

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

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



پیغام عشق

قسمت صد و یازدهم





خانم نرگس



برداشت و خلاصه از برنامه ۸۳۷ گنج حضور  
درست است که هنوز بقایای دردها و همانیدگی‌ها در ما هست، ولی  
مهم این است که در همین وضعیت و اتفاقات موجود در اطرافمان،  
مسئولیت هشیاری خودمان را بر عهده بگیریم. الان هست که باید  
خودمان را پاک و منزّه بدانیم از تمام این وضعیت‌ها، دردها و حیل‌های  
برما رفته از من ذهنی خودمان و نسل قبل. با این آگاهی، کائنات و گنج  
حضور و آقای شهبازی، کمکشان به ما می‌رسد و معنای حرف‌های ایشان  
برایمان بازتر می‌شود.

مهم این است که در این درد هشیارانه و بقایای همانیدگی ها و دردها مسئولیت قبول کنیم، جبران مالی و معنوی کنیم و به صحبت‌های آقای شهبازی عمل کنیم تا به درجه بالاتر معنوی برسیم. خوب این درد هشیارانه دارد، خستگی فیزیکی و ذهنی دارد. ولی باید بگوییم: من این کار را نمی‌کنم، جسم و ذهن من نیست، نیروی دیگری دارد این کار را می‌کند. پس ادعا نمی‌کنیم که ما هستیم که داریم جبران می‌کنیم یا به درجه بالاتر معنوی می‌رویم. چون چیز دیگری این کار را دارد، می‌کند و ما باید خودمان را جدا از این فیزیک و ذهن بگیریم.

پس خودمان را بیاندازیم در آتشِ درد هشیارانِه، سختیِ جبران کردن، یاد گرفتن تا مدد بگیریم از گنج حضور و زندگی. آیا دایما در کار معنوی هستیم؟ در ۲۴ ساعت قرینمان آقای شهبازی و زندگی هست؟ آیا دایما فضاگشا هستیم؟ آیا دایما جبران می‌کنیم؟ باید زحمت بکشیم از نظر معنوی، مالی، گذشتن از همانیدگی‌ها، باورها، کنترل کردن خانواده، نگرانی برای کار، وضعیت اجتماعی، نگرانی برای تحصیل و هر چیز دیگر. الان هست که باید بگذاریم از آنها و به فکر جبران و ارتقاء سطح معنوی درونیمان باشیم.

باید بدانیم دید عارف به حضور رسیده با دید ما فرق دارد، پس باید مطیع تر و تسلیم تر باشیم و هر لحظه و هر وضعیت را بابِ صغیر بدانیم و به هر صورت که شده گنج حضور را ساپورت کنیم. سختی کار بیشتر، یادگیری بیشتر، فضاگشایی بیشتر را به جان بخریم. یک سری کارها و زحمتهای را باید بکشیم، وگرنه دیگر عارف نیستیم. زندگی وقتی مطیع بودن ما را ببیند، می آید و قرین ما می شود و در همین آتشی که هستیم دستان ما را می گیرد.

باید برویم در آتش دردهشیارانه و زحمت مالی و معنوی، اینجا هست که کمک کائنات و زندگی به ما می‌رسد، قدم اول را ما باید برداریم. باید از پرده توهمی ترس من ذهنی بگذریم، تابوها را بشکنیم. همان چیزی که ذهن می‌گوید غلط است، همین الان باید انجامش دهیم، بعد سلام‌ها و فضاگشایی‌ها می‌آید واگر نه بعد رو سیاه می‌شویم و برگشتمان سخت می‌شود.



آنهایی که از پرده ترس گذشتند، دردهشیارانه را قبول کردند، خارج از توان فیزیکی و ذهنی و چارچوبهایشان جبران کردند، قبول کردند که خارج از این چهاربعد هستند و قدرت و توانشان را نسنجیدند، فقط گفتند: ما باید جبران کنیم. ما باید کاری کنیم. از همانیدگی‌هایمان بزنیم، به هشپاری زنده بشویم، آنها فرصت را از دست ندادند، معانی دقیق اشعار مولانا و صحبت‌های آقای شهبازی را فهمیدند. فهمیدند، هیچ کس همتای او نیست.

ما برای حفظ امنیت مالی، همسر و فرزند آفریده نشده‌ایم. باید به کار معنوی و زحمت و جبران مالی برسیم و در دردهشیارانه باشیم.

باید بگردیم که کدام دردهشیارانه را باید بکشیم؟ کجا نورافکن باید  
بیندازم؟ بعد یک الهام به سراغمان می آید، باید مطیع و تسلیم الهام  
باشیم. چون آن الهام شکستنِ خیلی از تابوهاست، خیلی از باورهای  
جمع، خانواده و حتی خود شخص ماست.

فرضاً: زگهواره تا گور دانش بجوی و مدرک جمع کن، نه دیگه بسه! من  
باید دنبال تحصیل اصلیم برم، یا اینکه نه من نباید پاسدار خانواده و بچه  
باشم. من باید پاسدار مرکز عدم، گنج حضور، مولانا و آقای شهبازی  
باشم. نباید به خاطر جنسیتیم از جنسیت دیگر تبعیت کنم، یا چون  
کوچکترم، از بزرگترم تبعیت کنم که او در این راه نیست، یا شرایط را  
برایم فراهم نمی کند.

نه! از یک نقطه ای راهمان را باید مشخص کنیم و بگوییم: دیگر این تایید، این پیروی، این امنیت، این چارچوب باوری را نمی‌خواهیم. می‌خواهیم پا در جای ناامن از نظر ذهن بگذارم و در خلاف جهت باورهای شخصی خودم بروم. الگوها و باورهای قبلی من جباریه، باید بروم در باب صغیر. همه این‌ها را باید با فضاگشایی انجام بدهم، نه با جنگ و ستیزه. وقتی خدا الهامی به قلب ما می‌کند، حالا ضمانت اجرایی آن را می‌خواهد و می‌گوید شرح را در سینه تو قرار دادم، غلط و درست را از درون به تو گفتم. حالا باید خودت را بیندازی در آتش برای شکستن این باورها و دردها.

وضعیت‌هایی پیش می‌آیند، انگار تکرار گذشته هستند، دردها می‌آیند بالای سرمان می‌ایستند و می‌گویند: این کار را نکن، سرت را اینجور خم نکن، در این درد می‌افتی! دوباره مثل آن موقع است، ها! باید بگوییم: نه! من آن درد نیستم، این تایید و پیروی را نمی‌خواهم، فیزیک و ذهن خودم را به سختی می‌اندازم، این انرژی را از قرینی مثل آقای شهبازی و گنج حضور می‌گیرم. عدم را انتخاب می‌کنم، بی‌کسی و تنهایی را انتخاب می‌کنم، بی‌چارچوبی و بی‌الگویی و انعطاف‌پذیری را انتخاب می‌کنم. بعد از آن زندگی، دیدِ همانیدگی‌ها و دردها و الگوها و چارچوب‌ها را از ما می‌گیرد.

هان! ای کسانی که الهام و ندای گنج حضور و آقای شهبازی به شما رسیده است، بدانید شما این توان فیزیکی و ذهنی تان نیستید، شما می‌توانید در ۲۴ ساعت، ۱۶ ساعت کار کنید، بارها و بارها اشعار را بخوانید، برنامه‌ها را گوش کنید، کار کنید و جبران مالی کنید، انرژی تان از جای دیگری می‌آید و می‌بینید سمندری می‌شوید در آتش و نمی‌سوزید، پس عمل کنیم.

ما اکنون با دید همانیدگی‌ها می‌بینیم و فکر می‌کنیم به آن درجه معنوی که باید، نرسیده‌ایم. باید فضاگشایی کنیم و هر چیزی که ما را از گنج حضور و آقای شهبازی می‌خواهد دور کند و برخلاف آن است، باید دوری کنیم.

حتی اگر آن بهترین چیز زندگیمان باشد: تحصیلمان، خانواده‌مان، عشقمان، بچه‌مان، بزینسمان، متعلقاتمان یا هر باور و فیزیکی، حتی جسممان.

باید به درونمان برویم. وقت تبدیلمان است، الان وقت زحمت کشیدن است، باید بگوییم: بله و برویم به ادامه درد هشیارانہ، از چارچوب الانمان باید بیاییم بیرون و اگر نه فرصت را از دست می‌دهیم. گنج حضور ما در این زحمات‌ها و دردها و در جای تاریک و ناامن از نظر ذهن است. در خزان شدن بدنمان، خانواده‌مان، تحصیلمان، کار، جامعه، کشور و باورهایمان. بهار ما در غم از دست دادن اینها است.

من ذهنی می گوید: این را دیگر نمی توانم، خارج از توان من است، در این حد، نمی توانم جبران کنم. تا همین قدر پیشرفت معنوی را توانستم، بیشتر از این از من بر نمی آید. بین جا ماندم؟! نه! اینها را گوش نکن، باید جهت عکسش را برویم و به همین وضعیت که الان داریم قانع نشویم. توان ما خارج از این است و راه را خدا از درونمان به ما نشان می دهد. باید به آن گوش دهیم. هر چقدر هم که از نظر ذهن، سخت و نشدنی باشد باید شروع به عمل کنیم. الان هست که گنج حضور و آقای شهبازی همسایه ما شدند، همان کسی که دنبالش بودیم آمده، همان وقتی است که منتظرش بودیم شده، باید هم خودمان، هم گنج حضور را یاری کنیم.

اگر زندگی ما را به‌عنوان آیاز انتخاب کرده است و آقای شهبازی محمود وقت ما شده و روح ما با روح آقای شهبازی و زندگی پیوند خورده و شوق را از درونمان حس می‌کنیم، باید بدانیم که کار همین است. هر چیزی که انرژی و توان ما را کم می‌کند، کار آن نیست. الان وقت کردن است، وقت زحمت کشیدن و جبران کردن است. هم بگوییم: نه بچه من، نه خانواده من، نه کار من، نه تحصیل من، نه جامعه و کشور من در خطر نیستند. من باید کار معنوی کنم. این اصل کار است، بقیه همه دام است. امروز نگره‌شان داریم، فردا در خطر دیگری می‌افتند. پس باید به گنج حضور و آقای شهبازی وفادار باشیم. این بهانه‌های نفس دزد ماست که می‌خواهد تبدیل ما را به تاخیر بیاندازد.



الان وقت اثبات مردانگی است، وقت پا گذاشتن در جای خالی از نظر ذهن است، زندگی می‌آید و دستمان را می‌گیرد.  
با این راه معنوی یک سری امنیت‌های سطحی برایمان پیش آمده، ذهنمان می‌گوید: همین فرمان را بگیر برو جلو، دیگر من همانیده نمی‌شوم، در درد نمی‌افتم، آقای شهبازی هم که هست، نه! غافل از اینکه مکرمن ذهنی جمع و دنیا و من ذهنی ما ریشه نسل اندر نسل دارد و ما با این ارتعاشات درد و باورها و الگوها بزرگ شدیم و فرم گرفتیم. این خیال آسوده و نقطه امن، سطحی است. در جا زدن است. هر روز باید تلاشمان را بیشتر کنیم. جبران مالی و معنوی مان را بیشتر کنیم.

برای این زندگی گفته است که استثناء کنید. استثناء یعنی فضاگشایی و جبران بیشتر، این استثناء عملی است. بعد در هر مرحله از زندگی، زندگی می‌آید و دستمان را می‌گیرد و صحبت‌های آقای شهبازی برایمان بازتر می‌شود، هر لحظه نیاز به جبران داریم هم با درد هشیاران، هم با زکات معنوی و هم با زکات مالی. من ذهنی پیرتر از ماست، پر حيله تر است. ما نیاز به عارف زنده به حضور، به آقای شهبازی داریم تا با من ذهنی مقابله کنیم. چون قضا و قدر تا ما بی‌نهایت نشویم، دست از سر ما بر نمی‌دارد. ما انتخاب دیگری نداریم.

باید ببینیم آیا کریم هستیم یا لئیم؟ می‌خواهیم لطف گنج حضور و آقای شهبازی را جبران کنیم؟ یا باز دل‌مان درد می‌خواهد؟ پس بیشتر باید قبول زحمت کنیم. بیشتر باید جبران مالی و معنوی و شناسایی کنیم و در درد هشیارانه باشیم تا ارتعاشاتمان قویتر شود و با شمعمان اطرافیانمان را کمک کنیم. نه اینکه با این نکات معنوی به سطح امن ذهنی برسیم و میخ‌همانیدگی‌ها، کار، تحصیل، خانواده و بچه را سفت کنیم. باید این نیرو را شمشیر کنیم برای تبدیل خودمان و جبران مالی و معنوی بیشتر به آقای شهبازی.

آقای شهبازی مال خودشان و جوانی شان را گذاشتند و هر روز روی خودشان کار کردند. ما با نورشان راهمان را پیدا کردیم. ما هم باید از همین جنس، به همین طریق، جبران کنیم. هم کار کنیم، جبران مالی کنیم، هم کار کنیم، جبران معنوی کنیم. نه اینکه به شیوه من ذهنی تماشاگر باشیم. باید این جبران تصاعدی بالا برود، نه اینکه در چارچوب و برنامه خاصی باشد.



خانم سمیه



به نام خدا

همره غم باش و با وحشت بساز  
می طلب در مرگ خود عمرِ دراز  
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۵

ما در قبر همانیدگی‌ها هستیم و حالتی که داریم زندگی نیست و هر لحظه با همانیده شدن با چیز جدیدی در این قبر ذهن پایین تر می‌رویم. از این رو هست که مولانا به ما می‌گوید که نسبت به تمام این مردگی‌ها و هویت‌های جعلی خویش بمیر. چرا که زندگی جاودانه تو در مرگت نسبت به این چیزهای فانی نهفته است.

و بدان که در این راه دچار درد و ترس می‌شوی، چرا که تا اکنون خودت را با این هویت‌های توهمی یکی می‌دانستی.  
با باز کردن فضای درونت و صبر و تسلیم دردت را هشیارانه کن و هر چیزی که فکر می‌کنی هستی را لا کن تا از پس آن به همان نه چیزی که در حقیقت هستی، بررسی.

جانهای مُرده، اندر گورِ تن  
بر جهد زآوازشان اندر کفن

گوید: این آواز، زآواها جداست  
زنده کردن، کارِ آواز خداست

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۰-۱۹۳۱

علت دردهایی که انسان‌ها دارند این است که در زیر گور همانیدگی‌ها مدفون شدند. زندگی جاودانه آن‌ها در رهایی از این گور است. برای رها شدن اگر قرین خود را عارفانی مثل مولانا انتخاب کنیم، در این صورت از آواز دل‌نشین آن‌ها پی به مردگی خویش می‌بریم و از گور همانیدگی‌ها بیرون می‌جهیم.

مولانا انسانهایی که در من‌ذهنی و در گور فکرها هستند را «اجزای لا» می‌نامد.



این نام خود بیانگر جایگاهی که انسان در من ذهنی برای خود درست کرده است، هست.

«اجزای لا» در حقیقت انسانهایی هستند که در من ذهنی و در فکرهای همانیده گرفتار آمده، فکر می کنند با من ذهنی خود وجود دارند و توهم من ذهنی را نمی شناسند.

ما باید بدانیم که من ذهنی بودن توهمی است و اگر ما با آن خودمان را یکی بدانیم همان «اجزای لا» یعنی «نیستی» هستیم. من ذهنی نیست هست نما است. درحالیکه که زندگی هستی واقعی است که ما با چشم ذهن آن را نمی توانیم، بینیم. اگر به ذهن بمیریم و از این گور من ذهنی خارج شویم با هستی اصیل و زندگی یکی می شویم و از این مردگی در من ذهنی نجات می یابیم.

نغمه های اندرون اولیا  
اولاً گوید که: ای اجزای لا  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۲۵

هین، ز لای نفی، سرها بر زنید  
زین خیال و وهم، سر بیرون کنید  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۲۶

پس ای کسانی که در من ذهنی و در توهمات همانیدگی ها اسیر شدید،  
تمام چهرهای دروغین خویش را ببینید نسبت به من ذهنی بمیرید تا این  
خیال و وهم را از روی چهره اصلی خود کنار بزنید.

که در حقیقت این من ذهنی فقط از حرکت سریع افکار بوجود می آید و نیست واقعی است.

حال باید دو نعره‌ای که مولانا در ابیات خویش به ما آموخته را برای انداختن همانیدگی‌ها یاد بگیریم و آن نعره‌ها را بزنیم.  
و آن نعره‌ها :

نعره لا ضیر و لا أحب الا فلین است

چرا که زمانی که ما متوجه هستی توهمی من ذهنی می شویم، ترس و وحشت از انداختن همانیدگی‌ها سراغ ما می آید که در این هنگام باید مثل ساحران داستان حضرت موسی بدانیم که همانیدگی‌های ما و من ذهنی ما ریسمان‌هایی بی جان هستند و اصل ما ازدهای حضور هست، که قادر مطلق است.

تمام همانیدگی‌های ما خواه ناخواه از بین خواهند رفت و به اصل و خدائیت ما هیچ آسیبی نخواهد رسید، بلکه ما با زنده شدن به خدائیت خویش از تمام آن چیزها با اعتدال زندگی بهره‌مند خواهیم شد.

نَعْرَهُ لَاضِيْرٌ بَرِّ گَرْدُونِ رَسِيْدِ  
هِيْنَ بَبْرُ كِهْ جَانِ ز جَانِ كَنْدَنِ رَهِيْدِ  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹

ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم  
از وِرايِ تَن، به یزدان می‌زییم  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰

پس ما از ورای این تنی که به اشتباه آن را خود گرفته‌ایم با خدا یکی هستیم پس هم اکنون مانند ابراهیم خلیل می‌شویم و وقتی می‌بینیم که همانیدگی‌ها مرتب به ما درد می‌دهند و همه آنها افول کننده و فانی هستند، نعره دیگری می‌زنیم و می‌گوییم که من اقلین را دوست ندارم و این دوست نداشتن به معنی کردن از آنها و زنده شدن به زندگی است.

آن که یک دم کم، دمی کامل بود  
نیست معبود خلیل، اقل بود  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۹

وآن که اقل باشد و، گه آن و این  
نیست دلبر، لا احب الالفین  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۰

سمیه



خانم افسانه از اصفهان



با درود خدمت جناب شهبازی و عزیزان گنج حضور

غزل ۵۹۹، برنامه ۸۳۵

امشب عجب است ای جان، گر خواب رهی یابد  
وان چشم کجا خسپد، کاو چون تو شهی یابد؟

غزل ۸۰۰، برنامه ۸۳۶

گر نخسبی ز تواضع شبکی، جان! چه شود؟  
ور نکوبی به درشتی در هجران چه شود؟



غزل ۹۴۷، برنامه ۸۳۷

مخسب شب که شب صد هزاران جان ارزد  
که شب ببخشد آن بدر بدره بی حد

در این سه غزل که جناب شهبازی به زیبایی تفسیر فرمودند، هر سه غزل مربوط به شب است.

منظور مولانا از شب همان من ذهنی است که انسان را در تاریکی فرو برده و هر فکر و عملی انجام دهد به درد و گرفتاری ختم خواهد شد. عینک غلطی که من ذهنی روی چشم انسان گذاشته، چشم انسان را کم سو کرده و نمی تواند درست ببیند یا به عبارتی نداند در این چند سال که در تن زندگی می کند، منظورش از آمدن به جهان چه بوده و با این ناآگاهی جسمش فرو بریزد و بمیرد بدون اینکه لحظه ای از خرد زندگی چشیده باشد.

در غزل اول مولانا می فرماید: برای انسان عجیب است، غیر طبیعی است که در ذهن بماند چون انسان از آمدن به جهان منظور دیگری داشته و به اشتباه خود را ذهن می داند. انسانی که متوجه شده من ذهنی نیست تلاش و کوشش می کند تا به اصل خود که امتداد خداست، زنده شود. در غزل دوم مولانا می فرماید: چه می شود اگر با فروتنی و تواضع، با کمال میل و پذیرش، ذهن را شناسایی کنی و هوشیاری را از آن بیرون بیاوری.

من ذهنی که قرار بود مدت کوتاهی با ما باشد ولی از روی ناگاهی سال های سال در ذهن گیر افتادیم، چه می شود، اگر فکر و عمل من ذهنی را شناسایی کرده و از طریق همانیدگی ها نبینی چون اینها تو را از خدا دور کرده و خدا نمی تواند به تو کمک کند.

در غزل سوم توضیح می دهد، شب، خواب هوشیاری در فکر و همانیدگی ها است، ولی میفرماید: شب ذهن را نباید خیلی بد بدانیم چون همین ذهن است که می تواند ما را بیدار کند.

من ذهنی و هوشیاری حضور خاصیتی است که خدا فقط در انسان ها قرار داده تا انسان ها بتوانند به تکامل برسند. به نظر می رسد من ذهنی کارهایی در راستای نابودی و تخریب خود می کند تا به تکامل که همان هوشیاری حضور است، برسد.

در جمادات، نباتات و حیوانات این خاصیت وجود ندارد. تنها انسان است که از درجه من ذهنی می تواند به هوشیاری تکامل یافته برسد. پس من ذهنی را ناسزا نگوییم، چون این طرحی بوده که خدا برای بیداری انسانها گذاشته؛ آگاه بودن از این موضوع صبر و پذیرش ما را بالا می برد.

بسیار بسیار خوشحالم که با برنامه گنج حضور، کودکان عشق این شب را کوتاه کردند و نسلی در حال پرورش است که با آگاهی از من ذهنی دنیایی پر از عشق و محبت واقعی خواهند ساخت.  
راهی پر از بلاست ولی عشق پیشواست.

با سپاس فراوان

افسانه، اصفهان



خانم زهرا سلامتی از زاهدان



با درود و سپاس بر تمامی کائنات عالم هستی و آقای شهبازی نازنین.

برنامه ۷۷۱ ، غزل ۲۰

"در قالب شکر و سپاسگزاری از نیرو و خرد زندگی"

✨ بنام خداوند عشق ✨

چندانک که خواهی جنگ کن یا گرم کن تهدید را  
می‌دان که دود گولخن هرگز نیاید بر سما

بارالها : می دانم که طرح زندگی تو این است که من ذهنی در مرکز من شکل بگیرد که با ایجاد درد نتوانم آنرا تحمل کنم و این سوال در من به وجود بیاید، که تا کی می خواهی به درد کشیدن ادامه دهی؟؟

چرا که این مسیری که انتخاب کرده ام، خیلی سخت است و دشوار و با جنگ و تهدید همراه است.

و من از این ضربان تکاملی زندگی نا آگاه بودم و به افزودن دردها در مرکزم ادامه می دادم و آنها را به خارپشت بزرگی تبدیل کرده و به هر طرف که نگاه می کردم، درد می دیدم و الگوهای درد و واکنش نشان دادن به آنها.



و روح و روان خود را با هر یک از تیغ های این خارپشت زخمی کرده و غافل از این بودم که انرژی زنده زندگی را در دردهایم سرمایه گذاری می کنم.

و آسمان درونم را بسته نگه داشته ام، تا اینکه به این سوال تو پاسخ دادم. که تا کی می خواهی به این روند ادامه دهی ؟

با اطاعت از فرمان تو در این مسیر گام برداشتم و شروع به شناسایی کردم که من امتداد تو هستم و دارای خاصیت های تو که همان بی نهایت و ابدیت است، می باشم و می توانم به صورت یک آسمان بزرگ گشوده شوم.

و پی بردم که شاه کلید این راه صبر است و تدبیر. صبوری پیشه کردم و اجازه دادم تا دم تو همراه با صبر در من دمیده شود و در وجودم جاری گردد. صبوری که مرا به نهایت اوج وحدت به تو رساند که آهسته آهسته ثمره و نتیجه آن را که همان حضور ناظر تو است در زندگی ام جا باز کرد و مرا همنشین تو ساخت.

فرمود رب العالمین: با صابران همنشین  
ای همنشین صابران افرغ علینا صبرنا

❧ حال شکر و سپاس از خداوند مهربانی که: با دم خود مرا شفا بخشید که می توانم در آسمان لایتنایم همگان را همانگونه که هستند قرار دهم.

❧ و شکر و سپاس از خداوند مهربانی که: دود حاصل از دردهایم نمی توانند به آسمان درونم دسترسی داشته باشند و ایجاد درد کنند.

❧ و شکر و سپاس از خداوند مهربانی که: انرژی ذخیره شده در دردهایم تبدیل به فضا گشایی گردیده است.

❧ و شکر و سپاس از خداوند مهربانی که: اگر یک لحظه دود حاصل از دردها در من رسوخ کنند من با نیروی شناسایی و حضور ناظر قوی می توانم آسمان درونم را از آن بیرون بیاورم.

❧ و شکر و سپاس از خداوند مهربانی که: دیگر به جنگ و جدال با خودم و دیگران به عنوان یک من ذهنی ادامه نمی دهم، چرا که این خود آزاریست و مانند ستیزه کردن با نقش های گرمابه است.

❧ و شکر و سپاس از خداوند مهربانی که: دیگر با مقاومت و عدم پذیرش و تسلیم نیرو و خرد زندگی را مورد توهین قرار نمی دهم، چرا که این کار، باعث کوچک و منقبض شدنم، می گردد.

❧ حال می آموزم که: مانند گذشتگان در دیگ من ذهنی نجوشم. چرا که مرا به تب و تاب می اندازد و تنها راه چاره آن رضا و پذیرش اتفاق این لحظه می باشد.

❧ و می آموزم که: به دردها و الگوهای دردزا اجازه فعالیت ندهم که تا بتوانند هوشیاری مرا کاهش داده و خارپشت من ذهنی با حيله گری هایش از من انرژی دریافت کند.

❧ و می آموزم که: خارپشت یا همان فضای درد از غفلت من استفاده می کند، پس من کاملاً حاضر و ناظر بر اعمال و رفتارم می باشم که خودم را به خارهایش نزنم، تا نه برای خودم و نه برای دیگران درد ایجاد نشود.

❧ و می آموزم که: برای رهایی از این من ذهنی بدقیافه بایستی صبر و تدبیر همراه با فضا گشایی داشته باشم و عجله نکنم.

❧ و می آموزم که: بلا و قضا خواهد آمد و فضا تنگ خواهد شد چرا که زندگی هم هویت شدگی هایم را آماج تیرهای خود قرار می دهد. پس من ساکن و ریشه دار و بدون واکنش فضا را باز می کنم و خشنود خواهم بود.

❧ و در نتیجه: اگر من درست به آموزه های مولانای عزیز گوش داده باشم و قانون قضا و قدر و کن فکان و داستان خارپشت و دم ایزدی و فضا گشایی و صبر را در زندگی ام پیاده کنم. خداوند از درونم بسته های خرد و شادی و برکات خود را نثارم می گرداند.

پیش از تو خامان دگر، در جوش این دیگ جهان  
بس بر طپیدند و نشد، درمان نبود الا رضا

بر خار پشت هر بلا خودرا مزن تو هم ، هلا  
ساکن نشین این ورد خوان جاء القضا ضاق الفضا

رفتم به وادی دگر، باقی تو فرما ای پدر  
مر صابران را می‌رسان هر دم سلام نو ز ما

❧ و در پایان: وقتی که خرد بی منتهای کائنات سرگرم کار است، زندگی  
شخصی کوچک من زهرا را هم اداره می‌کند.

ای ز غم مرده که دست از نان تهیست  
چون غفور است و رحیم این ترس چیست ؟  
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷

پر انرژی و سالم بمانید .  
خیلی ممنون، خدانگهدار شما.


زهرا سلامتی از زاهدان.





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)