

A scenic background image featuring a bright orange and yellow sunset sky over a dark ocean. The sun is a glowing orb near the horizon, with wispy clouds catching the light. In the foreground, dark, silhouetted rocks are scattered across the water's surface.

برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی را در وب سایت

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید



پیغام عشق

قسمت هزار و صد و چهارم





خانم زهرا از مشهد



با سلام و سپاس از آقای شهبازی عزیز و دوستان پیام‌دهنده که چراغ‌های نور و بیداری را برایم روشن کردند.
تمرکز را روی خودم گذاشته و میل به عوض کردن و تغییر دادن و نصیحت دیگران نداشته باشم، چون بدخو و
از انرژی زندگی خالی می‌شوم.

تا کنی مر غیر را خبر و سنی
خویش را بدخو و خالی می‌کنی
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

هین تو کار خویش کن ای ارجمند
زود کایشان ریش خود بر می‌کنند
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۹

بی شکر و ناسپاس نباشم چون در جهنم من‌ذهنی و مسئله‌سازی و دشمن‌سازی و دشمن‌بینی آن گرفتار
می‌شوم.

زان که بی شکری بود شوم و شنار
می برد بی شکر را در قعر نار
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۴۶

ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل
خدای گفت که انسان لربّه لگنود
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۱۴

شاکر و قدردان و سپاسگزار زندگی باشم که توفیق قرار گرفتن در این راه و آشنایی با آموزه‌های حضرت مولانا را پیدا کرده‌ام.

شکر جان نعمت و نعمت چو پوست
زان که شکر آرد تو را تا کوی دوست
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۹۶

شکر نعمت، خوش تر از نعمت بود
شکر باره کی سوی نعمت رود؟
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۹۵

هر لحظه به صورت حضور ناظر فکرها و اعمال را ببینم که آیا از من ذهنی می آید یا از فضای حضور؟

گر مراقب باشی و بیدار تو
بینی هر دم پاسخ کردار تو
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰

بگویم نمی دانم و دانا خداست، و این را با تمام وجودم و با صدای بلند فریاد بزنم، وقتی زندگی همانیدگی هایم را
می گیرد هیچ ضرری نخواهم کرد.

نعره لا ضیر بر گردون رسید
هین ببر که جان ز جان کندن رهید
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹

شکایت نکنم، طلب کار نباشم، بلکه راضی باشم و بدانم لطف و عنایت و شادی بی سبب و آب حیات زندگی
این گونه شامل حال شده و مرا سیراب می کند.

هزار ابر عنایت بر آسمان رضااست
اگر بیارم از آن ابر بر سرت بارم
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

قفل زفتست و گشاینده خداست
دست در تسلیم زن و اندر رضا
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۰۳۷

ساکت باشم و اجازه بدهم فضای درونم باز شده و خدا از طریق من صحبت کند.

آنصتوا را گوش کن، خاموش باش
چون زبان حق نگشتی، گوش باش
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶

مواظب من‌های ذهنی انسان‌های دیگر و اثرات قرین باشم، چون آن‌ها از طریق ارتعاش نیز در من می‌توانند اثر بگذارند و حضورم را از بین برده و به ذهن بکشند.

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

می رود از سینه ها در سینه ها
از ره پنهان صلاح و کینه ها
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱

پندار کمال را در خودم شناسایی کرده و بدانم که من در همه چیز کامل نیستم و همین طور دیگران، و اجازه
اشتباه کردن به خودم و دیگران را داده و قضاوت و سرزنش نکنم.

علّتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای ذودلال

از دل و از دیدِ هات بس خون رود
تا ز تو این معجبی بیرون رود

علت ابلیس انا خیری بدهست
وین مرض در نفس هر مخلوق هست

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶ تا ۳۲۱۴

قانون قضا و کن فکان الهی همیشه در کار است و آن چه را که لازم است برایم رقم می‌زند و اگر قضا قصد جان
همانیدگی‌هایم را کرد، قدردان و خوشحال باشم، چون خود قضا درمان دردها و رها شدنم از همانیدگی‌ها
می‌باشد.

