



پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد و ششم





خلاصه غزل ۲۲۲ دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۸۸ گنج حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

رویم و خانه بگیریم پهلوی دریا

که داد اوست جواهر، که خوی اوست سخا

[مولانا توصیه می‌کند] برویم و خانه‌ای پهلوی دریا بگیریم، برای این که بخشش دریا جواهر و در است و خوی دریا هم بخشش و سخاوت‌مندی است. [دریا نماد بی‌نهایت خداوند و زندگی است و تمثیل دریا به زندگی و خداوند برای این است که دریا بسیار وسیع است و در اعماق خود جواهر را که نماد شادی بی‌سبب، حس امنیت، خلاقیت، عشق، هدایت و قدرت است، دارد و این‌ها خاصیت‌هایی است که ما در زندگی لازم داریم].

نکته ۱: مولانا با این بیت به ما پیشنهاد می‌کند بررسی کنیم که الان کجا زندگی می‌کنیم، آن‌جا چه خاصیتی دارد و باید به کجا برویم؟ در پاسخ باید گفت ما در ذهن همانیده‌ای زندگی می‌کنیم که زندگی را از خداوند می‌گیرد و تبدیل به درد، کارافزایی، مسئله، مانع و دشمن کرده و رنجش، خشم، کینه، حسادت، تنگ‌نظری و خراب‌کاری را بین مردم پخش می‌کند، اما اشتباهاتش را گردن دیگران می‌اندازد. این وضعیت نه برای فرد و نه جمع قابل ادامه نیست. برای همین مولانا جمع می‌بندد و می‌گوید: «رویم و خانه بگیریم.»

نکته ۲: اگرچه کوچ کردن سخت است و نسبت به آن مقاومت وجود دارد، ولی بالاخره ما باید خود را متقاعد کنیم که هرکدامان از فضای همانیده و تنگ ذهن به فضای گشوده‌شده برویم. هر کسی خودش مسئولیت این رفتن را به عهده دارد و نباید بگوید دیگران هم بیایند.



نکته ۳: مولانا نمی گوید: «بروید در دریا زندگی کنید»، بلکه می گوید: «بروید پهلوی دریا، یعنی با خشکی هم کار دارید.» پس ما دریا را می بینیم، درعین حال به خشکی هم که تمثیل این جهان است از طریق ذهنمان نگاه می کنیم و چون پهلوی دریا هستیم در ذهنمان منیت و من نداریم.

نکته ۴: شرط لازم برای پهلوی دریا رفتن و آن جا زندگی کردن، عبارت از متعهد شدن به مرکز عدم، فضاگشایی پی در پی و مقاومت را کم کردن است. درواقع وقتی منبسط می شویم، نزدیک دریا هستیم.

نکته ۵: ما از جنس خداییم، پس خوی بخشندگی داریم و به اندازه‌ای که فضاگشایی می کنیم، می توانیم جواهراتی مانند شادی بی سبب، خرد، خلاقیت، آرامش، لطافت، بخشش و رواداشت را بین مردم پخش کنیم.

نکته ۶: جواهردهی و بخشندگی خداوند حد و حساب ندارد و خوی او دائماً بخشیدن است. اگر ما نمی گیریم، یعنی نمی خواهیم از خداوند جواهر بگیریم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

بدان که صحبت جان را همی کند هم‌رنگ

ز صحبت فلک آمد ستاره خوش‌سیما

ای انسان، باید بدانی که صحبت یا همنشینی با فضای گشوده‌شده، جانت را هم‌رنگ آن فضا می کند. ستاره که در آسمان این قدر زیبا می درخشد و دیده می شود، به خاطر آن است که همنشین آسمان شده است.

نکته ۱: ما هم که ستاره هستیم باید همنشین فضای گشوده‌شده شویم، نه این که از دریای یکتایی و از خداوند دور شده و هر لحظه یک همانیدگی و درد را تجربه کنیم.

