

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

www.parvizshahbazi.com

تماشا فرمایید



پیغام عشق

قسمت هزار و چهار صد و سوم





خانم لیلا



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۷۷ گنج حضور، بخش اول

چشم باز و گوش باز و این ذکا
خیره‌ام در چشم‌بندی خدا

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۰۹

چشم حسی انسانی که من ذهنی دارد باز است، گوش حسی اش هم باز است و بسیار هم زرنگ است؛ اما من از چشم‌بندی خداوند متحیرم که چگونه چشم‌های چنین انسانی را که هشیاری جسمی دارد می‌بندد و او برای خودش و دیگران خرابی ایجاد می‌کند.

نکته: هر چقدر هم زرنگ باشیم و از چشم و گوش باز حسی و خرد ذهنی استفاده کنیم، مادامی که فضا را باز و مرکز را عدم نکنیم به خودمان و دیگران ضرر خواهیم زد.

-«...لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَٰئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَٰئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ.»

«...ایشان را دل‌هایی است که بدان نمی‌فهمند و چشم‌هایی است که بدان نمی‌بینند و گوش‌هایی است که بدان نمی‌شنوند. اینان همانند چارپایانند حتی گمراه‌تر از آن‌هایند. اینان خود غافلانند.»

-قرآن کریم، سورهٔ اعراف (۷)، آیهٔ ۱۷۹

چشم باز و گوش باز و دام پیش
سوی دامی می‌پرد با پر خویش

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۹

درست مانند پرندهای که چشم و گوشش باز است و دام را مقابل روی خود می‌بیند، اما با پروبال خود به سوی آن پرواز می‌کند. [انسان دارای من‌ذهنی هم چیزهای جسمی را از ذهن به مرکزش می‌آورد و به دام آن‌ها می‌افتد.]

نکته: طرح خداوند این است که ما نتوانیم با من‌ذهنی و هشیاری جسمی زندگی کنیم.

گر امین آید سوی اهل راز
وارهید از سر کله مانند باز

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۳۵

اگر با فضاگشایی و صدق و خلوص از هم‌هویت شدن با من‌های ذهنی و سایر همانیدگی‌ها رها شوید و با خداوند انس بگیرید و به محضر انسان‌های اهل راز مانند مولانا وارد شوید، مانند باز شکاری از کلاهی که چشم و گوش را می‌پوشاند نجات خواهید یافت.

[به همین ترتیب خداوند هم به انسان می‌گوید: «من تو را خلق کردم که عشق و خرد مرا در جهان پخش کنی، نه این که من ذهنی درست کنی، چیزها را به مرکزت آوری و با آنها همانیده شوی. پس من چشم و گوشت را می‌بندم و هر وقت با من انس گرفتی و فضا را به قدر کافی گشودی و از جنس من شدی، کلاه ذهن را از سرت برمی‌دارم.»]

سر کلاه چشم بند گوش بند
که از او باز است مسکین و نژند

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۳۶

همان طور که کلاه روی سر باز که چشم و گوشش را می پوشاند، موجب افسردگی و درماندگی آن می شود. عقل من ذهنی که چشم و گوش عدم ما انسان ها را پوشانده است نیز به حدی موجب بی حالی و درماندگی مان شده که گویی ما را فلج کرده است.

ز آن کُله مر چشمِ بازان را سد است
که همه میلش سویِ جنسِ خود است

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۳۷

به این دلیل کلاه روی سرِ باز می‌گذارند و چشم‌های او را می‌پوشانند که با تمام وجودش به سوی بازهای دیگر میل دارد و می‌خواهد به سمتشان بپرد.

نکته: اگر با خداوند انس بگیریم و علاقه‌ما از همانیدگی‌ها و یا همجنس‌های فعلی‌مان که انسان‌های همانیده هستند گسسته شود، پرده‌ای که روی چشم و گوشِ عدممان را گرفته کنار می‌رود.

