



پیغام عشق

قسمت سبب و نودم





خانم سرور از گلستان



با سلام شرح ابیاتی با موضوع «انصتوا» سکوت و خاموشی ذهن.  
 انصتوا یا خاموش باشید به معنی خاموش کردن ذهن است، فرمانی است که از جانب خداوند به ما رسیده و به ما می‌گوید ذهنت را خاموش کن، تا من حرف بزنم، ولی ما نمی‌توانیم ذهن مان را خاموش کنیم مدام از این فکر به آن فکر می‌پریم و ذهن ما دائماً فعال است. برای خاموش کردن ذهن باید مرتب ناظر ذهن باشیم و اطراف اتفاقات فضاگشایی کنیم تا سکوت ذهن را تجربه کنیم. با نظارت بر ذهن می‌توانیم ببینیم ذهن ما چه فکرهایی می‌کند و چه دردهایی به ما می‌دهد، چون «ذهن من دار» جز درد چیزی دیگری برای ما ندارد. سکوت یعنی خاموشی ذهن، نزدیک‌ترین حالت ما به خداوند است. در هیچ حالتی، بهتر از حالت سکوت شبیه به اصل خودمان و خداوند نیستیم، سکوت یعنی اتفاق این لحظه در ذهن ما هیاهو ایجاد نمی‌کند چون ما به اتفاق این لحظه توجه نمی‌کنیم، بلکه به سکون و سکوت اطراف آن و فضای در برگیرنده‌اش توجه می‌کنیم. خاموش کردن ذهن بهترین تمرین معنوی است.

پس شما خاموش باشید انصتوا  
 تا زبانتان من شوم در گفتگو

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

خداوند فرمان داده است: ای انسان‌ها خاموش باشید، ذهنتان را خاموش کنید و فرمان آنصتوا (خاموش باشید) را به اجرا درآورید، تا من در گفتگو زبان شما شوم. فقط تسلیم کامل و نظارت بر ذهن است که ذهن را خاموش می‌کند. زمانی که ذهن خاموش است، خرد زندگی به فکر و عمل ما می‌ریزد و زندگی ما را سامان می‌بخشد.

چون تو گوشتی، او زبان، نی جنس تو  
گوشتها را حق بفرمود: آنصتوا

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲

چون در من ذهنی از فکری به فکر دیگر پریده و در مرحله گوش یعنی شنیدن هستی، پس فقط گوش بده، انسان کامل و زنده شده به خدا که مرکزش عدم است در مرتبه زبان است، شما هم جنس هم نیستید، پس ذهن را خاموش کرده و سکوت کن، فرمان خداوند این است: تا زمانی که من ذهنی داری خاموش باش و فرمان آنصتوا را اجرا کن، اجازه بده خداوند حرف بزند.

أَنْصِتُوا رَا غُوشِ كُنْ، خَامُوشِ بَاشِ  
چونَ زبَانِ حَقِ نَكْشَتِي، گُوشِ بَاشِ

-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶  
فرمان «انصتوا»، خاموش باش را گوش بده و ذهنت را خاموش کن، تا زمانیکه فضای درون به اندازه کافی باز نشده و خداوند از آن زمینه حضور، از طریق تو سخن نمی گوید در مرحله گوش یعنی شنیدن باش.

پیشِ بِنَا شَدِ خَمُوشِي نَفَعُ تُو  
بِهَرِ اَیْنِ اَمَدِ خَطَابِ اَنْصِتُوا

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۷۲  
در حضور بِنَا، کسی که به بی نهایت خداوند زنده شده، به نفع توست که خاموش باشی، بِنَا ترین بینایان خداوند است، به همین دلیل فرمان اَنْصِتُوا (خاموش باشید) آمده است، تا فرمان انصتوا را اجرا نکنی نمی توانی به خدا زنده شوی.

انصتوا بپذیر، تا بر جان تو  
آید از جانان جزای انصتوا

–مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶  
فرمان انصتوا(خاموش باش) را بپذیر، ذهنت را خاموش کن تا از جانان، خدا، پاداش خاموشی ذهن وارد چهار  
بعدت (جسم، فکر، هیجانات و جان جسمی ات) شود، پاداشش، زنده شدن به خداست، پس تا می توانیم باید  
ناظر ذهن مان باشیم، مقاومت و قضاوت نکنیم، اتفاقات را بپذیریم و فضا را در اطراف اتفاقات بگشاییم.

