



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت دویست و نود و هفتم





خانم فریده از هلند



مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۷ برنامه ۸۶۳

با چنین شمشیر دولت تو زبون مانی چرا؟
گوهری باشی و از سنگی فرومانی چرا

می‌گشدد هر گرگسی اجزات را هر جانبی
چون نه مرداری تو، بلکه باز جانانی چرا؟

شمشیر تیز و برنده این لحظه در اختیارمان هست، ولی چرا با فکرهای هم هویت شده و توهمی این قدر جهان و خودمان را جدی میگیریم؟ ما بعنوان هوشیاری یک گوهری از سنگهای گران قیمت خداوند هستیم، بعد حالا این قدر اجازه می‌دهیم که فکرها مان را جدی بگیریم و زبون بشویم و این شمشیر این لحظه را از دستمان بیافته!

چرا اجازه می دهیم هر اتفاقی که برای شناسایی هم هویت شدگی هامان اومده، ما را به کرکسی تبدیل کنه که مردار و پس مانده شکار من ذهنی را بخوریم؟ ما بعنوان هوشیاری باز خداوند هستیم، و لایق که خود شکار کنیم و شکار شاه باشیم، نه من ذهنی. پس با آمدن به این لحظه و ناظر و تماشای افکار خود و اتفاقات، فضاگشایی می کنم و اجازه می دهیم که آب زندگانی عبور کنه، که هم درد های خودم با شادی بی سبب شفا پیدا کنه، و هم برکاتش وارد جهان بشه.

تماشای فکرها باعث میشه که از اونها جدا شده و بعنوان حضور ناظر از قدرت هوشیاری مان استفاده کنیم و به دیده باقی که دیده خداست وصل بشویم. ولی اگه تصمیم می گیرم که با اتفاق قاطی بشوم، دیده فانی و آفل من ذهنی را انتخاب کردم. و باید که شرمین بودن و مسولیت درد و رنجش آن را هم بپذیرم و دیگران را مقصر ندانم، چراکه این انتخاب خودم بوده.

یک جنس بی ارزش را که هیچ کس حاضر نیست بخره و یا حتی مجانی ببره چرا باید با نقد هوشیاری این لحظه، که با تسلیم و فضاگشایی به معدن اون میشه دست پیدا کرد، بخریم و در گذشته و آینده خودمان را گم کنیم. یا وقتی خداوند انسان را بعنوان شهید و شیرینی این جهان و اون جهان برتری داده و انتخاب کرده، چرا زهر من ذهنی توهمی را انتخاب می کنم؟

چرا زیر سلطه درد من ذهنی رفتن را انتخاب می‌کنم، که چنین لرزان بشوم؟
چرا خودم را با قاطعیت هر چه بیشتر لایق زنده شدن ندانم؟

آن وقت خنده‌دار نیست که از سایه خودم بترسم؟! فقط به خاطر اینکه خودم و جهان را این قدر جدی گرفتم!
که با فکرهای پشت سر هم یک من توهمی درست کردم و اصل خودم را با اون اشتباه گرفتم!

بعد حالا همین سایه توهمی با اصلم گفتگوی ذهنی می‌کنه و از من که هوشیاری هستم عیب و ایراد هم میگیره! و لحظه بعد با پذیرش ملامت و سرزنش های اون، عیب من ذهنی توهمی را می پوشانم، و از این لحظه ابدی قطع می شوم.

چطور میشه که گول این ادعاهای من ذهنی را که خودم ساختم را میخورم؟
چطور میشه که اصل خودم را که فقط عشق هستم را فراموش میکنم؟

اما، انتخاب میکنم، که خود را انکار کنم. چرا که در اصل و ذاتم ایمان و یقین نهفته است که چیزی جز هوشیاری نیستم. همتا و نظیری برای این هوشیاری وجود نداره، چرا که او «لم یلد و لم یولد» است و ما بعنوان انسان و اشرف مخلوقات امتداد او هستیم. و این ناحقی است که من ذهنی ساخته شده توسط خودمان را به جای اصل و خدایت خود اشتباه بگیریم.

