



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

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





پیغام عشق

قسمت هشتصد و هفتاد و هشتم





خانم نگار



با سلام خدمت دوستان جان و جناب آقای شهبازی عزیز

نکته‌ای که در وجودم شناسایی کردم رو خدمتون عرض می‌کنم: در فضاگشایی‌هایم وقتی فضا گشوده میشه و حاله بسیار خوب و آروم میشه بعد از اون توی ذهنم دنبال دلیل و راهش می‌گردم که بار بعدی هم بتوانم از اون استفاده کنم در صورتی که زندگی فضاگشایی‌ها را هم نو به نو پیش میاره.

با تو بی لب این زمان من نو به نو

رازهای کهنه گویم می‌شنو

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۴

و البته که حبر و سنی کردن دیگران توسط من، هم حتی اینجا به چشم می‌خوره و می‌خواهم بدانم از چه روشی فضاگشایی کردم که بقیه هم استفاده کنند و آگاه بشوند غافل از اینکه فقط خودم نیاز به آگاه شدن دارم!

تا کنی مر غیر را حبر و سنی

خویش را بد خو و خالی می‌کنی

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶



البته روی دیگر من ذهنی خسیسم، اصلا دوست نداره که اگر چراغی بوسیله بیتی برای من روشن میشه با هیچ کس در میون بزاره برای همین هم من بر آن شدم که چراغ روشن شده‌ام رو به اشتراک بزارم و اون هم اینکه من دوباره داشتم از ترازو کم می‌کردم و فقط دو بار توی شبکه اجتماعی اون هم برای نیم ساعت رفتم و البته کل دو روز تعطیلی‌ام رو به طبیعت رفتم که از اون زندگی بگیرم! همانجا مدام توی دلم زمزمه میشد پس چرا حال خوب نمیشه؟

باز به بط گفت که صحرا خوش است  
گفت شبت خوش که مرا جا خوش است

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۱۰

اگر قرار بود من با طبیعت رفتن حال خوب میشد این همه سالی که من هر هفته بیرون و توی طبیعت بوده‌ام الان من باید به حضور میرسیدم! پس راه من اشتباه بوده و من مفتی ضرورت رو احساس نکردم درونم، پرهیز نکردم و مجرم شدم.

گفت مفتی ضرورت هم تویی  
بی ضرورت گر خوری مجرم شوی

ور ضرورت هست هم پرهیز به  
ور خوری باری ضمان آن بده

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰ و ۵۳۱

تمییز ندادم که لازم نیست دو روز پشت سر هم به بیرون بروم! حتی وقتی پیشنهاد شد بدون تامل گفتم خوبه چون غذا فلانه و فلان جا هم میریم پس عالیه! و حتما مشکلی پیش نمیاد. اما در طبیعت دیدم که چه قرین‌هایی با من هم نشین شدند و دل ما از همدیگر بدون اینکه متوجه بشیم خود دزدید.

می رود از سینه‌ها در سینه‌ها  
از ره پنهان صلاح و کینه‌ها  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱

البته که بیرون رفتن باعث شده بود نتونم به تعهدم روی برنامه و نوشتن و گوش کردن بهش بمونم. از ترازو کم کردم و از ترازو کم شد.

از ترازو کم کنی من کم کنم  
تا تو با من روشنی من روشنم

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

دیگر نمی توانستم در مقابل اتفاقی که زندگی بوجود آورده بود فضا رو باز کنم احساس می کردم پرده‌ای جلوی چشمم کشیده شده، صبر کردم صبر کردم ولی من ذهنی آرام نمی نشست مدام مکانم رو عوض می کردم که حالم بهتر بشه ولی سودی نداشت.



تا اینکه یک لحظه تونستم ناظر ذهنم بشم و دیدم چقدر دارم در برابر اتفاق و حتی در برابر ذهنم هم مقاومت می‌کنم.. شروع کردم به حس کردن هیجان‌ات و صحبت کردن باشون. کم‌کم این بیت که فقط مفهومش به خاطر می‌ومد برایم چراغی روشن کرد.

هست مهمان خانه این تن ای جوان  
هر صباحی ضیف نو آید دوان

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴

خلاصه دیدم که من ذهنی‌ام مهمانم هست و حتما پیامی دارد و باهانش با فضاگشایی صحبت کردم و البته بهش گفتم که مهمان جایش توی اتاق مهمان هست و همان جا باید بماند و در کار صاحب خونه دخالت نکند. البته که سی ثانیه یکبار حمله می‌کرد و من این جمله را به او گوش زد می‌کردم.



الان درک می‌کنم که چرا مدام آقای شهبازی می‌فرمایند ابیات رو بسیار تکرار کنید. کم‌کم دیدم مقدار مقاومت دارد کم می‌شود ولی باز هم من ذهنی هر لحظه برایم فکری می‌آورد اظهار نگرانی می‌کرد و من به او گوشزد می‌کردم که مهمان محترم شما در اتاق بمان و نگران مباش همه چیز امن و امان هست، من و فضای یکتایی می‌دونیم چه کاری باید انجام دهیم. و توانستم بین فکرها فضا را باز نگه دارم و دیدم با وجود اتفاقی که بوجود آمده من آرام و خاموش هستم.

آنصتوا بپذیر تا بر جان تو  
آید از جانان جزای آنصتوا

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶

—با تشکر از شما، نگار



خانم مهردادخت از چالوس





به نام یزدان پاک  
سلام بر پدر بزرگوار و همه همراهان عزیز.

برداشتی از برنامه ۹۱۷

به تن اینجا، به باطن در چه کاری؟  
شکاری می کنی، یا تو شکاری؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۶

درست است که تن خاکی ما در این جهان است و از این جهان تغذیه می کند تا بقا یابد، ولی آیا روح ما که از جنس هشیاری اولیه است هم مشغول این جهان است؟ الان درون ما به چه کاری مشغول است؟ آیا هر لحظه شکار چیزهای این جهانی می شود و به سوهای مختلف کشیده می شود. یعنی هر فکری این لحظه می آید به سوی آن می رود و غرق افکار همانیده می شود یا خودش شکارچی است و با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، آن فضای یکتایی را شکار می کند تا از آن تغذیه کند؟

مولانای جان از ما می‌خواهد که با خالی کردن مرکزمان و شکارچی شدن خود را تغییر دهیم و سال‌ها در این فضای گشوده‌شده بچریم تا پُشک ما یعنی دردهای حاصل از من‌ذهنی ما به مُشک که معطر به دم‌ایزدی و عقل و هدایت و قدرت او است، تبدیل شود.

تا که پُشکی مُشک گردد ای مُرید  
سالها باید در آن روضه چرید

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۲

خداوند به ما می‌فرماید اگر این مُرده‌تن یا تن من‌ذهنی که از جنس هشیاری جسمی است و فقط از جسم‌ها زندگی می‌خواهد به من زنده شود، درواقع این جان زنده همان جان خودم است، از جنس خودم هست که به‌سوی من رو می‌آورد.



چون به من زنده شود این مُرده تن  
جان من باشد که رو آرد به من

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸

حال چگونه این تن من ذهنی که با آمدن به این جهان بافتیم، می تواند دوباره زنده شود و به سوی جان اصلی رو آورد؟ وقتی که شکار چیزهای این جهانی نشود، بلکه خودش شکارچی گردد. و این کار هم با فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه و تسلیم واقعی شدن ممکن می شود.

کسی که من ذهنی دارد و دردهای زیادی تولید می کند، من ذهنی اش به او می گوید تو لایق زنده شدن به خداوند نیستی، در صورتی که خدا همیشه حی و حاضر است و همیشه با ماست. فقط باید طلب او و بودن در فضای یکتایی را داشته باشیم و بدانیم که اگر صدجور همانیدگی به خود اضافه کنیم و شکار آن ها شویم، بالاخره آن کشت اولیه خواهد روئید.

گر بروید ور بریزد صد گیاه  
عاقبت بر روید آن کشت اله

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۷

ما متوجه شدیم که تغییر و تبدیل هشیاری ما هم به دست قضا و کن فکانش هست، پس بهتر است که در این مسیر زنده شدن به خدا صبر داشته باشیم و نخواهیم با عقل من ذهنی و باقیات و صالحات من ذهنی که به معنی جمع کردن ثواب با بخشش مال خود یا کارهای عبادی بدون حضور است، به خدا زنده شویم. در این حالت هست که می توانیم بخشنده آب حیات به همه موجودات شویم، نه با باقیات و صالحات من ذهنی.

پس کریم آنست کو خود را دهد  
آب حیوانی که ماند تا ابد

مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳



باقیاتُ الصّالحاتُ آمد کریم  
رسته از صد آفت و اخطار و بیم

دفتر سوم، بیت ۳۴  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳ و ۳۴

ما در تبدیل نباید با علت‌های بیرونی سروکار داشته باشیم، چون فقط دم ایزدی که این لحظه جاری است به ما جان می‌دهد و موقوف علت‌های بیرونی نیست. و اگر این دم با مقاومت نکردن به ما برسد، ما هم به او زنده‌ایم و این انرژی و ارتعاش از ما به همه می‌رسد؛ اما ما در من‌ذهنی از این دم ایزدی باخبر نیستیم.

پس وقت آن است که دست از این کارهای من‌ذهنی برداریم و نقش‌هایش را کنار بگذاریم. دیگر شرم و حیای من‌ذهنی که در زنده شدن به خدا حس بی‌لیاقتی می‌کند، نداشته باشیم و در این مسیر ناامید نشویم، بلکه بگوییم ما لایق زنده شدن به خدا هستیم.

شکار حرف‌های مردم هم نشویم که بخواهیم با حرف‌های آن‌ها برنجیم و واکنش نشان دهیم. همیشه با ناظر ذهن شدن، ساکن فضای یکتایی شویم تا مقبول حق گردیم. خورنده چیزهای این جهانی نشویم تا بتوانیم مخلد آن جهان گردیم و آب حیات را بخشش کنیم.

با سپاس فراوان، مهردادخت از چالوس





آقای فرشاد از خوزستان



با عرض سلام

پندار کمال در مقابل جهان بی‌مرادی

پندار کمال می‌گوید من در ذهنم مقدار زیادی مراد ذهنی دارم و می‌خواهم در این‌ها کامل و برتر باشم. تعداد زیادی همانندگی دارم که در ذهنم تصور می‌کنم با داشتن آن‌ها خوشبخت می‌شوم. همه‌اش با تصور و تصویر سروکار دارم، و فقط با فکر کمال بودن عشق‌بازی می‌کنم. جهان بی‌مرادی یعنی ما حق نداریم مراد ذهنی بخواهیم. من در پندار کمال چه چیزهایی می‌خواهم؟

«پندار کمال»

پندار کمال شخصی:

- ۱- من همه‌اش به خودم می‌گویم حیف من، من حیف شدم.
- ۲- من برای کوچک‌ترین کاری که می‌کنم، انتظار تعریف و تمجید و دیده شدن دارم.
- ۳- همه‌چیز من باید طبق برنامه و به بهترین شکل انجام شود، عین یک ربات.



- ۴- من با ناله کردن و حس مظلومیت ارضا می‌شوم، چون به مرادهایم نرسیدم و همانیده با درد هستم.
- ۵- من دوست دارم سرگذشت زندگی‌ام بسیار جالب و پر از حوادث باشد و برای همه تعریف کنم.
- ۶- من این قدر خودم را و دیگران را جدی می‌گیرم، که کوچکترین حرف را به خودم می‌گیرم و قضاوت می‌کنم و مسئله درست می‌کنم.
- ۷- من انتظار دارم که وقتی مطلبی را برای یکی می‌فرستم، از من تشکر کند.
- ۸- من باید در هر زمینه‌ای حرفی برای گفتن داشته باشم. من باید یک چیز دیگه‌ای باشم، خاص و تک.
- ۹- من چنان قاطع درباره موضوعات اظهارنظر می‌کنم، که به دیگران می‌گویم خب معلوم است که باید فلان کار یا فلان حرف را بزنی.
- ۱۰- من دلم می‌خواهد دوست داشته بشوم.

۱۱- من هر وقت فکر مقایسه و حسادت برایش می‌آید، از خودم بدم می‌آید.

۱۲- اشتباه در هر کاری ممنوع، وگرنه انتقاد و ایرادگیری و ملامت می‌کنم.

۱۳- خودم را به هر طریقی که شده (حتی اگر کوچک کنم خودم را) می‌خواهم به افرادی که در ذهنم تصویر کاملی از آنها دارم نزدیک کنم، چون فکر می‌کنم باعث می‌شوند من به پندار کمالم و همانیدگی‌هایم برسیم.

۱۴- من مثل عروسک در دست بقیه هستم، چون می‌ترسم بروند و من تنها بمانم، یا می‌ترسم دیگر مرا تعریف ندهند.

۱۵- من بقیه را می‌بینم و در ذهنم فکر می‌کنم که با همسر و فرزندان‌شان زندگی بسیار عالی دارند و آرامش زیادی در زندگی‌شان است و پول زیادی دارند و می‌گویم چرا من نباید داشته باشم.



۱۶- من خودم را در ذهنم با کسی که کار بسیار عالی دارد و یا سواد بسیار عالی دارد مقایسه می‌کنم و می‌گویم من نالایق هستم، چون فکر می‌کنم من نمی‌توانم به این کمالات برسیم. یعنی داشتن این مرادها را خوشبختی می‌دانم و حالا هم که فکر می‌کنم این‌ها خوشبختی دارند، حاضر نیستم برایش زحمت بکشم، بعد می‌گویم من ناتوان و بی‌ارزش هستم.

۱۷- من باید بدون زحمت، بهترین کار را داشته باشم. من باید بدون زحمت، بدن بسیار عالی و سالم داشته باشم و بتوانم ورزش‌های سخت انجام بدهم. من باید بدون زحمت، در یک دانشگاه عالی درس بخوانم.

۱۸- هرچیز آموزشی که به من می‌دهند، من باید سریع یادش بگیرم.

۱۹- من یک دقیقه هم نباید اتلاف وقت داشته باشم.

۲۰- من در ذهنم تصور می‌کنم که من باید یک آدم باشخصیت باشم که بسیار آرامش و شادی در زندگی دارد و امکان ندارد غصه چیزی را بخورد.

- ۲۱- من باید بسیار عالی لباس بپوشم و بسیار مرتب و منظم باشم.
- ۲۲- من باید مقدار زیادی پول داشته باشم و بتوانم یک ماشین خوب برای خودم بخرم.
- ۲۳- غذا خوردن من و ورزش کردن من و بقیه کارهایم باید به بهترین شکل و در موثرترین حالت باشد.
- ۲۴- من باید در یک جای عالی زندگی کنم. من باید یک جایی زندگی کنم که کسی من را نشناسد، و گرنه نمی توانم زندگی کنم.
- ۲۵- اوضاع اقتصادی و اجتماعی در جایی که من زندگی می کنم باید عالی باشد، و گرنه شکایت دارم.
- ۲۶- من یک چیزهایی را از دیگران پنهان می کنم چون پندار کمالم و ابروی من ذهنی خراب می شود.
- ۲۷- من نمی گذارم کسی از دستم ناراحت شود و این موضوع را به مسئله تبدیل می کنم.



۲۸- من دائماً می ترسم و اضطراب دارم، خودم هم نمی دانم چرا؟ چون می ترسم مرادهای ذهنی توهمی ام که مثل گاه هستند را باد ببرد.

۲۹- من اصلاً به خودم و زندگی ام و دانسته هایم شک نمی کنم، قطعاً بقیه اشتباه می کنند، من که اشتباه نمی کنم.

۳۰- من همیشه به دنبال این هستم که ثابت کنم من مقصر نیستم و بنابراین نیازی به عذرخواهی نمی بینم.

۳۱- من از این که در جمع می گویند تو خاص هستی، ولی بقیه را کوچک می کنند، خوشم می آید.

۳۲- من فکر می کنم در شغل و حرفه ام بی نظیر هستم.

۳۳- من همیشه یک حسی دارم از این که فکر می کنم همه به من توجه می کنند و می گویند عجب آدمی!

۳۴- من از یک سری ها توقع دارم که احترام و ارادت خاص نسبت به من داشته باشند، و اگر نداشته باشند رنجیده می شوم.

۳۵- من فکر می‌کنم هیکل و چهره‌ام خاص و جذاب است.

۳۶- من این قدر حساسم که حتی اگر کسی جلویم سرفه کند، ناراحت می‌شوم و برداشت بد می‌کنم.

۳۷- من اصلاً نمی‌دانم پندار کمال یعنی چه، ولی اصرار دارم که من پندار کمال ندارم، در صورتی که همین حرفم از روی پندار کمال و می‌دانم است.

۳۸- من فقط بلام حرف‌های قشنگ بزنم، ولی یک درصد هم عمل نمی‌کنم. هر جا هم در جمع‌ها می‌نشینم می‌خواهم این را نشان بدهم با کلمات خاص.

۳۹- من خودم را به کارهای بیهوده و کوچک مشغول کردم که فراموش کنم که پندار کمالم خراب شده است.

۴۰- من برای رسیدن به مرادهای ذهنی‌ام هر کاری می‌کنم، هر زرنگی و کلکی که نیاز باشد را به کار می‌گیرم، و آن وقت فکر می‌کنم شکار کرده‌ام و احساس غرور هم می‌کنم.



۴۱- من هر لحظه شکار می شوم، ولی فکر می کنم شکار می کنم.

۴۲- من هر عیبی می بینم باید بگویم.

۴۳- من اگر کسی به حرفم توجه نکند، احساس کوچکی می کنم و عصبانی می شوم.

۴۴- من می ترسم اشتباه کنم.

پندار کمال در خانواده:

۱- من فکر می کنم اگر من نباشم خانواده ام بدبخت می شود و از پس خودشان بر نمی آیند.

۲- من همیشه یک حس طلب کاری نسبت به خانواده ام دارم. من حق خودم می دانم که خرج مرا در همه ی نیازهایم بدهند و بنابراین قدردانی و جبران هم نمی کنم.

۳- من باید یک زندگی عاشقانه و رمانتیک با همسرم داشته باشم.

۴- همسر من باید فقط من را دوست داشته باشد و حرف‌های محبت‌آمیز به من بزند. همسر من باید بسیار برای من وقت بگذارد و بسیار به من اهمیت بدهد و مرا به تفریح و مسافرت ببرد.

۵- خانواده من باید خودشان را عوض کنند. من دارم روی خودم کار می‌کنم و خانواده‌ام من ذهنی مرا بالا می‌آورند، آن‌ها باید خود را تغییر دهند.

۶- خانواده‌ام و دیگران نباید حس بی‌ارزشی به من القا کنند، بلکه باید همه‌اش توجه و تعریف و تمجید کنند.

۷- بچه‌های من باید بسیار باهوش و بازیگوش و شیرین‌زبان باشند و با بقیه بچه‌ها فرق کنند. بچه‌های من باید با ادب و تحصیل کرده باشند و ما یک خانواده محترم و شناخته‌شده‌ای باشیم.

۸- اقوام و فامیل من باید دست از سر من بردارند.

۹- من فکر می‌کنم در این خانواده‌ام حیف شده‌ام.



- ۱۰- من همه‌اش دنبال این هستم که به اطرافیانم بگویم فلان کار را فلان طور انجام دهید و خیلی پیگیر هستم.
- ۱۱- من چون متاهل هستم و بچه دارم، این‌ها نمی‌گذارند من زندگی کنم.
- ۱۲- من دوست دارم در خانواده و فامیل و دوستان و محل کار و غیره، به حساب بیایم و از من نظر بخواهند و احترام بگذارند.
- ۱۳- من انتظار دارم که خانواده‌ام در هیچ کار من دخالت نکنند و مرا به هیچ وجه کنترل نکنند.
- ۱۴- من دوست دارم که خانواده‌ام بگویند که ما همه می‌خواهیم گنج حضور بینیم.
- ۱۵- من دوست دارم خانواده‌ام به من بگویند که ما به تو اعتماد کامل داریم و هر کاری دلت می‌خواهد بکن، ما پشتت هستیم.
- ۱۶- من دوست دارم که اگر اشتباه و خراب‌کاری کردم، خانواده‌ام بگویند هیچ اشکالی ندارد.
- ۱۷- من اصلاً دوست دارم خانواده‌ام مرا رها کنند. دوست دارم از خانواده‌ام جدا شوم.

پندار کمال در معنویت:

- ۱- من باید از روز اول فضاگشایی کنم.
- ۲- مخاطب صحبت‌هایی که در هر برنامه تأکید می‌شود من نیستم.
- ۳- من به پیام‌های دوستان گوش نمی‌دهم چون پندارِ می‌دانم دارم.
- ۴- من اصلاً به روش کار کردن خود شک نمی‌کنم و مطمئنم دارم درست کار می‌کنم. من مطمئنم که دارم فضاگشایی کامل می‌کنم.
- ۵- من با مولانا روی خودم کار می‌کنم و کارهاییم در بیرون بسیار منظم شده‌است، بنابراین خانواده‌ام هم باید حتماً تغییر کرده باشند، این در حالی است که من خودم هم قبلاً همان کارهای آن‌ها را می‌کردم، ولی خب الآن پندار کمال دارم.
- ۶- من با گنج حضور شروع به کار کردن روی خود کردم و باید چندساله به حضور برسیم.



۷- من مثل آب خوردن دردهایی مثل حسادت را باید بیندازم.

۸- چند سال است روی خودم کار می‌کنم، دیگر باید رسیده باشم، پس چرا باز هم درد دارم، پس کار نمی‌کند یا اصلاً من ناتوانم.

۹- ابیات تکراری برنامه و توضیحات شکل‌ها برای من که پیشرفته هستم نیست، من این‌ها را حفظم.

۱۰- من یکسال است با برنامه گنج حضور روی خودم کار می‌کنم، بعدش خودم را با دیگران که سال‌ها روی خودشان کار کرده‌اند مقایسه می‌کنم و می‌گویم پس چرا بقیه این قدر پیشرفت کردند و من نکردم؟ در نتیجه احساس ناامیدی و ناتوانی می‌کنم. همه‌ی این اندازه‌گیری‌ها را با همان توهم ذهنی پندار کمال انجام می‌دهم و خودم و دیگران را قضاوت می‌کنم. تازه از خودم نمی‌پرسم که آیا من زحمتی هم کشیده‌ام که بتوانم موفق شوم؟ شاید بقیه خیلی زحمت کشیده باشند.

۱۱- یا برعکس، من پنج سال است که دارم روی خودم کار می‌کنم، ولی می‌بینم یک نفر یک سال است دارد روی خود کار می‌کند و بسیار پیشرفت کرده. بنابراین باز هم قضاوت‌های توهمی و مقایسه‌های توهمی پندار کمال. آیا ما از زندگی و درون دیگران خبر داریم؟ شاید آن شخص زحمت زیادی کشیده باشد، آیا من هم زحمت کشیدم واقعاً یا وقت تلفی کردم؟

۱۲- وقتی با یکی صحبت می‌کنم، سریع می‌خواهم این بحث را وسط بکشم که آیا از زندگی‌ات راضی هستی، که او بگوید نه نیستم و من سریع شروع کنم به خبر و سنی کردن که من می‌دانم. یعنی در ذهنم تصور می‌کنم که من بلد هستم.

۱۳- من فکر می‌کنم که باید بتوانم در مقابل قرین‌ها فضاگشایی کنم، به طوری که روی من تاثیر نگذارند و تازه من روی آن‌ها تاثیر بگذارم. هر دفعه هم شکست می‌خورم و گرفتار و خالی می‌شوم.

۱۴- من دوست دارم که حس کنم، یا به من بگویند که تو خیلی پیشرفت کردی.



۱۵- من در ذهنم تصور می‌کنم که وقتی دردها آمدند، مثل کوه جلویشان می‌ایستم و فضا را باز می‌کنم که کوچک‌ترین اثری روی من نداشته باشند و بنابراین باید سریع بیندازم. ولی می‌بینم دردها مرتب می‌آیند و بی‌مراد می‌شوم و بعدش می‌گویم من که فضاگشایی کردم، پس چرا دوباره آمد. هیچ شک نمی‌کنم که دارم با ذهن کار می‌کنم.

۱۶- این همه درمورد پرهیز و حزم و صبر و تأمل صحبت می‌شود، ولی من اصلاً به خودم نمی‌گیرم و اطمینان به تصویر ذهنی خودم دارم و هر کاری را مصمم انجام می‌دهم. همیشه هم به درد منتهی می‌شود و با خودم می‌گویم حتماً به صلاحم بوده و نمی‌پرسم چرا این طوری شد.

۱۷- من تصور می‌کنم که یک خدای ذهنی در درونم نشسته و همه کارهای مرا به بهترین نحو انجام می‌دهد و من هیچ کاری نباید بکنم. هر دقیقه درد را تحمل می‌کنم چون فکر می‌کنم که آن خدای ذهنی خواسته که من درد بکشم و حتماً این جوری بهتر است. هیچ فکر نمی‌کنم که این درد آمده که من تغییری در خودم بدهم، بلکه می‌گویم که این درد به صلاحم است.

۱۸- من یک کاری که پنج دقیقه زمان می برد را در پنج ساعت انجام می دهم و کارافزایی می کنم و این کار همیشه ام هست، ولی بعدش می گویم حتماً آن خدای ذهنی خواسته که این طوری شده و فکر نمی کنم این اتفاق برای تغییر است. یعنی دچار جبر و کاهلی ذهن هستم. اگر آسمان و زمین روی سرم خراب شود، می گویم حتماً خدا خواسته و به صلاح است، عوضش بعداً برکتش را می بینم. اصلاً هم به فکر نمی رسد که من در جبر و کاهلی هستم.

۱۹- وقتی سالم خوب است، می خواهم بدانم بقیه چه می کنند و چه می گویند و همین باعث از بین رفتن حال خوب می شود.



«جهان بی مرادی»

موارد بالا لیستی از پندار کمال بودند. جهان بی مرادی به این معناست که من به این لیست بالا از مرادهایی که در ذهنم ساختم و در مرکز قرار دادم نمی رسم و مدام بی مراد می شوم. چون قضا و کن فکان اجازه نمی دهد که ما پندار کمال توهمی را که ساخته‌ی ذهن ماست را نگه داریم، و با این کار می خواهد ما به ذات اصلی مان زنده شویم.

ما تأکید و اصرار داریم که باید به پندار کمال برسیم و زندگی هم اجازه این کار را به ما نمی دهد، بنابراین نتیجه چه می شود؟ آیا ما زورمان به زندگی و قضا می رسد؟ نه نمی رسد. پس نتیجه می شود:

۱- من می گویم بی عرضه و ناتوان و بی ارزش و حقیر هستم، چون ارزش را به پندار کمال می دانم و بقیه را می بینم و با همین ذهنم تصور می کنم کامل هستند. حس می کنم که دیگران زندگی کردند، ولی من نکردم.

۲- از عالم و آدم گله و شکایت و کینه دارم خصوصاً خانواده‌ام. چون فکر می کنم آن‌ها باعث شدند که به مرادهایم نرسم.

۳- توقع زیاد خصوصاً از خانواده

۴- انواع دردها: مقایسه موفقیت پندار کمال خودم با دیگران. حسادت و حساست و بخل و کم‌یابی‌اندیشی. فکر می‌کنم اگر دیگران ببرند به من نمی‌رسد. و همچنین بقیه دردها مثل ترس و خشم.

۵- پندار کمال یعنی ذهن، و ذهن یعنی جسم، جسم هم یعنی زمان. بنابراین از جنس جسم می‌شویم، از جنس سنگ می‌شویم و لطافت و نرمی در ما از بین می‌رود. در توهمات آینده و گذشته و دردهای ناشی از آن مانند پشیمانی و نگرانی هستیم.

۶- برده‌ی ذهن می‌شویم و از فضای درونمان بی‌خبر. بنابراین نه آرامشی، نه قدرتی، نه عقلی، نه حس امنیتی، نه هشیاری ....



۷- اسیر جبر و تنبلی من ذهنی می شویم. می گوییم من ناتوان هستم و نمی توانم تغییر کنم، چون به پندار کمالم که بزرگترین ارزش من بود نرسیدم. یا فعلاً به چندتا مراد رسیدیم و خود را کامل می دانیم و نیازی به تغییر نمی بینیم.

۸- هزاران تا مسائل و موانع و دشمن ذهنی که چرا من به مرادهای پندار کمالم نرسیدم. به جای این که از جنس عشق باشیم، از جنس ستیزه و جنگ هستیم.

۹- کشیده شدن به خرافات، و امید به آدم‌ها و اتفاقات

۱۰- خود را بی ارزش کردن برای اجسام

۱۱- غصه، اندوه، بی حوصلگی، عدم تمایل به زندگی، راضی نبودن و حس بد

۱۲- دچار شدن به انواع بیماری‌ها

۱۳- محروم ماندن از چیزی که منظور ماست.

با تشکر و سپاس

-فرشاد از خوزستان





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)