این سگان گراند ز امر انصتوا  
از سَفَه، وع وع کنان بر بدر تو

–مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۶۶  
این سگان، من های ذهنی، از شنیدن حکم و فرمان انصتوا(خاموش باشید) کر و ناشنوا هستند یعنی خاموش  
باشید را نمی شنوند، در نتیجه از روی نادانی و بی خردی، من های ذهنی، مرتب بر علیه ماه زندگی، خداوند،  
«عوعو» می کنند.

یعنی از این فکر به آن فکر می‌پرند و اجازه نمی‌دهند بدر، ماه شب چهارده که همان خداوند است، در آنها طلوع کند و آنها را به خودش زنده نماید.

أَنْصَتُوا یعنی که آبت را به لاغ  
هین تلف کم کن، که لب خشک است باغ

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹  
-انصتوا: خاموش باشید.

-لاغ: هزل؛ شوخی؛ در این جا به معنی بیهوده است.  
«خاموش باش»، ذهنت را خاموش کن، تو نباید آب حیات، انرژی زنده زندگی را، بیهوده تلف کنی، باغ وجودت، بیرون و درونت خشکیده است. آسمان درونت بسته شده، در بیرون چهار بعدت، (جسم، ذهن، هیجان، جان)، روابط و اوضاع زندگی ات خراب است، پس فقط روی خودت تمرکز کن و به دیگران کار نداشته باش.  
♦ برگرفته از برنامه‌های گنج حضور

-با احترام سرور از گلستان



خانم نصرت از سنندج





با سلام  
 ای زندگی و ای خود من...می خواهد «می» از زبانم جاری شود...قبلاً با شرط و شروط جاری می کردم، و ذهنم را واسطه می کردم ابیات را انتخاب می کردم عظیم می گفت: چنان بنویس که جدید و یکتا باشد. من ذهنی می گفت آن چنان بنویس، که خودت را نشان بدهی!. ولی انگار این لحظه از پری چالاک شده است ذهنم گفت اینچنین بنویس...می گویند چه متکبر!!...عشق گفت بنویس...سخن عشق را پذیرفتم و نوشتم:

جنبش جان کی کند صورت گرمابه‌ای؟  
 صف شکنی کی کند اسبِ گدا غازی؟

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳

با خود گفتیم؛ تو هنوز صورت گرمابه هستی و نتوانستی خودت را آشکار کنی؟ چرا مدعی هستی؟

چرخ تن دل سیاه، پر شود از نورِ ماه  
گر کند آن آفتاب مرحمت آغازی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳  
در این لحظه بودم صدای تیک تیک ساعت و بدون فکر...ولی بودم...فرمان بدست من ذهنی ام نبود چون من ناظرش بودم.

مُطْرِبٌ و سُرْنَا و دَف، باده پر آورده کف  
هر نفسی زان لَطَف، آرد غمازی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳  
لحظاتی بودم، و من ذهنی ام تمایلی به حرف زدن نداشت!...اصلا دیگر نمی دیدمش!...یعنی نبود...دقایقی قبل داستانهای گذشته و تمرکز روی دیگران و بزرگ پنداری میکرد! و البته من نگاهش می کردم و کاری باهاش نداشتیم.

یار در آخر زمان کرد طَرَبِ سازی  
باطنِ او جدِ جد، ظاهر او بازی

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۰۳  
من ذهنی باور کرده بود که جد نیست و مدتی محو شده بود!... من آن بودم که نَفَس می کشید و صداهای اطراف را می شنید و ساکت بود. و او جدِ جد است.

پس بنه بر جای هر دم را عَوْض  
تا زِ واسجدِ واقترِبِ یابی غَرَض

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۷  
او می خواهد ما او را جد بگیریم تا بیشتر خود را از زیر پوشش من ذهنی و دیدهای او، نشان دهد!... می خواهد بدانیم ما او هستیم، تا طرب در ما آغاز شود. هر لحظه باید خواسته او را تکرار کنیم، تا بیشتر خودش را به ما نشان دهد تا بتواند خود را از طریق ما بیان کند.