گر قضا صد بار، قصد جان کند
هم قضا جانت دهد، درمان کند
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹

گر قضا پوشد سیه، همچون شبّ
هم قضا دستت بگیرد عاقبت
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸

با احترام، زهرا از مشهد 🌿🌿🌿



خانم حداد از کرج



«به نام خداوند بخشنده مهربان»

با سلام خدمت استاد عزیز و گنج حضوری‌های جان. دیوان شمس غزل ۱۲۰۵ ابیات ۱۳ و ۱۴ و ۱۵ از برنامه ۸۴۱.

گفتم: اگر بیایمت، من چه کنم شراب را؟
نیست روا تیممی، بر لب نیل و بر آرس
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۰۵

می‌گوید گفتم اگر من تو را بیابم، یعنی بر حسب همانیدگی‌ها تو را نیابم، بلکه با عدم کردن مرکز تو بر مرکز من پای بگذاری و تو را بیابم، دیگر من شراب را می‌خواهم چه کنم؟ من با تو یکی شدن را طلب دارم، من با تو سیراب شدن را می‌خواهم که مرکز من با ورود تو پاک و منزّه و پاکیزه خواهد شد.

وقتی آب حیات با ورود تو تماماً به مرکز ریخته می‌شود، دیگر نیازی به تیمم نیست، دیگر نیازی نیست که زندگی خواستن از ذهن را ادامه دهیم و در توهّم زندگی در چاه ذهن به مردگی بیفتیم، وقتی آب هست دیگر نیازی به تیمم کردن نیست، بلکه باید وضو گرفت و با حضور ناظر عبادت کرد.

وقتی بر لب رود نیل و در رود ارس هستیم، وقتی مرکز را عدم می‌کنیم و تماماً آب حیات زندگی بر جانم ریخته می‌شود، دیگر زندگی خواستن از همانیدگی‌ها معنایی ندارد، آخر شراب خواستن از چیزهای این دنیایی معنایی ندارد، بلکه تماماً می‌توانیم به خدا زنده شویم و زندگی را از او مستقیماً دریافت کنیم.

با فضاگشایی لحظه به لحظه می‌توانیم حس امنیت و قدرت و خرد زندگی و حس شادی و آرامش و هدایت زندگی را در کار، در زندگی، در اهدافمان، در همه چیز ریخته و هر لحظه سیراب باشیم.

خامش باش ای سقا، کین فرسُ الحیاتِ تو
آب حیات می کشد، باز گشا ازو جرسِ
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۰۵

در این بیت منظور از سقا همان زندگی و ما انسان ها هستیم که با زندگی یکی هستیم. می گوید خاموش باش،
یعنی ای انسان ذهنت را خاموش کن، چون که این اسب حیات، آب زندگی را می کشد، یعنی ما اسبِ زندگی ای
هستیم که آب حیات می کشیم.

در قدیم کسانی با اسب سقایی می کردند، که آب را به انسان ها برسانند و مردم صدای جرس، صدای زنگوله اسب را می شنیدند و برای گرفتن آب بیرون می آمدند، در این جا جرس منظور صدای ذهن است که بر گردن اسب زندگی مان همان اسب حیات آویزان است و سر و صدا می کند و ما جرس را به گردن اسب زندگی مان حمل می کنیم.

می گوید آن جرس را از گردن اسب باز کن، یعنی این سر و صدای ذهنت را خاموش کن و به ندای درونت گوش ده، تا از طریق اُنْصَتُوا بتوانی سقا شوی، سقایی که آب حیات را به همه کائنات می رساند شوی، اما تا حال در تشنگی بوده و هستیم و چون به سر و صدای ذهن، همان جرس را گوش کرده و خود و دیگران را به زحمت انداخته ایم، هم خود را تشنه کرده ایم و هم دیگران را.

تنها با تسلیم و سکوت و فضاگشایی ست که می توانیم صدای دلنواز زندگی را شنیده تا سیراب شویم.

آب حیات از شرف، خود نرسد به هر خَلَف
زین سببست مُخْتَفی، آب حیات در غَلَس
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۰۵

غَلَس: تاریکی، ظلمات
مُخْتَفی: پنهان،

درست است که ما انسان‌ها از جنس خَلَف یعنی فرزندان حضرت آدم هستیم، ولی آب حیات به علت این که خیلی باارزش است، به هر انسان خَلَفی یعنی هر انسانِ نیکوکاری نمی‌رسد، کسانی که در ذهن فکر می‌کنند صالح هستند، نمی‌توانند آب حیات را به دست آورند.

