



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هشتصد و شصت و هشتم





آقای علی از دانمارک



با درود و تقدیم احترام و با سپاس فراوان از آقای شهبازی عزیز و رعایت کنندگان محترم قانون جبران.

از خاصیت های مُخرَب من ذهنی « کاهلی و عدم تمایل به تغییر » است. ذهن تمایل دارد به همان عادت ها و رفتارهای کهنه که از جامعه اطرافش با تقلید یاد گرفته است بچسبد و آنها را تغییر ندهد.
در بیت ۱۰۶۸ دفتر اول داریم:

هر که ماند از کاهلی بی شکر و صبر
او همی داند که گیرد پای جبر

هر که جبر آورد خود رنجور کرد
تا همان رنجوری اش در گور کرد

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸ الی ۱۰۶۹
در دو بیت فوق بطور خلاصه به یکی از مسائل انسان در من ذهنی، پیامدها و عاقبت نهایی آن اشاره شده است:

مسئله عبارت است از: «کاهلی و عدم تمایل به تغییر». پیامدهای ناشی از کاهلی عبارت است از: «بی شکری و بی صبری و پذیرفتن اینکه من چاره ای جز ماندن در وضعیت فعلی ام ندارم».

عاقبت نهایی این طرز فکر هم عبارت است از:

«بیمار شدن و مرض های جسمی و روانی گرفتن» که در نهایت انسان را در افسانه من ذهنی دفن می کند. برای روشن شدن مسئله مثالهایی از گذشته خودم می آورم. هدفم از بیان خلاصه ای از گذشته ام گفتن سرگذشتم نیست بلکه میخواهم تجزیه و تحلیلی بر این جنبه از من ذهنی با توجه به تجربه شخصی خودم و بر اساس ابیات مولانا داشته باشم.

حال که به سنین نوجوانی ام برمیگردم نمونه های زیادی می توانم نام ببرم که ناشی از کاهلی و عدم تمایل به تغییر بوده اند، به عنوان مثال از دوران تحصیل در دبیرستان شروع می کنم:

به دبیرستان می رفتم که درس بخوانم و در زمینه فکری و تحصیلی پیشرفت کنم ولی متأسفانه در عین حالیکه استعداد و توانایی خوبی داشتم در مدرسه همه کار می کردم به جز درس خواندن، چرا؟

چون انسان در کاهلی من ذهنی شکر و قدردانی بلد نیست، اگر بلد بودم باید قدر لحظات عمرم را می دانستم و هدر نمی دادم و باید قدر خیلی نعمات دیگری را می دانستم که زندگی برایم فراهم کرده بود تا بدون دغدغه تحصیل کنم.

در دوران خدمت سربازی وقت آزاد زیادی داشتم که میتوانستم برای ورود به دانشگاه خودم را آماده کنم که باز هم اسیر کاهلی و جبر من ذهنی بودم و وقتم را هدر می دادم.

بعد از اتمام خدمتم باز هم زندگی فرصت دیگری برای پیشرفت تحصیلی در دانشگاه برایم فراهم کرد ولی همچنان بخاطر تنبلی و قدرشناسی من ذهنی دوره چهار ساله را در هفت سال با معدل پایین گذراندم.

در حین تحصیل استخدام یک شرکت شدم ولی بجای اینکه با تمام توان کار کنم از زیر کارها و وظایفم شانه خالی می کردم.

ناگفته نماند که مدرک لیسانسی هم که بدون رعایت کردن قانون جبران گرفتم نتوانستم از مزایای حقوقی آن در شرکت استفاده کنم و دائماً مشغول شکایت و ملامت مسئولین شرکت بودم که چرا مدرکم را قبول نمی کنند.

خلاصه اگر بخواهم موارد کاهلی من ذهنی ام را ذکر کنم شاید به ساعتها وقت نیاز باشد که از حوصله این برنامه خارج است.

ولی از آنجا که زندگی دائماً به دنبال این است این مردگی و کاهلی را از وجود زنده خودش خارج کند مرا به حال خود وانگذاشت.

چون ز زنده مرده بیرون می کند
نفس زنده سوی مرگی می تند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

قضا و قدر خداوند اینگونه رقم خورد که من سر از کشور دانمارک دربیآورم. منی که در کاهلی و تنبلی من ذهنی تمام فرصتهای یادگیری را از دست داده بودم باید در کشوری به زندگی ادامه می دادم که نه زبان مردمش را می فهمیدم و نه حتی زبان انگلیسی بلد بودم که بتوانم گلیمم را از آب بیرون بکشم.

همچنین در حالیکه حدود پانزده سال در قسمت حسابداری شرکت در ایران کار کرده بودم ولی به اندازه کافی در این زمینه مهارت کسب نکرده بودم که بتوانم در زمینه حسابداری در اینجا مشغول بکار بشوم.

در ماههای اول مقاومتی خیلی زیاد بود بطوریکه بعد از سه ماه حدود پانزده کیلو وزن کم کردم، ولی خوشبختانه در آنزمان که دو سه سالی از آشنایی من با برنامه گنج حضور گذشته بود با آموزه های این برنامه تا حدودی آشنایی داشتم و می دانستم که دچار جف القلم و ریب المنون شده ام و اینجا دیگر آخر خط کاهلی و تنبلی من ذهنی است و باید با صبر و کشیدن درد هشیارانه و رعایت قانون جبران به زندگی اجازه بدهم که خودش را از این مردگی در من ذهنی بیرون بکشد.

در اوایل ورود به دانمارک مجبور بودم روزی ده دوازده ساعت پیاده روی کنم و روزنامه پخش کنم ولی در حین کار هندزفری در گوشم بود و برنامه های گنج حضور آویزه گوشم. ابیات بیدارکننده مولانا و تفاسیر امیدبخش جناب شهبازی و پیامهای تلفنی پر از عشق همراهان باعث می شد از پا نیفتم و مانند نخود در دیگ زندگی بجوشم و می دانستم که باید سر تسلیم در برابر قضا و قدر خدا فرود بیاورم.

گر قضا پوشد سیه همچون شبت
هم قضا دستت بگیرد عاقبت

گر قضا صد بار قصد جان کند
هم قضا جانت دهد درمان کند

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸ الی ۱۲۵۹

این قضا صد بار اگر راحت زند
بر فراز چرخ خرگاهت زند
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۰

از گرمِ دان زآنکه می ترساندت
تا به ملک ایمنی بنشاندت
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۱

من که از مدرسه و مکتب گریزان بودم باید بعد از کار به کلاس زبان می رفتم، به قول معروف: جمعه به مکتب آورد طفل گریزپای را. ولی به لطف آموزه های مدرسه مولانا شوق یادگیری روز به روز در من بیشتر می شد و علیرغم سختی هایش از یادگیری زبان جدید لذت می بردم.

چیزهای زیادی از مردم دانمارک و طرز زندگی روزمره شان یاد گرفته ام از جمله: سخت کوشی و رعایت قانون جبران در کار بیرون و در کار خانه. اینجا برای ورود به هر شغلی باید تحصیلات و آموزشهای لازم را یاد گرفت، حتی مثلاً شغل نانوايي که باید یک دوره حدوداً سه ساله را پشت سر گذاشت.

در کار خانه و حتی بچه داری اینجا زن و مرد تقریباً با هم برابرند. مردها در خانه به همان اندازه کار می کنند که زن ها در بیرون. بچه ها از سنین دوازده سیزده سالگی در حین تحصیل در سوپرمارکتها کار می کنند و در سن هجده سالگی باید بتوانند از لحاظ مالی مستقل زندگی کنند.

اینجا تعداد دوچرخه بیشتر از اتومبیل است و همه در هر سنی و با هر جنسیتی اغلب از دوچرخه استفاده می کنند.

افراد مسن اکثراً خودشان به تنهایی زندگی می کنند و کارهای خودشان را انجام می دهند.

اینها نمونه هایی بود از جنبه رعایت قانون جبران که مردم اینجا به خوبی رعایت می کنند و به همین دلیل جامعه ای نسبتاً سالم و کارآمد برای خود ساخته اند:

هر جا حیاتی بیشتر مردم در او بی خویش تر.

هر چند که منظور اصلی از کاهلی در این ابیات، خاصیت تنبلی و ایستایی من ذهنی در تبدیل از هوشیاری جسمی به هشیاری حضور است ولی تا همه جنبه های آنرا در زندگی روزمره شناسایی و اصلاح نکنیم نمی توانیم در کار تبدیل موفق باشیم.

در پایان لازم میدانم بر تأثیر همنشین و قرین در سرنوشت هر کسی تأکید کنم چرا که یک دوست خوب می تواند الگوی رفتاری خوبی برای ما باشد، بنابراین دقت کنیم با چه افرادی همنشین هستیم.

از قرین بی قول و گفت و گوی او
خو بدزد دل نهان از خوی او

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶

با تشکر

علی از دانمارک



خانم فرزانه از تهران



با عرض سلام و احترام.

«فرزندان ناسازگار کمال طلبی»

کمال طلبی چیست؟

برداشت من از کمال طلبی من ذهنی‌ام این است که می‌خواهم فرم‌های این جهان را کامل کنم. گرچه که بارها آقای شهبازی فرمودند فرم‌های این جهان هیچ وقت کامل نیست.

یک زمان پول هست، وقت نیست. پول هست، وقت هست. انرژی نیست. کسی باهوش است اما زیبا نیست. زیبا و باهوش است ثروتمند نیست.

مولانا می‌گوید مرضی بدتر از پندار کمال در جان من نیست.

زان نمی‌پرد به سوی ذوالجلال
کو گمانی می‌برد خود را کمال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۳)

علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای ذو دلال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

از دل و از دیده‌ات بس خون رود
تا ز تو این معجبی بیرون رود
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵)

علت ابلیس انا خیری بدهست
وین مرض در نفس هر مخلوق هست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶)

چرا پندار کمال این قدر بد است؟
چون همین که به این خاصیت مخرب فرصت رشد بدهیم فرزندانمان برایمان می‌آورد از جمله:

۱. سخت‌گیری و تعصب.
کمال طلب نمی‌پذیرد که چیزی در جای خودش نباشد، یا فرم و جسمی به هم ریخته باشد. یک پارک منظم از باورها، الگوهای رفتاری خودش و بقیه و همه چیز دارد که سخت پایبند به آنهاست.

سخت‌گیری و تعصب خامی است
تا جنینی کار خون‌آشامی است
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۷)

سخت‌گیری و تعصب نشانه‌ی عدم بلوغ و نوشیدن خون درد من‌ذهنی به جای شیر روان زندگی است.

کمال طلب سخت‌گیر زندگی خوش را به کسی و به خودش روا نمی‌دارد، از کنار اتفاقات به آسانی نمی‌گذرد. او حتی برای خدا و زندگی هم با خط‌کش خودش چهارچوب تعیین می‌کند و می‌گوید الآن برای من و به‌طور کلی در جهان چه چیزی خوب است که رخ بدهد.

۲. شکایت و خشم.

کمال طلب که سخت گیر هم هست فرزندی دارد شاکی و خشمگین. چون فرم و اتفاقات هیچ وقت برای او کامل نیستند.

برنامه ریزی اش برای کارها مدام به هم می ریزد و بقیه هم طبق خواسته ی او عمل نمی کنند.

لذت بی کرانه ای است، عشق شده است نام او
قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

عشق، یک لذت بی کرانه است و نهایت شکرگزاری است. فرد عاشق هم مثل همه ی افراد دیگر بی مراد می شود ولی او فقط فضا را باز می کند و از این بی مرادی به نفع خودش بهره می برد.

۳. اینرسی و کاهلی من ذهنی

یک من ذهنی کمال طلب، هیچ وقت از خودش و شرایط راضی نیست. دوست ندارد کاری را شروع کند چون یا تصور می کند نمی تواند آن را کامل انجام دهد یا می خواهد پیش زمینه‌ی کارش به طور کامل مهیا باشد و بعد کار را شروع کند.

اصولاً من ذهنی کمال جو، کاری را شروع نمی کند. مثلاً من که پیغام خوبی ندارم فعلاً، پس چیزی نمی نویسم. یا اگر هم شروع کند آن را تمام نمی کند. مثلاً هنوز چیزی مانده تا پیغامم کامل شود پس ارسالش نمی کنم.

من ذهنی استاد کارهای ناتمام و به هم ریخته است و عجیب است که این شلختگی و به عقب انداختن، از خاصیت کمال خواستن می آید. یکی از تمرین های عالی برای رهایی از کمال خواستن، در نظر گرفتن زمان محدود برای کار و انجام آن است. مولانا می گوید:

یک زمان کار است بگزار و بتاز

کار کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

مثلاً می‌خواهم یک پیغام بنویسم، این پیغام بهترین پیغام دنیا نخواهد بود و بیشتر از یک روز نباید وقت مرا بگیرد. اگر بگیرد یعنی نیمه‌کاره رها خواهد شد و تمام نخواهد شد. پس خودم را ملزم به تمام کردن آن و رعایت هرچه بهتر قانون جبران می‌کنم حتی ناقص. و می‌دانم این پیغام حتی ناقص باعث پیشرفت من در آینده خواهد شد. اما انجام ندادن، هیچ وقت موجب پیشرفت نمی‌شود.

کمال‌طلبی نتیجه می‌دهد کاهلی، کاهلی نتیجه می‌دهد عدم رعایت قانون جبران برای آن کار.

۴. زاغی

من ذهنی کمال‌طلب من، می‌گویم هر وقت اسباب و وسایلم کامل شد، آن وقت به حضور می‌رسم. الآن فعلاً شرایطش را ندارم، هنوز کامل نشده‌ام! در حالی که در ذهن و دنیای جسم چیز کاملی اصلاً وجود ندارد. به حضور رسیدن را چیزی در آینده تصور می‌کند و آن را به عقب می‌اندازد.

خُطوتَیْنی بودِ این رَه تا وصال
مانده‌ام در رَه ز شِسْتِ شصت سال
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹)

اما مولانا می گوید راه وصال دو قدم است. شناسایی بی مرادی یا نقص این لحظه و پذیرش آن.

در حالی که ذهن می گوید حالا که هنوز تمام ابیات مثنوی و دیوان شمس و فیه ما فیه و اشعار فردوسی و عطار و قرآن را تمام نکرده‌ام.

عُمَرُ خوش، در قُرْب، جانِ پَروردَن است
عُمَرِ زاغ از بهرِ سرگین خوردن است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۷)

زاغ آینده‌جو که کمال را در آینده تصور می کند، هیچ وقت به آن نمی رسد و از نقص شروع نمی کند تا روی نقصش کار کند. پس فقط می خواهد سرگین و درد نقص های جهان فرم را بخورد، قصد اصلاح ندارد.

۵. آلت طلبی

من ذهنی من دنبال آلت می‌گردد. شرطی شده که باید دنبال وسیله باشد تا به جایی برسد.

بسیار درس خواندم دوازده سال، بعد توانستم وارد دانشگاه محبوبم شوم. کار زیاد می‌کنم بعد به من حقوق می‌دهند.

پس چطوری سریع و در لحظه به حضور برسم؟ من که کامل و کافی نیستم.

در داستانی در دفتر اول مثنوی، مولانا قصه‌ی زن و مردی فقیر را می‌آورد که می‌خواهند از خلیفه کمکی شاهانه بگیرند. مرد برای دیدار خلیفه که نماد خداست، دنبال آلت و ابزار است.

مولانا من ذهنی کمال خواه را به خر تشبیه می‌کند که دنبال ابزار برای رسیدن به خداست، درحالی‌که ابزارش در حد یک کوزه‌ی پر از آب کثیف و درد و همانیدگی‌هاست.

آن سبوی آب دانش‌های ماست
وان خلیفه دجله علم خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۸)

ما سبوها پر به دجله می‌بریم
گر نه خر دانیم خود را ما خریم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۹)

۶. حس حقارت و ناقص یا ناکافی بودن.

فرد کمال‌طلب، از خودش انتظارات غیرمنطقی دارد و احساس حقارت و حس نقص می‌کند.

۷. ملامت خود و دیگران

زندگی می‌گوید از ملامت ذهنت نترس و فضا را باز کن.

«... وَلَا يَخَافُونَ يَوْمَهُمْ لَأْتُم...»

«... از ملامت هیچ ملامتگری نمی‌هراسند...»

(قرآن کریم، سوره مائده، آیه ۵۴)

یک کمال طلب، همواره در حال دیدن عیب‌های خودش یا دیگران است. خود و دیگران را ملامت و نکوهش می‌کند. هیچ‌گاه هیچ چیزی را تحسین نمی‌کند، چون می‌توانست از دید او بهتر باشد. پس چنین شخصی شکر و پذیرش را هم نمی‌شناسد.

هر که ماند از کاهلی بی‌شکر و صبر

او همین داند که گیرد پای جبر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

هر که جبر آورد، خود رنجور کرد
تا همان رنجوری اش، در گور کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹)

فرزند سوم که کاهلی بود، با فرزند ملامت یک ترکیب مخرب بی شکری را برای پندار کمال رقم می زند. و این
جبر که فرزند اول است نهایتاً او را در گور ذهن می کند.

حالا برایم معلوم شد چرا مولانا می گوید:

زان نمی پرد به سوی ذوالجلال
کو گمانی می برد خود را کمال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۳)

علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای ذو دلال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

از دل و از دیده‌ات بس خون رود
تا ز تو این معجبی بیرون رود
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵)

کمال طلبی فرزندان و نوه‌های زیادی دارد. ناامیدی، ترس از شکست، مقایسه‌ی خود با دیگران، حس «می‌دانم»
و من باید بدانم.

تنها گوهر وجودی که در انسان قرار داده شده کامل است و جالب است که این گوهر به چیزی هم برای ابراز
نیاز ندارد و هیچ چیزی نمی‌تواند آن را ناقص یا کم کند.

با سپاس فراوان، فرزانه از تهران



خانم نرگس از نروژ



با سلام و عرض ادب

ز نا سپاسی ما بسته است روزن دل
خدای فرمود انسان لربه لکنود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۱۴

شناسایی حقارت ذهن و عدم وفا به عهد و فراموشی مرکز عدم و برکات آن و بازگشت دوباره به تعهد و مرکز عدم به یاری بزرگان.

عاشق دلبر مرا شرم و حیا چرا بود
چونکه جمال این بود رسم وفا چرا بود

مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰

رسم وفای ما در ذهن به همانیدگی‌هاست و بر اساس روابط قراردادی سببی و نسبی است در حالی خویشی اصلی ما زندگیست این زندگیست که همواره با ما بوده و هست و تنها یار و یاور ما در تمام لحظات زندگی است.

به صد دستان به کار توست این باد
تو را خود نیست خوی حق‌گزاری

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶

باز بینی شکرگزاری خود به مرکز عدم، نشانه‌های شکرگزاری به مرکز عدم در من چیست؟

آیا انقدر کریم هستیم که به خود آب حیات دهم و هر لحظه ناظر باشم که آیا مرکز عدم هست؟

آیا در حال شکار کردن همانیدگی‌ها یا شکار شدن جهان هستیم؟ یا با عدم نگهداشتن مرکز اجازه می‌دهم زندگی همانیدگی‌های من را شکار کند؟

باقیات و الصالحات آمد کریم
رسته از صد آفت و اخطار و بیم

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴

پشت صورت آرام من بی قراری ذهن است برای کم و بیش شدن همانیدگی ها یا پویایی زندگی است در خلقی
نو به نو؟

آیا تغییرات درونم را حس می کنم؟
آیا فکر من خلاق هست؟

یا حس بی مصرفی و ثابت بودن در مرداب ذهن را دارم؟
سپاس و قدردانی خود را به این لحظه چطور به خود اثبات می کنم؟

این لحظه دید من دید واقع بینانه زندگیست؟ یا دید کج من ذهنی است؟

آیا خوشبختی خود را می بینم که فرصت فضاگشایی و تبدیل را دارم؟

شکر گزار چشم عدم بین و فضای حضور هستم؟

آیا تمام نقش های خود را کنار گذاشته و حس وحدت با انسانها می کنم؟ یا هنوز در جدایی ذهنم؟

وقت آن آمد که من عریان شوم
نقش بگذارم سراسر جان شوم

ای عدو شرم و اندیشه بیا
که دریدم پرده شرم و حیا

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۶۱۳الی ۶۱۴

آیا عشق درونم جریان دارد که خود را سیراب کنم و به اطرافم نیز مرتعش کنم؟ یا مثل چوبی خشک در توهّم
ذهن منقطع از انسانهای دیگر و خدا هستم؟
شناسایی روح زندگی در درون و شکست محدودیت ذهن و حقارت ذهن با رعایت قانون جبران است.

ای زندگی کوتاهی من را ببخش در عدم نگه داشتن مرکز مچونکه صورتهای همانیدگی ها و دردها را منعکس کردم به جای نقش تو، ای زندگی می خواهم تعهد خود را به تو دوباره اعلام کنم و با سپردن خود به کن فکان در برابرت سر خم کنم.

نمی خواهم مثل نمرود با چشم همانیدگی ها به طرفت تیر و کمان بیاندازم بلکه می خواهم مانند حضرت یوسف با طناب عدم از چاه همانیدگی ها خارج شوم.

ولی این کار فقط به دست توست نه من ذهنی پس تا آخرین لحظه عمرم در این راه کوشش خواهم کرد :

می گریزم تا رگم جنبان بود
کی فرار از خویشتن آسان بود

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۸

اثری که برنامه ۹۱۷ بر من داشت، برداشتن حس محدودیت اندیشی ذهن و قدرت گرفتن بود.

حریفت حاضر است آن جا که هستی
ولیکن گر بگوید، شرم داری

-مثنوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶

انواع شرمهایی که در من ذهنی از بدو تولد در ما شکل می‌گیرد:

شرم باورهای مذهبی؛ که بدون انجام دادن یکسری اعمال مذهبی ما نمی‌توانیم به زندگی زنده شویم، در حالیکه زندگی درون ماست در این لحظه با عدم کردن مرکز و نظارت بر من ذهنی و کوچک کردن آن با شناسایی همانیدگی‌ها می‌توانیم به زندگی زنده شویم.

شرم ناشی از باورهای اجتماعی؛ مثلاً اگر پولدار نیستیم یا تحصیلات نداریم، در نتیجه حس حقارت یا عدم صلاحیت به ما دست بدهد.

شرم ناشی از باورهای تحمیلی جنسیتی؛ چون مثلاً من زن هستم جنس دوم هستم و در واقع همانیدگی با جنسیت که اگر ازدواج نکنم بدون همسر کامل نخواهم بود در صورتیکه هر جنسیتی به خودی خود زندگی قایم به ذات هست.

شرم ناشی از فضا‌بندی من ذهنی؛ که در اثر دردها به علت افتان و خیزان‌ها در راه معنوی، بوسیله من ذهنی ما را نا امید می‌کند که من لیاقت ندارم که به زندگی زنده شوم در حالیکه ما من ذهنی نیستیم و می‌توانیم با نظارت بر آن خود را جدا از آن ببینیم تا کم‌کم هشیاری ما از آن آزاد شده و حضور ناظر خود را قویتر کنیم.

شرم ناشی از قرین‌های من ذهنی؛ که قصد تحمیل حس حقارت یا عدم توانستن را در ما دارند چه در جنبه مادی و چه در جنبه معنوی؛ شرم ناشی از خود را جسم دیدن؛ و محدودیت قایل شدن بر توانایی‌های خود در حالیکه با عدم کردن مرکز به خرد زندگی وصل می‌شویم و توان تغییر در خود و زندگی خود را داریم.

شرم ناشی از عدم اعتماد و توکل به زندگی؛ که زندگی ما را منزل به منزل در جهت تکامل هشیاری سفر می‌دهد تا ما را به خود زنده کند تنها باید صبور باشیم و توکل داشته باشیم.


شرم ناشی از مقایسه؛ که شرم تحمیلی من ذهنی است در اثر جسم دیدن مقایسه خود با وضعیتها و همانندگی‌ها و انسانها در حالیکه ما امتداد ذات یکتای خداوندیم و به خودی خود بی‌نظیر هستیم.

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