چون بُرید از جنس، با شه گشت یار
برگشاید چشم او را بازدار

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۳۸

همین که باز از دیدار جنس خود صرف نظر کند و با شاه همدم و مأنوس شود، صاحبش سرپوش را از سرش برمی دارد و چشمانش را می گشاید.

[انسان هم وقتی با فضاگشایی درک کند که دوست اصلی او خداوند است نه چیزهای این جهانی، پرده از مقابل چشم و گوش واقعی او کنار می رود.]

نکته ۱: مولانا «بازدار» را در دو معنای «بازدارنده و مانع شونده» و «صاحب یا دارنده باز» به کار برده است.

نکته ۲: بازدارنده ما خداوند است، چرا که من ذهنی را روی چشم‌هایمان گذاشته است. تنها کاری که می‌توانیم بکنیم آن است که جنس خود را عوض کنیم. برای این که جنس خودمان را عوض کنیم، باید مرکزمان را عوض کنیم و برای این کار باید درک کنیم که درست نیست چیزهای ذهنی به مرکزمان بیایند.

چون شوی تمییزده را ناسپاس
بجهد از تو خَطَرَتِ قبله‌شناس

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۹

-تمییزده: کسی که دهندهٔ قوهٔ شناخت و معرفت است.
-خَطَرَت: قوهٔ تمییز، آنچه که بر دل گذرد، اندیشه

هرگاه با آوردن چیزهای ذهنی به مرکزت نسبت به زندگی و فضای گشوده شده که قدرت تشخیص و شناسایی همانیدگی‌ها را به تو می‌دهد، ناسپاسی کنی [و قدر لحظات وصال یا یکی شدن با خداوند را ندانی]، قدرت تشخیص قبلهٔ اصلی یعنی مرکز عدم و خداوند را از دست خواهی داد.

نکته ۱: چرا وقتی با فضاگشایی به زندگی زنده شویم، قدرت تشخیص قبله به ما بازمی‌گردد؟ زیرا وقتی مرکزمان عدم شود همان من اصلی‌ای می‌شویم که روز اول به‌عنوان امتداد خدا وجود داشت و قبله را که در واقع خدا یا خودش هست می‌شناخت.

نکته ۲: از کارهایی که در این مسیر ما را فلج می‌کند آن است که با خط‌کش ذهنی پیشرفت معنوی‌مان را اندازه بگیریم.

بُعد تو مرگی ست با درد و نکال
 خاصه بعدی که بُود بعدالوصول
 -مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۴

-نکال: عقوبت، کیفر
 خدایا، دوری و مسافتی که بین من و توست، مرگی دردناک و عذاب‌آور است؛ خصوصاً دوری و هجرانی که بعد از دیدن تو در روز آلت و یا لحظات وصال تو با چندین بار فضاگشایی عارض شده‌است.

نکته: به محض فضاگشایی و وصل شدن به خداوند، من ذهنی بی کار نمی نشیند و با ابزارهای مختلف مانع ما می شود که مثال هایش این هاست:

تعجیل: «نمی شود زودتر به خدا وصل شوم؟»

مقایسه: «چرا من شبیه دیگران کار نکنم؟»

ملامت و پشیمانی خود: «کاش دیروز آن کار را نمی کردم و وصل می ماندم!»

ملامت دیگران: «چرا او حواسم را پرت کرد؟»

عدم حس مسئولیت: «تقصیر دیگران است که مرا عصبانی کرده اند.» و نظایر این ها.

عاشقی تو بر من و بر حالتی
حالت اندر دست نبُود، یا فتی

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۵

[معشوق یا خداوند خطاب به عاشق خود یا انسان می گوید:] تو ظاهراً عاشقِ منی، ولی درحقیقت عاشقِ حالِ من ذهنی خودت هستی که وابسته به چیزهای بیرونی است. ای جوانمرد، باید بدانی که حال تو در ذهن دوامی ندارد و حالت من ذهنی در دست تو نیست، زیرا هر لحظه یک فکر و وضعیت ذهنی را به مرکزت می‌آوری که حال تو را خوب یا بد می‌کند و تغییر آن در دست زندگی است نه تو.