لیک حاضر باش در خود ای فتی  
تا به خانه او بیابد مر تو را

ور نه خلعت را برد او باز پس  
که نیابیدم به خانه ش هیچکس

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۱۶۴۳ تا ۱۶۴۴

مولانای مهربان به ما میگوید...ای جوان، ای کسی که در اول راه معنوی هستی در حضور هستی..با ذهن در جستجوی آن نباش! این لحظه خانه‌ایست که من و او با هم ملاقات می‌کنیم...این لحظات را زیاد کن!..البته بدان که تو نمی‌توانی به ملاقات من بیایی...، چون تو می‌خواهی با ذهن بیایی. من زمانی تو را به خانه دعوت می‌کنم که بگویی دیگر خانه‌ای ندارم و هیچ جا قرار نمی‌دارم و آنگاه در خانه اصلی‌ات قرار می‌گیری. پس با خودت و دیگران و اتفاقات بسیار فضاگشایی کن! و اینچنین به من می‌گویی که؛ فقط در خانه اصلی‌ات، و در آغوش من آرام و قرار می‌گیری.

گفت فلیبکوا کثیراً گوش دار  
تا بریزد شیر فضلِ کردگار

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۷

جز خضوع و بندگی و اضطرار  
اندرین حضرت ندارد اعتبار

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳

با تشکر، نصرت از سنندج



خانم فریده از هلند



برگرفته از برنامه گنج حضور  
برنامه ۸۷۴ موضوع: گرمنا و کوثر

«گرمنا» به بزرگداشت مقام انسان، و «کوثر» به بی‌نهایت فراوانی زندگی اشاره می‌کند. خداوند بی‌نهایت است و می‌خواهد این بی‌نهایت خودش را در انسان، یعنی در همه انسان‌ها، زنده کند. انسان هم خواص حیوان را دارد و هم خواص فرشته؛ یعنی یک فرم دارد و در اصل انکار فرم است. این که در بین تمام آفریدگان، انسان اولین باشنده‌ای است که می‌تواند هشیارانه به بی‌نهایت و ابدیت زندگی تبدیل شود، مقام بزرگی است، مقام «گرمنا» است.

میل و ضربان تکاملی زندگی این است که من ذهنی، کشت ثانویه، را پس بزند و خودش در ما رشد کند. ما به عنوان من ذهنی مقاومت می‌کنیم و درد می‌کشیم. علت درد کشیدن‌های ما همین است. «گرمنا» یعنی ما با شاه زندگی یکی هستیم، هشیارانه خود را شناسایی می‌کنیم و علاقه، حرص و نیازمندی ما به جهان و هم هویت شدگیها قطع می‌شود.

وقتی این چنین شود، ما بی‌نهایت فراوانی و «کوثر» زندگی را تجربه می‌کنیم. هر چه بیشتر به بی‌نهایت زندگی زنده می‌شویم، فراوانی و روا داشت را عمیق‌تر تجربه می‌کنیم. تمام برکات زندگی را برای خود و دیگران روا می‌داریم، این «کوثر» است. «کمال طلبی»، حرص و نیازمندی به جهان محدود است، در واقع کل من‌ذهنی، دید محدودیت است، کمیابی اندیشی است، نه فراوانی «کوثر». این دید محدودیت مانع از پخش برکات زندگی در این جهان و برخورداری ما و دیگران می‌شود؛ ایجاد مقایسه و حسادت می‌کند.

«کرمنا» و «کوثر» اندازه‌گیری با خط کش ذهن را فلج می‌کند، در بی‌نهایت، اندازه‌گیری معنی ندارد؛ و بی‌نهایت زندگی برای همه انسان‌ها هست. طرح زندگی برای انسان یک طرح عالی است، ما با ذهن خود آن را خراب می‌کنیم. اگر عنایت زندگی در شستشوی خرابکاری‌های ما و آثار آنها نبود، خودمان را نابود کرده بودیم.

— با تشکر فریده از هلند 





خانم سمانه



خلاصه شرح غزل شماره ۳۹ دیوان شمس، موضوع برنامه ۸۷۳ گنج حضور

آه که آن صدرِ سرا، می‌دهد بار، مرا  
می‌نکند محرمِ جان، محرمِ اسرار، مرا

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹

—\*صدر سرا: سرور و خواجه خانه

—\*بار: اجازه ورود و درآمدن پیش کسی

دریغ و افسوس که آن صدر سرا خدایی که صاحب اختیار، سرور، هسته مرکزی و اصل من است، مرا به بارگاه و حضورش راه نمی‌دهد؛ یعنی به من اجازه یکی شدن با خودش را نمی‌دهد چرا که من به عنوان امتداد او، پس از آمدن به این جهان از طریق همانیده شدن با چیزهای این جهانی از جنس جسم شدم و از طریق آنها می‌بینم، و تا زمانی که هشیارانه مرکز خودم را با فضاگشایی‌های پی‌درپی عدم نکنم به همان هشیاری خالص اولیه تبدیل نخواهم شد و او مرا به آستانش نمی‌پذیرد؛ او محرم جان و عین جان من است اما مرا محرم اسرار خود نمی‌داند؛ چراکه از او جدا شده‌ام و فقط اسرار همانیدگی‌های مرکزم را می‌دانم.

نَغْزِي وَ خُوبِيٍّ وَ فَرَشِ، أَتَشِ تِيْزَ نَظْرَشِ  
 پَرَسَشِ هَمچُونِ شِكْرَشِ، كَرْدَ گَرَفْتَارِ مَرَا

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹  
 زیبایی و نیکی زندگی، اصل و ذات ما، شکوه‌مندی و تابش زنده کننده معشوق، و همچنین نگاه نافذ و توجه  
 آتشین او که قدرت آفرینندگی داشته و هر لحظه با به وجود آوردن یک اتفاق از ما یک پرسش شکرین و  
 اساسی می‌پرسد، مرا گرفتار کرده است. پرسش شکرین او این است: ای انسان، تو کیستی؟! آیا من ذهنی، از  
 جنس مقاومت، قضاوت و درد هستی یا امتداد من، از جنس فضای گشوده شده و عدم هستی؟! پاسخی که به  
 اتفاق این لحظه می‌دهم، فضاگشایی یا فضا‌بندی، جنس مرا تعیین می‌کند و پاسخ این پرسش است.

گفت مرا: «مهر تو کو؟! رنگ تو کو؟! فر تو کو?!»  
 رنگ کجا ماند و بو، ساعت دیدار مرا؟!!

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹

اما او به من گفت: اگر تو از جنس من هستی، پس مهر و عشق تو کو؟ تو که هنوز به مرتبه عاشقی نرسیده و با من یکی نشده‌ای، رنگ و شکوه تو کجاست؟ رنگ اصل تو که بی‌رنگی ست من هستم و فرّ من زنده کننده و تمییز دهنده است. مگر ممکن است که هنگام دیدار معشوق، خداوند، رنگ و بو، آثار من‌ذهنی و همانیدگی‌ها برجای بماند؟! هنوز با عینک رنگ‌ها و همانیدگی‌های مرکزت می‌بینی و شکوه تو به شوکت همانیدگی‌های مرکزت بستگی دارد و از آن‌ها زندگی می‌خواهی. آن برکتی که به جهان، کائنات و چهار بعد خودت می‌تابانی باید با فرّ من باشد. یعنی باید به زندگی زنده باشی و زندگی را در دیگران به ارتعاش درآوری.

غرقة جوی گرمم، بنده آن صبحدمم  
 کآن گل خوش بوی کشد جانب گلزار، مرا

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹

—\*جوی گرم: یعنی گرم و بزرگواری و بخشندگی که مانند جویبار سرشار و جاری است.  
 —\*گلزار: در این جا مراد عالم قدس الهی است.

منم غریق جویبار گرم، بخشش، لطف و عنایت زندگی، که دائماً جاری ست، و اگر مقاومت نکنم از من می‌گذرد.  
منم بنده آن بامداد، زمان بین تاریکی و روشنایی، این لحظه ابدی، که در آن از جنس زندگی و خرد آن هستم. و  
آن گل خوش بو، فضای گشوده شده، مرا به سوی گلزار یکتایی می‌کشاند.

هر که به جوبار بود، جامه بر او بار بود  
چند زیان است و گران، خرقة و دستار مرا!

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹

—\*خرقه: جامه صوفیان و درویشان.

—\*دستار: پارچه‌ای که دور سر می‌بندند.

هر کس با لباس همانیدگی‌ها وارد جویبار لطف و گرم و زیبایی و فر ایزدی شود، لباسش خیس شده و این  
خیسی سبب سنگینی لباس او می‌شود، در این حالت خرقة و دستار خیس که نماد عقل من ذهنی است زیان بار  
و زحمت افزاست. وقتی انسان با من ذهنی در جوی گرم خداوند می‌خواهد در حقیقت زندگی زنده این لحظه را در  
همانیدگی‌ها سرمایه گذاری کرده و آب زنده کننده حیات را هدر می‌دهد.

مُلکَت و اسبابِ گزین، ماهِ رُخانِ شگرین  
هست به معنی، چو بود یارِ وفادارِ مرا

–مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹  
–\*ملکت: پادشاهی، –\*اسباب: جمع سبب، –\*ماه رُخان: زیبا رویان، –\*شگرین: شیرین و مطبوع از جنس شگر.

اگر یار وفادار من، خداوند، هر لحظه با من باشد، یعنی فضای درون من باز باشد، پادشاهی و اسبابی گزیده و خوب که انتخاب زندگی ست، و همچنین مصاحبت با زیبارویان شیرین، قرین‌های زنده شده به زندگی، چه در بیرونم و چه در اندرون من حاصل می‌گردد.

دستگه و پیشه تو را، دانش و اندیشه تو را  
شیر تو را، پیشه تو را، آهوی تاتار مرا

–مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹  
–\*دستگه: دستگاه؛ قدرت و جمعیت؛ شکوه و جلال.  
–\*آهوی تاتار: آهویی که از نافه او مشکِ دلاویز به دست آرند.

معشوق حقیقی، پروردگار عالم، زندگی لطیف که به منزلهٔ آهوی تاتار دشت جهان هستی است، مال من باشد، حکومت، قدرت، اندیشه و دانش من ذهنی مال تو. هم پیشه مال تو باشد و هم شیر پیشه و تمام همانیدگی‌های دنیا از آن تو؛ [من نمی‌خواهم من ذهنی و آلودهٔ قدرت شوم. من به عنوان امتداد خدا، قدرت پرست و دانش ذهنی پرست نیستم. نمی‌خواهم از من ذهنی بیندیشم و آن اندیشه مورد توجه مردم باشد. من اندیشهٔ خداوند را می‌خواهم، من می‌خواهم او از طریق من فکر و عمل کند.]

نیست گُند، هست گُند، بی‌دل و بی‌دست گُند  
باده دهد، مست گُند، ساقی خمار مرا

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹

—\*بی‌دل: عاشق؛ فقیر و مفلس  
—\*بی‌دست: بی‌قدرت؛ فقیر و ناتوان

ساقی خمار، زندگی و خود خدا، این لحظه طرحش بدین ترتیب است که من را نسبت به من ذهنی نیست می‌کند، و سپس به خودش زنده یا هست می‌کند و آن دل مادی مرا که تا به حال مرکز بوده است، از بین برده و بی‌دست و بی‌ابزار و بی‌قدرت می‌کند؛ به طوری که با ذهن و عقل فعلی‌ام دخالت، اظهار نظر و مقاومت نکنم. پس از مدتی فضاگشایی به من باده عشق، شادی بی‌سبب، می‌نوشاند و مستم می‌کند.

ای دل قلاش مکن، فتنه و پرخاش مکن  
شهره مکن، فاش مکن، بر سر بازار، مرا

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹

—\*قلاش: حيله گر؛ فقير؛ باده پرست  
ای من ذهنی و ای مرکز همانیده، حيله گری، فتنه و آشوب برپا مکن، عکس العمل نشان نده و مرا رسوای عام و خاص مکن، و زیر بار تحسین و تأیید مردم نرو. [به محض این که دل حيله گر عنان و اختیار ما را به دست می‌گیرد، الگوهای در ذهن وجود دارد که به مرکز ما آمده و از همین حضور به دست آمده هم سوء استفاده می‌کند. می‌خواهد خودش را مهم نشان داده، تا همه مردم او را بشناسند.]



گر شکند پند مرا، زفت کند بند مرا،  
بر طمع ساختن یارِ خریدار، مرا

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹  
اگر مرکز مادی من در حالی که لحظه به لحظه فضاگشایی می کنم، پند مرا نشنود و دید مرا عوض کند، ارزیابی از خودم بالا می رود و می گویم همه این کارها را خودم کرده ام. چنین حالتی زنجیر گرفتاری و ماندن در دردها را برایم محکم تر می کند. من ذهنی به طمع این که خریدار پیدا کند، تا برایش دست بزنند، تأییدش کند و یک چیزی به او بدهند، پند مرا نشنیده می گیرد.

بیش مزن دم ز دوی، دو دو مگو چون تنوی  
اصل سبب را بطلب، بس شد از آثار، مرا

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۹

–\*اصل سبب را بطلب: غیر حق را نبین و در علل و اسباب ظاهری مات و زمین گیر مشو، بل به سوی مسَبَبُ الْأَسْبَابِ روی کن.

بیش از این مانند ثنویان، براساس دویی من ذهنی، سخن مگو، در جهان ذهن که تار و پودش از علل و اسباب تنیده شده و اتفاق این لحظه را سبب می داند، فقط اصل سبب، مسبب الاسباب را طلب کن. خدا یا زندگی، در زمینه هشیاری آثاری دارد که برای من کافی ست. هرچه که به ذهن می توان دید مانند جسم، فکر، هیجانات، و جان جسمی آثار اوست.

–با تشکر سمانه



خانم فرح از شهر اندیشه تهران



با سلام  
بیتی مراقبه‌ای برای هر لحظه از بودنمان:

هین قم اللیل که شمعی ای همام  
شمع اندر شب بود اندر قیام

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۵۶  
-همام = بزرگوار

این بیت دارد به ما می گوید، در شب ذهن و همانیدگیها، سعی کن کم کم، از حالت همانیدگی به سمت واهمانش، یعنی صبح حضور بروی، و این با فضاگشایی مداوم و مکرر در هر دم و بازدم و نگاه کردن به اتفاقها و گوش دادن به آنها رخ می دهد. و کم کم درصد صبح حضورمان بالاتر می رود یعنی در، شصت دقیقه، اگر قبلاً ده دقیقه، تمییز ده و شناسا بودیم، با مداومت در شناسایی و تمرین، این ده دقیقه بیشتر و بیشتر می شود و ناگهان تمام شصت دقیقه ما را، حضور و صبح پوشش می دهد، و از حال لرزان همانیدگیها به ثبات حضور و شادی بی سبب می رویم. در شش ضلعی که زاویه اولش، الست می باشد، نقطه شروع هر لحظه دم و بازدم مان باشد یعنی خود را، ناظر در آن نقطه بینیم، و مرتب در هر نفس کشیدنمان به زندگی بله بگوییم.

این تمرین برای من خیلی مفید است و مرا از قضاوت و مقاومت دور نگه می‌دارد، چون بدون توجه کردن به اتفاق، تمام توجهم را به نفس‌های توأم با بلی بلی گفتن به این لحظه پیش می‌برم، بقیهٔ زوایای شش ضلعی یعنی: قضا، جف القلم برایم عالی رقم می‌خورد و چون مدام در حال سجده و تسلیم به سر می‌برم، خاموشی و انصتوا نیز خود به خود جاریست و کرامت و فراوانی زندگی مرا می‌گیرد.


پس هر لحظه بلی گفتن با فضاگشایی مستمر و تسلیم و پرهیز و شکر و صبر و رضایت به بودنمان و هرچه هست، درصد بودنمان را در این لحظه را بالا می‌برد و ما ناظری هستیم مراقب و شاد و ایمن و قدرتمند و هدایت شده، برخوردار از خرد این لحظه.

شاد باشید، فرح هستیم از شهر اندیشه تهران



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)**