



پیغام عشق

قسمت چهاردهم





خانم بهار



به نام عشق 

سلام و درود خدمت استاد شهبازی عزیز
و دوستان و یاران گنج حضور 

 او نه این است و نه آن ، او ساده است
نقش تو در پیش تو بنهاده است

 مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۳

جهان بیرون انعکاسی از درون ماست.

هوشیاری آدمی در لحظه بصورت هوشیاری جسمی و هوشیاری حضور
در نوسان است. در عالی ترین مراتب وجود، آدمی پیوسته و در لحظه
هوشیاری حضور را زندگی می کند.

مولانا می فرماید :

تو هوشی باقی هوش پوش 
خویشتن را گم مکن یاوه مکوش

مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴ 

دید ما در زندگی بسته به جنس هوشیاری ما دارد. بسته به دیدمان،
افکارمان را خلق می کنیم...
و بسته به نوع افکارمان، عمل می نماییم و جهان بیرونمان را خلق
می کنیم.

آدمی دید است و باقی پوست است 
دید آن است آن که دید دوست است

مثنوی، دفتر ششم بیت ۲۵ 

برای بودن در لحظه و دستیابی به دید دوست، باید درون خویش را از هم هویت شده گی ها و متعلقات جهانی پاک نماییم و خداوند را به مرکز خود آوریم.

به این مفهوم که هویت خود را از چیزها ، باورها، دردها و متعلقات دنیایی و هر فرم مادی این جهان نمی گیریم. آنها را به حاشیه برده و قائم به ذات خود ، هوشیاری الهی می شویم.

"نیست خدایی جز خدای یگانه"

این جهان پیوسته در حال تغییر و تبدیل و تکامل هوشیاری است. 
هوشیاری از جماد به گیاه و سپس حیوان و در نهایت در انسان تکامل یافته است و انسان میتواند در لحظه به خداوند زنده و آگاه شود.

زندگی، اتفاقات را در جهت تکامل هوشیاری، به نحوی طراحی می نماید که پیوسته شاهد جنس هوشیاری خویش و نوع ارتعاشمان به جهان هستی باشیم.

ماهیت اصلی بدنمان و جهان مادی پیرامونمان از انرژی است. 
ارتعاشات انرژی که از ما به جهان ساطع میشود، پیوسته در حال تبدیل
شدن به فرم مادی جسم مان و دنیای پیرامونمان می باشد.

در لحظه با ارتعاش انرژی خیر به مفهوم تسلیم و صلح با زندگی و
انرژی شر به مفهوم در قضاوت و ستیزه بودن با زندگی، کیفیت
هوشیاری خویش را تعیین کرده و به فراخور آن خالق جسم مان و
جهان مادی پیرامونمان می باشیم.

دلا خود را در آینه چو کژ بینی هر آینه 
تو کژ باشی نه آینه، تو خود را راست کن اول

دیوان شمس، غزل ۱۳۳۷ 

"ما انسان را آفریدیم و وسوسه‌های نفس او را می‌دانیم، و ما به او از
رگ قلبش نزدیک‌تریم" آیه ۱۶ سوره ق

زمانیکه در جستجوی خداوند با ذهن و اوهام در جهان بیرون نباشیم،
خدای را در درون خود می‌یابیم...

و با آگاهی از آینه گون بودن جهان هستی،...

دیگر در چالشها و رویدادهای زندگی بدنبال مقصر بیرونی نمی گردیم
و هر آنچه پیرامون ما رخ میدهد، انسانها و رفتارشان را آینه ای از
درون مان و بیانگر کیفیت هوشیاریمان در لحظه خواهیم دید .

هدایتی الهی تا با شناسایی عیبهایمان، در جهت پیشرفت معنوی و
عمق بخشیدن به کیفیت هوشیاری حضور خویش حرکت نماییم و
قدردان و شکر گزار الطاف الهی باشیم.

دیده ای خواهیم که باشد شه شناس
تا شناسد شاه را در هر لباس

سپاسگزارم 🙏

بهار حضور 💌



آقای حسام از مازندران



آقای حسام از مازندران

پیغام عشق - قسمت چهاردهم

با سلام و خدا قوت خدمت شما و همه ی یارانِ گنج حضور.

وقتی که هیجانات من ذهنی در ما بالا می آید، یکسری کارهای مُخَرَّب،
در ما کاملاً طبیعی جلوه می کند و انجام دادنشان را حقِ خودمان
می دانیم...

اما بعد از انجامشان احساس گناه و پشیمانی می کنیم. چون دیده عدم
بین ما، این غذاهای ذهنی را سزاوارِ خویش نمی داند.

دفتر دوم بیت ۱۰۸۳

قوت اصلی بشر، نور خداست
قوت حیوانی مر او را ناسزا است

مثلاً در حالت خشم، ممکن است به کسی آسیب برسانیم یا حتی مُرتکبِ جنایت شویم.

در حالت ترس ممکن است، دست به کارهای نا معقول بزنیم و جانِ خود و دیگران را به خطر بیاندازیم.

در حالت گرسنگی، غذاهای مُضر بخوریم و در خوردن زیاده روی کنیم و بعد از آن عذابِ وجدان بگیریم.

در حالت بالا آمدنِ شهوتِ جنسی، ممکن است دست به زنا و خیانت به همسرمان بزنیم.

در حالت حسادت، روزی کسی را که ممکن است بهترین دوستان باشد قطع کنیم.

پس در ابتدا باید تا جایی که می توانیم خود را در معرض تحریک این هیجاناتِ مخرب قرار ندهیم.

مولانا در دفتر ششم بیت ۴۹۵ و ۴۹۶ می فرماید:

گفت: آری گر بُود یاری و زور
تا به قُوت بر زند بر شر و شور

چون نباشد قُوتی، پرهیز به
در فرارِ لا یطاق آسان بجه

پس چون هنوز آن اراده و قدرت پرهیز و فضاگشایی در ما به وجود نیامده است، بهتر است که از نزدیک شدن به اشخاص و جمع ها و مکان هایی که این حواس را تحریک می کنند دوری کنیم....

و در کاری که طاقت آن را نداریم به آسانی فرار کنیم و همزمان بازوی معنوی و پرهیز را در خود تقویت کنیم.

دفتر ششم ابیات ۵۳۵ و ۵۴۰ و ۵۴۱

آن زمان که حرص جنبید و هوس
آن زمان می گو که ای فریادرس

آن زمان که دیو می شد راهزن
آن زمان بایست یاسین خواندن

پیش از آنک اشکسته گردد کاروان
آن زمان چوبگ بزن ای پاسبان

یاسین خواندن و چوبک زدن همین گوش کردن متعهدانه به برنامه گنج حضور و عمل کردن به تک تک قوانینی ست که توسط آقای شهبازی مطرح می شود که به صورت جامع، دین، علم، فرهنگ و روانشناسی و هر چیزی که برای تبدیل شدن دوباره به هوشیاری حضور لازم است را با هم دارد.

یادآوری مهم ترین قوانین گنج حضور:

۱-نوشتن قانون اساسی ذیل شاه بیت این قانون یعنی " قانون جبران "

یعنی هر قانونی که ما برای خود می نویسیم در رابطه ی مستقیم با قانون جبران است.

مخصوصاً جبران مالی و عملی در راه گنج حضور.

۲- قانونِ تعهد و هماهنگی:

یعنی تکلیف خودمان را مشخص کنیم که آیا ما می خواهیم در این راه به من ذهنی بمیریم و تبدیل به هوشیاری حضور شویم که در آن صورت حضور را تفسیر و تجسم نخواهیم کرد و آن را در مکان یا زمان خاصی ارزیابی نمی کنیم. فقط و فقط ادامه می دهیم...

