



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هشتصد و سی ام





آقای فرشاد از خوزستان



با عرض سلام

قرین

آیا در خانواده، اقوام درجه یک، آشنایان و دوستان ما، کسی هست که روی خود کار کند و من ذهنی‌اش را شناسایی کند؟ یا نه، همه من ذهنی دارند و همان کارهای «هرچه بیشتر بهتر» را انجام می‌دهند؟ اگر من ذهنی دارند و روی خود کار نمی‌کنند، پس این رابطه‌ی ما به جز ضرر هیچ چیزی برای دو طرف ندارد، چون ما قدرت و اختیار این را نداریم که در برابر آن‌ها فضا را باز کنیم و روی ما تأثیر نداشته باشند، بلکه برعکس، ما را می‌کشند به من ذهنی. پس این رابطه که صرفاً باعث بالا آمدن من ذهنی در دو طرف می‌شود، به نفع دو طرف است که قطع شود.

ما نمی‌توانیم مخرب بودن قرین و اهمیت این موضوع را تشخیص دهیم، چرا؟ چون فضا را باز نمی‌کنیم که متوجه فضا‌بندی حاصل از قرین شویم. حالا، چه کسی نمی‌گذارد فضا را باز کنیم؟ قرین. این جاست که قرین، تأثیر خودش را می‌گذارد. این همه زحمت می‌کشیم و روی خودمان کار می‌کنیم و گندم حضور جمع می‌کنیم، ذهنمان را ساکت می‌کنیم، ترسمان می‌ریزد و همانیدگی‌ها را از مرکزمان برمی‌داریم، یک‌دفعه قرین‌ها که انسان‌ها و فکر آن‌ها، یا تلویزیون و کتاب‌ها هستند، می‌آیند و موتور ذهن ما را روشن می‌کنند و چیزی مرکز ما قرار می‌دهند و تمام شد و رفت، گندم حضور ما را دزدیدند.

ممکن است با خود بگوییم من که نمی‌توانم با دایی و عمه و یا با خواهر و برادرم قطع رابطه کنم. در واقع ما در زندگی مان مسجد ضرار داریم. افرادی که من ذهنی ما را بالا می‌آورند و ما مجبوریم با آنها زندگی کنیم، مسجد ضرار ما هستند. ما فقط به خودمان می‌توانیم برگردیم و خودمان را می‌توانیم تغییر دهیم. اگر قرین، از گندم حضور ما می‌دزدد، به خاطر من ذهنی خودمان است.

گر نه نفس از اندرون راهت زدی
 رهنان را بر تو دستی کی بدی؟
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۳-۴۰

می‌گویند اگر نفس یعنی من ذهنی، از درون، ما را گمراه نمی‌کرد، راهزنان (یعنی کسانی که من ذهنی دارند) چگونه می‌توانستند بر ما غلبه کنند؟ حالا، من ذهنی ما چگونه باعث می‌شود که قرین از ما گندم حضور بدزدد؟ از خود پرسیم که اگر یک نفر مرتب می‌آید و به من گیر می‌دهد و در کارهایم دخالت می‌کند و من ذهنی مرا بالا می‌آورد، چرا این کار را می‌کند؟ چرا به خودش این اجازه را می‌دهد؟ چرا من مجبورم در چنین رابطه‌ای بمانم؟ من ذهنی من چه رفتارها و چه عادت‌هایی دارد که باعث می‌شود دیگران بیایند و مرا به ذهن بکشند؟

فرض کنیم که با یک نفر که او را نمی‌شناسیم، تازه آشنا شدیم. در ابتدا، هیچ توقعی از هم نداریم، در کار هم‌دیگر دخالت نمی‌کنیم و احترام هم‌دیگر را داریم. بعد از یک ماه می‌بینیم که رابطه ما براساس توقع شده و ما تصویر ذهنی از هم‌دیگر داریم، و با توقع داشتن، مدام برای هم مسئله درست می‌کنیم. چه عواملی باعث شد که در این مدت، رابطه ما به این شکل شود؟

همه برمی‌گردد به این که چیزی از آن‌ها می‌خواهیم. احوال‌پرسی آن‌ها را می‌خواهیم، لبخند آن‌ها را می‌خواهیم، صمیمی بودن آن‌ها را می‌خواهیم، خوب بودن و کامل بودن آن‌ها را می‌خواهیم، می‌خواهیم جزئیات زندگی‌شان را بدانیم، می‌خواهیم به حرف ما گوش دهند، می‌خواهیم دخالت کنیم در زندگی‌شان و راهنمایی‌شان کنیم.

