A photograph of a sunset over a body of water. The sun is a small white circle on the horizon, surrounded by a red and orange glow. The sky is a gradient of orange and yellow. The water is dark and calm.

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

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



# پیغام عشق

قسمت پنجاه و ششم





خانم فریده از هلند



برداشتی از قصه منافقان و مسجد ضرار ساختن ایشان.

دفتر دوم، بیت ۲۸۲۶ الی ۲۸۲۹، برنامه ۸۲۸

این چنین کژ بازی در جفت و طاق  
با نبی می باختند اهل نفاق  
کز برای عز دین احمدی  
مسجدی سازیم و بود آن مرتدی

خداوند مثالی تحت عنوان مسجد ضرار یعنی ضرر زننده میزنه، که ما  
چطور با جفت و طاق بازی کردن با خدا دست به حيله گری و نفاق  
می زنیم.

با زبان خدا رو دعوت می کنیم که به مرکز ما بیا، ولی حاضر نیستیم،  
همانیدگی ها رو بیان داریم. و در فکر ساختن مسجدی غیر از فضای  
یکتایی خدا هستیم.

فرش و سقف و قُبّه اش آراسته  
لیک تفریق جماعت خواسته

این انسان منافق به ظاهر حرف های بسیار زیبا و قشنگی میزنه و با اصرار  
فراوان، مدام درخواست آمدن خدا به مرکزش رو داره، ولی قصد نداره  
مرکز غیر عدم شو ترک کنه.

- مثنوی، دفتر دوم بیت ۲۸۳۷ الی ۲۸۴۰ -

مسجد و اصحاب مسجد را نواز  
تو مہی، ما شب، دمی با ما بساز  
تا شود شب از جمالت همچو روز  
ای جمالت آفتابِ جان فروز

بدتر از همه اینکه این نفاق رو آگاهانه انجام میدهد، و کاملاً واقفہ کہ قصد  
حیلہ گری و جدایی انداختن دار.

ای دریغا کان سخن از دل بدی  
تا مراد آن نفر حاصل شدی

لطف کاید بی دل و جان در زبان  
همچو سبزه تون بود ای دوستان

اما مولانا به صراحت پیغام میدهد، دعوتی که از روی صداقت نباشد به مراد  
دل نخواهد رسید. و از این چنین لطفی دوری کن، چرا که همچون  
سبزه‌ای است که روی کثافات روییده باشد. و از چنین انسان‌های بی وفا  
به روز الست نیز دوری کن چرا که پل شکسته‌ای هستند که در روز  
سختی به عهد و پیمان وفا نخواهند کرد و پشت ترا خواهند شکست.

- مثنوی، دفتر دوم بیت ۲۸۴۹ الی ۲۸۵۱ -

آن رسول مهربانِ رحم کیش  
جز تبسم، جز بلی نآورد پیش  
می نمود آن مکر ایشان پیش او  
یک به یک زان سان که اندر شیر، مو

ما همچنان به اصرار خود ادامه می دهیم و خداوند با تبسم و بلی گفتن با  
ما مدارا میکند. در حالیکه آشکارا همانیدگی های ما رو همچون مویی در  
شیر میبیند و چیزی به زبان نمی آرد. شاید که عبرتی بگیریم و به خود  
بیاییم و دست از دورویی و تفرقه و جدایی انداختن برداریم.

- مثنوی، دفتر دوم بیت ۲۸۵۴ الی ۲۸۵۶ -

راست می فرمود آن بحر گرم  
بر شما من از شما مشفق ترم  
من نشسته بر کنار آتشی  
با فروغ و شعله بس ناخوشی  
همچو پروانه شما آن سو دوان  
هر دو دست من شده پروانه ران

در این ابیات رابطه ما با خداوند مطرح میشه، که چطور خداوند سعی داره با اتفاقات ما رو از مرکز هم هویت شده‌مان آگاه کنه، ولی ما همچنان خود را به آتش همانیدگی‌ها میزنیم. و خداوند به حضرت رسول ندا میده که حقیقت را به آنها بگو.

- مثنوی، دفتر دوم بیت ۲۸۶۸ -

گفت: ای قوم دغل خامش کنید  
تا نگویم رازها تان تن زنید

ذهن رو خاموش کنید و از همانیدگی‌ها دست بردارید. پس این قدر با ذهن حضورمان رو اندازه نگیریم. دنبال این نباشیم که خود و یا دیگران رو ارزیابی کنیم که چقدر پیشرفت کردیم، بلکه بهتره که فقط روی خودمون کار کنیم. اما منافقان که از اصرار ورزیدن دست برنمیداشتن، این بار متوسل به سوگند خوردن، و قرآن رو زیر بغل گرفتن، شدن.  
- مثنوی، دفتر دوم بیت ۲۸۷۴ -

راستان را حاجت سوگند نیست  
زانکه ایشان را دو چشم روشنی ست

به عهد الست وفا کردن، یعنی عدم مقاومت و ستیزه، نیازی به سوگند خوردن نداره. با پذیرش اتفاق این لحظه همراه با صبر و پرهیز، می‌توانیم به پیمان الست وفادار بمانیم. در غیر اینصورت خداوند دل، گوش و زبان ما رو مهر خواهد کرد، و دیگه به آواز خدا دسترسی پیدا نخواهیم کرد.

- مثنوی، دفتر دوم بیت ۲۸۸۱ -

مهر در گوش شما بنهاد حق  
تا به آواز خدا نارد سبق

اگر واقعاً یار حقیقی خداوند هستیم باید دل به گوش او بدیم و خود را با تسلیم و صبر بدست زندگی بسپاریم، اگر که کنترل مرکز مون رو نداریم. اگر لحظه‌ای وصل شدیم و حضور پیدا کردیم، سرگین بودن مسجد ضرار خود و دیگران رو می بینم. دیدن مقاصدی که از ذهن هم هویت شده سرچشمه می گیره نه از عدم و وحدت.

- مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۲۸۹۴، ۲۸۹۵ و ۲۸۹۸ -

دل به دستم نیست همچون دید چشم  
ورنه دل را سوزمی این دم به خشم  
اندرین اندیشه خوابش در ربود  
مسجد ایشانش، پر سرگین نمود

در زمان در رو فتاد و می گریست  
کای خدا اینها نشان منگریست

پس هر چه زودتر این مسجد هم هویت شده‌ام رو باید خراب کنم، که باعث انکار من به نور خدا، و ضرر زدن به خود و دیگران شدم.

- مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰-

چون ز زنده مرده بیرون می‌کند  
نفس زنده سوی مرگی می‌تند

به ذهنمون هم نمیرسه که ما هم میتونیم مسجد ضرار داشته باشیم. پس باید روی خود کار کنیم و متعهد به خدا و حضرت مولانا باشیم.

- مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۰۲ -

صد کمر آن قوم بسته بر قبا  
بهر هدم مسجد اهل قبا

تا جز این دسته از افراد نباشیم. حضرت مولانا، انسان‌ها رو نازنینانی می‌بیند که تمام اسرار همه‌هویت شدگی‌هاشون رو نمی‌خواهد فاش کند. ما گمشده‌ای داریم که همان حضوره، شاید هنوز به اون گنج دست نیافتیم که به فکر و عملمون بریزه ولی یقین به اون حضور داریم، چرا که نه با تقلید بلکه با یقین وارد این راه شدیم.

گریه‌ی ابرست و سوز آفتاب  
اُستن دنیا همین دو رشته تاب

- مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۸ -

با تشکر، فریده از هلند 🙏🙏🙏



آقای حسام از مازندران



برنامه ۸۲۷، غزل ۴۵۵ مولانا، قسمت اول

آن روح را که عشق حقیقی شُعار نیست  
نابوده به، که بودنِ او غیرِ عار نیست

روح همان هوشیاری جدا شده از زندگی ست، که در این جهان به فرم انسان در آمده است. زندگی هر وقت بخواهد به فرمی در می آید، آن را به کمال می رساند و دوباره به سوی خود برمی گردد. حال هوشیاری در فرم انسان با جسم خودش و چیزهای دیگر که بعضی در ابتدا توسط پدر و مادر و در ادامه توسط جامعه به او نسبت داده می شود، و بعضی را هم در ادامه خودش به دست می آورد احساس یکی بودن و پیوند می کند و به اصطلاح، دچار همانیدگی می شود.

یعنی یا خودش را بخشی از آنها و یا آنها را بخشی از خود می‌داند و پیوسته افکارش به صورت مداوم حول و حوش این چیزها می‌چرخد که چگونه آنها را حفظ کند، و از دست ندهد و اگر می‌تواند زیاد کند، و چیزهایی هم هدف گذاری می‌کند که در آینده به دست بیاورد، تا حس شادی و امنیت به او بخشد. در این مرحله من ذهنی دیگر شکل گرفته است، یعنی خود را به عنوان ما، جا زده است و یک خدایی هم به صورت ذهنی جدای از ما برایمان ساخته است، اما خدا نظاره می‌کند و پیغام هایش را به وسیله‌ی قضا و کُن فکانش می‌فرستد.

خانواده و جامعه‌ی شرطی شده همچنان روز به روز، به تقویت من ذهنی در ما می‌پردازند، و این را کاملاً طبیعی و به صورت ارزش جلوه می‌دهند، خدا باز هم نظاره می‌کند و پیغامش را می‌فرستد. او همانیدگی‌های ما را که دیگر بخشی از وجودمان فرض کرده‌ایم هدف می‌گیرد که متوجه‌مان سازد که اصل شما من هستم، و مثل اینکه فراموش کرده‌اید این جهان مادی موقت است و باید به سوی من برگردید. این را با مرگ عزیزان و نزدیکان و خراب شدن چیزها و رفتن افراد مدام گوشزد می‌کند که اینها سایه‌ای از حقیقت زندگی و مجازیت تو باید به اصل خود برگردی که بینهایت و ابدی ست.

ما در اثر این جدایی توهمی از زندگی، خود را محدود به این جسم‌ها و فرم‌ها فرض کرده‌ایم که اشتباهاً هدف‌مان را در زندگی تشکیل می‌دهند و تمام فکر و عمل‌مان در راستای بدست آوردن و زیاد کردن آنها و ترس از دست رفتن یا جدا شدن آنهاست. اصلاً چرا ما ترس از مرگ و از دست دادن همانیدگی‌ها داریم؟ برای اینکه هوشیاری در درون ما به یقین می‌داند، که جسم‌ها فانی هستند اما در اثر چشم بندی من ذهنی این واقعیت را همیشه کتمان کرده‌ایم. اصل زندگی بر پایه ی آفرینش نو به نو، و فراوانی و ابدیت است. زندگی می‌آفریند و رها می‌کند، نگران نیست که بروند چون همه چیز در ید قدرت و حیطة مشیت اوست.

ما امتداد زندگی هستیم، ما هم باید بیافرینیم و رها کنیم و مقاومتی نداشته باشیم تا فرم‌ها آزادانه بیایند و بروند. زندگی پایه و اساس همه‌ی فرم‌هاست، ما هم که امتداد اویسیم نباید فریب من ذهنی را بخوریم و خوار و زبون آفریده‌های خویش شویم. ما فراموش کرده‌ایم که اصلمان چیست و مانند نقاش متوهمی که خود را در قفسی نقش کرده است، سالهاست که خود را زندانی قفسی که خودمان کشیده‌ایم فرض کرده‌ایم.

مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۸۲

این جهان زندان و ما زندانیان  
حفره کن زندان و خود را و رهان

مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۳۴

این عَجَب که جان به زندان اندرست  
وانگهی مفتاح زندانش به دست

یک مثال ذهنی دیگر برای نشان دادن فراموشی و ناسپاسی ما این است که به میهمانی صاحب خانه‌ای سخاوتمند و جاودانی که صاحب گنجی فراوان و تمام نشدنی ست دعوت شده‌ایم، و او برای شروع، جهت تنوع و آموزش ما بازی‌هایی مفرح و آموزنده طراحی کرده است، و پیش غذایی متنوع و رنگارنگ تدارک دیده است، و ما حریصانه مشغول خوردن شویم و فکر کنیم که کل میهمانی همین بازی و پیش غذاست، در حالی که او قصد دارد غذاهای بسیار مقوی و لذیذ را در ادامه پیشکش مان کند و تازه پس از آن می‌خواهد راز جاودانگی و فراوانی‌اش را به ما بیاموزد، و ما را هم جاودانه و صاحب آن گنج بی‌پایان کند.

حال صاحب خانهای چنین سخاوتمند و مهربان که می خواهد عشق و یکی شدن با میهمانش را نثارش کند، این عار نیست که به غیر از عشق و فراوانی و وحدت با او، به چیزی کمتر از خود او محدود شویم؟ تازه کارهای او را قضاوت کنیم و با عجله میهمانی را شروع نشده به پایان برسانیم و قدر ناشناس و ناسپاس، به مقصود نرسیده میهمانی را ترک کنیم؟

ارادتمند شما و دوستان  
حسام مازندران



خانم سمیه



خودشناسی:

خودشناسی واقعی به این معنی نیست که بگوییم مثلاً من انسانی خشمگین، یا ترسو هستم، من اینطوری یا آنطوری هستم، و این‌ها من، من را تشکیل می‌دهند، و اینگونه خود را بشناسیم، بلکه خودشناسی این است که همه این خصوصیات را ببینیم و در عین حال آنها را لا کنیم و بدانیم که این‌ها همه نقابی هستند بر چهرهٔ هشجاری ما، که باید آنها را با شناسایی و کار کردن روی خود بیندازیم.

از خود پرسیم آیا اصلاً من خودم را لایق می‌دانم که به بینهایت و ابدیت خدا زنده شوم، یا حس شرم من ذهنی که از حيله‌گری‌اش است را دارم. به خودمان نگاه کنیم و بگوییم، خدا من را بعنوان انسان گرامی داشته است و من با شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها می‌توانم به خدایت درونم زنده شوم.

- دیوان شمس غزل شماره ۲۴۸۴ -

عاشق مست از کجا، شرم و شکست از کجا؟  
سنگ و وقیح بودی، گر گرو الستی

ما با توجه به حرص و خشم و ترس و ابزارهای من‌ذهنی می‌خواهیم فکر  
و عمل کنیم آن وقت همان را نیز از بیرون دریافت می‌کنیم، چرا که جهان  
بیرون انعکاس درون ماست، باید جان‌مان را مانند آینه‌ای از زنگار  
همانیدگی‌ها پاک کنیم تا خدا نیز جان ما را به خویش زنده کند.

- مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۵۵ -

بر اسب تن مَلَرز، سبک تر پیاده شو  
پرش دهد خدای، که بر تن سوار نیست

اندیشه را رها کن و دل ساده شو تمام  
چون روی آینه که به نقش و نگار نیست

ما به عنوان امتداد خدا نیاز به هیچ چیز این جهانی نداریم ما طبق آیه قرآن، سوره توحید (الله الصمد) مانند اصل خود بی نیاز هستیم، پس باید خودمان را بشناسیم، و از روی اسب من ذهنی پیاده شویم، تا دل مان زنده به خدا شود و آینه‌ی درون صاف و زلال، پر از عشق شود. آگاه باشیم هر فکر و حيله از من ذهنی برای این است که ما به خدا زنده نشویم.

- مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۰۳ -

نفس خَس، گر جویدت کسب شریف  
حيله و مکرى بود آن را ردیف

حيله و مکر من ذهنی که بصورت فکرهای هم‌هویت شده در ذهن ما می‌پرند برای آن هستند که ما را به درد بکشانند، اصلاً کار من ذهنی، نفس زنده، رفتن بسوی درد و مرگ است.

- مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰ -

چون ز زنده مُرده بیرون می کند  
نفس زنده سوی مرگی می تند

هیچ فکری از من ذهنی نیست که خیر و منفعتی داشته باشد، و تمامش  
آتش و جهنم است، ظاهرش را با دلسوزی حيله گرانه خوب نشان داده و  
اصلش آتش است. ای خدای مهربان یاری مان ده تا این نفس و  
من ذهنی فریبکار را انداخته با تو یکی شویم.

- مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۰۴ -

تا چه دارد این حسود اندر کدو؟  
ای خدا فریاد ما را زین عدو

اگر می خواهیم واقعاً به خودمان کمک کنیم آن کار باید در جهت ترک  
هم هویت شدگی های من ذهنی باشد.

- مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۴۳ -

هر که خود را از هوا، خوباز کرد  
چشم خود را آشنای راز کرد

و اگر می خواهیم بدانیم چه چیزی ما را از شادی بی سبب و عشق و  
زندگی و برکات بی نهایت زندگی بی نصیب می کند همین من ذهنی ماست،  
هر آسیبی به ما می رسد از همین من ذهنی ماست، و کار ما و توجه ما و  
تمرکز ما باید روی خودمان باشد، تا خود را از شر من ذهنی در امان  
بداری.

- مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۲۴ -

قسمت خود، خود بریدی تو ز جهل  
قسمت خود را فزاید مردِ اهل

پس دانه به دانه همانیدگی‌ها را دیده، شناخته و رها کنیم، تا به بینهایت  
برکت و فراوانی و خیر و هزاران ترجمان دیگر که در زیر همین فکرهای  
من ذهنی ماست برسیم، در حقیقت عشق و خدایت و اصل ما آنجا  
هستند، و فقط با من ذهنی چهره‌شان پوشیده شده است. وقتی نقاب  
من ذهنی بیفتد ما با بینهایت و ابدیت زندگی یکی می‌شویم.

- مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۰۳ -

اندکی زین شُرب کم گُن بهر خویش  
تا که حوضِ کوثری یابی به پیش

با سپاس سمیه  
والسلام



خانم مریم از اورنج کانتی



برنامه شماره ۸۲۸

رحم کن از زخم شوم سر به سر  
مرهم صبرم ده و رنجم ببر

غزل شماره ۱۱۷۰ از دیوان شمس مولانا:

تأکید و اهمیت رحم کردن انسان بر خود، از طریق شناسایی و آگاهی از دید اشتباه ذهن. اقرار و اعتراف به داشتن دید اشتباه، و مرکز همانیده و پرهیز از آن، همراه با تواضع و قضاوت و مقاومت صفر. مسئولیت هوشیاری خود را برعهده گرفتن و ملامت نکردن خود و دیگران، و آگاهی از حفاظت زندگی بر اصل و ذات انسان. کار کردن روی خود از طریق تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه، همراه با تعهد و محک زدن کار خود در جهت عاری بودن از هر گونه آلودگی و گدایی ذهنی.

طفل حاجات شما را آفرید  
تا بنالید و شود شیرش پدید

مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۳

ناظر بودن بر ذهن و مرکز خود با دید بدون قضاوت و مقاومت به خوبی  
نیاز واقعی انسان، یا طفل حاجات را روشن می کند. نیاز به خاموش کردن  
ذهن از طریق تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه بدون قضاوت، نیاز به  
رحم کردن بر خود از طریق همانیده نشدن و قرار ندادن متعلقات،  
اشخاص، دردها و باورها در مرکز، همچنین نیاز به عقل و حس امنیت،  
هدایت و قدرت، شادی بی سبب و آرامش بینهایت زندگی.

مراقبت و ناظر بودن بر ذهن روشن می کند که انسان نیاز به هوشیاری جدیدی دارد. هوشیاری جدیدی که از طریق تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه جاری می شود، و از طریق صبر و شکر و درد هوشیارانه توسط تمامی کائنات شناسایی، و مورد کمک و یاری قرار می گیرد.

دل به دستم نیست همچون دید چشم  
ور نه دل را سوزمی این دم به خشم

مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۹۴

اگر کنترل دل مانند کنترل چشم در دست انسان بود تمام هم هویت شدگی‌ها را با خشم خود می سوزاند، اما مشکل اینجاست که این کار تنها به دست زندگی صورت می‌گیرد، و هر گونه تلاش و کار معنوی با ذهن، بی‌فایده و همچون بنا کردن مسجد ضرار بیهوده و مضر است. اعتراف و اقرار به اینکه دل مانند چشم در کنترل نیست و دیدن عیب‌ها و دردها کار آسانی نیست، سبب تواضع و مقاومت صفر در انسان شده و او را مورد مدد و یاری زندگی قرار می‌دهد.

بر محک زن کار خود ای مرد کار  
تا نسازی مسجد اهل ضرار

مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۲۵

آگاهی از دید اشتباه و اعتراف به داشتن مرکز پر از درد و همانیدگی و مسئولیت آن را برعهده گرفتن و کار کردن متعهدانه روی خود، از طریق تسلیم و پذیرش و رضایت از اتفاق این لحظه، بدون قضاوت و مقاومت، رحم کردن انسان بر خود و تمامی کائنات است.

آب رحمت بایدت رو پست شو  
وانگهان خور خمر رحمت مست شو

مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۰

- با احترام مریم از اورنج کانتی -



خانم زهره از کانادا



با سلام

فیلم سینمایی زندگی

ما در طول زندگی ۷۰ یا ۸۰ ساله خود، در معرض اتفاقات، آدمها، دانش‌ها، باورها، دردها (و به طور کلی محتویات دایره همانیدگی‌ها) قرار می‌گیریم. فرآیند همانیده شدن با محتویات ذهن در همه انسانها به یک شکل بوجود می‌آید، ولی داستان‌های آدم‌ها با هم متفاوت است. ما در طول زندگی، از لحظه‌ای که هم هویت شدن را شروع می‌کنیم، و همانیدگیها را در مرکزمان قرار می‌دهیم، در واقع در ذهنمان داستان زندگی مان را می‌سازیم. ما کارگردان فیلم زندگی خودمان می‌شویم.

فیلم زندگی ما دارای بخش ها و اپیزودهای مختلفی است:

بخشی از فیلم مربوط به افتخارات و داشته‌های ما است. مواردی همچون تحصیلات عالی، ثروت زیاد، همسر خوب، خانه بزرگ، ماشین خوب، افتخارات علمی، بدن ورزشکار، هیکل زیبا ... همه مواردی هستند که در این اپیزود جمع‌آوری و ذخیره می‌گردند.

بخش دیگر فیلم مربوط به دردهای ما هستند. همه ما در طول زندگی شاهد اتفاقات دردناک مانند بیماری، مرگ فردی نزدیک، فقر، اعتیاد، روابط ناموفق، طلاق و ... بوده‌ایم. اما داستان‌های ما با هم متفاوت است. لذا ما در ذهن مان اپیزودی هم از روایت دردهایمان می‌سازیم.

بخش دیگر فیلم زندگی ما مربوط به باورهای ماست. ما با توجه به میزان تحصیلات، مطالعات، محل زندگی، معاشرت با افراد، در ذهن خود باورهایی در خصوص اجتماع، مذهب، سبک زندگی، سیاست و بسیاری موارد دیگر می‌سازیم و آنها را در بخش دیگر مغزمان ذخیره می‌کنیم.

فیلم زندگی ما عمدتاً بر مبنای این سه نوع از همانیدگی‌ها ساخته می‌شود و هر چه سن ما بالاتر می‌رود، این فیلم قطورتر و قطورتر می‌شود. اما نکته دردناک این است که، ما به این فیلم تکراری می‌چسبیم و آن را واقعی می‌پنداریم، و برای هزاران بار این فیلم تکراری را در ذهنمان مرور می‌کنیم و یا برای اطرافیانمان تعریف می‌کنیم.

در مواقعی که نیاز به تایید طلبی و تعریف و تمجید داشته باشیم، اپیزود داشته ها و افتخارات را پخش می کنیم. در صورتیکه طبق توصیه مولانا این علم‌های تقلیدی چیزی جز عذاب و بدبختی برای ما به ارمغان ندارد و باید خود را از آنها خلاص کنیم.

علم تقلیدی وبال جان ماست  
عاریه ست و ما نشسته گان ماست  
زین خرد جاهل همی باید شدن  
دست در دیوانگی باید زدن

دفتر دوم، بیت ۲۳۲۷ و ۲۳۲۸

ما در صورتی که نیاز به رد و بدل کردن درد (که اصطلاحاً به آن درد دل می‌گوییم) داشته باشیم، ایزود درد را پخش می‌کنیم. در صورتیکه نیاز به بحث و ادعای روشنفکری داشته باشیم، ایزود باورها را پخش می‌کنیم، و این همان حالتی است که ما را به منیت و خود بزرگ بینی می‌اندازد. در صورتی که خداوند هر لحظه به ما می‌گوید که خودت را بالا نبین و کوچک شو و خودت را صید من کن:

عشق میگوید به گوشم پست پست  
صید بودن بهتر از صیادی است  
گول من کن خویش را، و غره شو  
آفتابی را رها کن، ذره شو

دفتر پنجم، بیت ۴۱۱ و ۴۱۲

و این اپیزودهای تکراری برای چند هزار بار در طول زندگی ۷۰ یا ۸۰ ساله ما برای خودمان و اطرافیان ما پخش می‌شود. و این همان کار بیهوده و تکراری است که من ذهنی عاشق آن است.

من ذهنی با چسبیدن به این فیلم تکراری، مانع از این می‌شود که ما هر لحظه، و در لحظه حال زندگی را به صورت زنده و لایو تجربه کنیم. ما با مرور فیلم داستان زندگی مان در ذهن، و در معاشرت با دیگران آسیبهای زیادی به خودمان می‌زنیم که برخی از آنها عبارتند از:

از اتفاق این لحظه غافل می‌شویم و هر لحظه را که می‌توانستیم با عمق بینهایت تجربه کنیم از دست می‌دهیم و فیلم تکراری را مرور می‌کنیم. ما حتی از غذایی که می‌خوریم در لحظه لذت نمی‌بریم، به دامان طبیعت می‌رویم اما لذتی نمی‌بریم چون در عالم هیپروت ذهنمان مشغول بازپخش و مرور فیلم تکراری زندگی‌مان هستیم.

فراموش می‌کنیم که از چه جنسی هستیم. جنس خداییت درونمان را فراموش می‌کنیم و فرمان الست را زیر پا می‌گذاریم. چون این همانیدگی‌ها را در مرکزمان قرار داده‌ایم و زندگی ما وابسته به آنها شده است.

در اثر چسبیدن به این فیلم تکراری هر لحظه با قضاوت و مقاومت بلند می‌شویم. ما با اتکا به محتویات ذهنمان شروع به قضاوت دیگران می‌کنیم و در جهت دفاع از این محتویات در ما مقاومت بوجود می‌آید.

در حالی که ما غرق تماشا کردن و تعریف کردن اپیزودهای تکراری زندگی مان هستیم فراموش می کنیم که جهان هستی، با کن فکان و قضاوت خداوند در حرکت است، و ما نیز هر لحظه با تسلیم و فضاگشایی باید خودمان را به این جریان بسپاریم و اجازه بدهیم قضا و کن فکان روی ما کار کند.

پیش چوگان های حکم کن فکان  
می دویم اندر مکان و لامکان

دفتر اول، بیت ۲۴۶۶

در چنین حالتی ذهن و زبان ما مدام در حال حرف زدن است و انصتوا را رعایت نمی‌کنیم و مجموع این شرایط است که باعث می‌شود ما در زندگی احساس ناکامی و ناکافی بودن بکنیم و از کرّمنّا و کوثر خداوند محروم باشیم.

انصتوا بپذیر تا بر جان تو  
آید از جانان جزای انصتوا

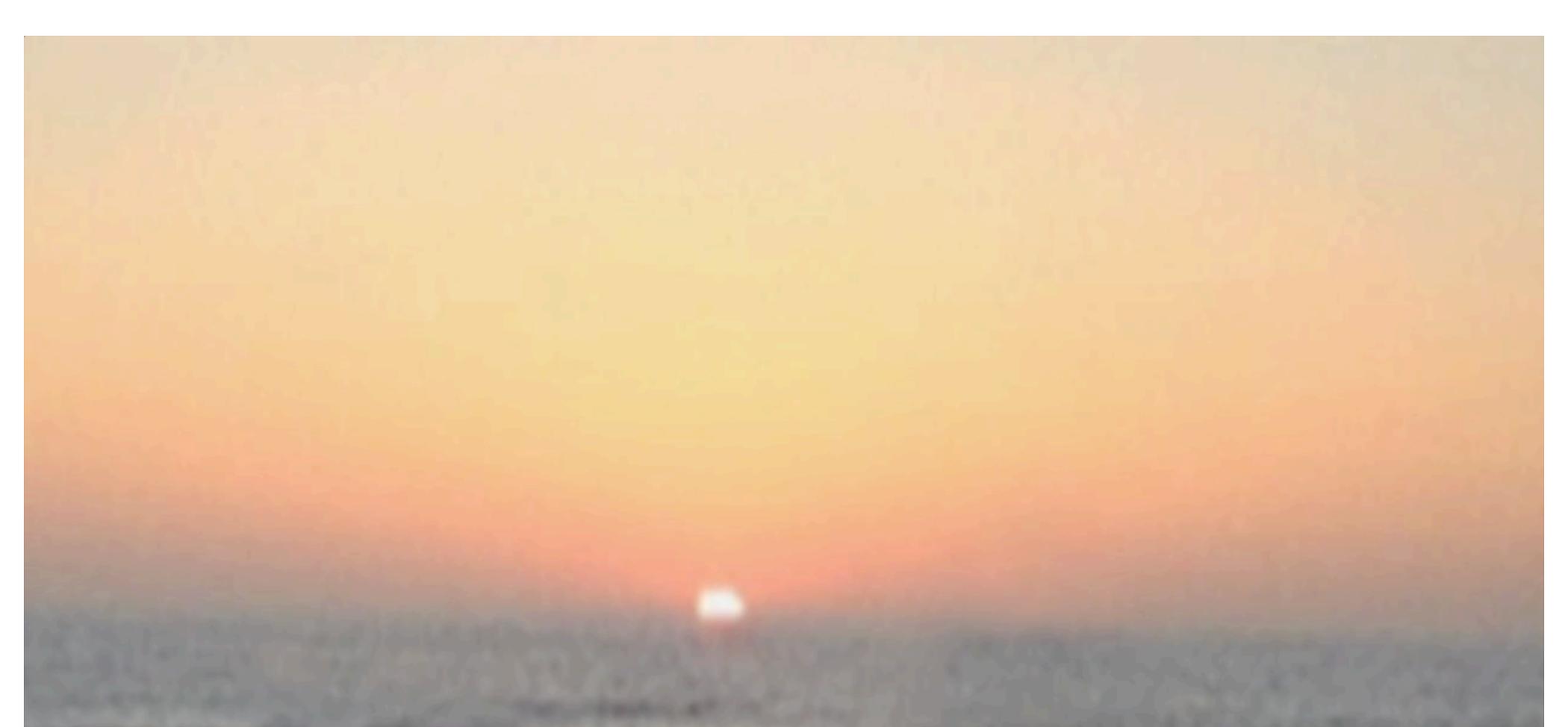
دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶

با تشکر و احترام،  
زهرة از کانادا



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)