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۳۶

من از عدم زادم تو را، بر تخت بنهادم تو را
آینه‌ی دادم تو را، باشد که با ما خو کنی

با احترام فریده از هلند



خانم فاطمه از گلپایگان



با سلام خدمت آقای شهبازی ودوستان گنج حضور
نکاتی چند از برنامه ۸۶۱ گنج حضور، غزل ۷۶

آخر بشنید آن مه، آه سحر ما را
تا حشر دگر آمد، امشب حشر ما را

گویا بالاخره آن شاه و آن زندگی یکتای این لحظه ناله‌ی آرزومندی انسان را که خواستار زنده شدن به زندگی زنده این لحظه هست را شنید یعنی انسان خودش دارد متوجه می شود که برای این هوشیاری جسمی نبوده که به این جهان آمده و نیازمند هوشیاری بالاتری هست و باید دیدن از طریق هم هویت شدگی ها را متوقف کند و روی زندگی زنده ی این لحظه بایستد و از مرکز عدم خود جهان بیرون و درونش را اداره کند.

چون چرخ زند آن مه، در سینه ی من گویم
ای دور قمر بنگر، دور قمر ما را

و چقدر دیدن از طریق هوشیاری و فکر و عمل کردن از مرکز عدم، باشکوه و برازنده ی انسان به عنوان هوشیاری تکامل یافته است و حالا ما به هوشیاری جسمی خود می گوئیم: بیا و این هوشیاری جدید و برکاتش را یعنی حس امنیت و هدایت و قدرت و توانایی و خرد و دانایی، شادی بی سبب و آفرینندگی و پویایی و سکون و هزاران برکت دیگر که از مرکز عدم می آید را ببین.

کو رستم دستان تا، دستان بنمایم
کو یوسف تا بیند، خوبی و فر ما را

هوشیاری ناب این لحظه که از مرکز عدم هر انسان زنده شده به حضور می آید قابل مقایسه با هیچ هوشیاری دیگر نیست و آن برکات و عقل و خردی که هر انسان مناسب زندگی لحظه اش می گیرد را با خرد و عقل هیچ موجود حتی انسان به حضور رسیده ی دیگری نمی توان به قیاس در آورد. و هر کس باید روی پای حضور خودش در این لحظه ی زنده بایستد.

تو لقمه‌ی شیرین شو، در خدمت قند او
لقمه نتوان کردن، کان شکر ما را

پس تو ای انسانی که می خواهی به زندگی زنده شوی بیا و خودت را برای زندگی قابل دسترس کن یعنی قضاوت و مقاومت و خوب و بد کردن را کنار بگذار تا زندگی بتواند از تو خودش را بیان کند. زیرا تو نمی توانی زندگی را با وجود این من ذهنی و مقاومت هایش به خدمت خودت در آوری.
اگر تسلیم باشی و فضا گشایی کنی او به تو دسترسی پیدا می کند و هم تو به او، وصل میشوی آن وقت شکر و قند او از تو بیان می شود و تو به آرزویت می رسی، یعنی آه سحری درستی می کشی.

مارا گرمش خواهد تا، در بر خود گیرد
زین روی دوا سازد، هر لحظه گر ما را

لطف و گرمی داشت زندگی می خواهد تا ما را مثل خودش گرمی کند و هر لحظه در این کار است و طرحی می ریزد و اتفاقی را برای ما برنامه ریزی می کند تا بتواند با آن ما را درمان کند بلکه ما متوجه بشویم و به وسیله فضا گشایی اطراف آن اتفاق به او زنده شویم.

چون بی نمکی نتوان، خوردن جگر ما را
می زن به نمک هر دم، بریان جگر ما را

ای زندگی ما در این من ذهنی بی نمک و بی برکت و نااصل کار شده ایم و قابل استفاده برای تو نیستیم که
بتوانی از ما خودت را بیان کنی. پس بیا از آن نمک حضور به ما بزن تا اصل کار شویم و این جگر بریان شده از
دردها را در خدمت خودت قرار بده.

بی پای طواف آریم، بی سر به سجود آییم
چون بی سرو پا کرد او، این پا و سر ما را

اگر این سر من ذهنی را به زندگی بدهیم و بدون هماهنگی با او عمل نکنیم، آن وقت با فضاگشایی اطراف هر
اتفاق قبل از رفتن به ذهن و قضاوت ذهنی، سجده ی واقعی را انجام داده ایم و تسلیم محض او شده ایم.

بی پای طواف آریم، گرد در آن شاهی
کاو مست الست آمد، بشکست در ما را

ما بدون پای من ذهنی یعنی بدون بد و خوب کردن و با هماهنگی با زندگی عمل می کنیم و این در خور انسان است که فضا را در اطراف هر اتفاق بگشاید، به ذهن نرود و قضاوت و خوب و بد نکند و هر لحظه به عهد الست وفا کند با بله گفتن به زندگی و در قضاوت و خوب و بد کردن من ذهنی را که محل ورود همانیدگی ها به مرکز ماست را شکسته و از بین ببرد.

