



پیغام عشق

قسمت دویست و نود و هفتم





مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۷ برنامہ ۸۶۳

با چنین شمشیر دولت تو زبون مانی چرا؟

گوهری باشی و از سنگی فرومانی چرا

می کشد هر گرگسی اجزات را هر جانبی

چون نه مُرداری تو، بلکه بازِ جانانی چرا؟

شمشیر تیز و برنده این لحظه در اختیارمان هست، ولی چرا با فکرهای هم‌هویت شده و توهمی این قدر جهان و خودمان را جدی می‌گیریم؟ ما به‌عنوان هشیاری یک گوهری از سنگ‌های گران‌قیمت خداوند هستیم، بعد حالا این قدر اجازه می‌دهیم که فکرهایمان را جدی بگیریم و زبون بشویم و این شمشیر این لحظه را از دستمان بیافته!

چرا اجازه می‌دهم هر اتفاقی که برای شناسایی هم‌هویت شدگی‌هایمان اومده، ما را به کرکسی تبدیل کنه که مردار و پس‌مانده شکار من‌ذهنی را بخوریم؟ ما به‌عنوان هشیاری باز خداوند هستیم، و لایق که خود شکار کنیم و شکار شاه باشیم، نه من‌ذهنی. پس با آمدن به این لحظه و ناظر و تماشای افکار خود و اتفاقات، فضاگشایی می‌کنم و اجازه می‌دهم که آب زندگانی عبور کنه، که هم دردهای خودم با شادی بی‌سبب شفا پیدا کنه، و هم برکاتش وارد جهان بشه.

تماشای فکرها باعث می‌شه که از اون‌ها جدا شده و به‌عنوان حضور ناظر از قدرت هشیاری‌مان استفاده کنیم و به دیده باقی که دیده خداست وصل بشویم. ولی اگه تصمیم می‌گیرم که با اتفاق قاطی بشوم، دیده فانی و آفل من‌ذهنی 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 بی‌ارزش را که هیچ‌کس حاضر نیست بخره و یا حتی مجانی بیره چرا باید با نقد هشیاری 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 به‌عنوان شهید و شیرینی این جهان و اون جهان برتری داده و انتخاب کرده، چرا زهر من‌ذهنی توهمی را انتخاب می‌کنم؟

چرا زیر سلطه درد من‌ذهنی رفتن را انتخاب می‌کنم، که چنین لرزان بشوم؟

چرا خودم را با قاطعیت هرچه بیشتر لایق زنده شدن ندانم؟

آن وقت خنده‌دار نیست که از سایه خودم بترسم؟! فقط به‌خاطر این که خودم و جهان را این‌قدر جدی گرفتیم! که با فکرهای پشت‌سرهم یک من‌توهمی درست کردم و اصل خودم را با اون اشتباه گرفتیم!

بعد حالا همین سایه توهمی با اصلم گفتگوی ذهنی می‌کنه و از من که هشیاری هستم عیب و ایراد هم می‌گیره! و لحظه بعد با پذیرش ملامت و سرزنش‌های اون، عیب من‌ذهنی توهمی را می‌پوشانم، و از این لحظه ابدی قطع بشوم.

چه‌طور می‌شه که گول این ادعاهای من‌ذهنی را که خودم ساختم را می‌خورم؟

چه‌طور 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 هشیاری نیستیم. هم‌تا و نظیری برای این هشیاری وجود نداره، چراکه او «لم یلد و لم یولد» است و ما به‌عنوان انسان و اشرف مخلوقات امتداد او هستیم. و این ناحقی‌ست که من‌ذهنی ساخته شده توسط خودمان را به‌جای اصل و خدائیت خود اشتباه بگیریم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۳۶

من از عدم زادم تو را، بر تخت بنهادم تو را

آینه‌یی دادم تو را، باشد که با ما خو کنی

با احترام فریده از هلند



با سلام خدمت آقای شهبازی و دوستان گنج حضور

نکاتی چند از برنامه ۸۶۱ گنج حضور، غزل ۷۶

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره 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 می‌شود که برای این هشیاری جسمی نبوده که به این جهان آمده و نیازمند هشیاری بالاتری هست و باید دیدن از طریق هم‌هویت شدگی‌ها را متوقف کند و روی زندگی زنده‌ی این لحظه بایستد و از مزکز عدم خود جهان بیرون و درونش را اداره کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

