

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

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



# پیغام عشق

قسمت بیست و یکم






خانم بیگرد



دفتر دوم بیت ۱۶۲۶


کار من بی علت است و مستقیم   
هست تقدیرم نه علت ای سقیم

از زبان زندگی به ما می‌گه: در کار درست کردن آسمان درونت و رها شدن  
از همانیدگی‌ها، کار خداوند موقوف علل ذهنی و سبب‌های ذهنی ما  
نیست.

زمانی که ما متعهدانه کار می کنیم، متوجه می شویم:  
دردهامون جدا شده، چی شده؟ ما با ذهن نمی تونیم بفهمیم، خشممون،  
ترسمون، رنجشمون افتاده، از ما جدا شده.

چون کار خداوند کن فیکونه.

✨ وقتی میگیریم این کار و میکنیم تا به حضور برسیم، فلان کار رو انجام  
میدم تا رابطه ام درست بشه با فلان شخص، ما موقوف علل ذهنی مون  
هستیم.

عادت خود را بگردانم به وقت   
این غبار از پیش بنشانم به وقت

دفتر دوم ۱۶۲۷

خداوند به ما می‌گه تو رو فرستادم به دنیا من ذهنی درست میکنی  
می‌دونم که من ذهنی داری و وسوسه میشی.

ولی اگه تسلیم باشی و این تسلیم و نگه داری، در زمان خودش، من  
ذهنی و ازت جدا میکنم، عادت من ذهنی و تغییر میدم و تبدیلت میکنم.

این غبار از پیش بنشانم به وقت 


غبار فکرهای همانیده تو از پیش چشمانت برمیدارم، فکرها تو ساکت میکنم.

خداوند دنبال به حضور رساندن ماست. برای این کار بهترین اتفاقات و برای ما طرح میکنه. ما یقین داریم، توکل عمیق داریم، مطمئن ایم که بهار ما از راه میرسه، تخم های صبر ما، شکر ما، سکوت ما، خواهند روید.






در اثر همانیدگی های مرکز ما، حرص و آز ما ترازو بهم میریزه.


دستر پنجم ۱۴۰۱ می گه: 

هین ز حرص خویش میزان را مهل  
آز و حرص آمد تو را خشم مصل

آسمانی که در درون ما باز میشه، این آسمان خودش ترازو داره. ولی  
حرص من ذهنی ما، هر چه بیشتر بهتره من ذهنی ما، این ترازو را بهم  
میریزه.

توبه کن مردانه سر آور به ره   
که فمّن یعمل بمثقال یره  
دفتر ششم بیت ۴۳۱


☆ اشاره می کنه به سوره زلزال آیه (۷ و ۸) که می فرماید:  
یک ذره نیکی ما، و یک ذره بدی ما سنجیده میشه.

در فسون نفس کم شو غره ای   
که آفتاب حق نیوشید ذره ای  
دفتر ششم بیت ۴۳۲

یک ذره تلاش ما در جهت کوچک کردن من ذهنی سنجیده می شود.  
باز می رسیم به این بیت مهم که میگه:

★ فعل توست این غصه های دم به دم  
این بود معنی قد جف القلم  
دفتر پنجم بیت ۳۱۸۲

ولی چون ما در من ذهنی ترازو نداریم، گیر می‌دیم به ترازوی خداوند. از  
ترازوی خداوند ایراد میگیریم.