و یا اینکه برای بدست آوردن یکسری چیز ها در بیرون به این برنامه جذب شده ایم و من ذهنی را هم می خواهیم نگه داریم که در آن صورت روی ما کار نخواهد گرد و در ادامه افسانه ی من ذهنی را برای ما به همراه خواهد داشت.

۳- تکرار و تکرار:

تکرار هزاران باره ابیاتِ مولانا

و همینطور در بیرون هم ورزشِ کافی و زیاده روی نکردن در خوردن و خوابیدن و دوری از غذاهای ناسالم که باز هم مربوط به قانونِ جبران است در حقِ جسم و امکاناتِ مادیِ مان که باید در قانونِ اساسی مان مکتوب شود.

ارادتمند شما و دوستان
حسام مازندران



خانم بیگرد از بانه



گر خضر در بحر کشتی را شکست 
صد درستی در شکست خضر است

دفتر اول بیت ۲۳۶

اگر خضر در دریا کشتی سالم آن مستمندان و شکست ، در آن شکستن
بسی درستی ها وجود داره. خضر می خواست کشتی را از دست ظالم
جباری که میخواست کشتی و غصب بکنه نجات بده و کشتی و برای
مستمندان حفظ بکنه.

اگر عارفی بزرگ در حال شکستن کشتی من ذهنی ماست و یا اینکه
زندگی با اتفاقاتش، کشتی من ذهنی ما را سوراخ میکند، داره یکی یکی
همانیدگی ها را از مرکز ما بیرون میاره و میخواد هوشیاری خدایی
مستقر بکنه در وجود ما.

🌸 شاه بود و شاه بس آگاه بود
خاص بود و خاصه ی الله بود

آن خضر یا عارف الهی که با مرکز عدم کار می‌کنه شاه‌ی بسیار آگاه و
دانا است. از دوستان و خواص حقه. می‌خواه کشتی من ذهنی ما سوراخ
بشه.

ما هم شاه هستیم ولی عاشق همانیدگی‌ها مون شدیم. باید از اونا
دست برداریم و مرکز و عدم بکنیم.

آن کسی را کش چنین شاهی کشد 
سوی بخت و بهترین جاهی کشد
دفتر اول بیت ۲۴۱ و ۲۴۳

اگر خداوند یا عارف بزرگی من ذهنی ما را بکشد ما را به سوی بهترین
بخت و اقبال می کشونه.

نیم جان بستاند و و صد جان دهد 
آنکه در و همت نیاید آن دهد

دفتر اول بیت ۲۴۵

خداوند یا عارف بزرگ ، جان تقلبی ما را میگیره. خوشی ها و تأیید ها و
پز دادن های ما را می گیره. تکبر و ترفع های ما را می گیره ...

و صد جان خوب در عوضش به ما می ده.

اشاره به حدیثی از پیامبره که می فرماید، حق تعالی می فرماید:

برای بندگان شایسته ام چنان پاداشی فراهم آورم ، که نه چشمی آنرا دیده ، و نه گوشی آنرا شنیده و نه بر قلب احدی از آدمیان خطور کرده است.

اگر کشتی من ذهنی سوراخ بشه، جان‌های من ذهنی را یکی یکی صبح
بکنیم و مرکز ما عدم بشه، خیال خداوند در دل ما میشینه.

مولانا هوشیاری خدایی و به خیالی تشبیه میکنه. می‌گه اون عدم، خلأ
در مرکز ما باز میشه و هر جا بریم با ماست ما رو رها نمیکنه:

چون خیالی در دلت آمد، نشست 
هر کجا که می‌گریزی، با تو است

جز خیالی عارضی یی باطلی 
کو بود چون صبح کاذب، آفلی

این خیال یار ما، غیر از خیالات آفله فکر های هم هویت شده ی ماست
که مرتب توی ذهن ما حرف میزنند.
حضور خداییه که در مرکز عدم بیدار میشه و ناظره. و مثل صبح کاذب
نیست که گذرا باشه و دوباره تاریک بشه.

من چو صبح صادقم، از نور رب 
که نگردد گرد روزم هیچ شب

این نوری که میخواد در ما مستقر بشه، دیگه به خواب فکر ها نمیره، به
خواب دردها نمیره.

هین مکن لاحول عمران زاده ام 
که ز لاحول این طرف، افتاده ام

میگه ای عزیز من نترس اینقدر با ذهنت لاحول نگو. تو آنقدر لاحول
گفتی، گفتی من شوهرم نیستم، بچه ام نیستم، باور هام نیستم، پولم
نیستم دردهام نیستم، این جسم نیستم،... هوشیاریت جدا شده من
ذهنیت کنار رفته .

مر مرا اصل و غذا لاحول بود 
نور لاحولی که پیش از قول بود
دفتر سوم از بیت ۳۷۷۳ 

غذای تو این همانیدگی ها نیست. تمامشون را لا بکن. غذای اصلی ما
نور خداونده ✨.

باتشکر فراوان بیگرد از بانه 



خانم سودابه از تهران



سلام بر استاد و راهنمای عزیز جناب آقای شهبازی بزرگوار و سلام و
سپاس بر تمامی عزیزان گنج حضوری که از همه ی شما آموخته ام.

از برنامه ۸۱۷

هر نفس از کرانه یی، یاد کنی بهانه یی
هر نفسی برون کشی از عدمی هزار فن
غزل ۱۸۳۸ دیوان شمس

"من از عدم خودم که هیچه ، هزار حيله مي كنم كه به تو (خدا) زنده
نشم... و تو (خدا) از عدم خود، هزار فن به كار مي بري كه همه ي اين
حيله هاي منو از بين مي بره".

برداشت از سخنان آقای شهبازی

این بیت از غزل ۱۸۳۸ دیوان شمس مولانا، منو به یاد آیه ی ۵۴ از سوره
آل عمران انداخت:

"مکرو مکر الله والله خیر الماکرین"
مکر کردند و خدا مکر کرد و خدا بهترین مکر کنندگان است.

یعنی هر چه با ذهن خود بخواهیم تدبیر کنیم و راه حل پیدا کنیم و نقشه و
طرح بکشیم، به بن بست خواهیم رسید.

تدبیر کند بنده و تقدیر نداند
تدبیر به تقدیر خداوند نماند

بنده چو بیندیشد پیداست چه بیند
حیلت بکند لیک خدایی نتواند

غزل ۶۵۲ دیوان شمس مولانا

انسان با ذهن خود حيله می کنه و با هم هویت شدگی با باورهای غلط،
قصد داره خودشو به خدا وصل کنه، اما نمی تونه.

خداوند با از بین بردن تدبیرهای ذهنی ما، در نظر داره، مارو متوجه به این قضیه کنه که هیچ راهی جز زنده شدن به خودش نداریم...

پس بهتره که کار رو طولانی نکنیم و با تسلیم و عدم مقاومت و عدم قضاوت و برداشتن همانیدگی ها، اجازه بدیم که خداوند با کن فکان خود، روی ما کار کنه و با آگاهی بر هشیاری منطبق شویم.

پاینده و سرافراز باشید.
سودابه - تهران



خانم سیمین از تهران



با سلام و خسته نباشید به آقای شهبازی گرامی و همراهان گنج حضور
ابیات ۱۴۶۱ تا ۱۴۶۵ مثنوی دفتر پنجم و برنامه ۷۵۸:

مشتري كو سود دارد خود يكيست
ليک ايشان را در او ريب و شكيست

اين بيت در مورد انسان من ذهني است كه دچار شك و دوييني شده
است و به دنبال مشتري براي هم هويت شدگي هايش مي گردد...

و چون با دید ذهن می بیند می خواهد این اقلام ذهنی را به بالا ترین
قیمت به من های ذهنی دیگر بفروشد.

در حالی که نمی داند اصل او خداست و این هم هویت شدگی ها را در
ابتدای راه، زمانی که از اصل خود جدا میشد، زمانی که خدا به ما گفت
الست بربکم و ما گفتیم بله ، به خدا فروخته ایم.

و حالا به جای این که تسلیم شویم و فضا را باز کنیم و این هم هویت
شدگیها را تحویل دهیم، دست دست میکنیم و فکر میکنیم بهتر از خدا
می توانیم مشتری پیدا کنیم و زهی خیال باطل.

از هوای مشتری بی شکوه
مشتری را باد دادند این گروه

به خاطر دیدن از طریق من ذهنی خود و من های ذهنی اطراف که
مشتریان بی شکوه هستند مشتری اصلی خود را از یاد برده اند.

ما دو جور مشتری داریم، یکی مشتری بی شکوه که من ذهنی خودمان
و دیگران است که دید عدم بین و گوش سکوت شنو ندارد....

و دیگری مشتری با شکوه، در حالی که می داند من ذهنی دارد فضا
گشایی میکند و تسلیم می شود تا خدا همانیدگی هایش را با قضا، کن
فکان و ریب المنون بگیرد و به عهد الست وفا کند.

مشتري ماست الله اشتری
از غم هر مشتري هين برتر ا

ان الله اشتری من المومنین انفسهم و اموالهم بان لهم الجنة
خداوند جان و مال مومنان را به بهای بهشت خریده است.

سوره توبه آیه ۱۱۱

فقط و فقط خداست که حاضر است این من ذهنی پر از درد ما را بخرد.

و البته که خدا این مرکز پر درد ما را به بهای بهشت و شادی این لحظه خریده است و اکنون وظیفه ماست که به عهد خود وفا کنیم تسلیم شویم و آن را تحویل دهیم.

باید آگاه باشیم به مشتری اصلی خود و از غم مشتریان فاقد اعتبار بالا بیاییم. مشتری فاقد اعتبار من ذهنی خود مان و دیگران است که با ستیزه و مقاومت این لحظه را برای ما جهنم می کند.

مشتري جو که جويان دوست
عالم آغاز و پايان تو است

دنبال مشتري باش که او هم به دنبال تو می گردد و تنها خداست که
اینچنین است .

اوست که می داند آغاز ما چه بوده است و پايان ما به کجا خواهد بود.
اوست که میداند ما از جنس او بوده ایم در ابتدا و در پايان هم با قائم
شدن هوشیاری بر هوشیاری دو باره به سوی او باز می گردیم و به
وحدت میرسیم.

هین مکش هر مشتری را تو به دست
عشق بازی با دو معشوقه بدست

آگاه باش که تو نمی توانی هم من ذهنی را نگه داری و هم به حضور
زنده باشی. باید بدانی که عاشق هر دوی این ها بودن امکان ندارد.

دو معشوقه یعنی این جهان که ذهن و فضای پر دردهم هویت شدگی
هاست و آن جهان که فضای یکتای و حضور است که بهشت است و با
تسلیم حاصل میشود.

بیا بیا که کنون به لطف کن فیکون
بهشت در بگشاید که غیر ممنونست

با تشکر
سیمین تهران



آقای حمیدرضا



با سلام و عرض ادب

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ
هیچ نیرویی جز نیروی خداوند بلند مرتبه و بزرگ نیست.

این آیه قرآن بیانگر این موضوع می باشد: ای انسان تنها یک نیرو در
این دنیا وجود دارد که تمام کائنات و هستی و حتی بدن تو و جسم تو را
هدایت میکند.

ولی انسان از وجود چنین نیرویی در خود که همان امتداد خداوند است غافل بوده و بجای اینکه با تسلیم و فضا گشایی خود را در معرض عبور این نیرو یا خرد الهی قرار دهد، مدام در خواب ذهن و توهّم بسر میبرد.

تمام کارهایی را که در این دنیا انجام میدهیم، فقط به خواست و اراده همان خداوند متعال بوده و لاغیر. اما انسان خوابیده در ذهن به توهّم و خیال فکر میکند که اندیشه او باعث انجام کارهای روزانه او در دنیای جسم و صورت ها میشود.

هر کاری، تاکید میکنم، هر کاری که انسان در طول روز و هفته و سال و عمر چند ده ساله خود انجام میدهد، تماما توسط خواست و اراده خداوند بوده.

حتی کارهایی که توسط من ذهنی انجام میشود هم به خواست و اراده خداونده بوده تا شاید اتفاقات بد (ریب المنون) باعث این شود که انسان بتواند به وجود آن احد واحد و خداوند پی ببرد و بتواند به آن زنده شود.

اما انسانها در من ذهنی خود تمام انجام کارهای روزانه حتی غذا خوردن و راه رفتن را به توانایی و قدرت خود نسبت میدهند، و غافل از اینکه اگر برای انجام ساده ترین کارهای روزانه نفس نباشد (دم ایزدی)، انسان قادر به انجام هیچ عملی نمی باشد.

پس ای انسان بدان!....

تنها یک نیرو در این جهان حاکم بوده و آن نیروی خداوند متعال و
زندگی زنده است.

انسانهای زنده شده به حضور هیچ عمل یا فعلی را به خود نسبت نمیدهند
و حتی برای انجام ساده ترین کارهای روزانه به او توکل میکنند و با فضا
گشایی و تسلیم در هر لحظه اجازه میدهند تا خرد الهی از آنها عبور کند.

انسانهای زنده شده به حضور حتی این تنفس و اکسیژن موجود در هوا را
دم ایزدی میدانند و با تسلیم و فضا گشایی اجازه میدهند تا این زندگی
زنده از آنها عبور کند...

تا کن فکان الهی موجب واهمانش و ارتعاش این انرژی زنده زندگی در
خود و سایر هموعان ما شود.

ای انسان بدان!

اگر در هر سنی به این زندگی زنده در وجود خود و سایر موجودات عالم هستی پی ببری و هر لحظه با تسلیم و فضا گشایی اجازه عبور آن خرد الهی و خرد زندگی زنده را به خود بدهی، به هیچ وجه اجازه نمیدهی تا من ذهنی هدف را فاسد کند.... و تنها زبان مشترک موجود برای ارتباط با سایر موجودات عالم هستی زبان عشق و دوست داشتن میباشد.

با تشکر از برنامه های گنج حضور
حمید رضا



خانم فریده از هلند



خانم فریده از هلند

پیغام عشق - قسمت چهاردهم

خلاصه غزل ۴۰۸ از دیوان شمس بر نامه ۸۱۸

آن شنیدی که خضر تخته کشتی بشکست 
تا که کشتی ز کف ظالم جبار برست

خضر وقت تو عشق است که صوفی ز شکست 
صافیست و مثل درد به پستی بنشست

آیا داستان حضرت خضر که داستان هوشیاری و زندگی در این جهان
هستی ست رو شنیدی.... که خدا هر لحظه به دنبال سوراخ کردن
کشتی توست تا بدست منه های ذهنی نیافتی.

تا هوشیاریت و گنج خدایت درونت سالم بماند. و اگه چیزی در مرکزت گذاشتی و خدا اون رو ازت گرفت فوراً جایگزین نکن. اجازه بده از اون سوراخ آب حیات و شناسایی وارد بشه..

در لحظه بمان و زندگی زنده این لحظه رو خرج گذشته و آینده نکن.

و اگه به دنبال زنده شدن هستی با عشق و تسلیم به این لحظه شروع کن. سر منه ذهنی رو در برابر خدا خم کن.

لذت فقر چو بادیه ست که پستی جوید 
که همه عاشق سجده ست و تواضع سرمست

تا بدانی که تکبر همه از بی مزگیست 
پس سزای متکبر سر بی ذوق بس است

و آگه میخواهی لذت فقر رو درک کنی ذهنت رو بشکن. یعنی به حرف
های ذهنت گوش نکن. درجه تواضع خودتو بسنج ، به بین چقدر
واکنش نشان می دهد و یا فضا رو باز میکنی؟

آیا عاشق تسلیم و سجده کردن در برابر اتفاق این لحظه هستی؟!

یا اینکه از تکبر و مقاومت و ستیزه، زندگی بیکفیت پیدا کردی و چهار
برکت عقل، هدایت، حس امنیت و قدرت در زندگی نیست.

پس همین سزای زندگی توست، یعنی شریک خدا خود رو قرار دادن و
بادام پوک در زندگی خود کاشتن.

گریه شمع همه شب نه که از درد سرست 
چون ز سر رست همه نور شد از گریه برست

کف هستی ز سر خم مدمغ برود 
چون بگیرد قدح باده جان بر کف دست

گریه شمع و خوب نسوختن اش به خاطر سر سیاهش است. گریه ما
هم به خاطر مرکز هم هویت شدگی ها مونه. مرکزت رو از فکرهای من
دار پاک کن تا از این درد کشیدن نجات پیدا کنی.

ای انسان تو شراب خدا هستی که به خاطر همانیدگی هات مغزت
خراب شده و از مقاومت و ستیزه ات سر این خم بسته شده. نه خودت
اون شراب رو میتونی بخوری و نه به دیگران میتونی ثمری بدی.

دم او جان دهد ت رو زنفخت بپذیر
کار او کن فیکون است نه موقوف علل

زندگی در مرکز خودت هست. تو نه آسیبی دیدی و نه احتیاجی به
شراب بیرونی داری.

ماهیها هر چه تو را کام دل از بحر بجو 
طمع خام مکن تا نخلد کام زشست

بحر می غرد و میگوید کای امت آب 
راست گوئید براین مایده کس را گله هست؟

ماهیها... این کشتی ذهن رو بشکن و خودت رو قلاب خدا کن. تو شنا
کردن و در لحظه زندگی کردن رو بلدی. طمع به این دنیا رو کنار بگذار
همه چیز در خودت هست.

ای امت آب که هوشیاری هستید یعنی از جنس من هستید،

درست ببینید! با دید عدم و انصتوا و خاموش باشید ببینید.

با خودتان صادق باشید. فقط به زبان نگوئید تسلیم هستم ولی در مرکزتان مقاومت باشه... والا تمام برکت خدا قطع میشه.

دم به دم بحر دل و امت او در خوش و نوش 
در خطابات و مجابات بلی اند و الست

نی در آن بزم کس از درد دلی سر بگرفت 
نی در آن باغ و چمن پای کس از خار بخت

ای امت من که وصل شدید نوش جانت این شادی، و غم دیگه ممنوع.
با بله گفتن به اتفاق این لحظه و نرفتن به زمان که بده بستان شیرینی
خدا با خودش و دیگه عدم مقاومت منه ذهنی وجود نداره. و همه بزم و
شادیست. دیگه خار منه ذهنی تمام شده همه شکر و رضا شدی.

هله خاموش به خموشیت اسیران برهند 
ز خموشانه تو ناطق و خاموش بجست

لب فرو بند چو دیدی که لب بسته یار 
دست شمشیر زنان را به چه تدبیر ببست

به به و احسن به این خاموشی ذهن که دیگه ارتعاش درونت حرف
میزنه. هم خودت را نجات داد و همه دیگران رو که اسیر من ذهنی
بودند. این ارتعاشات دیگه از جنس حرفهای من ذهنی نیست ، این
تدبیر خداست که میدونه چطور این شمشیر تیز من ذهنی رو ببره.

با احترام فریده از هلند 



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود

