



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت سبب و سی و نهم





خانم بہار



خلاصه شرح غزل ۸۲۳ دیوان شمس، موضوع برنامه ۸۶۸ گنج حضور:

عمر بر اومید فردا می‌رود
غافلانه سوی غوغا می‌رود
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

عمر انسان که مدت محدود و معینی است، به امید رسیدن به زندگی در آینده می‌گذرد، تلف شده و غافلانه به سوی غوغا و سروصدای ذهن، یعنی ایجاد من‌ذهنی می‌رود. [به عبارت دیگر، گذشتن فکرها در ذهن، سروصدا و غوغا ایجاد کرده، گاهی با سروصدای دردها می‌آمیزد و هم‌چون غباری روی زندگی را می‌پوشاند؛ و نمی‌گذارد ما زندگی را در این لحظه در خود ببینیم و زندگی کنیم. برای رها شدن از این وضعیت، یعنی برای رهایی از من‌ذهنی، زمان مجازی، تفکر مجازی و غافل بودن از زندگی و تلف کردن عمر باید تسلیم شده و اتفاق این لحظه را بی‌قید و شرط بپذیریم.]

روزگارِ خویش را امروز دان
 بنگرش تا در چه سودا می رود
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

ای انسان، زندگی خود را همین لحظه بدان و آن را زندگی کن. در این لحظه بازبینی کن، عمر تو در سودای چه چیزی می رود؟ آیا عمرت صرف زنده شدن به عشق، به خدا می شود؟ یعنی در این لحظه تو فقط فضا را می گشایی، صبر و شکر می کنی تا تبدیل هشیاری ات صورت گیرد؟ یا اینکه عمرت در سودای بزرگ کردن من ذهنی و زیاد کردن دردها، در مقاومت و ستیزه با فرم این لحظه تلف می شود؟

گه به کیسه، گه به کاسه عمر رفت
هر نفس از کیسه ما می رود
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

عمر ما در دو جا تلف می شود. یا چیزی را با ذهنمان تجسم کرده، ارزش مادی دارد و در کیسه مرکزمان می گذاریم و آن را انباشته می کنیم و یا آن را در کاسه که نماد خوردن است، می ریزیم و می خوریم. یعنی ما عمرمان را در انباشتن همانیدگی ها و بهره و خوشی گرفتن از آن ها تلف می کنیم.

مرگ یک‌یک می‌برد وز هیبتش
 عاقلان را رنگ و سیما می‌رود
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

انسان‌ها یکی‌یکی می‌میرند و عاقلان، با عقل ذهنی نمی‌توانند پیغام مرگ را بگیرند. بنابراین می‌ترسند و از شدت ترس رنگ از چهره‌شان می‌رود. درحالی‌که پیغام مرگ این است که در ما یک چیز پایدار و نامیرایی به نام زندگی و هشیاری وجود دارد که خودش پایا و تغییرناپذیر بوده و می‌تواند مرگ و آفل بودن چیزها را ببیند. بنابراین به جای ترسیدن از مرگ، باید هشیاران به فضاگشایی به جاودانگی و نامیرایی اصلمان زنده شویم.

مرگ در ره ایستاده منتظر
خواجه بر عزم تماشا می رود
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

مرگ در راه منتظر است. یعنی انسان یک روزی خواهد مُرد و فرصت عمر محدود است؛ اما او به جای زنده شدن به خدا و دست یابی به شادی اصیل زندگی، به تماشای همانیدگی‌ها مشغول است و حول محور آن‌ها فکر و عمل کرده و زندگی را تبدیل به درد می کند.

مرگ از خاطر به ما نزدیکتر
خاطرِ غافل کجاها می‌رود؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

مرگ، زنده شدن به خدا از خاطر یعنی ذهن به ما نزدیکتر است. اما ذهن انسان غافل به کجاها می‌رود؟
زنده شدن به خدا، مرگ را چگونه معنی می‌کند؟ وقتی فضا را باز می‌کنید، هشیاری همانیدگی‌ها و ناهماهنگی‌ها
را بلعیده و از بین می‌برد، دردها شفا یافته و ما به خدا زنده می‌شویم.

تَن مِپَرور، زان که قربانیست تَن
 دل پِپرور، دل به بالا می رود
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

ای انسان، تَن یعنی من ذهنی را با تأیید و توجه، انرژی و خوشی که از جهان و همانیدگی‌ها می‌آید و تو را خوشحال کرده یا تو را به انتقام‌جویی و ستیزه‌وامی دارد و به تو قدرت کاذب می‌دهد، پرورش نده. بلکه دلت را با فضاگشایی، صبر و شکر، حضور ناظر بودن پرورش بده. همانیدگی‌ها و دردهایت را شناسایی کن، از ایجاد همانیدگی و درد جدید پرهیز کن تا فضای درونت گشوده شود.

چرب و شیرین کم ده این مردار را
 زان که تن پرورد رسوا می رود
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

ای انسان، به مردار من ذهنی لقمه چرب و شیرین همانیدگی‌ها را نده. چرا که تن پرورده، انسان من ذهنی با رسوایی می‌رود. یعنی با وجود اینکه عملاً در این لحظه می‌تواند با فضاگشایی به خرد، شادی، آرامش و برکات زندگی وصل شود، خودش را در پیشگاه خداوند رسوا کرده و از لقمه چرب و شیرین همانیدگی‌ها تغذیه می‌کند و درد می‌کشد.

چرب و شیرین ده ز حکمت روح را
تا قوی گردد که آن جا می رود
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

ای انسان، فضا را در اطراف اتفاقات زندگی ات بگشا؛ و از حکمت فضای باز شده غذای روح را بده تا دلت قوی شده و فضای درونت گشوده شود؛ و در این حالت هشیاری به آن جا، یعنی به فضای یکتایی می رود.

حکمت از شه صلاح‌الدین رسید
 آنکه چون خورشید یکتا می‌رود
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۲۳

ای انسان، حکمت از شه صلاح‌الدین که نماد ظهور یکتایی است، از فضای گشوده شده می‌رسد. حکمت و خرد از سواد و دانش ذهنی نمی‌آید. بلکه دانش بدون زمینه حضور بسیار خطرناک بوده و سبب حکمت نمی‌شود. باید فضا را بگشایی و اجازه دهی هشیاری آزاد شده خرد حکمت را به تو بدهد. چراکه او مانند خورشید به صورت یکتا می‌آید. ما نمی‌توانیم با ذهن در کار او دخالت کرده و با الگوها و شیوه‌های ذهنی کار خدا، قضا و کن‌فکان را کنترل کنیم. بلکه باید به صورت مراقبه‌ای تماشا کنیم، فضا را باز کرده، بدون مقاومت و قضاوت اجازه دهیم زندگی به صورت یکتایی و بدون دخالت و دویی ذهن، مشکلات را حل کند.

-با تشکر، بهار



خانم مہوش



نکاتی از برنامه ۸۶۸ گنج حضور:

👉 وقتی هشیاری انسان با چیزها، باورها، دردها همانیده می شود و برحسب آنها می بیند، یک تصویر ذهنی به نام من ذهنی به وجود می آید که پویا است، از فکر ساخته شده، مرتب کوچک و بزرگ می شود، در زمان مجازی گذشته و آینده زندگی می کند و پیوسته می ترسد چیزهای مهمی را که به دست آورده، از دست بدهد یا آنها را به دست نیاورد؛ بنابراین در ترس و امید، بودن و زندگی کردن در این لحظه را از دست می دهد.

👉 زندگی، در وضعیت‌ها که یک پدیده ذهنی است و ذهن آن‌ها را می‌سازد، نیست. درست یا غلط بودن وضعیت‌های بیرونی زندگی و بالا و پایین شدن آن‌ها روی زندگی ما که از مرکز عدم می‌آید، تأثیری ندارد؛ زیرا ما خود زندگی هستیم. اما وقتی با چیزی هم‌هویت هستیم و به خطر می‌افتد، خشمگین می‌شویم؛ می‌ترسیم؛ چون فکر می‌کنیم در آینده آن را نخواهیم داشت! چیزهایی که در مرکز ما هستند، می‌تواند یک جسم باشد، مانند پول؛ می‌تواند یک چیز تعلق‌داشتنی مانند خانه، وسایل خانه، اتومبیل یا مقام ما باشد، یا یک شخص باشد؛ ما انسان‌ها را به تصویر ذهنی تبدیل کرده و آن‌ها را در مرکزمان می‌گذاریم و برحسب آن‌ها می‌بینیم؛ یعنی به جای این که با مرکز عدم حول محور خدا بچرخیم، حول محور چیزهای مادی بیرونی می‌چرخیم که این کار اشتباه است، درد ایجاد می‌کند، ما برای این کار به این جهان نیامده‌ایم!

ما آمده‌ایم که فقط مدت کوتاهی در حالت همانندگی زندگی کنیم، بعد فضا را باز کرده، دوباره برسیم به حالتی که هیچ همانندگی در مرکز ما نماند؛ و هشیاران به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده شویم و بیاییم در این لحظه جاودانه مستقر شویم.

👉 در ابتدای کار سخت است قبول کنیم که ما من ذهنی داریم. پس از مدتی زیر بار می‌رویم؛ اما می‌گوییم من ذهنی من که خیلی بزرگ نیست! اگر بتوانیم به کار روی خود ادامه دهیم، می‌بینیم که دردهای بسیار زیادی داریم! پس از مدتی کم می‌آوریم؛ می‌گوییم دیگر نمی‌توانم ادامه دهم! چون من یک دید کمال از خودم داشتم! اما اینک در نظر مردم دارم خراب می‌شوم! روشن و واضح است که در ابتدای کار روی خود، شناخت همانیدگی‌ها، تغذیه نکردن من ذهنی به صورتی که در برابر اتفاقات و آدم‌ها واکنش نشان ندهیم، سخت است. زیر بار رفتن و پذیرفتن من ذهنی، ادامه دادن مسئولانه و متعهدانه این راه، تا جایی که آن قدر فضا باز شود که بتوانیم عیب‌ها و ایرادهای خود را بهتر ببینیم، سخت است! پس اگر عیب‌هایمان را دیدیم، ناامید نمی‌شویم. می‌گوییم خداوند خودم را به من نشان می‌دهد، من دارم روی خودم کار می‌کنم؛ عبادت واقعی این است که این همانیدگی‌ها و دردهایم را بشناسم و بیندازم، در این صورت از حالت‌های مختلف من ذهنی خواهم گذشت.

👉 مراقب باشید هر چیزی که به دست می‌آورید، سببِ به تله افتادن شما نشود!

هر کسی که این موضوع را نداند خام است. یعنی تعداد بی‌شماری همانیدگی در مرکزش دارد، برحسب آن‌ها می‌بیند و اضافه کردن همانیدگی‌ها را امری طبیعی می‌پندارد. فکر می‌کند هرچه قدر انباشتگی بیشتر باشد، زندگی‌اش بهتر خواهد شد. در صورتی که این‌طور نیست! انسان اختیار دارد؛ تفاوت انسان با حیوان در همین اختیار و قدرت انتخاب است. اما قدرت انتخابِ من‌ذهنی که حرص دارد و می‌خواهد از چیزها زندگی بیرون بکشد، درست نیست.

👉 این مهم است که ما بدانیم زندگی دائماً زنده است. ما هم خود زندگی و دائماً زنده هستیم؛ بنابراین، زندگی لحظه به لحظه مُردگی من ذهنی را از ما بیرون می‌کند. پس من ذهنی کارهایی انجام می‌دهد که دائماً به خودش لطمه می‌زند. به این معنی که هر کس مرکز همانیده داشته باشد و از طریق همانیدگی‌ها ببیند، دائماً از نظر مادی و معنوی، یعنی در درون و بیرون به خودش ضرر می‌زند و این قانون خداست، نمی‌شود نباشد.

👉 ما هر لحظه سعی می‌کنیم فضا را باز و مرکز را عدم کنیم و به این لحظه ابدی بیاییم. گرچه که بعضی وقت‌ها موفق می‌شویم؛ بعضی مواقع هم نمی‌شویم؛ اما این را فهمیده‌ایم که باید از این لحظه زاییده شویم؛ فضا را باز کنیم تا خدا به ما کمک کند. بنابراین، تا آن جا که می‌توانیم به این کار متعهد می‌شویم. این موضوع را هم متوجه شده‌ایم که هر لحظه که به ذهن می‌رویم، به گذشته و آینده می‌افتیم؛ چون من ذهنی به زمان مجازی معتقد است و مطابق آن عمل می‌کند که این به ضرر ماست و ما را به سوی نابودی می‌برد.

👉 ما ایات مولانا را در برنامه‌ها می‌خوانیم تا شما در طرحی که برای خود می‌سازید، از خودتان بپرسید این چیزی که هم‌اکنون به‌دست آورده‌ام که همه‌اش با دروغ و درد و همانیدگی بوده، این را واقعاً خداوند به من داده؟ خیر من است؟ یا من را به‌سوی پرتگاه من‌ذهنی سوق می‌دهد؟ البته که اگر با فضای گشوده‌شده با خرد زندگی پیش برویم، حقیقتاً خیر ماست. اگر با عقل من‌ذهنی پیش برویم و با آن چیز همانیده باشیم، درجه به درجه، به‌سوی پرتگاه رانده می‌شویم.

👉 وقتی می‌گوییم امنیت را باید از فضای گشوده‌شده بگیریم، یعنی هرچه فضا را باز کنیم تا همانیدگی و هشیاری جسمی کم شود، امنیت درون ما بیشتر می‌شود. هرچه همانیدگی بیشتر می‌شود و ما از طریق چیزها می‌بینیم، حس امنیت کمتر می‌شود؛ یعنی شما نمی‌توانید حس امنیت را از جهان بگیرید. اگر مضطرب و نگران هستید یا یک ترس پنهانی در شما وجود دارد، علتش این است که شما از ابتدای زندگیتان سعی کرده‌اید از آدم‌ها و چیزها زندگی بگیرید، در صورتی که آن‌جا امنیت وجود ندارد.

👉 ما تمام عمرمان تقلید کردیم، فکرهایمان را از دیگران یاد گرفتیم. کسی به ما نگفت تقلید نکن! تقلید به لحاظ معنوی و زنده شدن به خدا، رسیدن به وحدت دوباره و دین واقعی ممنوع است. ما این من ذهنی نیستیم؛ بنابراین نباید عمرمان را صرف ساختن و نگه داشتن این تصویر ذهنی کنیم! من ذهنی سرخوردگی‌هایی در گذشته دارد که می‌خواهد در آینده به ثمر برسد؛ اما هیچ وقت نخواهد رسید.

👉 ذهن انسان باید ساده، بدون حس وجود و ابزاری برای ایجاد خلاقیت باشد، نه ذهنی که مرکزش پُر شده و هشیاری جسمی پیدا کرده! این ذهن، نمی‌تواند خلاق باشد! چون شلوغی و هیاهوی فکرها و ذهن نمی‌گذارند ما درست عمل کنیم؛ ممکن است بعضی مواقع در اثر اعمال همین فکرهای همانیده بر روی جسم، هیجان‌ات خطرناکی مانند ترس، خشم، رنجش ایجاد شود که ما با آنها نیز همانیده شویم؛ بنابراین بر حسب درد می‌بینیم و درد را مهم می‌دانیم، درد را زندگی کرده، در خود ذخیره و در جهان پخش می‌کنیم.