نکته ۲: از عوامل عمده‌ای که نمی گذارد ما پهلوی دریا خانه بگیریم، قرین شدن با من‌های ذهنی دیگر است که ما را به فضای همانیده هل می دهند. به بیان مولانا تنهایی خیلی بهتر از این است که ما محتاج دوستی من‌های ذهنی شویم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

نه تن به صحبتِ جان، خوب‌روی و خوش‌فعل است؟

چه می‌شود تنِ مسکینِ چو شد ز جان عذرا؟

*عذرا: دوشیزه، باکره، در این جا به معنی تنها و جدا

تنِ انسان به علتِ قران بودن یا همنشینی با جان و روح، زیبا و خوش‌عمل است، یعنی چون روح در آن است، خوب فکر و عمل می‌کند و زیباست. اما وقتی بمیرد دیگر نمی‌تواند زیبا و خوش‌فعل باشد و کاری از او بر نمی‌آید.

نکته ۱: ما ابتدا باید خودمان را قرینِ کسانی مانند مولانا کنیم تا به کمک آن‌ها پهلوی دریا برویم. اگر نمی‌توانیم این کار را بکنیم، باید مدام فضاگشایی کنیم تا پهلوی دریا رفتن میسر شود.

نکته ۲: مهم است که با مراقبه این بیداری در ما به وجود آید و بفهمیم الان در چه وضعی هستیم، چه عواملی نمی‌گذارند فضاگشایی کنیم، از چه چیزهایی زندگی می‌خواهیم و آیا می‌توانند به ما بدهند؟ خواهیم دید که با انجام مراقبه، عدم مقایسه خود با دیگران، مشورت نگرفتن از آن‌ها و خواندن ابیات، معجزه خدا رخ می‌دهد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

چو دستِ مُتصلِ توست، بس هنر دارد

چو شد ز جسمِ جدا، اوفتاد اندر پا

وقتی دستت متصل به بدن توست، هنرهای زیادی دارد، مثلاً می‌نویسی، ساز می‌زنی و کارهای زیادی می‌کنی. اما وقتی از جسمت جدا شود از کار می‌افتد.



نکته: مولانا با این بیت اشاره دارد به این که بدن و روح ما وقتی کنار دریای گشوده شده است، به خدا وصل است و هزار هنر دارد، ولی اگر جدا گردد، می شود من ذهنی که کاری از آن بر نمی آید، خوش فعل و خوش فکر نیست و با پندار کمال، ناموس و درد به جای آبادانی، خرابکاری می کند و گردن دیگران می اندازد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

کجاست آن هنر تو؟ نه که همان دستی؟

نه این زمان فراق است و آن زمان لقا؟

[حال که از بدن جدا شده ای] مگر همان دست نیستی؟ پس هنر تو کجا رفت؟ آیا این جدایی زمان فراق نیست؟ و هنگامی که به بدن وصل بودی زمان لقا نبود؟

نکته: ما نیز موقعی که همانیده شدیم و کارها را به دست من ذهنی و عقل جزوی سپردیم به زمان فراق و جدایی از خداوند رسیدیم. در این جدایی کارمان کار نیست و خرابکاری می کنیم. اما زمان دیدار که کنار دریای یکتایی و به خداوند وصل هستیم عقل ما کار می کند، جان ما زنده است و هزار هنر دارد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

پس الله الله، زنهار، ناز یار بکش

که ناز یار بود صد هزار من حلوا

*زنهار: آگاه باش.

پس تو را به خدا، تو را به خدا، از ذهن خارج شو، مبادا کار دیگری کنی، به این لحظه بیا و ناز یار، خدا و زندگی را بکش. بدان که اتفاقاتی که برایت با سبب سازی می افتد و بی مراد می کند، در اصل ناز یار است و ناز خدا را کشیدن در این لحظه صد هزار من شیرینی و حلواست که برکاتی چون شادی بی سبب را به دنبال خود دارد.



نکته ۱: ناز یار را کشیدن یعنی وقتی اتفاق این لحظه مطابق سبب‌سازی ذهن ما نبوده و بی‌مراد شده‌ایم، از سبب‌سازی خارج شویم، فضا را باز کنیم، تسلیم «قضا و کُن فکان» باشیم و با پذیرش اتفاق، پیغام آن را بپذیریم.

نکته ۲: این لحظه، لحظه یادگیری ماست که با تسلیم شدن به «قضا و کُن فکان» و فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه رخ می‌دهد. باید بدانیم ما خود مسئول یادگیری خودمان هستیم نه کس دیگر.

نکته ۳: در عمل ما اصلاً به توصیه‌های مولانا گوش نمی‌دهیم، خشمگین می‌شویم، واکنش نشان داده و آه و ناله سر می‌دهیم که چرا این طوری شد؟ وقتی مخالفت می‌کنیم، نمی‌توانیم ناز یار را بکشیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

فراق را بندیدی، خدات منما یاد

که این دعاگو به ز این نداشت هیچ دعا

[مولانا خطاب به انسان می‌گوید: جدایی از خداوند را تجربه نکرده‌ای و ان شاءالله خدا به تو نشانش ندهد. این دعاگو بهتر از این دعا به یاد ندارد. [بهترین دعا این است که همیشه وصل به خدا باشی، جدا نشوی و فراق و جدایی را تجربه نکنی.]

نکته ۱: باید بپذیریم همه ما در جدایی از زندگی هستیم و این جدایی، موانع و دشمن‌ها و دردها و کارافزایی‌هایی برایمان ایجاد کرده‌است. پس انکار نمی‌کنیم که فراق را دیده‌ایم.

نکته ۲: مولانا با این بیت الگویی به ما می‌دهد که از جنس عشق باشیم و همان طور که ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند، در تربیت بچه‌هایمان از اول آن‌ها را به‌عنوان زندگی ببینیم نه مجسمه؛ تا آن‌ها بتوانند حس کنند از جنس زندگی و آلت هستند و جدایی را تجربه نکنند.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

ز نَفْسِ کَلِّیِ چُون نَفْسِ جِزْوِ ما بُبْرِید

به اِهْبَطُوا و فرود آمد از چنان بالا

*اِهْبَطُوا: فرود آید. اشاره به آیه ۳۸ سوره بقره

هنگامی که روح و جان ما به این جهان وارد شد و با همانیدگی با چیزها از نَفْسِ کَلِّیِ یعنی خداوند و زندگی بریده شد و در نتیجه به امر خدا که فرمود: «اِهْبَطُوا»، از جایگاه رفیع شرف و اتصال به خداوند فرود آمد و پایین افتاد،

[ادامه در بیت بعدی]

نکته: منظور مولانا از نَفْسِ کَلِّیِ در این جا من ذهنی نیست، بلکه خداست.

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۸

«قُلْنَا اِهْبَطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَاِذَا مَا يَأْتِيَنَّكُمْ مِّنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَا هُمْ يَحْزَنُونَ.»

«گفتیم: همه از بهشت فروشوید؛ پس اگر از جانب من راهنمایی برایتان آمد، بر آن‌ها که از راهنمایی من پیروی کنند بیمی نخواهد بود و خود اندوهناک نمی‌شوند.»

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

مثال دست بریده ز کار خویش بماند

که گشت طعمه گُربه، زهی ذلیل و بلا



مانند دست بریده شد و دیگر نتوانست کار کند، و همان طور که اگر دست از بدن جدا شود ممکن است یک حیوان وحشی آن را بخورد، آن نفس جزوی را هم خشم، کینه، ترس، حرص، مانع، مسئله، دشمن و کارافزایی مانند حیوانات وحشی می‌دزدند و می‌خورند؛ و این چه خفت و مصیبت و بلایی است!

نکته ۱: ما به عنوان عقل جزوی و من‌ذهنی از کار مانده‌ایم. در واقع کاری که می‌کنیم باطل است، چون از سبب‌سازی ذهن بر اساس هرچه بیشتر بهتر می‌آید و خرد، عشق، برکت و توجه زندگی به آن نمی‌ریزد.

نکته ۲: راهنما دوجور به انسان می‌رسد: یا به صورت پیغمبران و بزرگانی مانند مولانا، و یا به صورت فضاگشایی در درون که سبب شنیدن پیغام خدا می‌شود.

نکته ۳: اگر ما کنار دریای یکتایی نرویم، نمی‌توانیم پیغام مولانا را بشنویم و آیه‌ی مربوط به این دو بیت را بفهمیم. این آیه می‌گوید کسی که ترس دارد و اندوهناک است، ایمان ندارد، زیرا متصل نیست و در حالت فرودآمدگی از جایگاه رفیع اتصال به خداست.

نکته ۴: وضعیت آدم‌های کره‌ زمین در حال حاضر مثل دست بریده و از کار افتاده است. همه دست به خرابکاری می‌زنند زیرا به خدا وصل نیستند و عشق و صداقت در آن‌ها وجود ندارد. در واقع راه من‌ذهنی را رفتن، مانند دست بریده از زندگی جدا شدن و از کار افتادن است.

نکته ۵: من‌ذهنی یک نوجوان چهارده پانزده ساله که تازه از زندگی جدا شده، برای خودش یک فکرهایی دارد و می‌جنبد، ولی هیچ اعتباری ندارد؛ درست مانند عضو نوپیریده که جنبش می‌کند اما حرکتش اعتباری ندارد. در واقع رفتارش بر حسب زندگی نیست، چون ما گذاشته‌ایم من‌ذهنی ایجاد کند.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

ز دست او همه شیران شکسته پنجه بُدند

که گُربه می گشَدش سوبه سو ز دستِ قضا

از دست زندگی و خداوند، همه شیران حقیقت، عارفان و انسان‌هایی که واقعاً فضا باز می‌کنند پنجه من ذهنی خودشان را شکسته‌اند. [می‌گویند: «نمی‌دانم»، سبب‌سازی نمی‌کنند، واکنش نشان نمی‌دهند و برحسب من ذهنی عمل نمی‌کنند.] در این صورت گربه مردن نسبت به من ذهنی، با دست «قضا و کُن فکان» سبب می‌شود که این‌ها به من ذهنی بمیرند. [اگر شیران را من‌های ذهنی در نظر بگیریم، معنای دوم بیت این است: من‌های ذهنی که ادعا می‌کنند شیر هستند، از دست زندگی همیشه پنجه‌شان می‌شکند. یعنی یا پیر می‌شوند، می‌میرند و از بین می‌روند؛ یا قبل از مرگ، ادعا و خودنمایی آن‌ها سبب می‌شود «شکسته پنجه» شوند و در نتیجه هیچ کاری از دستشان بر نمی‌آید.]

نکته ۱: باید تصمیم بگیریم که آیا با انتخاب خودمان، پنجه خودمان مثلاً سبب‌سازی‌مان را می‌شکنیم یا نمی‌شکنیم؟ اگر به اختیار خودمان با تسلیم و فضاگشایی پنجه‌مان را بشکنیم، دیگر زندگی پنجه ما را نمی‌شکند، وگرنه به‌زور آن را خواهد شکست.

نکته ۲: کسی که بی‌مُرادی برایش «قالووز بهشت» نمی‌شود، «حَفَّتِ الْجَنَّةُ» را نمی‌شنود، واکنش نشان می‌دهد و نمی‌خواهد بفهمد که اتفاقات دست زندگی است، نمی‌تواند پنجه‌اش را بشکند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

امید وصل بود تا رگیش می‌جُنبد

که یافت دولتِ وصلتِ هزار دستِ جدا

*جُنبیدنِ رگ: کنایه از لطف و عنایت کردن



تا لطف زندگی برقرار است و انسان به عنوان «آلست» و امتداد خدا هنوز به زندگی ارتعاش دارد و تا رگی در او به عنوان «آلست» می‌جنبد، امید وجود دارد و او می‌تواند واقعاً برگردد. خدایا، برکت و نیک‌بختی وصل تو را هزار دستِ جدا یعنی انسان از تو جدا پیدا کردند.

نکته ۱: انسان باید امید وصل داشته باشد تا بتواند قبل از پژمرده شدن و مردن در من‌ذهنی لطف خداوند را بگیرد. همه ما تا حدودی به پهلوی دریا آمده‌ایم، پس اگر پژمرده‌ایم و من‌ذهنی ما را بی‌رمق کرده، نباید ناامید شویم. زیرا خداوند، رحمت اندر رحمت است و هر لحظه می‌خواهد دوایش را بفرستد و دردهای ما را شفا بدهد. وقتی به او وصل شویم خردش در بیرون کارهای ما را درست کرده و خشم و ترس و حسادت ما را درمان می‌کند.

نکته ۲: جنیدنِ رگ کنایه از لطف و عنایت زندگی و دریافت آن توسط ماست که به عنوان زندگی هنوز «آلست» هستیم و لطف او را می‌بینیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

مدار این عجب از شهریارِ خوش‌پیوند

که پاره‌پاره دود از کفش شده‌ست سما

*خوش‌پیوند: آن کس که به خوبی و شایستگی جدایی‌ها را پیوند می‌دهد.

*سما: سما، آسمان

از خداوندی که به زیبایی پیوند می‌زند این را عجب مدار، زیرا دست او پاره‌پاره دود را به آسمان تبدیل می‌کند. [هر همانیدگی یک تکه دود است و وقتی انسان فضاگشایی می‌کند، زندگی با پیغامش همانیدگی را به او نشان می‌دهد و پذیرش انسان، مساوی آزادی است. بدین ترتیب زندگی از این تکه‌های دود بیرون آمده و تبدیل به آسمان فضای گشوده شده می‌شود.]



نکته ۱: خوش پیوند یعنی خدا یک تکه از آسمان را از درون همانیدگی درمی آورد و به آن آسمانی که قبلاً باز شده پیوند می زند و بنابراین آسمان درون هی بزرگ تر می شود.

نکته ۲: خداوند حواسش لحظه به لحظه به ماست که امتدادش هستیم، اما ما حواسمان به بیرون است که هر اتفاقی چگونه همانیدگی ما را زیاد می کند و به ما زندگی می دهد تا خوشبخت شویم. کافی است فضا را باز کنیم تا بفهمیم افسانه من ذهنی چیست.

نکته ۳: اگر من ذهنی داریم، شک نکنیم که هزار بار بی مراد خواهیم شد و هر بی مرادی یک پیغام به ما می دهد و می گوید که این یک سیلی بود که به شما زدم. بعضی از سیلی ها یواشکی است و بعضی تبدیل به لگد می شود.

نکته ۴: لحظه به لحظه خداوند به ما می گوید: «به سوی من می آیی؟ با من یکی می شوی؟ می گذاری من تو را ببرم و با خودم یکی کنم؟» ما اما حواسمان به ناموس و پندار کمال است، در نتیجه دچار دردها، سیلی ها و لگدهای محکم تری می شویم.

قرآن کریم، سوره فصلت (۴۱)، آیه ۱۱

«ثُمَّ اسْتَوَىٰ إِلَى السَّمَاءِ وَهِيَ دُخَانٌ فَقَالَ لَهَا وَ لِلْأَرْضِ ائْتِيَا طَوْعًا أَوْ كَرْهًا قَالَتَا أَتَيْنَا طَائِعِينَ.»

«سپس به آسمان پرداخت و آن دودی بود. پس به آسمان و زمین گفت: خواه یا ناخواه بیایید. گفتند: فرمانبردار آمدیم.»

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

شبه جهانی و هم پاره دوز استادی

بکن نظر سوی اجزای پاره پاره ما



خدایا، تو شاه جهان هستی و تمام اجزای وجود ما زیر مشیت توست. از این تکه‌های کوچک همانیدگی که ما بینشان تقسیم شده‌ایم و خود را در آن‌ها سرمایه‌گذاری کرده‌ایم، ما را به صورت آسمان بیرون می‌آوری و این آسمان‌ها را به هم می‌دوزی. به اجزای پاره پاره ما که همان همانیدگی‌هایمان هستند، نظری کن.

نکته: مولانا در این ابیات به ما توجه می‌دهد که ما خودمان باید به خود نظر کنیم. به درجه‌ای که با فضاگشایی به ایرادهای خودمان آگاه می‌شویم کارگاه زندگی خواهیم شد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

چو چنگِ ما بشکستی، بساز و گش سوی خود

ز آلت زخمه همی‌زن، همی‌پذیر بلا

*زخمه: مضراب

*بلا: بلی، بلی

خدایا، چنگی را که قبل از ورود به این جهان داشتیم و خودت آن را می‌زدی، شکسته شده زیرا ما من‌ذهنی را درست کردیم که صدای بسیار ناخوشایندی دارد. پس چنگمان را دوباره بساز و به سوی خود بکش. ساز ما را مانند آلت، همان موقعی که از جنس تو بودیم و ما را می‌نواختی، بزن و «بلی» ما را بپذیر.

نکته: ما اقرار می‌کنیم ساز من‌ذهنی را می‌زنیم و به وسیله آن فکر و عمل می‌کنیم که واقعاً کارساز نیست و مثل دستی است که از تن جدا شده‌است.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

بلا کنیم ولیکن بلیّ اول کو؟

که آن چو نعره روح است و این ز کوه، صدا

خدایا، ما «بلی» می‌گوییم، اما کجاست آن «بلی» که روز آلت، وقتی به‌عنوان جنس خودت از ما پرسیدی که آیا از جنس تو هستیم، به تو جواب دادیم؟ آن بلی نعره روح ما بود که هنوز همانیده نشده و هشیار بود. اما بلی امروز را با من ذهنی می‌گوییم و انعکاس صدا در کوه ذهن است.

نکته: ذهن ما بلی درست نمی‌گوید. بلی درست این است که فضا را باز و مرکزمان را عدم کنیم و از جنس او شویم. در این صورت روح و جان ما بلی را نعره می‌زند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

چو نای ما بشکستی شکسته را بر بند

نیاز این نی ما را ببین بدان دم‌ها

خدایا، نی ما را وقتی از تو جدا شدیم و من ذهنی درست کردیم، شکستی. [اکنون هر همانیدگی مانند یک گره داخل آن را گرفته‌است و تا گره‌های همانیدگی خالی نشوند، نی ما دمساز نمی‌شود و خداوند نمی‌تواند آن را بزند.] خدایا، این گره‌ها را که مانند ابر هستند، به آسمان تبدیل کن و بگذار این نی خالی شود و نیاز این نی شکسته ما را به دم‌های خودت ببین.

نکته: مولانا در واقع به ما می‌گوید: «ای انسان، نیاز نی خودت را به دم‌های خداوند ببین!» ولی ما نمی‌بینیم و نیاز خود را به دم ایزدی نمی‌شناسیم، و گرنه از سبب‌سازی ذهن بیرون می‌پریدیم.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۲

که نای پاره ما پاره می دهد صد جان

که کی دم دهد او تا شوم لطیف ادا

*پاره: پولی که به عنوان رشوه می دهند تا کارشان بر وفق مراد انجام گیرد.

*لطیف ادا: خوش نوا

نای پاره ما که من ذهنی است، در اجرای قانون جبران، جان های ذهنی خودش را به زندگی رشوه می دهد. [و در حالی که انتظار می کشد می گوید] که کی خدا دَمش را می دهد یا در من می دمَد که من لطیف ادا، خوش رفتار و خوش بیان شوم؟ نکته ۱: خوش نوایی یعنی نای ما به عنوان زندگی نوای خوش بزند و انسان ها را به صورت عشق شناسایی کند. اما در حال حاضر نای ما شکسته شده و درست نمی زند. فکرهای ما نیز صنع زندگی و کارساز نیست، چون مال سبب سازی ذهن است.

نکته ۲: لطیف ادایی یا خوش ادایی، بیان عشق از فضای گشوده شده و مرکز عدم است یعنی زندگی از طریق ما حرف می زند. در نقطه مقابل، زشت ادایی من ذهنی شامل توقع، رنجش، خشم، بد رفتاری، کینه ورزی، ترس، حسادت، مقایسه و مسابقه با دیگران می شود. تا زمانی که فضا گشوده نشده و او در ما نمی دمَد، ما لطیف ادا نمی شویم.

نکته ۳: وقتی می دانیم من ذهنی بد ادا و بد بیان است و فقط درد می دهد، لزومی ندارد به عنوان انسان، بد ادایی من های ذهنی را که یکی از موانع بزرگ نقل مکان ما به پهلو دریاست تحمل کنیم. پس در ابتدا نباید کاری به دیگران داشته باشیم و فقط باید روی خودمان کار کنیم.



با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: لیلا

منابع: برنامه ۹۸۸ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)

با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه‌های گنج حضور

پایان



همراهان عزیز گنج حضور، لطفاً برای ارسال پیغام‌های عشق خود، از کانال تلگرام آقای شهبازی که در زیر مشاهده می‌شود استفاده نمایید. در موارد استثنایی که دسترسی به تلگرام وجود ندارد، می‌توانید پیغام خود را از طریق ایمیل به آدرس ایمیل آقای شهبازی ارسال فرمایید.

با سپاس،

گروه تهیه مجموعه پیغام عشق



تلگرام آقای شهبازی

+1 818 970 3345



ایمیل آقای شهبازی

Parviz4762@mac.com