

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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت صد و هجدهم





خانم نرگس



♥ سلام بر سلطان جهان ♥

مانع سازیِ نرگس در راهِ تبدیل

از موانعِ تبدیلِ من، مقاومتِ من ذهنیِ من برایِ فضاگشاییِ بیشتر است. چون من تواناییِ فضاگشاییِ بیشتر ندارم، ذهنم تمرکزِ من را از خودم منحرف کرد و موانعِ مجازیِ مثلِ همسر، بچه، محلِ زندگیِ را علم می‌کند، که البته قسمتی از این مانع تراشی بر اساس الگوی توجیه در من و قسمتی از ارتعاشات جمع بوده است. من خودم را رها کرده بودم و دنبال موانعی بودم که دیگران برایِ من می‌سازند که همه مجازی بودند.

عدم بلوغ معنوی یا عاطفی من سبب شده بود که نتوانم روابطم را در درون و بیرون متوازن کنم و چون نمی توانستم فضاگشایی کنم، احساس مانع و مسئله می کردم. پیامد این عدم بلوغ معنوی در من کمیابی و کمیابی اندیشی است، که باعث حسادت و عدم روا داشتن فراوانی و خوبی به خودم و دیگران می شود. این نشان دهنده عدم شناخت ارزش خودم و فروشم به همانیدگی هاست و همینطور عدم مطابقت حرف، عمل و دمدمی مزاجی و سستی در عهد که همه سبب واکنش هایی مثل خشم، نگرانی، اضطراب و سایر هیجانات منفی می شود. در صورتی که اگر فضاگشا باشم، ارزش خود را می شناسم و خود را به الگوها و باورها و همانیدگی ها و دردهایم بوسیله واکنش های منفی ام نمی فروشم. مطابقت فکر و حرف و عمل خواهم داشت و راستین خواهم بود. دائما در شکر و صبر و پرهیز بوده و فراوانی اندیش خواهم بود.

آب و گل خواهد که در دریا رود
گل گرفته پای او را می کشد
مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۴

گل دردها با ترفندهای مختلف مثل ترس، اضطراب، احساس تاسف به گذشته، احساس گناه، ملامت، عیب‌جویی و عیب‌گویی، غیبت، مقایسه حسادت من را به خودشان می کشیدند. پس بیشتر روی خودم تمرکز می‌کنم و به الگوها انرژی نمی‌دهم. از جمله الگوی تغییر دیگران و زندگی گرفتن از بیرون.

گر رهاند پای خود از دست گل
گل بماند خشک و، او شد مستقل
مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۵

مستقل می شوم از سه چیز:

۱. اقلام فیزیکی، با شناسایی اینکه زندگی در بیرون نیست.
۲. باورها و الگوها، باورها و الگوها باید ساده شود و در آنها من نباشد.
۳. دردها: هر وقت خود سیاهی آمد و دلم گرفت، می فهمم هیچانی آمده که جزء گل است. آمده تا فکرهای من را بکارگیرد تا فکرهای منفی کنم و دست‌هایم را به یادآورم و در من درد ایجاد کند. در این حالت هشیار می مانم که نه! من این کار را نمی کنم و گل دارد پای من را می کشد، ولی من می خواهم مستقل شوم.

چون به سگ نان افکنی، سگ بو کند، آنکه خورد
سگ نه‌ای، شیری، چه باشد بهر نان چندین شتاب
دیوان شمس، غزل ۲۹۸

هر غذایی به سگ بدهیم اول بو می‌کند بعد می‌خورد و حتی حیوانات هم
غذای خشم و ترس و کینه و رنجش را نمی‌خورند. آیا من که از جنس
خدا هستم نباید بینم چه غذایی می‌خورم، غذای من آرامش و شادی و
لطافت باید باشد. دیگر نه خودم باید از این غذاهای درد بخورم و نه به
مردم تعارف کنم و اگر کسی هم خواست در تئاتر اوقات تلخی او را
بازی کنم یا در غم و گرفتاری و غیبتش شریک شوم، شرکت نمی‌کنم.