ذره ای گر جهد تو افزون بود   
در ترازوی خدا موزون بود  
دفتر پنجم بیت ۳۱۴۵

ابیاتو تکرار می کنم:

کار من بی علت است و مستقیم  
هست تقدیرم نه علت ای سقیم


عادت خود را بگردانم به وقت  
این غبار از پیش بنشانم به وقت

هین ز حرص خویش میزان را مهل  
از و حرص آمد تو را خشم مصل

توبه کن مردانه سر آور به ره  
که فمّن یعمل به مثقال یره

در فسون نفس کم شو غره ای  
که آفتاب حق نپوشد ذره ای

ذره ای گر جهد تو افزون بود  
در ترازوی خدا موزون بود

با تشکر بیگرد 



آقای حسام از مازندران



با سلام و خدا قوت خدمت شما و همه ی یاران گنج حضور  
مولانا در مثنوی دفتر سوم بیت ۹۹۹ و ۱۰۰۰ در شأن مقام انسان  
می فرماید:

آدمی کوهی ست، چون مفتون شود؟  
کوه اندر مار، حیران چون شود؟

خویشتن نشناخت مسکین آدمی  
از فزونی آمد و، شد در کمی



انسان بی نهایت ریشه در زندگی دارد، چرا که امتدادِ خداست و شکوه و عظمتِ او را با خود به همراه دارد.

اما در اثر طلب کردن شادی و برکت از هم هویت شدگی ها، خوار و زبون آنها شده است و به گلی گوهرِ کرامت و گرامیداشتش را فراموش کرده است.

دفتر سوم بیت ۱۰۰۱ و ۱۰۰۲

خویشتن را آدمی ارزان فروخت  
بود اطلس، خویش بر دلقی بدوخت

صد هزاران مار و گه، حیران اوست  
او چرا حیران شدست و، مار دوست؟

به راستی چرا ما انسان ها با چیزهایی که به وضوح به ما آسیب می زنند  
هم هویت می شویم؟

خوردن غذاهای مضر که شاید لذتی لحظه ای دارند و بلافاصله عذاب وجدان و پشیمانی به همراه دارند و خریدن چیزها و کام گرفتن از آنها که باعث بزرگتر جلوه کردن و بیشتر درآمدن در من ذهنی می شوند شاید کمی قابل درک باشد.

چرا که ما تا حدودی در جامعه با این رفتارها شرطی شده ایم و هر چه بیشتر بهتر شعارِ موجهِ آن بوده است.

اما تا به حال از خود سؤال کرده ایم که چرا ما استعمال دخانیات می کنیم؟

مواد مخدر استفاده می کنیم؟

مشروبات الکلی مصرف می کنیم؟

افکار منفی و مخرب و شنیع را به سرعت و پی در پی از سر می گذرانیم؟

اینها که دیگر در همین جامعه ی منِ ذهنی شرطی شده هم که منفور است و ننگ محسوب می شود؟

بر هر انسان عاقلی واضح است که این اعمال با بدن ما چه می کنند و بلافاصله عوارض و تخریبشان را بر چهار بُعد ما اعمال می کنند.

این موضوع یک چیز را به ما ثابت نمی کند؟  
این که من ذهنی مانند یک داروی تاریخ مصرف گذشته است.

روزی برای ادامه ی حیات ما تا دوره ی مُعینی ضروری بوده است، اما امروز مانند زهر عمل می کند.

گستاخانه ما را وادار به کارهایی می کند که جسم و جانمان را از بین ببرد و باز گستاخانه تر در حالی که به این اعمال مخرب ادامه می دهیم، وادارمان می کند فرزندان و اطرافیانمان را از انجام این کارها منع کنیم.

یکی نیست به ما بگوید اگر این کارها بد است پس چرا خودت انجام می دهی؟

چه صبری دارند فرزندان ما و چه محفوظ به حیا هستند اطرافیانمان!

خوب به خاطر دارم اوایل آشنایی با برنامه ی گنج حضور، بی نهایت تعلیمات شما به جانم شیرین آمده بود و با جان و دل پذیرفته بودمشان اما، هنوز به صورت جدی و کامل شروع به عمل و پرهیز نکرده بودم.

اما گستاخانه در خانواده و جمع اقوام، همه را به راه راست دعوت می کردم و برایشان معرکه می گرفتم در حالی که همزمان بر خلاف گفته هایم عمل می کردم و هم هویت شدگی ها را انباشته می کردم.

