



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت نهصد و سی ام





آقای فرشاد از خوزستان



با عرض سلام

«خود رضامندی»

«خود رضامندی» یعنی این که ما وقتی تصمیم به انجام کاری می‌گیریم، در ابتدا با جدیت زیاد کار را دنبال می‌کنیم و تمام تلاشمان را می‌کنیم، ولی بعد از گذشت مدتی که ما می‌بینیم پیشرفت کرده‌ایم، این احساس به ما دست می‌دهد که من دیگر موفق شدم و کار تمام شده است. بنابراین یک دفعه فریب ذهن را می‌خورم و از جدیت و تلاشم دست برمی‌دارم و نتیجه این می‌شود که آن پیشرفت و موفقیتی هم که به دست آمده بود از بین می‌رود.

حالا، «خود رضامندی» در معنویت و کار روی خود برای من چگونه است؟

جملاتی مانند:

«این لحظه باید خیلی هشیار باشید که چیزی مرکزتان نیاید»، «هر قدم را دام بدانید و با حزم و تأمل و صبر راه بروید»، «از فکرها پذیرایی کنید و پیغام آن را بگیرید»، «حضور ناظر قوی داشته باشید»، این جملات را خیلی زیاد در برنامه می‌شنوم و هر دفعه هم با این پندار کمال که من دیگر همه این‌ها را رعایت می‌کنم، از آن‌ها رد می‌شوم. بعد جلو که می‌روم، می‌بینم یک‌دفعه حالت گرفتگی و منقبضی به من دست داد و متوجه می‌شوم که زیاده‌روی کرده‌ام و بدون احتیاط قدم برداشته‌ام.

آن بُزِ کوهی دَوَد که دام کو؟
چون بتازد، دامش افتد در گلو
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۰

حالا که به حالت اضطرار و اورژانس رسیدم و دیدم عالم گرفته شد، دوباره شروع می‌کنم به جدیت زیاد در کار و پرهیز. دوباره حواسم را جمع می‌کنم و با احتیاط کامل قدم برمی‌دارم.

این کار مرتب و مرتب تکرار می‌شود و من هی جدی می‌گیرم، هی پندار کمالم گولم می‌زند.

گویدش: رُدُّوا لِعَادُوا، کارِ توست
ای تو اندر توبه و میثاق، سست
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸

عاشقِ حالی، نه عاشقِ بر منی
بر امیدِ حالِ بر من می‌تنی
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸

حالا، چگونه وقتی حال خوب است، پندار کمالم مرا گول می‌زند؟

۱- فکر می‌کنم درد و همانیدگی و بی‌مرادی دیگر تمام شده و این حال خوبم ثابت می‌ماند. مثل حالتی که وقتی دندان درد می‌آید، ما خیلی مواظبت و پرهیز می‌کنیم، ولی همین که خوب شد دوباره مراقبت نمی‌کنیم و فکر می‌کنیم برای همیشه خوب می‌ماند.

۲- پندار کمال باعث می‌شود که من تمرکز و حواسم را روی خودم بردارم. می‌گویند تو الآن دیگر بلد هستی، پس برو با بقیه در مورد زندگی‌شان صحبت کن، شاید بتوانی کمک کنی.

۳- حواسم می‌رود به حرف دیگران درباره خود که آیا تعریف و تأیید می‌کنند.

ترک معشوقی کن و، کن عاشقی

ای گمان برده که خوب و فایقی

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۹

۴- کنجکاو شدن درباره اوضاع و احوال فامیل و آشنایان. خودبه‌خود سر حرف باز می‌شود و آدم بدون نظارت بر خودش، یک‌دفعه در دام ذهن می‌افتد.

۵- چون وضعیت اورژانس نشده، بنابراین خیلی وقت تلفی می‌کنم. مثلاً بیهوده در گوشی چرخ می‌زنم و دنبال اتفاق جدید و جالب می‌گردم.

۶- قرین و عدم توانایی در نگه داشتن خودم پیش آن‌ها. خیلی حواسم را جمع می‌کنم که تحت تأثیر قرار نگیرم، ولی یک‌دفعه حرفی از دهانم در می‌رود، در صورتی که همین بلا قبلش هم سرم آمده بوده و عبرت نگرفتم. اگرچه از قبل، حزم و دوراندیشی و بدبینی نسبت به این موضوع داشتم، ولی نتوانستم در برابر کشش ذهن، خودم را نگه دارم.

زین کمین، بی‌صبر و حزمی کس نجست
حزم را خود، صبر آمد پا و دست
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳

۷- ترازوی خداوند را فراموش می‌کنم. فراموش می‌کنم که ذره‌ای حرکت با من ذهنی، مرا گرفتار می‌کند. شاید به درجه‌ای نرسیده‌ام که واقعاً درک کنم که با این کارهای حاشیه‌ای، دارم برای خودم دام می‌گذارم.

در زمانه صاحب دامی بود؟
همچو ما احمق که صید خود کند؟
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷

گاو گر واقف ز قصابان بدی
کی پی ایشان بدان دکان شدی؟
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۲۷

گاو اگر می‌دانست که قصاب برای چه کاری او را به دکان می‌برد، هرگز به دنبالش نمی‌رفت. ما هم اگر می‌دانستیم که این حالت بی‌حزمی، ما را گرفتار می‌کند، به حرف من ذهنی گوش نمی‌کردیم.

۸- من ذهنی را دست کم می گیرم. کما این که همین الآن من ذهنی است که دارد فریبم می دهد و متوجه نیستم.

۹- فکر می کنم پندار کمال ندارم و اصلاً به خودم نمی گیرم. همان پندار کمال به من می گوید که تو کارهایت براساس پندار کمال نیست.

از همه ی این جریانات که در من اتفاق می افتد، به این نتیجه رسیدم که واقعاً همه چیز به طلب من بستگی دارد. من اختیار دارم و می توانم همه ی این کارها را انجام ندهم.

و در پایان سپاس از آقای شهبازی که به ما یاد دادند که مواظبِ حالت خود رضامندی باشیم.

با تشکر و سپاس
-فرشاد از خوزستان



خانم سرور از گلستان



چند اصل و قانون، که نشان زنده بودن ما به زندگی ست:

هر یک از این اصول یا قوانین، به منزله چراغی است که می تواند راه ما را روشن کند و راهنمای ما باشد.

۱- حضور در لحظه حال

۲- تسلیم یا فضاگشایی، یا به زبان ساده تر پذیرش اتفاقات

۳- وفا به عهد الست

۴- صبر، شکر، رضا، پرهیز

۵- شادی بی سبب

۶- انصتوا، خاموشی ذهن

۷- پذیرش قضا و کن فکان

۸- قانون جبران مادی و معنوی

۹- تعهد، مداومت، تکرار و طلب

البته اصول و قوانین دیگری هم وجود دارد که بسیار مهم‌اند، و هر لحظه ما می‌توانیم از آنها به عنوان چراغ استفاده کنیم.

این چند اصل که در اینجا بیان شده، به نظرم بسیار مهم است. چون برای خودم بسیار راهگشا بوده و چراغ راهم شده، و هر لحظه به تناسب حال از این چراغ‌ها استفاده می‌کنم و از آنها کمک می‌گیرم تا از دام و تله من‌ذهنی رها شوم. بر هر یک از ما واجب است که این موارد را مرتب در خودمان بازبینی کرده و با آنها مراقبه کنیم.

در ما دو نوع هشیاری وجود دارد:

هشیاری حضور یا نظر که اصل و ذات ماست. هشیاری نظر مانند آسمانی، مرتب در حال وسعت و کش آمدن است. به عبارتی، در درون ما آسمان یا فضایی وجود دارد که همه چیز در آن، جا می‌شود و همه چیز در آن اتفاق می‌افتد، که با هر فضاگشایی این آسمان باز و وسیع تر می‌شود.

هشیاری دیگر، هشیاری جسمی است، که عاریه گرفته از این جهان است، از پدر، مادر و جامعه یاد گرفتیم. هشیاری جسمی، محدود، جامد و شکننده است و باید دوره‌اش کوتاه می‌بود. چون ناآگاه هستیم، فکر می‌کنیم این هشیاری اصلی ماست. در نتیجه فقط هشیاری جسمی را می‌شناسیم. در حالی که اداره کننده ما هشیاری ناب خداوندی است که هر لحظه با فضاگشایی، می‌توانیم به آن زنده شویم.

باید خودمان را به سلاح حضور مجهز کنیم، چگونه؟

چگونه می‌توانیم در این جهان پر هیاهو، در میان من‌های ذهنی که هر لحظه می‌خواهند ما را از حضور خارج کنند، به زندگی زنده شویم، و این زنده بودن را حفظ کنیم؟

چطور می‌توانیم متوجه شویم که در این لحظه به زندگی، به عشق، به خداوند، زنده هستیم یا به من‌ذهنی؟

۱- اولین نشانه یا اولین چراغ، حضور در لحظه است:

این مهم‌ترین وظیفه و مسئولیت ماست که خودمان را در این لحظه نگه داریم، و به بودن، به عشق، به خدا، زنده باشیم. بودن، که حضور در لحظه است، باید در لحظه زندگی ما جاری باشد. همه کارهای ما باید همراه با بودن، یعنی آگاهانه انجام پذیرد.

همیشه ما باید زنده به این لحظه باشیم. این لحظه زمان نیست، خداوند است، زندگی زنده است که در تمام وجود ما جریان دارد، و همه چیز ما اوست. خداوند خودش را به صورت خلأ در ما نفوذ داده و ما زنده به او هستیم. به این زنده بودن باید لحظه به لحظه آگاه باشیم. خداوند را فقط در این لحظه می‌توانیم ملاقات کنیم، به عبارتی، فقط در این لحظه می‌توانیم به خدا زنده شویم.

پس چرا ما نمی‌توانیم این اصل مهم را در زندگی مان به اجرا دریاوریم؟ چرا نمی‌توانیم به این لحظه بیاییم و در این لحظه بمانیم؟

چون من‌ذهنی زمان‌گرد است، یعنی در زمان زندگی می‌کند، سد راه ماست و نمی‌گذارد ما به این لحظه بیاییم.

اگر به این لحظه بیاییم، گرمای این لحظه که گرمای عشق است، من ذهنی را ذوب می کند، در نتیجه من ذهنی از بین می رود. اما من ذهنی نمی خواهد از بین برود، می خواهد باقی بماند. ولی ما به عنوان هشیاری، باید با نظارت بر ذهن، من ذهنی و ذهن را بیکار کنیم.

ما با فضاگشایی می توانیم به این لحظه بیاییم و در این لحظه بمانیم.

باید چراغ در لحظه بودن را، همیشه در خودمان روشن نگه داریم و تمام سعی ما این باشد که در لحظه حال باشیم، در این حالت است که ما با خداوند احساس یگانگی می کنیم و از تفرقه و دویی ذهن آزاد می شویم، خداوند در ما متجلی شده و هشیاری بر هشیاری منطبق می شود.

وقت حضور تو دوتا گشت جان
رسته شد از تفرقه خویشتن

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۰۸

۲- نشان یا چراغ دیگر زنده بودن به زندگی، تسلیم کامل است. تسلیم پذیرش بی قید و شرط اتفاق این لحظه، قبل از قضاوت ذهن است. چون ذهن دایم خوب و بد می کند. قبل از قضاوت ذهن، یعنی هر اتفاقی را باید بدون چون و چرا بپذیریم. این پذیرفتن بدین معنی نیست که نخواهیم اتفاق را تغییر دهیم. بلکه با پذیرش اتفاق، قبل از قضاوت، مرکز ما عدم می شود. در آن لحظه خداوند است که وارد عمل می شود و با خرد خودش به ما کمک می کند تا بهترین تصمیم را بگیریم و چالش پیش آمده را حل و فصل کنیم.

شرط، تسلیم است، نه کار دراز
سود نبود در ضلالت ترک تاز
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳

شرط زنده شدن به بی نهایت خدا تسلیم و پذیرش بی قید و شرط اتفاق این لحظه است، نه سعی و تلاش با من ذهنی. در تاریکی ذهن، ترک تازی کردن، بحث و جدل کردن، و خدا را با ذهن جستجو کردن فایده ای ندارد و شرک است.
با تسلیم و فضاگشایی به جنس اصلی مان تبدیل می شویم و به عهد الست وفا می کنیم.

۳- وفا به عهد الست:

الست یعنی ما به عنوان هشیاری، شاهد بودن خود هستیم. برای شناسایی جنسیت خود به عنوان امتداد زندگی، ما به هیچ چیزی از جهان نیاز نداریم. هشیاری برای شناسایی خود، حتی به ذهن و فکر کردن هم نیاز ندارد. هشیاری از ذهن، برای آفرینش استفاده می کند، نه اینکه تعیین کند که کیست! این حقیقت فقط تجربه و دیده می شود، قابل توضیح با ذهن نیست.

عهد الست می گوید: مرکز ما دایما باید عدم، یعنی خدا باشد. ولی ما این کار را نمی کنیم، برای اینکه تحریکات بیرونی، ما را از این حالت بیرون می آورد. هر تایید یا هر توجهی، می تواند ما را از الست خارج کند. برای وفا به عهد الست، باید لحظه به لحظه به اتفاقات بله بگوییم.

اما ذهن این عهد و پیمان را می شکند، بر ماست که این پیمان را هر لحظه تجدید کنیم، یعنی خودمان را در این لحظه نگه داریم و دیگر به ذهن و زمان نرویم.

گویدش: رُدُّوا لِعَادُوا، كَارِ تَوْسِتِ
 اِی تُو اَنْدِر تُوْبِه و مِیثَاق، سُسْتِ
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸

ردوا لِعَادُوا آیه قرآن است. در این آیه خداوند می‌فرماید: ای انسانِ سستِ ایمان، تو در توبه و میثاق، یعنی برگشت به سوی من، تعهد سست داری و عهد الست را شکستی، وفادار به عهد الست نیستی. کار تو این است که با تحمل درد هشیاران، به فضای یکتایی، یعنی به سوی من می‌آیی، ولی نمی‌توانی هشیاران را با من بمانی، و دوباره به ذهن برمی‌گردی.

۴- صبر، شکر، رضا و پرهیز:

صبر و شکر: صبر و شکر از خاصیت‌های خداوند است. هرکسی صبر دارد و شکر می‌کند، پس مرکزش عدم شده. کسی که مرکزش را عدم کرده، حتماً تا حدودی به خدا زنده شده؛ وگرنه ذهن محدود، نه صبر دارد، نه شکر می‌کند. هر موقع عجله داریم، بدانیم ذهن و من ذهنی در ما فعال است.

شکر یکی از جنبه‌های قانون جبران است. شکر می‌کنیم که بودن در لحظه را یاد گرفتیم. گرچه که ذهن ما را از این لحظه خارج می‌کند، ولی می‌توانیم از خداوند عذر بخواهیم و دوباره به این لحظه برگردیم. زمانی می‌توانیم به طور واقعی شکر کنیم که مرکز ما عدم شده باشد. ذات ما شاکر و قدرشناس است. من ذهنی قدرشناسی و شکر را نمی‌شناسد. دائماً طلبکار است و دنبال هرچه بیشتر بهتر است.

صبر همی گفت که من مژده ده وصلم از او
شکر همی گفت که من صاحب انبارم از او
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۴۲

صبور بودن به ما مژده وصل شدن به خداوند را می‌دهد. صبر همان قانون مزرعه است که برای به بار نشستن درختی، باید صبر کنیم و عجله نداشته باشیم. شکر، یعنی ما از جنس فراوانی هستیم. صبر و شکر برکت و فراوانی را به زندگی ما می‌آورد و ما را از دیگران بی‌نیاز می‌کند.

رضا:

رضا هم از فضای گشوده شده و مرکز عدم می‌آید. رضا یعنی من به اتفاق توجه نمی‌کنم و اتفاق را بازی زندگی می‌دانم، در اطراف اتفاق فضاگشایی می‌کنم و راضی هستم. رضا خصوصیتی است که در من ذهنی وجود ندارد.

هزار ابر عنایت بر آسمان رضا است
اگر ببارم، از آن ابر بر سرت ببارم
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

پرهیز:

وقتی مرکز ما در اثر فضاگشایی عدم می‌شود، دیگر میل نداریم با چیزی یا کسی همانیده شویم، یا همانیدگی جدید ایجاد کنیم، چون می‌دانیم درد خواهد داشت. پس پرهیز می‌کنیم. پرهیز از مرکز عدم می‌آید و در ذات ما وجود دارد. بنابراین سعی می‌کنیم همواره زندگی همراه با پرهیز داشته باشیم. دیگر هیچ دردی را به مرکزمان راه نمی‌دهیم. پرهیز می‌کنیم از ترس، خشم، توقع، رنجش، کینه، غم و غصه و دردهای دیگر من‌ذهنی.

با صبر، رضا، شکر و پرهیز، جان و هشیاری ما از محدودیت ذهن رها شده و وجود ما لبریز از شادی و آرامش می‌شود.

۵- شادی بی سبب و ذوق زندگی:

یکی دیگر از خاصیت‌های زنده بودن به زندگی، شادی بی سبب است. شادی بی سبب، شادایی است که سبب ذهنی و علت بیرونی ندارد. شادی حالت دینامیک و پویای آرامش است. شادی بی سبب، چشمه‌ایست که از ذات خداوند سرچشمه می‌گیرد. این شادی در ذات ما هم وجود دارد. پس چشمه‌ای به نام شادی بی سبب، شادی زندگی، در درون ماست که دایم در حال جوشش و فوران است. هر لحظه که بخواهیم می‌توانیم از آن بهره‌مند شویم که با پذیرش، این چشمه از درون ما جاری می‌شود و ما شادی و آرامش را تجربه می‌کنیم. پس از مدتی خلاق می‌شویم و ذوق در ما پدید می‌آید، دیگر از کسی تقلید نمی‌کنیم و فکرهای مان را خودمان خلق می‌کنیم.

مرا عهدیست با شادی که شادی آن من باشد
 مرا قولیست با جانان که جانان جان من باشد
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۷۸

من به عنوان هشیاری، با شادی، با خداوند، عهدی بستم که شادی آن من و ذات من باشد. چون ذات و جنس من با ذات زندگی یکی است. خداوند از جنس شادی و آرامش است. من هم که از جنس زندگی هستم، وجودم لبریز از شادی، سکون و آرامش است و باید این شادی را در جهان پخش کنم. پس تنها عهد و پیمان من با زندگی، شاد زیستن؛ و تنها قول من به جانان، زنده شدن به جان زندگی و خداوند است.

مورد بعدی زنده بودن به زندگی:
 ۶- انصتوا، خاموش باشید است:

انصتوا یعنی خاموش باش، ذهنت را خاموش کن، فرمانی ست که از طرف خداوند به ما رسیده، باید این فرمان را اجرا کنیم.

انصتوا، یعنی خاموش کردن ذهن.

انصتوا یعنی بی‌ذهنی، بی‌واکنشی و ساده شدن ذهن.

انصتوا یعنی صفر کردن مقاومت و قضاوت.

وقتی ذهن خاموش است، قضاوتی هم در کار نیست، به عنوان شاهد و ناظر، فقط نظاره‌گر هستیم.

خاموش کردن، ذهن مهمترین تمرین معنوی است. سکوت ذهن، نزدیکترین حالت ما به خداوند است.

پس شما خاموش باشید انصتوا

تا زبانتان من شوم در گفت و گو

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

۷- پذیرش قضا و کُنْ فَاکان

«قضا» اراده الهی و تصمیم خداوند در این لحظه است. قضا یعنی خدا، هر لحظه اراده و قضاوت می کند و در این لحظه اتفاقی برای ما پیش می آورد که بهترین اتفاق برای تغییر ماست، باید قضا را باز کنیم تا قضا کارش را انجام دهد. این لحظه یک نیروی قضاوت می کند و تشخیص می دهد. ما زیر نفوذ آن نیرو هستیم. آن نیرو قضاست. قضا در واقع انتخاب و فکر کردن خداوند است.

کُنْ فَاکان یعنی خداوند تصمیم می گیرد، اراده می کند و اتفاقی را به وجود می آورد، باید قضا را در اطراف اتفاق باز کنیم، تا «بشو، می شود» خداوند به کار افتد. تحول ما، و فرآیند تبدیل ما توسط قضا و کن فکان صورت می گیرد. قضا و کن فکان است که انسان را اداره می کند. کُنْ فَاکان، توان مندی شکوفایی ما در این لحظه است؛ توان مندی تبدیل و تغییر ماست. این توان مندی در ذات همه انسان ها هست. در صورتی که فضاگشایی کنیم، فرم ما آباد و بی فرمی ما وسیع و ریشه دار می شود. در صورتی که فضاگشایی کنیم، فرم ما آباد و بی فرمی ما وسیع و ریشه دار می شود. ما با «تسلیم و فضاگشایی»، با «قضا و کُنْ فَاکان» عملاً همکاری می کنیم؛ و این همان توکل و اعتماد به زندگی است.

همان طور که گلی باز می شود، درختی جوانه می زند و شکوفه می دهد، ما هم زیر نفوذ قضا و کن فکان هستیم. همه چیز زیر نفوذ قضا و کن فکان قرار دارد. ولی من ذهنی قضا و کن فکان را زیر پا می گذارد.

اگر کسی به درک این موضوع برسد که این لحظه خدا تصمیم می گیرد و اتفاق را برای من به وجود می آورد، باید در اطراف آن فضا باز کنم، اتفاق هر چه باشد، باید بپذیرم و مرکز را عدم کنم تا خداوند قدم به مرکز بگذارد، در این حالت کن فکان به نفعش کار می کند.

پس شرط این که قضا و کن فکان به نفع ما کار کند، تسلیم و عدم مقاومت به اتفاق این لحظه است. اگر به اتفاق این لحظه مقاومت کنیم، آسمان درون ما باز نمی شود. همچنین وقتی فضا را در اطراف اتفاقات می گشاییم، خداوند با فرمان کن فکان مرکز ما را عدم می کند، همانیدگی ها و دردهای ما را شفا می دهد.

بیا بیا که هم اکنون به لطف کُنْ فَيَكُونُ
 بهشت در بگشاید که غَيْرَ مَمْنُونِست
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۸۵

خدا در هر لحظه ما را صدا می‌زند، بیا، به این لحظه بیا. صرف‌نظر از آنچه که در گذشته انجام داده‌ای، هم‌اکنون به فرمان «قانون قضا» و به لطف «قانون کُنْ فَيَكُونُ» خدا می‌گوید: «بشو و می‌شود»، بهشت، مرکز عدم، درش را به روی تو می‌گشاید. برکت، شادی و آرامش آن ناگسستنی و دائمی است، پس فضا را بگشا، اتفاقات را بپذیر، و زندگی را با پذیرش بی‌قیدوشرط اتفاق این لحظه آغاز کن تا «کُنْ فَكَانَ» در تو به کار افتد. در بهشت عدم به رویت گشوده شود و برکات این فضای گشوده شده، تمام وجودت را در برگیرد که آن برکات ناگسستنی است و هرگز قطع نمی‌شود.

۸- اجرای قانون جبران مادی و معنوی:

قانون جبران، قانون کائنات است، و در تمام جنبه‌های زندگی ما نمود پیدا می‌کند که موجب پیشرفت یا شکست مادی و معنوی ما خواهد شد، پس بر ماست که حتماً این قانون را رعایت و اجرا کنیم.

قانون جبران دو جنبه دارد، جبران مادی و معنوی.

برای اجرای قانون جبران معنوی، باید وقت بگذاریم. در روز حداقل دو ساعت باید به برنامه گنج حضور گوش بدهیم. ابیات را یادداشت کنیم، از روی ابیات مرتب بخوانیم. ابیات کلیدی را حفظ کنیم. مخصوصاً ابیاتی را که مرتب در برنامه‌ها تکرار می‌شود، حتماً حفظ کنیم تا در چالش‌ها بتوانیم از آنها کمک بگیریم. نمی‌شود ده دقیقه به برنامه گوش بدهیم، فکر کنیم همین کافی است، نه، کافی نیست. یک برنامه را باید از اول تا آخر گوش بدهیم، بیت‌به‌بیت باید بخوانیم و تأمل کنیم. بگذاریم ابیات مثل چراغ در درون ما روشن شوند.

جنبه دیگر، قانون جبران، جبران مالی است. اگر به برنامه گوش می‌کنیم، ولی جبران مالی نکنیم، باید بدانیم که متعهد به برنامه نیستیم و برنامه گنج حضور، روی ما اثر نخواهد گذاشت. باید ماهیانه به عنوان جبران به برنامه کمک مالی بکنیم، (البته در اصل به خودمان کمک می‌کنیم، یعنی خودمان را به حساب می‌آوریم و برای خودمان ارزش قایل می‌شویم.) تا ذهن اجازه دهد که برنامه روی ما کار کند. همان‌طور که برای خرید چیزی باید بهایی بپردازیم، برای نصب شدن برنامه در خودمان هم، باید بهای آن را بپردازیم. و اگر نه ذهن نمی‌گذارد برنامه را از آن خودمان بدانیم. پس قانون جبران مادی و معنوی را حتماً باید انجام دهیم تا پیشرفت کنیم. یکی از دلایل عدم پیشرفت ما رعایت نکردن قانون جبران است.

خیره میا، خیره مرو، جانب بازار جهان
زانکه درین بیع و شری، این ندهی، آن نبری
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵۵

۹- تعهد و هماهنگی، مداومت و تکرار و طلب:

ما باید دائماً به مرکز عدم متعهد و با آن هماهنگ شویم، یعنی فکر و عمل ما باید از مرکز عدم بیاید. مدت زیادی باید مرکز عدم را ادامه دهیم، مثلاً دو سال یا بیشتر. بستگی به کار ما دارد. هر روز تا آن جا که می توانیم، مرکز عدم را تکرار کنیم. پس از چند سال تمرین و کار روی خود، می بینیم که مرکز ما دیگر همیشه عدم است.

قانون تعهد و هماهنگی، یعنی متعهد و مصمم بودن به انجام کاری، به طوری که هیچ چیز و هیچ کس نمی تواند جلوی ما را بگیرد و در این راه طلب داریم، طلب زنده شدن به خدا. میزان تعهد ما بستگی به طلب ما و اجرای قانون جبران دارد. اگر ما توجه، تمرکز و مداومت روی یک کاری می گذاریم، حتماً به آن کار تعهد داریم. باید به خودمان ثابت کنیم که به برنامه گنج حضور متعهد هستیم، به مرکز عدم، به فضاگشایی متعهد هستیم.

ما تعهد داریم، از اتفاق این لحظه به عنوان ابزار، برای شناخت زندگی مان استفاده نکنیم. متعهد هستیم که در ذهن نباشیم و از فکری به فکر دیگر نپریم. متعهد هستیم که دائماً ناظر ذهن مان باشیم. متعهد به قانون قرین هستیم و اطراف آدم‌هایی که می‌خواهند ما را به ذهن بکشند، نمی‌رویم.

اگر به مولانا متعهد هستیم، حتماً شعرهایش را می‌خوانیم، معنی آن را پیدا کرده و روی خودمان اعمال می‌کنیم. متعهد بودن لزوم به مداومت و طلب را ایجاب می‌کند. باید ثابت کنیم متعهد هستیم. متعهد بودن لزوم به مداومت و طلب را ایجاب می‌کند. باید ثابت کنیم متعهد هستیم. اگر متعهد واقعی باشیم، آثارش را حتماً در زندگی مان خواهیم دید.


بدون تعهد و هماهنگی، بدون طلب و بدون قانون جبران، حرکت از من‌ذهنی به سوی فضای یکتایی امکان‌پذیر نیست و در این راه موفقیتی کسب نخواهیم کرد.

– برگرفته از برنامه‌های گنج حضور
– با احترام، سرور از گلستان



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