



## پیغام عشق

قسمت پانصد و دوم





خانم فاطمه



خلاصه شرح ابیات مثنوی و غزلیات دیوان شمس، موضوع برنامه ۸۸۳ گنج حضور، بخش پنجم

این چنین آتش‌گشی اندر دلش  
دیده کافر نبیند از عمش

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۳  
-عمش: ضعف بینایی با ریزش اشک چشم.

در دل انسان چنین من‌ذهنی آتش‌گشی وجود دارد که آتش حضور را خاموش می‌کند. ولی او به سبب دید  
همانیدگی‌ها نمی‌تواند عامل خاموشی درون خود را ببیند.

چون نمی‌داند دل داننده‌ای  
هست با گردنده گرداننده‌ای؟

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۴

چگونه ممکن است که قلب و عقل دانا نداند که هر گردنده و متحرکی نیاز به گرداننده و محرک دارد؟ یعنی ما باید در این لحظه شناسایی کنیم که یک نیروی عظیمی به نام خرد زندگی ما را اداره می‌کند و ما خارج از این کائنات و مخلوقات عالم نیستیم.

چون نمی‌گویی که روز و شب به خود  
بی‌خداوندی کی آید؟ کی رود؟

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۵

چرا نمی‌گویی که روز و شب، خودبه‌خود و بدون خواست خدا چگونه امکان دارد پشت سر هم بیایند و بروند؟ بنابراین ما باید تسلیم شده و اجازه دهیم فضای حضور و عدم ما را با عقل کل اداره کند.

گرد معقولات می‌گردی بین  
این چنین بی‌عقلی خود ای مهین

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۶

ای من ذهنی حقیر، خیلی عقلانی و منطقی صحبت کرده و نکته‌سنج هستی؛ چنین بی‌عقلی‌ای را هم در خود بین.  
یعنی چطور نمی‌توانی درک کنی که یک نیرویی تو را هدایت می‌کند و تو با من ذهنی نمی‌توانی اسرار زندگی را  
بفهمی و جهان درون و بیرون را اداره کنی.

خانه با بنا بود معقولتر  
یا که بی‌بنا؟ بگو ای کم‌هنر

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۷

ای کم‌هنر بگو ببینم آیا اگر بگوییم خانه، بنایی داشته باشد عاقلانه‌تر است یا اینکه خانه بدون بنا ساخته  
شده‌است؟

خطّ، با کاتب بود معقولتر  
یا که بی کاتب؟ پندیش ای پسر

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۸

پسر جان، خطی را که روی کاغذ می بینی؛ اگر به تو بگویند این خط را خطاطی نوشته به عقل نزدیکتر است یا  
که بگویند نویسندهای در کار نبوده و این خط خودبه خود نوشته شده است؟

جیم گوش و عین چشم و میم فم  
چون بود بی کاتبی؟ ای متهم

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۹

ای انسان بگو بینم گوش که مانند حرف «ج» است و چشم مانند حرف «ع» و دهان مانند حرف «م»، آیا ممکن  
است که بدون پدید آورنده، خودبه خود بوجود آید؟

شمع روشن بی ز گیراننده‌ای  
یا بگیراننده داننده‌ای؟

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۰  
- گیراننده: شعله‌ور سازنده

اگر قرار باشد شمعی روشن شود باید شمع روشن کننده‌ای باشد یا به وسیله روشن کننده‌ای دانا روشن شود؟  
بنابراین آیا من ذهنی داننده می‌تواند شمع حضور ما را روشن کند.

صنعت خوب از کف شلّ ضریر  
باشد اولی یا به گیرایی بصیر؟

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۱-  
-ضریر: نابینا، کور

مثال دیگر، یک اثر زیبای هنری از دستی مفلوج و چشمی نابینا پدید می‌آید یا از دست فردی سالم و بینا؟

پس چو دانستی که قهرت می کند  
بر سرت دبوسِ محنت می زند

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۲  
-دبوسِ محنت: بلایی که مانند گرز کوبنده است.

پس وقتی دانستی با ادامه دادن من ذهنی حفظ همانیدگی‌ها و دیدن از طریق آن‌ها خداوند تو را مورد قهر و عذاب قرار می‌دهد و با چماق بلا و درد بر سرت می‌کوبد.

پس بکن دفعش چو نمرودی به جنگ  
سوی او کش در هوا تیری خدنگ

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۳

-تیر خدنگ: تیری که از چوب درخت خدنگ می‌سازند.



