



## پیغام عشق

قسمت صد و هشتاد و پنجم





خانم زهرا از تهران



با سلام خدمت استاد شهبازی مهربان و همراهان گرامی گنج حضور. برداشت غزل ۲۴۴۳ برنامۀ ۸۴۷

ای تو ملول از کار من، من تشنه تر هر ساعتی  
آخر چه کم گردد ز تو، کز تو برآید حاجتی

میل و هوس ما به سمت چیزها است، یعنی عادت کرده ایم همیشه به چیزی فکر کنیم و اجسام اطراف و آدمها ی اطرافمان را کنترل کنیم، تا همه چیز سر جایش باشد. این فضا را ذهن ما امن میپندارد، و این فکر کردن با گذشت زمان به وسواس تبدیل می شود و عامل شکنجه می شود به طوری که آرامش و خواب را از ما سلب می کند. گاهی وقتها، آنقدر در فکرهایمان غرق می شویم که صدای فرزندانمان که خود زندگی است ما را ناراحت میکند، حوصله سر و صدا نداریم، چون مانع فکر کردن ما می شود، از هر اتفاقی که زندگی برای ما پیش می آورد تا کشتی ما را حرکت دهد، تا بگوید بیدار شو، زندگی من هستم، بشنو، ملول می شویم؛ چاره ی درد ملولی ما، اقرار ما به نیازمان است.

پوزبند وسوسه عشق است و بس  
ورنه کی وسواس را بسته است کس

مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۳۰

وقتی روش زندگی کردن را تغییر بدهیم، ذهن مقاومت می کند، چون تا حالا امنیت طور دیگری برایش تعریف شده بود. باید دائم مواظب تصویر ذهنی و متعلقاتش بود؛ اصلا تنها کارش این بود، حالا دیگر قرار نیست از من ذهنی دفاع کنیم. ذهن ما را می ترساند، نباید بترسیم، بایستیم، سکوت کنیم، فقط ناظر باشیم، دردها در فضا گشایی بالا می آیند.

نعره لاضیر بشنید آسمان  
چرخ گویی شد، پی آن صولجان

مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۲۰

نگران نباشیم، قرار است دید جدیدی پیدا کنیم، زمان نیاز دارد تا ذهن اعتماد کند، چون به مرور که حالمون خوب می‌شود، ذهن به این سبک زندگی عادت کرده و مقاومت کم می‌شود.

بر تو زیانی کی شود، از تو عدم گر شی شود  
معدوم یابد خلعتی، گیرد ز هستی رایتی

دیگر قرار نیست از روی افکار قدیمی و پوسیده و هیجانات بخوانیم و عمل کنیم. در فضای گشوده شده، عقل جدید وجود دارد، به تدریج که با این فضا خو گرفتیم و حس امنیت واقعی را تجربه کردیم، به خرد الهی اعتماد می‌کنیم. اینجا دریای یقین است، اینجا جهان باور نیست، جهان تجربه است، تجربه عشق، امنیت. متوجه می‌شویم چقدر کار اضافه تا حالا انجام می‌دادیم، بیشتر کارها برای جلب توجه دیگران بود، متوجه انقباض عضلاتمان می‌شویم، متوجه تنوع انسانها در نوع باور، نوع عبادت، و تنوع در ظاهر آنها می‌شویم.

در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد  
مترسید مترسید گریبان مدرانید

