابخش یعنی از جنس خدا بودن همیشه همراه ماست و ما را اداره می‌کند.

اگر در اطراف اتفاقات فضاگشایی کنیم و از نجات‌دهنده درونمان استفاده کنیم و جان توهمی همانیده را در راه خدا بدهیم از افسردگی تولید شده از جان ذهنی خلاص می‌شویم. فکرهای، همانیده یکی پس از دیگری می‌آیند و در جسم خاکی همانند موشی می‌شویم که به دنبال غذای تأیید و توجه و پروار کردن من ذهنی از هر مطبخی به دنبال هر چه بیشتر بهتر می‌رویم. این کار باعث می‌شود گدای زندگی گرفتن از چیزها و توجه گرفتن از آدم‌ها شویم. در ذهن هیچ راه نجاتی نیست و تا وقتی که با اتفاقات کار داریم، من می‌سازیم و ملامت می‌کنیم و نظر و شرح می‌دهیم، و سر و صدای ذهن مثل حلقه‌ایست بر در خدا که چون در ذهنمان من داریم و با این کار ما دشمن کلید می‌شویم و در عنایت و جذبه خدا به روی ما باز نمی‌شود از فکری به فکر دیگر رفتن مسائل را حل نمی‌کند و ما لحظه‌به‌لحظه خسته‌تر می‌شویم، چون درمان در فضای گشوده شده است و وقتی شامل حال ما می‌شود که نظر و سر خود را با سکوت ذهن و بی قید و شرط پذیرفتن اتفاق، فدای سر قضای الهی کنیم تا به مقامی برسیم که هشیاری هویتش را از ذهن پس بگیرد، ذهن خالی شود تا خدا به ذهن ما بنویسد و از طریق ما بفریند.

علم همانیده ما مثل ابری است که جلوی دیده شدن زندگی از طریق ما را گرفته و اگر منکر این عقل شویم و ذهن را ساکت کنیم، خدا ایرادهای ما را به ما نشان می‌دهد و عشق و وحدت و دم خداوند باعث درست شدن درون و بیرون ما می‌شود مولانا می‌گوید اگر بخواهی که از افسردگی درآیی و درون و بیرونت گلستان شود و بوی خوب دهد و از بوی تو دیگران بهره ببرند دو چشمه عشق و خرد در درونت داری، از زمینه عشق رفتار خردمندانه داشتن را فعال کن.

مگر ابلیس هستی که جنس خداییت را در عرفا ندید. تو حول انسان‌های به حضور رسیده بگرد و اگر نمی‌توانی مانند آن‌ها دلت را خالی کنی تا خانه خدا باشد، لااقل می‌توانی از همنشینی با آنها ذهنت را ساکت کنی و امور خودت را به درستی اداره کنی تا خودت و خانواده‌ات آرامش و شادی داشته باشند.

با تشکر زهرا هستم از تهران



آقای فرشاد از خوزستان



سلام خدمت همه دوستان

این که می‌گوییم به آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد، توجه و اهمیت ندهیم، یعنی چه؟
این لحظه ذهنمان ساکت است و حالمان خوب است و با خود می‌گوییم چقدر خوب است که حالمان می‌تواند همیشه به همین صورت باشد؛ یک‌دفعه یک فکری در ذهن ما می‌آید و عینک بر چشم ما می‌زند و می‌گوید:
تو هنوز کار نداری، درآمد نداری.
تو هنوز درست تمام نشده و مدرک را نگرفتی.
فلان رابطه هنوز تمام نشده یا شروع نشده یا فلان رابطه دارد خراب می‌شود.
تو هنوز ازدواج نکردی.
تو فلان مسئله و مانع را داری.
نزدیکانت مانع تو هستند.

بدین ترتیب درحالی که حال ما خوب بود، با این فکرها بد می شود. این فکرها نماینده من ذهنی هستند، اگر ما آنها را جدی بگیریم و با فکر پشت فکر سبب سازی کنیم، در این صورت به مرکز ما می آیند و حال ما بد می شود و از جنس من ذهنی می شویم.

این که می گوییم به چیزی که ذهن این لحظه نشان می دهد توجه نکنیم، یعنی این که بدانیم این فکرها از سیستم من ذهنی است و به این علت است که ما همانندگی داریم و در واقع این فکرها موضوع همانندگی را به ما نشان می دهند. چیزی که مهم است این است که هشیار باشیم و درک کنیم که این فکر من ذهنی ما نیستیم و آن را جدا از خودمان بدانیم. این فکرها کاملاً توهم و غیر واقعی است و ما باید آنها را جدی نگیریم و فضا را باز کنیم.

این فکرها و عینک‌ها مرتب برای ما می‌آیند، چون ما همانیدگی داریم و این فکرها می‌آیند تا ما فضا را باز کنیم و زندگی بتواند روی ما کار کند، بنابراین باید صبر کنیم و مرتب فضا را باز کنیم. در هشیاری مان نگه داریم که زندگی هیچ درد و غمی ندارد و هم‌ااش شادی است، بنابراین اگر در این لحظه شاد نیستیم یعنی پای من ذهنی در میان است.

من ذهنی ما را ول نمی‌کند، مدام عینک همانیدگی بر چشم ما می‌زند و مسئله درست می‌کند. از صبح که بلند می‌شویم شروع می‌کند می‌گوید: چرا زیاد خوابیدی؟ چرا کم خوابیدی؟ چرا دیشب این حرف را زدی، نکند فلانی ناراحت شود و به همین صورت مشکلات و کارها را تبدیل به مانع و مسئله می‌کند و حال ما را بد می‌کند. در حالی که همه‌ی این‌ها فقط یک فکر است که ذهن نشان می‌دهد و ما چون جدی گرفتیم و مرکزمان قرار دادیم، حالمان بد می‌شود. این فکرها و عینک‌های من ذهنی به ما پیغام می‌دهند که آن همانیدگی که موضوع فکر است را ببنداز. مثلاً حالمان خوب است، یک‌دفعه یک فکر می‌آید که چرا فلانی مرا ترک کرد و رفت؟ و با این فکر سریع حالمان بد می‌شود. این فکر به ما درد می‌دهد و پیغام درد این است که آن شخص را از مرکزت بیرون کن.

بنابراین این که در این لحظه ذهن می‌گوید: خودت را نشان بده، مقایسه و حسادت کن، ملامت کن، دیگران را کوچک کن و انتقاد کن و یا مثلاً می‌گوید: «کار را بگذار برای بعداً»، این‌ها همه از سیستم من‌ذهنی است. ما اگر حتی هزاران بدبختی داشته باشیم، یک قدرت بی‌نهایت داریم و آن این لحظه است، که ما با پذیرش و باز کردن فضا، از تمام چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد جدا می‌شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰
 ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم
 از ورای تن، به یزدان می‌زی‌ایم

با تشکر
 فرشاد از خوزستان



خانم سرور از شیراز



به نام خدا

با سلام خدمت پدر عزیز و مهربانم آقای شهبازی جان و تمام دوستان و همراهان بیدار
برنامه ۸۹۵ غزل شماره ۴۸۰

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰
به حق آنکه در این دل به جز ولای تو نیست
ولی او نشوم، کاو ز اولیای تو نیست

معبودا، خداوندا، دل جای توست و تو را می‌طلبد؛ اما دیری ست که با نقطه چین‌ها همانیده شده، ولی و یاور خود
را آفلین قرار داده، اما در اثر ایجاد درد از این خواب بیدار گشته.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰
چون ز زنده مرده بیرون می‌کند
نفس زنده سوی مرگی می‌تند

اقامت طولانی در ذهن، درد ایجاد خواهد کرد، تا متوجه شویم که باید از این حالت چسبندگی و لزج افکار و چسبیدن به چیزها، با حضور در لحظه حال و استمرار در این مهم، رها شد و درواقع ذهن، خود با خرابی‌های به بارآورده، ویرانگر خود است، پس با دیدن علامت درد، به دنبال درمان باید رفت و ولی، پیشوا و قبله را مرکز عدم قرار داد و پاسبان این بیداری شد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰
 مباد جانم بی غم، اگر فدای تو نیست
 مباد چشمم روشن، اگر سقای تو نیست

جان زنده به زندگی، بی غم می شود و غم همانیدگی ها را خاک بر سر می پاشد؛ خود از چشمه عدم می نوشد و جهان و جهانیان را نیز می نوشاند.

