



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هزار و سی و سوم





خانم آزاده



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۴۰ گنج حضور، بخش ششم

هر که او بر در، من و ما می زند
ردّ باب است او و بر لا می تند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۵۵)

هر کسی که بر در خانه خدا دم از «من» و «ما» می زند، از درگاه خداوند ترد شده و نمی تواند وارد فضای یکتایی شود. با «لا» کردن این لحظه، است و خداوند را انکار می کنیم.

هر چه گویی ای دم هستی از آن
پرده دیگر بر او بستنی، بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۶)

هر چقدر با من ذهنی بخواهی از حقیقت هستی و زنده شدن به خداوند صحبت و بحث کنی، بدان که سخن تو مانند حجابی آن حقیقت را می پوشاند.

آفت ادراک آن، قال است و حال
خون به خون شستن، محال است و محال

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۷)

آفت شناخت حقیقت و خداوند حرف زدن و سؤال پرسیدن با ذهن است. همان طور که شستن خون با خون ممکن نیست، خلاص شدن از دست من ذهنی هم با این سیستم دردزای من ذهنی ممکن نیست.

وقت آن آمد که حیدروار من
ملک گیرم یا پردازم بدن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۲)
حیدر: شیر، لقب حضرت علی (ع)

اینک وقت آن رسیده که مانند حضرت علی (ع) سرزمین‌هایی را فتح کنم یا دست از جان بکشم، یعنی دلیرانه فضای درون را باز کنم و به خداوند زنده شوم.

برجهید و بانگ برزد کای کیا
حاضرَم، اینک اگر مردی بیا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۳)

[آن مهمان در مسجد مهمان‌گش] ناگهان برخاست و فریاد زد: ای بزرگوار، اینک من حاضرَم، اگر جرأت داری بیا. ما هم شجاعانه بلند می‌شویم و می‌گوییم: ای من‌ذهنی که سروصدا راه انداخته‌ای، من حاضرَم، بیا و مرا بکش.

در زمان بشکست ز آواز، آن طلسم
زر همی‌ریزید هر سو قسم قسم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۴)

در همان لحظه بر اثر کنار گذاشتن ترس و با فضاگشایی طلسم شکسته و انواع طلاها و برکات و نعمات بر زمین ریخته شد.

ما در این دهلیز قاضی قضا
بهر دعوی استیم و بلی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۴)

ما در این راهروی قاضی قضا یعنی خداوند، به این دلیل منتظریم که به ادعای روز است و «بله» گفتنمان رسیدگی شود. اما هزاران سال است که در ذهن وقت صرف می کنیم. باید دوباره هشیارانه «بله» گفته و بگوییم از جنس تو هستیم.

که بلی گفتیم و آن را زامتحان
فعل و قول ما شهود است و بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۵)

در روز اَلست «بلی» گفتیم و برای امتحانِ آن ادعا در این دنیا گفتار و کردار ما سنجیده می‌شود. [که آیا با فضاگشایی عمل می‌کنیم؟]

از چه در دهلیزِ قاضی تن زدیم؟
نه که ما بهرِ گواهی آمدیم؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۶)
تن زدن: ساکت شدن

چرا در راهروی این جهان که محضرِ قاضی یا خداوند است سکوت کرده‌ایم و هیچ کاری انجام نمی‌دهیم؟ مگر برای اثبات ادعای اَلست به این دنیا نیامده‌ایم؟ [این کار با بله گفتن به اتفاق این لحظه صورت می‌گیرد.]

چند در دهلیز قاضی ای گواه
حبس باشی؟ ده شهادت از پگاه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۷)
دهلیز: راهرو
پگاه: صبح زود، سحر

ای شاهد تا کی می خواهی در این راهروی قاضی، زندانی باشی؟ هرچه زودتر فضا را باز کن، بر صبح حقیقت
شهادت بده و بگو من از جنس تو هستم تا حضورِ ناظر بر ذهنت شوی.