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۷

این مساله را درک میکنیم که جهان با یک نیرو کار می کند که از دریای نهان از چشمها، و از روی رحمتش گاهی گوهرهایی مثل مولانا را برای ما می فرستد، تا نورش چراغ راه ما باشد. متوجه می شویم انسانهای به حضور رسیده که دریاهاى این جهانی هستن و وصل به دریای یقین هستند، تعدادشان بسیار زیاد است، و مثل سیل از لوح معرفت برای ما پیغام می آورند. باید مثل یک قطره به سیل ملحق بشیم، تا به دریا برسیم ولی یادمان باشد، با نور این بزرگان چراغ حضور خودمان را روشن کنیم، این بزرگان همواره در تسلیم و شکر هستند، بخشنده هستند، قانون جبران را در هر زمینه ای می شناسند، بی چشمداشت عشق می ورزند، عزت نفس دارند، اعتماد به نفسشان با اموال و آدمها و رفتار دیگران بالا و پایین نمی شود، آیا ما اینگونه ایم؟ دائماً فضا گشایند، بیشتر ساکتند. آیا ما در همنشینی با افسردگان، ملول می شویم؟ پس فضای گشوده شده کافی نیست. پس الگوی من ذهنی در ما کار میکند.

گفتم با ضمیر خود، چند خیال جسمیان  
یا تو زهر فسرده ای، سوی دلم رسولکی

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۸۱

ولی هر چقدر هم که من ذهنی در ما فعال باشد، هر چقدر هم که عبادتی نکرده باشیم و به نظر خودمان گناهکار باشیم، نباید برای رفتن به سمت او بهانه جویی کنیم. برای فضا گشایی هیچ ابزار ذهنی لازم نیست، تنها ابزار در اختیار ما این لحظه و اتفاق است،

قل تعالوا فل تعالوا گفت رب  
ای ستوران رمیده از ادب

مثنوی، دفتر چهارم، ۲۰۱۱

و در آخر

چون شمس تبریزی که او گنجا ندارد در فلک  
کان مطلع خورشید او دارد عجایب ساحتی

با چند تا هم هویتی انداختن فضای زیادی در ما باز نمی‌شود، باید صبر کرد، برای طلوع شمس در ما مساحت  
زیادی لازم است، باید تا آنجا ادامه بدهیم که ذهن ما شگفت زده شود، و به ناتوانی خود در درک فضای عدم  
اقرار کند.

با تشکر زهرا از تهران ✨





خانم فریده از هلند



با سلام. ابیاتی از مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۷۴ بر نامه ۸۴۶

بر مکن پیر را و دل برگن از او  
زانکه شرط این جهاد، آمد عدو

چون عدو نبود، جهاد آمد مُحال  
شهوَت نبود، نباشد امتثال

صبر، نبود چون نباشد میل تو  
خصم چون نبود، چه حاجت خیل تو؟

پره‌ای طاوسی ات یعنی میل‌های خودت را نکن، بلکه هم‌هویت شدن با چیزها را بکن. شناسایی کن و بینداز. شرط این کوشش و تلاش داشتن دشمن هست، البته نه به این معنا که به عمد برای خودمان دشمن درست کنیم. آگه هم‌هویت شدگی نداشته باشیم چه چیزی را می‌خواهیم شناسایی کنیم؟ باید میل به چیزها در ما وجود داشته باشه تا ما یاد بگیریم و تمرین کنیم شناسایی کردن و دل‌کندن از اون‌ها را. آگه میلی در ما نباشه صبر کردن را چطور تمرین کنیم؟ وقتی دشمنی وجود نداره لشگر و سپاه که معنی پیدا نمیکنه. پس از بدو ورود ما به این جهان پروسه هم‌هویت شدن شروع میشه تا زمانی که وقت اون برسه که یاد بگیریم که چطور خود را کنار کشیده، شناسایی کرده، انداخته و رها بشویم.

هین مکن خود را خَصى، رَهبان مشو  
زانکه عفت هست شهوت را گرو

بی‌هوا، نهی از هوا ممکن نبود  
غازی بر مردگان نتوان نمود

أَنْفَقُوا كَقْتِهِ سَتِ پَسِ كَسْبِي بَكْنِ  
زَانَكِه نَبُودَ خَرَجِ، بِي دَخَلِ كَهْنِ