چون زر شد رنگ ما از سینه ی سیمینش
صد گنج فدا بادا، این سیم و زر ما را

و ما عاشق شدیم بر این نور بیرنگ و این فضای عدم، از بس بر این محور چرخیدیم. هزاران هم هویت شدگی و تمامی آنچه انسان در ذهن آنرا خوب می داند و گنج می پندارد، فدای این نور بی رنگ زندگی و این فضای یکتایی و عشق و همچنین رخ زرد ماکه مشغول درد هوشیارانه کشیدن است، باد.

در رنگ کجا آید، در نقش کجا گنجد؟
نوری که ملک سازد، جسم بشر ما را

و مگر این نور و عدم در کلام و توصیف و نقش می گنجد؟ نوری که جسم ما را برکت می دهد و قادر است در یک فرم خودش را بیان کند و این بی نهایت شگفت انگیز است که بی نهایتی در ذره ای می گنجد.

تشبیه ندارد او، وز لطف روا دارد
زیرا که همی داند ضعف نظر ما را

انسان در این جسم مجبور است از کلمات استفاده کند و وقتی می خواهد خدا را توصیف کند، مجبور است به ذهن برود و این ضعف انسان است و زندگی خودش از این ضعف خبر دارد و برای همین اجازه می دهد با کلمات او را توصیف کنیم.

فرمود: که نور من، ماننده ی مصباح است
مشکات و زجاجه گفت چشم و بصر ما را

خداوند برای فهم ما خودش را تشبیه کرده است به چراغ و ما را به چراغدان و شیشه ی آن تشبیه کرده است، اما در واقع همه ی این ها تمثیل است و باید به زندگی زنده شد تا این یکتایی با نور را عملاً تجربه کنیم یعنی هوشیارانه یکتایی مان را ببینیم. و متوجه شویم که نور و جوهر تمامی کاینات و انسان خداوند است و این نور همچنان چراغدانی است و چراغی هدایتگر با دید نظر و شفاف و بسیار روشن کننده و نورانی همچون آبگینه ای زلال که بر هر چه بتابد به آن جان می بخشد. این نور از درخت پر برکت و شفا بخش زندگی که ابدی و ازلی است می رسد. طلوع و غروب نمی کند آتشی دارد از خودش که همان آتش عشق است و با آتش هیجانان من ذهنی و همانیدگی با چیزهای بیرونی متفاوت است. روشنی بخش جهان درون و بیرون است و بر روی خودش قائم است، یعنی نیاز به هیچ چیز و هیچ کس ندارد برای بودن، و هر که را او بخوهد و خودش درد طلب داشته باشد را به این نور هدایت می کند و این نور در کلام نمی گنجد ولیکن خداوند با مثال بیان می کند تا قابل فهم برای انسان باشد. و اگر با چشم دل ببینیم متوجه می شویم انسان به حضور زنده، چشمش چشم خدا، و سینه اش محل جوشش نور زندگی است و این نور نظر است که جان بخش عالم است و مرتب به جهان وجود و کاینات زندگی می بخشد.

« اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مِثْلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَ يُضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ.»

خدا نور آسمان ها و زمین است، مثل نور او چون چراغدانی است که در آن چراغی باشد، آن چراغ درون آبگینه ای و آن آبگینه چون ستاره ای درخشنده از روغن درخت و برکت زیتون که نه خاوری است و نه باختری. افروخته باشد. روغنش روشنی بخشد، هر چند بدان آتش نرسیده باشد. نوری افزون بر نور دیگر. خدا هر کس را که بخواهد، بدان نور راه می نماید و برای مردم مثل ها می آورد، زیرا بر هر چیزی آگاه است.

سوره نور آیه ۳۵

خامش کن تا هر کس، در گوش نیارد این
خود کیست که دریابد او خیر و شر ما را

الان موقع سکوت و انصتوا فرارسیده، پس تو هم ذهنت را خاموش کن. زیرا با ذهن نمی توان این مطالب را درک کرد و این من ذهنی فقط خوب و بد می کند و حقیقت را نمی تواند تشخیص دهد که در این لحظه، چه چیزی برای ما مناسب است و چه چیزی نیست و صلاح ما را نمی داند. پس در لحظه‌ی فضاگشایی هیچ کس و هیچ چیز را به درونت راه نده بر روی پای نور خودت بایست و قایم شو بر ذات بی نهایت خودت.

باسپاس فراوان
-فاطمه گلپایگان



خانم پروین از ایذه



در ره نفس اربمیری در منی
تو حقیقت دان که مثل آن زنی

-مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۹۳-

خداوندا شکر گزار این بیداری هستم.

در زندگی شخصی همیشه مشکلات زیادی داشتم. همیشه نقش مظلوم را داشتم و آدمهای اطرافم ظالم بودند. هیچ وقت نشده بود که بخواهم حق خودم را بگیرم و یا بحث کنم و یا ستیزه کنم بخاطر حقم. به خاطر مسائل جانبی دیگری ستیزه می کردم؛ ولی برای حق خودم هیچ وقت پیش قدم نمی شدم و حال زاری داشتم.

حالی افسرده و خراب، به طوری که من قرص هایی رو کنار گذاشته بودم که روزی خودم رو از این شرایط خلاص کنم. هیچ کس از آنها خبر نداشت. من دفتری داشتم که دلنوشته هایم را در آن می نوشتم و تمام بدی ها و دردها و رنج هایم را در آن می نوشتم که یادت باشه که فلان روز؛ فلان شخص چه کاری با تو کرد و همه این نبخشیدن ها؛ کینه در وجودم می شدند و من ذهنی را قوی و قدر می ساختند و حالم را بدتر می کرد.

بعضی اوقات دفترم را باز می کردم و به آن کینه ها و رنج ها سر میزدم که مبادا یادم بروند.. تا این که گذشت و گذشت و من با این کینه ها و رنج ها روزگار را سپری می کردم. من یک دوست قدیمی داشتم که به من امید می داد و قوت قلبم بود و با من حرف می زد و وویس های روانشناسی برای من می فرستاد. با اینکه ما شهرمان باهم یکی نیست ولی دوست هایی هستیم از دوران دانشجویی و الان خواهر من است و من را با مولانا خوانی آشنا کرد؛ بعد از ورودم به مولاناخوانی ماه اول فقط می نوشتم و نت برداری می کردم.

تا اینکه قصه خاتون کنیزک شروع شد. من از این داستان چیزهای زیادی یاد گرفتم: بخشیدن را یاد گرفتم دور ریختن دردها و غم ها را یاد گرفتم؛ همه این ها در حالی بود که هر روز یک در جدید به روی من باز می شد؛ یک روز که داشتم گزارش می نوشتم؛ دفترم را آوردم دفتری که در آن دردها و رنج هایم را می نوشتم، باز کردم و تمام برگه هایش را پاره کردم و آن دردها و رنجها را دور ریختم...

بزرگترین دستاورد من از قصه خاتون و کنیزک اول شناسایی همانیدگی هایم بود و بعد بخشیدن و دور ریختن کینه هایم و توقعات و رنجش هایم... آن قرص هایی که داشتم و می خواستم روزی به زندگی خود پایان دهم را هم دور ریختم و با امید و شادی و نشاط به زندگی خود برگشتم ..

با اینکه قبلاً در کنار بچه‌هایم زندگی می‌کردم و در خانواده بودم ولی انگار یک انسان دیگری شده بودم.. از قصه خاتون کنیزک یاد گرفتم غیبت؛ قضاوت؛ ستیزه؛ حسادت؛ دروغ و خشم همه اینها دور ریختنی هستند.

بهترین نعمت بخشیدن بود و بخشش، مسیر زندگی من را تغییر داد. و در خانواده همه متوجه تغییر من شدند و گفتند چقدر آرامش داری و چقدر اخلاق تو تغییر کرده است.

من این مسیر را قبول دارم. حتی اگر یک نفر که من باشم را به این مسیر برده باشید کارت‌تان درست است و به کارت‌تان ادامه دهید. من کسی بودم که روزانه فقط به خودکشی فکر می‌کردم ولی الان با امید و شادی و نشاط زندگی می‌کنم. من شکرگزاری را از شما یاد گرفتم و هر روز خدا را شکر می‌کنم و توکل می‌کنم و تسلیم درگاه حق هستم و بیدار و هوشیار زندگی می‌کنم.

