



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت سیصد و پنجاه و نهم





خانم آزاده از آمریکا



با سلام و عرض ادب، آزاده هستم از آمریکا

برداشت از غزل شماره ۹۴۷، برنامه شماره ۸۳۷ گنج حضور:

هشیاری، فقط برای مدت زمان کوتاهی به حرکت در این ذهنِ خاکی (خوابِ ذهن) می‌تواند دل بپازد؛ اگر این مدت زمان به درازا بکشد، بی‌شک او در تنگنایِ ذهن، به درد گرفتار می‌شود.

چرا هشیاری در ذهن، به "درد" گرفتار می‌شود؟ چون ذاتِ هشیاری، در آزادگی و بیداری ریشه دارد (در لامکان و لازمان). در غزل می‌گوید:

مَخْسَبُ شَبِّ كِه شَبِّی صَد هَزَار جَانِ اَرَزَد
كِه شَبِّ بَبَخْشَد اَن بَدْرُ بَدْرَه بِي حَدِّ

پس تو از لامکان و لازمان آمده‌ای که تجربهٔ جهان هستی را، در بیداری بچشی. آن دم که جان در انسان به قرار می‌رسد و لذا این جهان را در بیداری ذات تجربه می‌کند، به صد هزار جان که در خوابِ ذهن فرو رفته و تکه تکه شده، می‌ارزد.

در تجربهٔ جهان هستی، به خواب در ذهن فرو مرو که عشق، برکات بی حد خود را، در وحدت جاری می‌کند، نه در آن هنگام که توجه هشیاری، دزدیده شده به حرکت در ذهن.

به آسمان جهان، هر شبی فرود آید
برای هر متظلم، سپاه فضل احد

بر آسمان آن دلی که در خموشی عدم، سکون و قرار یافته، سپاهی از فضل احد فرود آید.

در بیداری، برکات عشق از لامکان به تجربه هستی جاری می‌گردد؛ بنابراین، حرکت هشیاری از خرد عشق به جوشش درآمده، نه از خواب در ذهن.

خدای گفت قَمِ اللَّيْلِ و از گزاف نگفت
ز شب روی ست فر و قد زهره و فرقد

ز دود شب پزی ای خام ز آتش موسی
مداد شب دهد آن خامه را ز علم مدد

بگیر لیلی شب را کنار ای مجنون
شب است خلوت توحید و روز شرک و عدد

خدای گفت و آن سُخَن بیهوده نبود: در جهان هستی، فقط کوتاه مدتی را در ذهنِ خاکی سر کُن؛ زیرا، در آزادگی ست که خردِ عشق نمایان و لذا به تجربه هستی جاری می گردد؛ پس تو به عنوان هشیاری در انسان، در تجربه جهان هستی، توجه را تا آشکار شدنِ نورِ حقیقت (تا بیداریِ ذات، از خوابِ در ذهنِ خاکی)، آزاد نگاه دار.

بی قضاوت، ناظر بر اتفاقِ این لحظه شو تا جایی که نگاه عشق به میان شبِ هستی، راه یابد؛ که آتشِ آن نگاه، هشیاریِ خام را بپزد، یعنی او را از حقیقتِ ذات، آگاه کند. در آن آتش، تنها خردِ عشق بماند و "باقی" دود گردد. این است بیدار ماندن در شبِ دنیا.

شب است لیلی و روز است در پیشِ مَجنون
که نورِ عقلِ سحر را به جعدِ خویش گشود

در چنین نظارت که بدون حرکت در ذهن خاکی صورت گرفته هشیاری در پی حقیقت است. این در پی بودن، در ذهن خاکی صورت نگرفته؛ بلکه در خاموشی عدم، اجازه داده شده تا ذات، به حرکت و قیام درآید؛ تا جایی که ناگه، نور و خرد عشق، ضمیر هشیاری را دربر می گیرد.

بدان که آب حیات اندرون تاریکی ست
چه ماهیی که ره آب بسته‌ای بر خود؟

حال بدان که تو در مکان ذهن، حقیقت را بر خود پنهان کرده‌ای. پس برای نمایان شدن حقیقت، توجه را به خارج از خود مگردان؛ زیرا آب حیات، درون خود توست. تویی در بیداری مطلق (رهایی مطلق از زمان و مکان ذهن) از آن حقیقت.