پس نباید جلوی این پروسه را که طرح و برنامه زندگی ست را گرفت، که این همان رهبانیت و یا کشتن میل ها در خودست، بلکه هوشیارانه و آگاهانه خواستن را باید کم کرد. عفت و پاکیزگی ما نیز در گرو همین خواستن هاست.. مثالی میزنه حضرت مولانا: که آگه هوس و خواسته های من ذهنی ات را نداشته باشی عین این می ماند که به قبرستان بری و بخواهی که با مردگان جنگیدن را به نمایش بگذاری و یا از قول قرآن می فرماید:

که انفقوا، انفاق کنید و ببخشید و کسبی کنید، ولی اگر میل نداشته باشیم چطوری کسبی بکنیم. اول باید میلی باشه که بعد بتوانیم ببخشیم و کسبی بکنیم. پس همانیدگی های ما هم یک جور کسب هستند که خرج بدون دخل امکان نداره. بدون میل همیشه همانیده شد و بعد فضا را باز کرد تا این میل، این هم هویت شدگی زیر نفوذ خرد فضای گشوده شده قرار بگیره. تسلیم و پذیرش هم اینجا معنی پیدا میکنه که ما در این لحظه فضا را باز کنیم که از خرد زندگی استفاده کنیم یا فقط با من ذهنی در فکر له کردن میل ها در خودمان باشیم؟

بخشش هم اینجا معنی درست خودشو را پیدا میکنه که با اون چیزی های که هم هویت هستیم و یا خیلی دوست شان داریم و نمیتوانیم از اونها دل بکنیم، اونها را ببخشیم و رعایت قانون جبران را هم کرده باشیم. پس متوجه میشویم که خداوند یک طراح و برنامه ریز بسیار ماهری ست.

همچنان چون شاه فرمود: اَصْبِرْ  
رغبتی باید کز آن تابى تو رو

پس کُلُوا از پهر دام شهوت است  
بعد از آن لا تُسْرِفُوا آن عفت است

چونکه رنج صبر نبود مر تو را  
شرط نبود، پس فرو ناید جزا

پس خداوند میفرماید که صبر کنید و برای اجرای این صبر اول باید رغبت و میلی باشد، یعنی موضوعی باید باشد که بتوانیم از آن روی بتابیم. همینطور در قرآن آورده شده که بخورید و بیاشامید ولی اسراف نکنید، یعنی افراط نکردن در هم هویت شدن نه اینکه آنها را در خود بکشید. پس میل ها و هم هویت شدن و بعد از آن یاد گرفتن فضا گشایی کردن، صبر و درد هوشیارانه کشیدن نه تنها یک فرایند هست، که نباید آن را از بین برد بلکه انسان را پخته می‌کند چراکه خرد زندگی ست که توازن را برقرار می‌کند والا من ذهنی یا بیش از حد افراط می‌کند در هم هویت شدن، که به نابودی خودش ختم می‌شود و یا تفریط می‌کند و موضوع را کلاً منتفی می‌کند.

یعنی هیچ میلی نباشد تا هم هویت هم نشویم، که البته به فقر و بیچارگی میرسد و بعد همین فقر را مایه افتخار خودش میداند. شرط، شرط صبر و درد هوشیارانه ست که هم دل را نوازش می‌دهد و هم جان را زیاد می‌کند. اینطور هست که این پاداش حضور را همیشه بدست آورد، پس نباید پر را کند بلکه دل را از همانیدگیها باید کند. پس این فرایند و طرح زندگی برای آزاد شدن ما از من ذهنی لازم هست.



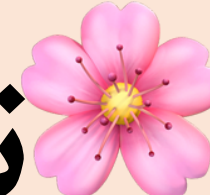
با تشکر فریده از هلند



خانم شایسته از اصفهان



به نام خداوند مهربان. سلام عرض می‌کنم خدمت جناب آقای شهبازی نازنین و تمام دوستان گنج حضور می‌خواهم پنج نکته‌ی دیگر از نکات زیبایی که از حضرت مولانا و جناب آقای شهبازی بزرگوار یاد گرفته‌ام را با شما عزیزان به اشتراک بگذارم.