👉 وقتی همانیدگی را شناختید، نباید آن را با ذهنتان بیندازید! زیرا نمی‌افتد. فقط باید بدون مقاومت و قضاوت آگاه باشید که من این همانیدگی را دارم و دیگر آن را نمی‌خواهم. این موضوع خیلی مهم است. چون اگر با دیدن ذهنی نگاه کنید، هنوز آن را می‌خواهید! وقتی می‌خواهیم مرکز را خالی کنیم، من ذهنی جلوی ما را می‌گیرد؛ برای این که می‌ترسد! شما نترسید! همانیدگی‌ها را از مرکزتان بردارید، چیزی جایگزین نکنید؛ بگذارید مرکزتان خالی باشد. خواهید دید که اوضاع درست می‌شود.

👉 یکی از نشانه‌های تبدیل شدن ما به زندگی این است که کمیابی اندیشی ما به فراوانی اندیشی تبدیل می‌شود. یک دفعه متوجه می‌شویم که ما خوشبختی و زندگی را به همه روا می‌داریم. اگر شما روا می‌دارید که دیگران هم باید زندگی کنند، شاد باشند و در زندگی‌شان موفق شوند، شما هم فعالانه به آن‌ها کمک می‌کنید، پس شما به اندازه کافی فضا را باز کرده و به خدا تبدیل شده‌اید.

👉 اقرار به الست یعنی چه؟ یعنی شما می‌گویید، ای زندگی این لحظه من از جنس تو هستم و شما عملاً باید از جنس زندگی شوید! برای این که از جنس زندگی شوید، باید مرکز را عدم کنید و برای عدم کردن مرکز باید لحظه به لحظه فضا را باز کنید؛ در این صورت است که ارزش خودتان را می‌فهمید. در حالی که وقتی مرکز انسان همانیده است، ارزشش با ارزش اجسام برابر است.

👉 با فضای عدم، همه چیز زیبا دیده می‌شود. شما توقع‌تان را از یک شخص به صفر برسانید، هیچ توقعی نداشته باشید، هیچ چیزی از او نخواهید، یک دفعه متوجه می‌شوید که او زیبا دیده می‌شود. توقعات اجازه نمی‌داد شما او را درست ببینید. برای این که این شخص را بر حسب توقعات و خواسته‌هایی می‌دیدید که قرار بود از آن‌ها زندگی بگیرید. او را دشمن می‌دیدید. برای این که توقعات شما را برآورده نمی‌کرد یا نمی‌توانست برآورده کند.

👉 در هر برنامه، از طریق ابیات طرحی ارائه می‌شود که با وجود ذهنی بودن آن، خیلی جاها سبب می‌شود که ما به عنوان هشیاری، امتداد خدا به بیراهه نرویم. پس از مدتی که شما این طرح‌های ذهنی را می‌سازید و در خودتان تغییر ایجاد می‌کنید، این طرح خودبه‌خود می‌شکند؛ به‌طور مثال ممکن است شما یکی از خاصیت‌های من‌ذهنی که تمرکز روی دیگران است را شناسایی کرده، می‌خواهید بیندازید؛ به این منظور تعدادی بیت آماده کرده، هرروز بخوانید. مطمئن باشید طرحتان مفید بوده و در صورت تکرار کردن، در مدت زمان کوتاهی روی شما اثر گذاشته و به شما کمک فراوانی می‌کند. پس از مدتی، متوجه می‌شوید حواس شما به‌هیچ وجه روی شخص دیگری نمی‌رود و آن طرح ذهنی هم می‌افتد. یعنی این طرح‌ها مرتب به وسیله زندگی، به هم می‌ریزند و هیچ اشکالی هم ندارد. ولی در ابتدای کار بسیار مفید هستند.

👉 دوست اصلی ما اول خود زندگی است، دوم افرادی هستند که با پیغام‌های معنوی خود به ما کمک می‌کنند. همین برنامه که این بیت‌ها را روی صفحه می‌نویسد، شما می‌بینید، یادداشت می‌کنید و تکرار می‌کنید و این دانش را پیدا می‌کنید، این دوست شما است. تمام بیندگانی که پیغام می‌فرستند و روی پیغامشان تأمل می‌کنند، پیغامشان به دیگران کمک می‌کند، آن‌ها دوست معنوی ما هستند. ما دوست معنوی هم هستیم. این را هم به خوبی می‌دانیم که به تنهایی کاری از دست ما بر نمی‌آید.

👉 مردن در یک فضای باز شده که انسان به بی‌نهایت خدا زنده شده و هیچ همانیدگی در او نمانده، این مرگ کجا و این مرگ جسمی که ما هر لحظه از طریق همانیدگی‌ها می‌ترسیم و با بدنمان و هزار چیز دیگر همانیده شده‌ایم کجا! فردی که همانیدگی دارد، هر وقت به یاد مرگ جسمی می‌افتد، سؤال‌هایی از این قبیل در ذهنش شکل می‌گیرد!

آخر من پول‌هایم را چه جوری بگذارم بروم؟ بروم، خانه‌ام چه می‌شود؟ نمی‌دانم بچه‌هایم چه می‌شوند؟ همسرم چه می‌شود؟ شغلم چه می‌شود؟ چه کسی بعد از من این‌جا را اداره می‌کند؟ کسی که از مرگ می‌ترسد و حیفش می‌آید بمیرد، مرکز همانیده دارد. ما می‌ترسیم بمیریم! اصلاً ما نمی‌خواهیم بمیریم!

در صورتی که اگر فضا توسط ما باز شود، آرام‌آرام به خدا، زندگی زنده شویم، می‌فهمیم از جنس جسم نیستیم و دیگر از مرگ جسمی نمی‌ترسیم.

سوال‌هایی که آقای شهبازی در برنامه ۸۶۸ گنج حضور مطرح فرمودند:

👉 چرا ما با داشتنِ همانیدگی‌های زیاد زندگیمان خراب و پر از درد می‌شود؟

👉 آیا حال شما بستگی به عوامل بیرونی دارد یا از اعماقِ درونتان می‌جوشد؟ آیا حالتان همیشه خوب و شادی بی‌سبب دارید؟ آیا در طی روز خوشی شما بالا و پایین می‌شود؟ آیا به چیزهایی مانند جوک و لطیفه نیاز دارید تا بخندید، یا دائماً شاد و خندان هستید؟

👉 آیا هرچیزی که تاکنون به دست آورده‌ایم، واقعاً لطفِ زندگی به ما بوده؟ آیا چیزهایی که در اثر همانیدگی‌ها و راه‌های آن به دست می‌آوریم، خیرِ ما هستند؟

👉 چه قدر هشیارانه تبدیل به هشیاری حضور یا خدا می‌شویم؟ چه قدر از منظور و مقصودی که برای آن به این جهان آمده‌ایم. در ما عملاً به انجام می‌رسد؟

👉 آیا شما می‌توانید خودتان را در انظار کوچک کنید؟ می‌توانید حرف نزنید و سکوت کنید؟ می‌توانید به من‌ذهنی غذا ندهید؟ می‌توانید خشمگین نشوید؟ می‌توانید به یک نوجوان پانزده‌ساله که سرکش است و فریاد می‌زند، شما واکنش نشان ندهید، فریاد نزنید؟

👉 آیا واقعاً ما نباید تأمل کنیم که کارها و کارهایی نکنیم که به درد منجر می‌شوند؟ یا نتیجه‌ای ندارند؟ این‌ها بادامِ پوک کاشتن نیست؟ آیا این ننگ نیست که انسان به خرد خدا و زندگی دست پیدا نکند؟