به دیبۀ سیّۀ این کعبه را لباسی ساخت
که اوست پشتِ مطیعان و اوستشان مسند

درونِ کعبه شب یک نماز صد باشد
ز بهر خواب ندارد کسی چنین معبد

به امرِ عشق و از روی حکمتی کامل، از پارچه سیاه همانیدگی‌ها، لباسی بر کعبه دل (بر هشیاری، امتداد خدا در انسان) ساخته شد؛ چرا؟ تا خود را بر خود پنهان کند و لذا در آشکار شدنِ خود، حقیقت را به شناسایی درآرد. عشق، تکیه‌گاهِ آینه آن دل است که بر این امر، تسلیم تام گشته.

برای آشکار شدن حقیقت، یک بار اینچنین توجه را در خُمشی عَدَم، بر ذات جاری کردن، به اندازه صد نماز در ذهن است.

شگست جمله بُتان را شب و بماند خدا
که نیست در گرم او را قرین و کفو احد

در آشکار شدن حقیقت، دیوار توهم در این ذهن خاکی، مُتلاشی گردد؛ آنگاه، نور و خرد عشق با آینه دل، قرین گردد. در گرم، عشق را قرین و نظیر در جهان نیست؛ اوست یگانه و بی همتا.

خُمش که شعر گساد است و جهل از آن اگسد
چه زاهدی تو! درین علم و در تو علم ازهد

آخر تو چه زاهدی که به علمِ دنیوی خود چسبیده‌ای؟ برای ادراک و فهمِ حقیقت، ذاتِ تو مُحتاج به دانشِ دنیوی و حرکت در ذهن نیست.

پس خاموش کن که شعر بی‌رونق است؛ البته نادانی و جهل، از بی‌رونقی بدتر!!! پس اکنون که شمه‌ای به واسطه شعر از حقیقت بردیم، بیاییم و از حرکت در ذهنِ خاکی، عبور کنیم و در خموشی، به قیام درآییم.

با احترام

-آزاده از آمریکا



آقای فرشاد



سلام به همه دوستان

جمله‌شان از خوفِ غم در عینِ غم
در پی هستی فتاده در عدم

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۷

همه آدم‌ها از ترسِ غم تبدیل به غم شده‌اند. ما از ترس این‌که نکند یک موقعی غمگین بشویم، همه‌اش غمگین هستیم و به دنبالِ هستی پیدا کردن، هستی اصلی‌مان را که فضای گشوده‌شده درونمان است از دست داده‌ایم.

همه‌ی انسان‌ها می‌خواهند به شادی و آرامش برسند، اما در من‌ذهنی، ما از چیزی که ضد آرامش و شادی است و کارش ایجاد درد و غم است، این آرامش و شادی را می‌خواهیم، یعنی یک چیز غیرممکن.

ما خودمان از جنس شادی هستیم، ولی در من‌ذهنی فکر می‌کنیم که شادی از بدست آوردن چیزها بوجود می‌آید و بنابراین از آن‌ها زندگی می‌خواهیم. همین کار ما باعث درد و غم و خرابی زندگی‌مان شده است؛ چون از دشمن شادی، شادی می‌خواهیم. مثلاً، کودکان همیشه شاد هستند و در حال بازی و خنده‌اند. همین که بزرگ می‌شوند و با چیزها همانیده می‌شوند، روی این شادی پوشیده می‌شود.

در زمانه صاحب دومی بود؟
همچو ما احمق که صید خود کند؟
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷

ما به خودمان ظلم می کنیم. برای خراب کردن زندگی مان دام می گذاریم و فکر می کنیم که داریم با این کار به زندگی و شادی می رسیم. وقتی به دنبال تأیید و توجه هستیم، وقتی می ترسیم، وقتی نگران می شویم، وقتی مقایسه و حسادت می کنیم، وقتی ناراضی هستیم، برای خودمان دام گذاشته ایم، در حالی که در من ذهنی فکر می کنیم که با این ها به زندگی می رسیم.

ما در من ذهنی نمی دانستیم حال خوب چه است. در من ذهنی، آدم کوردل می شود، اشتباه زندگی می کند و زیر بار هم نمی رود چون فکر می کند امکان ندارد اشتباه کند. این برنامه و این ابیات به ما کمک می کنند که چشم دل مان را باز کنیم، درست و غلط را تشخیص بدهیم و شادی اصیل و حال خوب واقعی را تجربه کنیم.