نکته اول: 

هیچ‌گاه فکر نکنم که همیشه باید دیگران به سخنانی که می‌گویم توجه کنند؛ زیرا ممکن است من حرفی بزنم و کسی به آن توجهی نکند؛ باید بدانم که این هیچ اشکالی ندارد و در مقابل آن فضاگشایی کنم.

نکته دوم: 

گاهی اوقات ما در جمعی قرار می‌گیریم و مدام از روزگار گله و شکایت می‌کنیم و همچنین به من ذهنی اجازه می‌دهیم که تمام توجه ما را جلب کند و ما را از فضای زیبای حضور جدا کند؛ بعد از اینکه از آن جمع بیرون می‌آییم و در خلوت خودمان هستیم، مدام به سخنانی که دیگران و خودمان گفته‌ایم فکر می‌کنیم. و ممکن است با به یادآوردن بعضی از آن حرف‌ها خنده‌ای بر لب ما بنشیند و امکان دارد بعضی از آن سخنان ما را ناراحت و خشمگین کنند.



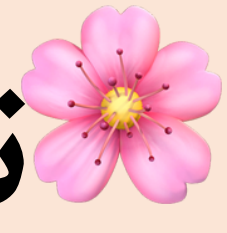
پس بهتر است در چنین جمع‌هایی قرار نگیریم و اگر چنین سخنان آمیخته با گله و شکایت را شنیدیم، واکنش نشان ندهیم و آنقدر فضا را باز کنیم تا رویمان تأثیر نگذارد. مولانا در این راستا می‌فرماید:

در تلاقی روزگارت می‌برند  
یادهاشان غایبی‌ات می‌چرند

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۷

حکم حق گسترده بهر ما بساط  
که بگوئید از طریق انبساط

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

نکته سوم: 

یکی از ابیات مولانا که به نظرم بیت بسیار بسیار کلیدی است، بیت زیر می باشد که خوشبختانه این بیت زیبا را از زبان کودکان عشق زیادی شنیده ام:

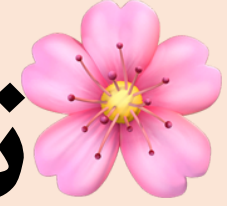
در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد  
مترسید مترسید گریبان مدرانید

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۳۷

هرگاه ذهن می خواهد با نظر فرد دیگری مخالفت و ستیزه کند، با به یاد آوردن این بیت زیبا می توان ذهن را خاموش کرد و بی واکنش بود. این بیت زیبا به ما می آموزد که همه ی نظرها و آیین ها در این فضای بی نهایت وسیع الهی می گنجد، پس چرا من باید مقاومت کنم و مرکزم را منقبض نگه دارم..

نکته چهارم: 

درس بزرگ دیگری که از جناب آقای شهبازی بزرگوار یاد گرفته‌ام این است که ایشان می‌گویند: با تکرار کردن یک بیت، آن بیت معنی‌اش را به شما نشان می‌دهد. این جمله واقعا کلیدی است. هرگاه پیام بیتی را با خواندن آن دریافت نمی‌کنم، چندین بار آن را تکرار می‌نمایم و بعد از چندین بار خواندن، آن بیت پیامش را به من نشان می‌دهد و این واقعا شیرین است.

نکته پنجم: 

بنده یاد گرفتم بزرگ‌ترین کمکی که می‌توان به دیگران کرد، دخالت نکردن در کار آن‌ها و کار کردن روی خود است. ما با کار کردن و تمرکز روی خود می‌توانیم تأثیر مثبتی روی دیگران بگذاریم. هیچ‌گاه نمی‌توان با زور و نصیحت، دیگران را تغییر داد؛ زیرا تذکر به دیگران منجر به ایجاد مقاومت در آن‌ها می‌شود و در نتیجه مرکز آن‌ها را منقبض می‌کند و قطعا انقباض مرکزشان هیچ کمکی به آن‌ها نخواهد کرد.