پس نی‌ام کَلِّیِ مَطْلُوبِ تُو مَن
جَزُو مَقْصُودِم تُو رَا اِنْدَر زَمَن

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۶
-زَمَن : زمان، روزگار

پس ای انسان، من مطلوب و منظور اصلی تو از زندگی نیستم و خواسته‌ات زنده شدن به من نیست، بلکه درست مانند سایر اهداف هستم که حال تو را در ذهن خوب می‌کنند و قصد داری به‌مرور زمان و با ذهن همانیده به آن‌ها دست پیدا کنی.

نکته: ما خیلی کارها مثل اعمال مذهبی را مرتب انجام داده‌ایم، اما حالمان خوب نشده؛ زیرا سعی ما بهبود حال من‌ذهنی‌مان بوده و به اشتباه، آن را حال من اصلی‌مان در نظر گرفته‌ایم، درحالی‌که کُلِ مطلوب ما باید زنده شدن به زندگی از طریق بی‌توجهی به حال من‌ذهنی باشد.

عقلِ کُلِّ را گفتم: مازاغِ البصرِ
عقلِ جزوی می کند هر سو نظر

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۰۹

خداوند دربارهٔ عقلِ کُلِّ یا خردی که تمام کائنات را اداره می کند فرموده است: «چشم انسانی مانند مولانا که مرکزش عدم شده و با عقلِ کُلِّ می بیند، به هیچ طرف نمی لغزد و به همانیدگی‌ها توجه نمی کند، بلکه فقط با فضاگشایی لحظه به لحظه به سوی زندگی می رود.» در حالی که عقلِ جزویِ من ذهنی به همانیدگی‌های مرکزش توجه کرده و به سوی هر چیزی که ذهنش نشان می دهد می رود.

—«مَا زَاغَ الْبَصَرُ وَمَا طَغَى»
«چشم خطا نکرد و از حد درنگذشت.»
—قرآن کریم سورهٔ نجم (۵۳)، آیهٔ ۱۷

عقلِ مازاغِ است نورِ خاصگان
عقلِ زاغِ اُستادِ گورِ مردگان

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۱۰

«عقلِ مازاغ» یا عقلِ کل و خرد خداوند که تمام کائنات را اداره می‌کند، نورِ چشمِ انسان‌های خاصی همچون مولانا است که مدام فضا را باز و مرکز را عدم می‌کنند و به‌سوی چیزهای ذهنی منحرف نمی‌شوند. اما عقلِ زاغ که نمادِ عقلِ جزوی و عقلِ من‌ذهنی است، به هر سو نگاه می‌کند و استادِ این است که انسان‌ها را به‌سوی ویرانی و تخریب هدایت کرده و در قبرستانِ مردگانِ در ذهن مدفون کند.

دیده ما چون بسی علت دروست
رو فنا کن دید خود در دید دوست

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱

—علت: بیماری

این روش دیدن و بینش ما به وسیله من ذهنی و همانیدگی‌ها، بسیار مرض گونه است و ایجاد مانع، مسئله، درد، کارافزایی و خرابکاری می‌کند. بنابراین ای انسان، دید من ذهنی را که بر حسب همانیدگی و درد می‌بیند، در دید خداوند که با مرکز عدم به وجود می‌آید و با فضاگشایی می‌بیند، محو و فنا کن.

دید ما را دید او نَعْمَ الْعَوْضِ
یابی اندر دید او کُلِّ غَرَضِ

—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۲

—نَعْمَ الْعَوْضِ: بهترین عوض

بهترین معامله این است که با فضاگشایی و عدم کردن مرکز، دید و عقل من ذهنی را که بر حسب چیزهاست، با دید خداوند عوض کنیم. زیرا فقط در دید خداوند و مرکز عدم تمام غرض‌ها و مقصودها را پیدا کرده و منظور کلی از آمدنمان به این جهان را که در واقع زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند و خلق ساختارهای زیبا در جهان است، می‌یابیم.