در حقیقت دوستان دشمن اند
که ز حضرت دور و مشغولت کنند
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۶

دوستان ما همانیدگی های ما هستند، این ها ما را از خداوند دور می کنند.

دشمن ار چه دوستانه گویدت
دام دان، گر چه ز دانه گویدت
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۲

من ذهنی دشمن ماست. هرچه که من ذهنی بگویم، ولو اینکه دوستانه باشد، مثلاً بگویم تأیید بیرونی خوب است؛ این دام است، اگرچه از دید من ذهنی دانه است.

گر تو را قندی دهد، آن زهر دان
گر به تن لطفی کند، آن قهر دان
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۳

اگر من ذهنی به ما قند بدهد، آن زهر است. اگر لطف کند، آن دشمنی است.

چون قضا آید، نبینی غیرِ پوست
دشمنان را باز شناسی ز دوست
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۴

می گوید اگر قضا بیاید، فقط سطح را می بینیم، همان عینک‌ها را می بینیم، همان الگوهای ذهنی را می بینیم،
قضاوت و مقاومت می کنیم. آن موقع دوست و دشمن را تشخیص نمی دهیم، یعنی نمی توانیم بفهمیم که این
من ذهنی دشمن ماست.

چون چنین شد، اِبْتِهالِ اَغازِ کن
نالهِ و تَسبیحِ و روزه سازِ کن
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۵

نالهِ می کن کای تو عَلامُ الغُیوبِ
زیرِ سَنگِ مَکرِ بَد، ما را مَکوبِ
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۶

اگر قضا آمد و نتوانستی تشخیص بدهی دوست و دشمن چیست، دعا از روی اخلاص بکن، فضاگشایی کن.
دعا کن و ناله کن، بگو خدایا مرا زیر دشمنی‌های من ذهنی مکوب. یعنی فضا را باز کن.

آب خوش را صورت آتش مده
 اندر آتش، صورت آبی منه
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۸

خدایا آب خوش که موقع تسلیم از آن ور می آید، یک کاری نکن که من آن آب خوش را به صورت آتش بینم.
 برای اینکه تسلیم برای ما سخت است.
 خدایا کاری نکن که تأیید و توجه مردم و خوشی‌های کاذب بیرون را که در واقع آتش هستند، مانند آب بینم.

از شراب قهر، چون مستی دهی
 نیست ها را صورت هستی دهی
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۹

شراب قهر هوشیاری جسمی است. اگر ما مست هوشیاری جسمی بشویم که شراب قهر توست، در این صورت
 ما نیست‌ها را به صورت هست می‌بینیم. یعنی من ذهنی توهمی را اصل می‌گیریم.

چیست مستی؟ بند چشم از دید چشم
تا نماید سنگ، گوهر پشم، یشم
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۰۰

مستی به هم‌هویت شدگی‌ها چیست؟ این است که دیدِ هوشیاریِ نظر بسته بشود. به‌طوری که سنگ، گوهر به نظر بیاید، و پشم هم یشم.
یشم یعنی سنگ قیمتی، پشم یعنی یک چیز بی‌ارزش. من ذهنی سنگ است ولی ما با هشیاری جسمی آن را گوهر می‌دانیم.

گاو، گر واقف ز قصابان بُدی
کی پی ایشان بدان دکان شدی؟
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۲۷

اگر بدانیم که تمام کارهای من ذهنی باعث درد و گرفتاری ما می شود، آن را لا می کنیم.

با تشکر

-فرشاد




خانم دیبا از کرج




به نام خدا


با تکرار ابیات مولانا از مرکز همانیدگی‌ها آزاد شویم و به مرکز عدم پناه ببریم.

که درون سینه شرح داده ایم
شرح اندر سینه ات بنهاده ایم
-دفتر پنجم، مثنوی، بیت ۱۰۶۷ 


بزرگترین نعمتی که خدا به ما داده است، فضاگشایی است و شرح یعنی باز شدن فضای درون سینه که با تغییر وضعیتهای بیرونی، این شرح صورت می‌گیرد و آسمان درون ما باز می‌شود و لایق نعمتهای خدا می‌شویم.

گنج زیر خانه است و چاره نیست
از خرابی خانه مندیش و مه ایست
-مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۴۱ 

درون سینه ما کم کم با فضاگشایی باز می شود و تبدیل به آسمانی می شود که همه چیز را در خود جای می دهد
و گنج حضور همین آسمان بی نهایت، درون خانه ماست و ما هیچ چاره ای نداریم جز اینکه من ذهنی را خراب
بکنیم تا به گنجِ نهان آسمان درونمان برسیم.

پاره کرده و سوسه باشی دلا
گر طرب را باز دانی از بلا
-مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۴۷ 


وسوسه و میل پریدن از این فکر به فکر بعدی روی زندگی و آب حیات که در این لحظه از جوی تن ما و چهار
بعد ما می خواهد عبور کند را می گیرد، پس ما طرب و شادی مان خشک می شود و دچار بلاها و حوادث
ریب المنون می شویم. ضروری است که ما تسلیم شویم تا نیروی شفا بخش زندگی در این لحظه از جوی تن ما
عبور کند.

هیچ تسبیحی ندارد آن درج
صبر کن الصبر مفتاح الفرج
-مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۶ 


تسبیح یعنی عبادت. درجه و مقام صبر بالاترین عبادت است.
مولانا می گوید: هیچ عبادتی به منزله صبر نمی رسد، صبر کلید درهای بسته است، ما با عقل من ذهنی درها را
خودمان به روی خودمان می بندیم، چون می گوییم خودم می دانم و عجله می کنیم.
صبر درست ترین عبادت است، صبر جان فضای عدم است.

صبر کردن جان تسبیحات تُست
 صبر کن، کانت تسبیح دُرست
 -مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۵


هر چقدر من ذهنی را که دشمن جان و هوشیاری ماست بشناسیم، آن را می‌کشیم و جان همانیدگی‌ها را می‌گیریم و به دعوت خدا و زندگی بسم الله می‌گوییم. ما از جنس زندگی هستیم از بودن ما شادی به بیرون ساطع می‌شود، ما از جنس آرامش و سکون هستیم و باید نسبت به خواستن‌ها و شهوت‌های من ذهنی بمیریم.

هر آنکه دشمن جان خودست، بسم الله
صلای دادن جان و صلاهی کشتن زار
- دیوان شمس، غزل ۱۱۳۸ 

چرخهای زندگی با قانون جبران می چرخد، بهای آنچه که در زندگی داریم را باید با قانون جبران بپردازیم.
خون بهای آگاهی، شادی بی سبب، امنیت و قدرت الهی دادن سر من ذهنی و گرفتن جان همانیدگی ها است،
هیچ چیز نباید در مرکز ما باشد زیرا بهای بهشت عدم، خون بهای همانیدگی هاست، سپاسگزار باشیم و فضا را
باز کنیم تا انرژی عشق و خرد الهی از ما به جهان هستی بریزد.


ما بها و خون بها را یافتیم
جانب جان باختن بشتافتیم
-مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۵۰ 

ریختن خون همانیدگی‌ها پهلوانی می‌خواهد و اگر تسلیم باشیم، گرم و پرانرژی و خوشحال و راضی به سمت تیغ اجل که حضور در این لحظه است، می‌رویم و با تیغ حضور در زمان گذشته و آینده شکافی ایجاد می‌کنیم و این لحظه با آشتی و رضایت داشتن، کیفیتی به بودنمان می‌بخشیم که زندگی فریاد می‌زند: که یک پهلوان می‌آید.

گرم خوش رو به پیش تیغ اجل
بانگ بر زن که پهلوان آمد
-غزل ۹۸۴ دیوان شمس 


چون زر سرخ اندر آتش خند
تا بگویند زر کان آمد
-غزل ۹۸۴ دیوان شمس

طلا را که به آتش می اندازند از اصل آن کم نمی شود و هر چه شعله می خندد، طلا خالص تر می شود، ما هم اگر در آتش دردهای هوشیارانه و تحریکات بیرونی فضا را باز کنیم در این فضای باز شده و بی مقاومتی خنده و شادی بی سبب می آید و همه مردم طلای اصل را از طلای بدلی تشخیص می دهند و همینطور انسانی که طلای درونش را خالص می کند، حضور او مثل معدن طلا برای تمام باشنده ها پر از نور و انرژی است.


فایده هر ظاهری خود باطن است
 هم چو نفع اندر دواها کامن است
 -مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۸۸۰ 

من ذهنی سطحی می بیند و ظاهر را می شناسد، عمق و ریشه ندارد، به همین دلیل مرتب همانیده می شود و قضاوت و مقاومت می کند، اما فایده من ذهنی در باطن آن است و مثل دارویی است که اگر شناسایی شود جان را شفا می دهد.


با قدرت شناسایی حضور را از من ذهنی بیرون می کشیم و معنی آن را می فهمیم.
 مولانا می گوید: هیچ آفتی برای جان هوشیاری بدتر از ناشناختن نیست و خدا هر لحظه با ماست و ما با دیدن ذهنی او را نمی بینیم.

آفتی نبود بتر از ناشناخت
تو بر یار و ندانی عشق باخت
-مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۸۱ 


و کافیت که ما طعم شیرین حضور را بچشیم و دیگر این همانیدگی‌ها، فکرها و باورها را آنقدر جدی نگیریم و
به این دنیا و ملک جهان آنقدر سفت و سخت نچسبیم.

چون از آن اقبال شیرین شد دهان
سرد شد بر آدمی ملک جهان
-مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۶ 

شادی‌ها و غم‌هایی که از همانیدگی‌ها می‌آید جدی نیستند، این من ذهنی است که با این دو چیز عاریتی زنده است و هویتش را از آنها می‌گیرد.

آنکه او بسته غم و خنده بود
او بدین دو عاریت زنده بود
- مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۲ 


حقیقت زندگی عدم است که نظر و دید خدا را در ذات خود پنهان دارد، نظر خدا همیشه به سوی مرکز عدم است و هرگز به سوی صورتها و ظاهر نیست، که آمیخته آب و گل است.
 آب نماد هوشیاری خالص است که در گل همانیدگی‌ها فرو رفته و از زلالی و پاکی بیرون شده است و ما برای اینکه نظر خدا را جلب کنیم باید آب حیات را از گل همانیدگی بیرون بکشیم.

حق همی گوید: نظرمان بر دل است
 نیست بر صورت که آن آب و گل است
 -مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۴ 


قطره خود را از دریا جدا نمی بیند و نمی گوید من کجا؟ دریا کجا؟
 پس تو ای انسان، از جدا اندیشی من ذهنی آگاه باش و قطره من ذهنی را با تسلیم به دریای عدم بسپار و
 رها کن، بدون پشیمانی از اینکه چرا این همانیدگی ها را از دست داده ام، بهای انداختن هر همانیدگی رسیدن به
 دریای عدم است.

هین بده ای قطره، خود را بی ندَم
 تا بیابی در بهای قطره، یم
 -مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۶۱۹
 -یم = دریا

هر انسانی دریایی عمیق است که هر قدر فضاگشایی می کند از قطره بودن و یک تو بودن در من ذهنی که جدایی اندیش است رها می شود و همه چیز را در فضای درون و شرح سینه اش جای می دهد و در این گردون یکتایی که فضای عدم است، خوش رفیقی چون خدا دارد.

تو یکی تو نیستی، ای خوش رفیق
بلکه گردونی و دریای عمیق
-مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۰۲ 

وقتی قرین و رفیق ما خداست ما از زمین همانیدگی‌ها جدا می‌شویم، مثل بالونی که می‌خواهد به بالا برود باید وزنه‌هایی را از خودش بیاندازد تا به سوی آسمان بالا رود. ما هم هر چقدر وزنه‌های همانیدگی‌ها را می‌اندازیم سوار بر آسمان و فضای یکتایی می‌شویم.


چه نکو طریق باشد که خدا رفیق باشد
سفر درشت گردد چو بهشت جاودانی
-غزل ۲۸۳۰ دیوان شمس 

وقتی قرین و رفیق ما خدا و یار و زندگی، عدم است، بدون گفت و گوهای ذهنی از فضای عدم برای ما خیر و برکت می‌آید و این دل ما از آن فضا خو می‌دزدد و اگر دل ما با چیزی همانیده باشد، از من‌های ذهنی با رفتارهای تقلیدی اش خو می‌دزدد.

شادی، آرامش خوی خداوندی است و در واقع اشاره به قانون جذب است که از هر جنسی باشی همان را به سوی خود جذب می کنی.

از قرین بی قول و گفت و گوی او
خو بدزد دل نهان از خوی او
مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶

و خوشا لحظه ای که دل ما با خدا قرین باشد نه با من ذهنی.

تا با تو قرین شده ست جانم
هر جا که روم به گلستانم
-غزل ۱۵۶۶ دیوان شمس مولانا 

با سپاس از برنامه گنج حضور و زحمات بی دریغ جناب شهبازی  

دیبا از کرج



خانم نصرت



باسلام خدمت آقای شهبازی ودوستانِ همراه؛

درد هشیارانہ (حُفَّتِ الْجَنَّةُ)

برگِ تن، بی برگی جان است زود
این ببايد کاستن، آن را فرود

أَقْرَضَ وَاللَّهِ، قَرْضِ دِه زَيْنِ بَرِّگِ تَنْ
تا بروید در عوض در دل چمن
-مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۱۴۵ و ۱۴۶

دردهای من که بالا می آید نشانه چیست؟
چرا فکر میکنم دردی را انداخته ام، ولی هر چند گاهی بالا می آید؟!
چرا هرچه بیشتر روی خود کار میکنم، بیشتر درد میکشیم؟
من ذهنی زنده است! فضاگشایی ما او را زخمی میکند، و ما به عنوان هشیاری که هنوز مخلوط با او هستیم،
دردمان می آید!

هشیاری خالص دردش نمی آید. او هشیاریست که کاملاً خود را از ذهن جدا کرده، و به وحدت رسیده است. ما آن هشیاری خالص را به درصد های متفاوت داریم و هر چقدر دردهای هشیارانۀ خود را ناظر باشیم، آن هشیاری ناخالص به هشیاری خالص تبدیل می شود.

پس وقتی دردهای هشیارانۀ، زیاد می شود، ما داریم پیشرفت می کنیم. می پذیریم که ما ناخالصی داریم، و زندگی می خواهد این ناخالصی که همان بقایای من ذهنی ماست، را از ما جدا کند، و باید درد هشیارانۀ را بپذیریم.

پیش آرد هیبهی وهیبهات را
وز لویشه پیچد او لبهات را

همچو لبهای فرس در وقت نعل
تا نماید سنگِ کمتر را چو لعل

گوشهات گیرد او، چون گوشِ اسب
می کشاند سوی حرص و سوی کسب

بر زند بر پات نعلی ز اشتباه
که بمانی تو ز درد آن ز راه
-مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۱۶۱-۱۵۸

-لویشه: پوزبند -فرس: اسب

میخواهم اتفاق این لحظه را بپذیرم ولی نمیتوانم. اشتباه میکنم، و کار را خراب میکنم. انگار قدرت عمل را به من ذهنی داده ام و از هشیاری ام گرفته ام. دید و الگوهای غلط را در ذهنم زنده میکند. او برای زنده ماندنش خیلی مقاومت می کند. مقاومت و قضاوت او باعث می شود من با مرکز همانیده فکر و عمل کنم و دچار دردهای ناهشیارانه بشوم. وقتی دردهایم همچون رنجش و کینه و حسادت و حس خبط و ... بالا می آید، می فهمم مرکز همانیده است. می پذیرم و فضاگشایی کرده و مرکز را عدم می کنم. و دردهای هشیارانه را در آن فضا تجربه میکنم.

آن بکن که هست مختارِ نبی
آن مکن که کرد مجنون و صبی

حَفَّتِ الْجَنَّةُ بِجَهِّ مَحْفُوفِ كَشْتِ
بِالْمَكَارِهِ كِهْ اَزُو اَفزُودِ كَشْتِ
-مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۱۶۳-۱۶۴

حدیث: "بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات"

– محفوف؛ پوشیده شده، فرا گرفته شده

اگر بدانیم که پشت صحنه همین اشتباهات، زندگی حضور دارد و ناظر ما است، و او این اتفاقات را بوجود می آورد، که با هر بار اتفاق، مقاومتمان را کمتر کنیم، قبول اشتباهاتمان، آسانتر می شود. کمتر خود و دیگران را ملامت میکنیم؛ می دانیم همه کاره اوست. شاید وقتی به این نتیجه برسیم، تسلیم کامل شویم و در ورود من هویت دار به ذهن، ترمز محکمی بکشیم. انشالله.

با تشکر
– نصرت



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