



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

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)



## پیغام عشق

قسمت چهارصد و نود و هشتم





خانم شکوه



با سلام،

عهد بستیم با شادی، با عشق، با حقیقت که از آن ما باشند در تمام عمر، کم کم هر چه از عمرمان گذشت، دلهره، درد، غم و حس عدم امنیت حاصل از ناآگاهی در ما بیشتر شکل گرفت و با ما رشد کرد. غزل شماره ۲۵۵۳ دیوان شمس، اشاره به این عهد و پیمان و فراموش کردن آن و عواقب حاصل از این فراموشی دارد. شاید جا دارد هر زمان دچار غم، خشم، رنجش، و ترس شدیم از خود پرسیم:

کجا شد عهد و پیمانی که می کردی؟ نمی گویی؟  
کسی را کاو به جان و دل تو را جوید، نمی جویی؟

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

ای سالک راه عشق و معرفت، مگر متعهد نشده بودی که دلت جز برای عشق «او» نلرزد و تنها غم تو جدایی از «او» باشد. مگر نمی گفתי کار روی بعد معنوی در الویت ارزش های تو قرار دارد؟

پس چه شد که باز نگران نقش‌ها و هم هویت‌شدگی‌ها شده‌ای؟ چرا در جستجوی «او» که از جان و دل تو را می‌جوید نیستی؟ چرا در جستجوی حقیقت وجودی خود نیستی که از جنس عشق و شادی است؟ هر لحظه زندگی می‌خواهد عشق و شادی را از طریق تو به نمایش در آورد و پخش کند، پس تو را هر لحظه می‌جوید و وقتی تو یا در حسرت دیروز هستی و یا در دغدغه‌ی فردا، زندگی به تو دسترسی ندارد. چرا با بودن در لحظه، خود را در دسترس زندگی قرار نمی‌دهی؟

دل افکاری که روی خود به خون دیده می‌شوید  
چرا از وی نمی‌داری، دو دست خود نمی‌شوایی؟

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

تا وقتی یک هویت توهمی برای خود قایل هستی، مدام در پی دفاع از آن خواهی بود و در تب و تاب از دست دادنش. دایم می‌رنجی، و برای دفاع از این هویت ساختگی و عاریتی، دست به خشونت می‌زنی و چه خرابی‌ها که به بار نمی‌آوری و به چه دردها که نمی‌افتی.

گویی من ذهنی، کمر به آزار دل تو بسته است و تا دل تو را خون نکند و با خون دل که از دیده‌ات روان می‌شود روی خود را نشوید تو را رها نمی‌کند. تو که این حقیقت را می‌دانی چرا از منیت دست بر نمی‌داری و خود را رها نمی‌کنی؟ شاید با خود فکر می‌کنیم که چرا ما که در راه رها شدن از ذهن قدم برداشته‌ایم و متعهدانه روی خود کار می‌کنیم، از این تلاش نتیجه‌ای نمی‌گیریم و هنوز گاهی در درد و استرس لحظه‌های زندگی را سپری می‌کنیم. هنوز گاهی می‌رنجیم، هنوز گاهی خشمگین می‌شویم و می‌ترسیم و سپس پشیمان می‌شویم. پس خطاب به زندگی می‌گوییم:

مثال تیر مژگان‌ت، شدم من راست یکسانت  
چرا ای چشمِ بختِ من تو با من گز چو ابرویی؟

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

ای دوست، ای حقیقت‌آشنای وجود من، من لحظه‌ای تو را در دل دیدم، و از همان لحظه همچون تیر مژگان‌ت که قلبم را هدف گرفتند و دلم را صید کردند، به راستی با تو یکی شدم. پس چرا چشمِ بختِ من همچنان من را با دیده‌ی دو بین از «تو»، ای زندگی جدا می‌بیند؟

چه با لذت جفاکاری که می‌بُکشی بدین زاری؟  
پس آنکه عاشقِ گشته تو را گوید: چو خوش خویی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

ای یار، با ستمگری من را، این عاشق بیچاره خود را نسبت به هم‌هویت شدگی‌ها می‌کشی، و من به تو دست  
مریزاد می‌گویم و تو را نه ستمگر که مهربان می‌دانم. چرا که با اینکه جدایی از هم‌هویت شدگی‌ها دردناک  
است، رهایی از آنها سبب گشوده شدن دل و سبکبالی می‌شود.

ز شیران جمله آهویان گریزان دیدم و پویان  
دلا جویانِ آن شیری، خدا داند چه آهویی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

از این روست که من برخلاف دیگر آهوان که از شیر، از صیاد می‌گریزند، از چنگ شیر زندگی نمی‌گریزم، بلکه در جستجوی آن شیر هستم. صیدی هستم که خود صیاد را می‌جوید. چرا که می‌دانم، جور او همه لطف است و کرم. پس در هر حالی باشم، در سختترین و پر تشویش‌ترین روزهای زندگی نیز، از طی طریق سلوک غافل نمی‌شوم و هرگز به راهی که در پیش گرفته‌ام شک نمی‌کنم و خود را دلداری می‌دهم که:

دلا گر چه نزاری تو، مقیم کوی یاری تو  
مرا بس شد ز جان و تن، تو را مژده گزان کویی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

ای دل، اگر چه در غم جدایی از اصل خود نالان هستی، اما خبر خوش این است که تو دیگر مقیم کوی یار، از ساکنان فضای یکتایی، از جنس خود زندگی، امتداد «او» هستی، چرا که جان و تن، هر چه از دار دنیا است، دیگر من را بس است. دیگر تو را بسوی کوی هم‌هویت شدگی‌ها نمی‌برم.



به پیش شاه خوش می‌دو، گهی بالا و گه در گو  
ازو ضربت، ز تو خدمت، که او چوگان و تو گویی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

پس ای دل من همچون گویی در میدان زندگی، با ضربه چوگان «او» به حرکت درآ، گاه بسوی بالا، در اوج  
آسمان حضور و گاه بسوی پایین، در قعر چاه ذهن، که وظیفه تو خدمت به زندگی است، از راه تسلیم و  
فضاگشایی.

دلا جستیم سرتاسر، ندیدم در تو جز دلبر  
مخوان ای دل مرا کافر، اگر گویم که تو اوایی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

ای دل، تو را سرتاسر گشتم، و در تو جز دلبر، جز «او» دیگر چیزی ندیدم. دیگر از خویش «نیست» گشته‌ام و از دوست «هست». پس ای دل من، اگر می‌گویم تو خود «او»، خود کردگار هستی، من را کافر نخوان.

غلام بیخودی زانم، که اندر بیخودی آنم  
چو باز آیم به سوی خود، من این سویم تو آن سویی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

من از آن رو بنده بیخودی هستم که وقتی از «خود» بیخود می‌شوم، یعنی وقتی خود را از هویت‌های دروغین جدا می‌کنم، وقتی دلم را از صفت‌هایی که به من دادند پاک می‌کنم، به «او» می‌پیوندم، از جنس عشق، از جنس زندگی می‌شوم، حقیقی می‌شوم، ولی وقتی دوباره به طرف دنیای مادی و نقش‌های عاریتی خود کشیده می‌شوم و آنها را جدی می‌گیرم، گویی از دل خود، از اصل خود، از «او» از زندگی جدا می‌شوم، و به درد می‌افتم.

خُمُش کن، کز ملامت او بدان ماند که می گوید  
زبانِ تو نمی دانم که من ترکم، تو هندویی

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۵۳

بهتر است دیگر سخن نگویم و فکر و زبان خود را خاموش کنم، که هر وقت با ذهن فکر می کنم و سخن می گویم، هر وقت زبان به شکایت از جدایی باز می کنم، گویی زندگی از سر ملامت با من می گوید: «چه می گویی؟ من زبان تو را نمی دانم، که من به زبان زیبای حضور سخن می گویم و تو با زبان ناهنجار ذهن».

با احترام، شکوه 



خانم افسانه از اصفهان



با درود خدمت جناب شهبازی و عزیزان گنج حضور  
برنامه ۸۸۳، دفتر ششم، ۲۴۹

در داستان غلامی که عاشق دختر خواجه می شود، مولانا نکات مهمی را به ما یادآوری می کند.  
نکته اول اینکه: خدا از وقتی در شکم مادر، ما را تنید و برای بیرون آمدن به جهان به طور شگفت‌انگیزی آماده کرد و بعد از آن چه کسی این علم را به نوزاد یاد داد، گریه کند تا مادر به او شیر بدهد؟ چه کسی در تمام طول عمر، ما را از خطراتی که سر راهمان بود و ممکن بود ما را نابود کند رهانید؟ ولی ما به حساب خود گذاشتیم.

خواجه‌یی را بود هندو بنده‌یی  
پروریده، کرده او را زنده‌یی

علم و آدایش تمام آموخته  
در دلش شمع هنر افروخته

پروریدش از طفولیت به ناز  
در کنار لطف آن اکرام ساز

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم ابیات شماره ۲۴۹ تا ۲۵۱

همین که به ۱۰-۱۲ سالگی می‌رسیم، عقل من‌ذهنی را می‌بایست شناسایی می‌کردیم تا به درد نیفتیم ولی این دانش را نداشتیم و عقل من‌ذهنی را خود دانستیم. هر چه خوشمان آمد و بدمان آمد، در مرکز گذاشتیم. یادمان رفت خردی همواره با ما است و باید از آن خرد استفاده کنیم. آن را با من‌ذهنی پوشاندیم.

بود هم این خواجه را خوش دختری  
سیم اندامی، گشی، خوش گوهری

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۲۵۲

دختر می تواند چیزهای جهانی باشد که به خاطر زرق و برقی که دارند ما را عاشق خودشان می کنند. هر لحظه در فکر بدست آوردن آنها هستیم. مولانا می فرماید: حواست باشد، چیزهای جهانی تو را به طرف خود نکشد. خواجه می گوید: دخترم را به آدم پولدار نمی دهم چون پول آفل است و از بین می رود. به کسی که زیبا رو باشد هم دختر نمی دهم چون با زخمی، زیبایی از بین می رود. به کسی که پدرش قدرتمند باشد و از بزرگان باشد هم دختر نمی دهم چون انسان های شروری هستند. پس پول، قدرت، زیبایی، مقام نمی تواند انسان را خوشبخت کند، چون انسانها با این نقش ها و خصوصیات همانیده هستند. ولی من های ذهنی برعکس فکر می کنند و هر چه بیشتر بهتر را قبول دارند.

پس زنان گفتند: او را مال نیست  
مهتری و حسن و استقلال نیست

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۲۶۶

خواجه دامادی را برگزید که همانیدگی در مرکزش نبود. خدا انسانی را برگزیده می داند که همانیدگی در مرکزش نیست.

پس غلام خرد کاندرا خانه بود  
گشت بیمار و ضعیف و زار زود

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۲۶۹

انسان وقتی علاقه شدید به یک همانیدگی پیدا می‌کند، آن را از دست می‌دهد یا نمی‌تواند آن را به دست بیاورد، درد بسیاری می‌کشد، بطوری که بیمار می‌شود یا می‌میرد. وقتی خاتون از حال غلام باخبر شد، بشدت ناراحت و خشمگین شد و به خواجه گفت: این غلام مستحق مرگ است ولی خواجه که نماد خداست با خردش، اتفاقی را برای غلام طرح کرد که بفهمد همانیده شدن با دختر خواجه غلط است و دختر خواجه در حد انسان من‌ذهنی نیست. حتماً خدا برای اینکه همانیدگی را از مرکز ما بیرون کند اتفاقی را برای ما طرح می‌کند که به درد زیاد ختم می‌شود. خاتون گفت: ما دختر را به تو می‌دهیم، غلام خوشحال و حالش بهبود یافت. اینکه به خاطر یک همانیدگی انقدر تلاش می‌کنیم، حتی بیمار می‌شویم تا آن را بدست بیاوریم، غافل از اینکه از همان همانیدگی قرار است درد زیادی بکشیم. عروسی برای غلام به راه انداختند. جمعیتی از مرد و زن دف زنان و کف زنان جمع شدند. مردی که قیافه زن داشت را آرایش کردند و شب در تاریکی نزد غلام فرستادند. غلام هر چه داد و فغان کرد به دلیل سر و صدای جمعیت کسی صدای او را نشنید.



هندوک فریاد می‌کرد و فغان  
از برون نشنید کس از دف زنان

ضرب دف و کف و نعره مرد و زن  
کرد پنهان نعره آن نعره زن

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات شماره ۳۰۶ و ۳۰۷

دیگر اینکه شادی و خوشی های زود گذر نباید ما را فریب دهد. غلام وقتی شادی جمعیت را دید باورش شد که دختر را به او می‌دهند. در این لحظه اگر غلام شادی مصنوعی خود و دیگران را جدی نمی‌گرفت، مرکزش را از عشق دختر پر نمی‌کرد، می‌فهمید اینها برای درد دادن به اوست.

اگر ما به این همه هیاهو و سر و صدای جهان از طریق رادیو، تلویزیون، اخبار، حرف‌های مردم و سر و صدای ذهن گوش خود را می‌بستیم، گوش عدم ما صدای هوشیاری را می‌شنید. پس انسانی که من‌ذهنی را ادامه می‌دهد و پافشاری به همانیدگی بیش از اندازه را دارد، خدا به او درد بسیاری می‌دهد تا بفهمد همانیدگی ارزش این همه درد کشیدن را ندارد. بطوری که از آن همانیدگی بیزار شود و از مرکزش بیرون کند. مولانا می‌فرماید به همانیدگی‌ها ده بده یعنی اظهار انزجار کن تا از بلا در امان باشی. وقتی دختر خواجه را صبح آوردند و در کنار غلام نشست غلام از دختر متنفر شد.

گفت: کس را خود مبادا اتصال  
با چو تو ناخوش عروس بدفعال

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۳۱۴

این طرح داستان زیبا نماد زندگی هر انسان من‌ذهنی است که سالهاست دنیا به ما تجاوز می‌کند، ما درد بسیار می‌کشیم ولی به دلیل ناآگاهی و قرین نشدن با بزرگان، دوباره و دوباره می‌گذاریم خیلی راحت دنیا به ما تجاوز کند.

همچنان جمله نعیم این جهان  
بس خوش است از دور پیش از امتحان

می نماید در نظر از دور آب  
چون روی نزدیک، باشد آن سراب

گنده پیرست او و از بس چاپلوس  
خویش را جلوه کند چو نو عروس

–مولوی، مثنوی، دفتر ششم ابیات شماره ۳۱۶ تا ۳۱۸

از تمام نعمت‌های جهان می‌توانیم استفاده کنیم و لذت ببریم به شرط اینکه آنها را در مرکز نگذاریم. اگر به مرکز ما بیاید همان‌گونه می‌شویم در این صورت به دنیا اجازه می‌دهیم به ما تجاوز کند.

صبر کن، کالصبر مفتاح الفرج  
تا نیفتی چون فرج در صد حرج

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۰

صبر کن، صبر کلید رستگاری است. چیزی یا کسی در جهان می‌خواهد توجه تو را جلب کند به طرفش نرو تا مانند غلام در درد و بلا نیفتی. نکته دیگری که مولانا در این داستان به ما می‌آموزد این است که کارت را بر دوش دیگران مگذار، توقعت را از دیگران به صفر برسان.

گفت پیغمبر که جنت از اله  
گر همی خواهی، ز کس چیزی نخواه

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۳۳۳  
پیغمبر فرمود: اگر بهشت را می‌خواهی از کسی چیزی نخواه.

چون نخواهی، من کفیلم مر تو را  
جنت الماوی و دیدار خدا

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۳۳۴

هر کس به خدا توکل کند خدا برای او کافی است. اگر چیزی از کسی نخواهی من ضامن که تو را به دیدار خدا  
برسانم. راهی پر از بلاست ولی عشق پیشواست.

با سپاس فراوان، افسانه اصفهان



خانم رقيه از اردبيل



با سلام، خلاصه غزل شماره ۱۷۰۲

در ده شراب یکسان، تا جمله جمع باشیم  
تا نقشهای خود را یک یک فرو تراشیم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۲

خداوندا در این لحظه فضا را در اطراف اتفاقات زندگی باز می کنیم، تا به همه ما و تمام کاینات شراب مست کننده عشق را یکسان عطا کنی، تا چنان مست عشق شویم، که پخش کننده شراب تو در کاینات شده و در فضای یکتایی همه با هم جمع شویم و حس وحدت کنیم و حس کنیم که همه ما یک هشیاری هستیم، از جنس تو و هیچ فرقی با یکدیگر نداریم. در اثر این شراب یکسان نقشهای خودمان را که همان من ذهنی ماست یکی یکی بتراشیم و کوچک کنیم و از بین ببریم و از توی این من ذهنی به صورت اصلمان و حضور زنده شویم و بیرون بیاییم.

از خویش خواب گردیم هم‌رنگ آب گردیم  
ما شاخ یک درختیم، ما جمله خواجه تاشیم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۲  
با خوردن شراب یکسان توست که فضای درونمان باز شده و مرکز مان عدم می‌شود، و من ذهنی خاموش می‌شود. ما به هشیاری دیگری غیر از هشیاری من ذهنی تبدیل می‌شویم، یعنی به خواب حضور می‌رویم، و مانند آب روان و جاری شده و با اتفاقات و وضعیت‌های این لحظه ستیزه نمی‌کنیم. متوجه می‌شویم که در اصل یک درخت زندگی، یک هشیاری و یک خدا هست و هر کدام از این انسانها شاخه درخت زندگی هستند. جدا از رنگ و دین و نژاد... و تفاوت‌های سطحی همه ما بنده خدا هستیم و یک من ذهنی داریم که در همانیدگی‌ها با هم فرق داریم.

ما طبع عشق داریم، پنهان آشکاریم  
در شهر عشق پنهان، در گوی عشق فاشیم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۲



همه ما انسانها خاصیت عشق را داریم، یعنی وقتی فضا را باز می‌کنیم، مرکزمان عدم می‌شود، با زندگی یکی می‌شویم و این توانایی را داریم، که همان یک زندگی یا بودن را در خود و در دیگران شناسایی کنیم. این قسمت پنهان در درون ما شهر عشق است. اما در قسمت آشکارمان که شامل جسم، فکرها و هیجانات و جان تنی ماست، هم برای ابراز عشق است، تا بفهمیم که این جهان کوچه عشق است و باید مرتب به همدیگر عشق بدهیم. ولی مانعی که جلوی عشق و وحدت با خدا را می‌گیرد و نمی‌گذارد تا بفهمیم که ما شاخه یک درخت و یک هشیاری هستیم و پی به حقیقت وجودی خود کنیم، چسبیدن به همانیدگی‌ها، باورها و خرافات است، که ما را در افسانه من‌ذهنی گرفتار می‌کند.

خود را چو مرده بینیم، بر گور خود نشینیم  
خود را چو زنده بینیم، در نوحه رو خراشیم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۲

بنابراین باید با فضاگشایی‌های پی در پی تسلیم کامل شویم، نسبت به من‌ذهنی بمیریم و روی قبر خود بنشینیم و فاتحه بخوانیم که در این صورت پرونده من‌ذهنی، بسته می‌شود، و داستان من تمام می‌شود. اما اگر بخواهیم هر لحظه بر حسب یک چیزی در مرکزمان ببینیم، و آن دید را در معرض تماشا بگذاریم و بگوییم می‌دانم، این زنده بودن، و مقاومت کردن در مقابل قضای الهی است. اگر خودمان را زنده ببینیم، دائماً در عزا و درد خواهیم بود. چون من‌ذهنی زنده‌ایست که هر لحظه چیزی از جهان می‌خواهد و خرد زندگی را زیر پا می‌گذارد، می‌ترسد، حسود است و همیشه غمگین است...

هر صورتی که روید بر آینه دل ما  
رنگ قلاش دارد، زیرا که ما قلاشیم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۲

هر همانیدگی که روی آینه دل ما بروید و ما بر حسب آنها فکر و عمل کنیم و خودمان را از جنس من‌ذهنی بدانیم.

باید متوجه شویم که همانیدگی‌ها رنگ دغل و فریب دارند و از جنس منیت هستند و زندگی ندارند. زندگی با قانون قضا اجازه رشد آنها را نخواهد داد. ما به صورت حضور، یعنی فضای گشوده شده هم آینه هستیم و هم ترازو، که قدرت سنجش داریم و هشیاری ما خالص و ناهمانیده است.


ما جمع ماهیانیم بر روی آب رانیم  
این خاک بوالهوس را بر روی خاک پاشیم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۲

همه ما انسانها ماهیانی هستیم که توی آب هشیاری شنا می‌کنیم و باید توی فضای گشوده شده یا فضای یکتایی باشیم. ما نمی‌توانیم همانیده شده و در خشکی من‌ذهنی که پر از هوس و حرص است، زندگی کنیم. ما به وسیله یک بافت ذهنی، از یک چیز ذهنی می‌خواهیم لذت بکشیم و شراب بگیریم. حتی حضور را با ذهن می‌خواهیم تجسم کنیم. در حالی که باید این خاک پر از خواهش را به جهان پاشیم. ما هشیاری و زر خالصی هستیم که میل نداریم به چیزی در جهان بچسبیم و از آنها زندگی بخواهیم. بلکه ما خود زندگی و پر از شادی و عشق و آرامش هستیم.

تا ملک عشق دیدیم، سرخیل مفلسانیم  
تا نقد عشق دیدیم، تجار بی قماشیم

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۲

وقتی فضای درون ما وسعت می یابد و بی نهایت می شود، ما شهر عشق که همان فضای یکتایی است را می بینیم و حس می کنیم و با خدا یکی می شویم. وقتی به عشق زنده می شویم، این زندگی زنده در ما ذاتا فقیر و بی چیز و سر دسته همه مفلسان است و هیچ احتیاجی به همانیدگی ها ندارد. بنابراین شروع می کند خودش را از ما به صورت شادی و آرامش و پذیرش بیان کردن و ما متوجه می شویم که همه انسانها فقط به عشق احتیاج دارند و کارهای بیرونشان هم در واقع بهانه ای برای عشق دادن و عشق گرفتن است. با سپاس فراوان از برنامه گنج حضور 

-رقیه اردبیل



خانم پروین از مهاباد



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

تسلیم و فضاگشایی 

تسلیم یعنی در سلامت بودن، یعنی در صلح و آشتی بودن، یعنی عدم مقاومت. تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه بی قید و شرط، بدون هیچ قضاوتی. وقتی ما به عنوان هوشیاری اتفاق این لحظه را دیده و بدون قید و شرط می پذیریم، فضاگشایی را تجربه می کنیم. فضاگشایی طبیعی است. کار ما عدم فضا بندی، عدم مقاومت است. اگر مقاومت نکنیم، از این فضای گشوده شده، خرد و برکت زندگی به اتفاق این لحظه می ریزد و ما می توانیم از این خرد برای تغییر وضعیت استفاده کنیم. من ذهنی تسلیم را به معنی قربانی و اسیر شدن می پندارد. تسلیم، قربانی اتفاق این لحظه شدن نیست. اتفاقا ما با مقاومت قربانی اتفاق این لحظه می شویم. ما تسلیم زندگی می شویم نه این که قربانی و اسیر یک اتفاق بشویم. ما با تسلیم و فضاگشایی برای تغییر وضعیت این لحظه فعال هستیم اما با استفاده از خرد زندگی نه بر اساس می دانم‌ها و حیل‌های من ذهنی.

تسلیم، فضاگشایی. فضاگشایی طبیعی است. فضاگشایی کار زندگی است اما من ذهنی با حيله و می دانم می خواهد مقاومت و فضابندی کند. صبر هوشیارانه ما در این حالت و عدم دخالت در کار زندگی بسیار مهم است. ما در لحظات مختلف نیستیم ما در این لحظه هستیم. وضعیت و فرم این لحظه تغییر می کند ولی این لحظه تغییر نمی کند. ذهن ما وضعیت این لحظه را به صورت اتفاقها که می آیند و می گذرند نشان میدهد تا ما فضای باز بین آنها را، «این لحظه» را ببینیم. مانند این که کلاغها در آسمان می گذرند و ما زیبای و عظمت آسمان را می بینیم. البته اگر کلاغها برایمان مهم نباشند و تمام توجه ما را جذب نکنند. به همین صورت اگر ما تمام توجه خود را جذب اتفاق نکنیم، با گذشتن اتفاقات می توانیم فضای باز و ساکن بین آنها را ببینیم. اگر فکر کنیم اتفاق این لحظه مهم است اتفاق تمام توجه ما را جذب می کند. عمیقا درک کنیم که اتفاق مهم نیست. اتفاق بازی است فضا مهم و جدی است. بپذیریم که قضاوت ما در مورد اتفاق هر چه باشد باطل است. اتفاق این لحظه اولاً مهم نیست و ثانياً برای تجربه فضاگشایی در ما مفیدترین اتفاق است. فضاگشایی ما را به جنس اصلی خود تبدیل می کند. فضاگشایی ما را وفا به الست می کند.

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](http://www.parvizshahbazi.com)**