نکته: ما در من ذهنی مایلیم ابتدا چیزهای مادی را به دست آوریم و همان‌دگی‌ها را انباشته کنیم تا از دیگران عقب نیفتیم، سپس برویم و دید خداوند را بگیریم. به خیال خودمان با این زرنگی به نتیجه می‌رسیم، اما محال است موفق شویم.

این زمین و این زمان، بیضه‌ست و مرغی کاندراوست
مُظلم و اشکسته‌پر باشد حقیر و مُستَهان

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۰

-مستَهان: خوار و ذلیل

زمین که نماد من‌ذهنی است و زمان که نماد زمان مجازی است مانند تخم‌مرغ هستند و انسان هم مرغی است که به صورت هشیاری ناظر در این تخم‌مرغ جا دارد. در حال حاضر این مرغ به تاریکی افتاده، پرش شکسته و حقیر و ذلیل شده، زیرا سبک زندگی او توأم با باورهای ذهنی است.

نکته: اگر کارهایی که مولانا توصیه می‌کند انجام دهیم، به‌عنوان مرغ معنا و زندگی از داخل تخم‌مرغ ذهن بیرون خواهیم پرید.

کفر و ایمان دان در این بیضه سپید و زرده را
واصل و فارق میان شان برزخ لایبغیان

-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۰

ای انسان کفر و ایمان ذهنی را که شامل باورهایی است که با آنها همانیده هستی و یک سری را کفر و یک
تعداد از الگوهای عمل را ایمان می دانی، مانند سفیده و زرده تخم مرغ ذهن بدان که هرگز با هم قاتی نمی شوند؛
بنابراین دریای هشیاری حضور و دریای هشیاری جسمی کنار هم هستند اما حجابی میانشان وجود دارد.

نکته: در این جهان انسان‌هایی مثل مولانا از جنس هشیاری حضور هستند و با هشیاری جسمی که در من‌های ذهنی این جهان است، آمیخته نمی‌شوند و بینشان حجاب است.

– «مَرَجَ الْبَحْرَيْنِ يَلْتَقِيَانِ»
«دو دریا را پیش راند تا به هم رسیدند،»

– «بَيْنَهُمَا بَرْزَخٌ لَا يَبْغِيَانِ»
«میانشان حجابی است تا به هم درنشوند.»

– قرآن کریم، سوره الرحمن (۵۵)، آیه ۲۰-۱۹

بیضه را چون زیر پر خویش پرورد از گرم
کفر و دین فانی شد و شد مرغِ وحدت پرفشان

—مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۰

وقتی تخم مرغ از بخشش مرغ زندگی زیر تابش نور و گرمای رحمت او قرار گرفت و پرورش یافت، جوجه‌ای از آن بیرون می‌آید. در این صورت دیگر سپیدی و زردی باقی نمی‌ماند، کفر و ایمان ذهنی و باورها نابود و فانی می‌شوند و مرغ وحدت یا یکی شدن با خداوند به پرواز درمی‌آید.

نکته: ما هم اگر فضا را باز کنیم، تخم مرغ من ذهنی مان در فضای گشوده شده، زیر گرما و پرورش زندگی قرار می‌گیرد و تابش نور زندگی و رحمت‌اندررحمتش به آن می‌افتد و این از گرم و بخشش زندگی ست.

مرغِ جذبه ناگهان پرد ز عَش
چون بدیدی صبح، شمع آنگه بکُش

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۰

-عَش: اَشیانه پَرندگان

وقتی خدا هشیاری انسانِ فضاگشا را جذب می کند، او ناگهان مانند مرغی از اَشیانهٔ ذهن به سوی اصل خود که زندگی است می پرد. پس ای انسان، اگر با فضاگشایی لحظه به لحظه و نگه داشتن مرکز عدم، صبح حضورت را دیدی و آفتاب زندگی از مرکز طلوع کرد، شمع من ذهنی و سبب سازی اش را خاموش کن و از نور و خرد فضای گشوده شده بهره مند شو.

چشم‌ها چون شد گذاره، نورِ اوست
مغزها می‌بیند او در عینِ پوست

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۱

-گذاره: آنچه از حدّ درگذرد، گذرنده.

وقتی که در اثر فضاگشایی پی‌درپی، چشمان انسان در همه‌چیز نافذ و عدم‌بین شوند، درحقیقت این نور هشجاری نظر است که از تفاوت‌های سطحی می‌گذرد و در هرچه می‌نگرد زندگی را می‌بیند. چنین چشم عدم‌بینی در انسان‌ها من‌ذهنی را نمی‌بیند، بلکه مغز و زندگی را می‌بیند، بنابراین فضا را در اطراف رفتار آن‌ها می‌گشاید و زندگی و شادی بی‌سبب را در آن‌ها به ارتعاش درمی‌آورد و سبب بیداری‌شان از خواب ذهن می‌شود.

بیند اندر ذرّه خورشید بقا
بیند اندر قطره، کُلِّ بحر را

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۲

—بحر: دریا

[انسانی که با دید عدم و نور خدا می بیند] در هر ذره یعنی در وجود هر فرد، فارغ از این که من ذهنی دارد یا نه، قوه و پتانسیل زنده شدن به زندگی را می بیند که می تواند در اثر فضاگشایی از مرکزش طلوع کرده و او را جاودانه کند. هم چنین در وجود هر انسانی به عنوان قطره، کُلِّ اقیانوس زندگی را می بیند که می تواند به آن زنده شود.

ترس و نومیدیت دان آوازِ غول
می‌گشَد گوشِ تو تا قَعْرِ سَفول

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷

—سُفول: پستی

چنانچه ذهن وضعیتی را به تو نشان داد که در نظرت مهم آمد و دچار [مشخصات من‌ذهنی از جمله] ترس و ناامیدی شدی و به درد افتادی، آن را آواز غول من‌ذهنی بدان که سعی دارد تا گوش تو را بگیرد و به پایین‌ترین سطح از هشیاری بکشاند.

نکته: ما باید مواظب دو خصوصیت من‌ذهنی که ترس و ناامیدی است باشیم، ترس در ذات من‌ذهنی است و من‌ذهنی به ما می‌گوید: «بترسان تا به هدفت برسی.» درحالی‌که نه به هدفمان می‌رسیم و نه به آسایش، بلکه همه چیز را خراب کرده خودمان هم نابود می‌شویم. پس ما باید از مولانا یاد بگیریم که در هیچ سنی، نه بترسیم و نه بترسانیم بلکه فضا را باز کنیم.

هر ندایی که تو را بالا کشید
آن ندا می‌دان که از بالا رسید

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸

هر ندایی که سبب می‌شود فضای درونت باز شود و تو را به سمت بالا یا همان فضای گشوده‌شده می‌کشاند، آن را از طرف خداوند و خرد کل بدان.

هر ندایی که تو را حرص آورد
بانگِ گرگی دان که او مردم درد

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹

هر ندایی که در تو حرص «هرچه بیشتر بهتر» را بیدار می کند و تو را به پریدن از یک فکر همانیده به فکر همانیده دیگر سوق می دهد، مانند بانگ گرگی بدان که می خواهد هشیاری انسان ها را بدرد و به ذهن بکشاند.

نکته ۱: حال من ذهنی ما قابل کنترل نبوده و مرتب بد و خوب می شود. به طور کلی سیستم همانیدگی درد، غم، ترس و تخریب ایجاد می کند.

نکته ۲: چرا من ذهنی ما را ناامید می کند؟ زیرا کارهای ما و زندگی خانوادگی ما با من ذهنی به نتیجه نمی رسد و به درد و دعوا ختم می شود؛ پس چاره این است که با نرمی و فضاگشایی عمل کنیم.

أذْكُرُوا اللَّهَ كَرِهَ أُولَئِكَ أَنْ يُرْجَعُوا إِلَى اللَّهِ
أُولَئِكَ أَلْفَاظُ الْقَلْبِ

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۲

—قلّاش: بیکاره، ولگرد، مفلس

«أذْكُرُوا اللَّهَ» یا یاد کردنِ خداوند که همان فضاگشایی است، کارِ هر من‌ذهنی بیکاری نیست. همچنین «ارجعی» یعنی گوش کردن به ندایِ خداوند که هر لحظه انسان را صدا می‌کند و می‌گوید: «ای امتداد من، سوار هشیاری حضور شو و به سوی من بیا.» کارِ هر من‌ذهنی بی‌سروپایی نیست.

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا.»

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خدا را فراوان یاد کنید.»

[کسانی که ایمان آورده‌اند، کسانی هستند که می‌خواهند به وحدت مجدد با زندگی برسند و به این کار اعتقاد دارند که مرتب باید با فضاگشایی خدا را یاد کنند، نه این که نام خدا را پشت سرهم تکرار کنند.]

—قرآن کریم، سوره احزاب (۳۳)، آیه ۴۱

لیک تو آیس مشو، هم پیل باش
ورنه پیلی، در پی تبدیل باش

-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۳

اما تو ای انسان، ناامید نشو و دست از طلب برندار. مثل فیل قوی و از جنس فضای گشوده شده باش. اگر هم از جنس فیل یعنی زندگی نیستی و در نادانی مانده‌ای، سعی کن با فضاگشایی، طلب، سُکر، شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها از هشیاری جسمی به هشیاری حضور تبدیل شوی.

ناامیدی‌ها به پیش او نهید
تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید

—مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷

هنگام ناامیدی با صبر و شکر و تمرکز روی خود به کار کردن ادامه دهید و ناامیدی‌ها را با فضاگشایی به نزد خدا ببرید، تا از دردهای بی‌دوای من‌ذهنی که درمانش در جهان بیرون وجود ندارد بیرون بجهید و نجات پیدا کنید.

نکته: اگر ما در سنین میانسالی رنج بسیاری کشیده، در روابطمان شکست خورده باشیم و از اشخاص و زندگی ناامید شده باشیم، در این صورت نباید فکر کنیم که ما بدشانس و بدبختیم و بقیه انسان‌ها خوشبخت هستند، و همین موضوع سبب شود دوباره به اشخاص و چیزها رو بیاوریم تا خوشبخت شویم؛ زیرا درد ما فقط به وسیله زنده شدن به زندگی درمان می‌شود، نه پناه بردن به من‌های ذهنی.

ناامیدی را خدا گردن زده‌ست
چون گناه و معصیت طاعت شده‌ست
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۶

خداوند ناامیدی را «گردن زده‌است»، یعنی ناامیدی اصلاً وجود ندارد؛ زیرا هر گناه و معصیت، هر همانیدگی که با تسلیم و فضاگشایی از مرکز انسان خارج می‌شود، به عبادت تبدیل می‌شود و هشیاری به تله‌افتاده آزاد می‌گردد و انسان پیشرفت خود را می‌بیند.

نکته ۱: تسلیم یا همان فضاگشایی، به معنی پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت و رفتن به ذهن است که ما را از جنس هشیاری اولیه کرده و مرکزمان را عدم می‌کند. یک اسم دیگر آن مهم ندانستن چیزهای ذهنی و نیاوردن آن‌ها به مرکز است.

نکته ۲: ما به برنامه گنج حضور گوش می‌کنیم تا فضا را بگشاییم و من‌ذهنی و ابزارهایش را بشناسیم و جلوی ضررهایی مثل ایجاد خشم، ترس و مسئله را بگیریم.

«قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.»

«بگو: ای بندگان من که بر زیان خویش اسراف کرده‌اید، از رحمت خدا مأیوس مشوید. زیرا خدا همه گناهان را می‌آمرزد. اوست آمرزنده و مهربان.»
-قرآن کریم، سوره زمر (۳۹)، آیه ۵۳

با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: لیلا



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