👉 آیا به جهان که نگاه می‌کنیم، یک چیزی از جهان طلب می‌کنیم؟ یا نه، فضا را باز می‌کنیم، می‌خواهیم با خدا یکی شویم؟

👉 به‌راستی چه زمانی ما این فضا را باز کردیم، مرکزمان را عدم کردیم، با خدا درست و حسابی راز و نیاز کردیم و از آسمان، از زندگی، از طرف خدا یک موهبت زیبایی نیامد؟ یک کمکی نیامد؟



خانم ثیما



نکاتی از برنامه ۴۸۶ گنج حضور

در این برنامه بیدار کننده، اختلاف کار کردن من ذهنی و قلندر، به زیبایی و روشنی بیان شده است. قلندر یا همان درویش، کسی است که مرکزش عدم است و به فضای یکتایی متصل است.

🌴 کار قلندر نرمه و در عین حال پر قدرت؛ روشش خشن نیست، یکدفعه ای و واکنشی نیست؛ روش نرم زندگیه، مثل آبی است که روی صخره‌ای می‌ریزه، متداوم و پر قدرته، به آرامی و آسانی می‌آفرینه.

🚫 کار من ذهنی از روی ترسه؛ از استرس و کمیابی و دوری از خدا می‌آفرینه، به زور می‌آفرینه، با سعی و جدیت خودشو به در و دیوار می‌کوبه تا یه چیزی درست کنه. بر اساس ترس و نیاز، و این که اگر به دست نیارم بیچاره می‌شم و به ثمر نمی‌رسم، می‌آفرینه.

🌴 قلندر واقعی اول به فراوانی می‌رسد؛ بعد اون فراوانی را می‌خواد به جهان بیاره، با شادی، با خرد زندگی؛ و هر لحظه حس امنیت داره از آفرینشش.

🚫 من ذهنی با استرس، با عقل من ذهنی که بی عقلیه و مدام ترس داره، می‌آفرینه.

🌴 همه حواس قلندر به اینه که از اون فضا چیزی رو بگه، از اون فضا بی‌آفرینه؛ نمی‌ترسه، نمی‌ترسه که کسی بدش بیاد یا خوشش بیاد؛ در عین حال فضا دار و نرمه، و همه چیز را در خودش جا می‌ده، کسی را به واکنش وانمی‌داره.

🚫 اما وقتی ما تصویر ذهنی داریم، حواسمون هست کی خوشش میاد و کی بدش میاد. این که فضای یکتایی نیست؛ پر از درد و غم و به واکنش درآوردن دیگرانه.

🌴 قلندر، ذهن و فکرش در اختیار آفرینشه، کارگر بی نهایت و فراوانیه.

🚫 در حالی که در حالت من ذهنی، ما از فکر و ذهنمون می‌خوایم که یک تصویر ذهنی بسازه و تصویر ذهنی را به راههایی که بلده حفظ کنه!

رفته ره دُرُشت من، بار گران ز پشت من
دلبر بردبار من، آمده برده بار من
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۳۷

راه درشت، همان راه من ذهنیه. من ذهنی می‌گه من با فکر و عمل به جایی می‌رسم. ولی فکر و عمل کافی نیست. بودن لازمه، یکی بودن با زندگی لازمه؛ تا یکی نشیم اون انرژی (یعنی انرژی دلبر بردبار من) جاری نمیشه.

من ذهنی می‌گه باید تلاش کنم تا به عشق و آرامش برسم.
🌴 در صورتی که عشق و آرامش راهه، نه هدف.

این‌ها تنها تعداد کمی از نکات مطرح شده در برنامه ۴۸۶ بود؛ دام‌های بسیار مخفی منِ ذهنی در این برنامه شناسایی شده که برای من بسیار بیدار کننده بوده.


گوش دادن به این برنامه را به همه دوستان توصیه می‌کنم.

با سپاس فراوان، شیما



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