گاهی هم یک امکاناتی دارند که ما نداریم و مجبور می‌شویم از آن‌ها بگیریم. من ذهنی ما می‌گوید «این آدم خیلی به درد بخور است، برو با او صمیمی شو». با خود فکر می‌کنیم چیزی گیرمان می‌آید، نمی‌دانیم که مهم‌ترین چیز یعنی حضورمان را از دست خواهیم داد، چون آن شخص توقع دارد از ما. در صورتی که می‌توانستیم قبل از گرفتن آن چیز، ابتدا جبران کنیم و یا اصلاً می‌توانستیم نخواهیم آن چیز را.

و در پایان،
باید درک کنیم که مهم‌ترین چیز هشیاری حضور است، و رای همه چیزهای بیرونی. وقتی فضا را واقعاً باز کنیم و درک کنیم، متوجه می‌شویم که قرین یکی از دزدهای هشیاری ماست. آن موقع چون اولویت اصلی ما حضور است، به شدت مراقب قرین هستیم و آن را سطحی نمی‌گیریم. در بیت ۱۴۱۸ از دفتر ششم داریم:

صحبت چون هست زر دهنده
پیش خاین چون امانت می‌نهی؟
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۸
-صحبت: همنشین

می‌گوید همنشین تو، یعنی فضای گشوده‌شده درونت، مانند طلای خالص گران‌بهاست، چرا آن را پیش دزد من‌ذهنی خودت و دیگران به امانت می‌گذاری؟ آیا ما طلا بودن هشیاری حضور را درک می‌کنیم؟

خوی با او گن کمانت‌های تو
ایمن آید از افول و از عتو
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۹

با کسی دوستی کن، که امانتِ حضورت از کم شدن و دزدیده شدن، در امان باشد.

خوی با او کن که خُو را آفرید

خوی‌های انبیا را پرورید

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۲۰

با کسی خو کن که خو را آفریده، یعنی خدا یا زندگی. کسی که خوی‌های نیکوی پیغمبران را پرورش داده.

برّه پیش گرگ امانت می‌نهدی

گرگ و یوسف را مفرما هم‌رهی

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۲۲

تو برّه را پیش گرگ به امانت می‌گذاری. برّه، هشیاری ماست. گرگ، من‌ذهنی ماست. تو قران می‌کنی با من‌های ذهنی، و این بره را پیش گرگ می‌گذاری. مبادا اجازه دهی که گرگ و یوسف که اصل توست، با هم همراه شوند.

گرگ اگر با تو نماید روبه‌ی
هین مکن باور، که ناید زو بهی
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۲۳

اگر گرگ با تو دوستی تملق‌آمیز ورزید، مراقب باش و باور نکن، زیرا که از گرگ خوبی به کسی نمی‌رسد.

جاهل ار با تو نماید هم‌دلی
عاقبت زخمت زند از جاهلی
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۲۴

اگر انسان نادان که من‌ذهنی دارد، با تو دوستی کند، بالاخره از روی نادانی به تو آسیب خواهد زد.

با تشکر و احترام،
-فرشاد از خوزستان



خانم حدّاد از کرج



به نام خداوند بخشنده مهربان
با سلام خدمت استاد عزیز و گنج حضوری‌های جان
دیوان شمس، غزل ۱۲۰۵ بیت دوم از برنامه ۸۴۱

چونکه رسول از قُنُق گشت مَلول و شد تُرُش
ناصر ایزدی ورا کرد عتاب در عبس
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۰۵

این بیت مربوط به سوره عبس است و داستانی که حضرت رسول صلی الله علیه و آله و سلم است می‌باشد، که از مهمانش تُرُش رو شد یعنی ناراحت شد و ناصر ایزدی آن فرشته وحی جبرئیل به او خطاب کرد که این کار تو خطاست.

وقتی پیامبر با سران قریش در یک جلسه بودند کوری وارد می‌شود و سوالی می‌کند پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم به او با تُرُش رویی نظر می‌کند و می‌گوید: که الان در جلسه مهمی هستیم و موقع پاسخ دادن به سوال تو نیست و برگرد چون این بزرگان آمده‌اند که به دین اسلام آگاه و ارشاد شوند. شاید پیامبر صلی الله علیه و آله با این فکر که یک انسان نابینا که کاری نمی‌تواند بکند و آمده و اخلال در این کار مهم می‌کند او را رد کرده باشد به هر حال این بیت می‌خواهد بگوید اگر پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله و سلم هم فضاگشایی نکند دچار قضای الهی می‌شود و به خطا می‌رود.

پس باید در هر لحظه فضاگشایی کرد تا تیر نفس به ما اصابت نکند. با تسلیم و پذیرش در هر لحظه می‌توانیم از حالت ترش رویی و عبس دور مانده تا بتوانیم به زمان گذشته و آینده کشیده نشویم و مورد عتاب زندگی قرار نگیریم. ترش رویی و مقاومت سبب می‌شود همنشین ما بجای خدا من‌های ذهنی پر درد باشند که هر کدام می‌خواهند با کینه و حسادت به ما تلافی کنند.
این بیت مربوط به سوره عبس است که می‌گوید:

– «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»
به نام خداوند بخشنده بخشایشگر

– «عَبَسَ وَ تَوَلَّى»
چرا عبوس و ترش روی گشت.

– «أَنْ جَاءُ الْأَعْمَى»
چون آن مرد نابینا به حضورش آمد.
– «وَمَا يَدْرِيكَ لَعَلَّهِ يَزْكِي»
و تو چه می‌دانی شاید که او مردی پاکیزه شود.

– «أَوْ يَذَّكَّرُ فَتَنْفَعَهُ الذِّكْرَى»
یا پند گیرد و پند تو سودمندش افتد.

– «أَمَّا مَنْ اسْتَعْنَى»
اما این که داراست

– «فَأَنْتَ لَهُ تَصَدَّى»
تو روی خود را بدو می کنی.

از این بیت «و تو چه می دانی»؟ می توان معانی زیادی را استخراج کرد می گوید که:
ای پیامبر تو چه می دانی؟ شاید او را ما فرستاده ایم؟ شاید که او با این حال که کور است بینا تر باشد؟ شاید آن سران کور هستند و در ظاهر بینا؟
شاید آن کور بیشتر به درد تو بخورد؟ تو چه می دانی؟ شاید ارزش این کور کم از آن سران نباشد؟ شاید پند تو به دل این کور بنشیند نه آن سران؟ شاید بهتر است رویت را به این کور کنی نه آن توانگران؟ که تو رویت را به سوی کسی که در همانیدگی توانگر است می کنی چرا توجهات به اوست؟ شاید او که چشم ندارد همانیدگی هم نداشته باشد؟

همینطور ما هم هر وقت که با هوشیاری جسمی عمل می‌کنیم از جانب خداوند مورد عتاب قرار خواهیم گرفت، چون به همانیدگی‌ها و دردها چسبیده‌ایم، پس درد می‌کشیم که بهتر آن است که با آن درد به هوش آییم و برحسب همانیدگی‌ها عمل نکنیم که مورد تندی خداوند قرار خواهیم گرفت و بارها این تندی زندگی را حس کرده‌ایم، بارها ملول گشته‌ایم، که تبدیل به رنجش و خشم و ترس و نگرانی در ما شده، بارها از اتفاقات که قُنُق یعنی مهمان ما بوده‌اند رنجیده‌ایم و بی‌صبری کرده و پذیرش نداشته‌ایم. چه بسا کینه خیلی چیزها و کسان را در دل داریم و هنوز مورد عتاب خداوند قرار گرفته‌ایم، که هر فکر مهمانی بوده و هست که هر کدام شاید برای رشد و بیداری ما به سراغ ما می‌آیند. اگر از دم ایزدی کمک بگیریم باعث رشد در ما خواهد شد. اما باید در هر لحظه مواظب باشیم که قرین ما چه چیزی است؟ آیا قرین بد مهمان ما شده؟ یا اینکه ما با قرین خوب همنشین هستیم؟ تنها راه فضاگشایی و پذیرش و تسلیم است که ما را تا مرز شادی، پاکی و صداقت و عشق و زیبایی می‌کشاند.

با تشکر و احترام حدّاد هستم از کرج



آقای سید علی از یزد



با سلام خدمت دوستان و استاد شهبازی
دو چراغ و یک شناسایی هنگام کار با برنامه ۹۱۱ به لطف زندگی دریافت کردم

چراغ اول:

چون شنیدی کندرین جو آب هست
کور را تقلید باید کار بست

جو فرو بر مشک آب اندیش را
تا گران بینی تو مشک خویش را

چون گران دیدی شوی تو مستدل
رست از تقلید خشک آنگاه دل

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۴ الی ۴۳۰۶

به روشنی مشخص است که خردی پنهان در پشت ابیات مولانا و توضیحات استاد شهبازی قرار دارد اما از آنجایی که من ذهنی کور است مدام از هم نشینی با برنامه جلوگیری می‌کند و می‌گوید من باید خودم راه رو پیدا کنم و سعی دارد با افکار مسمومی راه را نشان دهد ولی حضرت مولانا می‌فرماید اگر در ابتدای راه کور هستی تقلید را به عنوان مثال کارهایی که استاد شهبازی می‌فرماید مثل مستمر برنامه رو نگاه کنید، با خودتان مطابقت دهید، قانون جبران را انجام دهید و به کار بند تا جایی که کاملاً روشن شوی و خودت با هدایت درون راه رو ادامه دهی و جالب این جاست خود حضرت مولانا نیز تقلید را با صفت خشک آورده یعنی آگاه باشید ابتدای کار سخت خشک و دردناک است و باید درد هوشیارانه بکشیم.

چراغ دوم

گر نبیند کور آب جو عیان
لیک داند چون سبو بیند گران

که ز جو اندر سبو آبی برفت
کین سبک بود و گران شد ز آب و زفت
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۴۳۰۷ و ۴۳۰۸

زان جرّای روح چون نقصان شود
جاننش از نقصان آن لرزان شود

پس بداند که خطایی رفته است
که سمن زار رضا آشفته است

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۸۶۲ و ۱۸۶۳

با ترکیب این ابیات به چراغ کمک کننده‌ای رسیدم: درست است من نسبت به این راه نابینا هستم و درک کامل و روشنی از حضور ندارم اما کافی است آگاه باشم و همانطور که تجربه کرده‌ام به محض کار کردن روی خود و قرین شدن با برنامه تغییراتی در احوالم مثل بیشتر شدن آرامش، کمتر شدن سرعت ذهن و را تجربه کرده‌ام که (انصافاً بسیار بیشتر از این‌ها بوده تغییراتم، که جای ذکرشان اینجا نیست) و همچنین به محض دوری، دردهایی مثل اضطراب، پریشانی را حس کرده‌ام در حالی که ذهن با تمام وجود می‌خواهد این تغییرات را نادیده بگیرد اما من مدام با تکرار ابیات بالا و مراقبه شاهد این تغییرات می‌مانم تا به طور کامل در لحظه ساکن و مستقر گردم.

و در آخر شناسایی که به صورت خطاب به خود می‌گوییم:

در تمام چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد زندگی وجود ندارد، باید آگاه باشی ذهن در حال ساختن یک هویت معنوی با این ابیات است، نباید اصل را گم کنیم، اصل چیست؟ شناسایی همانیدگی‌ها و انداختن آن‌ها و رسیدن به سکوت بعد آن را هم نمی‌دانیم و نمی‌خواهیم بدانیم چه خواهد شد. پس باید مراقب باشیم و بدانیم تمام این کتاب‌های مولانا، برنامه گنج حضور، پولم، زمانم، جانم، و هر آنچه دارم باید مصرف شوند بسوزند تا این شناسایی و انداختن صورت گیرد، پس آگاه باش هر لحظه هر بیتی را که می‌خوانی باید چراغی در تو روشن کند، باید در روند شناسایی کمک کند نه اینکه با ذهن به به کنی، حظ کنی و در پس ذهن نگاهت به آینده باشد. آگاه باش قرار نیست تو شاعر شوی و شعر بخوانی، قرار نیست تو معلم شعر شوی، قرار نیست معلم معنوی شوی.

در انتها زندگی را سپاس می‌گوییم به خاطر قدرت عملی که در من جاری کرد تا بتوانم با برنامه گنج حضور قرین شوم و نسبتاً بهتر از قبل برنامه را تماشا کنم.

—سید علی، یزد



آقای اشکان از مازندران



با سلام خدمت آقای شهبازی و دوستان عزیز

چند علت اساسی فعالیتِ کمرنگ من در گنج حضور

تمام موارد را بخواهم لیست کنم زیاد میشه. اما خب چند مورد بسیار مهم رو میگم.
در یک جمله میشه گفت که تنها عاملی که از فعالیت من در گنج حضور جلوگیری میکنه، من ذهنی بنده است.
حالا کدام زوایایش؟
برویم باهم ببینیم در من ذهنی بنده چه خبر است.

۱. کمال طلبی:

علتی بتر ز پندارِ کمال

نیست اندر جان تو ای ذو دلال

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

کمال طلبی در اینجا چند جنبه داره که می گم.

فکر می کنم که حتماً باید یک عارف کامل بشم بعد پیام در جمع دوستان گنج حضور.

فکر می‌کنم خیلی از بقیه سر تر هستم و بقیه در حد من نیستند که بخوام در جمعشان اصلاً حضور داشته باشم. گاهی، البته بیشتر اوقات، بهتره بگم همیشه، حسادت و مقایسه نسبت به دوستان در من ذهنی بنده وجود دارد. پیشرفت بقیه مرا واقعاً خوشحال نمی‌کنه که هیچ، ناراحتم هم می‌کنه. خودمو سر تر می‌دونم مخصوصاً وقتی آقای شهبازی به دوستان احسنت می‌گن، شعله حسادت در من ذهنی‌ام صد چندان میشه انگار که یه گالن نفت بریزی روی آتش. این همان محدود اندیشی است که ضد فراوانی‌اندیشی است. پیشرفت و نعمت را برای دیگران روا نمی‌دارم چون هوشیاری جسمی دارم.

۲. توقع و انتظار

چندین پیام میدم، و مدتی فعالیت می‌کنم، ولی پنهانی به خاطر گرفتن تایید اینکارا رو می‌کنم. در واقع عشق خالص نیست ناخالصی داره. ناخالصی قابل توجهه. منتظر تاییدم مخصوصاً تایید آقای شهبازی. اگر برایم فرش قرمز پهن نکنند و حسابی مرا تایید نکنند و قربون صدقه من نروند، همین فعالیت بنده نم نم کم رنگ می‌شود و یهو میرم هشت ماه دیگه میام. چرا کم‌رنگ میشه؟ چون گدایی‌ام ناموفق بوده و حس توقع و انتظارم ارضا نشده. اینجوری بهتون بگم وقتی به آقای شهبازی پیام میدم، هزار بار چک می‌کنم که الان مثلاً قراره ایشون چی بهم بگه. این فقط و فقط از من ذهنی میتونه نشأت بگیره چون حداقل الان که اندکی سکون دارم، به من ذهنی‌ام دارم می‌خندم که واقعاً عقل به درد نخوری داره.

۳. ملامت و سرزنش خود

گاهی به دلیل اشتباهاتم، یعنی فکر و عمل بر اساس من‌ذهنی، خودم را سرزنش می‌کنم. به جای اینکه روان باشم، جامد و فسرده می‌شوم و ترمز دستی پیشرفت را می‌کشم و از گنج‌حضور و دوستان معنوی فاصله می‌گیرم. هزاران پیشرفت مثبتم را نادیده می‌گیرم و به خاطر وجود انگشت‌شماری عیب، خودم را سرزنش می‌کنم. این همان عیب‌جویی و منفی‌نگری من‌ذهنی است.

۴. عدم توجه و عدم اجرای برنامه و طرح خرد زندگی

به جای این گزینه می‌خواستم بنویسم (عدم تعهد). ولی این بحث (عدم تعهد) در دل این گزینه هست. خب همه می‌دانیم که وقتی شروع به کار کردن روی خود می‌کنیم، نمی‌نم فضا باز می‌شود و به مقتضای فضای باز شده، خرد زندگی به ما راه حل و نقشه مسیر نشان می‌دهد. هم مسیر معنوی را نشان می‌دهد که اصل کار همین است هم مسیر مادی.

در واقع اولین حرفی که خرد می‌زند و همیشه هم رویش تاکید دارد، تسلیم است و در کنار این، برای ما اهداف مادی هم مشخص می‌کند.

پس با باز شدن فضا، قدرت و توانایی شناسایی و تشخیص ما در حد قابل قبولی می شود و می توانیم افکار برخاسته از همانیدگی را از افکار بی درد، سازنده و آبادی ساز زندگی تشخیص دهیم.
دیگر بقیه می شود قدرت عزم و اراده راسخ ما در لا کردن و نفی همانیدگی هایی که هر میکروثانیه ما را قلقلک می دهند و وسوسه می کنند.

پس اول باید شناسایی کنیم. یعنی خرد را از فکر متجاوز نامحرمِ دردزای من ذهنی بشناسیم.
سپس باید از آن پرهیز کنیم قاطعانه با قدرت مثل شیر.

اما در عمل که میریم، من چیزی رو که متوجه شدم اینه که این شناسایی و پرهیز ما، مراتب کیفیت دارند.
هرچه شناسایی شفاف تر صورت بگیره، اون شناسایی با کیفیت تره.

مثلاً اگر یک خرد رو شناسایی کردیم که داره به ما یک هدف مادی و طرح رسیدن به آن را نشون میده، هرچی این هدف بیشتر شفاف سازی بشه، یعنی اینکه شناسایی با کیفیت تره. ناخالصی کمتره. کارافزایی و خرج و مخارج هم کمتره. دیگه نمیریم وسط راه مسئله و هزینه درست کنیم، آخرشم بگیم ای کاش اقلاً همچین هدفی رو انتخاب نمی کردم.

در مورد پرهیز هم همینطور.

هرچی بله قوی تری به کشیدن درد هوشیارانه بگیم، این پرهیز و کندن ما از اون همانیدگی با کیفیت تر خواهد بود. خب پاداششم سریعاً می بینیم. بر حسب کیفیت، فضای گشوده تر، و عشق بیشتر.
این ها همه را گفتم که بگم خود من بی کیفیت کار می کنم.

شفاف‌سازی کم می‌کنم. چون حواسم پرته. نمی‌دارم عدم ساکن بشه و پرهیزهای شل و ول و بی‌کیفیت می‌کنم. مثل بچه‌ای که شکلات دوست داره. بهش شکلات تعارف می‌کنن ولی اون اول خجالت میکشه. اول میگه نه. اما دلش با شکلاته. در تعارف بعدی شکلاتو رو هوا برمیداره و میخوره. منم شاید یکی دوباری بگم نه و پرهیز کنم، ولی خلاصه یه جای کار اون همانیدگی رو میارم میذارم مرکز جای خدا.

۵. عدم آگاهی از اینکه ظهور درد هوشیارانه، یعنی اینکه من در مسیر درست قرار دارم.

من ذهنی‌ام می‌گوید چون لذت مادی‌ای در درد هوشیارانه پیدا نمی‌شود، و شکل و شمایلش دردگونه است، پس مسیر اشتباه است. که کاملاً دروغ می‌گوید. مسیر خیلی هم درست است. به هر حال هوشیاری جسمی است و اینجور چیزها را متوجه نمی‌شود. باید از دید مرکز عدم بینم تا خاصیت والای پذیرش درد هوشیارانه را درک کنم. من در من ذهنی عزم راسخی ندارم. اصلاً عزمی ندارم. مانند روباه از درد هوشیارانه فراری‌ام. برای همین تعهدم سست است.

۶. ترس از فکر دیگران:

این برای من در مورد برنامه‌های تلویزیونی گنج حضور صدق می‌کنه. نه تلگرام کانال‌های معنوی. من شرایطم به حالتی هست که خب واقعاً سخته در اون زمان مشخص پیام‌های تلفنی تماس بگیرم. در واقع نشدنیه. چند بار هم تلاش کردم ولی موفق به برقراری تماس نشدم جز یک‌بار. اما اعتراف می‌کنم که خیلی مواقع بوده که می‌توانستم پیغامی آماده کنم و حداقل، تلاشم رو برای برقراری تماس انجام دهم اما به خاطر ترس از فکر دیگران که مثلاً الان ممکنه یکی از این آشناها و فامیل‌ها صدای منو بشنون و در مورد من نظر بدن و چیزهایی بگن و غیره. کوتاه کنم، همین حشویات من ذهنی. خب اصل و ذات ما، مانند شیر به همانیدگی‌ها حمله می‌کند و مانند شیر، مقتدرانه و با اُبَهت قدم برمی‌دارد. اگر من ذهنی‌ام را لا کنم با اتقوا، دیگر فکر بقیه برام مهم نخواهد بود.

۷. قرین بد

من یک پالایش اساسی در مورد انسان‌های اطرافم در این مدت اخیر انجام داده‌ام. اما می‌خواهم از قرینی بگویم که واقعاً جای صدا تا انسان من ذهنی می‌تواند گمراه‌کننده باشد. رسانه. شامل، کانال‌های تلویزیونی، فیلم و سریال، اخبار، روزنامه، رمان‌های آغشته به درد، کلاً کتاب‌های دست‌نوشته من‌های ذهنی، شبکه‌های اجتماعی، و غیره. من گول یک سری شبکه‌های ماهواره‌ای را خوردم. فکر هم می‌کردم که اینجوری دیگه خیلی میهن پرستم. اشتباه می‌کردم.

میهن پرستی اصلی اینه که به مرکز عدم متعهد بمونم و اتفاقاً انسان‌های عارف، انسان‌هایی که پیام عشق می‌دهند، پیام مولانا را گسترش می‌دهند، در خط مقدم نبرد هستند. نبرد با دیو مثل شاهنامه. چون عامل فساد، عامل جنگ و استعمار، عامل آسیب به محیط زیست زیبا، همین من‌ذهنیست و من باید از خودم شروع کنم خورشید بشم تا این تابشش بتابه به بقیه و‌گرنه که هیچی.

من گول رسانه‌ها رو خوردم. فکر می‌کردم به حدی از آگاهی رسیدم که روم تاثیر نمیدارن، غافل ازینکه اصلاً همینکه من این برنامه هارو که ظاهر خیلی دوستانه‌ای به خود می‌گیرند را می‌دیدم یعنی اینکه از قبل گول خورده‌ام. همچنین بعد از مدتی که اثر می‌گرفتم، دیگه صحبت‌های آقای شهبازی رو نمی‌تونستم گوش بدم. چرا؟ چون هوشیاری جسمی شده بودم.

دیگه دم او و کن‌فکان برام بی‌معنی می‌شد. من رسانه رو دست کم گرفتم. باید بدونم که رسانه‌ها و قرین‌ها باعث فتنه و شورش‌های خونین در اقصی نقاط جهان می‌شوند. من یک‌نفر رو که دیگه مثل آب خوردن فریب می‌دهند. پس چاره اینه که کلاً این نامحرمان رو طلاق بدم و سمتشون نرم به هیچ وجه اینجوری از ریشه حل میشه مشکل. خب این‌ها چندی از مشخصه‌های من‌ذهنی‌ام است. خواستم با شما به اشتراک بذارم. خواستم بگم که من انسان حسودی نسبت به شما بودم و الانم حواسم نباشه، الانم حسادت خواهم کرد. از این موضوع ابدأ و اصلاً و ابداً خوشبختانه خجالت نمی‌کشم و ابایی ندارم که این نقاط تاریکم رو بگم.

چون منکه نیستم من ذهنی ام اینجوریه. من اصل خودم عاشق شماست خیلی مهربونه خواهان پیشرفت و طلوع خورشید شماست اما من ذهنی ام چشم دیدن پیشرفت شما را نداره رک و راست.
احساس سبکی بیشتری می کنم که اینارو گفتم. چون بهم کمک می کنه تشخیص و شناساییم قوی تر بشه.
من ذهنی ام نباید بمونه. این کلام آخره. پس که بهتر که هرچه زودتر با فضاگشایی من و قضا و قدر و مرحمت خداوند از میان بره.
راه حل چیه؟

خب من ذهنی برعکس عمل می کنه.
همین گزینه های بالا رو اگر برعکشو عمل کنم همه چی درست میشه. هر کاری که من ذهنی ام انجام میدم را اگر انجام ندم، راهم درسته.
این موقع خداوند از من راضی میشه و ابر عنایت شامل حال میشه، اتقوا.
ان شالله که همگی شاد باشیم.
قلباً از تمامی شما سپاسگزارم بابت زحمات لحظه ای تون.

-اشکان، مازندران



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