دفتر سوم ابیات ۱۰۰۶ و ۱۰۰۷ و ۱۰۶۰ و ۱۰۶۲

او همی مُرده گمان بُردش، ولیک  
زنده بود و، او ندیدش نیک نیک

او ز سرماها و، برف افسرده بود  
زنده بود و، شکلِ مُرده می نمود

کآن تَف خورشیدِ شهوتِ بر زند  
آن خُفاشِ مُرده ریگتِ پر زند

چون که آن مرد اژدها را آورد  
در هوایِ گرم و خوش شد آن مرید



تا زمانی که ما وصل به ریشه ی بی نهایت زندگی باشیم و مرکز ما عدم باشد، و در کار پیوسته ی برگشت به این لحظه و صبر و شکر و پرهیز و باز پرهیز باشیم، مانند گوهی هستیم که مار و خفاش حقیر من ذهنی را در سرمای محرومیت از ابزارهایشان در شیشه و افسرده کرده ایم .

اما به محض به مرکز آوردن هم هویت شدگی ها و نمایش آنها به دیگران و تایید و توجه گرفتن از آنها و زیر پا گذاشتن قوانین واهمانش، من ذهنی حقیر و خوار را چون ازدهایی در گرمای شهوت هر چه بیشتر بهتر، سرکش و بر خود مسلط می کنیم.

دفتر سوم بیت ۱۰۶۴ و ۱۰۶۵

تو طمع داری که او را بی جفا  
بسته داری در وقار و در وفا؟

هر خسی را این تمنّی گوی رسد؟  
موسیقی باید که از درها گُشد

در بند طاعت و بندگی و فرمانبرداری کشیدن من ذهنی بدون درد  
هوشیارانه ی پرهیز ممکن نیست و کار مایی که مرکزی پر از هم هویت  
شدگی ها داریم به تنهایی نیست.

اینجاست که باید همچون آن دو ساحری که قصد امتحان موسی را داشتند و در ادامه به او ایمان آوردند، به بزرگان اطمینان داشته باشیم و از آنها در انداختن هم هویت شدگی‌ها مدد جوییم و از تهدیدات من ذهنی نترسیم و تا دم آخر پیش رویم تا به وحدت کامل با خدا برسیم، ان شاءالله.

ارادتمند شما و دوستان  
حسام مازندران



خانم فائزه از کرج



با عرض سلام و خدایوت خدمت آقای شهبازی عزیز و دوست  
داشتنی 🥰🥰🥰

🙏🌸 عذرخواهی از خداییتم 🌸🙏

🙏 هوشیاریتم از تو معذرت می‌خواهم. خداییتم از تو معذرت می‌خواهم  
ببخشید که تو رو نشناخته بودم. [من را ببخش] 🌸

🙏 نیروی برترم از تو معذرت می‌خواهم بابت هر لحظه و هر ثانیه که در  
ذهن زندگی می‌کردم و از جنس ابلیس می‌شدم. [من را ببخش] 🌸

خدای مهربونم از تو معذرت میخواهم که به بی وفایان چسبیده بودم.  
[من را ببخش] 🌻

خدای خوبم از تو معذرت میخواهم که تو هر لحظه من را صدا  
میکردی تا به سمت تو بیایم ولی من به تو نه میگفتم و تورا انکار  
میکردم. [من را ببخش] 🌻

خدای قشنگم از تو معذرت میخواهم که هر لحظه با مقاومت و قضاوت  
به زندگیم درد می ریختم. [من را ببخش] 🌻

🙏 خدای مهربانم از تو معذرت میخواهم که هر لحظه کثافت کاری میکردم  
و تو آن را پاک میکردی و من خجالت زده نمیشدم. [من را ببخش] 🌻

🙏 خدای یکتا از تو معذرت میخواهم که درد پرست بودم.