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۸
ساقیا برخیز و درده جام را
خاک بر سر کن غم ایام را

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰
وفا مباد امیدم اگر به غیر تو است
خراب باد وجودم، اگر برای تو نیست

وفا، پیمان آست را، دم به دم با حضور در لحظه حال و خاموش کردن ذهن، به جا آوردن است؛ با هر لحظه خالی کردن مرکز از غیر و در شکستن این عهد خرابی ها بر در منتظر.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۸۲
یکی لحظه از او دوری نباید
کز آن دوری خرابی‌ها فزاید

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰
کدام حسن و جمالی که آن نه عکس تو است؟
کدام شاه و امیری که او گدای تو نیست؟

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۱۱۱
این همه عکس می و نقش نگارین که نمود
یک فروغ رخ ساقیست که در جام افتاد

هر زیبایی نشانی از جمال خداوند است و هر بی‌نیازی نشان از اتصال به منبع برکت و فراوانی و از چشمه گرمنا
و کوثر زندگی نوشیدن.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰
رضا مده که دلم کام دشمنان گردد
بین که کام دل من بجز رضای تو نیست

و چه مقامی نزد خداوند بالاتر از مقام رضا و تسلیم!

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۶
نیست کسبی از تو گل خوب تر
چیست از تسلیم، خود محبوب تر؟

با عدم مراقبت بر لحظه حال، هشیاری توسط دیو ذهن بلعیده می شود و انسان قربانی ذهن و اسیر غم های بی پایان همانیدگی های بی مقدار؛ حال آن که خداوند مهربان حلاوت یاد و انس با خویش را، به انسان ها چشاند و هر دلی طالب اوست؛ گرچه مطلوب را به اشتباه در نقطه چین ها جست و جو می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰
 قضا نتانم کردن، دمی که بی تو گذشت
 ولی چه چاره؟ که مقدور جز قضای تو نیست

عمر را به شتاب در غم همانیدگی‌ها گذرانده و چه غم بزرگی که بی یاد دوست، با انبوهی از تعلقات دنیایی، نرد
 عشق باخته و باد به دست، در خسران و نابودی، سرمایه عمر را هدر داده‌ام.

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۴۵۵
 عمر بگذشت به بی حاصلی و بوالهوسی
 ای پسر جام می‌ام ده که به پیری بررسی

و حال تسلیم فرمان قضا و کن فکان و آن چه گذشت تا از انبوه درد ایجاد شده از این خواب گران برخیزم و با
 غنیمت شمردن و شکر این بیداری، باقی حیات دریابم.

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۸۴
 وقت عزیز رفت، بیا تا قضا کنیم
 عمری که بی حضور صراحی و جام رفت

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰
 دلا بباز تو جان را، بر او چه می لرزی؟
 بر او ملرز، فدا کن چه شد؟ خدای تو نیست؟

عمر با شتاب، در بی وفایی به عهد الست می گذرد و هم چنان حیران و سرگردان، در برزخ آگاهی ذهنی و تسلیمی نصفه و نیمه و منافقی و امروز و فردا کردن! این همه تردد و دودلی و فقط دانستن و عمل نکردن چه سود؛ که زندگی قربانی اسماعیل را می خواهد تا چون ابراهیم، خلیل و دوست و یار وفادارش شوی و چه تضمینی که فرصت‌ها چون ابر از کنارت نگذرند و در تأخیر این بیداری، شرمسار و پشیمان نشوی؟!

نهج البلاغه:

«كَالْفُرْصَةِ تَمُرٌّ مَرًّا السَّحَابِ فَانْتَهَزُوا فُرْصَ الْخَيْرِ»

«فرصت‌ها، مانند گذشتن ابر می‌گذرند، فرصت‌های خیر را دریابید.»

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶

بده یک جام، ای پیر خرابات

مگو فردا، که فی التأخیر آفات

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۰

ملرز بر خود تا بر تو دیگران لرزند

به جان تو که تو را دشمنی و رای تو نیست

با نگره داشتن مرکز مملو از همانیدگی، به خود و دیگران آسیب زده و ارتعاش این درد، دیگران را نیز به مقاومت کشانده؛ با لجاجت ذهن، قضاوت دم‌به‌دم آن، ناظر افکار خود نبودن و در افکار گم شدن، پوسته ذهن را ضخیم و راه تسلیم را سخت و دشوار کرده و با دانستن تمام این ابیات و بدان‌ها عمل نکردن، به حقیقت چه کسی از من، به خود من دشمن‌تر و گشنده‌تر است؟! و چاره‌ای از شر این ذهن لجوج و مقاوم، به فضای گشوده و حمایت خداوند نیست؛ پس به او پناه می‌برم و از او یاری می‌جویم:

«بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»
«به نام خداوند بخشنده و مهربان»

«قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ (۱)»
«بگو من پناه می جویم به پروردگار آدمیان»

«مَلِكِ النَّاسِ (۲)»
«پادشاه آدمیان»

«إِلَهِ النَّاسِ (۳)»
«یکتا معبود آدمیان»

«مَنْ شَرُّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ (۴)»
«از شر آن وسوسه گر آشکار شونده و بسیار نهان شونده»

«الَّذِي يُوسِّسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ (۵)»
«وسوسه‌گری که در دل مردمان وسوسه می‌کند»

«مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ (۶)»
«چه آن وسوسه‌گر از جنس جن یا از نوع انسان»

یعنی چه من‌ذهنی خودم که بر خودم پوشیده است و چه دیگر من‌های‌ذهنی.

والسلام
سرور از شیراز 🙏🌹



خانم دیبا از کرج



به نام خدا

ابیات مولانا مثل موجی پر قدرت مرکز آلوده ما را شست و شو می دهد تا ما را از خواب ذهن بیدار کند.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۷۳۶

ای دل از کین و کراهِت پاک شو
و آن گهان، اَلْحَمْدُ خَوَان، چالاک شو

به زبان الحمدالله می گوئیم اما حاضر نیستیم کمی فضا باز کنیم و کینه و رنجش و خشممان را ببخشیم تا به آرامش و شادی که از عدم می آید برسیم. من ذهنی معتاد به کوبیدن کینه روی کینه است و به رنجیدن و رنجاندن عادت دارد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۴۹۱
خشمش آتش میزند در رخت ما
حلمش اسپر می شود پیشِ بلا

خشم یکی از مخرب‌ترین هیجان‌های من‌ذهنی است که رخت جسم ما را می‌سوزاند و بخت شیرین لحظه را به کامان تلخ می‌کند. با حلم و فضاگشایی خود را به سپری مجهز کنیم تا از بلاها دور باشیم و از سختی‌های روزگار عبور کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵
به کاهلی پر و بال امید می‌پوسد
چو پر و بال بریزد، دگر چه را شاید؟

من‌ذهنی چون بر اساس فکرهای پوسیده و تقلیدی عمل می‌کند پر و بال تنبل و کاهلی دارد. اگر پر و بال عشق نباشد راه آسمان درون را نمی‌یابیم و شایسته پرواز به سوی عدم نمی‌شویم و هم‌چنان روی زمین همانیدگی‌ها جان می‌کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۸
فکرت بد ناخن پُر زهر دان
می خراشد در تعمق روی جان

فکرهای من دار و پوسیده من ذهنی با تفکر خلاقانه که از فضای حضور می آید فرق دارد، فاصله بین فکرها سکوت است، با تندتند فکر کردن روی سکوت درون را می پوشانیم، این فکرها مثل ناخنی پر از زهر به اعماق جانمان نفوذ می کند و روحمان را می خراشد.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴
 خود ندارم هیچ، به سازد مرا
 که ز وهم دارم است این صد عنا
 *عنا: سختی

خدایا ما را به من ذهنی مان واگذار نکن زیرا در توهم داشتن همانیدگی‌ها زندگی مان تلف شده و به هزاران سختی افتادیم. دستان را بگیر و طناب عروه الوثقی را بینداز تا ما با فضاکشایی و تسلیم به آن چنگ بزنییم و از چاه دردها بالا بیاییم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۷۰
 تو مشو غره به علمش، عهد جو
 علم چون قشرست و، عهدش مغز او
 *قشر: پوسته
 *غره: مغرور

عقل من ذهنی تشنه علم کتابی ست، علمی که به آن مغرور شده و با ادعای دانایی و بحث و ستیزه، پوسته‌ای بر روی مغز هشیاری که عهد ما به زندگی ست بکشد، اما خرد الهی در فضاگشایی بی‌هیچ واسطه‌ای به مرکز ما الهام می‌شود و بودنمان را کیفیت می‌بخشد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۰
 زخم نیش، اما چو از هستی توست
 غم قوی باشد، نگردد درد سست

روح بی‌نهایت در تله ذهن با آدم‌ها و جسم‌ها همانیده می‌شود و هستی می‌سازد و از آن‌ها مثل: پول، همسر، شغل، مقام و یا مکان و زمان زندگی می‌خواهد. هر همانیدگی مثل مار به ما نیش می‌زند و دردهای ما را قوی‌تر می‌کند ولی اگر فضا باز کنیم چهار برکت زندگی: هدایت، امنیت، قدرت و عقل زندگی به چهار بعد ما ریخته می‌شود و به ما جان تازه می‌دهد.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۷
جرم بر خود نه، که تو خود کاشتی
با جزا و عدل حق کن آشتی

از ماست که بر ماست، هرچه این لحظه می‌کاریم، لحظه بعد همان را درو می‌کنیم اما با من‌ذهنی جرم و گناه
همانیدگی را به عهده نمی‌گیریم و به دنبال مقصر در بیرون می‌گردیم، حتی به عدالت خدا شک می‌کنیم و با
زندگی قهر می‌کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۹۲
جان شو و، از راه جان، جان را شناس
یار بینش شو، نه فرزند قیاس

انسان زنده به حضور، قضاوت و مقاومت نمی‌کند، جان خود را با دیگران مقایسه نمی‌کند، فقط ناظر می‌شود و
فضا باز می‌کند، انسان زنده به حضور از طریق قرین و فضاگشایی جان زندگی را در دیگران به ارتعاش در
می‌آورد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۸۳۶
چونکه غم بینی، تو استغفار کن
غم به امرِ خالق آمد، کار کن

غم‌ها به ما پیغام می‌دهند که ما در کجاها گرفتار و همانیده هستیم و چرا عنایت خدا را جذب نمی‌کنیم؟ در این موقع باید با عذرخواهی و ستایش، مرکزمان را عدم کنیم و با پذیرش اتفاق لحظه که به امر خدا آمده است از قدرت و خرد زندگی استفاده کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۳۹
جهد کن تا سنگی‌ات کمتر شود
تا به لعلی، سنگِ تو انور شود

جسم ما مثل بالن است، تا وقتی سنگین است بالا نمی‌رود باید کوشش کنیم تا وزنه‌های رنجش و کینه و حسرت را بیندازیم و با سبکبالی، هشیاری ما بالا رود، عجله نکنیم، با صبر فضای درون ما وسیع می‌شود و تابش نور عدم سنگی دل ما را نرم و لطیف می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۰
صبر کن اندر جهاد و در عَنَا
دَم به دَم می بین بقا اندر فنا
*عَنَا: سختی

صبر کلید گشایش است و تا این کلید را طلب نکنیم به حقیقت وجودی مان نمی‌رسیم پس شکر کنیم که قدرت
عدم پشت ماست و برای از دست دادن همانیدگی‌ها نترسیم چون با شناسایی آن چه که نیستیم به اصل و
جاودانگی خود می‌رسیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۴
همچو چه گن خاک می گن گر کسی
زین تنِ خاکی، که در آبی رسی

قدرت در به دست آوردن پول و مقام نیست، قدرت در تسلیم و انداختن همانیدگی‌هاست. با کار کردن روی خود، مثل چاه‌گنی که خاک‌ها را بیرون می‌ریزد، ما هم باید خاک همانیدگی‌ها را بیرون بریزیم تا به چشمه خرد و فراوانی درونمان وصل شویم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۶
کار می گن تو، به گوش آن مباحث
اندک اندک خاک چه را می تراش

لحظه‌ای از کار کردن روی خود دست نکشیم و به حرف‌های من‌ذهنی گوش ندهیم تا ما را از راه درست منحرف کند. ما کم‌کم تغییر می‌کنیم و می‌فهمیم که همانیدگی‌ها به ما زندگی نمی‌دهند و باید با فضاگشایی آب حیات را از چشمه درون خودمان بیرون بکشیم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۴۹
حلقه آن در هر آن کو می زند
بهر او دولت سری بیرون کند

وقتی فضا باز می کنیم یعنی حلقه درگاه خدا را می زنیم و با صبر و شکر و پرهیز به نیکبختی عدم پناه می بریم،
خداوند سر من ذهنی را به بهای بهشت می خرد و سر زندگی را به ما می بخشد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۲۲
اندرین ره، می تراش و می خراش
تا دم آخر، دمی فارغ مباش



در راه رسیدن به حقیقت وجودی انسان، لحظه‌ای از کار کردن روی خود دست نکشیم زیرا من ذهنی خناس
آن قدر ما را با همانیدگی‌ها مشغول می‌کند تا نتوانیم طعم آزادی و حضور عدم را بچشیم، پس تا دم مرگمان
فارغ از حیل‌های شیطان من ذهنی نباشیم.

با سپاس از برنامه‌انسان‌ساز گنج حضور و همیاران متعهد و گرامی
دیبا از کرج





خانم پروین مہاباد



سلام بر پدر معنوی استاد شهبازی و همراهان گنج حضور 
 برگرفته از برنامه ۸۷۴ 

بیماری می دانم

بیماری می دانم بیماری من ذهنی است. خداوند بیماری می دانم ندارد خرد کل است. در من ذهنی براساس شرطی شدگی ها در جهان علت و اسباب و تقلید، دانش ذهنی اندوخته ایم یک عقل جزوی پیدا کرده ایم و آن در برابر عقل کل زندگی و با قضاوت خود در مخالفت با او به کار می بریم. 
 بیماری می دانم این که اتفاق این لحظه را قضاوت می کنیم و در برابر آن مقاومت می کنیم از بیماری می دانم من ذهنی است. حتی جایی که اتفاق خوش آیند ذهن است و ما با آن موافق هستیم باز براساس بیماری می دانم داریم قضاوت و مقاومت می کنیم.


بیماری می‌دانم ریشه قضاوت و مقاومت ما است و درد ایجاد می‌کند.  می‌دانم ما را قربانی اتفاق این لحظه می‌کند. اتفاق این لحظه بازی زندگی است و جدی نیست اما با می‌دانم من ذهنی ما قربانی آن می‌شویم و به جای طرب و شادی زندگی دردهای جاهلانه من ذهنی را تجربه می‌کنیم. دردهایی نظیر خشم، رنجش و غیره. بیماری می‌دانم بزرگ‌ترین فرصت رشد برای ما وقتی است که نمی‌دانیم وقتی دانستن را به زندگی واگذار می‌کنیم و اجازه می‌دهیم خرد زندگی بدون دخالت می‌دانم من ذهنی در کار باشد زندگی از علم خود به ما می‌آموزد و فضای درونمان را وسعت می‌بخشد.

 با تشکر پروین از مهاباد



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