بله، تا زمانی که همانیدگی داریم نخواهیم توانست به آن آب حیات بخش و بارزش دست یابیم، تنها با عدم کردن و رهایی از همانیدگی‌ها و فضاگشایی در هر لحظه است که می‌توانیم آن زنگوله و جرس را از اسب زندگی‌مان باز کرده و آب حیات را نوش کنیم.

تا زمانی که در ذهن باشیم هر کار خوب یا معنوی از ما سر بزند، مورد قبول زندگی نبوده، بلکه ما را بیش‌تر همانیده خواهد کرد. به این علت و سبب است که آب حیات پنهان شده و تا زمانی که فضای درون را نگشاییم و دردِ هشیارانه نکشیم آب حیات به ما نخواهد رسید.

با تشکر و احترام
حداد هستم از کرج 



خانم زهره



با سلام. برنامه شماره ۹۰۸، خلاصه برداشت غزل شماره ۳۱۲۰ مولانا:

اگر چه لطیفی و زیبا لقایی
به جان بقا رو، ز جان هوایی

هوا گاه سرد است و گه گرم و سوزان
وفا زو چه جویی؟! بین بی وفایی

بدن را قفس دان و جان مرغ پران
قفس حاضر آمد، تو جانا کجایی؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

ای انسان، در ظاهر به صورت لطیف و زیبایی، اما تو این را در حد خویش بدان، زیرا از جان هوایی، ناآگاهی با چیزها هم هویت شدی و باید آگاهانه به جان بقایی رفته و مرکز عدم کنی. می دانی برای چه؟

برای این که این تن من ذهنی ما هیچ تعادل و موازنه ندارد و نمی داند در بودن این دم از چیزها به چه مقدار و اندازه درست استفاده کند، تنها بنا بر خواسته و میل ظاهری خود با شعار هرچه بیش تر و بهتر به دور چیزهای فانی و موقتی می چرخد تا در آخر دردش را به ما تحمیل کند.

حال اگر این من ذهنی را به خوبی دیده ای و شناخته ای، می بینی که این بی وفایی ست و براساس اجسام تشکیل شده، حالمان با خوب و بد اتفاقات بالا و پایین می شود و تغییر می کند؛ در این حالت با عقب کشیدن از خود به جان بقایی زنده شو، زیرا که بدن را قفس دانسته ای تا با فضاگشا بودن به تدریج من ذهنی ذبح شود.

حال ای جان خدایی، ای دوست من، تو دیگر به کجایی؟ یعنی چرا هنوز می خواهی به داشتن من ذهنی موقتی ادمه دهی و این قفس حاضرآمده را هیچ نبینی، اما با اندکی کشیدن درد آگاهانه از این جان بی ذوق و موقتی می توانی هشیارانه بگذری، عبورش دهی و جان مرغ پران شده را به آسانی به پرواز درآوری و با اصلت یکی و متحد بمانی.

در آفاق گردون زمانی پَریدی
گذشتی بدان شه، که او را سزایی

جهان چون تو مرغی ندید و نبیند
که هم فوقِ بامی و هم در سرایی

گهی پا زنی بر سر تاجداران
گهی درروی در پَلاسِ گدایی
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

اگر زمانی در آفاق گردون پریده‌ای، یعنی با ناآگاهی خویش در جهل افسانه من‌ذهنی دردمند زندگی می‌کرده‌ای
خب سزای عمل ما همین نتیجه کارهای بدمان نوشته می‌شود، اما حال که با آگاهی، با علم فضاگشایی، فیلتر
ذهن را از نقطه‌چین‌ها خالی و ساده‌اش کنی، خب سزای عمل تو، نتیجه کارهای نیکت نوشته می‌شود.

پس بخواهیم پیوسته با دیدِ نظر ببینیم، شاهد حیرانی زندگی خود شویم که او می‌تواند ما را از خواب‌آلودگی ذهن خارج و به این لحظه بی‌نهایت ابدی ماندگارمان کند.

و گاهی اوقات در فوق بام رفتیم یعنی با دید همانیدگی‌ها، در بالای ذهن می‌بینیم و گاهی هم در سرای یکتایی می‌رویم یعنی با هشیاری نظر، با ذهنی ساده‌شده به این لحظه بی‌نهایت ابدی وصل و مستقریم، اما چه بهتر دائماً تمرکزمان روی خودمان باشد و سعی بر این که با مرکز عدم بر سر تاج‌داران خدا پا زنیم تا هیچ در پلاس و گدایی من‌ذهنی قرار نگیریم.