چون چرخ زند آن مه، در سینه‌ی من گویم

ای دور قمر بنگر، دور قمر ما را

و چه قدر دیدن از طریق هشیاری و فکر و عمل کردن از مرکز عدم، باشکوه و برازنده‌ی انسان به‌عنوان هشیاری تکامل یافته است و حالا ما به هشیاری جسمی خود می‌گوییم: بیا و این هشیاری جدید و برکاتش را یعنی حس‌امنیت و هدایت و قدرت و توانایی و خرد و دانایی، شادی بی‌سبب و آفرینندگی و پویایی و سکون و هزاران برکت دیگر که از مرکز عدم می‌آید را ببین.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

کو رستم دستان تا، دستان بنمایمیش



کو یوسف تا ببند، خوبی و فر ما را

هشیاری ناب این لحظه که از مرکز عدم هر انسان زنده شده به حضور می‌آید قابل مقایسه با هیچ هشیاری دیگر نیست و آن برکات و عقل و خردی که هرانسان مناسب زندگی لحظه‌اش می‌گیرد را با خرد و عقل هیچ موجود حتی انسان به حضور رسیده‌ی دیگری نمی‌توان به قیاس درآورد. و هرکس باید روی پای حضور خودش در این لحظه‌ی زنده بایستد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

تو لقمه‌ی شیرین شو، در خدمت قند او

لقمه نتوان کردن، کان شکر ما را

پس تو ای انسانی که می‌خواهی به زندگی زنده شوی بیا و خودت را برای زندگی قابل دسترس کن یعنی قضاوت و مقاومتت و خوب و بد کردن را کنار بگذار تا زندگی بتواند از تو خودش را بیان کند. زیرا تو نمی‌توانی زندگی را با وجود این من‌ذهنی و مقاومت‌هایش به خدمت خودت درآوری.

اگر تسلیم باشی و فضاگشایی کنی او به تو دسترسی پیدا می‌کند و هم تو به او، وصل می‌شوی آن وقت شکر و قند او از تو بیان می‌شود و تو به آرزویت می‌رسی، یعنی آه سحری درستی می‌کشی.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

مارا کرمش خواهد تا، در بر خود گیرد

زین روی دوا سازد، هر لحظه گر مارا

لطف و گرمی‌داشت زندگی می‌خواهد تا ما را مثل خودش گرمی کند و هر لحظه در این کار است و طرحی می‌ریزد و اتفاقی را برای ما برنامه‌ریزی می‌کند تا بتواند با آن ما را درمان کند بلکه ما متوجه بشویم و به وسیله فضاگشایی اطراف آن اتفاق به او زنده شویم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

چون بی‌نمکی نتوان، خوردن جگر مارا

می‌زن به نمک هر دم، بریان جگر مارا

ای زندگی ما در این من‌ذهنی بی‌نمک و بی‌برکت و نااصل‌کار شده‌ایم و قابل‌استفاده برای تو نیستیم که بتوانی از ما خودت را بیان کنی. پس بیا از آن نمک حضور به ما بزن تا اصل‌کار شویم و این جگر بریان شده از دردها را در خدمت خودت قرار بده.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

بی‌پای طواف آریم، بی‌سر به سجود آییم

چون بی‌سر و پا کرد او، این پا و سر ما را

اگر این سر من‌ذهنی 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، سجده‌ی واقعی را انجام داده‌ایم و تسلیم محض او شده‌ایم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

بی‌پای طواف آریم، گرد در آن شاهی

کاو مست‌الست آمد، بشکست در ما را

ما بدون پای من‌ذهنی یعنی بدون بد و خوب کردن و با هماهنگی با زندگی عمل می‌کنیم 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 عهد‌الست وفا کند با بله گفتن به زندگی و در قضاوت و خوب و بد کردن من‌ذهنی را که محل ورود همانیدگی‌ها به مرکز ماست را شکسته و از بین ببرد.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

چون زر شد رنگ ما از سینه‌ی 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 هم‌هویت شدگی و تمامی آن‌چه انسان در ذهن آن‌را خوب می‌داند و گنج می‌پندارد، فدای این نور بی‌رنگ زندگی و این فضای یکتایی و عشق و همچین رخ زرد ما که مشغول درد هشیارانہ کشیدن است، باد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

