



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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هزار و چهار صد و پنجاه و پنجم





خانم مهردادخت از چالوس



به نام عشق و سلام بر همه بزرگواران.

چند نکات آموزنده از آموخته‌هایم:

مطلبی را برای روشن شدن فضاگشایی خدمتتان عرض می‌کنم که شما پدر بزرگوار به ما آموخته‌اید. در برنامه تلفنی ۸۴۷ شما فرمودید که توصیف فضاگشایی فایده‌ای ندارد و شما باید لحظه‌به‌لحظه فضاگشایی کنید. آن خاصیت فضاگشاینده در درون شما هست و فقط کافی است که این فضا در درونتان باز شود و به صورت ابزار در اختیار شما قرار گیرد و شما از خرد این فضا برای حل مسائل‌تان استفاده کنید.

اگر در اوایل این مسیر هستید، این اشعار به‌عنوان کلید خوب هستند و به شما کمک می‌کنند که چطور عمل کنید، و شما را از مسائلی که گیج می‌کنند و هیجانات منفی ایجاد می‌کنند آزاد کند، ولی این یک کار ذهنی است و هنوز در ذهن هستید، بهتر است ابیات را بخوانید و عمل کنید تا از بسیاری از مسائل غیرضروری پرهیز کنید و تمام حواستان به خودتان باشد که دشمن‌سازی و مانع‌سازی نکنید.

پس اگر فقط از اشعار مولانا به عنوان یک ابزار این جهانی و بیرونی استفاده می کنید ولو این که از خرد خوب مولانایی است، هنوز در ذهن هستید، درست مثل این که یک مشاور یا وکیل به شما بگوید این جا چکار کنید.

از طرفی شما هر جلسه در ابتدای هر برنامه به ما یاد آور می شوید که ما از اول از جنس عدم بودیم، ولی با آمدن به این جهان و همانیده شدن با چیزهای آفل و در مرکز قرار دادن آنها، مرکزمان را از این چیزهای گذرا پر کرده ایم و پرده پندار درست کرده ایم، که ما را از خدای درونمان و آن مرکز عدم جدا ساخته است، اما خوشبختانه دوباره با عمل واهمانش یعنی هر لحظه با عذرخواهی و برگشتن به این لحظه ابدی و پرهیز در هر لحظه با هشیاری ناظر، فضای درونمان می تواند باز شود و مرکز ما دوباره عدم شود. و خود خرد زندگی به ما می گوید که چکار کنیم و این تمرین را باید مرتب انجام دهیم.

این عدم کردن یعنی ما این لحظه آن چه ذهن برحسب همانیدگی‌ها به ما نشان می‌دهد را به مرکزمان راه نمی‌دهیم و به این ترتیب می‌توانیم خود را در آن روز و روشنایی که مد نظر مولانای جان هست قرار دهیم و هر لحظه قیامت ما باشد نه شب ذهن، پس ما با هر فضاگشایی و عدم کردن مرکز، حضور و در محضر خدا بودن را حس می‌کنیم و این حضور نباید در آینده اتفاق بیفتد که بخواهیم منتظر آن باشیم.

وقتی که هر بار در مقابل هر چالش و هر فکری که این لحظه می‌آید با عجله و شتاب عمل نکنیم و تأمل داشته باشیم تا قدرت تمیز و تشخیص و قدرت انتخاب در ما به کار بیفتد و پرهیز کنیم، عمل ما از خرد آن مرکز عدم و حضور ما انجام می‌شود و کم‌کم این همانیدگی‌ها از مرکز ما کنار می‌روند و دیگر برای ما مهم نمی‌شوند و از آن‌ها زندگی نمی‌خواهیم و پله‌پله به سوی فنا شدن پیش می‌رویم که همان یکی شدن با خداوند و زنده شدن به حضور است و درجه و فرکانس روحی و معنوی ما هم ارتقا پیدا می‌کند و این برای همه در هر سنی می‌تواند اتفاق بیفتد.

از مقامات تَبَتُّلُ تا فنا
پایه پایه تا ملاقات خدا
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵

بنابراین مسئولیت ما این است که هر لحظه با قدرت تشخیص و ناظر هشیاری خود بودن، جواب سلام خداوند را که این لحظه به ما سلام می کند، آگاهانه بدهیم، نه این که فقط در برابر چالش خاصی بخواهیم فضاگشایی کنیم. و متوجه هر لحظه که خدا امتحاناتش را می فرستد نباشیم و به دام فکر و عمل من ذهنی بیفتیم. با هر فضاگشایی است که این لحظه به لحظه پسندیده‌ای تبدیل می شود، پس تغییر و تبدیل هر لحظه در ما صورت می گیرد و منتظر حضور در آینده نباشیم. و بدانیم که این بارگاه بی نهایت راه است و صدر راهی وجود ندارد، فقط باید به فضاگشایی کردن ادامه دهیم و در این راه نمانیم.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه
صدر را بگذار، صدرِ توست راه
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

نکته بعدی که باید به آن توجه کنیم این است که این من‌ذهنی اصل نیست و با خوب و بد کردن و سبب‌سازی ذهن در ما خودش را به ما تحمیل می‌کند و ما نباید با یک کار اشتباه و عمل از طریق دید من‌ذهنی به خود تلقین کنیم که این من‌ذهنی هستیم، بلکه باید دائم به خود تلقین کنیم که از جنس زندگی هستیم و حال اصلی ما ثبات دارد، و با کم و زیاد شدن همانیدگی‌ها تغییر نمی‌کند. پس اگر اشتباهی کرده‌ایم آن را بپذیریم و خود را ملامت نکنیم تا من‌ذهنی ما قوی‌تر نشود.

اگر چالشی برای ما پیش می‌آید اجازه ندهیم که غم من‌ذهنی بر ما چیره شود و یا بخواهیم از آن فرار کنیم و یا حتی درد خود را با واکنش و حتی با درد و دل کردن به دیگران منتقل کنیم، بلکه اعتراف کنیم که درد داریم و نیازمند به خداوند هستیم و ذهنمان را خاموش کنیم.

پس این من‌ذهنی حقیقت ندارد بهتر است در موردش حرف نزنیم که آن را مهم جلوه دهیم و با تسلیم و رضا و شکر و پرهیز در سکوت بمانیم تا خداوند از طریق ما حرف بزند و عمل کند. نکته بعدی که برایم خیلی جالب بود این است که بدانیم هر دردی که در زندگی ما تکرار می‌شود یعنی ما درس و پیام آن را درست نگرفته‌ایم و این بار باید هشیارانه عمل کنیم.

سپاس و شکر خدا را که بندها بگشاد
میان به شکر چو بستیم، بند ما بگشاد
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۳۰

با سپاس و کمال احترام

مهردخت از چالوس



آقای علی از تهران



به نام خدا و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و دوستان

ابیاتی از برنامه ۹۳۳ گنج حضور

که پرسد جز تو خسته و رنجور تو را؟
ای مسیح! از پی پرسیدن رنجور بیا
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷

دست خود بر سر رنجور بنه که چونی؟
از گناهِش بمیندیش و به کین دست مخا
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷

تا وقتی که تسلیم نشوم و مدام برای خوب کردن حال خود چنگ به این جهان بزنم و حال خوب را از دیگران و اجسام و هیجانان و شهرت و قدرت بخواهم، در زنجیر درد و غم و رنج و نفرت و کم‌بینی و ترس، زندانی می‌مانم؛ اما وقتی متوجه این چرخه شوم، همین شناخت که ما خود را بیمار کردیم باعث آزادی و تسلیم و به درون رفتن می‌شود.

همین باعث می‌شود تا با بزرگانی مثل مولانا و کسانی که روی خود کار می‌کنند همراه شویم، همین باعث می‌شود تا شادی بی‌سبب و آرامش و سبک‌بالی و حس کافی بودن در ما جاری شود و این یعنی زندگی و خداوند ما را در آغوش گرفته؛ این یعنی خدا و زندگی همیشه در کنار ما است و انتظار می‌کشد تا ما از ذهن و افکار و وسواس فکری بیرون برویم تا دست ما را بگیرد و دستش را روی سر ما بکشد، زندگی کاری به گذشته ما و کارهایی که کردیم ندارد.

اگر تسلیم شویم و مقاومت و قضاوت را صفر کنیم و به حرف نفس و من ذهنی گوش ندهیم و متوجه شویم که از این لحظه با عقل زندگی جلو برویم و در هر لحظه عقل من ذهنی خود که پر از طمع و حرص و حساست و حسادت و کم‌بینی و حقارت و مقایسه و نفرت و عجله و خودنمایی و گدایی است را خاموش کنیم، باعث دوستی و پیوست دوباره ما به کل زندگی می‌شود.

به عبارتی بیماری و رنج ما از کم داشتن‌ها و از دست دادن‌ها و نرسیدن‌ها نیست، ما هر چه داشته باشیم باز گِلگی و شکایت از یه چیزی داریم و اگر هشیار باشیم و این روند نفس و من ذهنی را شناسایی کنیم، از این زنجیر خود را آزاد می‌کنیم و نیروی زندگی ما را شفا می‌دهد و شادی و طراوت را به ما برمی‌گرداند.

پس انتظارات خود را از جهان قطع کنیم و توقع را از روی دیگران و چیزها برداریم تا بتوانیم با زندگی هماهنگ باشیم. البته این به معنی در غار پنهان شدن نیست، این یعنی هر چه پیش آید خوش آید و این نیز بگذرد و پذیرش بازی‌های زندگی با رضایت و شکر.

این نکته را به یاد داشته باشیم که من ذهنی ما مدام ما را به ذهن و افکار می کشاند و به ما می گوید اگر این و آن را داشتی حالت بهتر بود و وعده آینده می دهد و یا ما را به اشتباهات گذشته می برد و تولید حرص و نفرت و آز و افسردگی و حس باخت و شکست می کند. پس چه خوب و چه بد فرقی ندارد و نباید افکار پشت سرهم داشته باشیم و در وسواس افکار پرسه بزنیم. این کار ما را ناهشیار کرده و شادی بی سبب و سبکبالی ما را قطع می کند.

چون الف چیزی ندارم، ای کریم

جز دلی دلتنگ تر از چشمِ میم

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۲۳۲۹

جنس هشیاری لخت است و بی‌نهایت. ما نباید به گذشته و چیزهایی که سر ما آمده و یا ما سر دیگران آورده‌ایم و یا هر چیز دیگری که بوده بچسبیم. همین‌طور به آینده رفتن و در آنجا ماندن و چسبیدن به ترس‌ها و خواسته‌ها جنس هشیاری را تیره و آلوده می‌کند. ما را تنگ‌نظر و کم‌بین و خسیس و آزمند می‌کند و این را ما خودمان درست می‌کنیم.

ما هستیم که با حسادت و مقایسه و تنفر خود را به درد تبدیل می‌کنیم، جنس ما و هشیاری اصیل لخت و شاد و آزاد است و شادی بی‌سبب هیچ ربطی به داشتن و نداشتن‌ها ندارد. البته وقتی شاد بی‌سبب و لخت باشیم و در ذهن لانه نکنیم، هر چه که داشته باشیم کیف آن را می‌بریم و اگر هم نداشته باشیم باز هم با خود و زندگی کیف‌های دیگری از زندگی می‌بریم. اما اگر تبدیل به یک من ذهنی جسم‌پرست باشیم، سیری‌ناپذیری و طمع و حسادت و رقابت ما را تبدیل به درد و غم و رنج و دیگر هیجانات می‌کند.

خود ندارم هیچ، به سازد مرا
که ز وهم دارم است این صد عَنا
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۲۳۳۴
-عنا: رنج

انسانی که به هشیاری و لخت بودن و بی‌نهایتی خود پی برده و آن را درک کرده، توهم خوشبختی و شادی با چیزهای این‌جهانی مثل شهرت و قدرت و دیده شدن و بیشتر مصرف کردن ندارد و به توهم و حرف‌های ذهن که وعده شادی را در آینده می‌دهند نمی‌دهد؛ زیرا می‌داند به هر چه بچسبد و از آن زندگی بخواهد و برای آن با فکر، انرژی هدر دهد، خود را تلف می‌کند و فرصت زنده شدن و پیوستن با خدا و شادی بی‌سبب و بیست‌وچهارساعته را از دست می‌دهد.

متوجه می‌شود که شهوات و طمع‌ها دقایقی شادی گذرای خشک‌کننده دارند و او مدام خمار است، خمار آدم‌ها، خمار تعریف شنیدن‌ها، خمار بیشتر داشتن، خمار مخدرها و دیگر چیزها، و ما متوجه می‌شویم دلیل دشمنی و تنفر ما از دیگران توقع چیزهایی است که از آن‌ها می‌خواهیم و به ما ندادند و یا مقایسه خود با دیگران و حسرت خوردن به آن‌ها و توهم رقابت و پایین و بالا دیدن شرایط بیرونی دیگران نسبت به خودمان.

دَمِ او جان دَهَدَتِ رُو ز نَفَخْتُ بَیذیر
 کَارِ او کُنْ فِیکون است، نه موقوفِ علل
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

من ذهنی و من قلبی و محدود همیشه اتفاقات به ظاهر خوشایند را می‌خواهد، او اتفاقات به ظاهر تلخ مثل از دست دادن و نرسیدن و مانع‌هایی که جلوی ما سبز می‌شود و دیگر اتفاقات را نمی‌پسندد؛ اما زندگی بر روی ما کار می‌کند و اتفاقاتی را درست می‌کند تا ما دست از اعتیادها و چسبیدن‌ها به چیزها و به افکار برداریم تا به بی‌نهایت و شادی بی‌سبب و سبک‌بالی برگردیم.

اگر این روند را درک کنیم دردهایی در اوایل هشیارانه می‌کشیم و رفته‌رفته این دردهای هشیارانه کمتر و کمتر می‌شوند و روشن شدن زندگی را در درون و بیرون حس می‌کنیم و در هر شرایطی با حس خوب زندگی می‌کنیم، وگرنه باید با مقاومت و قضاوت و ستیزه و ناشکری در درد و رنج زندگی کنیم و در درد و رنج می‌میریم.

با سپاس از همه
علی از تهران



خانم توران از استرالیا



سلام و درود فراوان بر آقای شهبازی عزیز و بزرگوار و دوستان عزیز و بزرگوار.

با اجازتون یک متنی از برنامه ۹۸۸ می‌خواهم به اشتراک بگذارم.

باز، اگر باشد سپید و بی‌نظیر
چونکه صیدش موش باشد شد حقیر
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۶

از خودم سوال می‌کنم الان صید من چیست؟ به‌عنوان من ذهنی من‌های ذهنی را به‌عنوان دوست شکار
می‌کنم، یا عشق را صید می‌کنم؟

جناب آقای شهبازی عزیز بنده قبل از گوش کردن این برنامه چون من ذهنی داشتم همیشه من های ذهنی را شکار می کردم، و خیلی زیاد، هم از من ذهنی خودم و هم از من های ذهنی دیگران، هم خودم و هم خانواده ام صدمه خورده اند.

اما خدا را شکر با گوش کردن این برنامه بی نظیر و تجربیات بی نظیر دوستان عشقی دیگر کسی را یا چیزی را صید نمی کنم. و مولانای جان و برنامه گنج حضور می گوید: عشق صید نمی شود مگر تو بیایی صید او بشوی. تو مرتب فضا را باز کنی و به او تبدیل بشوی.

برگن از بیخش، که گر سر برزند

مر تو را و مسجدت را برگند

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۵

مولانا می گوید این من ذهنی خراب است، یعنی بسیار خراب کننده. این را از بیخ بکن. و همچنین هر من ذهنی هم وارد زندگیمان می شود می خواهد خراب کند، باید از او جدا بشویم. خدا را شکر از برکات این برنامه یاد گرفتیم این لحظه، هر لحظه هر وضعیتی هست آن را بدون قید و شرط بپذیرم، هیچ واکنشی نشان ندهم.

الان توجهام کاملاً روی خودم هست. با هر لحظه ناظر خود بودن، و فضاگشایی و عدم نگه داشتن مرکز هم با خودم و هم با دیگران رفتارم با مهربانی هست، دیگر شادی بی سبب و آرامش و فراوانی را رواداشت دیگران دارم، ولی قبل از این برنامه بی نظیر اصلاً چنین نبود، همه ی هیجانات منفی خشم، ترس، حسادت، بخل، کینه، حرص، بی صداقتی، رنجش، توقع در من بود.

مسجد است آن دل که جسمش ساجد است

یارِ بدِ خَرُوبِ هر جا مسجد است

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۳

-خَرُوب: گیاه خَرُوب که بوته‌ای بیابانی و مرتفع و خاردار است و در هر بنایی بروید آن را ویران می‌کند.

هر دلی که، هر مرکز انسانی که جسمش هر لحظه فضاگشایی می‌کند مسجد است. اما یارِ بد، «یارِ بد»

همین من‌ذهنی خودم، یا من‌ذهنی دیگران، خَرُوب است. «خَرُوب» و بسیار خراب‌کننده، «هرجا مسجد

است» می‌تواند خراب کند.

این تو کی باشی؟ که تو آن اَوْحَدی

که خوش و زیبا و سرمستِ خودی

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۶

-اَوْحَد: یگانه، یکتا

ما این من ذهنی نیستیم، ما آن یکتا هستیم. همان طور که خداوند همیشه شاد و زیبا و سرمست خودش است، ما هم همیشه خوش و زیبا و سرمست خودمان هستیم. ما برای سرمستی و زیبایی و شاد بودن احتیاجی نداریم به یک چیز ذهنی، به یک همانیدگی. ما اصلاً همیشه چون از جنس خدا هستیم، سرمست و شاد هستیم، مثل خداوند.

مرغِ خویشی، صیدِ خویشی، دامِ خویش
صدرِ خویشی، فرشِ خویشی، بامِ خویش
مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷

یعنی شما مرغی هستید که دائماً به مرغ می‌مانید، خودتان خودتان را صید می‌کنید. مرغ خودتان هستید نه برای مرغ‌های دیگر مرغ هستید، اگر مرغ‌های دیگر نباشند بگویید من مرغ نیستم. به‌عنوان امتداد خدا ذات ما روی خودش قائم می‌شود.

اختران بسیار و، خورشید ار یکی ست
پیش او بنیاد ایشان مُندکی ست
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۴۱
-مُندک: متلاشی شد.

مولانا می گوید اختران زیاد هستند، خورشید یک دانه است، پس ما اگر به صورت خورشید می آییم بالا،
اختران ما که همانیدگی های ما هستند از اثر می افتند. خورشید بالا می آید، در مقابل نور خورشید متلاشی
می شوند، از بین نمی روند، ولی دیده نمی شوند.

خشک گردد موش زان گربه عیار
گر بُود اعدادِ موشان صد هزار
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۵۱
-عیار: مخففِ عیار به معنی حيله گر، زیرک، چالاک و گریز

می گوید از این گربه زیرک، موش خشک می شود، ولو این که تعدادشان صد هزار هم بشود. انشالله بنده هم با یاری مولانا و این برنامه بی نظیر مرکز کاملاً از همانیدگی ها خالی شود، و جمعیت درونی در من هم ایجاد شود.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه
صدر را بگذار صدر توست راه
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۳

بی‌نهایت خداوند را شاکرم به خاطر وجود این برنامه بی‌نظیر.

با احترام

توران از استرالیا



خانم نصرت از سنندج



باسلام خدمت آقای شهبازی و دوستان همراه

با تمرکز روی خود و آموزش‌هایی که از ابیات مولانا و برنامه گنج حضور توسط آقای شهبازی گرفته‌ام، طرحی در ذهنم شکل گرفته که در هنگام اتفاقات درونی و بیرونی از آن استفاده می‌کنم. البته اتفاقات زیادی می‌گذرد و من در لحظه نیستم ولی این طرح را در هشیاری خود نگه داشتیم، که باید این چنین عمل کنیم. که عمل به آن را هم از عنایات او و فضای گشوده شده می‌دانم. دوست داشتیم این طرح را با دوستان راه معنوی گنج حضور به اشتراک بگذارم.

هر اتفاق درونی مانند احساسات و هیجانات منفی یا مثبت و هر اتفاق بیرونی، مانند میهمانی است که می‌تواند پیغامی برای بیداری ما از خواب ذهن داشته باشد.

در اصل اتفاقات آن طور که ذهن نشان می‌دهد برای خوشبخت و یا بدبخت کردن ما نیستند، بلکه برای بیداری ما از خواب ذهن هستند.

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان
هر صباحی ضیف نو آید دوان
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴

هین مگو کاین ماند اندر گردنم
که هم اکنون باز پرد در عدم
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵

هرچه آید از جهان غیب‌و‌ش
 در دلت ضیف است، او را دار خوش
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶
 -ضیف: مهمان

طرز برخورد ما با این اتفاق مهم است که باید با رضایت و فضاگشایی باشد. با رضایت کامل این اتفاقات را بپذیر که آنگاه خداوند پیغام آن اتفاق را به تو می‌دهد و باران رحمت درونی و بیرونی را بر تو می‌گستراند. پس اگر نمی‌توانی همیشه در لحظه حاضر باشی، این موضوع را در هشیاری خودت نگه دار، که من باید همواره در رضا باشم و غیر این مقاومت و قضاوت می‌شود.

هزار ابرِ عنایت بر آسمانِ رضا است
 اگر ببارم، از آن ابر بر سرتِ بارم
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۳

بعد از آن، مهم است که در اتفاقات به دنبال مقصر نباشی و خودت را مقصر بدانی که به عنوان هشیاری امتداد خدا، گذاشته‌ای من ذهنی، عقل ناقص و هیجانات گذرایش را بر تو تحمیل کند. این را بدان که اگر دیگران آزار و یا آسیبی به تو رساندند و یا اینکه دچار نامرادی‌های متعددی می‌شوی از من ذهنی خودت است، که با او و عقل ناقصش و هیجانات گذرایش فکر و عمل می‌کنی.
 اگر در این صورت مسئولیت قبول کنی و هیچ تزییر و بهانه‌ای را برای عدم قبول مسئولیت نیاوری، شناسایی از همانیدگی‌ها و دردهایت صورت می‌گیرد و فضای درون تو با هر شناسایی باز و بازتر می‌شود.

خویش مجرمِ دان و مجرمِ گو، مترس
تا ندزدد از تو آن اُستاد، درس
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷

چون بگویی: جاهلم، تعلیم ده
این چنین انصاف از ناموس به
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۸

از پدر آموز ای روشن جبین
ربّنا گفت و، ظَلَمْنَا پیش از این
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۹

نه بهانه کرد و نه تزویر ساخت
نه لوای مکر و حیلت برفراخت
—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۰

پس وقتی قبول مسئولیت کردی از این که ناموس من ذهنی‌ات می‌رود و تو احساس می‌کنی، استخوان‌های
من ذهنی‌ات شکسته، میدان را خالی نکن و فضاگشایی کن و ناظر شکستن استخوان‌های من ذهنی‌ات
باش!

بدان آن چه ذهنت می‌گوید بد است، بد نیست بلکه آن برای تو خوب است و این به تو کمک می‌کند که
فضا باز شود. هر جا که به ناموست برخورد همان جا همانیدگی و درد و نقص داری، به آن‌ها نگاه کن و آن‌ها
را پذیرا باش. فقط همین حضور ناظر می‌تواند ناموس محکم من ذهنی را آب کند!

ای بسا کفار را سودایِ دین
بندِ او ناموس و کبر و آن و این
—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۶

بندِ پنهان، لیک از آهن بتر
بندِ آهن را بدرآند تبر
—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۷

بندِ آهن را توان کردن جدا
بندِ غیبی را نداند کس دوا
—مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۸

در لحظاتی که اشتباه می‌کنی یعنی به اتفاقات اعتراض داری، منقبض می‌شوی، ستیزه می‌کنی، به دنبال مقصر می‌گردی و می‌خواهی ناموس یعنی حیثیت بدلی‌ات را حفظ کنی، با خاموش شدن این علایم من‌ذهنی و وقتی توانستی آن‌چه ذهنت نشان می‌دهد را مهم ندانی تا فضا توسط زندگی باز شود، پشیمانی از این احساسات درونی و افکار و اعمال برای تو پیش می‌آید که این هم از دسیسه‌های من‌ذهنی است، به آن اهمیت نده! خودت را ببخش و با عذرخواهی، به این لحظه بیا. هیچ تصمیمی هم برای این که در آینده این را تکرار نکنی نگیر و فقط شاهد و ناظر باش و رضا داشته باش.

این پشیمانی قضای دیگرست

این پشیمانی بپهل حق را پرست

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۳۹

ور کنی عادت پشیمان خور شوی
زین پشیمانی پشیمان تر شوی
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۰

نیم عمرت در پریشانی رود
نیم دیگر در پشیمانی رود
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۱

آنگاه در این فضای گشوده شده بنگر، درحالی که دیگر منقبض نیستی. از روشنایی و گرمای این فضا استفاده کن! این فضایی است که تو صانع یعنی خدا و صنع یعنی راه حل ها را با هم داری. یعنی در این فضا او فکر و عمل می کند. این فضا تو را سرزنش نمی کند، بلکه رحمت اندر رحمت است.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم

او بهانه باشد و، تو منظرم

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹

عاشقِ صنَعِ توأم در شُکر و صبر

عاشقِ مصنوعِ گی باشم چو گبر؟

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰

عاشقِ صنَعِ خدا بافر بُود

عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱

در اشتباهات خود در راه معنوی فضاگشا باش تا زندگی بتواند با اتفاقات شناسایی‌های بیشتری به تو نشان دهد.

باتشکر

—خانم نصرت از سنندج



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





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

www.parvizshahbazi.com