آیا می‌خواهی برای دفع این بلا فضا را بگشایی یا مانند نمرود به پیکار با خدا برخیز و بالای مقدر او را دفع کن و به سوی او در هوا تیر خدنگ پرتاب کن؟

همچو اسپاه مغل بر آسمان  
تیر می‌اندازد دفع نزع جان

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۴  
نزع جان: کندن جان، جان کندن

مانند سپاهیان مغول برای جلوگیری از جان کندن و مردن شخصی به سوی فرشته مرگ به آسمان تیراندازی کن تا فرشته مرگ نتواند جان او را بگیرد.

یا گریز از وی اگر توانی برو  
چون روی؟ چون در کفِ آویی گرو

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۵

اگر می توانی از دست خدا فرار کن. اما چگونه می توانی فرار کنی؛ درحالی که اسیر دست او هستی. انسان در  
من ذهنی در دام محنت خداوند اسیر است و با ادامه دادن ماده پرستی، درد پرستی و باور پرستی نمی تواند از  
دردها و دام او رها شود.

در عدم بودی، نرستی از گفشی  
از کف او چون رهی ای دستخوش؟

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۶  
-دستخوش: آنکه مورد تمسخر قرار گیرد.

ای کسی که زیر سلطه خدا هستی، وقتی که در مرتبهٔ عدم بودی نتوانستی از دست قدرت خدا رها شوی. اکنون که در من ذهنی در دست اوپی چگونه می توانی نجات پیدا کنی؟ خداوند می خواهد به تکامل هشیاری به وسیله تو ادامه دهد. من ذهنی ات را متلاشی کرده و در تو به خودش زنده شود.

آرزو جستن، بود بگریختن  
پیش عدلش خون تقوی ریختن

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۷

خواستن همانیدگی ها و آرزوی به دست آوردن آن ها به معنی گریختن از دست خداست و در مقابل عدالت او خون تقوا ریختن و پرهیز نکردن است؛ یعنی شما به جای فضاگشایی در اطراف اتفاقات و زنده شدن به خدا و اجرای عدل الهی، در فکر موقعیت و وضعیتی هستید که در آینده به زندگی برسید. و بدین ترتیب در مقابل عدالت الهی و زنده شدن به او تقوی، پرهیز را زیر پا گذاشته و با چیزها همانیده می شوید.

این جهان دامست و دانه‌ش آرزو  
درگریز از دام‌ها، روی آر، زو

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۸  
این جهان که به وسیله‌ی ذهن به ما معرفی می‌شود دام است، چیزهایی را به ما نشان می‌دهد تا با آن‌ها همانیده شویم و این همانیدگی‌ها و آرزوها دانه‌ی دام است. پس از دام‌ها و آرزوها بگریز، فضا را بگشا، با مرکز عدم به سوی خداوند روی آور و روی ذات اصلی‌ات قائم شو.

چون چنین رفتی، پدید صد گشاد  
چون شدی در ضد آن دیدی فساد

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۹

وقتی که با پرهیز و فضای گشوده‌شده به سوی حق رفتی و از جنس خدا شدی؛ گشایش‌های بسیاری در کارهایت پدید آید و اگر با ضد آن رفتی یعنی فضا را بستنی و از جنس من‌ذهنی شدی؛ زندگی‌ات خراب شده و دچار تباهی خواهی شد.

پس پیمبر گفت استفتوا القلوب  
گر چه مفتی تان برون گوید خطوب

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۰)  
خطوب: جمع خطب، به معنی خطابه خواندن

پس پیغمبر فرمود: شما از قلبتان، از مرکز عدم و فضای گشوده، بپرسید و فتوا بخواهید، گرچه فتوادهندگان،  
من های ذهنی به صورت دیگری سخن گفته و شما را به فضا بندی موعظه کنند.

حدیث

«استفت قلبک و ان افکاک المفتون.»

«از قلب خود با فضا گشایی فتوی بگیر، گرچه فتوی دهندگان من های ذهنی به تو فتوی دهند.»

آرزو بگذار تا رحم آیدش  
آزمودی که چنین می بایدش

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۱

از آرزو، آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد و زندگی را در به‌دست آوردن چیزی به آینده موکول می‌کند دست بردار و عدم را در مرکزت بگذار تا خداوند به تو رحم کند، تاکنون بارها تجربه کرده‌ای که خداوند ترک همانیدگی‌ها و فضاگشایی را از انسان می‌خواهد.

چون نتانی جست، پس خدمت گنش  
تا روی از حبس او در گلشنش

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۲

چون قادر نیستی که از دست خدا بگریزی یعنی هر موقع با دید همانیدگی‌ها فکر و عمل کنی به نتیجه‌ای جز درد نمی‌رسی؛ بنابراین فضا را باز کن و به وسیلهٔ فضای گشوده به زندگی خدمت کن تا از زندان همانیدگی‌ها و من‌ذهنی به گلزار فضای یکتایی بروی، از جنس او شده، و خداوند بتواند تو را در خدمت خودش بگیرد.

دَم به دَم چون تو مراقب می شوی  
داد می بینی و داور ای غوی

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳  
-غوی: گمراه

ای من ذهنی گمراه، اگر لحظه به لحظه به صورت فضای گشوده، حضور ناظر ذهنت را تماشا کنی، دائماً عدالت زندگی و خدای عادل را می بینی که به اندازه ای که فضا را می گشایی به تو کمک می کند.

ور ببندی چشم خود را ز احتجاب  
کار خود را کی گذارد آفتاب؟

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۴  
-احتجاب: پوشیدگی، حجاب

اگر به ذهن بروی، از طریق همانیدگی‌ها ببینی و با حجاب همانیدگی‌ها و دردها چشمان عدمات را ببندی، بدان که زندگی تو را رها نمی‌کند، تو باید به زندگی زنده شوی؛ آفتاب زندگی در هر حالتی می‌تابد و تو را یا با درد بیشتر و یا با خرد فضای گشوده‌شده هدایت می‌کند.

- با تشکر:  
فاطمه





خانم آزاده از آمریکا



با سلام و عرض ادب، آزاده هستم از آمریکا  
پیام عشق / مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۰۰ / از برنامه شماره‌ی ۸۸۵ گنج حضور

(۱) چه افسردی در آن گوشه؟ چرا تو هم نمی‌گردی؟  
مگر تو فکر منحوسی که جز بر غم نمی‌گردی؟

تو به عنوان هشیاری، یا می‌توانی در گوشه‌ی ذهن به گردش درآیی و دور و بر آن افسرده گردی؛ یا می‌توانی  
آزاد و مستقل، خود را در گردشی دگر بیابی: در گردش زندگی، در گردش عشق. مگر تو امتداد عشق نیستی؟  
پس چرا خود را به یک فکر شوم گاهش داده‌ای و جز بر غم، نمی‌گردی؟

(۲) چو آمد موسی عمران چرا از آل فرعون؟  
چو آمد عیسی خوش دم چرا همدم نمی‌گردی؟

هشیاری در انسان، به عشق درآمد از این رو می‌گوید، چو آمد موسی عمران؛ پس حال که هشیاری در انسان به چنین توانی دست یافته، چرا به حرکت مخرب در ذهن، دل داده‌ای.  
عشق از درون انسان کامل، خود را بیان کرد از این رو می‌گوید، چو آمد عیسی خوش دم. تویی در ذات، آن عیسی خوش دم؛ پس تو را بی‌شک، توان باشد. خوب حال که چنین است، چرا همزبان با ذات نمی‌گردی؟ چرا همدم عشق نمی‌گردی؟

(۳) چو با حق عهدها بستنی ز سُستی عهده بشکستی  
چو قول عهده جانبازان چرا محکم نمی‌گردی؟

عهده، اگر در گردش ذهن بسته شده باشد، سُست است. ولی تو پیش از این در لامکان و لازمان، عهده محکم بستنی که آن را در این تجربه در عالم هستی، از یاد برده‌ای؛ پس تویی در ذات جانباز؛ عهده جانبازان است که محکم باشد آنان که در پایان گردش ذهن، عهده را بجا آوردند. پس عهده را محکم به یاد آور؛ در ذات، نه در ذهن.

۴) میان خاکِ چون موشان به هر مطبخِ رهی سازی  
چرا مانندِ سلطانان برین طارم نمی‌گردی؟

تو در ذهن، در گردشهای سست و ناپایداری؛ پس بنگر که چگونه گرفتار در این گردشها، تو هشیاری را به هر فکر آغشته می‌گردانی و دور آن فکر، افسرده دائم می‌گردی. خوب چرا مانند سلطانان، بر آسمان دل، نمی‌گردی؟ تویی در استقرار، قرار یافته در خموشی عدم، غرق در فضای نیستی؛ و تویی در آن نیستی، از آن گردش دگر؛ و تویی در آن دم، محرم عشق و در حلقه‌ی مردان.