گهی آفتابی، بتابی جهان را
گهی هم‌چو برقی، زمانی نیایی

تو کان نباتی و دل‌ها چو طوطی
تو صحرای سبزی و جان‌ها چرایی

از این‌ها گذشتم، مبر سایه از ما
که در باغ دولت، گل و سرو مایی
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

اگر وحی و خرد ایزدی که به دلمان نوشته می‌شود، از طریق همین تابش نور آفتاب زندگی با مرکز عدم‌شده
است که نور این جهان کوچک هم، نشانی از آن جهان بزرگ را می‌دهد؛

پس با فساداری ما گاهی با آفتاب زندگی هماهنگ و یکی می‌شویم، با توجه به نور خداوندی، تنها عشق و زیبایی و مهربانی را به جهان می‌تابانیم و گاهی هم با فضا‌بندی، با برق کم‌نورِ من‌ذهنی ناب‌خرد، توجه و زشتی او را می‌گیریم و بد عمل می‌کنیم، چون قضاوت و مقاومت با همانیدگی‌ها داریم و هیچ زمان این لحظه را نمی‌پاییم، اما حال تویی که کان نبات شده‌ای و دل‌ها چو طوطی، عاشقِ دوستی و شیرینی زندگی هستی و باغِ صحرایِ سرسبز و جان‌ها چرایی؛

چرا از این گفت‌وگوی ذهنی بیرون نمی‌آیی، از نقطه‌چین‌ها پرهیز نمی‌کنی تا هیچ تأیید و توجه و شیرینی‌های بیرونی تو را جلب خودت نسازد، مگر نمی‌دانی که تو در باغِ دولتِ نیک‌بختی، گل و سروِ خدایی و خوش قد و قامت آمده‌ای.

اگر بر دل ما، دو صد قفل باشد
کلیدی فرستی و در را گشایی

درآ در دل ما، که روشن چراغی
درآ در دو دیده، که خوش توتیایی

اگر لشکر غم سیاهی درآرد
تو خورشید رزمی و صاحب لوايي
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۲۰

خب درست است بر دلم قفل من ذهنی زده شد، اکنون که با علم فضاگشایی آشنا شده‌ام، می‌توانم با نیکویی او
و قدرت انتخاب و اختیاری که به من بخشیده از نقطه‌چین‌ها بپرهیزم تا با وصل ماندن در این لحظه او کلیدیش
را بفرستد و قفل حجاب من ذهنی را بردارد.

حال ای خدایا، من که دانسته‌ام بی کلید یعنی بدون فضاگشایی، آن در گشادن راه نیست و بی طلب، بدون سعی و تلاش، نان سنت الله نیست. بنابراین در دل ما بیا که تو روشن چراغی و در دو دیده ما بنشین که خوش توتیایی.

و اگر هم زمانی لشکر غم بخواهد مرا ناراحت و افسرده کند، تو خودت به تنهایی خورشید رزم و صاحب لواایی.

یعنی اگر من هر دم را با پذیرش این دم شروع کنم، زودی در فکر هر همانیدگی گم نخواهم شد، آن گاه با ذهن خاموش شده ما گویی از جنس خود زندگی، به تنهایی فرمانروای خودیم.



- زهره



خانم مریم از تهران



«چسبندگی من ذهنی»

من ذهنی خاصیت چسبندگی دارد، یعنی به هر چیزی که ببیند و خوشش بیاید یا نیاید می چسبد، یا شاید بهتر باشد بگوییم آن چیزها، رویدادها، آدم‌ها، زمان‌ها و شرایط به من ذهنی می چسبند و به این ترتیب من ذهنی پروار و چاق و چله می شود.

بیاید این طور تصور کنیم که هر همانیدگی، فرق نمی کند الگو یا باور باشد یا شخصی یا اتفاقی، هر همانیدگی وقتی به من ذهنی می چسبد مثل یک لایه چربی به بافت من ذهنی می نشیند.