ز آن بخواندندت بدینجا، تا که تو
آن گواهی بدهی و ناری عتو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۸)
عتو: سرکشی، نافرمانی

تو را از آن رو به این جهان آورده‌اند که با فضاگشایی گواهی دهی از جنس خدا هستی و دست از ستیزه و سرکشی برداری.

از لجاج خویشتن بنشسته‌یی
اندرین تنگی کف و لب بسته‌یی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۹)
لجاج: لجاجت، یکدنگی، ستیزه

تو از روی لجاجی و ستیزه خودت در این دنیای تنگ ذهن نشسته و دست و لب را بسته‌ای. [تو را خدا نگه نداشته. بلکه می‌گوید هرچه زودتر به من اقرار کن و نزد من بیا.]

تا بندهی آن گواهی ای شهید
تو از این دهلیز کی خواهی رهید؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۰)

ای شاهد، ای انسان تا وقتی گواهی ندهی یعنی با فضاگشایی مرکزت را عدم نکنی، کی می توانی از این راهروی ذهن رهایی پیدا کنی؟

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۷۲)

«أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا...»
«آیا من پروردگار شما نیستم؟ گفتند: آری، گواهی دادیم...»

یک زمان کار است بگزار و بتاز
کارِ کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)
گزاردن: انجام دادن، ادا کردن

این کار یک لحظه است. هشیاران به عهد آلت متعهد باش و به سوی حیاتِ باقی بشتاب. کارِ کوتاه را بر خود دراز نکن.

خواه در صد سال، خواهی یک زمان
این امانت واگذار و وارهان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۲)

بنابراین اگر می خواهی در عرض صد سال و یا حتی یک لحظه، باید این کار را انجام دهی و حق این امانت را ادا کنی تا از غم و غصه رهایی یابی. یعنی باید بگویی من از جنس خدا هستم و هشیارانه به او زنده شوی.

آدمی دید است، باقی گوشت و پوست
هرچه چشمش دیده است آن چیز اوست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۲)

آدمی فقط دید عدم است و بقیه اش گوشت و پوست است. با این چشم عدم خدا را می بیند بنابراین او از جنس خداست و ارزشش به همان مقدار است.

بر هر چه همی لرزی، می‌دان که همان ارزی
زین روی دل عاشق از عرش فزون باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۰۹)

پس هر چیزی که در مرکزت قرار گرفته و با آن همانیده می‌شوی و تو را می‌ترساند، بدان که ارزش تو همان
مقدار است. از این رو دل انسان عاشق که خدا را در مرکزش قرار داده بالاتر از عرش است.

دیده‌یی کو از عدم آمد پدید
ذات هستی را همه معدوم دید

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۶)

چشمی که از طریق همانیدگی‌ها به وجود آمده و هشیاری جسمی دارد، ذات هستی را که بی‌فرمی و هشیاری
خالص است به صورت معدوم و نیستی می‌بیند.

این جهان منتظم محشر شود
گر دو دیده مبدل و انور شود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۷)

در این جهان آراسته و منظم که به صورت پارک ذهنی چیده شده است قیامت به پا شده و انسان به حضور زنده می‌شود، اگر فقط دو چشم ظاهربین آدمی متحول و روشن شود یعنی هشیاری جسمی را رها کرده و از طریق عدم ببیند.

ز آن نماید این حقایق ناتمام
که برین خامان بود فهمش حرام

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۸)

از آن رو حقایق عالم هستی برای من‌های ذهنی ناگفته و ناتمام باقی می‌ماند که درک این مسائل برای آن‌ها که خام هستند حرام است.

نعمت جنّات خوش، بر دوزخی
شدّ محرّم، گرچه حق آمد سخی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۹)
محرّم: حرام شده، تحریم شده
سخی: بخشنده، سخاوتمند

نعمت‌های بهشت که همان فضای گشوده شده است، بر اهل دوزخ، کسانی که من‌ذهنی و مرکز پر از درد دارند
حرام است، اگرچه خداوند بسیار بخشنده است. [یعنی در ذهن بودن است که شادی را بر ما حرام می‌کند.]

در دهانش تلخ آید شهید خلد
چون نبود از وافیان در عهد خلد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۰)
خلد: بقا، جاودانگی، بهشت
وافی: وفاکننده به عهد

در دهانِ منِ ذهنی، عسلِ جاودانگی تلخ می‌آید زیرا بر عهد و پیمان الهی وفادار نمانده است.

مر شما را نیز در سوداگری
دست گی جنبد چو نبود مشتری؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۱)

در امر تجارت نیز همین‌طور است. اگر مشتری نباشد آیا دست و دلتان به کار می‌آید؟ [در واقع ما مشتری خوبی برای خداوند نیستیم تا او بر سر ذوق آید و ما را به حضور زنده کند.]

کی نظاره اهل بخردن بود؟
آن نظاره گولِ گردیدن بود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۲)

کسی که برای تماشا به بازار آمده کجا قصد خرید خواهد داشت؟ این شخص که من ذهنی دارد می خواهد وقت تلف کند و به گشتن پردازد. [آیا شما تماشاچی هستید؟ یا فهمیده‌اید که باید فضا را باز کنید، مرکز را عدم کرده، حضور را بخرید و به خداوند زنده شوید.]

پرس پرسان، کین به چند و آن به چند؟
از پی تعبیر وقت و ریشخند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۳)
تعبیر وقت: گذراندن وقت

این شخص بیهوده در بازار می‌گردد و مدام قیمت اجناس را می‌پرسد. او فقط مشغول وقت‌گذرانی و دست انداختن فروشندگان است.

از ملولی کاله می خواهد ز تو
نیست آن کس مشتری و کاله جو

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۴)
کاله: کالا، متاع

او چون حوصله اش سررفته به مغازه ات آمده در حالی که اصلاً مشتری نیست و به دنبال کالای خاصی نمی گردد.
[مانند بعضی از شما که چون حوصله تان سر رفته به مولانا گوش می دهید و چون مشتری مناسبی برای خداوند
نیستید، او هم دستش نمی جنبد.]

کاله را صد بار دید و باز داد
جامه گی پیمود او؟ پیمود باد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۵)
جامه پیمودن: در اینجا یعنی خریدن لباس
باد پیمودن: تعبیری است از بیهوده گاری

این شخص صد مرتبه جنس را برانداز می کند و دوباره به صاحبش پس می دهد. او با این کار کی لباسی می خرد؟ بلکه کاری بیهوده انجام می دهد. [هم چون ما که شاید بارها فضا را باز کردیم و ساکت شدیم تا خداوند خودش را به ما نشان دهد ولی متعهدانه ادامه ندادیم.]

کو قُدم و گرّ و فرّ مشتری
کو مزاح گنگلی سرسری

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۶)

قدم مبارک و شکوه و جلال مشتری واقعی کجا و کار بیهوده و مسخره کردن کسی که با من ذهنی به دنبال مزاحمت و وقت گذرانی است کجا.

با تشکر:

تنظیم کننده متن: آزاده

گوینده: سرور

منابع: برنامه ۹۴۰ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)

با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور

پایان



خانم سعیده از ونکوور



عشق، خود همه کاره است.

وقتی داشتیم به فرزند هشت ماهه ام نگاه میکردم و از تک تک اجزای خلقت این فرشته ی زیبا لذت میبردم، ناگهان متوجه یک فکر مخرب از روی شرطی شدگی ها و باورهای غلطی که از دور و بر شنیده بودم و به خورد ذهنم رفته بود، شدم که به آرامی داشت بالا می آمد. اول از ملامت شروع شد، که من دارم کم با کودکم کار میکنم، کم با او سخن میگویم، من باید با او بیشتر صحبت کنم. بعد افتاد به حس کمال طلبی و بهتر بودن، که فرزند من باید زود زبان باز کند. بعد از در نگرانی و ترس وارد شد که لابد من کم با او وقت میگذرانم و او را بازی میدهم، نکند دیر راه بیافتد و همینطور پشت سر هم رشته افکار داشت بافته میشد و بالا می آمد.

ناگهان صدایی دیگر از درونم به پاسخ این افکار گفت: آخه بنده ی خدا، تو از لحظه تولد خودت، کدام جنبه از رشد خودت را کنترل کرده ای که بخواهی از فرزندت را بکنی؟ من که بدون عنایت زندگی حتی قادر نخواهم بود نفس را به درون ریه ام بکشم و از آن خارج کنم، چکاره ام که فکر کنم میتوانم در رشد و نمو شخص دیگری دست داشته باشم؟ یا آن را کنترل کنم؟

وقتی این بچه شاد و سالم و پر از عشق است و بقول آقای شهبازی عزیز خوراک عشق میخورد، تو نگران چه هستی؟ چه چیزی را میخواهی کنترل کنی؟ اصلا چه چیزی را میتوانی کنترل کنی، وقتی سررشته تمام امور به دست زندگیست؟

بقول آقای شهبازی، ما نباید سعی کنیم مادر نمونه باشیم، مادر نمونه و کامل بودن، بوی بد کمال طلبی را میدهد. ما باید مادر عشقی باشیم، یعنی در هر شرایطی عشق را نثار فرزندان کنیم، در هر سنی و تحت هر شرایطی. وقتی مراقب باشیم عشق را کم نکنیم، باقی چیزها خودش درست میشود. این فضای عشق خودش سرمنشا شعور و تمام دانشهای این جهان است، تا زمانیکه ما به این فضا متصل باشیم، خودش به زیبایی درست و غلط و آسیبها را به ما نشان میدهد و خودش مراقبت میکند.

بقول جناب مولانا:

این عدم خود چه مبارک جایست
که مددهای وجود از عدم است

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳۵

یعنی خود این فضای عدم یا عشق، جای بسیار مبارک و با برکتیست و تمام مددها و یاریهایی هم که به ما میرسد تا ما از صبح تا شب زندگی کنیم و چرخه اموراتمان بچرخد، همگی بدست این فضای عدم است.

پس متوجه شدم که من ذهنی آمده بود تا با گرد و خاک افکار در ذهنم، حضور من در این لحظه و احساس این عشق و شغف را با ملامت و کمال طلبی و بعد از آن با نگرانی های مادرانه به ظاهر منطقی، بدزد و حتی در کار زندگی دخالت کند.

البته، من مدتیست که به این باور رسیده ام که نباید خود را مادر خطاب کنم. چون متوجه شده ام که این کلمه، خود در ذهن من دارای بار معنایی است. چون ذهن شرطی شده که با شنیدن این کلمه و نسبت دادن این کلمه به من، من را وارد یک سری چارچوب ها و افکار از پیش تعیین شده در مورد مادرها و نقشها و وظایف و بدنبال آن توقعات و احساسات مخرب دیگر بکند. من نمیخواهم هیچ چیزی به من بچسبد.

من خودم را همان شخص قبل از بچه دار شدنم میدانم، با این تفاوت که یک مهمان بسیار عزیز و بزرگوار و سراپا عشق در خانه ام دارم که عاشقانه دوست دارم به او خدمت کنم. او بوی خدا میدهد. او با رفتار و حرکات بزرگوارانه و پر مهرش به من آموزش میدهد. او منبع عشق و دانش و حکمت است.

من مادر نیستم، خدمتگذار این عشق هستم. انشالله

با عشق و احترام،

—سعیده از ونکوور



خانم دینا از کانادا



با سلام

در دفتر چهارم مثنوی بیت ۳۷۰۳ داریم:

هر یکی در پرده‌پی، موصول خُوست
وهمِ او آنست، کآن خود عینِ هوست

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۳

پرده نماد فکرها و باورهای من ذهنی مان است

مولانا میفرماید هر یکی از ما انسان‌ها، پرده‌ای (که در واقع همان فکرها و باورهای من ذهنی مان است) که در آن هستیم و به آن خو گرفته‌ایم را، عین زندگی یا خداوند می‌دانیم. و فکر می‌کنیم که من ذهنی، همان خود واقعی یا هشیاری اصیل ما می‌باشد.

این بیت مولانا دوباره خطر باورهای ذهنی مقبول و نظم و ترتیب یافته، و همینطور "میدانم ذهنی" را به من نشان داد. باوری که شاید به صورت ناآگاهانه در من شکل گرفته صرفاً به دلیل اینکه من سالهاست ابیات مولانا را میخوانم و در معرض این آگاهی و دانش هستم پس من انسان معنوی تری هستم و به خداوند نزدیکترم و زندگی را بیشتر از دیگران تجربه میکنم، و حالا میخواهم با انگیزه‌ی کمک و دلسوزی این تجربه‌ی زندگی یا دانش معنوی را به دیگران هم بدهم.

هر یکی در پرده‌پی، موصول خُوست
وهم او آنست، کآن خود عین هوست

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۳

ولی مولانا به من گوشزد می کند که اینها همه وهم است و توهم، و هشیاری یا زندگی چیزی نیست که در ذهن تجسم شود و بتوانی راجع به آن فکر کنی و یا به صورت باور به دیگران تحمیل کنی، بلکه آن نظر یا هشیاری فقط در این لحظه تجربه می شود و میگذرد و تنها اثر و ارتعاشش بر جای می ماند.

مولانا میفرماید وقتی ما یک مشت باور و الگوهای از پیش ساخته فرقی نمیکنند معنوی باشد یا غیر معنوی، را مبنای عملمان در این لحظه قرار میدهیم دیگر خرد و انرژی فضای گشوده شده ی درونمان، به فکر و عملمان نمی ریزد و ما در دام من ذهنی درد ساز گرفتار خواهیم ماند.

متوجه میشوم که مولانا در بیتی از غزل ۳۰۶۷، دوباره همان ایراد یعنی توهم باورهای درست داشتن و من میدانم ذهنی را بمن نشان می دهد.

تو در عقيله ترتيب كفش و دستاري
چگونه رطلِ گران خوار را به دست آري؟

-مولوي، ديوان شمس، غزل شماره ۳۰۶۷

عقيله نماد دام من ذهني،
كفش و دستار نماد سبب سازي هاي ذهن،

و رطل گران خوار يا جام بزرگ شراب نماد فضاي گشوده شده‌ي درون مي‌باشد. از خودم ميپرسم عقيله‌ي
ترتيب كفش و دستار در من چگونه كار مي‌كند، كه مولانا اين را به شكل هاي مختلف به من گوشزد مي‌كند؟

آيا هنوز "ميدانم ذهن" بر اساس باورها و ترتيب كفش و دستار در من سبب ايجاد درد و كارافزايي مي‌شود؟ يا
اينكه براي مثال اين پند مولانا كه مي‌فرمايد "تمرکز فقط روی خود" را رعايت مي‌كنم و مي‌توانم از رطل گران
خوار استفاده كنم؟

در پاسخ: می توانم ناظر خودم باشم و ببینم اگر دیگران از دست ملامت و سرزنش های من ذهنی من در امان هستند و به هیچ شکلی کنترل نمی شوند و آزادانه فکر و عمل می کنند و مهمتر از همه خودم خاموشی ذهن را تجربه میکنم دارم از رطل گران خوار استفاده میکنم، و حتماً آنها را از طریق ارتعاش زندگی به دیگران هم میدهم. و همینطور اگر اتفاق این لحظه را فرصتی میدانم برای کوچک کردن من ذهن ام یعنی دارم باز هم فضای درون باز است و از رطل گران خوار استفاده می کنم.

ولی اگر برعکس فضا را بسته و حبر و سنی میکنم و میخواهم باورها و توهم های انباشته شده ی ذهنی ام را به دیگران تحمیل کنم یعنی در دام ترتیب کفش و دستار گیر افتاده ام و میبینم که برای تایید فکر و عملم قضاوت و مقاومت میکنم و می جنگم، در این موقع هم مولانا تنها رهایی از دام این سببها و توهم ها را تسلیم شدن و گشودن فضا میداند که آن زندگی (هشیاری اصیل) بتواند دوباره مرا به سمت خودش جذب کند.

پی پیایی می برار دوری ز اصل
تا رگ مردیت آرد سوی وصل

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۹۸

والسلام

دینا از کانادا



خانم نرگس از نروژ



شهر ما فردا پر از شکر شود
شکر ارزان است ارزان تر شود

مولوی، مثنوی دفتر پنجم، بیت ۲۵۲۸

در این پیام می خواهیم شکرگزاری خود را به داشتن گنج حضور و یاران معنوی اعلام کنیم. از اینکه زندگی این سعادت را نصیب من کرد که عضو برنامه گنج حضور باشم. چارق ایاز خود را نگاه می کنیم، می بینم زندگی چه طور دست من را گرفت و قدم به قدم پیش برد. آقای شهبازی نازنین از اینکه در برابر ما فضاگشا هستید و با صبوری و مهربانی دست ما را می گیرد ممنونیم. از تمام یاران معنوی تشکر می کنیم که از پیغامهای تک تک شان می آموزم. از تمام کودکان عشق ممنونم که با ارتعاش عشقیشان آرامش را به ما هدیه می دهند.

از زندگی سپاسگزارم که در این عصر به دنیا آمده ام.

کافی ام بدهم تو را من جمله خیر
بی سبب بی واسطه یاری غیر

کافی ام بی نان تو را سیری دهم
بی سپاه و لشکرت میری دهم

بی بهارت نرگس و نسرين دهم
بی کتاب و اوستا تلقین دهم

کافی ام بی داروت درمان کنم
گور را و چاه را میدان کنم

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷ الی ۳۵۲۰

عقل قربان کن به پیش مصطفی
حسبی الله گو که الله ام کفی

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸

عاشق شو و فضا را باز کن و از جنس اولیه بشو! تصویر ذهنی پندار کمال را بینداز، سیستم زحیری را در خود شناسایی کن و اسیر دستورات همانیدگی ها نباش! نا امید نشو و دوباره فضاگشایی کن تا به تدریج زیر نظم خرد کل بیایی. روی خودت تمرکز کن و کاهلی را کنار بگذار و تغییر کن! اتفاقات و وضعیتها را مسئله و دشمن نبین بلکه فضاگشایی کن و پیام آنها را دریافت کن. مواظب و ناظر سیستم زحیری باش و غم و غصه ایجاد نکن.

به ملامت و حس عدم مسئولیت نرو. ای زندگی به من کمک کن جزو کوران نباشم و لحظه به لحظه فضا باز کنم و هشیارانه غم را رها کنم و به شادی بی سبب برسیم، با صبر و شکر در نور فضاگشایی. از پارک ذهنی امن خود خارج شو و کار کن و زحمت لازم را بکش و حس ناتوانی من ذهنی را انکار کن. تو امتداد هشیاری هستی، فضا را باز کن و به چیزها نجسب و خود را به مریضی نزن!

از توهم داشتن خارج شو و زندگی را به خود و دیگران روا بدار و در تمام جنبه های زندگی حالت عذرخواهی و کوتاه آمدن و صفر بودن داشته باش و به آسانی عذرخواهی کن. با صبر و شناسایی رنجش ها و همانیدگی ها را شناسایی و بینداز، فضا باز کن، حول محور خودت بگرد در حالی که من ذهنی نداری و تصدیق عاشق بودن تو انعکاس بیرون است.

عدم کردن مرکز برای ما کافی است و لازم به کمک من‌های ذهنی نداریم و زندگی بدون دارو ما را درمان می‌کند و تمام دردهای ما را خوب می‌کند. با صبر و انرژی گذاشتن، با صبر و دیدن، شناسایی، صبر، دردهشیارانه پس عقل من ذهنی را قربان کن به پیش عقلی که زندگی می‌دهد و فضا را باز کن و عقل فضای گشوده را بگیر.

–برگرفته از برنامه ۹۴۰ گنج حضور

با عشق و احترام

نرگس از نروژ



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