تو سؤال و حاجتی، دلبر جواب هر سؤال
چون جواب آید فنا گردد سؤال اندر جواب
دیوان شمس، غزل ۲۹۸

وقتی زندگی میاد تو دلم و عشقش شعله ور می شود، تمام حسِ نقص و
نیازمندی و سؤالاتم از بیرون تمام می شود.

او زنازش سرکشیده همچون آتش در فروغ
تو ز خجلت سر فکنده چون خطا پیش ثواب
دیوان شمس، غزل ۲۹۸

عدم و حضور تا زمانی که من دید جسمی دارم و به وضعیتها نگاه می‌کنم خودش را عقب می‌کشد. پس من با پرهیز می‌گویم: نه من جسم را نمی‌خواهم و می‌خواهم تورا ببینم تا زندگی خودش را در من بزرگ کند و آتش عشق در من شروع به گسترش می‌کند و به تدریج با او می‌بینم. تا حالا به دردها اهمیت می‌دادم و رفتار مردم، فکر و عمل من را تعیین می‌کرد و محتاج دیگران بودم که بفهمم کی هستم؟ که آنها با صفات رنگها من را معین می‌کردند. و من زندگی را به درد و هم هویت شدگی و ستیزه و مقاومت صرف می‌کردم و او (زندگی) خودش را از من پنهان می‌کرد. در حالیکه او دور نیست و می‌خواهد خودش را به من نشان بدهد و من عامدانه نمی‌خواستم، ببینم.

گر خزان غارتی مر باغ را بی‌رنگ کرد
عدل سلطآن بهار آمد برای فتح باب
دیوان شمس، غزل ۲۹۸

وقتی توکل کنم به خدا، وقتی حتی با هشیاری پایین به کار کردن روی خودم ادامه می‌دهم، خدا کمک می‌کند و دردها را نشان می‌دهد و یکی یکی آنها را می‌اندازم. پس فقط شاهدم که من دلی کاهتاب دارم، نه ماهتاب و یک بافت ذهنی در درون من هست که عاشق اوقات تلخی و وقایع تلخ گذشته است که باید مواظبش باشم تا در دسر ایجاد نکند و مردم را به واکنش و ندارد و شومی و درد ندهد. پس با زندگی موازی می‌شوم تا طبق عدل سلطان، بهار اون بیاد و من را شکوفه کند.

خدا هر چه را بخواهد از میان می‌برد و خودش را استوار می‌دارد و منبع دانش‌ها اوست. (آیه ۳۹ سوره رعد)

احمقی ام بس مبارک احمقی است
که دلم با برگ و جانم متقی است
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۰۰

الگوی تقلید را باید بیاندازم و از واکنش‌های دیگران تقلید نکنم و خودم
را به این علوم احمق کرده و شک ذهنم را با یقین زندگی جایگزین کنم.

گر تو خواهی گی شقاوت کم شود
جهد کن تا از تو حکمت کم شود
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۰

باید جهد کنم علمِ ذهنی خود را که باعثِ شومی و بدبختی من است،
صفر کنم.

حکمتی کز طبع زاید و ز خیال
حکمتی بی فیض نور ذوالجلال
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۱

این علم ذهنی که بر اساس نیازهای ذهنی از بیرون است و دنبال هر چه بیشتر بهتر است را باید صفر کنم و موازی با زندگی باشم و دست از حس مظلومیت و قربانی بودن بردارم.

حکمت دنیا فزاید ظن و شک
حکمت دینی پرد فوق فلک
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۲

این علم ذهنی بر اساس همانیدگی‌ها شکم را زیاد می‌کند. در صورتیکه خرد که از درون، زندگی می‌دهد، معتبر است.

زوبعانِ زیرکِ آخرِ زمان
برفزوده خویش بر پیشینیان
حیله آموزان، جگرها سوخته
فعلها و مکرها آموخته

مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۴ و ۳۲۱۳

من ذهنی روباه صفت من به قصه‌ی گذشته و آینده‌ی خودش چسبیده و
الآن که آخر زمان و آخر در گذشته و آینده بودن است و هشیاری
می‌خواهد به خودش زنده بشود و ظهور کند و انسان دیگری بسازد، با
مقاومت اجازه نمی‌دهد و من ذهنی من با صد حيله‌ای که دارد در این
ظهور شک و ظن دارد.

صبر و ایثار و سخا و نفس و جود
باد داده، کآن بود اکسیر سود
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۵

من ذهنی من، صبر ندارد، بخشش ندارد و واقعا نمی خواهد ازش کم شود
و دردهایش بریزد. سخا ندارد، یعنی: نچسبیدن به دنیا، پرهیز کردن و
جلوی خودم را گرفتن، که اینها اکسیری هست برای تبدیل من.

فکر، آن باشد که بگشاید رهی
راه آن باشد که پیش آید شهی
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۶

تا بماند شاهي او سرمدی
همچون عز ملک دین احمدی
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۱۸

فکر آن است که زندگی ایجاد کند، نه من ذهنی من، که راه من به سوی
هشیاری حضور باز شود. تنها راه من تسلیم و اجازه دادن به خرد زندگی
است. شاه واقعی شاهي است که بر اساس حضور شاه است و ریشه
بی نهایت دارد و آنقدر منش نزدیک به صفر شده است که دائما تحت
نفوذ خرد و عشق است که از حس یکتایی با خدا حاصل می شود.



خانم فرزانه از همدان



باسلام

برداشتی از برنامه ۸۳۸

هر اندیشه یا فکری که در ذهن ما تولید می شود در اختیار قضا و کن فکان است و اگر ما فضا را در اطراف آن باز کنیم، صرف نظر از اینکه شادی می آورد یا غم، در این صورت زندگی می تواند روی ما کار کند. خدا در این لحظه در کار تازه ای است و می تواند اندیشه ای با قضا و کن فکان تولید کند و وظیفه ما این است که از این اندیشه ها مثل مهمان پذیرایی کنیم. فضاگشایی در اطراف هر اندیشه ای در واقع مرکز ما را عدم می کند و ما را با خدا قرین می کند و اگر قرین ما خدا باشد، بزودی مرکز ما خاصیت های خدایی خواهد گرفت و این راه رهایی از من ذهنی و غم های آن است.

–دفتر پنجم، ۳۶۴۴ و ۳۶۴۵ و ۳۶۴۶
هست مهمانخانه این تن ای جوان
هر صبا حی ضیف نو آید دوان

هین مگو کین ماند اندر گردنم
که هم اکنون باز پرد در عدم

هر چه آید از جهان غیب و ش
در دلت ضیف ست، او را دار خوش

مرکز ما که من ذهنی است مثل مهمانخانه می ماند و این لحظه یک
مهمان دوان دوان به آن جا می آید و یک فکر نرفته، یک فکر دیگر
می آید. این فکرها مثل مهمان هستند، مبادا مقاومت کنیم و بگوییم این
فکر و وضعیت مربوط به آن در گردنم ماند.

در این صورت این فکر نمی تواند پیغامش را به ما بدهد و اگر مقاومت کنیم آن فکر می پرد می رود به فضای عدم که از آنجا آمده بود. حکایت آن مهمان که زن خداوند خانه گفت، که باران فرو گرفت و مهمان در گردن ما بماند.

– دفتر پنجم ، بیت ، ۳۶۴۷ و ۳۶۴۸ و ۳۶۴۹
آن یکی را بیگهان آمد قُنُق
ساخت او را همچو طوق اندر عُنُق

خوان کشید او را، کرامت ها نمود
آن شب اندر کوی ایشان سور بود

مرد، زن را گفت، پنهانی سُخُن
کامشب ای خاتون دو جامه خواب کن

می گوید، برای اهل این خانه مهمان آمد و صاحبخانه او را عزیز داشت و مثل گردنبد طلا او را در گردنش آویخت، یعنی با احترام با او برخورد کرد و برای او سفره ای پهن کرد و از آن مهمان به خوبی پذیرایی کرد، که همان باز کردن فضای درون است.

در کوچه آنها جشنی بر پا بود، و مرد به همسرش پنهانی گفت امشب دوتا رختخواب پهن کن. جای ما را دم در بینداز و جای مهمان را بالای اتاق پهن کن.

این عمل صاحبخانه نشان می دهد که در این شخص هنوز هشیاری حضور از من ذهنی جدا نشده و او به من ذهنی اعتماد دارد در حالی که من ذهنی یک توهم است و به هیچ وجه قابل اعتماد نیست.

مرد صاحبخانه که نماد هشیاری است میل به احترام به مهمان و تواضع و منیت صفر دارد.

زن گفت، چشم حتماً و با شادی و خوش رویی برخورد کرد و گفت، شنیدم و اطاعت می کنم، ای دو چشم روشنم.

معلوم می شود که من ذهنی از چشمان هشیاری حضور و نور آن برای دیدن استفاده می کند و عینکهایش را به چشم هشیاری می زند. من ذهنی از خود نوری ندارد.

زن که نماد من ذهنی ست علاقه ای به حضور و تبدیل هشیاری ندارد و همه توجه اش به جهان بیرون و همانیدگی ها ست، پس وطن من ذهنی جهان فرم است نه مرکز عدم. برای همین وقتی مرکز ما عدم می شود من ذهنی خلع صلاح و خاموش می شود چون شناختی از فضای یکتایی ندارد.

مهمان و شوهر که نماد هشیاری در ماست تنها ماندند و شروع به صحبت کردند و غذاهای خوشمزه خوردند، یعنی از ارتعاشات مرکز عدم و برکات آن بهره مند شدند.

-دفتر پنجم، بیت ۳۶۵۴ و ۳۶۵۵ و ۳۶۵۶ و ۳۶۵۷

در سمر گفتند، هر دو منتجب
سر گذشت نیک و بد تا نیم شب
بعد از آن مهمان ز خواب و از سمر
شد در آن بستر که بد آن سوی در
شوهر از خجلت بدو چیزی نگفت
که تو را این سوست ای جان جای خفت
که برای خواب تو ای بوالکرم
بستر آن سوی دگر افکنده ام

می گوید این دو برگزیده، تا نیمه های شب با هم از سرگذشت و نیک و بد صحبت کردند.

وقتی ما مرکز را عدم می کنیم لحظاتی هشیاری روی هشیاری منطبق می شود که این حالت را زندگی بسیار گرامی داشته و در این حالت انسان از سفر هشیاری که یک شعاع نوری بوده و به جهان فرم سفر کرده، آگاه می شود و ما می توانیم نیک و بد و جهان ذهن را شناسایی کنیم و ناظر بر ذهن باشیم.

مهمان پس از شب نشینی برای خوابیدن به سمت رختخوابی که پایین اتاق پهن شده بود، می رود که بیانگر تواضع و فروتنی هشیاری حضور است.

مرد صاحبخانه خجالت کشید و نتوانست بگوید که ای بزرگوار جای تو صدر مجلس است.

این نشان می دهد در مواقع تواضع شدید و من ذهنی صفر ما کم می آوریم در نتیجه به پایین ترین درجه نزل نمی کنیم، ما باید هر لحظه در برابر زندگی تواضع و من صفر داشته باشیم ، ولی ما هم مثل مرد صاحبخانه به آن درجه نرسیده ایم.

– دفتر پنجم ، بیت ۳۶۵۸ و ۳۶۵۹ و ۳۶۶۰
آن قراری که به زن او داده بود
گشت مبدل و آن طرف ، مهمان غنود
آن شب آنجا سخت باران در گرفت
کز غلیظی ابر شان آمد شگفت
زن پیامد بر گمان آنکه شو
سوی در خفته ست و آن سو آن عمو

پس قرار مرد صاحبخانه با زنش به هم خورد و مرد مهمان در رختخواب پایین اتاق خوابید.

در من ذهنی واقعی فکر های بد مثل ابر غلیظی آسمان ذهن را می پوشاند و پشت سر هم بر سر ما می ریزد، در این لحظه مسئولیت ما این است که فضا را باز کنیم و از مهمان که هر جور فکری می تواند باشد پذیرایی کنیم و مقاومت و قضاوت نکنیم.

در من ذهنی توجه و تمرکز ما به جهان فرم و جاذبه ها و خوشی های آن است که بسیار زودگذر و ناپایدار است. رفتار من ذهنی که در این جا به زن خانه تشبیح شده بسیار سطحی و مصنوعی بوده و هیچ درکی از موضوع ندارد.

زن بعد از جشن به خانه برگشت، و به خیال اینکه شوهرش در رختخواب پایین اتاق خوابیده در آنجا می خوابد و به مرد مهمان می گوید از آن چیزی که می ترسیدم سرمان آمد، و در این هوای بارانی مهمان بیخ ریشت ماند.

ترس یک سیستم من ذهنی است و یک الگوی ذهنی است که در مرکز ماست و ما از آن پذیرایی می کنیم. ترس و نگرانی من ذهنی همیشه با فکری که به آینده مربوط است، پیوند دارد.

این پیغام مهم است، مبادا از چیزی بترسیم و در مرکزمان بگذاریم و مرتب به آن دامن بزنیم که همان به سرمان خواهد آمد، ما پس از این از هیچ فکری نخواهیم ترسید.

فرایند بیدار کردن ما از خواب ذهن همان فکری است که قضا می فرستد، در اینجا وظیفه ما آشکار می شود، ما با خوش رویی و بدون مقاومت و قضاوت، فضا را باز می کنیم تا آن فکر که از طرف زندگی آمده پیغامش را به ما بدهد.

مهمان بی درنگ از جا برخاست و گفت من چکمه دارم و از باران و گل نمی ترسم، این به این معنیست که برای هشیاری وضعیت ها مهم نیستند و حال او را تغییر نمی دهند، چون او هر لحظه به خرد کل مجهز است.

پیغام این است که وقتی انسان از فضای من ذهنی حرکت می کند، می رود به فضای یکتایی؛ حتی یک لحظه نباید در هیچ خوشی ذهنی بایستد؛ این خوشی های زودگذر راهزن هشیاری هستند. مرد مهمان که نماد هشیاری است به قوه تشخیص مجهز بود و خیلی زود متوجه شد که قرین او من ذهنی است به همین دلیل برای رفتن لحظه ای درنگ نکرد.

ولی من ذهنی قُوّه تشخیص ندارد، همان طور که آن زن نتوانست در تاریکی ذهن تشخیص بدهد که آن شخص مرد مهمان است نه شوهرش.

بنابراین پس از عدم پذیرایی و مقاومت، دیگر آن سجده ها و زاری ها سودی نداشت و آن مرد مهمان رفت و زن در حسرت ماند، یعنی انسان در افسانه من ذهنی زندانی ماند.

آن زن و شوهر پس از آن لباس عزا پوشیدند، یعنی در تاریکی و سیاهی ذهن فرو رفتند، برای اینکه دیدند آن مرد شمع خداست که می رود و روپوش هم ندارد نور بی روپوش همان نور قدیم یا هشیاری است که از چرخه زمان خارج شده و گذشته و آینده که مانند روپوشی روی هشیاری را می پوشاند، در او از بین رفته است.

– دفتر پنجم، بیت ۳۶۷۲
می شد و، صحرا ز نور شمع مرد
چون بهشت از ظلمت شب گشته فرد

هر کسی که از جنس زندگی ست می تواند زندگی را در هر چیزی ببیند و
به زندگی تشویق کند. این شخص وقتی می رفت تشعشع نورش و
ارتعاش حضورش به همه می رسید. پس از آن آنها خانه خود را
مهمانخانه کردند، یعنی فهمیدند هر فکری که می آید باید با روی خوش
از آن استقبال کنند.

– دفتر پنجم، بیت ۳۶۹۳
فکر در سینه در آید نو به نو
خند خندان پیش او تو باز رو

نو به نو در سینه انسان فکر بر می خیزد، ما باید خندان پیش او برویم؛ درست مثل اینکه مهمانی به خانه ما می آید ما به هیچ وجه حق نداریم عبوس باشیم و نخندیم. خنده ما نباید مصنوعی باشد باید از ته دل بخندیم و هر فکری که می آید خندان از او استقبال کنیم.

– مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۷۰۵ و ۳۷۰۶
ور تو آن را فرع گیری و مضر
چشم تو در اصل باشد منتظر
زهر آمد انتظار اندر چشمش
دایماً در مرگ باشی ز آن روش

اگر این فکر را فرع بگیری و از آن فرار کنی همیشه منتظر زندگی خواهی ماند. این فکر را زندگی فرستاده و می گوید در واقع این پیغمبر من است و پیغام مرا بر تو آورده است منتهی شرط گرفتن پیغام، گشودن فضاست.

ما در حال انتظار هستیم و انتظار چیزی را کشیدن مثل چشیدن زهر است در حالی که زندگی هر لحظه می خواهد با فکری که برای ما می فرستد ما را به خودش زنده کند؛ و از من ذهنی آزاد کند. ما با مقاومت مداوم در مقابل فکرها به حالت انتظار می رویم و از این روش ما در من ذهنی خواهیم ماند و به صورت مرده در خواهیم آمد.

– مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۷۰۷
اصلِ دان آن را بگیرش در کنار
باز ره دایم ز مرگِ انتظار

تو این فکرها را اصل بدان چون تو فقط این فکرها را می توانی ببینی.
می بینید که ارتباط ما با زندگی فقط از طریق فکر است؛ پس فکر را در
کنارت بگیر و برایش فضا باز کن، در این صورت هر لحظه می توانی از
مرگِ انتظار برهی.

این جهان موهوم بیابان ذهن است، زندگی به صورت عدم و جدا از ذهن
و این جهان در ما در حالِ تپیدن است، چرا آن را زندگی نکنیم؟

ما در من ذهنی به زمان افتاده ایم و مثل یک تماشاچی منتظر تغییر وضعیت ها در آینده هستیم و می گوییم اگر موانع برداشته شود، اگر مسائل حل شود، اگر دشمن های ما از بین بروند و صد اگر دیگر. مولانا می گوید قسم به خدا، هیچ مرگی بدتر از انتظار نیست.

-دیوان شمس، غزل ۴۴۵
نظاره گو مباش درین راه و منتظر
والله که هیچ مرگ بدتر ز انتظار نیست

اگر این سرما و یخبندانی که ما با همانیدن به صورت درد در من ذهنی ایجاد کردیم، ذوب نمی شود به این علت است که خورشید یعنی زندگی از ما رو برگرداننده و اگر در این شب تاریک ذهن از نور ماه محروم مانده ایم به این علت است که در بندِ علت و معلول و اگرها هستیم.

-دیوان شمس، غزل ۱۶۵۲
اگر این یخ نرود زان است که خورشید رمید
و گر آن مه نرسد زان است که بندِ اگریم

باتشکر 🙏
فرزانه از همدان



خانم فریده از هلند



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴
برنامه ۸۳۸

تمثیلِ تنِ آدمی به مهمانخانه و اندیشه‌های مختلف به مهمانان

هست مهمانخانه این تنِ ای جوان
هر صبا حی ضیفِ نو آید دوان

تن ما همچون مهمانخانه ایست و فکرها مهمانان آن هستند. مهمانان
فکرهایی هستند که هر لحظه از جهان غیب به هوشیاری ما می رسند. هر
لحظه یک فکر نو وارد هوشیاری ما می شود، که مقصود و مقصدی دارد.
گاه برای شناساندن یک هم هویت شدگیست، که در نهایت ما را به
مسیر آزاد شدن از من ذهنی هدایت می کند، و گاهی فکرهای ناب و
دسته اولی است که برای آفرینش و خلق چیزهای نو به هوشیاری ما
می آیند.

و صاحب این مهمانخانه کسی نیست جز هوشیاری ما، که از طریق ناظر بودن بر افکارمان باید از آنها پذیرایی کنیم.
جوان در بیت اول خطاب به اصل ماست، یعنی هوشیاری همیشه جوان است و پیری و فرسودگی برای او معنی و مفهومی ندارد.
صبح که در بیت دوم حاکی از طلوع خورشید و روشنایی است. پس با آمدن هر فکری روشنایی می تواند در پی داشته باشد.

هین مگو کین ماند اندر گردنم
که هم اکنون باز پرد در عدم

وقتی فکری از جهان غیب به هوشیاری ما رسید از او فرار نکن، بلکه با آغوش باز شروع به پذیرایی از او بکن. یعنی شاهد و تماشاگر آن باش. شاید او فکری ترسناک و اضطراب انگیز باشد، اما این فقط ظاهر آن فکری است که می تواند باشد. در زیر آن فکر به چیز دیگر اشاره می شود. شاید یک درد یا رنجش مخفی یا هر هم هویت شدگی که روح تو با او خو گرفته و تو را آزار می دهد. پس فضا گشایی کن و از آمدن آن فکر ناله و شکایت نکن، فرار هم نکن، از او سوال کن که برای چه آمده ای و پیغامت برای من چیست؟ سوال که کنی جوابش هم خواهد آمد. پیام زیر فکر خودش را به تو نشان خواهد داد و تو نیز از او تشکر کن و بگو حالا می توانی برگردی به همان جهان غیب، پیامت را گرفتم و از تو متشکرم.

به این ترتیب فکر را و اثرات بیرونی آن را وبال گردن خود نخواهی دید و او نیز وبال گردن تو نخواهد شد که به تو نشخوار فکری و اشغال کردن مرکزت را تحمیل کند. نتیجه اینکه بعد از مدتی درد هوشیارانه متوجه خواهی شد هم هویت شدگی را شناسایی کردی و حالا دیگر وقت رها کردنش است.

هرچه آید از جهان غیب‌وش
در دلت ضیف ست، او را دار خوش

پس فکرهای آمده به هوشیاریت را به گرمی از آنها استقبال کن. آنها فقط میهمان هستند یعنی چند صبحی پیش تو خواهند بود پس از آنها به گرمی پذیرایی کن تا خیر و برکاتش را به تو ارزانی کنند. خیر و برکاتش هر چه که باشد برای آزادی و رهایی تو از این من ذهنی است.

پس چند و چون نکن، انصتوا را رعایت کن و همچون فیلمی که بر روی پرده سینما در حال عبور است اجازه بده عبور کنند. تو فقط تماشا کن، پیام را دریافت کن و عمل کن.

هر فکری که به مرکز ما می آیند به این معنا نیست که موافق یا مخالف اون هستیم. ما فقط فضاگشایی می کنیم. فضا گشایی به معنای قربانی شدن در برابر اتفاق نیست، با عدم واکنش منفی و فضاگشایی اجازه می دهی تا راه و خرد خدایی به تو کمک کند، این یعنی یک دید و بینشی جدید. انشاءالله با این بینش لایق دریافت هدیه خداوند بشویم.


من نمی گویم مرا هدیه دهید
بلکه گفتم لایق هدیه شوید
-مثنوی دفتر چهارم بیت ۵۷۴

با تشکر فریده از هلند 🙏



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