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 می‌گنجد؟ نوری که جسم ما را برکت می‌دهد و قادر است در یک فرم خودش را بیان کند و این بی‌نهایت شگفت‌انگیز است که بی‌نهایتی در ذره‌ای می‌گنجد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

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 می‌خواهد 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 می‌دهد با کلمات او را توصیف کنیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶



فرمود که نور من مانده‌ی مصباح است

مشکات و زُجاجه گفت سینه و بصر ما را

خداوند برای فهم ما خودش را تشبیه کرده است به چراغ و ما را به چراغدان و شیشه‌ی آن تشبیه کرده است، اما در واقع همه‌ی این‌ها تمثیل است و باید به زندگی زنده شد تا این یکتایی با نور را عملاً تجربه کنیم یعنی هشیارانه یکتایی مان را ببینیم. و متوجه شویم که نور و جوهر تمامی کائنات و انسان خداوند است و این نور هم‌چنان چراغ‌دانی است و چراغی هدایت‌گر با دید نظر و شفاف و بسیار روشن‌کننده و نورانی هم‌چون آبگینه‌ای زلال که بر هر چه بتابد به آن جان می‌بخشد. این نور از درخت پر برکت و شفابخش زندگی که ابدی و ازلی است می‌رسد. طلوع و غروب نمی‌کند آتشی دارد از خودش که همان آتش عشق است و با آتش هیجانات من‌ذهنی و همانندگی با چیزهای بیرونی متفاوت است. روشنی‌بخش 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 بخواهد و خودش درد طلب داشته باشد را به این نور هدایت می‌کند و این نور در کلام نمی‌گنجد ولیکن خداوند با مثال بیان می‌کند تا قابل‌فهم برای انسان باشد. و اگر با چشم دل ببینیم متوجه می‌شویم انسان به حضور زنده چشمش چشم خدا و سینه‌اش محل جوشش نور زندگی است و این نور نظر است که جان‌بخش عالم است و مرتب به جهان وجود و کائنات زندگی می‌بخشد.

قرآن کریم، سوره نور، آیه ۳۵

«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 وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ.»

خدا نور آسمان‌ها و زمین است، مثل نور او چون چراغ‌دانی است که در آن چراغی باشد، آن چراغ درون آبگینه‌ای و آن آبگینه چون ستاره‌ای درخشنده از روغن درخت و برکت زیتون که نه خاوری است و نه باختری. افروخته باشد. روغنش



روشنی بخشد، هر چند بدن آتش نرسیده باشد. نوری افزون بر نور دیگر. خدا هر کس را که بخواهد، بدن نور راه می‌نماید و برای مردم مثلها می‌آورد، زیرا بر هر چیزی آگاه است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶

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 نمی‌توان این مطالب را درک کرد و این من ذهنی فقط خوب و بد می‌کند و حقیقت را نمی‌تواند تشخیص دهد که در این لحظه، چه چیزی برای ما مناسب است و چه چیزی نیست و صلاح ما را نمی‌داند. پس در لحظه‌ی فضاگشایی هیچ کس و هیچ چیز را به درونت راه نده بر روی پای نور خودت بایست و قائم شو بر ذات بی‌نهایت خودت.

باسپاس فراوان

فاطمه گلپایگان



بسم الله الرحمن الرحيم

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۹۳

در ره نفس ار بمیری در منی

تو حقیقت دان که مثل آن زنی

خداوندا شکرگزار 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 به خاطر حقم. به خاطر مسائل جانبی دیگری ستیزه می‌کردم؛ ولی برای حق خودم هیچ وقت پیش قدم نمی‌شدم و حال زاری داشتم. حالی افسرده و خراب، به طوری که من قرص‌هایی رو کنار گذاشته بودم که روزی خودم رو از این شرایط خلاص کنم. هیچ کس از آن‌ها خبر نداشت. من دفتری داشتم که دلنوشته‌هایم را در آن می‌نوشتیم و تمام بدی‌ها و دردها و رنج‌هایم را در آن می‌نوشتیم که یادت باشه که فلان روز؛ فلان شخص چه کاری با تو کرد و همه این نبخشیدن‌ها؛ کینه در وجودم می‌شدند و من ذهنی را قوی و قدر می‌ساختند و حالم را بدتر می‌کرد.

بعضی اوقات دفترم را باز می‌کردم و به آن کینه‌ها و رنج‌ها سر می‌زدم که مبادا یادم بروند ... تا این که گذشت و گذشت و من با این کینه‌ها و رنج‌ها روزگار را سپری می‌کردم. من یک دوست داشتم که به من امید می‌داد و قوت قلبم بود و با من حرف می‌زد و وویس‌های روانشناسی برای من می‌فرستاد. با این که ما شهرمان با هم یکی نیست ولی دوست‌هایی هستیم از دوران دانشجویی و الان خواهر من است و من را با مولاناخوانی آشنا کرد؛ بعد از ورودم به مولاناخوانی ماه اول فقط می‌نوشتیم و نت‌برداری می‌کردم.

تا این که قصه خاتون کنیزک شروع شد من از این داستان چیزهای زیادی یاد گرفتم: بخشیدن را یاد گرفتم دور ریختن دردها و غم‌ها را یاد گرفتم؛ همه این‌ها در حالی بود که هر روز یک در جدید به روی من باز می‌شد؛ یک‌روز که داشتم



گزارش می‌نوشتیم؛ دفترم را آوردم دفتری که در آن دردها و رنج‌هایم را می‌نوشتیم باز کردم و تمام برگه‌هایش را پاره کردم و آن دردها و رنج‌ها را دور ریختم ... بزرگ‌ترین دستاورد من از قصه خاتون و کنیزک اول شناسایی همانیدگی‌هایم بود و بعد بخشیدن و دور ریختن کینه‌هایم و توقعات و رنجش‌هایم ... آن قرص‌هایی که داشتم و می‌خواستم روزی به زندگی خود پایان دهم را هم دور ریختم و با امید و شادی و نشاط به زندگی خود برگشتم.

با این که 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 دورریختنی هستند. بهترین نعمت بخشیدن بود و بخشش، مسیر زندگی من را تغییر داد. و در خانواده همه متوجه تغییر من شدند و گفتند چه قدر آرامش داری و چه قدر اخلاق تو تغییر کرده است. من این مسیر را قبول دارم حتی اگر یک نفر که من باشم را به این مسیر برده باشید کارتان درست است و به کارتان 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 هرروز خدا را شکر می‌کنم و توکل می‌کنم و تسلیم درگاه حق هستم و بیدار و هشیار زندگی می‌کنم.

پروین هستم از شهر ایذه



با سلام خدمت آقای شهبازی عزیز و دوستان گنج حضور

یک تجربه شخصی، در مورد این که 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 نمی‌افتند، اتفاقات برای بیدار کردن ما از خواب ذهن می‌افتند.

در تاریخ ۱۷ شهریور ۹۹ به دلیل پارگی پرده گوش و چسبندگی استخوانچه‌ها عمل جراحی گوش چپ را داشتیم، فردای عمل دکتر دندان پزشکی زنگ زد که برای چک کردن قالب دندانم به لابراتوار بروم، به دکتر گفتم عمل جراحی کردم نمی‌توانم 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، این جا من باید تسلیم می‌شدم و حال بد خود را می‌پذیرفتم، اون لحظه انگار تسلیم فراموشم شده بود، حالا فهمیدم همین فراموشی هم از جانب خدا بود. که من پیام این رویداد رو بگیرم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۹۹

ور درد و رنج داری در من نظر کن از وی

کان تیر رنج نجهد آلا که از کمانم

خلاصه من ذهنی این دایه به اصطلاح دلسوز تر از مادر گفتم: بلند شو برو لابراتوار، فقط می‌خواد چک کنه کاری به گوشت نداره، یه ذره هم حال و هوایت عوض می‌شه، هم از کلافگی در می‌آی، خلاصه با سر بانندیچی شده رفتیم لابراتوار، کارکنان اونجا هم از این که با این وضعیت رفتیم 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 عجله‌ای داشتی واجب که نبود، تو سه ماه صبر کردی، یه هفته دیگه رویش، اگه استخوانچه‌ها دوباره بهم 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 این که رفتم پیش دکتر گوش باندپیچی رو باز کنه، جریان رو گفتم، گفت صبر می‌کردی این لعنتی رو باز می‌کردم بعد می‌رفتی. غافل از این که من باید اون روز که دردهای من ذهنی بالا اومد، با درد می‌ساختم. باید تسلیم می‌شدم، درد جسمی نداشتم، دردهای من ذهنی بود، باید در خانه می‌ماندم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰

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

تا این که در برنامه‌ای 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 این که 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 می‌کنم، اون موقع نادان بودم.

از اون موقع 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 این جور مواقع فریب تو رو نمی‌خورم، با خودم می‌گم حواست باشه دردها اومدن بالا، برو سراغ جعبه ابزار مولانا. شروع می‌کنم به خواندن



ابیات مثنوی یا خواندن پیام‌های عشق و یا گوش دادن به صحبت‌های آقای شهبازی بعد از مدتی حالم خوب می‌شه و اون دردها هم با ارتعاش ابیات مولانا و صحبت‌های آقای شهبازی خاموش می‌شن.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱

هم او که دل تنگت کند، سر سبز و گل رنگت کند

هم اوت آرد در دعا، هم او دهد مزد دعا

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

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹

گر قضا صد بار قصد جان کند

هم قضا جانت دهد، درمان کند

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 برنامه‌های گنج حضور، با درد بمانیم تا پیام آن را بگیریم و من واقعاً پیام این اتفاق رو گرفتم، هر موقع دردها میان بالا، فوراً یاد اون اتفاق می‌افتم، با خودم زمزمه می‌کنم:

مولوی، دیوان شمس، رباعی ۱۱۶۷

با درد بساز که دوای تو منم

بر کس منگر که آشنای تو منم

گر کشته شدی، مگو که من کشته شدم



شکرانه بده که خون بهای تو منم

یک نکته مهم که آقای شهبازی فرمودن اینه که: تمام مسائل ما، وقتی منقبض هستیم به وجود می آید. تقریباً 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 این که خیلی درد کشیدم ولی پایان شیرینی داشت.

با تشکر فراوان از آقای شهبازی عزیز

نیره از استان تهران



هشیاری حضور در حالت طبیعی خود که از جنس بی‌مکانی و بی‌زمانی است، در این لحظه بی‌نهایت حاضر، ناظر و قائم است. اما همین هشیاری توانایی جذب شدن به فرم‌ها را دارد.

هروقت که اجازه می‌دهیم فکری درباره گذشته و یا آینده ما را به خود مشغول کند، این هشیاری جذب یک فرم فکری و فیزیکی می‌شود، و انرژی زنده زندگی که می‌توان آن را کامل و تمام زندگی کرد را در چیزی سرمایه‌گذاری می‌کنیم و هدر می‌دهیم.

هروقت که تمرکز خود را بر روی یک انسان دیگر می‌گذاریم، از آن جایی که این هشیاری اصولاً بر قالب فکری و جسمی یک انسان دیگر متمرکز می‌شود، دوباره از ذات اصلی خود دور می‌شویم.

هرموقع که دردی ما را می‌کشد و به آن عکس‌العمل نشان می‌دهیم، هشیاری در آن درد گیر می‌افتد و دیگر آزاد و رها نیست. پس سرمایه‌گذاری 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 هشیاری را از حالت آزاد و رهای خود که حاضر و ناظر و قائم بر ذات خود است، دور می‌کند.

باز کردن فضا در اطراف اتفاق این لحظه، تسلیم خواست زندگی شدن و پذیرش آن چه که زندگی از طریق اتفاقات در این لحظه در پیش روی ما قرار داده است، هشیاری‌ای که جذب چیزها شده را برمی‌گرداند و به ذات اصلی خود که همان زندگی است قائم می‌کند. در آن موقع است که می‌توان 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 مسائل 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 می‌یابد.

با احترام،

پریسا از کانادا



همراهان عزیز گنج حضور، لطفاً برای ارسال پیغام‌های عشق خود، از کانال تلگرام آقای شهبازی که در زیر مشاهده می‌شود استفاده نمایید. در موارد استثنایی که دسترسی به تلگرام وجود ندارد، می‌توانید پیغام خود را از طریق ایمیل به آدرس ایمیل آقای شهبازی ارسال فرمایید.

با سپاس،

گروه تهیه مجموعه پیغام عشق



تلگرام آقای شهبازی

+1 818 970 3345



ایمیل آقای شهبازی

Shahbazi@rapidtest.com