

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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت چهارصد و شانزدهم





خانم خورشید ازمهاباد



با سلام خدمت جناب آقای شهبازی پدر معنویم و سلام خدمت تمام گنج حضوری‌ها. می‌خواهم در مورد جفّ القلم مطالبی را به اشتراک بگذارم:

«جف القلم» یعنی مرکب قلم خشک شد، این لحظه خدا یا زندگی، زندگی ما را می‌نویسد پس حال ما در این لحظه نوشته می‌شود، یعنی دست خدا می‌نویسد به هر چه که شایسته هستیم به آن خشک می‌شود. اینطوری نیست که سرنوشت ما این بوده، لحظه به لحظه حال ما، وضعیت ما تعیین می‌شود پس «جف القلم» یعنی قلم خشک شد و مرکب خشک شد.

«جف القلم» یعنی قلم صنع و آفرینش خدا خشک شد به آنچه سزاوارش هستیم و ما هر چه فضا را گشاده تر می‌کنیم بیشتر سزاوار هستیم و هر چه ما فضا بندی می‌کنیم شایستگی مان و سزاواریمان کمتر می‌شود، یعنی بد نوشته می‌شود. پس اگر ما فضا را باز کنیم، زندگی ما در درون و بیرون بهتر خواهد شد. این لحظه شایسته چه کیفیتی از فرم و بی‌فرمی هستیم؟ قضا و کن فکان روی ما چگونه کار می‌کند؟ درون و بیرون ما چگونه نوشته می‌شود؟

اینها سئوالاتیست که می توانیم از خودمان پرسیم؟ یعنی شما حالتان را ببینید و به خودتان نگاه کنید حالتان، وضعیتتان، هر جور هست این لحظه قلم خداوند آن را نوشته است. اگر بد است علتش این است که ستیزه می کنید، فضا را می بندید، با من ذهنی عمل می کنید. الان قضا و کن فکان روی شما چطوری کار می کند؟ آیا اتفاق افتاده را فضا باز می کنید. زندگی یا خدا می گوید بشو و می شود، چه اشاراتی به زندگی می فرستید؟ سوال کنید جواب بدهید. درون و بیرون شما چطوری نوشته می شود؟ درون شما باز می شود انعکاسش در بیرون زیباست یا درون شما بسته می شود انعکاسش در بیرون درد است؟

(جفّ القلم) یعنی (مرکب خشک شد)... اگر مقاومت، قضاوت و فضا بندی کنیم، یک جوری یعنی بد نوشته می شود و اگر فضا را باز کنیم یعنی فضا گشایی داشته باشیم جور دیگری یعنی خوب نوشته می شود. انتخاب، تصمیم گیری حق ماست و قبول مسئولیت نیز وظیفه ماست. پس بنابراین اگر در این لحظه مقاومت و قضاوت و فضا بندی می کنیم سزاواریمان و شایستگی مان کم می شود، زندگی ما بد نوشته می شود. اگر فضا گشایی کنیم جور دیگری یعنی خوب نوشته می شود انتخاب با خود ما است پس ما مسئول زندگی خودمان هستیم اگر مقاومت کنیم باید عواقبش را که بد نوشته می شود در این لحظه قبول کنیم.

منتهی قبول عوارضش و آثارش هم در واقع وظیفه ماست سرنوشت و جهت حرکت و تغییر ما بستگی به تشخیص، انتخاب و قبول مسئولیت در این لحظه دارد! پس ما می‌توانیم در تبدیل خود و کیفیت زندگیمان بسیار موثر باشیم. ما با انقباض و انبساط خود به زندگی اشاراتی می‌فرستیم و از همان نوع اشارات نیز دریافت می‌کنیم ما نباید بگوییم خداوند ما را به این روز انداخته، مرا بدبخت کرده است. ما خودمان کرده‌ایم و «جف القلم» می‌گوید خودت کرده‌ای.

فعل توست این غصه‌های دم به دم
این بود معنی قد جف القلم

مثنوی معنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

خورشید هستم از مهاباد



آقای یوسف از تبریز



برنامه ۸۷۴ گنج حضور

انصتوا: ساکت باش

انصتوا یعنی ساکت باشید. سکوت نزدیک ترین حالت ما به خداوند است. سکوت یعنی اتفاق این لحظه در ذهن ما، هیاهو ایجاد نمی کند. چون ما به فضای سکوت و سکون اطراف اتفاق، توجه می کنیم، نه به خود اتفاق. ساکت کردن ذهن، پرهیز و فریب نخوردن از «حیله» من ذهنی است. اگر ما به عنوان من ذهنی، ساکت و خاموش شویم، زندگی در ما و از طریق ما: سخن می گوید، ارتعاش می کند و می آفریند.

قرین

هر انسان یا موضوعی که در ارتباط با ما است و ما از آن انرژی جذب می کنیم، قرین ماست و جنس ما را تعیین می کند. قرین، نیروی تبدیل هم هست، چون دل ما از قرین، خو می دزدد، لذا می توانیم با انتخاب هشیارانه قرین در فرآیند تبدیل هشیاری همکاری کرده و از «قرین» شدن با من های ذهنی پرهیز کنیم. هنگامی که خود را «قرین» یک من ذهنی پیدا می کنیم، بهترین انتخاب ما فضاگشایی و قرین شدن با خود زندگی است، نه مقاومت و فکر و «حیله» من ذهنی. !! بسیار هشیار باشیم که «دیو» ما را از «قرین» های معنوی جدا نیندازد.

قانون جبران، بده و بستان...

جبران معنوی: یعنی من ذهنی را به زندگی (خدا) پس بده و هشیاری حضور یا نظر را بگیر.
جبران مادی: یعنی در عوض گرفتن این دانش معنوی، بهای آن را پرداز.

قانون تعهد و هماهنگی

با اجرای قانون جبران به فضاگشایی درون، متعهد شو، تعهد را محکم کن و ادامه بده. با تشکر از آقای شهبازی و دوستان عزیز.

یوسف از تبریز



خانم رقيه از اردبيل



با سلام خدمت استاد نازنین و همیاران گنج حضور خلاصه غزل شماره ۲۹۷۴

آن دم که دل کند سوی دلبر اشارتی
زان سر رسد به بی سر و با سر اشارتی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

در این لحظه مرکز هر انسانی چه جسم باشد یا مرکز عدم، پیغامی به صورت ارتعاش به سوی زندگی می فرستد، و از آن سر هم شایسته و مطابق با آن یک اشارتی دریافت می کند، و این در خود ما حس و تجربه می شود. کسی که سر من ذهنی یا عقل جزوی دارد، ارتعاشی با مرکز پر از انباشتگی و درد می فرستد، و همان را هم از زندگی می گیرد، و کسی که با فضاگشایی از مرکز عدم، یک اشارت سودمندی به سوی زندگی می فرستد، همان ارتعاش را دریافت می کند. ما غالباً خودمان را می شنویم، و به خودمان چیزی می گوئیم. جهان آینه‌ای است که ما را همان طور که هستیم، نشان می دهد.

ز آن رنگ اشارتی که به روز الست بود
کآمد به جان مؤمن و کافر اشارتی

–مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

این اشارت از آن نوعی از آن بی رنگی است، که در روز الست خداوند به زبان سکون و خاموشی و اشارت از ما پرسیده، آیا از جنس من هستید و ما گفتیم بله، و این اشارت الان به جان مومن و کافر می‌رسد. اشارتی که مؤمن با فضاگشایی می‌کند، اشارت به زبان ارتعاش به زبان سکون و خاموشی است، که ما از جنس زندگی هستیم و مطابق آن ارتعاش را چون بی سریم از زندگی می‌شنویم، و شناسایی می‌کنیم. ارتعاش کافر با فضا بندی و مرکز همانیده است که من از جنس جسم یا سنگ هستم، و اشارتی هم که از زندگی می‌گیرد سنگ است.

زیرا که قهر و لطف کزان بحر در رسید
بر سنگ اشارتیست و به گوهر اشارتی

–مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

قهر و لطف زندگی از آن دریای یکتایی به سنگ، کسی که مرکز جامد دارد، یک نوع اشارتی می‌آید و به کسی که مرکزش گوهر عدم است، یک اشارت دیگر است. انسانی که مرکزش هشیاری جسمی، سنگ است، به زندگی پیغام می‌فرستد، که من از جنس جسم یا سنگ هستم من رو سنگ نگه دار. از طرف زندگی ارتعاش می‌رسد که به حال سنگی‌ات باش و به دردهایت ادامه بده. اما کسی که می‌گوید من گوهرم و متعهد به مرکز عدم هستم، از طرف زندگی هر لحظه اشارتی دیگر می‌آید.

بر سنگ اشارتی است که بر حال خویش باش
بر گوهرست هر دم دیگر اشارتی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

کسی که مرکز جسمی یا سنگ دارد اشارتی می‌آید، که به حال سنگی‌ات باش و به دردهایت ادامه بده. برای این که می‌گویی سنگ هستم. اما برای گوهر کسی که مرکز عدم دارد، اشارتی می‌آید که فضا را باز کن و گوهر باش.

بر سنگ کرده نقشی و آن نقش بند اوست
هر لحظه سوی نقش ز آزر اشارتی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

بر این سنگ من ذهنی نقش تصویر ذهنی بسته شده، که بند و زندان اوست، و چون هر لحظه مقاومت و قضاوت می کند در زندان ذهن است. پس فرق انسانی که در بند می ماند و انسانی که رها می شود این است که یکی به اتفاق این لحظه مقاومت می کند، و هر لحظه میل می کند به مرکز جسمی و به خداوند اشارتی می فرستد که من و سنگ نگه دار چون من از جنس سنگ هستم، و زندگی می گوید سنگ باش. یکی هم فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز می کند، و به زندگی ارتعاش می فرستد که من گوهرم و از جنس زندگی هستم.

چون در گهر رسید اشارت، گداخت او
احسنت، آفرین، چه منور اشارتی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

وقتی پیغام زندگی به گوهر به مرکز عدم می‌رسد، شروع می‌کند به گداختن و داغ می‌شود، و این داغ شدن گرمای عشق و تابش شناسایی دارد. به عبارت دیگر شناسنده و ممیز می‌شود، و تبدیل به حضور ناظر می‌شود که هم گرمای عشق را می‌شناسد، و هم آن را حس می‌کند، و به زندگی می‌گوید، آفرین و احسنت بر چنین اشارتی که این اشارت درست است.

بعد از گداخت کرد گهر صد هزار جوش
چون می‌رسید از تفِ اذر اشارتی

—مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

وقتی با فضاگشایی این گوهر این مرکز عدم باز می‌شود، شروع می‌کند به گداختن و داغ شدن، و از آن گرمای عشق صد جور ترجمان بر می‌خیزد و خرد شناسایی و شادی بی‌سبب از آن جاری می‌شود همانندگی‌ها را شناسایی کرده و ذوب می‌کند.

جوشید و بحر گشت و جهان در جهان گرفت
چون آمدش ز ایزد اکبر اشارتی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

انسانی که فضای درون اش باز شده، و از مرکز عدم گرمای عشق و شادی می جوشد، این توانایی و قدرت را دارد، که همانیدگی هایش را یکی یکی شناسایی کند، و بیندازد. تا جهان ما که همان فضای گشوده شده است، جهان مادی اش را در آغوش بگیرد. پس ما می توانیم بصورت فضای باز شده قسمت مادی مان یعنی تصویر ذهنی و حتی تمام کائنات را در آغوش بگیریم. برای این که از ایزد اکبر، خدای بزرگ لحظه به لحظه اشارت می آید، که هر چه فضا را بازتر کنی بزرگتر و بزرگتر می شوی. تا جایی که هیچ همانیدگی نماند و هشیاری جسمی تبدیل به هشیاری حضور شود.

ما را ز اشارت نیست ز تبریز و شمس دین
چون تشنه را ز چشمه کوثر اشارتی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۴

در این لحظه خداوند و انسانی که به خدا زنده شده است، به انسانی که من ذهنی دارد، اشاره می کند. مانند اشاره‌ای که چشمه به تشنه می کند. شمس تبریزی انسان زنده شده به خدا هر لحظه انسان من ذهنی را دعوت می کند، که ای من ذهنی تشنه و پر از درد، من چشمه فراونی بی نهایت خدا هستم، از این آب زندگی آب خرد، بخور و خودت را آزاد کن.

با سپاس رقیه از اردبیل



خانم دیبا از کرج



به نام خدا با تکرار ابیات مولانا همچون ماهی شویم که در دریای یکتایی شنا می کند و نگذاریم موج فکرها و دردها ما را به خشکی بیاندازد، جای اصلی ما دریای عدم است.

نگفتمت مرو آن جا که آشنات منم
در این سراب فنا چشمه حیات منم

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۵

مگر زندگی با مرگ و تولد به ما پیغام نمی دهد که دنیا سرابی بیش نیست و همه چیز از بین می رود، ذهن یک ابزاری برای تبدیل هوشیاری جسمی به هوشیاری حضور است اگر به دنبال دانه های دنیا برویم به دام می افتیم و دیگر به چشمه حیات نمی رسیم، حتی آشنایی با هوشیاری است و ذوق زندگی را هم به یاد نمی آوریم.

با چنین شمشیر دولت تو زبون مانی چرا؟
گوهری باشی و از سنگی فرو مانی چرا؟

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۷

خدا به انسان شمشیر دولت و قدرت آزاد و قوهٔ تشخیص داده است که در برابر اتفاقات فضاگشایی کند و با شمشیر پرهیز و گوهر حضور گردن حرص بیشتر داشتن را بزند، با ناسپاسی روزن دلش را نبندد چون مثل سنگ پست و زبون می‌شود.

حَزْمُ سَوْءٍ ظَنَّ كَافَّةً سَتَ أَنْ رَسُولٍ
هَرَّ قَدَمَ رَا دَامَ مِی دَانَ، اِی فَضُولِ

–مثنوی، دفتر سوم مثنوی، بیت ۲۶۸
بزرگان و پیغام آورانی چون مولانا که حزم و دوراندیشی را به بشر توصیه می‌کنند رسول ما هستند و ما را از دانه‌ها و دامهای دنیا که همانیدگی با پول، فرزند، همسر، و نیاز به تایید شدن هست آگاه می‌کنند، انسانی که فضا را می‌بندد با فضولی تمرکزش را به روی دیگران می‌گذارد و دانه‌هایی که او را به دام می‌اندازد را نمی‌بیند.

شما مست نگشتید، وز آن باده نخوردید
چه دانید چه دانید که ما در چه شکاریم؟

–مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۷۵

اگر می‌خواهید مست زندگی شوید باید از باده صبر و شکر و پرهیز بنوشید و فضا را باز کنید. شما چه می‌دانید که زندگی می‌خواهد همانیدگی های شما را شکار کند تا پرنده روحتان آزاد شود.

ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم.
از ورای تن به یزدان می‌زییم

– مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰
ما وقتی در برابر اتفاقات فضاگشایی می‌کنیم می‌فهمیم که ما این من ذهنی و جسم خاکی نیستیم، بلکه از ورای نیازمندیهای این تن خاکی است که با پرهیز و قانون مزرعه آشنا می‌شویم و به سوی بی‌نهایت خدا می‌رویم.

چو بدیدم بر سیمین، ز زر و سیم نفورم
که نفور است نسیمش ز کف سیم شماره

– مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۲

خدا برای ما کافی است اگر یک لحظه در برابر زندگی تسلیم شویم خود را کنار معشوق می‌بینیم و دیگر برای بیشتر کردن زر و سیم که نماد شمارش پول و دیگر همانیدگیهاست از لذت نسیم حضور این لحظه محروم نمی‌شویم.

چون از آن اقبال شیرین شد دهان
سرد شد بر آدمی ملک جهان

-مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۶
اگر فقط یک لحظه در برابر ناملایمات زندگی بی واکنش باشیم و فضا را باز کنیم، مزه حضور را می‌چشیم و دیگر توجهی به حرص و حسد، بخل و کینه، ترس و ستیزه‌های من‌ذهنی نمی‌کنیم و برای همانیدگی‌ها ایمان نمی‌لرزیم و نمی‌ترسیم.

چون ببیند نور حق، ایمن شود
ز اضطرابات شک او ساکن شود
-مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۵۱

فضای امن زندگی، فضای یکتایی و عدم است. وقتی با این لحظه آشتی هستیم روزنی به سوی عدم باز می‌کنیم تا نور حقیقت از روزن این لحظه عبور کند و در مرکز ما ساکن شود تا هر گونه اضطراب و ترس و شکی را از بین ببرد.

چو ماهیم که بيفکند موج بیرونش
به غیر آب نباشد پناه و دلخواهم

–مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۸
فضای عدم به بحر یکتایی می‌ماند و ما ماهیانی هستیم که در این دریا شناوریم و اگر موج لشگرهای احوال من ذهنی ما را به خشکی بیاندازد تنها نجات و پناه و طلب ما دریای یکتایی ست.

من چه غم دارم که ویرانی بود؟
زیر ویران گنج سلطانی بود

–مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۴۴

انسان هوشیار از ویران کردن همانیدگی‌هایش که در گرو غم‌های دنیاست نمی‌ترسد او همه غم‌هایش را به یک غم واحد تبدیل می‌کند و آن غم رسیدن به گنج حضور است که این گنج زیر ویرانه‌های همانیدگی‌هاست.

هر که بیند او سبب، باشد یقین صورت پرست
وآنکه بیند او مسبب، نور معنی دان شده

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۰

من ذهنی محدود اندیش صورت اتفاقات را می‌بیند و چون عمق و ریشه ندارد به دنبال سبب می‌گردد که چه شد؟ یا چرا شد؟ اما حضور ناظر مسبب را می‌شناسد و با فراوانی اندیشی به عمیق‌ترین لایه‌های وجودی رفته و معنی و پیغام اتفاق را دریافت می‌کند

یار در آخر زمان کرد طرب سازی
باطن او جد جد، ظاهر او بازی

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳

اگر زندگی را به یک سازی تشبیه کنیم، یار در آخر زمان که همین لحظه است ساز زندگی را با طرب و شادی می نوازد، شادی بی سببی که از مرکز عدم نواخته می شود، صورتها و ظواهر زندگی را یک بازی می بیند و جدی ترین ارتعاشات از باطن و فضای گشوده درون شنیده می شود. با تشکر از برنامه انسان ساز گنج حضور

دیبا از کرج



خانم پریسا از کانادا



با سلام،

در غزل ۲۳۷۲ تفسیر شده در برنامه ۸۷۶ گنج حضور داشتیم:

هله، بحری شو و در رو، مکن از دور نظاره
که بود در تک دریا، کف دریا به کناره

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۲

مولانا در این بیت ما را ترغیب می کند که دست از نظاره بودن در کنار دریا برداریم، و وارد دریا شویم و مروارید درشت حضور را از اعماق دریا (که همان دل وسیع شده و باز شده خود ما است) به دست بیاوریم. در اینجا سعی کرده‌ام تعدادی از عواملی که باعث می‌شوند ما تنها نظاره گر باشیم و به ته دریا نرویم را بیان کنم.

مورد اول: عدم انبساط و فضاگشایی در برابر اتفاق این لحظه

راه سریع زنده شدن ما به زندگی، فضاگشایی لحظه به لحظه است. هر وقت چند بار فضاگشایی می‌کنیم، اما به یک باره منقبض می‌شویم، در خشکی ذهن می‌رویم و تنها نظاره گر دریا می‌شویم. این انقباض ها ممکن است یا به خاطر ادامه الگوهای شرطی شده ما در ذهن باشد، و یا به دلیل این باشد که هنوز کامل به زندگی اعتماد نکرده‌ایم. می‌ترسیم کامل تسلیم شویم و شیرازه امور را کاملاً به دست زندگی بسپاریم. قضا با پیش آوردن اتفاق می‌خواهد ما را به زندگی زنده کند. اما ما به جای پذیرش اتفاق این لحظه و فضاگشایی، می‌ترسیم و دچار انقباض می‌شویم.

مورد دوم: نگه داشتن دید غلط منِ ذهنی

ما تا وقتی دید منِ ذهنی خود را نداده ایم برود، مدام اشتباه می‌کنیم و به خشکی ذهن می‌رویم. تا وقتی دید زندگی را نداشته باشیم، مدام دچار اشتباه شده و به جای عمل کردن، نظاره گر می‌شویم.

دیده ما چون بسی علت دروست
رو فنا کن دید خود، در دید دوست

دید ما را دید او نعم العوض
یابی اندر دید او کل غرض

-مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱ و ۹۲۲

مورد سوم: کار کردن از روی ذهن، خودش نوعی نظاره بودن است.

خیلی وقتها ما فضاگشایی درست نمی‌کنیم، و می‌خواهیم با کارهای به ظاهر معنوی (اما در اصل از روی من ذهنی) به خدا زنده شویم. هر بار با ذهن کار می‌کنیم، از دانش منجمد شده من ذهنی و از روی بیماری "می‌دانم" عمل می‌کنیم. این عمل از روی ذهن با عمل از روی تسلیم و فضاگشایی خیلی متفاوت است. عمل از روی ذهن، نظاره بودن در خشکی است.

مورد چهارم: ترسیدن از سختیهای راه و شک کردن به اینکه "آیا ممکن است من به خدا زنده شوم یا خیر؟"، ما را منجمد می‌کند و این ترس نمی‌گذارد تا ته دریا برویم که در حضور را برداریم.

راه زنده شدن به زندگی، راه آسانی نیست. راهی پر چالش است. راهی است که درد هشیارانہ دارد، و امکان لغزش در آن زیاد است. اما اگر بگذاریم ترس به ما غلبه کند و یا اینکه میزان پیشرفت خود را با ذهن بسنجیم و فکر کنیم که راه زیادی نرفتیم، پس چطور ممکن است به خدا زنده شویم، این ترس و شک ما را منجمد می‌کند، و جرئت ریسک کردن یعنی (قمار بازی با خدا) و انداختن همانیدگی‌ها را از ما می‌گیرد.

مترسان دل مترسان دل ز سختیهای این منزل
که آب چشمه حیوان دلا هرگز نمیراند

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۲

مورد پنجم: پندار کمال داشتن و قدر شناسی نسبت به زندگی

ما وقتی پندار کمال داریم، از خود انتظار می‌کنیم که بی‌عیب و نقص باشیم. هر بار در این مسیر، دچار لغزش می‌شویم، به جای فضاگشایی در برابر خطا و اشتباه خود و پریدن به عمق دریا، به ملامت خود می‌پردازیم و در خشکی نظاره گر می‌شویم.

در این حالت قدردان و قدرشناس زندگی نیستیم که ما را تا این حد جلو آورده و فضای درون ما را بازتر کرده است. با قدرشناسی و شاکر نبودن دچار انقباض می شویم و به خشکی ذهن می افتیم.

مورد ششم: ادامه الگوهای شرطی شده، به جای عمل برای تغییر دادن آنها، ما را تبدیل به نظاره می کند.

ما خیلی الگوهای شرطی شده داریم که از کودکی در ما جا افتاده اند. شناسایی این الگوها و انداختن آنها ممکن است زمان ببرد. اگر ما فعالانه برای شناسایی و انداختن این الگوها تلاش می کنیم، در دریا پریده ایم. اما تا زمانی که تنها به صورت ذهنی در مورد این الگوها "می دانیم"، ولی عملاً کاری برای تغییر دادن آنها نمی کنیم، تنها یک نظاره گر هستیم.

مورد هفتم: عدم دادن اولویت به کارهای معنوی و عدم رعایت قانون جبران

داشتن تعهد، هماهنگی و ممارست، شروط اساسی برای پیشرفت معنوی هستند. ما باید یک دیسپلین خاص برای کار روی خود داشته باشیم و وقت را بیهوده هدر ندهیم. مثلاً روزانه مدت زمان مشخصی را به گوش دادن به برنامه و تکرار ابیات اختصاص دهیم.

اینکه یک روز کار کنیم و یک روز کار نکنیم، مثل این است که یک روز پا در دریا می‌گذاریم، و روز بعد به خشکی می‌رویم و (نظاره گر) می‌شویم. کار روی خود به خواندن و تکرار برنامه‌ها و ابیات ختم نمی‌شود. ما باید متعهد به فضای عدم بشویم. یعنی لحظه به لحظه فضاگشایی کنیم، و در صورت فضابندی و انقباض سریعاً عذرخواهی کرده و دوباره برگردیم.

مورد هشتم: عجله و صبر نکردن در موقع بالا آمدن دردها، و همینطور عمل کردن با ذهن در اینگونه موارد، سبب می‌شود که ما درون دریا نپریم.


هر وقت قضا اتفاقی را پیش می‌آورد که به وسیله آن یک همانیدگی را می‌بینیم، باید صبر کنیم و درد هوشیارانه بکشیم تا آن همانیدگی بیفتد. چنانچه عجله کنیم و در برابر دردهای من ذهنی خود قبول مسئولیت نکنیم تا این دردها با کن فکان زندگی بیفتند، من ذهنی و دردهایش ما را تضعیف می‌کند. در این حالت به جای آنکه با صبر و فضاگشایی به دریا برویم و "عملاً کاری انجام دهیم"، تنها نظاره گر می‌شویم.

با احترام، پریسا از کانادا



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