حالا هر چقدر همانیدگی‌ها بیش تر، سنگین تر، عمیق تر و برای من ذهنی خوشمزه تر باشند، لایه‌های چربی بیش تر شده و به تدریج تحرک و پویایی و در ادامه آن خلاقیت و نوآوری تراوش شده از مرکز زندگی کم و کم تر شده و فرد دارای من ذهنی به یک رکود و تنبلی و کاهلی نشأت گرفته از حجم همانیدگی‌ها دچار می شود و ادامه این روند باعث بروز دیگر اثرات ناشی از همانیدگی‌ها شده، کاهلی و تنبلی، بی صبری و بی شکری را دامن می زند.

همچنین عدم مسئولیت‌پذیری و شانه خالی کردن از زیر بار وظایف و مسئولیت‌ها به دلیل سنگینی و تنبلی و انگشت اتهام به بیرون نشانه گرفتن، هر روز نمود بیش‌تری پیدا می‌کند؛ قضاوت‌ها و مقاومت‌ها پررنگ‌تر شده، شرایط برای مقایسه بیش‌تر و بیش‌تر فراهم می‌آید و شخص دارای من‌ذهنی اسیر بافتی خودساخته، توهمی و خالی از هر نوع اثری از زندگی می‌شود.

او در خانه‌ای پوشالی زندگی می‌کند، خانه‌ای که شاید در ظاهر همه‌چیز درست و مرتب سر جای خودش باشد و از بیرون همه‌چیز عالی به نظر برسد، اما در عمق ماجرا فاجعه‌ای در حال رخ دادن است.

به واسطه خاصیت چسبندگی من‌ذهنی و تکرار این عمل برای سال‌ها و اضافه کردن هزاران الگو، باور، شخص، زمان، مکان، تصویر مشخص و و ... به خود، قدرت چسبندگی من‌ذهنی تقویت می‌شود. درست مثل عضله‌ای که با تمرین هر روزه در باشگاه رشد یافته، پرورش می‌یابد و به تدریج قادر است وزنه‌های سنگین‌تری را بلند کند.

بنابراین من ذهنی به مرور زمان، بدون تلاش زیاد و به سرعت، به دلیل تبحر در جذب چیزها به خود، هرچیز ریز و درشتی که می بیند را به خود می چسباند، از هرچه خوشش بیاید یا حتی متنفر باشد به بافت چربی مانند اضافه کرده و کار روزبه روز سخت تر و درد جدایی بیش تر و بیش تر خواهد شد.

خیلی وقت ها می بینیم من ذهنی اصلاً کاری به ماهیت موضوع یا کالایی ندارد فقط می خواهد! و این موتور خواستن هیچ وقت خاموش نمی شود. لباسی می بیند، می خواهد، عکسی از مکانی تفریحی می بیند یا در موردش می شنود، می خواهد، تصویر ذهنی فردی را مجسم می کند و آن را هم می خواهد و همه این ها را به خود اضافه می کند.

بیاید یک لحظه چشمانمان را ببندیم و فردی با این مشخصات را تصور کنیم. شخصی که خانه‌ای به دوش می‌کشد با بی‌نهایت اثاثیه، با چندین مدل ماشین مختلف، با کمدی بی‌انتهای پر از لباس و کیف و کفش و جواهرات و ساعت و کت شلوار. آن وسط‌ها چندین زخم کهنه و قدیمی که سر باز کرده و چرک از آن‌ها بیرون می‌زند نیز همراهی‌اش می‌کنند و به هر کدام از زخم‌ها، وقایع یا آدم‌هایی به وسیله زنجیرهایی با ضخامت‌های مختلف متصل شده‌اند که آنها را هم به دنبال خود می‌کشد. درد خود زخم کم بود که سنگینی و حمل و کشیدن آن آدم‌ها و اتفاقات نیز مزید بر علت شده و تاب و توان فرد را می‌گیرد.

اگر خوب دقت کنید می بیند این من دهنی که به شدت احساس عدم امنیت می کند، شروع به کنترل کردن همه چیز و همه کس کرده، نه تنها همه این خرت و پرت هایی که با خود حمل می کند را به نوعی سعی می کند مرتب و منظم بچیند تا ظاهری نسبتاً زیبا داشته باشند، بلکه هر کسی یا چیزی که سر راهش قرار می گیرد را نیز کنترل می کند.

کاش داستان به همین جا ختم شود، با این اوضاع اسفناک، خبر و سنی کردن دیگران را هم اضافه کنید! بوی تعفن زخم و چرک و کثافت از او تا کیلومترها به مشام می رسد و او درمورد گذشت و فداکاری و بخشش سخنانی های مفصل می کند! عجب اوضاعی ست.

اگر خداوند چشمی به آدمی می‌بخشید که می‌توانست افراد را با حقیقتی که درون هر فرد رخ می‌دهد ببیند، چه بسا که هر روز مردگان بی‌شماری را می‌دیدیم که در گوشه و کنار خیابان‌ها، در خانه‌ها، اتومبیل‌ها و شرکت‌ها در حال تکاپو هستند! شاید کسانی را می‌دیدیم که به‌خاطر سنگینی و فشار همانیدگی‌ها، پاهایشان تاب و توان پیشروی ندارد و آن‌ها سینه‌خیز مثل حلزون خود را روی زمین می‌کشند و بار و بندیل همانیدگی‌ها را روی پشت حمل می‌کنند!

تا این‌جا شاید ناامید شویم و ندانیم چه کاری باید انجام دهیم، چون مسلماً همه ما همانیدگی‌های ریز و درشت را یدک می‌کشیم و خیلی خوب از مزه دردهای کهنه باخبریم، اما آیا راه حلی هست؟

هر کجا دردی، دوا آنجا رود
هر کجا پستی ست آب آنجا دود
-مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۹

زمانی که به وجود درد واقف و آگاه شدیم و حقیقتاً راه نجاتی از زندگی طلب کردیم، درمانش درست در همان لحظه، همان جا در دسترس است، فقط کافی ست بخواهیم.

با عنایت حضرت باری تعالی، آموزه‌های مولانا و بیانات شفاف جناب آقای شهبازی و تمام عزیزانی که در این راه سعی و مجاهدت می‌کنند و هر کدام من‌ذهنی و الگوها و رفتارهایش را از نقطه نظر متفاوتی زیر ذره بین گذاشته و در اختیار همه قرار می‌دهند، فضاگشایی کنیم تا روزن درون ما گشوده شود و نور حق بر دل تاریکی بتابد، آن وقت است که یاد می‌گیریم دستانمان را که دور همانیدگی‌ها حلقه کرده بودیم باز کنیم. انگشتان در هم گره شده خود ما تنها عقده‌ای ست که باید باز کنیم، باقی گره‌ها را خود زندگی با تدبیر و کن‌فکان الهی باز خواهد کرد.

انگشتان من که از هم باز شود، هر چیزی که در مشت گرفته و ترس از دست دادن آن را داشتم از دستم رها خواهد شد و این مقدمه آزادی ست.

آزادی یعنی اجازه دهم همه آن چه در جهان هستی بوده، هست و خواهد بود و هر بخشی از آن که در مسیر من قرار می گیرد، همان طور که آمده همان طور هم برود. آزادی درک این نکته است که من بستر رودخانه هستم و هر لحظه اجازه می دهم آب در هر حجم و شدتی در وجودم جاری شده، از من گذشته و به جهان بیرون برسد. آزادی یعنی از باتلاق و مرداب به رودی جاری تبدیل شوم، رودی خروشان که با هیچ سنگ ریزه و تخته سنگی ستیزه نمی کند، از آبشار نمی هراسد یا مدام دنبال زمینی وسیع و هموار نمی گردد.

زمانی که دستانم باز باشند و انگشتانم گشوده، خاصیت چسبندگی کم رنگ و کم رنگ تر می شود، سیل خروشان که از جانب زندگی در وجودم جاری می گردد، پویایی و تحرک را به من بازگردانده، چربی های تلنبار شده گنده شده و همه آن حشرات موذی که روی آب گندیده وجودم نشسته و هر روز بیش تر و بیش تر می شدند با جریان آب پاک و صاف، از درون و بیرونم حذف شوند، ان شاء الله.

این نکته را هم اضافه کنم که در پروسه تسلیم و رضا، شکر، صبر، شناسایی همانیدگی‌ها و واهمانش، اصل «آسان گرفتن کارها» که این روزها خیلی به من کمک کرده، بسیار مهم است و سرعت تبدیل شدن را بسیار افزایش داده و کمک می‌کند هرچه زودتر درونمان از هرگونه لجن و کثافت پاک شود، ان شاءالله.

گفت آسان گیر بر خود کارها کز روی طبع
سخت می‌گردد جهان بر مردمان سخت کوش

– حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۲۸۶

– خانم مریم از تهران



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید