



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

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





## پیغام عشق

قسمت نهصد و چهل و سوم





خانم دیبا از کرج



به نام خدا

اهمیت تکرار ابیات مولانا چیست؟

با تکرار ابیات مولانا از فکرهای تکراری دور می‌شوم و این تکرارها مثل آفتابی به مرکز همانیده و یخ زدهٔ من می‌تابد تا روح بی‌نهایت و خداگونه‌ام را از ذرهٔ من ذهنی بیرون بکشم و بتوانم بدون اینکه از جنس اتفاق شوم فضا باز کنم و از کنار آنها عبور کنم.

آفتابی در یکی ذرهٔ نهان  
ناگهان آن ذره بگشاید دهان

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰

روح بی‌نهایت و آفتاب زندگی در مرکز همهٔ انسانها پنهان است.

اگر ما با سبب سازی‌های ذهن در شب دنیا گیر نکنیم و با چیزی همانیده نشویم آفتاب حضور ناگهان از ذره جسم ما طلوع می‌کند و با نور عدم یکی می‌شویم.

عبرتی گیر، اندر آن گه کن نگاه  
برگ خود عرضه مکن ای کم ز گاه

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۰۵

ای کاش عبرت بگیریم از زندگی انسانهایی که وقت حیات با پول و شهرت و سواد و مقامشان همانیده بودند و کوه همانیده آنها با ویروسی کمتر از گاه متلاشی شد، عبرت بگیریم و برگ‌های پول و دانش و هنر و زیباییهای جسمی خودمان را به نمایش نگذاریم و تایید و توجه دیگران را به زور گدایی نکنیم.



که یک جذب حق به ز صد کوشش است  
نشان ها چه باشد بر بی نشان

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۸۹

کوشش ما بی نتیجه می شود اگر بر اساس نیازهای نفسانی و پندار کمال فکر و عمل کنیم. کوششی که برای  
فضاگشایی کردن است حقیقت زندگی را جذب می کند. این جذب حق بی نشان است، هر چند من ذهنی دنبال  
نشانه است و بی نشانه ها را که با حکم کن فکان در کارند نمی بیند.

گر چه وصالش نه به کوشش دهند  
هر قدر ای دل که توانی بکوش

-دیوان حافظ، غزل ۲۸۴

کوشش‌های ما بی نتیجه می‌ماند اگر بر اساس بیشتر و بهتر من ذهنی فکر و عمل کنیم و حرص بورزیم یا گدای  
تایید و توجه مردم باشیم. ما توانایی داریم که بی‌نهایت فضا باز کنیم و از چشمهٔ فراوانی زندگی بنوشیم و به  
لذت بیکرانهٔ عشق که از درون می‌آید وصل شویم.

لذت بی کرانه ایست عشق شدست نام او  
قاعده خود شکایتست ورنه جفا چرا بود؟

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰

وقتی برای گشودن فضای درون تلاش می‌کنیم لذتی را تجربه می‌کنیم که نهایت ندارد و با چون و چرای من  
ذهنی و شکایت‌هایش قابل مقایسه نیست. عشق را با فضاگشایی تجربه کنیم و به حرف‌های من ذهنی جفاکار  
گوش ندهیم.

قلم آنجا نهد دستش که کم بیند درو حرفی  
چرا از عشق تصحیحش تو حرفی کم نمی‌گرددی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۰۰

هر چقدر کمتر حرف بزنیم کاغذ دل ما سفیدتر می‌شود و قلم خدا غلظتهای ما را که با همانیدگی ایجاد کردیم  
صحیح می‌کند تا بدون مقاومت و قضاوت انسان‌ها را بپذیریم و کمتر حرف بزنیم تا زندگی از طریق ما حرف  
بزند.

پس شما خاموش باشید، انصتوا  
تا زبانتان من شوم در گفت و گو

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲



چراغ است این دل بیدار به زیر دامنش می دار  
ازین باد و هوا بگذر، هوایش شور و شر دارد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۳

ابیات مولانا را تکرار می کنیم تا خودمان را از جهل من ذهنی نجات دهیم. این هوشیاری مثل چراغی است که من های ذهنی از طریق قرین می توانند آن را خاموش کنند. پس اگر روی خودمان کار می کنیم نباید جار بزنیم: مردم ببینید من چقدر تغییر کردم زیرا نیاز به دیده شدن هوای شرّ نفس است و بادش چراغمان را خاموش می کند.

هر طرفی صف زده، مردم و دیو و دده  
لیک در این میکده، پای ندارند پا

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۶

هر طرفی بنگریم صف‌هایی از مردم می‌بینیم که زیر سلطهٔ نفس شوم با افکار شیطانی برای هم دام پهن می‌کنند و یکدیگر را می‌کشند یا دشمن تراشی می‌کنند و جهان را به نابودی می‌کشند. افسوس که پای هوشیاری ندارند تا قدم به میکردهٔ خدا که فضای گشودهٔ این لحظه است بگذارند و مستانه زندگی کنند.

هین مگو فردا که فرداها گذشت  
تا به کلی نگذرد ایام گشت

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۶۹

برای اینکه چراغمان را روشن کنیم کار امروز را به فردا موکول نکنیم. تا فرصت هست فضا باز کنیم و مثل خدا بخشنده باشیم و دیگران را ببخشیم. ایام کاشتن همین لحظه‌های گذراست و هر بخششی کاشتن تخمی است که میوه می‌دهد.



صد تقاضا می کند هر روز مردم را اجل  
عاشق حق خویشتن را بی تقاضا می کشد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۲۸

در روز شاهدیم که هزاران نفر به تقاضای زندگی  
اجلشان سر می رسد و دنیا را ترک می کنند، اگر عاشق زندگی  
هستیم منتظر تقاضا نباشیم و قبل از اینکه مجبور شویم دنیا را ترک کنیم  
منیت هایمان را ترک کنیم.

چشم من چون سُرْمه دید از ذوالجلال  
خانه هستی است نه خانه خیال

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸

فضا باز کنیم تا چشممان با سرمهٔ نور خدا بینا شود و جلال و شکوه ایزدی را در همه چیز ببینیم. هستی ما باید کیفیت خداگونگی داشته باشد و مثل شیطان مطرود نباشیم و با خیال و سبب سازیهای ذهن چراغ هوشیاریمان را خاموش نکنیم.

طالب است و غالب است آن کردگار  
تا ز هستی ها برآرد او دمار

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۱۴

هستی داشتن بر حسب همانیدگی با پول و سواد و خانواده چه به صورت فردی و چه جمعی ما را دچار درد می کند تا بفهمیم از چیزهای گذرای دنیا هرگز به قدرت، امنیت، هدایت و خرد زندگی نمی رسیم زیرا نیروی آفریدگاری به دنبال انسانی است که مرکزش را خالی می کند تا وارد کارگاه خدا که نیستی است شود، این عدم است که بر هر چیزی غالب است.



کارگاه صنّع حق چون نیستی است  
پس برون کارگه بی‌قیمتی است

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰

ای دل قلاش مکن، فتنه و پرخاش مکن  
شهره مکن فاش مکن، بر سر بازار مرا

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۹

ای دل من تو از جنس خدا هستی و ریشه در زندگی داری مغرور نشو و با پرخاشگری و ستیزه جهان را تاریک نکن، توانایی‌هایت را با خودنمایی در بازار دنیا عرضه نکن، زیرا هر چیزی قابل تغییر است و تو باید از آنها در جهت خدمت به خلق استفاده کنی تا زندگیت برکت یابد.

ای دل ازین سرمست شو هر جا روی سرمست رو  
تو دیگران را مست کن تا او تو را دیگر دهد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۷

ای دل من از سفر کوتاه زندگی لذت ببر و فضا را باز کن تا مست خدا شوی تا هر جا که می‌روی با کلام خوب و  
کارهای درست زندگی را در دیگران به ارتعاش در بیاوری و هر چقدر فضا باز کنی و دیگران را شاد کنی، بیشتر  
لایق شاد زیستن می‌شوی.

ای نشسته تو در این خانه پر نقش و خیال  
خیز از این خانه برو رخت ببر هیچ مگو

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۱۹



چقدر با خط کشِ ذهنِ خانه می‌سازیم و با نقشِ و خیال‌های گذرا و از بین رفتنی همانیده می‌شویم؟ چقدر ارزشِ انسانی خود را زیر سؤال می‌بریم؟ برخیزیم و رخت و بخت منِ ذهنی را بیرون بریزیم تا فضا باز شود و ما از جنس سکوتِ زندگی شویم.

با سپاس از برنامه انسان ساز گنج حضور و یاران گرامی

دیبا از کرج



خانم زهره از تهران





با سلام خدمت آقای شهبازی بزرگوار و همراهان گنج حضور

غزل ۱۷۳۷ از دیوان شمس مولانا برنامه ۹۲۴

بیار باده که اندر خمار خمارم  
خدا گرفت مرا، زان چنین گرفتارم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷

خُماری که در چنگ خمار زندگی ست؛ و خلأ درونیش در احاطه خدا و زندگی می باشد نیاز مبرم به شرابی دارد که از ساقی جان و فضای گشوده شده جاری شود که از گرفتاری ها و غم و غصه ای که بر اثر مقاومت و کاهلی ذهن، او را در بن بست عشق و وحدت درونی، سرگردان کرده، با یادآوری روز الست از ذهن برهد.

بیار جام شرابی که رشک خورشید است  
به جان عشق که از غیر عشق بیزارم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷

و بیار شرابی که خورشید، که مایه حیات بشری ست، غبطه بخورد، که چرا نمی تواند به انسان می بدهد، زیرا انسان با می زندگی، دیگر دنبال مسئله سازی و سبب سازی ذهنی نیست، بطوریکه مور و ملخ از دست او در امان هستند، و همچنین با خلق آثاری مانده گار، لرزه آگاهانه بر هشیاری می زنند، که انسان ارزشمند و متعهد به فضاگشایی از غیر عشق بیزار باشد.

بیار آنکه اگر جان بخوانمش حیف است  
بدان سبب که ز جان دردهای سر دارم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷



می بیار که جان ذهنی را بی ارزش، و با ذوب انجماد درونی، پایانی برای تمام کارهای بی عشق شود، که سالیان دراز چون ربّاتی کارهای برنامه‌ریزی شده ذهنی و تقلیدی را انجام داده که جز درد سر برای او نداشته، اما جان ذهنی متاسفانه با وسوسه و حيله در دل جا باز می‌کند، و خوشبختانه تا می‌خواهد پا فراتر بگذارد که شیرین ترین جان شود، جان هشیاری با کن فکان آگاهانه در دل جای می‌گیرد و عشق و وحدت را به ارمغان می‌آورد.

بیار آنکه نگنجد درین دهان نامش  
که می شکافد ازو شقه‌های گفتارم

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷

بیار شرابی که برکات آن قابل شمارش نیست، که در ذهن بگنجد، و بازگو شود، زیرا ذهنی که پشتوانه زندگی را ندارد ناسپاس و فراموشکار است، اما گفتار در فضای گشوده شده؛ گفت ذهن را خاموش و متلاشی می کند، زیرا منبع و انرژی را از زندگی می گیرد.

بیار آنکه چو او نیست، گولیم و نادان  
چو با ویم ملک گربزان و طرارم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷



بیار شرابی که اگر برای دمی او در دل نباشد، من ذهنی امور را به دست می‌گیرد، و برای کارهای ذهنی خود هم که ناشی از نادانی ست، حيله و تدبیر می‌اندیشد، که به حیثیت بدلی بهای بیشتری بدهد، و در حالیکه در دام کارافزایی ست از زر خالص، هشیاری حضور؛ فرار و زندگی را با ترس و امیری را در حيله‌های ذهنی بر علیه خود و دیگران بکار می‌برد.

بیار آنکه دمی کز سرم شود خالی  
سیاه و تیره شوم، گویا ز کفارم

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷

بیار جامی که لبریز از می خرد او باشد که دیگر ذهن بد عهدهی نکند، که آینه دل را با زنگار همانیدگی‌ها بپوشاند، زیرا با تیرگی دل و هجوم غم و افسردگی ابداع و هر نوع خلاقیتی از کارگاه صنع رب زایل می‌شود.

بیار آنکه رهاند ازین بیار و میار  
بیار زود و مگو دفع کز کجا ارم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷

بیار می که با قوه تمییزده شک و چونی و چندی از ما دور شود، که اگر با هر طریقی مورد امتحان زندگی قرار گرفتیم، پهلوانانه همراه با صبر سازش کنیم، زیرا این یکتای هشیار با هنر فضاگشایی می‌تواند؛ ازین ابتلا با سربلندی در کارگاه حق قدم؛ و نیکو فضاگشایی کند.

نچار گفت: پس مرگ کاشکی قومم  
گشاده دیده بدنّدی ز ذوقِ اسرارم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷

در سوره یس (۳۶) آیه ۱۳ می فرماید:

نچار: مراد حبیب نچار است که در انطاکیه می زیست، چون پیامبرانی را که خداوند به مردم آن شهر مبعوث کرده بود مردم انکارشان می کردند، مورد تأیید قرار داد، مردم هلاکش کردند، چون به بهشت رفت می گفت کاش مردم می دانستند که خداوند چه نعمت‌هایی به من عطا کرد و ایمان می آوردند. و اینک....



در خزان و باد خوف حق گریز  
آن شقایق‌های پارین را بریز

این شقایق منع نو اشکوفه‌هاست  
که درختِ دل برای آن نماست

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۴۴۶۱ و ۴۴۶۲

خزان من ذهنی، نو بهار دلی ست که اگر همانیدگی‌هایی را که بصورت شقایق‌های پیشین در دل کاشته و در خود ذخیره کرده‌ایم را در معرض قضای زندگی قرار بدهیم و از خشکیدن آنها نترسیم به شکوفایی می‌رسیم و در دلی که به پاکیزگی و صفوت رسیده؛ با رشد درختِ دل و پیشرفتِ بعد معنوی به حق پناه می‌بریم و می‌گوییم: ای کاش همه می‌دانستند.

گفت: می‌دانم سبب این نیش را  
می‌شناسم من گناهِ خویش را

من شکستم حرمتِ ایمان او  
پس یمینم برد دادستانِ او

من شکستم عهد و، دانستم بدست  
تا رسید آن شومی جرأت به دست

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۱۶۸۷ الی ۱۶۸۹

با شناسایی همانیدگی (گناه) خود و شکستن عهد و میثاق با او در حالی مورد جزای زندگی قرار می‌گیریم که ناظرِ شومی منیت خود هستیم. با فضای گشوده شده شجاعانه می‌گوییم: عهد شکستن با زندگی بد است. ای کاش همه می‌دانستند.

ششّه می‌گیر و روز عاشورا  
تو نتانی به کربلا بودن

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۰۲  
-ششّه: شش روز اول بعد از عید فطر

سایل آن باشد که مال او گداخت  
قانع آن باشد که جسم خویش باخت

پس ز درد اکنون شکایت برمدار  
کوست سوی نیست اسبی راهوار

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۳ و ۱۴۷۴



منِ ذهنی را اگر همچون قمار بازی که بباخت هر چه بودش الا هوسِ قمار دیگر، ببازیم سایلی هستیم که گوش و چشم و زبان حسی و جسمی را با درد هشیارانہ از کار انداخته، و در حالیکه بسیار قانع هستیم با پذیرفتن اتفاق این لحظه از هیچ دردی شکایت نمی‌کنیم، زیرا همان درد نه تنها نردبان حضور می‌شود بلکه اسب رامی‌ست در نیستی مطلق که در فقر همانیدگی‌ها می‌گوییم: ای کاش همه می‌دانستند.

خُنک آن قمار بازی که بباخت آنچه بودش  
بماند هیچش الا هوسِ قمارِ دیگر

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۸۵

این قدر گفتیم، باقی فکر کن  
فکر اگر جامد بود، رو ذکر کن

ذکر آرد فکر را در اهتزاز  
ذکر را خورشید این افسرده ساز

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۵ و ۱۴۷۶  
-اهتزاز: جنیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود

اگر با فضا بندی منقبض شدی از یاد خدا و ابیات مولانا غافل نشو زیرا یاد او در دل و اثری از بزرگان مثل  
خورشیدی دل منجمد شده از افسردگی را ذوب می کند و آنگاه با انبساط درونی خواهی گفت: ای کاش همه  
می دانستند.

با سپاس و احترام

-خانم زهره از تهران



آقای فرشاد از خوزستان





با عرض سلام

«فضاگشایی ذهنی»

اگر ناامید شدم و از برنامه فاصله گرفتم و جدا شدم، حتماً بد کار کرده‌ام، حتماً بد متوجه شده‌ام موضوع را.

تصور من از فضاگشایی و تسلیم چه هست؟

آیا فکر می‌کنم یک خدای ذهنی در درونم نشسته و به من می‌گوید که تو هیچ مسئولیتی نداری و فقط هر اتفاقی افتاد، تسلیم اتفاق بشو؟ تسلیم اتفاق.

آیا هزاران درد را می‌کشم و می‌گویم حتماً خدا خواسته؟ آیا هیچ فکر نمی‌کنم که این درد برای تغییر است و پیغام دارد؟ آیا فکر می‌کنم این درد خوب است چون خدا خواسته؟ آیا هیچ فکر نمی‌کنم این درد تقصیر خودم است و در واقع یک پیغام برای تغییر است؟

یک نفر پیشنهاد رابطه کاری یا ازدواج می‌دهد. آیا من با خود می‌گویم وارد این رابطه می‌شوم و دیگر کاری ندارم درست یا غلط باشد، فقط می‌سپارم به خدا؟ کدام خدا؟ یعنی یک خدای ذهنی و تصویری، یعنی شخص دوم، یعنی دویی.

یک مدت طولانی به همین شکل کار می‌کنم و اصلاً هم شک به کار کردنم نمی‌کنم، ولی یک‌دفعه به خود می‌آیم و می‌بینم که این قدر دردها زیاد شده‌اند و حمله کرده‌اند که دیگر طاقت تحمل آن‌ها را ندارم.

در واقع مدت زیادی اشتباه کار می‌کنم و امیدوار هستم که زندگی‌ام درست شود. چگونه درست شود؟ توسط یک شخص دیگری، توسط یک خدای ذهنی. حالا چون نتیجه نگرفتم ناامید می‌شوم و دیگر رغبتی به کار کردن و ادامه دادن ندارم، چون به مراد خود که در واقع در ذهنم تعریف کرده بودم نرسیدم.



چرا این طور شد؟ چون با خرافات کار کردم، با ذهن کار کردم و اصلاً متوجه موضوع و قضیه نشدم، هنوز در سودای این هستم که یک نفر یا یک خدا بیاید مرا نجات دهد و از دردها رهایی بدهد. در دایره ذهن قرار گرفتم و از آن بیرون نمی‌آیم، چون با خودِ ذهن می‌خواهم از خودش بیرون بیایم.

باید هر طور شده کاری کنم که فضای درونم باز شود، و گرنه نتیجه نمی‌گیرم. وقتی فضا باز می‌شود، آن فضای باز شده که اسمش را خدا یا زندگی می‌گذاریم، خود ماست و ما یکتا می‌شویم. آن موقع است که فضای باز شده در درون ما که خود ماست، ما را شفا می‌دهد و در همه جنبه‌ها پیشرفت می‌کنیم.



چون به من زنده شود این مُرده تن  
جانِ من باشد که رو آرد به من

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸

من کنم او را ازین جان محتشم  
جان که من بخشم، ببیند بخششم

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹

جان نامحرم نبیند روی دوست  
جز همان جان کاصلِ او از کویِ اوست

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۰

بیت سوم می گوید نامحرم روی مرا نمی بیند. نامحرم کسی است که در پرده‌ی ذهن است و با خدای ذهنی ارتباط برقرار کرده است و در دویی است. این شخص محرم فضای یکتایی نیست.

کلید و راه حل در تکرار ابیات است، چرا؟ چون نیروی ابیات مرا از ذهن جدا می کند و باعث می شود فضا در درونم باز شود. باید این قدر با تأمل و آرامش این ابیات را تکرار کنم تا نیروی آنها مرا بلند کند. یک کمی که بلند بشوم و شادی و هزاران برکت آن فضا را حس کنم، دیگر مشتری می شوم و با قدرت بیشتر ادامه می دهم و روز به روز فضا در درونم بازتر می شود.

چون دهانم خورد از حلوای او  
چشم روشن گشتم و بینای او

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۲۷

پا نهم گستاخ، چون خانه روم  
پا نلرزانم، نه کورانم روم

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۲۸



می گوید وقتی حلوای او را خوردم، شادی و حال خوب را تجربه کردم، در این صورت چشمم باز می شود و دیدم  
عوض می شود. متوجه می شوم که جایگاه من، ذهن و دید آن نیست، بنابراین گستاخانه به خانه اصلی ام پا  
می گذارم و دیگر از هیچ چیز نمی ترسم و به دید کورانه‌ی من ذهنی نمی روم.

با تشکر و سپاس،

—فرشاد از خوزستان



خانم نصرت از سنندج



با سلام؛

ما شادتریم یا تو ای جان؟  
ما صاف تریم یا دلِ کان؟

در عشق خودیم، جمله بی دل  
در روی خودیم مست و حیران

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۲۲

آقای شهبازی می‌فرمایند:

آیا من ذهنی که به نظرتان صاف کردید صافتر است یا دل خداوند و مرکز عدم که با فضاگشایی بوجود می‌آید؟  
همین بررسی نشان می‌دهد که باید تبدیل شویم.



ما می‌توانیم با چیزهایی که از نظر ذهن خوب است همانیده شویم و متوجه آن همانیدگی نشویم. مثلاً من شناسایی کردم که با «نظافت و تمیزی» همانیده هستم.

در محل سکونت، سه خانواده در هر طبقه هستیم که کسی که به نظافت خیلی اهمیت می‌دهد من بودم و قسمتهای مشترک را تمیز می‌کردم ولی دیگران از نظر «من اخلاقی من» اهمیت نمی‌دادند. این باعث می‌شد که وقتی محل مشترک سکونت من کثیف می‌شد، سرعت افکارم که شامل؛ ایرادگیری، و قضاوت و مقاومت بود زیاد شود.

افکاری مانند؛

چرا اینقدر نسبت به تمیزی بی‌تفاوت هستند؟

چرا حقوق من را ضایع می‌کنند و قسمتهای مشترک را تمیز نمی‌کنند؟

چرا اکثر اوقات من آب باغچه را می‌دهم و آنها توجه نمی‌کنند؟

این افکار هر چند روز با شدت تکرار می‌شد. امروز این افکار به سراغم آمد، خواستم آنها را کنار بزنم، ولی نگاهشان کردم و از زندگی کمک و شناسایی خواستم و متوجه شدم من با «تمیزی و نظافت» هم هویت هستم که آن را اصلاً ذهن و من ذهنی قبول ندارند. من ذهنی حتی در تقسیم هم هویت شدگی‌های ما دخالت می‌کند و صفاتی که از نظر او در قسمت خوب‌ها هستند، جزو همانیدگی نمی‌داند.

از طرفی متوجه شدم من جنس زندگی را در همسایگان نمی‌بینم و از آنها انتظار انضباط، قدردانی و انجام وظیفه را دارم.

می‌توانم به جای خشم ناشی از وظیفه‌نشناسی همسایگان، عشق خود را به محیط و گیاهان ابراز کنم. یعنی به جای اینکه در من ذهنی صاف باشم با فضاگشایی نسبت به دیگران، دلِ عدم و عشق را گسترش بدهم.

پس در اطراف افکارم فضاگشایی می‌کنم و به عشق ورزی بدون توقع خود ادامه می‌دهم و مسئولیت هشیاری خود را در این لحظه می‌پذیرم تا عشق افکار من دار من را ببلعد.

سوار عشق شو وز ره میندیش  
که اسب عشق بس رهوار باشد

به یک حمله تو را منزل رساند  
اگرچه راه نا هموار باشد

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۶۲

با تشکر

-خانم نصرت، از سنندج





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)**