پروین هستم از شهر ایزده



خانم نیره از تهران



با سلام خدمت آقای شهبازی عزیز و دوستان گنج حضور

یک تجربه شخصی، در مورد اینکه وقتی دردها بالا میان از آنها فرار نکنیم، با درد بمانیم، فضا رو باز کنیم، بپذیریم که درد داریم تا یواش یواش کن فکان خدا وارد عمل بشه. اتفاقات برای خوشبخت کردن یا بدبخت کردن ما نمی افتند، اتفاقات برای بیدار کردن ما از خواب ذهن می افتند.

در تاریخ ۱۷ شهریور ۹۹ به دلیل پارگی پرده گوش و چسبندگی استخوانچه ها، عمل جراحی گوش چپ را داشتم، فردای عمل دکتر دندانپزشک زنگ زد که برای چک کردن قالب دندانم به لابراتوار بروم، به دکتر گفتم عمل جراحی کردم نمی توانم بروم.

روز بعد از گفتگو با دکتر، در منزل بودم دردهای من ذهنی بالا آمد، اومدم با گوشی پیامهای عشق رو بخونم تمرکز نداشتم، گذاشتمش کنار، خلاصه کلافه شدم، اینجا من باید تسلیم می شدم و حال بد خود را می پذیرفتم، اون لحظه انگار تسلیم فراموشم شده بود، حالا فهمیدم همین فراموشی هم از جانب خدا بود که من پیام این رویداد رو بگیرم.

ور درد و رنج داری در من نظر کن از وی
 کان تیر رنج نجهد الا که از کمانم
 -دیوان شمس، غزل ۱۶۹۹

خلاصه من ذهنی این دایه به اصطلاح دلسوزتر از مادر گفتم: بلند شو برو لایبراتور، فقط میخواد چک کنه کاری به گوشت نداره، یه ذره هم حال و هوایت عوض میشه، هم از کلافگی در میای، خلاصه با سر باندپیچی شده رفتم لایبراتور، کارکنان اونجا هم از اینکه با این وضعیت رفتم متعجب شدند، قالب رو در دهانم گذاشت و گفت دندانهایت را به هم فشار بده، گفتم میترسم گوشم آسیب ببینه گفت من فک شما رو نگه میدارم، حدود ۱۰ ثانیه دندانها را فشار دادم.

بعد از این ماجرا، من ذهنی از در ملامت وارد شد که حالا چه عجله ای داشتی واجب که نبود، تو سه ماه صبر کردی، یه هفته دیگه رویش، اگه استخوانچه ها دوباره به هم بچسبند، اگه پرده گوشت پاره بشه، تو تازه دو روزه عمل کردی، خلاصه تا تونست منو ترسونند. تا چند روز ذهن منو درگیر کرد، تا اینکه رفتم پیش دکتر گوش باندپیچی رو باز کنه، جریان رو گفتم، گفت صبر می کردی این لعنتی رو باز می کردم بعد می رفتی. غافل از اینکه من باید اونروز که دردهای من ذهنی بالا اومد، با درد می ساختم. باید تسلیم می شدم، درد جسمی نداشتم، دردهای من ذهنی بود، باید در خانه می ماندم.

مگریز ای برادر تو زشعله های آذر
ز برای امتحان را چه شود اگر در آیی؟

به خدا تو را نسوزد، رخ تو چو زر فروزد
که خلیل زاده ای تو، ز قدیم آشنایی

-دیوان شمس، غزل ۲۸۴۰ -

تا اینکه در برنامه ای از آقای شهبازی شنیدم وقتی دردها بالا میان، نخواهید از درد فرار کنید، با درد بمانید. فضا را باز کنید، بپذیرید که درد دارید. شروع کردم به درگاه خدا به استغفار کردن و اینکه خدایا مطمئنم تو خواستی با این اتفاق به من درسی بدی، من درسش رو گرفتم، دیگه اگر دردها بالا اومدن، با درد میمانم، فضا رو باز می کنم، اونموقع نادان بودم.

از اونموقع به بعد چندین بار پیش اومده که دردها بالا اومدن، فرمان من ذهنی این بود برو به فلانی زنگ بزن یه کم سرگرم بشی، یا برو از خونه بیرون تا درد یادت بره، یا برو یه چیزی بخر. اما من ذهنی، من دیگه اینجور مواقع فریب تو رو نمی خورم، با خودم میگم حواست باشه دردها اومدن بالا، برو سراغ جعبه ابزار مولانا. شروع می کنم به خواندن ابیات مثنوی یا خواندن پیامهای عشق و یا گوش دادن به صحبتهای آقای شهبازی بعد از مدتی حاله خوب میشه و اون دردها هم با ارتعاش ابیات مولانا و صحبتهای آقای شهبازی خاموش میشن.

هم او که دل تنگت کند، سر سبز و گل رنگت کند
هم اوت آرد در دعا، هم او دهد مزد دعا

-دیوان شمس، غزل ۲۱-

دیگه تصمیم گرفتم به گوشه فکر نکنم و سپردمش به خدا، کم کم احساس کردم شنوایی داره بهتر میشه، واقعا رهایی مساوی آزادیه، بعد از شش ماه قرار بود برم پیش دکتر گوش برای چکاپ، وقتی رفتم دکتر نوار گوش براریم نوشت، جواب نوار رو که آوردم، شنوایی گوش چپ که عمل کرده بودم بهتر از گوش راست بود.

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

- مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹ -

نتیجه: هرگز از دردها فرار نکنیم و به چیزهای این جهانی پناه نبریم، بپذیریم که درد داریم، برویم سراغ جعبه ابزار مولانا، ابیات مثنوی، پیامهای عشق و برنامه های گنج حضور، با درد بمانیم تا پیام آن را بگیریم و من واقعا پیام این اتفاق رو گرفتم، هر موقع دردها میان بالا، فوراً یاد اون اتفاق می افتم، با خودم زمزمه می کنم:

با درد بساز که دواي تو منم
بر کس منگر که آشنای تو منم

گر کشته شدی، مگو که من کشته شدم
شکرانه بده که خونبهای تو منم

- دیوان شمس رباعی ۱۱۶۷ -

یک نکته مهم که آقای شهبازی فرمودن اینه که: تمام مسائل ما، وقتی منقبض هستیم بوجود می آید. تقریبا همه من های ذهنی سبب را در بیرون، غیر از خودشان می بینند. یادمان باشد هر موقع قبض شدیم، هشیاری خود را تیز کنیم و فضا رو باز کنیم. در این تجربه، با اینکه خیلی درد کشیدم ولی پایان شیرینی داشت.

با تشکر فراوان از آقای شهبازی عزیز
نیره از استان تهران



خانم پریسا از کانادا



هشیاری حضور در حالت طبیعی خود که از جنس بی مکانی و بی زمانی است، در این لحظه بی نهایت حاضر، ناظر و قائم است. اما همین هشیاری توانایی جذب شدن به فرمها را دارد.

هر وقت که اجازه می دهیم فکری درباره گذشته و یا آینده ما را به خود مشغول کند، این هشیاری جذب یک فرم فکری و فیزیکی می شود، و انرژی زنده زندگی که میتوان آن را کامل و تمام زندگی کرد را در چیزی سرمایه گذاری می کنیم و هدر می دهیم.

هر وقت که تمرکز خود را بر روی یک انسان دیگر می گذاریم، از آنجایی که این هشیاری اصولاً بر قالب فکری و جسمی یک انسان دیگر متمرکز می شود، دوباره از ذات اصلی خود دور می شویم.

هر موقع که دردی ما را می کشد و به آن عکس العمل نشان می دهیم، هشیاری در آن درد گیر می افتد و دیگر آزاد و رها نیست.

پس سرمایه گذاری هشیاری در خاطرات گذشته و یا تجسم آینده در ذهن همانیده خود، تمرکز بر انسانهای دیگر، و همچنین اجازه تسلط یافتن دردها بر ما، همگی هوشیاری را از حالت آزاد و رهای خود که حاضر و ناظر و قائم بر ذات خود است، دور می کند.

باز کردن فضا در اطراف اتفاق این لحظه، تسلیم خواست زندگی شدن و پذیرش آنچه که زندگی از طریق اتفاقات در این لحظه در پیش روی ما قرار داده است، هشیاری ای که جذب چیزها شده را برمی گرداند و به ذات اصلی خود که همان زندگی است قائم می کند. در آن موقع است که می توان زندگی را تمام و کمال زندگی کرد.


حضور چیزی نیست که در آینده به دست آوریم. حضور چیزی نیست جز کیفیت بالای هشیاری ما در این لحظه. هر موقع که هشیاری ما جذب گذشته و آینده، انسانهای دیگر و دردها و مسایل ساخته شده در ذهن همانیده نباشد، و در این لحظه با قائم شدن بر ذات اصلی خود دارای ثبات و شکر و رضایت باشد، تجربه حضور تحقق می یابد.

- با احترام،
- پریسا از کانادا



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