۵) چرا چون حلقه بر درها برای بانگ و آوازی  
چرا در حلقه مردان دمی محرم نمی‌گردی؟

در این تجربه، یا تویی حلقه بر درها و دائم در سر و صدا؛ یا تویی در حلقه‌ی مردان، خمش و محرم بر آنچه در خلوص باقی مانده: عشق

۶) چگونه بسته بگشاید چو دشمن دارِ مفتاحی؟  
چگونه خسته به گردد چو بر مرهم نمی‌گرددی؟

۷) سر آن گه سر بود ای جان که خاک راه او باشد  
ز عشقِ رایتش ای سر، چرا پرچم نمی‌گرددی؟

بنگر چگونه تو این دل را بر این خانه‌ی خاکی نشانده‌ای؛ و درب خانه را هم بر روی خود بسته‌ای؛ و دشمن کلید هم گشته‌ای. آخر، چگونه این در بسته باید بگشاید وقتی تو دشمن خود گشته‌ای؟ چگونه این دل بسته و خسته می‌باید بهبود یابد، وقتی تو او را برای درمان، به پیش مرهم نمی‌بری؟

سر در آن دم سر است ای جان، که خاک راه عشق باشد. خرد، در آن دمی خرد است، که این عقل خاکی خاکستر شده و خرد عشق در جریان باشد.

۸) چرا چون ابر بی باران به پیش مه تُرنجیدی؟  
چرا همچون مه تابان برین عالم نمی گردی؟

چرا در این دم، تو در خانه‌ی تنگ و تاریک ذهن، چو ابر بی باران به پیش مه، درهم و فشرده گشته‌ای؟ تویی در  
آزادگی، خود مستقل از آن عشق؛ تویی در آزادگی از ابرها، خود آن مه تابان؛ خوب چرا همچون مه تابان که  
هستی، برین عالم نمی گردی؟

۹) قلم آن جا نهد دستش که کم بیند درو حرفی  
چرا از عشقِ تصحیحش تو حرفی کم نمی گردی؟

در فضای خمشی ست که عشق، قلم بر دست گیرد و به حرکت درآید و از مرکز دلی عدم شده، تجربه‌ی هستی  
را با شکوه، بنویسد. عشق که قلم را به دست گیرد، هرآنچه نوشته شود، در آن نظم و قرار کامل جاری ست.

(۱۰) گُلستان و گُل و ریحان نروید جز ز دست تو  
 دو چشمه داری ای چهره چرا پرَنم نمی‌گرددی؟

نظم کامل در آن دمی در ضمیر هشیاری تحقق می‌یابد که جوی عشق در آن جاری باشد. تو را دو چشمه باشد:  
 ضمیر خالص پاک و دست نخورده‌ی دل در خموشی عدم؛ و جاری شدن خرد عشق در این تجربه، از انسانی  
 بیدار. پس چرا پرَنم نمی‌گرددی؟ چون به دور ذهن می‌گرددی.

(۱۱) چو طوافان گردونی همی گردند بر آدم  
 مگر ابلیس ملعونی که بر آدم نمی‌گرددی؟

هرآنچه آمد به عالم هستی، به گرد انسان بیدار همی گردد؛ زیرا جوی عشق از دل عدم شده‌ی آدم جاری است.  
 آخر، مگر تو ابلیس ملعونی که بر آدم نمی‌گرددی؟ آدم، دل را عدم کرده و جوی عشق از اوست، هر دم جاری.

۱۲) اگر خلوت نمی‌گیری چرا خامش نمی‌باشی؟  
اگر کعبه نه‌ای باری چرا زمزم نمی‌گردی؟

دل، خود به تنهایی در خلوت مُستقل، یعنی خالص و پاک، عَدَم است و عشق از آن فضا بی‌نهایت جاری؛ حال اگر خلوت نمی‌گیری، چرا هر دم سر و صدایِ ذهن را بازگو می‌کنی؟

پس درون کعبه‌ی دل، عَدَم است؛ و جوی عشق از درون آن خلوت، جاری. حال، اگر کعبه نیستی، چرا زمزم نمی‌گردی؟ چرا بر کنارِ دلی عَدَم شده، در توجه نمی‌گردی؟

— با احترام، آزاده از آمریکا





خانم نرگس از نروژ



با سلام و عرض ادب

قسمتی از برنامه ۸۸۵ را تقدیم حضور می‌کنم:

چه افسردی در آن گوشه؟ چرا توهم نمی‌گرددی؟  
مگر تو فکر منحوسی که جز بر غم نمی‌گرددی؟

-مولانا، دیوان شمس، غزل ۲۵۰۰

سوالاتی که از خودمان باید پرسیم؟ چرا تغییر نمی‌کنیم؟ چرا دائماً با فکرهای همانیده دردها را فعال می‌کنیم؟  
چرا وضعیت زندگی من و زندگی من نظم ندارد؟ چرا چهار بعد جسمی، فکری، هیجانی و جان حیوانی من  
مغشوش است؟ چرا صد در صد به همانیدگی‌ها ده نمی‌دهیم؟ چرا دوباره اشتباه خود را تکرار میکنم و انتظار  
نتیجه متفاوتی دارم؟ چرا از ترس از دست دادن یا بدست نیاوردن همانیدگی افسرده شده‌ایم؟

کاروانها بی نوا وین میوه‌ها  
پخته می‌ریزد، چه سحر است ای خدا؟

سیب پوسیده همی چیدند خلق  
درهم افتاده به یغما خشک حلق

گفته هر برگ و شکوفه آن غصون  
دم به دم یا لیت قومی يعلمون

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۲۰۱۴ تا ۲۰۱۶

چرا با این همه میوه‌های رسیده از تعالیم مولانا باز ما میوه‌های پوسیده ذهن را می‌خوریم؟  
زندگی هر لحظه به ما با فضاگشایی می‌تواند دسترسی داشته باشد و خرد و امنیت خود را به ما بدهد.

چرا ما هنوز میوه پوسیده همانیدگی را به میوه رسیده بزرگان ترجیح می‌دهیم؟

در برنامه ۸۸۵ نقاط لغزشی بیان شد که باعث آگاهی ما و تمرکز برای رفع این لغزش بدون ملامت خود می‌شود.

نقطه لغزش اول: مسئولیت کیفیت هشیاری خود در این لحظه؛ آیا دیگران را مسئول انقباض و واکنش‌های خود می‌دانیم؟ یا با هر وضعیت بدی از خود بپرسیم چه تغییری باید در خود بدهیم؟ خواهان این نباشیم که دیگران در بیرون رفتار خود را تغییر دهند تا بتوانیم هشیاری خود را حفظ کنیم.

نقطه لغزش دوم: تمرکز من در این لحظه؛ آیا در هر وضعیتی به دنبال مقصر و اثبات حق خود و سپس ملامت هستیم؟ آیا بوسیله من ذهنی به تعلیمات مولانا گوش می‌دهیم یا با فضاگشایی؟ آیا با شناسایی هر اشکالی از ابزار ملامت خود و یا دیگران استفاده می‌کنیم و ابزار قضاوت و مقاومت، فعال می‌شود یا آن اشکال را در هشیاری خود نگه می‌داریم تا با کن‌فکان به موازی تلاش خودم آن اشکال رفع شود. آیا با گوش کردن به برنامه فقط خود را می‌خواهیم تغییر دهیم یا دیگران را؟

نقطه لغزش سوم: ابزار مورد استفاده من در این لحظه؛ فضاگشایی است یا مقاومت و ملامت؟ اگر اشکالی در من یا وضعیتی در بیرون هست، با دید کمالگرایی نسبت به آن مقاومت میکنم یا می پذیرم که من و وضعیت من کامل نیست و با شناسایی خواهان تغییر آن هستم بوسیله خرد زندگی و پویا می شوم؟

یا به ملامت می روم که منجر به بی عملی و افسردگی می شود؟

نقطه لغزش چهارم: قانون جبران مادی و معنوی؛ آیا برای هر چیزی در زندگی ام جبران مادی می کنم از جمله گنج حضور؟ اگر از نظر مادی در مضیقه هستم، پس در کدام جنبه از زندگی ام جبران مادی را انجام نمی دهم؟ آیا به طور مداوم روی خودم کار می کنم؟ اگر درست فضاگشایی نمی کنم، دچار کدام یک از این لغزش ها هستم؟

نقطه لغزش پنجم: تعهد به الست و مرکز عدم؛

آیا این لحظه ناظر مرکز عدم خود با هشیاری حضور هستیم و با بلی گفتن به اتفاق این لحظه اقرار می‌کنم که از جنس زندگی هستیم؟ یا اینکه با مقاومت به اتفاق این لحظه از جنس جسم یا من ذهنی می‌شوم و انکار می‌کنم که از جنس زندگی هستیم؟ آیا در شروع فکر و عمل من رضا و پذیرش و شکر هست؟ یا فکر و عمل من با مقاومت به اتفاق این لحظه شروع شده و با الگوی من ذهنی می‌خواهم به حضور برسیم؟

آیا تمام هم و غم من تعهد به الست هست؟ این لحظه تعهدم به الست را می‌سنجم؟ یا در گذشته و آینده هستیم؟ اگر این لحظه متعهد به الست با فضاگشایی نیستیم پس من ذهنیمان به برنامه گوش می‌کند و فکر می‌کند و عمل می‌کند نه زندگی.

نقطه لغزش ششم: اختیار و قدرت انتخاب؛ آیا آگاه هستیم که من در این لحظه قدرت انتخاب دارم؟ آیا این قدرت انتخاب دست فضاگشایی و زندگی است یا دست من ذهنی با واکنشهای شرطی شده است؟ آیا در عذرخواهی و پرهیز و صبر هستیم تا زمانی که بتوانم فضاگشایی کامل کنم؟

نقطه لغزش هفتم: دانش و سواد من؛ آیا از این دانش معنوی برای تغییر خود استفاده می‌کنم؟ چقدر تغییر کرده‌ام؟ آیا مثل کامپیوتر دانش معنوی را ذخیره می‌کنم یا تمرکز می‌کنم که در عمل آن را به اجرا درآورم. شاید لازم است مدتی روی یک برنامه کار کنم، تا به معنی آن زنده شوم و به خودم اثبات کنم که به تعالیم مولانا متعهد هستم.

نقطه لغزش هشتم: برای کدام من کار می‌کنم؟ من اصلی یا من ذهنی؟ مدتی قبل هر کاری؛ از خودم بپرسم این عمل از چرخه مقاومت و قضاوت و به خاطر یک چیز آفل است یا از چرخه صبر و شکر، با شادی و آفرینش نو است؟

نقطه لغزش نهم: زمان؛ آیا در این لحظه مستقر هستم یا در ملامت و تاسف گذشته یا در استرس آینده‌ام؟ آیا آگاه هستم باید این را متوقف کنم و گرنه اعمال و افکارم خلاق نخواهد بود و در حال ضربه زدن به خودم هستم؟

نقطه لغزش دهم: آیا شکرگزار امکاناتم از جمله برنامه گنج حضور، توان فضاگشایی و حتی امکانات مادی، سلامتی و نزدیکیانم هستم؟ یا با ذهن تنها در حال خواستن و بیشتر شدن هستم؟ آیا تمرکز بر کیفیت فضاگشایی خود دارم؟ در این لحظه باید شکر گزار چه امکاناتی، با استفاده و جبران و دادن شکرانه، بدون تحمیل عقاید به دیگران باید باشم؟

نقطه لغزش یازدهم: صبر؛ آیا برای تغییر جنبه های مختلف زندگی ام تابع قانون قضا و کن فکان هستم؟ یا تابع عجله و بی نظمی من ذهنی خود هستم؟ آیا از من ذهنی تقلید می کنم و می خواهم به دست خود و با واکنش و الگوهای شرطی شده تغییرات را انجام دهم؟ یا با صبر و تأمل و فضاگشایی؟

نقطه لغزش دوازدهم: آیا معیار من در زندگی خود هستم یا دیگران؟ آیا به مقایسه میروم و از پیشرفت خود متوقف می شوم یا هر لحظه خودم را با وضعیت قبل خود مقایسه و روی خود بیشتر کار می کنم؟



نقطه لغزش سیزدهم: بیان؛ آیا در بیان خود از دیگران و باورها و افکار تکراری تقلید می‌کنم؟ یا با فضاگشایی و پذیرش مسئولیت خود فکر این لحظه را می‌کنم و بیان می‌کنم؟


نقطه لغزش چهاردهم: تحسین دیگران؛ آیا تحسین دیگران باعث توقف پیشرفت من است و من ذهنی خود را عامل پیشرفت می‌دانم یا در من تاثیری ندارد و زندگی را عامل پیشرفت خود می‌دانم نه من ذهنی خود را؛ و سعی می‌کنم بیشتر روی خود کار کنم؟

- 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](http://www.parvizshahbazi.com)**