🙏 خدای بی همتا از تو معذرت میخام که در مثلث مقاومت و قضاوت  
(مسئله سازی، دشمن سازی، مانع بینی) بودم. [من را ببخش] 🌻





خدای بخشنده از تو معذرت میخواهم که بت های مرکز را می پرستیدم. [من را ببخش] 🌻

خدای خوبم از تو معذرت میخواهم که به هم نوع خودم حسادت میکردم. [من را ببخش] 🌻

خدای بی نیاز از تو معذرت میخواهم که خود را مقایسه میکردم. [من را ببخش] 🌻

خدای یگانه از تو معذرت میخواهم، بابت رنجش های که درون سینم  
انبار کرده بودم. [من را ببخش] 

خدای بخشنده از تو معذرت میخواهم که از چیزهای آفل و گذرا و آدم  
ها، مخصوصا همسرم خوشبختی و زندگی را طلب میکردم. [من را  
ببخش] 

خدای یکتا از تو معذرت میخواهم که دعاهاى خشک میکردم. [من را  
ببخش] 

خدای رحمان از تو معذرت میخواهم که از جنس اتفاق بودم و برای هر واکنشی آماده. [من را ببخش] 🌻

خدای مهربان از تو معذرت میخواهم که ناشکری بزرگ بودم. [من را ببخش] 🌻


خدای بی همتا از تو معذرت میخواهم که ملامتگر نادانی بودم. [من را ببخش] 🌻

خدای بزرگ از تو معذرت میخواهم که با وجود تو در کنارم ترس  
داشتم. ترس از دست رفتن چیزهای اُفل. [من را ببخش] 🌻

خدای یگانه از تو معذرت میخواهم بابت شهوت های که در دلم  
داشتم. [من را ببخش] 🌻

خدای بی نیاز از تو معذرت میخواهم که در این دنیا به هر چیزی پناه  
بردم و درد هر چیزی را چشیدم و باز زیر سلطه من ذهنی ام بودم. [من  
را ببخش] 🌻

خدای مهربانم از تو معذرت میخواهم که با زرنگی من ذهنی به زندگی فن میزدم. [من را ببخش] 

خدای یکتایم از تو معذرت میخواهم که هر لحظه تخته کشتی مرا سوراخ میکردی تا عشق و خردت را در زندگیم جاری کنی و به من بفهمانی که همه این ها توهم است. ولی من با نادانی سریع چیز دیگری را جایگزین میکردم. [من را ببخش] 

🙏 خدای خوبم از تو معذرت میخواهم که دنبال تایید شدن درمن های  
ذهنی دیگران بودم. [من را ببخش] 🌻

🙏 خدای بی همتا از تو معذرت میخواهم که بدبختی و خون به زندگی  
ام تزریق میکردم و نمیدانستم از جنس الست هستم و باید شادی  
بی سبب باشم. [من را ببخش] 🌻

خدای یکتا از تو معذرت میخواهم که صبر را بلد نبودم و بسیار بسیار عجل بودم. [من را ببخش] 🌻

خدای رحمان از تو معذرت میخواهم که هر کسی را که دوست داشتم بسیار ساده مورد قضاوت خودم قرار میدادم. [من را ببخش] 🌻

خدای رحیم از تو معذرت میخواهم که خودم را در معرض دیگران به نمایش میگذاردم. [من را ببخش] 🌻

🙏 خدای خوب از تو معذرت میخواهم خاصیت هایم را به فروش  
میگذاشتم. [من را ببخش] 🌻

🙏 خدای مهربان از تو معذرت میخواهم که جان حقیقی ام را فدای  
همانیدگی ها می کردم. [من را ببخش] 🌻


🙏 خدای بخشنده از تو معذرت میخواهم که عاشق حال بودم نه عاشق  
واقعی تو. [من را ببخش] 🌻



🙏 خدای بی نظیر از تو معذرت می‌خواهم که هر لحظه روی پای من ذهنی می‌ایستادم و بلند میشدم و واکنش و هیجانات منفی را به نمایش می‌گذاشتم. [من را ببخش] 🌻

🙏 خدای بی نیاز از تو معذرت می‌خواهم که زیر سلطه شیطان بودم. [من را ببخش] 🌻

🙏 خدای خوبم از تو معذرت می‌خواهم که خرافه و باور پرست بودم. [من را ببخش] 🌻

خدای احد و واحد از تو معذرت می‌خواهم که دو دستی به این دنیا و چیزهای آفل و آدم‌ها چسبیده بودم و زندگی را گدایی می‌کردم، غافل از اینکه من خود زندگی هستم. [من را ببخش] 

و حال اگر بخواهم تا هزاران هزار سال از گناهانم از خدای به این بخشنده و مهربانی عذرخواهی کنم هم تمام نمیشود و زبانم عاجز میشود از این همه گناه.





خانم مرجان از خرم آباد



سلام خدمت استاد شهبازی عزیزم، و سلام بر خانواده گنج حضور

✨ این لحظه، بررسی کنم با چه عینکی به جهان نگاه میکنم با عینک پدرم؟ مادرم؟ خواهرم؟ برادرم؟ پولم؟ لباسم؟ خوشگلی؟ دانش؟ شغلم؟ یا با دید عدم.

لایجوز و یجوز تا اجلست  
علم عشاق را نهایت نیست  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۹

✦ باید ببینیم، با باید ها یا نباید ها، باورها ( یجوز و لایجوز ) همانیده هستیم، از آنها به عنوان قطب برای دیگران استفاده می کنیم یا نه؟

✦ وقتی یجوز و لایجوز که پوسیده و کهنه هستند، کنار می رود هر کسی هر جور زندگی کند زیباست، همه چیز زیبا می شود.

✦ وقتی با چیزی همانیده شویم، حتما در زیانکاری هستیم.

صد هزاران فضل داند از علوم  
جان خود را می نداند آن ظلوم  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۴۸

✦ دید خدا خلاق است، هر لحظه جدید است، هر چه او می داند از روی  
علم است. اما دید شخصی که من ذهنی دارد، از روی نادانی، ستمگری و  
ظلمت ذهن است.

✦ این لحظه تصمیم بگیر از جنس کی هستی؟ از جنس خدا که هراتفاقی  
ببفتد خوب میشود. از جنس من ذهنی، همانیدگی، نحس و اتفاقات بد  
خواهد افتاد.

✦ اگر این لحظه به هر چیزی در زندگی شکایت داریم این از من ذهنی است. چون اگر عاشق شده بودیم شکایتی نداشتیم، از برکات او فیض می بردیم.

✦ ما در حالی که در این جهان هستیم و از آن استفاده میکنیم، باید در فضای یکتایی باشیم.



هیچ راعی مَشو، رَعیت شو  
راعی جز سد رعایت نیست  
(دیوان شمس، غزل شماره، ۴۹۹)

✨ برای کسی رئیس بازی درنیاورم. چوپان کسی نشو، به مردم، به خواهر، برادر، دوست، نشین بگو من می دانم. نگو گنج حضور گوش می دهم. می دانم که این بسیار خطرناک و مانع رسیدن به حضور می-شود.

ای مرغ آسمانی آمد گه پریدن  
وی آهوی معانی آمد گه چریدن  
( مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹ )

✨ باید بتوانیم از روی همانیدگی ها بلند شویم و بدانیم دید همانیدگی ها  
و انرژی آنها را نمی خواهیم. دید خدا را فقط لازم داریم.

✨ از خدا فقط خودش را بخواهیم و بگو می خواهیم از طریق تو بینم. از خدا غیر از خودش را بخواهیم، همه رو به صفر می رسانیم.

از خدا غیر خدا را خواستن  
ظن افزونی ست و کلی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

✨ هر چیزی که من ذهنی نشان دهد به درد نمیخورد.

❖ کمک و کفیل بودن و یاری او، این که این لحظه تسلیم شویم، فضا را  
باز کنیم، قضا و کن فکان روی ما کار کند، برای ما کافی است.  
بس بدی بنده را کفی بالله  
لیکش این دانش و کفایت نیست  
(مولوی، دیوان شمس غزل شماره ۴۹۹)

✨ تو خودت نشان خدا هستی، و این نشان طلب کننده، نشان خداست.  
خودش می شناسد که چطوری و کجا باید برود و خودش را از همانیدگی -  
ها بیرون بکشد.

آیتی تو و طالب آیت  
به ز آیت طلب خود آیت نیست  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۹)

خواجه جز مستی تو در ره دین  
آیتی ز ابتدا و غایت نیست  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۹)

ما از ابتدا جنس خدا بودیم. غایت هم باید از جنس او بشویم، و ثبات خدا به طور هوشیارانه، غایت ماست. الان در ذهن افتادیم. باید رها شویم.

وقتی در اثر تسلیم و بله به اتفاق لحظه جان ما مست میشود، اگر این حالت مستی و عدم را نگه داریم، هوشیاری روی هوشیاری آگاه می شود و از همان جنسی که از ابتدا و غایت هستیم، می شویم.

آمد موج آلت کشتی قالب پست  
باز چو کشتی شکست نوبت وصل و لقا است  
( مولوی ، دیوان شمس ، غزل شماره ۴۶۳ )

مولانا ما را به موجی تشبیه کرده است. یک موجی از آلت آمد. کشتی تن و جسم ما را درست کرد، بعد من ذهنی را درست کرد. بعد جسم ما را نگه داشت و من ذهنی را شکست. وقتی من ذهنی را متلاشی میکنیم، به وصل و لقای خدا می رسیم.

پس اوست اول و آخر  
سوره حدید آیه ۳

این دویی اوصاف دید احوال است  
ورنه اول آخر آخر اول است  
(مولوی ، مثنوی ، دفتر ششم ، بیت ۸۱۹)

یک هوشیاری بیش نیست. از خدا جدا شده دارد خودش را آزاد میکند.  
من و او بی نیست. از اول او بوده، در ذهن هم اوست، بعد از خارج شدن  
از ذهن هم اوست.



مبتدی باشد اندرین ره عشق  
آنکه او واقف از بدایت نیست  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۹۹)

نو آموز است هر کسی که کاملا در ذهن باشد، و خدا را حس نکرده باشد،  
و در راه یکی شدن با خدا هوشیار به آغاز خود نباشد.

با سپاس و قدر دانی فروان

مرجان هستم از خرم آباد



خانم سمیه



بَرِ گُذَرِی، در نَگَری، جُز دَلِ خُوبانِ نَبَری  
سَرِ مَکَشِ ای دَلِ کِه ازو هَر چِه گَنی، جانِ نَبَری  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵۵

خرد کل همیشه ناظر ماست. هر لحظه در هر گذری به ما نگاه می کند و فقط وقتی ما او را خواهیم دید که از جنس او باشیم. او فقط به خوب رویانی که مرکزشان را عدم کرده باشند خود را نشان خواهد داد، و آنها را به وصال خویش می رساند.

اگر در هم هویت شدگی ها غرق شده و سرکش هستیم. باید بدانیم چاره  
ما برای رهایی از زندان ذهن آوردن خدا به جانمان و عدم کردن  
مرکزمان است و هیچ راه دیگری نداریم.

ای کشش عشق خدا می‌نشیند گرمّت  
دستِ نداری ز کِهان تا دل ازیشان نبری  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵۵

این لحظه، همیشه اتفاقی هست که کشش عشق خدا آن را با قانون قضا  
و کن فکان بوجود می‌آورد.

هر اتفاقی به ما نشان می‌دهد که هوشیاری ما در چه چیزی به تله افتاده است،

و هر لحظه از ما با اتفاقات پرسیده می‌شود، آیا می‌دانی از جنس خرد کل هستی؟ آیا من ذهنی را می‌شناسی و می‌دانی هر دردی داری از من ذهنی است؟ آیا ذات خود را شناخته‌ای؟

اگر واکنش ما به اتفاق این لحظه چه ذهنی، چه در بیرون، قضاوت و مقاومت باشد و با اتفاق به ستیزه برخیزیم، نه است، که در اینصورت کشیده می شویم به سمت جهان، و چون از طرفی از سمت زندگی برای یکی شدن با او نیز کشیده می شویم همیشه دچار درد خواهیم شد.

اگر به اتفاقات بله بگوییم، بله به خداوند گفته ایم. آن هم به این صورت که اتفاقات را از خرد کل بدانیم. اگر اتفاقی آمد و کشتی ما را سوراخ کرد، بدانیم گیر و گرفتاری در آن قسمت داریم.

این که بگوییم من که روی خود کار می‌کنم چرا هنوز این سری اتفاقات برای من می‌افتند، ما را مانند موسی که در مقابل حکم خدا بی‌صبر بود و سوال می‌کرد خواهد کرد.

سوال سبب می‌شود به ذهن رفته و خدا به علت رفتن ما به ذهن از مرکز ما خالی شود و نتواند به ما کمک کند، چرا که ما روی او را پوشانده ایم.

هر اتفاقی حتما نیاز این لحظه ماست.

در حقیقت اتفاق نشان می دهد که کجا هم هویت شدگی داریم که باید شناسایی کنیم و آن قسمت را از تله من ذهنی رها کنیم.



از کوچک شدن من ذهنی نترسیم. از سوراخ شدن کشتی ذهن مان،  
نترسیم، چرا که خداوند اگر من ذهنی ما را کوچک کند، در عوض خود او  
نیز در جان ما قدم خواهد گذاشت. و با گن فکان مرکز ما را عدم خواهد  
کرد.

هم تو جنون را مددی، هم تو جمال خردی  
تیر بلا از تو رسد، هم تو بلا را سپری  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵۶

او است که هم هویت شدگی های ما را با تیر بلا و اتفاقات مورد حمله قرار می دهد و بی دلیل نیز این کار را نمی کند، بلکه با توجه به نوع هم هویت شدگی ما این کار را می کند، خود او نیز سپر بالای ما خواهد شد و با هر بار فضاگشایی او درون ما را وسیع تر خواهد کرد.

پس بدانیم در مسیر معنویت و و بیدار شدن از خواب ذهن حضور خود را با خط کش ذهن سنجش نکنیم و بدانیم اتفاقات را خداوند برای بیدار شدن ما بوجود می آورد تا ما هم هویت شدگی ها را شناسایی کنیم و بیندازیم.

تلاش کنیم با حضور ناظر بودن در افکار دردمند خود فرو نرویم. بلکه با صبر، تسلیم، و دانستن اتفاقات از جانب خرد کل، آنها را شناسایی کرده در هوشیاری خود نگه داریم تا خدا با کن فکان خود مرکز ما را از همانیدگی ها خالی کند.

اگر جایی واکنشی نشان دادیم بدانیم آن واکنش نیز برای این است که ما متوجه بشویم هنوز قسمتی از من ذهنی ما را که دارای هم هویت-شدگی خاصی است رها نکرده ایم.

از واکنش های خود نیز درس بگیریم و شاگرد باشیم که می توانیم واکنش ها را ببینیم. زیرا این هوشیاری است که واکنشی مثل خشم را می بیند. من ذهنی کاملاً در خشم غرق خواهد شد.

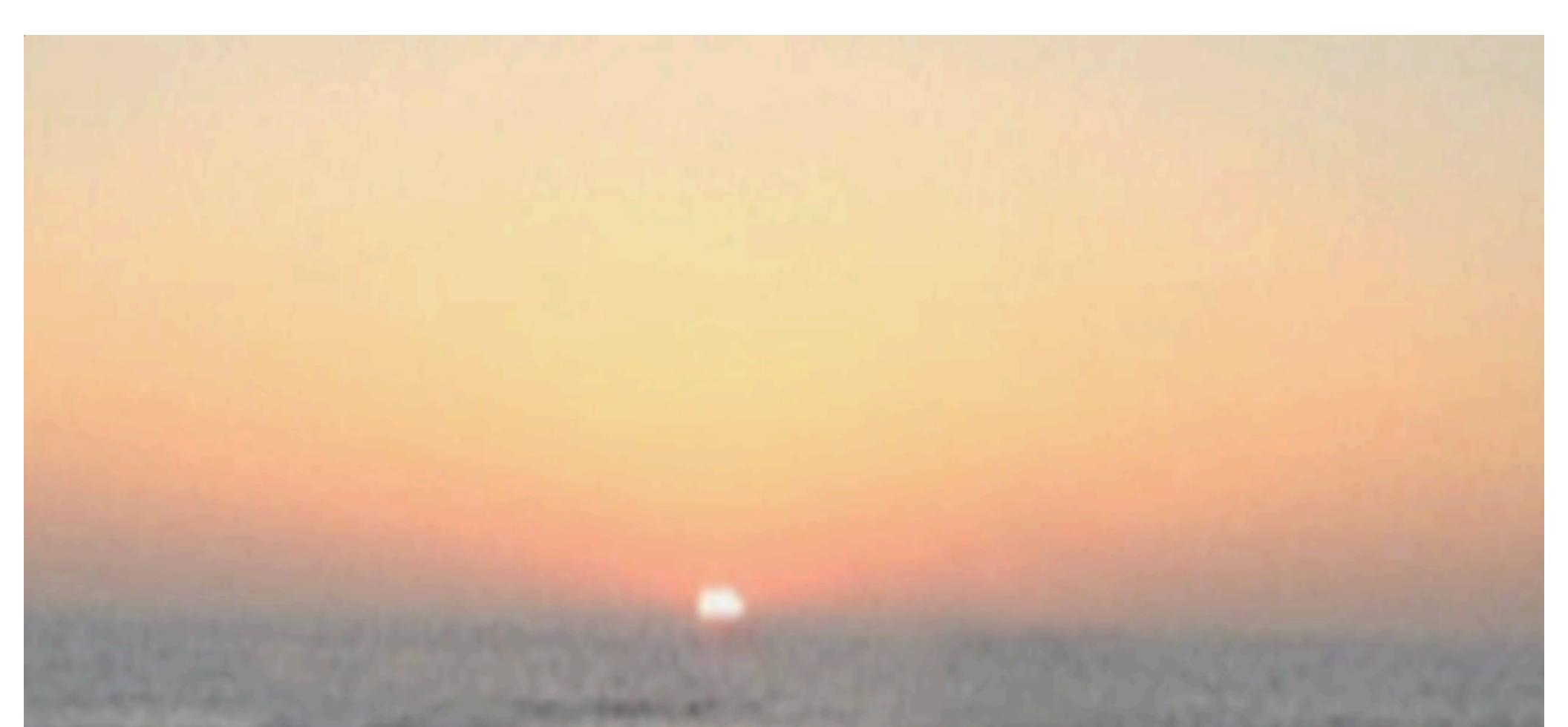
پس سعی کنیم از واکنشهای مختلف و از اتفاقات درس بگیریم و متوجه باشیم خداوند هر لحظه همراه ماست. ما را نگاه می کند، و زمانی که ما زیبارو شده باشیم، یعنی بله به اتفاقات گفته تسلیم باشیم، مرکز ما را با قدم خویش ساکن می کند.

سمیه



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





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

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