مولانا میفرماید:

تا کنی مر غیر را حبر و سنی  
خویش را بدخو و خالی می کنی

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

با سپاس فراوان از جناب آقای شهبازی نازنین و تمام دوستان گنج حضور

شایسته از اصفهان 🙏



آقای جبار از ایلام



مولانا، دیوان شمس، غزل ۱۶۷۰

ما به خرمنگاه جان باز آمدیم  
جانب شه همچون شهباز آمدیم

سیر گشتیم از غریبی و فراغ  
سوی اصل و سوی آغاز آمدیم

تجربه ای از شروع خود شناسی به هنگام کار کردن بر روی خودمان. در هنگام بیداری ما از خواب ذهن یا از من ذهنی و بازگشت مجدد و هوشیارانه ما به سوی زندگی، در ابتدای کار بر روی خودمان به تدریج که ما متوجه منظور اصلی از آمدن به این جهان می شویم، به دلیل عجله کردن من ذهنی و حجابی که داریم، مرتکب اشتباهاتی می شویم و امکان دارد دچار یک غرور کاذب و یا من ذهنی معنوی و لاغری بشویم و احساس دانایی و استادی کنیم و حتی کار کردن و تمرکز را از روی خودمان برداشته و به حبر و سنی کردن، نصیحت کردن، و نسخه پیچیدن برای دیگران بکنیم.

و این موضوع ظریف را باید به یاد داشته باشیم دانش و نوری که ابتدای کار از بزرگی مثل مولانا و ارتعاش صحبت‌های آقای شهبازی به ما می‌خورد را نباید از خودمان بدانیم و با این کار دچار یک حجاب بزرگتری خواهیم شد و یک من ذهنی معنوی درست می‌کنیم و با این کار بیشتر از خدا و بزرگان دور می‌شویم و در من ذهنی بیشتر گم و گیج خواهیم شد و در دور باطل خواهیم چرخید. ابیات انتخاب شده برای این قسمت.

دفتر اول از بیت ۳۲۵۵ تا ۳۲۶۱

ای برادر بر تو حکمت جاریه ست  
آن ز ابدال است و بر تو عاریه ست

ای انسانی که قدم در مسیر خودشناسی گذاشته‌ای و رو خود کار می‌کنی، حکمت و اسرار الهی بر بستر قلب تو روان است اما این دانش و نور در ابتدا جنبه عاریتی (قرضی) دارد و از بزرگی مثل مولانا به تو میرسد.

گرچه در خود خانه نوری یافته ست  
آن ز همسایه منور تافته ست

به عنوان مثال اگر چه درون خانه یا ذهن ما روشن و منور می‌شود، ولی این نور و روشنی را از همسایه اش که نورافشان است گرفته است یعنی نور ابتدایی ما از بزرگان است که قلبشان به انور و اسرار و حقایق الهی منور شده است.

شکر کن غره مشو بینی مکن  
گوش دار و هیچ خودبینی مکن

شکر و سپاس خدا را به جای آورد مغرور نشو، این نکته را گوش کن با من ذهنی خودت دچار تکبر و خودبینی مشو.



صد دریغ و درد کین عاریتی  
امتان را دور کرد از امتی

افسوس و دریغ که این حکمت عاریتی است یعنی حکمت ها و دانشی که از بزرگان و عارفان به ما می‌رسد، برای ما که قدم در سلوک و خودشناسی گذشته ایم در ابتدای کارمان جنبه عاریتی دارد و باید متوجه این موضوع ظریف باشیم با همین من ذهنی معنوی ممکن است از خدا دور شویم. و دین و ایمان واقعی که همان تبدیل شدن ما به زندگی است را از دست بدهیم، زیرا در ابتدا ممکن است من ذهنی ما این حقایق و اسرار الهی را از خودش بداند در حالی که اگر انبیا و اولیا و عارفان نبودند، هرگز چنین حقیقتی آشکار نمی‌شد.

من غلام آن که در هر رباط  
خویش را واصل نداند بر سماط

مولانا می‌گوید من خادم کسی هستم که او در هیچ منزل و مقامی توقف نمی‌کند و نمی‌گوید من رسیدم و خود را در هیچ جایی واصل بر حقیقت نمی‌داند و کار بر روی خود را متوقف نمی‌کند.

یعنی ما که چند سال روی خودمان کار کنیم و مقداری فضای درون مان باز باشد یا دردهای من کم شد کار را رها نکنیم و ادعای استادی نکنیم و پندار کمال به ما دست ندهد و یا فکر کنیم همه راه‌ها و گردنهای سخت را پیموده ایم. اگر این فکر را به سراغمان آمد همان من ذهنی ما یا حجاب نورانی ماست که دارد ما را گمراه می کند و با این کار مورد غضب زندگی قرار خواهیم گرفت.

بس رباطی که نباید ترک کرد  
تا به مسکن در رسد یک روز مرد

ما قدم در وادی خود شناسی و سیر و سلوک عرفانی گذاشته‌ایم و باید بدانیم که خیلی از مقامات و منازل را باید پشت سر بگذاریم تا زمانی که به فضای یکتایی که همان تبدیل شدن ما به زندگی است برسیم و بطور کامل به زندگی زنده شویم.

گرچه آهن سرخ شد، او سرخ نیست  
پرتو عاریت آتشرنی است

به عنوان مثال اگر چه آهن بر اثر شعله آتش سرخ می شود ولی این سرخی از ذات آهن نیست بلکه جنبه عاریتی دارد و به وسیله یک آتش زنه به وجود آمده است. همینطور ما هم اگر حالمان خوب شد و دردهایمان شفا پیدا کرد، آرام شدیم این در ابتدای کار از دم گرم بزرگان است.

دفتر دوم بیت ۵۶۶ تا ۵۶۸

عکس چندان باید از یاران خوش  
تا شویی از بهر بی عکس آبکش

ای انسان از یاران عاشق و عارفان صادق باید آنقدر ذوق و معانی را در روح خودت منعکس کنی که تو دیگر به مرحله بی نیازی بررسی و از دریای حقیقت یعنی مرکز عدم شده خودت بدون واسطه بزرگان آب معانی و برکات زندگی را بیرون بکشی و در این جهان پخش کنی.

عکس که اول زد تو آن تقلید دان  
چون پیایی شد شود تحقیق آن

در ابتدا اگر حال و ذوقی در ما منعکس شد یعنی حال ما خوب شد، حرف قشنگ زدیم، کارای خوب کردیم، مقید شدیم، یک آرامش نسبی کسب کردیم ولی افتان و خیزان داشتیم و با اتفاقات و وضعیت‌ها بالا و پایین شدیم پس هنوز در تقلید هستیم و نور از خودمان نیست. اگر فضای درون ما تا حدود زیادی باز شد و ریشه دار شدیم و مقدار زیادی از همانیدگی‌ها و دردهایمان یعنی حدود ۸۰ تا ۹۰ درصد انداختیم، و این آرامش و شادی و سکون و سکوت دائمی شد، آرامش زیر فکرها و اتفاقات شدیم، ریشه دار شدیم و این پیایی شد و با اتفاقات به هم نخورد پس از آن تحقیق است و می‌توان گفت ما به مقدار زیادی به زندگی زنده شده ایم.

تا نشد تحقیق از یاران مبر  
از صدف مگسل نگشت آن قطره در

تا زمانی که بواسطه عارفان و بزرگان به دریای حقیقت نرسیده اید، یعنی به حضور زنده نشده ایم از بزرگان و یاران معنوی دور مشو. همانند قطره باران تا زمانی که به مروارید تبدیل نشده نباید صدف را ترک بکنه و ما نیز همینطور باید مدتی تحت حمایت عارف بزرگی مثل مولانا قرار بگیریم تا به مرحله پختگی برسیم، و اجازه دهیم با استفاده از این آموزه های گرانبها ما را از من ذهنی و دردهامون بزداید و در پایان

اهل کام و ناز را در کوی رندی راه نیست  
رهروی باید جهان سوزی نه خامی بی غمی

آدمی در عالم خاکی نمی آید به دست  
عالمی دیگر نباید ساخت و از نو آدمی

حافظ، غزل ۴۷۰

جبار از ایلام 



خانم زهرا از مشهد




سلام دوستان و عزیزان گنج حضور. غزل شمار ۲۶۲۰ برنامه شماره ۸۴۸۵ گنج حضور


ای دل به ادب بنشین، برخیز ز بد خویی   
 زیرا به ادب یابی، آن چیز که می گویی

ای دل من بدان که همواره در حضور خدا هستی، پس با ادب بنشین و از بد خویی دست بردار. یعنی فضا  
 گشایی کن، صبر و پرهیز کن، تسلیم باش تا خرد و کوثر او در تمام زندگیت جاری شود و شادی بی سبب را  
 تجربه کنی.


اگر عینک همانیدگیهایت را بر چشمت بزنی و از آن طریق زندگی را ببینی، مقاومت و قضاوت کنی بد خو  
 می شوی و اجازه نمی دهی خدا با کن فکانش به تو کمک کند، تنها با عدم کردن مرکزت و رعایت قانون انصتوا  
 با ادب می شوی و به بی نهایت و ابدیت او تبدیل خواهی شد.

حاشا که چنان سودا، یابند بدین صفرا   
 هیهای چنان رویی، یابند به بی رویی

آن عدم و زنده شدن به او را با بی شرمی من ذهنی که همیشه برای ما درد سر درست می کند، نمی توانیم بدست آوریم. چون با من ذهنی مرتب خوب و بد می کنیم مقاومت و قضاوت می کنیم و حالت صفرای من ذهنی سبب می شود خشمگین شویم، برنجیم، درد درست کرده و آنرا همه جا پخش کنیم و این گونه سودای عشق را نمی توان به دست آورد.

 در عین نظر بنشین، چون مردمک دیده  
در خویش بجوای دل، آن چیز که می جویی

با دید نظر وبا مرکز عدم بین، بگذار خدا از طریق مردمک چشم تو ببیند، آن چیزی را که به دنبالش هستی در مرکز خودت هست، تو امتداد خدا هستی، پس باید به او زنده شوی چیزی را در بیرون جستجو نکن، چون اگر این کار را بکنی در ذهن خواهی ماند و ذهن فقط می تواند همانیدگیهایت را به تو نشان بدهد.

 بگریز زهمسایه، گر سایه نمی خواهی  
در خود منگر، زیرا در دیده خود مویی



همسایه، من ذهنی ماست، میگوید از ان بگریز، یعنی مقاومت و قضاوت نکن، دم به دم من ذهنی نگذار، چون این من ذهنی مانند مویی در چشم ماست که اجازه نمی دهد درست ببینیم و همیشه دردسر و مسئله درست می کند.

سایه هم سبب بد دیدن ما میشود و اجازه نمی دهد نور حضور از ما عبور کند باید آن را کنار بگذاریم، فضا را باز کرده تسلیم شده و صبر و شکر و پرهیز کنیم تا نور حضور از ما عبور کند و ما زنده به خدایت خودمان شویم.

 گر غرقه دریایی، این خاک چه پیمایی؟  
ور بر لب دریایی، چون روی نمی شویی؟

اگر مرگزت را عدم کردی و مانند ماهی در دریای یکتایی شنا میکنی، پس چرا دوباره به خشکی ذهن می روی؟  
اگر طعم حضور چشیدی و از آب حیات بهره مند شدی پس با آن آب دست و رویت را بشور یعنی همانیدگیهایت را به حاشیه ببر و فقط با دید عدم بین و طعم خوش شادی بی سبب را بچش. اینست هدف اصلی ما از آمدن به این جهان، وصل شدن به خداییتمان که ذات اصلی ماست.

 با احترام، زهرا از مشهد



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود

