

کنج حنور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۳-۱۰۰۱

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۰ فروردین ۱۴۰۳

www.parvizshahbazi.com



ده زکات روی خوب، ای خوب رو شرح جان شرح شرح بازگو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. درعین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذایمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۳-۱۰۰۱

اوست بهترین کسی که از او درخواست شود، و بدو امید رود. [پس] از خدا توفیق آن خواهیم که سپاس [بودن در این راه را] به ما ارزانی کناد. زیرا سپاس همچون زنجیری است که نعمت موجود را نگه دارد و نعمت فزون‌تر را صید کند و هیچ نشود جز آنچه خدا خواهد.

(برگرفته از مقدمه دفتر چهارم مثنوی، مولوی)

شایسته است از تلاشهای متعهدانه، مستمر و ماندگار جناب آقای پرویز شهبازی در اجرای این برنامه و روشنگری، اشاعه و بسط درس‌های زندگی‌ساز مولانای جان، در کنار برقراری رابطه صمیمانه ایشان با راهیان این مسیر نورانی، کمال سپاس و قدردانی را به جا آوریم.

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۳-۱۰۰۱		
ناهید سالاری از اهواز	الهام فرزامنیا از اصفهان	مهردخت از چالوس
زهرا عالی از تهران	فاطمه زندی از قزوین	فاطمه جعفری از فریدون‌کنار
مرضیه از پردیس	امیرحسین حمزه‌ثیان از رشت	الناز خدایاری از آلمان
فرشاد کوهی از خوزستان	الهام بخشوده‌پور از تهران	پارمیس عابسی از یزد
شب‌نم اسدپور از شهریار	عارف صیفوری از اصفهان	اعظم جمشیدیان از نجف‌آباد
رویا اکبری از تهران	مریم زندی از قزوین	شاپرک همتی از شیراز
کمال محمودی از سندج	نصرت ظهوریان از سندج	فرزانه پورعلی‌رضا از تهران
		بهرام زارعی‌پور از کرج

با تشکر از دوستان بیننده که با ارسال متن پیام‌هایشان ما را یاری دادند.

جهت ارسال متن پیام یا تصویر پیام و یا همکاری با گروه متن برنامه‌های گنج حضور با آیدی زیر در تلگرام تماس حاصل کنید.

@zarepour_b

لطفاً پیام‌های خوانده شده روز جمعه را تا ساعت ۱۲ ظهر شنبه ارسال نمایید.

کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

صفحه	پیام دهنده	ردیف
۵	خانم نسرين از كرج	۱
۶	خانم فاطمه از قوچان با سخنان آقای شهبازی	۲
۹	خانم بیننده از تبریز	۳
۱۲	خانم فاطمه از مازندران با سخنان آقای شهبازی	۴
۱۶	خانم منصوره و آقای حبیب از ارومیه	۵
۲۳	آقای بیننده از افغانستان	۶
۲۵	آقای احمد از گنبد کاووس	۷
۲۷	خانم نیوشا و آقای کارن [کودک عشق] از تهران با سخنان آقای شهبازی	۸
۳۵	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	ب
۳۶	خانم لیلا از كرج	۹
۳۹	خانم زهرا از شهر ری	۱۰
۴۰	سخنان آقای شهبازی	۱۱
۴۱	خانم مهین از خرم‌آباد	۱۲
۴۲	خانم آذر از كرج	۱۳
۴۳	خانم آزاده از سبزوار	۱۴
۴۵	سخنان آقای شهبازی	۱۵
۴۷	آقای حسین از بسطام با سخنان آقای شهبازی	۱۶
۵۴	خانم نرجس از بندرعباس	۱۷
۵۸	سخنان آقای شهبازی	۱۸
۵۹	آقای ابراهیم زاده و همسرشان از تبریز	۱۹
۶۱	خانم فخری از مریلند	۲۰
۶۵	خانم شهیر از تهران	۲۱
۶۷	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	-
۶۸	آقای بیننده با سخنان آقای شهبازی	۲۲
۷۱	آقای وکیلی از گوهردشت كرج با سخنان آقای شهبازی	۲۳



صفحه	پیام دهنده	ردیف
۷۷	سخنان آقای شهبازی	۲۴
۷۹	آقای بیننده	۲۵
۸۱	خانم بیننده از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی	۲۶
۸۴	آقای غفار از نیوزلند	۲۷
۸۶	خانم خدیجه از کرمانشاه	۲۸
۸۹	خانم زهرا از تهران	۲۹
۹۰	سخنان آقای شهبازی	۳۰
۹۱	آقای بیننده	۳۱
۹۳	♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	-
۹۴	خانم اعظم از تهران	۳۲
۹۶	خانم الهه از تهران با سخنان آقای شهبازی	۳۳
۱۰۳	خانم بیننده با سخنان آقای شهبازی	۳۴
۱۰۸	خانم سمیه از رشت با سخنان آقای شهبازی	۳۵
۱۱۱	خانم حمیده از استان مرکزی با سخنان آقای شهبازی	۳۶
۱۱۵	♦ ♦ ♦ پایان بخش چهارم ♦ ♦ ♦	-
۱۱۶	خانم زیبا از تهران با سخنان آقای شهبازی	۳۷
۱۲۱	خانم سارا از تهران با سخنان آقای شهبازی	۳۸
۱۲۵	خانم فاطمه از مازندران با سخنان آقای شهبازی	۳۹
۱۲۸	♦ ♦ ♦ پایان بخش پنجم ♦ ♦ ♦	-



۱- خانم نسرین از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نسرین]

خانم نسرین: من چند بار تماس گرفتم قطع شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله؟

خانم نسرین: می‌گویم چند بار تماس گرفتم قطع شد.

آقای شهبازی: بفرمایید صحبتتان را بکنید خواهش می‌کنم، بله. از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم نسرین: آقای شهبازی، ممنونم از شما. من از کرج زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله، خواهش می‌کنم. [خنده آقای شهبازی] چه شد؟ صحبت کنید خانم.

خانم نسرین: آقای شهبازی، ببخشید من یک کم قلیم دارد تندتند می‌زند، تپش قلب گرفتم.

آقای شهبازی: خیلی خب، اسمتان چیست خانم؟

خانم نسرین: من خودم نسرین هستم از آبادان، حالا آمدم کرج. چند بار هم زنگ زدم قطع شد.

آقای شهبازی: پیغامتان را بفرمایید. خیلی خلاصه بفرمایید چند وقت است برنامه را گوش می‌کنید؟ چه اثری روی شما

گذاشته؟ چه یاد گرفته‌اید؟ بله، متأسفانه قطع شد.



۲- خانم فاطمه از قوچان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: خیلی خوشحالم آقای شهبازی صدایتان را می‌شنوم.

آقای شهبازی: لطف دارید، خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: خدا نگهدارتان باشد. من حدود چهار پنج سال است که برنامه‌های شما را گوش می‌کنم. من فاطمه هستم از قوچان مزاحمتان می‌شوم.

آقای شهبازی: به‌به! از قوچان تا حالا کم زنگ زدند خانم، بفرمایید.

خانم فاطمه: بله، بله. آقای شهبازی من نزدیک حدود چهار پنج سال است که برنامه‌های شما را می‌نشینم گوش می‌کنم، خیلی در خودم تغییرات احساس می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: سعی می‌کنم توی ذهنم نرم، ولی خب سعی می‌کنم اندازه‌گیری نکنم تغییراتم را، ولی خب کاملاً ملموس است توی زندگی‌ام، خیلی [قطعی صدا] زندگی‌ام. چالش خیلی زیاد در زندگی‌ام داشتم با فرزندم، با اطرافیانم، بیشتر با فرزندم. ولی دیگر الان خیلی فکر می‌کنم آرامشم خیلی بیشتر شده. هر وقت که فکر می‌کنم باید الان جوابش را بدهم، موضع‌گیری کنم در برابر رفتارش، یاد شعرهای مولانا می‌افتم، یاد سخن‌های گران‌بهای شما می‌افتم و سکوت می‌کنم.

شغلم خیلی چالش دارم، یعنی شغلم یک جووری هست که خیلی توی آن من ذهنی هست، ولی سر صبح که می‌خواهم بروم سر کار همه‌اش با خودم می‌گویم اَنْصِتُوا، اَنْصِتُوا، سکوت کن، سکوت کن.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: امیدوارم که بتوانم بنده خوب خدا باشم.

آقای شهبازی: حتماً می‌توانید.

خانم فاطمه: خدا کند! آقای شهبازی، شما می‌فرمایید که خیلی برنامه را تکرار کنید. خیلی من نمی‌توانم، خیلی زمان ندارم، احساس می‌کنم بیست و چهار ساعت برایم کم است. نمی‌دانم این مشکل من است، از من است؟

آقای شهبازی: من نگفتم برنامه را تکرار کنید، گفتم این ابیات را تکرار کنید. برنامه با ابیات فرق دارد. برنامه ممکن است که یک برنامه را شما یک بار گوش بدهید، ولی تعدادی بیت که به دلتان می‌نشیند این‌ها را بنویسید، جدا کنید و مرتب تکرار کنید و آن حالت‌ها را در خودتان زنده کنید. آن حالت‌هایی که به‌عنوان حضور پیش می‌آید. بله، بین ابیات و برنامه فرق بگذارید، بله.



خانم فاطمه: چشم، چشم، چشم. آقای شهبازی، تجربه خودم را بگویم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم فاطمه: شاید به درد همه بینندگان و شنوندگان هم بخورد. من قبلاً فکر می‌کردم من خیلی باهوش هستم. فکر می‌کردم که چون ذهن همه را می‌خوانم، جلوچلو می‌توانم فکر کنم خیلی باهوش هستم، ولی الآن فهمیدم که آن‌ها اصلاً هوش نبوده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: من هیچ هستم. الآن هم توی خانه بعضی وقت‌ها مثلاً همسرم راجع به کسی می‌گوید، همه‌اش می‌گویم تو را به خدا نگویید خواهش می‌کنم نگویید، من را توی ذهنم نبرید.

من هم فکر می‌کردم خیلی زرنگ هستم، بقیه هیچ چیز نمی‌دانند، ولی از برنامه شما فهمیدم نه، من از همه نادان‌تر بودم که این جور فکر می‌کردم. گاهی اوقات برای گذشته خودم افسوس می‌خورم، ولی باز هم می‌گویم خدا را شکر در سن چهل سالگی خیلی چیزها را فهمیدم. همه‌اش می‌گویم خدایا از عمر من بردار به عمر آقای شهبازی بگذار.

آقای شهبازی: اختیار دارید. خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: خب بد می‌گویم آقای شهبازی؟ برایم دعا کنید.

آقای شهبازی: شما خودتان دارید برای خودتان دعا می‌کنید دیگر. بهترین کسی که می‌تواند دعا کند برای آدم خودش است.

خانم فاطمه: خیلی اهل دعا نیستم، فقط می‌گویم خدایا راضی‌ام به رضای تو.

آقای شهبازی: خیلی خُب. همین دعای خوبی است.

خانم فاطمه: بله، می‌گویم خدایا اگر آدم پیشت روسفید باشم، با افسوس نرم از این دنیا. افسوسی برایم نمانده باشد، به حضور برسیم.

آقای شهبازی: بله، همان نتیجه‌ای که شما رسیدید، اگر شما آن را در ذهنتان زنده نگه دارید که من در مقابل هوش خداوند یا زندگی هوشی ندارم، از دیگران هم برتر نیستم. حالا به عنوان من ذهنی شما از چند نفر باهوش‌تر باشید یا بی‌هوش‌تر باشید، فرق نمی‌کند. اتفاقاً بی‌هوش‌تر باشید بهتر است، کمتر به خودتان لطمه می‌زنید. من ذهنی باهوش زودتر به خودکشی می‌رسد. آن‌هایی که می‌بینید حالشان خیلی خراب است.

خانم فاطمه: همیشه فکر می‌کردم خیلی آدم باهوشی هستم، فهمیدم هیچ چیز نبودم.

آقای شهبازی: آن‌هایی که حالشان خراب است، این قدر مخرب هستند، این‌ها من‌های ذهنی باهوش هستند. ای کاش آدم در من ذهنی یک کمی بی‌هوش‌تر باشد و تمام کار را هوش زندگی انجام می‌دهد، هوش بگویم خداوند انجام می‌دهد آن هم با فضاگشایی. همین مطلبی که گفتید شما را نکند که من باهوش‌تر از بقیه اگر هم بشوم به درد نمی‌خورد.



خانم فاطمه: واقعاً، واقعاً. ازدواجم با من ذهنی‌ام بوده، بچه‌داری‌ام با من ذهنی‌ام بوده، از روی به قول خودم هوشم بوده که خیلی اشتباه کردم.

آقای شهبازی: خب دیگر.

خانم فاطمه: بعد آقای شهبازی، به خصوص وقتی در جمع قرار می‌گیرم، این اشکال من است واقعاً، خیلی به من فشار می‌آید، ولی چیزی آن‌جا می‌گویم، همیشه آدم حاضر نیست که، همیشه مثل من نمی‌تواند که تسلط داشته باشد متأسفانه، گاهی اوقات انسان فراموشکار می‌شود.

بعد می‌آیم خانه خیلی ناراحت می‌شوم. چرا من این حرف را گفتم؟ چرا من این واکنش را نشان دادم؟ بعد خودم را سرزنش می‌کنم، برای همین جدیداً تصمیم گرفتم خیلی در جمع نروم، حالا نمی‌دانم این.

آقای شهبازی: نه ناراحت نشوید، یاد بگیرید خانم. یاد گرفتن باز هم با ناراحت شدن فرق دارد. شما جمع بروید، اشتباه بکنید بیایید از اشتباهاتان یاد بگیرید. هر لحظه زندگی می‌خواهد به ما اشتباهمان را یادآوری کند و یاد بدهد، به‌جای یاد گرفتن بیایید اشتباه را روی کاغذ بنویسید، مرور کنید دفعه بعد حواستان جمع باشد آن اشتباه را نکنید. با شما خداحافظی باید بکنم، بقیه مردم.

خانم فاطمه: قربان شما. ان شاء الله خدا نگهدار خودتان و عزیزانتان باشد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]



۳- خانم بیننده از تبریز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: آقای شهبازی عیدتان مبارک.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. سال نوی شما هم مبارک. بفرمایید.

خانم بیننده: ممنون، مال شما هم مبارک. آقای شهبازی من خیلی وقت است زنگ نزده‌ام، اجازه هست صحبت کنم؟

آقای شهبازی: بله دیگر، بله، قرار شد امروز کسانی زنگ بزنند که تا حالا زنگ نزده‌اند.

خانم بیننده: خیلی خوشحالم که با شما دوباره صحبت می‌کنم. من قبلاً زنگ زدم. از تبریز زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: آفرین. بفرمایید.

خانم بیننده: آقای شهبازی من یک متنی را می‌خواستم از برنامه، یک شعر بخوانم. با اجازه‌تان می‌خوانم. از برنامه ۹۰۸،

غزل ۳۱۲۰.

چو مجنون بیامد به وادی لیلی

که یابد نسیمش ز باد صبایی

بگفتند: لیلی، شما را بقا باد

ببین بر تبارش، لباس عزایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۲۰)

مجنون نماد هر یک از ما است و انسانی که وارد این جهان می‌شود. به‌عنوان مجنون وارد این جهان می‌شویم، این جهان وادی لیلی است. به محض این‌که وارد این جهان می‌شویم، می‌گوییم من را به‌عنوان زندگی شناسایی کنید، من از جنس زندگی هستم و می‌خواهم به جنس زندگی زنده شوم. می‌گویند نه، در واقع لیلی تو، زندگی تو مُرده. تو از جنس جسم هستی و برای این‌که باور کنی ببینی، همه خانواده تو لباس عزا پوشیده‌اند.

پس آن تلخ‌کامه بدرید جامه

بغلطید در خون ز بی دست و پای

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۲۰)

تلخ‌کامه: نامراد، تلخ‌کام، ناکام

پس ما از جنس بی‌فرمی هستیم و از جنس لیلی یا همان زندگی هستیم.



همی کوفت سر را به هر سنگ و هر در
بسی کرد نوحه، بسی دست‌خایی

همی کوفت بر سر که تاجت کجا شد؟
همی کوفت بر دل، که صیدِ بلایی

درازست قصه، تو خود این بدانی
تپش‌های ماهی ز بی‌استقایی

چو با خویش آمد، بپرسید مجنون
که گورش نشان ده، که بادش فضایی

بگفتند شب بود و تاریک و گم شد
بس افتد از این‌ها ز سوء القضایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۲۰)

دست خابیدن: اظهار ندامت کردن
استقا: آب خواستن، طلب آب
سوء القضا: قضا و سرنوشت بد

پس ما می‌فهمیم که در این من‌ذهنی که افتاده‌ایم، در واقع ما به‌سوی نازندگی می‌رویم. ما بدون لیلی نمی‌توانستیم زنده بمانیم و روزبه‌روز رو به نابودی می‌رویم.

ندا کرد مجنون، قلاووز دارم
مرا بوی لیلی کند رهنمایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۲۰)

قلاووز: راهنما، رهبر

ز هر گور کف کف همی برد خاکی
به بینی و می‌جست از آن مُشک‌سایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۲۰)

مُشک‌سای: مُشک‌ساینده، کنایه از معطر و خوشبوی

ز صد گور بو کرد مجنون و بگذشت
که در بوشناسی بدش اوستایی



چراغی است تمیز در سینه روشن
رهاند تو را از فریب و دغایی

بیاورد بویش سوی گور لیلی
بزد نعره‌ای و فتاد آن فنایی

همان بو شکفتش، همان بو بکشتش
به یک نَفْخه حَشْرِي، به یک نَفْخه لایي

به لیلی رسید او، به مولی رسد جان
زمین شد زمینی، سما شد سمایی

شما را هوای خدای است، لیکن
خدا کی گذارد شما را شمایی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۲۰)

بوشناسی: حالت کسی که شامه قوی دارد.
اوستایی: مهارت، استادی
فنایی: فانی، فنا شده
نَفْخه: دَم، نَفَس
حشر: رستاخیز، زنده شدن
لا: در این‌جا لا شدن، مردن، از میان رفتن

مرسی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! چه غزلی خواندید خانم. به به به!

خانم بیننده: ممنون. این‌ها را همه از شما یاد گرفتیم. ممنون.

آقای شهبازی: یاخجی‌دی. بله بفرمایید.

خانم بیننده: دیگر خداحافظی با شما می‌کنم. وقت بقیه را نگیرم.

آقای شهبازی: ممنونم، عالی بود. گفتید از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: من از تبریز زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: تبریز، آفرین، آفرین!

خانم بیننده: بله.

آقای شهبازی: عالی بود، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۴- خانم فاطمه از مازندران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: می‌خواستم پیامی خدمت شما بخوانم.

زان چنین خندان و خوش ما جان شیرین می‌دهیم کان ملک ما را به شهد و قند و حلوا می‌کشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۲۸)

اگر آگاهانه با فضاگشایی پیایی که با انتخاب خودمان صورت می‌پذیرد، من‌ذهنی را شناسایی کنیم و به خداوند اجازه دهیم، البته با شادی و شیرینی، من‌ذهنی ما را بکشد، به تدریج به حق زنده می‌شویم و جانی تازه پیدا می‌کنیم. البته تنها کمک‌کننده ما فقط و فقط خودمان در این راه هستیم و هیچ‌کس جز خودمان نمی‌توانیم به خودمان کمک کنیم. با تمام ترس‌ها و حمله‌های من‌ذهنی، فضا را گشوده نگه می‌داشتیم و توی چشم‌های ترس نگاه می‌کردم، به خودم می‌گفتم من ترس‌هایم نیستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: حتی بدنم که واکنش نشان می‌داد، می‌گفتم حتی من بدنم نیستم. شمع حضور را روشن نگه می‌داشتم تا حضورم آرام آرام عمیق‌تر شود.

ما بدانستیم، ما این تن نه‌ایم از ورای تن، به یزدان می‌زی‌ایم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰)

پیام تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی بود همین. بله‌بله، بله خیلی عالی! عالی، عالی، آفرین! شما اگر به ترس و.

خانم فاطمه: البته من فاطمه هستم از مازندران تماس می‌گیرم. چندین سال است که به برنامه بسیار خوب و بی‌نظیر گنج حضور گوش می‌دهم. پیام عزیزان خیلی‌خیلی به من کمک می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: در طول این چند سال که گوش می‌دادم، پیام‌ها خیلی‌خیلی باعث تغییرات خیلی زیادی در من شد. بیماری‌ام خیلی بهتر شد، بیماری‌ام خیلی بهتر شد آقای شهبازی عزیز. واقعاً شما خیلی کمک می‌کنید. از زحمات شبانه‌روزی شما بسیار متشکرم و زبان قاصر است.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: واقعاً زبان قاصر است از تشکر به شما و عزیزان البته. تمام پیام‌هایی که به ما می‌دهند خیلی خیلی به ما کمک می‌شود. و البته یک دوست عزیزی هم دارم که از من جوان‌تر هست، ولی خیلی به من کمک می‌کند، خدیجه خانم هم خیلی کمک می‌کند. ما دوتا از دوست‌هایی هستیم که ابیات را با همدیگر می‌خوانیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: توی غزل‌ها به همدیگر کمک می‌کنیم. این برنامه خیلی خیلی به من کمک کرد، دست شما درد نکند. سال جدید را به شما تبریک می‌گویم، به همه عزیزان. ان‌شاءالله سال خوبی بر همه باشد و بهترین سال یعنی عید در کل عمر من امسال بود، این قدر تغییراتی که در خودم دیدم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: روی من کار کرد، برنامه گنج حضور خیلی روی من کار کرد.

آقای شهبازی: چه جور مریضی داشتید خانم؟ چه جور مریضی می‌گویید کمک کرد؟

خانم فاطمه: چندین سال به یک بیماری دچار بودم، اصلاً خونم صاف شد. مشکل خونی داشتم، اصلاً برطرف شد. با آزمایشاتی که این دفعه دادم، خود اصلاً پزشک‌ها تعجب کردند. من آزمایشی که دادم اصلاً خود پزشک تعجب کرد. من دیگر نگفتم مثلاً من چه علمی می‌بینم، در چه راهی هستم، نگفتم. فقط خیلی خوشحال شدم، گفتم خدا را شکر که این بیماری برطرف شد، برگشت.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: سلامتی جسمی پیدا کردم. روی خانواده‌ام خیلی اثرات گذاشت، روی بچه‌هایم، روی همسرم. روابطم با همسرم خیلی خیلی بهتر شده، با بچه‌هایم همچنین، با بچه‌هایم، یک دانه پسرم سرباز راه دور است، با مشکلات خیلی زیاد، اما خدا را شکر می‌بینم آن‌چنان اثری نداشته.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: از همه عزیزان تشکر می‌کنم. ان‌شاءالله سال خوبی داشته باشید آقای شهبازی عزیز. خیلی زحمت می‌کشید و واقعاً این ابیات، تکرار ابیاتی که می‌کنم با ورزش، ورزش هم با تکرار ابیات خیلی خیلی بیشتر به من کمک کرد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: زمزمه کردن ابیات در فضای حضور با ورزشی که شما به بیماران چیز کردید، من این را خیلی کار کردم ورزش را.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: این ورزش بیشتر روی بینایی من اثر گذاشت، من بهتر مثلاً، بهتر، بینایی من را خیلی خیلی بهتر کرد.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین! شما می‌بینید خودتان دارید می‌گویید ترس، ترس آدم را منقبض می‌کند. ترس یکی از هیجانات عمده من ذهنی است. حمله، من ذهنی به شما حمله می‌کند. خوشبختانه شما یاد گرفتید که اتفاقاتی که می‌افتد به‌عنوان حمله من ذهنی حساب می‌شود، شما اطرافش فضا باز می‌کنید و معنی آن را می‌فهمید که این پیغام این اتفاق چیست. یکی هم مسئله درست نمی‌کنید. مسئله درست نمی‌کنید.

خانم فاطمه: بله بله.

آقای شهبازی: شما همین الان دارید می‌گویید. مثلاً شما می‌توانستید از این‌که پسران سرباز راه دور است، حالا وضعیتش خوب است یا بد است کاری ندارم، همین دوری از پسر خودش می‌تواند مسئله باشد. وای پسر رفت، الان چه بلایی سرش آمد! شما فضا را باز می‌کنید صبر می‌کنید.

خانم فاطمه: آقای شهبازی عزیز، من خیلی ترس‌های شدیدی داشتم. مخصوصاً از طریق قرین این ترس‌ها مخصوصاً از طریق همسر این ترس‌ها به من چیز کرد، خیلی اثر داشت. ولی با این برنامه و تکرار ابیات خیلی اثر گذاشت.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: اصلاً با این‌که همسر، همین پسر که راه دور بود، خیلی ناراحت بود، خیلی چیز می‌کرد، ولی من خدا را شکر می‌بینم هیچ اثری نگذاشت، اصلاً برای خود من هم خیلی توی حیرانی، توی عجب بودم که اصلاً روی من اثر نمی‌گذاشت.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: همسر خیلی ناراحتی می‌کرد. اصلاً نمی‌توانست این را تحمل کند [ناواضح] و این‌ها. ولی الحمدلله روی من نه، آن‌جور اثر نداشت. چون که من شب و روز در برنامه گنج حضور بودم و عمل می‌کردم. عمل کردن برای من خیلی مهم بود، عمل کردن به این ابیات.

آقای شهبازی: آفرین! بله بله.

خانم فاطمه: ابیات کاربرد شدیدی روی من داشتند. خدا را هزار مرتبه شکر.

آقای شهبازی: آفرین! عالی، عالی! ممنونم، عالی، عالی، آفرین!

خانم فاطمه: خیلی ممنون آقای شهبازی. دست شما درد نکند. تشکر می‌کنم.

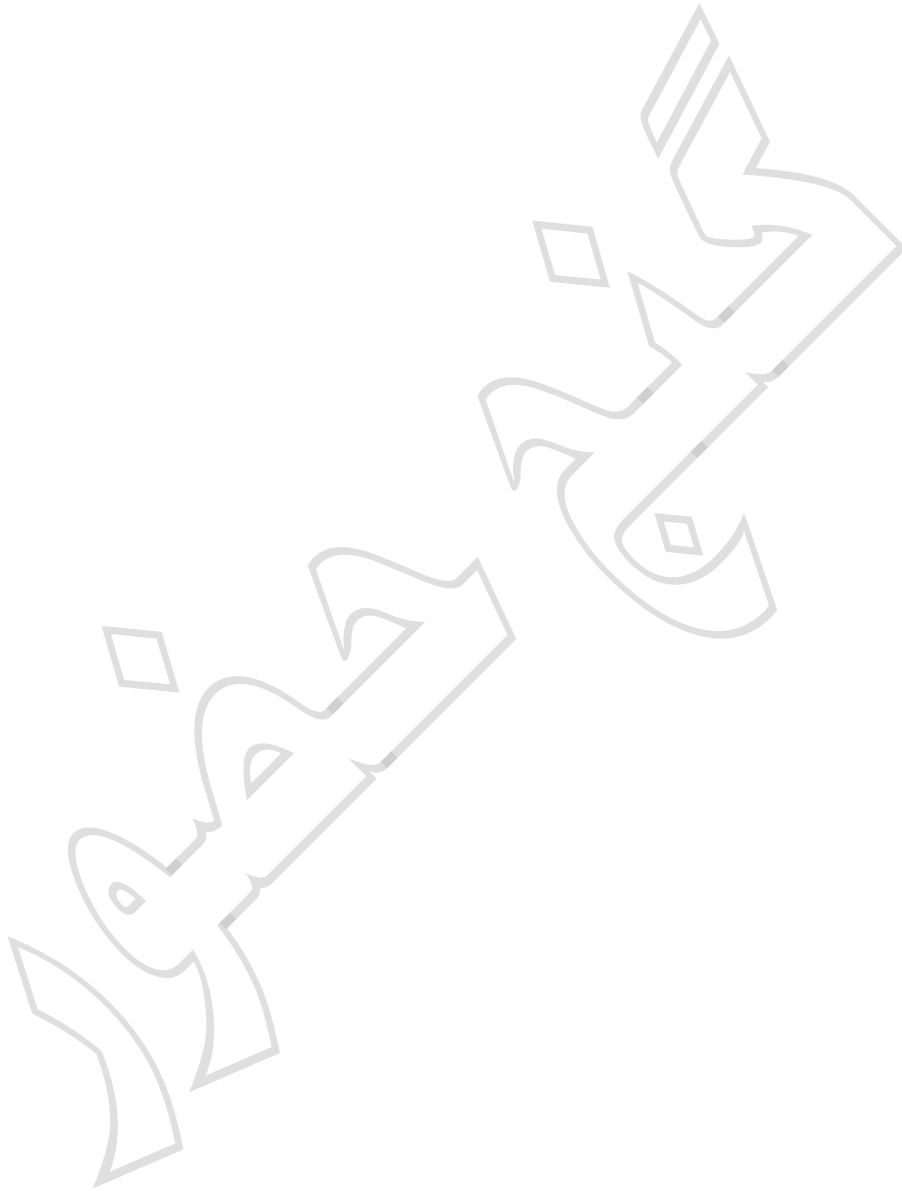
[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

آقای شهبازی: یکی از خاصیت‌های عمده من ذهنی همین‌طور که عرض کردم ترس است و امیدوارم شما از مولانا یاد گرفته باشید، نه خودتان را بترسانید، نه دیگران را، مخصوصاً داخل خانه یعنی توی خانواده یک مرد نباید از بیرون بیاید بگوید آقا با رئیس‌م دعوایم شد، ممکن است من را بیرون کنند، حالا بچه‌ها هم نشستند می‌شنوند. این‌ها می‌ترسند، ترس را نکارید.



اگر هم یک مسئله‌ای هست، می‌خواهید با خانمتان صحبت کنید، یواشکی صحبت کنید، بگویید یک همچو چیزی پیش آمده، دنبال کار می‌گردم.

نترسانید مردم را. این ترس کاشته می‌شود. تخم فساد، تخم واقعاً خرابکاری. بچه‌ها می‌ترسند، بچه‌ها را نترسانید، بخندید ولو این‌که به‌زور است بخندید شاد باشید، هم روحیه شما بالا می‌رود، در تنگدستی‌ها، در تنگناها باید خوشحال باشید، فضا را باز کنید تا مسائل حل بشوند. و از طرف دیگر مسئله درست نکنید، مسئله درست نکنید، بله، پیغام زندگی را بگیرید.





۵- خانم منصوره و آقای حبیب از ارومیه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم منصوره]

خانم منصوره:

بسم الله الرحمن الرحيم

نعره زد عشق که خونین‌جگری پیدا شد
حسن لرزید که صاحب‌نظری پیدا شد
فطرت آشفست که از خاک جهان مجبور
خودگری، خودشکنی، خودنگری پیدا شد
خبری رفت ز گردون به شبستان ازل
حذر ای پردگیان پرده‌دري پیدا شد
آرزو بی‌خبر از خویش به آغوش حیات
چشم وا کرد و جهان دگری پیدا شد
زندگی گفت که در خاک تپیدم همه عمر
تا از این گنبد دیرینه دری پیدا شد
(اقبال لاهوری، پیام مشرق، میلاد آدم)

آقای شهبازی من و همسر من شش سال هست که با برنامه انسان‌ساز شما آشنا شده‌ایم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم منصوره: من خودم من ذهنی خیلی قوی‌ای داشتم، زودرنج بودم، غیبت می‌کردم، از همه‌کس توقع داشتم، از مرگ می‌ترسیدم، همیشه در ذهن بودم، بعضی وقت‌ها که مجبور می‌شدم دروغ هم می‌گفتم، فضاگشایی بلد نبودم، همیشه یا در گذشته و یا به آینده می‌رفتم، در لحظه زندگی کردن را بلد نبودم، نه در خانواده عشقی به دنیا آمده بودم و نه در جامعه عشقی بزرگ شده بودم، ولی حالا که با برنامه گنج حضور آشنا شده‌ام، معنی زندگی و زنده بودنم را می‌فهمم.

آقای شهبازی عزیز من امروز بعد از شش سال با دیدن و شنیدن برنامه حضرت مولانا تصمیم گرفتم برای خودم یک قانون اساسی بنویسم، با امضا و متعهدانه به آن عمل کنم و به زندگی تعهد می‌دهم که این اشتباهات را دیگر تکرار نکنم.

آقای شهبازی: آفرین!

سال‌ها پرسیدم از خود کیستم؟
آتشم، شوقم، شرارم، چیستم؟

دیدمش امروز و دانستم کنون
او به جز من، من به جز او نیستم
(شاعر ناشناس)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم منصوره: من این را نوشتم. تسلیم در مقابل زندگی بدون قیدوشرط، نرفتن به گذشته و آینده، هم‌هویت نبودن با کل دنیا، صبور بودن، واکنش نشان ندادن، شکرگزاری برای تمام داشته‌ها و نداشته‌هایم، خوشبختی نخواستن از دیگران، دروغ نگفتن، ترس نداشتن از خدا، قانون جبران را رعایت کردن، قانون مزرعه را یاد گرفتن، قضاوت نکردن دیگران، از پیشرفت انسان‌ها خوشحال بشوم، محبت کردن به دیگران بدون چشم‌داشت، بخشنده بودن چون زندگی از عطا و بی‌عوض می‌بخشد، زندگی چون از جنس بی‌نهایت و فراوانی است، ولی من ذهنی از جنس محدودیت می‌باشد، وقتی ذره‌ای شاد بشویم ما را پشیمان می‌کند.

چون ملایک، گوی: لا عِلْمَ لَنَا
تا بگیرد دست تو عِلْمَتَنَا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

«مانند فرشتگان بگو: «ما را دانشی نیست» تا «جز آنچه به ما آموختی» دست تو را بگیرد.»

که تو آن هوشی و باقی هوش پوش
خویشتن را گم مکن، یاوه مکوش
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۱)

از خدا غیر خدا را خواستن
ظَنِّ افزونی ست و، کَلِّ کاستن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

کنار تو هستم، که یار تو هستم
که بیش از خودت بی‌قرار تو هستم
(ترانه‌سرا: افشین یداللهی)

ره آسمان درونست، پر عشق را بجنبان
پر عشق چون قوی شد، غم نردبان نماند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۱)

هله نومید نباشی که تو را یار براند
گرت امروز براند نه که فردات بخواند؟

در اگر بر تو ببندد مرو و صبر کن آن جا
ز پس صبر، تو را او به سر صدر نشاند

و اگر بر تو ببندد همه ره‌ها و گذرها
ره پنهان بنماید که کس آن راه نداند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۵)

من نور پاکم ای پسر نه مشت خاکم مختصر
آخر صدف من نیستم من در شهوار آدمم

ما را به چشم سر مبین، ما را به چشم سر ببین
آنجا بیا ما را ببین کآنجا سبکبار آدمم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۰)

آقای شهبازی خیلی خوشحال شدم تماس گرفتم. من با اجازه‌تان من گوشه را می‌دهم دست همسرم. من نمی‌دانم وقتم کم است یا وقت زیادی.

آقای شهبازی: نه‌نه، بدهید صحبت کنند، هر چقدر وقت بگیرد. خیلی خوب بود! آفرین، آفرین! ماشاءالله! عالی، عالی، عالی، آفرین!

خانم منصوره: خیلی خوشحال شدم آقای شهبازی، نمی‌دانستم می‌توانم، من دفعه دوم هست زنگ زدم، من سه چهار سال پیش هم زنگ زدم، ولی خیلی دلهره داشتم نتوانستم صحبت کنم، خیلی برایتان ارزش قائل هستم، خدا حفظتان کند، خدا عوضتان بدهد، من نمی‌دانم من چه‌جوری از شما تشکر کنم واقعاً خیلی اصلاً همه را زنده کرده‌اید، به همه روح داده‌اید، خدا خیرتان بدهد، خدا از همه، من دیگر نمی‌توانم دعایتان هم بکنم، خدا دعایتان بکند، خدا پشت و پناهتان باشد، به خدا سپردمتان. گوشه را می‌دهم دست همسرم صحبت کنند.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم، شما لطف دارید، بله‌بله، خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم منصوره]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حبیب]

آقای شهبازی: ماشاءالله به شما، ماشاءالله به همسرتان، آفرین! [خنده آقای شهبازی]

آقای حبیب: خواهش می‌کنم، ما هر دو تا با همسرم چند روز پیش که من زنگ زدم عرض کردم که با همسرم برنامه را دنبال می‌کنیم.

آقای شهبازی: بله بله.

آقای حبیب: و چون همسرم دل‌درد گرفت رفت دیگر نتوانست بماند، من عرض کردم برایتان.

آقای شهبازی: بله.

آقای حبیب: ابیات مولانا را تکرار می‌کنیم در فرصت و برنامه را هم نمی‌گوییم صد درصد ولی تا حدودی سعی می‌کنیم برنامه را دنبال بکنیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حبیب: الان هم با عرض سلام و تبریک سال جدید، فرارسیدن سال جدید را برای جنابعالی و همکاران محترمتان تبریک می‌گوییم و زیاد وقتتان را نمی‌گیرم.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای حبیب: فقط می‌خواهم عرض بکنم که بی‌نهایت از شما ممنون و سپاس‌گزاری می‌کنیم و از خداوند متعال قدرت بیشتر، توانایی بیشتر برایتان آرزو می‌کنم. و هزاره اول تمام شد، قدم به هزاره دوم گذاشتیم که ان‌شاءالله بلکه سلامتی باشد هزاره دوم هم تمام بشود.

آقای شهبازی: ممنونم، با دعا و تشویق شما بله ان‌شاءالله، هزاره دوم تمام نمی‌شود، ولی خب بالاخره هرچه که از دستمان

برمی‌آید دیگر [خنده آقای شهبازی]

آقای حبیب: هر چقدر که امکان داشته باشد.

آقای شهبازی: بله بله.

آقای حبیب: فقط به حضورتان عرض کنم که دو سه کلمه از غزل‌های حضرت مولانا عرض می‌کنم. غزل ۱۵۷۸ را عرض می‌کنم.

آقای شهبازی: بله بله، بله.

آقای حبیب:



من جز احد صمد نخواهم
من جز ملک ابد نخواهم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷۸)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حبیب:

اول و آخر تویی ما در میان
هیچ هیچی که نیاید در بیان
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حبیب:

حکم حق گسترد بهر ما بساط
که بگویند از طریق انبساط
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حبیب: بالاخره فقط خواستم به حضورتان سلام عرض کنم و تشکر کنم از زحماتتان که واقعاً محبت فرمودید، واقعاً زحمت می‌کشید شما و همکارانتان، اصلاً امید به ما می‌دهید، امید زندگی می‌دهید.

آقای شهبازی: آفرین! بله، ممنونم.

آقای حبیب: بفرمایید.

آقای شهبازی: نه‌نه، عرضی ندارم، شما بفرمایید اگر صحبت دیگری دارید بفرمایید.

آقای حبیب: خواهش می‌کنم. من زیاد وقتتان را نمی‌گیرم برای این‌که تلفن‌های بیشتری منتظر هستند، به‌خاطر آن دیگر وقتتان را نمی‌گیرم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حبیب: فقط از حضورتان تقاضای، تقاضا می‌کنم که ما را هم جزو شاگردان خودتان محسوب کنید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، شما الآن دیگر استاد شدید، شما شاگرد مولانا هستید، این همه زحمت کشیدید، این همه پیشرفت کردید پیشرفتتان را تبریک می‌گویم. این پیغامی که خانمتان دادند، آن روز هم من یادم هست شما. پیغام شما هم عالی بود، الآن هم عالی بود. ببینید آسان هست دیگر.

آقای حبیب: همان ابیات را هر روز حدود یک نیم‌ساعتی، یک نیم‌ساعتی آن ابیات را تکرار می‌کنم، همان ابیاتی که عرض کردم.

آقای شهبازی: بله.

آقای حبیب:

**چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند
نَفَسِ زنده سوی مرگی می‌تند**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

می‌تند: از مصدر تنیدن، در این جا یعنی می‌گراید.

آن‌ها را، سومی هم که:

**مُرده شو تا مُخرجِ الحیِّ الصَّمَدِ
زنده‌یی زین مُرده بیرون آورد**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۱)

این‌ها را عرض کردم برایتان تکرار می‌کنم هر روز.

آقای شهبازی: بله، آفرین، آفرین! موفق شدید تبریک می‌گویم به شما.

آقای حبیب: آقای شهبازی یک دقیقه گوشی را می‌دهم به همسر. ببخشید که وقتتان را گرفتم، موفق باشید، با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بله بله، خواهش می‌کنم، اختیار دارید، عالی، عالی! خواهش می‌کنم.

خانم منصوره: آقای شهبازی ببخشید من این را هم یادم رفت، من با آقای صفا، آقای حبیب صفا که همسر هست، ما پنجاه سال است زندگی می‌کنیم، من هر روز احساس می‌کنم من امروز ازدواج کردیم، تا به حال به همدیگر «به تو چه» هم نگفتیم، خیلی آقای محترمی هست، خیلی باشعور هست، واقعاً من، دوتا بچه دارم یک پسر، یک دختر، این‌ها هم به درجات عالی رساندم، از زندگی واقعاً راضی هستیم، همیشه راضی بودم، من بچه هم بودم از زندگی راضی بودم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم منصوره: ولی این برنامه را نمی‌شناختم، نمی‌دانستم چه جور زندگی کنم، یک کمی احساس می‌کردم یک چیزی را گم کردم، ولی شما، من آقا، همسر که می‌نشینم می‌گویم حالا به هر عنوانی از نظر وضعیت ایران و این‌ها دیگر رفت و آمدها



کم شده، ولی ما احساس می‌کنیم هر روز خانه من مهمان هست، هر روز چند نفر دارند به ما آموزش زندگی می‌دهند، شما اصلاً نمی‌دانید نور هستید، شما انرژی هستید.

من که صبح پا می‌شوم بروم دستم را بشویم اول تلویزیون را روشن می‌کنم، می‌گویم صدای آقای شهبازی بیپچد توی خانه برکت می‌آورد، خوشی می‌آورد برایمان، اصلاً احساس تنهایی نمی‌کنیم، ما یک لحظه نگاه می‌کنیم می‌بینیم از ساعت هشت شده دوازده! چه جور گذشت امروز! واقعاً تشکر می‌کنم، خیلی ممنونم، خیلی متشکرم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! ممنونم. عالی، عالی! ممنونم.

خانم منصوره: خیلی ممنون، ببخشید خیلی وقتتان را گرفتم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم منصوره]

آقای شهبازی: عالی، عالی!

۶- آقای بیننده از افغانستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: تشکر می‌کنم از شما، از برنامه خوبتان، اجرای برنامه هزارم را به شما تبریک می‌گویم، سال نو را به شما تبریک می‌گویم، نوروزتان پیروز.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید.

آقای بیننده: من چند بیتي راجع به برنامه هزارم سروده‌ام که خدمتتان می‌خوانم، با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بله بله، خواهش می‌کنم.

آقای بیننده:

اینک که برنامه هزار رسیده‌ای
از هزارت شد هزاران زنده‌ای

زین چراغ بی‌فتیل درس را
دادی تنها [کلمه نامفهوم] فروزان کرده‌ای

کودکان و نوجوان عشق را
[کلمه نامفهوم] مست و گویا کرده‌ای

[جمله نامفهوم] چرخ شوق را
کین بساط شکر درمان کرده‌ای

موسی صحرائی اندر ده نماند
شهرها را شکرستان کرده‌ای

نور را گفتمی که تو موجود باش
نک قضایت این که طغیان کرده‌ای

ای خدا این وصل را هجران مکن
خاصه وصلی که با جان کرده‌ای



آن [نامفهوم] بسیار گفتیم که خموش در خموشی درس آسان کرده‌ای (سراینده: آقای بیننده)

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

آقای بیننده: تشکر می‌کنم از آستانتان، دیگر وقت شما را نمی‌گیرم. چند بیتی از [کلمه نامفهوم] برایتان می‌گویم در خاتمه، از حضورتان خداحافظی می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. عالی! پس چند بیت دیگر می‌خوانید یا نه؟

آقای بیننده: چند بیتی از [کلمه نامفهوم] می‌خوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

آقای بیننده: ببخشید از یادم رفت. [خنده آقای بیننده]

آقای شهبازی: از یادتان رفت. [خنده آقای شهبازی] این چیزها پیش می‌آید، باشد، باشد، ان شاءالله دفعات بعد بخوانید. آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]



۷- آقای احمد از گنبد کاووس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای احمد]

آقای احمد: احمد کریم‌زاده هستم، از استان گلستان، گنبد، خدمتتان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: لطف دارید.

آقای احمد: من امروز چون اجازه فرمودید آن‌هایی که زنگ نزدند، البته من از دیرباز چندین سال است که زنگ نزدم و مزاحمتان نشدم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای احمد: لکن امروز این توفیق را داشتم که تماس گرفتم و صدای گرم‌تان را شنیدم. خیلی دوست داشتم که مجدداً برای هزارمین بار از شما تشکر بکنم، از برنامه بسیار بسیار ارزشمند و خوبتان که چقدر این روزها انصافاً به درد هم مردم جهان و بیش ملت ایران می‌خورد که با وجود این مسائل و مشکلاتی که در امورات زندگی هست، چقدر تکنیک‌های زندگی که شما از مولانا به ما آموزش می‌دهید، این‌ها را به‌کار می‌بندید، من افتخار دارم که سیزده چهارده سال است که به‌اصطلاح محصل کلاس درس شما هستم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای احمد: و از این جهت به خودم بسیار بسیار می‌بالم که این توفیق را و این اقبال را داشتم که یکی از دوستان عزیزم این برنامه را به من معرفی کرد، از همان موقع با شما محشور و عجین هستم و شبانه‌روز با شما و با برنامه‌تان همین‌طور جلو می‌روم و چقدر مشکلات من، شاید علی‌الظاهر این برنامه مشکلات را حل نکند ولی این قدرت و توان و این تدبیر و روشنگری را به آدم می‌دهد که بتواند در مواجهه با مشکلات از بهترین و به‌اصطلاح از این زیباترین راه ممکن برای رسیدن به به‌اصطلاح به نتیجه خودش را به آن برساند، به آن مقصد.

از این بابت بسیار بسیار جای تقدیر و تشکر از برنامه‌تان دارد. ممنون که هستید، ممنون که ادامه می‌دهید و ممنون که خانه‌های ما را با چراغ وجودتان روشن می‌کنید. ان‌شاءالله خداوند به شما این توان و عمر طولانی را بدهد که همچنان از شما بهره ببریم و به‌ویژه حتی آرزو می‌کنم که آیندگان ما هم این برنامه را بتوانند از آن بهره ببرند و عمر شما آنقدر طولانی باشد و مکانیزی که ایجاد کردید این قدر اثرگذار باشد که تا ده‌ها سال بعد از این هم از آن بتوانیم بهره ببریم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای احمد: من اجازه بدهید که یک غزلی را که به‌اصطلاح از سرکار خانم سمانه کهرباییان هست، شاعر جوان و بسیار خوش ذوق مملکتان، خدمتتان این را من قرائت بکنم که بسیار بسیار این شعر و این غزل در همین راستای فرمایشات شما



و احتمالاً برگرفته از آموزه‌های مولانا این غزل بسیار زیبا سروده شده که من مایلم برای هم دل خودم و احیاناً برای استفاده بینندگان و شنوندگان شما این را بخوانم. اجازه می‌فرمایید مهندس جان؟

آقای شهبازی: بله، خواهش می‌کنم، بفرمایید، بله.

آقای احمد:

به بازجوی درون فرصت سؤال مده
خیال سفسطه دارد، به او مجال مده
بدان مُفتش ناپاک، جان پاک نبخش
بدان حرامی دون، بوسه حلال مده
همین تکیده و تنها که می‌روی خوب است
گزیده باش دلا! تن به ابتذال مده
شکستگی مرضی مهلک است، محکم باش
نگاه دار غمت را و انتقال مده
در انتظار پذیرش نباش، بیهوده است
به این توقع مسموم پر و بال مده
به آفرین و ملامت کم و زیاد نشو
عنان صبر به فریاد قیل و قال مده
به احتمال طلوعی دوباره فکر نکن
یقین بدان که چنین است، احتمال مده!
(سمانه کهرباییان)

ممنون مهندس جان.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خواهش می‌کنم، لطف فرمودید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای احمد]

۸- خانم نیوشا و آقای کارن [کودک عشق] از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیوشا]

خانم نیوشا: من پسر می‌خواستم برایتان یک شعر بخواند.

آقای شهبازی: شما از کجا زنگ می‌زنید اول بفرمایید؟

خانم نیوشا: من نیوشا هستم از تهران زنگ می‌زنم. الان گوشی را می‌دهم به او.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای کارن]

آقای کارن:

صبح نزدیک است، خامش، کم فروش

من همی کوشم پی تو، تو مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

آمد شراب آتشین، ای دیو غم کنجی نشین

ای جان مرگ‌اندیش، رو، ای ساقی باقی در آ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۴)

مرگ‌اندیش: آن‌که پیوسته در اندیشه مردن باشد. مجازاً من‌ذهنی که با اندیشیدن و عمل به آن خودش را تباه می‌سازد.

آقای شهبازی: یک کمی بلندتر صحبت کنید بی‌زحمت.

آقای کارن:

گفت شیطان که بما آغویتنی

کرد فعل خود نهان، دیو دنی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

«شیطان به خداوند گفت که تو مرا گمراه کردی. او گمراهی خود را به حضرت حق نسبت داد و آن دیو فرومایه کار خود را پنهان داشت.»

دنی: فرومایه، پست

آقای شهبازی: خیلی خب.

آقای کارن:

صبح نزدیک است، خامش، کم فروش

من همی کوشم پی تو، تو مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)



صد هزاران کیمیا، حق آفرید
کیمیایی همچو صبر، آدم ندید
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۴)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای کارن:

طوطی قند و شکرَم، غیرِ شکرِ می‌نخورم
هر چه به عالم تُرُشی، دورم و بیزارم ازو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۲)

آقای شهبازی: یک بار دیگر بخوانید این شعر را، «طوطی قند و شکرَم».

آقای کارن:

طوطی قند و شکرَم، غیرِ شکرِ می‌نخورم
هر چه به عالم تُرُشی، دورم و بیزارم ازو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۲)

آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی خب، باشد [خنده آقای شهبازی] چشم، خیلی خب.

آقای کارن: خدا حافظ!

آقای شهبازی: خدا حافظ عزیزم، بله، ممنونم.

خانم نیوشا: آقای شهبازی خیلی.

آقای شهبازی: به، چند سالشان است؟

خانم نیوشا: سه سال و نیمشان است.

آقای شهبازی: شما می‌شود یک ویدئو بگیرید بفرستید؟

خانم نیوشا: من فرستادم از ایشان دوتا ویدئو گرفتم فرستادم برایتان.

آقای شهبازی: خب پخش شده؟

خانم نیوشا: بله، بله.

آقای شهبازی: پخش شده خیلی خب.

خانم نیوشا: بله خیلی ممنون از لطفتان، خیلی هم خوشحال شد وقتی که دید ویدئوی خودش را. خیلی زحمت کشیدید آقای

شهبازی.

من فقط دوتا یک موردی بود که پیش آمد برای در مورد مثلاً الفاظی که دیگران برای آدم می‌کنند یعنی مثلاً توی من‌های ذهنی کسانی که توی ذهنشان هستند، ولی محبت‌هایی می‌کنند به آدم که یک وقت‌هایی آدم مثلاً ناراحت می‌شود یا مثلاً نگرانی‌های خودشان را توی قالب محبت انتقال می‌دهند، یک چیزی برای من داشت که یکی از آشناها گفته بود که به یک گربه‌ای محبت می‌کند مثلاً غذا می‌دهم به گربه و این‌ها، گربه برای این‌که محبت را برگرداند می‌رفت یک دانه مثلاً سوسک را، سوسک مرده را می‌آورد می‌گذاشت روی جانماز این خانمی که محبت می‌کرد به گربه‌ها. بعد من هم این مثل را گرفته بودم مثلاً هر موقع که از آشناهایم مثلاً در قالب محبت یک چیز به من می‌گویند که من را، من ذهنی من تحریک می‌کند که خب البته از وجود همان من ذهنی خودم هم هست می‌گویم که این از محبتشان بوده. یعنی از این دید نگاه می‌کنم می‌گویم مثل مثلاً دیگر بهترین چیزی که فکر می‌کنند برای خودشان درست است آن را به من عرضه می‌کنند مثل یک همچو مثلی را به نظر می‌آید.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم نیوشا: نمی‌دانم دیگر الان زمان هم نگه نداشتم پسر صحبت کرد. خیلی ممنونم از لطفان.

آقای شهبازی: شما مطلبی دارید بفرمایید. همیشه یادمان باشد این همه که صحبت دوری از قرین بد هست از جمله من ذهنی خودمان، این است که بهترین هدیه من‌های ذهنی درد است، یعنی نمی‌شود شما دور و بر یک من ذهنی باشید به شما بهترین چیزشان را که درد است ندهند. و آن ضرب المثل هم که «نیش عقرب نه از ره کین است، اقتضای طبیعتش این است» خودتان می‌دانید.

خانم نیوشا: بله، بله، بله، ولی آن چون یک ذره باز غمگین، یعنی می‌گوید نیش عقرب باز من این را می‌خواستم توی قالب محبت بگذارم، این جوری برایم راحت تر است، یعنی فکر می‌کنم دید این‌که بالاخره محبت من ذهنی است برایم راحت تر رد می‌کند ماجرا را.

آقای شهبازی: بله، این هم، در این کار هم مقصر نیستند، برای این‌که شما نگاه کنید شما که بهترین یاری بهتر از خودتان ندارید که یعنی یاری بهتر از خودتان ندارید، ولی من‌های ذهنی به خودشان ظلم می‌کنند، بدن خودشان را خراب می‌کنند، به خودشان لطمه می‌زنند. بزرگ‌ترین دشمن ما خودمان هستیم، یعنی درواقع من ذهنی‌مان هست و اگر آدم به خودش رحم نمی‌کند، خب به دیگران رحم می‌کند؟

کسی که بدن خودش را خراب می‌کند، کسی که استرس دارد، می‌ترسد، غصه می‌خورد، دائماً احوال بد دارد، خودش دارد برای خودش این‌ها را فراهم می‌کند خداوند که نمی‌کند که، در این صورت به دیگران نمی‌دهد این‌ها را؟ معلوم است که می‌دهد.

بنابراین شما همیشه باید مواظب قرین باشید، هیچ ملامت هم نکنید، دیگر «از کوزه همان برون تراود که در اوست» این‌ها را شما بهتر از من می‌دانید [خنده آقای شهبازی].



حال متکلم از کلامش پیداست از کوزه همان برون تراود که در اوست

(شیخ بهایی، دیوان اشعار، رباعیات، رباعی ۱۹)

خانم نیوشا: نه، شما که، خواهش می‌کنم، لطف دارید. بعد من خودم ولی کلاً خیلی اشتباه و این‌ها البته که خیلی حالم خوب هست و یعنی حالا یعنی دارم تلاشم را می‌کنم، ولی هنوز خودم مثلاً خیلی وقت‌ها همینی که الآن فرمودید شما که بچه‌ها را نترسانید و این‌ها من خودم هنوز این اشتباه را می‌کنم.

و این‌که یک موقع‌هایی هم که خیلی مثلاً حالا می‌گویم الآن تلفن تماس قبلی آن آقا یک شعری خواندند که در مورد سؤال نکردن با من ذهنی بود مجدد، ولی من آن را فقط می‌خواستم برای شما مطرح کنم که یک وقت‌هایی هست که مثلاً من مثنوی را تازه توانستم دفتر ششم و پنجم را بگیرم، ششم را که خواندم خیلی آن شعرهایی که شما خوانده بودید راجع به این‌که مثلاً موش‌ها که با گرگ شعرش را متأسفانه حفظ نیستم که می‌گوید در تعداد نیست و در عدد نیست، آن را که توی اجتماع، آن را خواندم کلاً آن قسمت را خواندم خیلی آن موقع به من کمک کرد و ولی بعد دوباره برای یک اتفاق جزئی دوباره رفتم به شدت توی من ذهنی.

ولی نمی‌دانم که حالا قضیه یعنی نمی‌دانم که از چه جنبه‌ای دارد به من ضربه می‌خورد، چون که سعی می‌کنم خیلی یعنی توی اوج موقعی که فکر می‌کنم خیلی توانستم مثلاً فضا را باز کنم، خیلی آرامش و سکون پیدا کردم، بعدش بلافاصله یعنی یک شرایطی برابم پیش می‌آید که اصلاً واقعاً از خودم ناامید می‌شوم، یعنی احساس می‌کنم که مثلاً نه من خیلی ضعیف هستم هنوز.

در حالی که می‌بینم تغییرات را توی مسائل زندگی‌ام، ولی نمی‌دانم این‌جا از چه جنبه‌ای دارم ضربه می‌خورم.
آقای شهبازی: من الآن عرض می‌کنم شما ناامید نشوید، ناامید نشوید، بلکه یاد بگیرید، یاد بگیرید، تا زمانی که شما من ذهنی دارید و همانندگی دارید و در درون حتی درد دارید، حملات وجود خواهد داشت.
شما به‌جای این‌که بروید به پندار کمال، یکی از ضررهای پندار کمال این است که مرتب به ما القا می‌کند که تو به جایی رسیدی که دیگر اصلاً خیلی جای بالایی است لازم نیست این برنامه را گوش بدهی یا روی خودت کار کنی. زیر بار این توهم نروید که پندار کمال مجبور می‌کند شما را باور کنید که شما کامل شدید. همچو چیزی وجود ندارد، ما هیچ موقع کامل نمی‌شویم. و همیشه این بیت را بخوانید که «صدرِ توست راه» آن را بلدید دیگر نه؟ «صدرِ توست راه» بله.

خانم نیوشا: بله، بله، بله، صدرِ توست، صدرِ توست راه.

آقای شهبازی:

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه صدر را بگذار، صدرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)



خانم نیوشا:

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه صدر را بگذار، صدرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

آقای شهبازی: «صدر را بگذار، صدرِ توست راه». صدر شما، صدر یعنی صدر مجلس یعنی بالاترین مرتبه شما همین راه است، راه رفتن است. خداوند بی‌نهایت است ما هم بی‌نهایت هستیم، ولی هیچ موقع بی‌نهایت ما به بی‌نهایت او نمی‌رسد، الی الابد این ادامه دارد.

بنابراین شما هیچ موقع به قول غربی‌ها پرفکت (کامل: perfect) نمی‌شوید، اما مواظب حملات من‌ذهنی باید باشید. من‌ذهنی به هر کسی که به‌طور جدی روی خودش کار می‌کند، به‌طور غیرجدی نه‌ها! یک کسی که بازی می‌کند و بعضی موقع‌ها هی می‌خواهد خودش را نشان بدهد آن نه، اگر شما به اصطلاح عزم‌تان را جزم کنید که من دیگر می‌خواهم روی خودم کار کنم و فهمیدم راه این است، شما مواظب حمله‌های من‌ذهنی به صورت اتفاقات، به صورت آدم‌هایی که می‌آیند پیش شما، شما ملاقات می‌کنید. و مثلاً یک دفعه می‌بینید که شما دارید شش ماه روی خودتان کار می‌کنید، یک آدمی را ملاقات کردید که اظهار تمایل می‌کند با شما دوست بشود، همیشه مشکوک بشوید که چرا آمد این در زندگی من؟ توجه می‌کنید؟

خانم نیوشا: بله.

آقای شهبازی: این‌که می‌گوید شک کنید [خنده آقای شهبازی] می‌گوید حضرت رسول هم می‌گوید شک کنید، هی شک کنید، شک کنید یعنی همین شما باید ببینید که آن شعر را بلدید که مولانا در مورد «حزم»

حَزْمٌ سُوءُ الظَّنِّ گفته‌ست آن رسول هر قدم را دام می‌دان ای فضول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸)

حَزْمٌ: دوراندیشی در امری، هوشیاری و آگاهی
ظَنٌّ: حدس، گمان
فَضُولٌ: زیاده‌گو

خانم نیوشا: بله.

حَزْمٌ سُوءُ الظَّنِّ گفته‌ست آن رسول هر قدم را دام می‌دان ای فضول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸)

حَزْم: دوران‌دیشی در امری، هوشیاری و آگاهی

ظَن: حدس، گمان

فَضول: زیاده‌گو

آقای شهبازی: «حَزْمُ سُوءِ الظَّنِّ گفته‌ست آن رسول». حَزْم این است که شما سوء ظن داشته باشید به هر کسی که ملاقات می‌کنید. البته خیلی‌ها خوششان نمی‌آید برای این که می‌گویند آقا شما می‌خواهید ما با هم دوست نشویم. نه، اگر شما روی خودتان به‌طور جدی کار می‌کنید، بیت‌ها را می‌خوانید، برنامه را می‌بینید، خودتان را زیر نورافکن خودتان گذاشتید، می‌خواهید خودتان را اصلاح کنید و واقعاً کرده‌اید، بدانید ۱۰۰ درصد، نه ۹/۹۹ درصد، ۱۰۰ درصد من‌ذهنی به شما حمله خواهد کرد.

حمله‌هایش هم بعضی‌ها موزیانه است، به بعضی‌ها رو در رو است. توجه می‌کنید؟ رو در رو مثلاً ترساندن شما، قشنگ از درون به شما می‌گوید که دوست‌هایت را از دست می‌دهی، بیچاره می‌شوی، اموالت را از دست می‌دهی، مقامت را از دست می‌دهی، این یک فرصت مهمی است تو این‌جا دروغ بگو، این را به‌دست بیاور بعداً خودت را درست کن. این‌ها در رو در رو است. به‌صورت موزیانه آن شعر هم بلدید می‌گوید که

دیو چون عاجز شود در اِفْتِتَان

اِسْتِعَانَتِ جَوید او زین اِنْسِیان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱)

اِفْتِتَان: گمراه کردن

اِسْتِعَانَت: یاری خواستن

اِنْسِیان: آدمیان

خانم نیوشا: «در اِفْتِتَان»، «اِسْتِعَانَتِ جَوید او زین اِنْسِیان».

آقای شهبازی: «اِسْتِعَانَتِ جَوید او زین اِنْسِیان» حالا می‌آیید شما می‌روید یک‌دفعه در مهمانی یکی را ملاقات می‌کنید، یکی به شما ایراد می‌گیرد، یکی می‌خواهد با شما دوست بشود، یکی می‌گوید من را راهنمایی کن، یکی می‌گوید من را نصیحت کن، بابا تو این چقدر بلدی من را نصیحت کن یک خرده، نکن، نصیحت نکن، به کسی راه نشان نده، همه حواست به خودت باشد.

توجه می‌کنید؟ این غلط است که ما به دیگران راه نشان بدهیم. ما باید روی خودمان کار کنیم در اثر نور ما می‌بینند. همین که شما تمرکز می‌کنید روی دیگران، می‌روید به قضاوت. یکی می‌گوید من اشکال دارم من را راهنمایی کن، داری قضاوت می‌کنی، قضاوت یعنی من‌ذهنی، از این‌جا به بعد دیگر رفتی من‌ذهنی. شما ممکن است این‌ها را تقدماً ندانید، همه را ندانید، ولی می‌توانید پرهیز کنید، می‌توانید پیش‌بینی کنید.

شما یک کوچه‌ای می‌روید می‌دانید که توی این کوچه ممکن است یکی به شما حمله کند. یا کوهنوردی که رفتید؟ می‌گویید که خیلی خب این جاها یک جاهایی هست من ممکن است بلغزم، خب حواستان جمع است در آن‌جور جاها. از آن کوچه

که رد می‌شوید می‌گویید یکی آن‌جا ایستاده ممکن است به من حمله کند، حواستان جمع است حمله کرد مواظب باشید به شما لطمه نخورد.

من ذهنی به شما حمله خواهد کرد، اصلاً برو برگرد ندارد. شما باید حملاتش را با فضاگشایی دفع کنید. دائماً بگویید که این اتفاق دارد می‌افتد معنی‌اش چیست؟ معنی‌اش این است که من باید راهم را عوض کنم، یک چیزی در من هست که به او حرص می‌زنم، یک چیزی در مرکز من هست. داستان سلیمان هم که خوانده‌ایم دیگر تاجش کج شد.

خانم نیوشا:

پس سلیمان آندرونه راست کرد دل بر آن شهوت که بودش، کرد سرد (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۶)

آقای شهبازی: آفرین! همه را می‌دانید دیگر. شما هم باید آندرونه را راست کنید تا تاجتان درست بشود.

خانم نیوشا: «دل بر آن شهوت که بودش، کرد سرد».

آقای شهبازی: آفرین! [خنده آقای شهبازی] ماشاءالله، شما از کجا زنگ می‌زنید می‌گویید؟ خانم از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم نیوشا: من از تهران زنگ می‌زنم. خیلی آقای شهبازی من الآن یعنی اصلاً بابت قرین که اصلاً من با هیچ‌کس دیگر تقریباً یعنی فقط کسانی که واجب است و چیزهایی که پیش می‌آید یعنی. بعد جز برنامه شما اصلاً من آنتن تلویزیون ندارم توی خانه‌مان. من فقط برنامه شما را یا دانلود می‌کنم یا اینترنتی به اپلیکیشن.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم نیوشا: خیلی هم ممنونم واقعاً از همه، ولی حالا می‌گویم شما که فرمودید آن موضوعی که راجع به صبر گفتید و این‌که زمان ما توی من ذهنی، این هم خیلی به من کمک کرد. من واقعاً تازه جدیداً فهمیدم که صبر چیست، یک زمان دیگری وجود دارد که ما واقعاً نمی‌دانیم یعنی تا حالا نمی‌دانستیم، با ذهن نمی‌شود درکش کرد. این برای من خیلی جالب بود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیوشا: حالا ببخشید دیگر وقت شما را هم خیلی گرفتم واقعاً زحمت کشیدید.

آقای شهبازی: عالی، عالی! نه، الآن نه تنها من، مردم هم می‌بینند که شما خیلی جدی هستید، من هرچه می‌گویم شما می‌دانید. پس شما در این کار به‌طور جامع و گسترده، همه‌جانبه جدی هستید و روی خودتان کار می‌کنید. هر کسی مثل شما است باید مواظب باشد. اگر شما جدی نبودید، آن چیزهایی که من از شما پرسیدم و گفتم این یاد است، آن یاد است؟ ببینید یادتان بود، می‌دانستید. آن نه یادش نبود.



شما باید مواظب باشید، مواظب قرین باشید، مواظب حمله‌های من‌ذهنی باشید. مواظب باشید که این من‌ذهنی می‌خواهد شما را ناامید کند، مأیوس کند. توجه می‌کنید؟ شعرهای ناامیدی را دائماً برای خودتان بخوانید، حتماً آن‌ها را هم بلدید دیگر، نه؟ می‌گوید که

لیک تو آیس مشو، هم پیل باش
ورنه پیلی، در پی تبدیل باش
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۳)

خانم نیوشا: «لیک تو آیس مشو، هم پیل باش»، «ورنه پیلی» در پی؟

آقای شهبازی: «تبدیل باش».

خانم نیوشا: «تبدیل باش».

آقای شهبازی: «تبدیل باش». بیت قبلش هم بلدید که می‌گوید: «ارجعی بر پای»؟ «اُدْکُرواالله»؟.

اُدْکُرواالله کار هر اوباش نیست
ارجعی بر پای هر قَلاش نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۲)

قَلاش: بیکاره، ولگرد، مُفلس

خانم نیوشا:

اُدْکُرواالله کار هر اوباش نیست
ارجعی بر پای هر قَلاش نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۲)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیوشا:

لیک تو آیس مشو، هم پیل باش
ورنه پیلی، در پی تبدیل باش
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۳)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیوشا:

کیمیا داری، دوايِ پوست کُن



دشمنان را زین صناعت دوست کن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۹)

صناعت: هنر، پیشه، کار

آقای شهبازی: آفرین! [خنده آقای شهبازی] ماشاءالله، عالی، عالی خانم!

خانم نیوشا: سلامت باشید. خیلی لطف کردید آقای شهبازی. یعنی زحمتی که شما می‌کشید واقعاً من ممنونم از شما. خیلی خیلی از شما، از همه عزیزانی که همه عزیزانی که واقعاً الآن دوست‌های من دقیقاً همه دوستان و خویشاوندان من همین همه کسانی هستند که تماس می‌گیرند تلفنی، پیام می‌دهند، خیلی ممنونم از همه، ببخشید وقت همه را هم خیلی گرفتم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، عالی. زحمت را شما می‌کشید، زحمت را شما کشیدید، آفرین! شما موفق شدید، زحمت ما را به نتیجه رساندید. الآن من خوشحالم که.

خانم نیوشا: ان شاءالله که برسانم، نه آقای شهبازی این جوری هم نیست.

آقای شهبازی: همین. صبر صبر صبر، اگر یک کلمه باید یاد بگیریم صبر و پرهیز است، صبر پرهیز، صبر پرهیز، صبر پرهیز، این شما را موفق می‌کند، شما هم می‌کنید این کار را.

خانم نیوشا: ان شاءالله.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نیوشا و آقای کارن]

◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇



۹- خانم لیلا از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لیلا]

خانم لیلا: آقای شهبازی، من نزدیک به دو ماه است دارم برنامه شما را نگاه می‌کنم، البته در این ده سال گذشته چند بار با خانواده یعنی با پدر و مادرم ما این برنامه را نگاه می‌کردیم و من هم تحت تأثیر من ذهنی هم کنار می‌گذاشتم، هم از نو شروع می‌کردم.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم لیلا: مادر من یک جراحی خیلی سنگین داشت سال ۹۲، بعد یعنی این قدر خودش را باخته بود که با توجه به کمک شما، این قدر ایمان داشت که هیچ وقت یادم نمی‌رود، روزی که رفت بیمارستان برای جراحی، دکتر به ایشان گفته بود که چون این ضایعه نخاعی توی گردنشان بود و دکتر گفته بود که احتمال زیاد یا قطع نخاع می‌شوی و یا شاید هم حافظه‌تان را از دست بدهی و یا برای همیشه اصلاً نتوانی راه بروی.

مادر من با این ترس وقتی می‌رود اتاق عمل، می‌گوید وقتی چراغ بالای اتاق عمل را روشن کردند، من قیافه آقای شهبازی را دیدم. وقتی این را تعریف می‌کند [گریه خانم لیلا]، ببخشید،

آقای شهبازی: عیب ندارد.

خانم لیلا: من چون اولین بار است زنگ می‌زنم، مادر من سال‌ها پیش زنگ زده و از شما تشکر کرده ولی می‌گفت من این قدر قوت قلب گرفتم، گفتم من اگر هر جوری از این عمل بیرون بیایم اشکالی ندارد و می‌پذیرم.

وقتی از عمل بیرون آمد، دکتر اولین کاری که کرد پاهایش را لمس کرد و دید مادر من کاملاً بهبود پیدا کرده. یعنی از آن سال نزدیک به ده سال است مادر من حتی ام‌آر‌آی (MRI) مجدد نداد، حتی به این ایمان داشت که هر چیزی باشد من می‌پذیرم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم لیلا: و من خودم تو این چند وقت، یکی از دوستانم دچار بیماری سرطان بود و این قدر من ذهنی من قوی بود که من شروع کردم از لحاظ روحی کمکش کردن، پیشش رفتن، بیمارستان، دکترش را، یعنی از زندگی خودم، از بچه‌های خودم غافل بودم و فقط با این خانم بودم تا این‌که این قدر غرق زندگی این خانم شده بودم، داروهایش را چک می‌کردم، کجا برو، چه کار بکن، جراحی کرد، تا این‌که دو ماه پیش ایشان می‌خواستند عمل اسلیو معده (Gastric Sleeve Surgery) انجام بدهند و من به ایشان گفتم که نه، این کار را نکن، شما تازه از بستر بیماری بلند شدی و خدا یک جان دوباره به تو داده و این کار را نکن.



او می‌خواست برای زیبایی همچین کاری را بکند و من مخالفت کردم، این قدر مخالفت کردم، این قدر مخالفت شدید بود که ایشان تو یک جمعی بلند برگشت به من گفت که، ببخشید این لفظ را به کار می‌برم، به من گفت که خفه شو، به تو ربطی ندارد من می‌خواهم چکار کنم.

وقتی این حرف را زد، کل جمع ماندند که به من که این قدر مثال دارم می‌گویم حواسم به ایشان بود، آقای شهبازی، من فروریختم، یعنی نابود شدم. وقتی برگشتم خانه، تا صبح گفتم: خدایا چی می‌خواستی به من بگویی؟

و من به این نتیجه رسیدم خدا خودش به من گفت ببند دهانت را، خفه شو. و خدا خواست این را به من بگوید تو حق نداری، حق نداری با این منی که داری، تو کار من، تو زندگی‌ای که من به انسان‌ها دادم دخالت بکنی.

از آن روز به صورت ممتد شروع کردم برنامه شما را نگاه کردن و هر روز دارم مطالعه می‌کنم و هر روز دارم هی یاد می‌گیرم و می‌نویسم، می‌نویسم. مخصوصاً با کتاب‌های آقای جعفر مصفاً تو این زمینه، حالا در مورد مثنوی، شمس، یعنی یکسره من دارم فقط به شما گوش می‌کنم و می‌فهمم خیلی اشتباه می‌کردم، خیلی.

یعنی این‌که هم‌هاش مرا باد می‌کردند تو می‌دانی، تو می‌توانی، تو بلدی، و چقدر با یک سوزن من منفجر شدم و تازه فهمیدم که کجای کار هستم.

اسم لیلست، ۳۷ ساله هستم و از کرج زنگ می‌زنم جناب شهبازی.

آقای شهبازی: بله!

خانم لیل: با دو بیت از شعر ۱۰۶ شمس مولانا،

دمی با مصطفی و کاسه باشیم که او می‌خورد از آن جا شیر و خرما

از آن خرما که مریم را ندا کرد کلی و اشربی و قری عینا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۶)

گویا خداوند به مریم توصیه پرهیز از جدل و ستیزه را می‌کند. به همین جهت خدای سبحان اجازه از بین رفتن انرژی بندگی را به مریم نمی‌دهد. باید دانست ستیزه و جدل انرژی بندگی انسان را هدر می‌دهد.

این آیه مربوط به آن جایی می‌شود که حضرت مریم وقتی حضرت عیسی به دنیا می‌آید، خدا به او می‌گوید من با خرما خودم دهان تو را شیرین می‌کنم، به شرط این‌که سکوت کنی،

آقای شهبازی: آفرین!



خانم لیلا: و با مردم و چرا گفتن‌هایشان به جدل و ستیزه‌نپردازی. «قری عینا» یعنی اشک خنک، که از شادی از چشم جاری می‌شود برخلاف اشک گرم که از ناراحتی است.

برای مصون ماندن از ملامت فقط و فقط سکوت باید کرد و در مقابل زایمان و انسان‌آوری کلمه «من بشر» یعنی مادی بودن انسان را نشان می‌دهد. یعنی تا انسان چیزی را به جسم نبیند باور نمی‌کند، زیرا دیدگاه مادی دارد و باور نمی‌کند بدون اسباب ظاهری، امکان الطاف الهی است. و آن‌جا بود که خدا گفت: مریم، تو سکوت کن که من دهان تو را،

**دهانی بسته حلوا خور چو انجیر
ز دل خور هیچ دست و لب میالا**

**مرا حلوا هوس کرده‌ست حلوا
میفکن وعده حلوا به فردا**

**دل و جانم بدان حلواست پیداست
که صوفی را صفا آرد نه صفرا**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۶)

و خداوند می‌گوید سکوت کن تا من تو را از همه چیز مصون نگه دارم و با حلوا و خرما می‌خورم خودم دهانت را شیرین کنم.

ببخشید وقتان را گرفتم. من خیلی خیلی خیلی دوستتان دارم.

آقای شهبازی: لطف دارید، لطف دارید، ممنونم. آفرین بر شما!

خانم لیلا: سلامت باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم لیلا]



۱۰- خانم زهرا از شهر ری

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهرا]

خانم زهرا: استاد من چیزی آماده نکردم. این قدر هم توی این چند وقت زنگ زدم نگرفته یعنی دو بیست بار، سیصد بار توی این چند وقت، الآن هم گرفتم تعجب کردم واقعاً.

آقای شهبازی: ببخشید. [خنده آقای شهبازی] امروز نوبت شما است.

خانم زهرا: استاد خیلی ممنونم به خاطر زحمتهایی که کشیدید تا حالا، دستتان درد نکند. ان شاء الله که همیشه سلامت باشید. الآن هم داشتم ابیات را حفظ می‌کردم، همین‌جوری گرفتم، گفتم حالا ببینم می‌گیرد؟ قسمت می‌شود بگیرد؟ دیگر الآن گرفت، صدایتان را شنیدم. دستتان درد نکند، خیلی ممنون از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم!

خانم زهرا: واقعاً خیلی تأثیر گذاشتید توی زندگی‌مان. هر چند که هنوز آن‌جور که باید و شاید عوض نشدم استاد عزیزم ولی باز با وجود این دارم تلاشم را می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین! اگر شما قانون جبران مادی و معنوی را اجرا کنید یعنی هر ماه یک مبلغی را کمک کنید به این کار، به گنج حضور و به علاوه روی خودتان کار کنید، برنامه را گوش کنید، ابیات را تکرار کنید، حتماً پیشرفت خواهید کرد. حتماً من ذهنی را خواهید شناخت. حتماً دردهای خودتان را و اشکالات خودتان را خواهید دید و دیدن و شناسایی، مساوی آزادی است. شناسایی همان، آزاد شدن از آن همان و با صبر می‌توانید از دست مشکلات من‌ذهنی و من‌ذهنی‌رها بشوید.

[قطع تماس]



۱۱ - سخنان آقای شهبازی

آن‌هایی که تازه شروع می‌کنند برنامه را، خواهش می‌کنم عجله نکنند و با خطکش من‌ذهنی یا ذهنشان خودشان را اندازه نگیرند، همین‌طوری جلو بروند. این، نباید مرتب یک کاری بکنیم بعد برگردیم به خودمان نگاه کنیم و قضاوت من‌ذهنی خودمان را داشته باشیم.

من‌ذهنی شما را یا پیشرفت شما را اندازه نمی‌تواند بگیرد. این مطلب مهمی است که دارم خدمت شما عرض می‌کنم. شما کار می‌کنید، با من‌ذهنی‌تان پیشرفتتان را اندازه می‌گیرید! این درست نیست.

شما می‌خواهید از شر این خطکش راحت بشوید، اگر بخواهید لحظه‌به‌لحظه این خطکشی که می‌خواهید از شرش راحت بشوید و خطکش غلطی است به کار ببرید، خوب پیشرفت نمی‌کنید دیگر!

آگاه باشید از این موضوع. هر موقع دیدید من‌ذهنی‌تان در مورد شما قضاوت می‌کند، لطف کنید به حرفش گوش ندهید، این کار را نکنید. ممکن است ده سال زحمت بکشید، زحمتتان به هدر برود، فقط با همین مطلبی که الان عرض می‌کنم، مرتب برگردید به خودتان نگاه کنید، پیشرفت کردم یا نکردم؟ امروز رفته‌ام به فلان جا با یکی دعوا کردم، پس پیشرفت نکردم! نه.

کار کنید، ایبات را بخوانید. فضا را باز کنید، ایبات را بخوانید، فضا را باز کنید، خاصیت مسئله‌سازی، دردسازی، مشکل‌تراشی خودتان را ببینید. نه خودتان را! من‌ذهنی‌تان را. خود اصلی‌تان مشکل نمی‌تراشد. ببینید که مسائلتان را خودتان ایجاد می‌کنید، موانع را ذهن شما ایجاد می‌کند. دشمن را ذهن شما ایجاد می‌کند. شما کلی دشمن دارید، درحالی‌که آن‌ها اصلاً دشمن شما نیستند! شما بروید بگویید آقا، خانم، شما با من کاری دارید؟ می‌گوید آقا، من با شما چه کار دارم؟ من زندگی خودم را می‌کنم!

و عرض کردم کسانی که قبلاً زنگ زدند لطفاً امروز زنگ نزنند، ببینیم که دوستان جدیدمان چه می‌گویند.



۱۲ - خانم مهین از خرم‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهین]

خانم مهین: من شش سال است این برنامه را گوش می‌دهم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهرا: بعد خیلی این برنامه تأثیر داشته روی زندگی من، اصلاً تمام سبک زندگی‌ام عوض شده ولی من، من ذهنی‌ام می‌گویند که اصلاً تو هیچ پیشرفت نکردی!

آقای شهبازی: خب دیگر، ببینید، همین الان می‌گفتم، شنیدید حرف‌های من را؟

خانم مهین: بله.

آقای شهبازی: که گفتم به حرف من ذهنی‌تان گوش ندهید، با خط‌کشش هم کار نکنید، خط‌کشش غلط است، بله بفرمایید.

خانم مهین: بله. بعد من خیلی چیز است، یعنی با درد وارد این برنامه شدم. همیشه پیش خودم می‌گفتم خدایا، من که آدم

معنوی‌ای هستم، نماز می‌خوانم، روزه می‌گیرم، پس چرا این زندگی‌ام درست نمی‌شود؟ مثلاً هر روز قرآن می‌خواندم، بعد یک

روز پسر قرآن را از دستم گرفت و گفت پس چرا این قرآن خواندنت هیچ اثری ندارد؟ چرا زندگی ما درست نمی‌شود؟

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهین: بعد گفتم که خدایا، راست می‌گوید. بعد مثل این‌که یک پُتکی زد توی سرم! گفتم راست می‌گویی چرا پس این

زندگی ما درست نمی‌شود؟

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهرا: بعد گفتم که یک چند روزی البته [صدا ناواضح] خداوند به من انگار داد، یک چند روزی می‌گفتم خدایا، من

نمی‌دانم چکار کنم، خدایا چرا؟ بعد برای این‌که خیلی مخالف بود. فکر می‌کردم مثلاً این ماهواره.

[قطع تماس]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آذر]

خانم آذر:

زهی صبحی که او آید، نشیند بر سر بالین تو چشم از خواب بگشایی، ببینی شاه شادانی (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۰۶)

من یکی از شاگردان تنبل شما هستم آقای شهبازی. دوازده سال است که دارم گوش می‌کنم، تمرین می‌کنم، قانون جبران هم رعایت می‌کنم و خوشحالم که امروز گفتید فقط آن‌هایی که زنگ نزدند زنگ بزنند که من دیگر دست‌به‌کار شدم گفتم امروز باید زنگ بزنم، یک تشکر جانانه از شما بکنم، عید را مبارک بگویم به شما که امیدوارم سال خوبی داشته باشید. همین دیگر آقای شهبازی، می‌خواستم همین را بگویم.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی! خیلی خوب، امر دیگری ندارید؟ با شما خداحافظی کنم.

خانم آذر: خیلی ممنون. در ضمن من آذر هستم، از کرج زنگ می‌زنم. البته تماس دارم همیشه با واتساپ.

آقای شهبازی: با واتساپ، خیلی خوب، ممنونم.

خانم آذر: بله و چون نمی‌توانم با شما تماس بگیرم، شکر می‌کنم از شما، تشکر می‌کنم از شما توی واتساپ.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، موفق باشید.

خانم آذر: ببخشید، امروز موفق شدم دیگر. یک بار هم ۴۰۰، برنامه ۴۰۰ با شما تماس گرفته بودم خیلی وقت پیش.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آذر]

۱۴ - خانم آزاده از سبزوار

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آزاده]

خانم آزاده: چقدر خوشحالم بالاخره این ارتباط برقرار شد. من چندین هفته تلاش می‌کردم با شما تماس بگیرم ولی خُب موفق نمی‌شدم. امشب که گفتید که فقط کسانی که تا حالا تماس نگرفتند، خیلی خوشحال شدم، گفتم شانسم را امتحان کنم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم آزاده: من آزاده هستم از سبزوار، ۳۳ ساله هستم و حدوداً هشت نه سال هست که با برنامه شما آشنا هستم و خدا را شکر خیلی پیشرفت تو خودم می‌بینم.

البته که من ذهنی همیشه می‌گویند نه پیشرفت نکردی ولی خب خیلی احساس می‌کنم که تغییر تو خودم ایجاد شده.

آقای شهبازی: بله.

خانم آزاده: با توسل به ابیات مولانا و تکرار ابیات و گوش دادن به برنامه‌ها خدا را شکر حس می‌کنم یک کم معنای تسلیم برایم باز شده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آزاده: من یک نفس عمیق بکشم.

آقای شهبازی: بله، بله، بله. عجله هم نکنید.

خانم آزاده: بله. یک بیت هست که من خیلی رویم اثر گذاشته، بیت:

هزار ابر عنایت بر آسمان رضاست

اگر ببارم از آن ابر بر سرت بارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳)

آقای شهبازی: بله.

خانم آزاده: این بیت را تقریباً می‌شود گفت من هر روز برای خودم تکرار می‌کنم. چون یک پندار کمال خیلی قوی‌ای درونم هست. یا یک به اصطلاح همان کمال‌گرایی که الآن توی اصطلاحات روان‌شناسی خیلی تکرار می‌شود، این کمال‌گرایی در من خیلی پررنگ هست، خیلی می‌بینمش. و می‌بینم این کمال‌گرایی باعث می‌شود که از شرایط، از خودم راضی نباشم.

آقای شهبازی: بله.



خانم آزاده: و این بیت را که می‌خوانم یاد می‌آید که تو این لحظه حالا اگر راضی نیستی، چرا؟ به چه دلیل از خودم راضی نیستی؟

همیشه این را می‌پرسم که از آزاده راضی هستی؟ بعد تو جواب می‌بینم که مثلاً می‌گویم به‌خاطر این کارش من از او راضی نیستم.

با قیدوشرط آزاده را دوست دارم و از او راضی هستم، ولی خب این بیت را که می‌خوانم، می‌بینم که قیدوشرطی وجود ندارد برای رضایت. بدون قیدوشرط باید بپذیرم خودم را.

همیشه شما می‌گویید پذیرش اتفاق این لحظه بدون قیدوشرط. و می‌گویم که خب آزاده بزرگ‌ترین اتفاق این لحظه است، پس باید بپذیرمش بدون قیدوشرط، و این خیلی به من کمک کرده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آزاده: این مکالمه درونی با خودم که خودم را بپذیرم، سبب نداشته باشم برای پذیرش خودم، عشق به خودم. و این فکر می‌کنم خیلی باعث شده پیشرفت بکنم.

یعنی پررنگ‌ترین شاید بشود گفت مانع برای من، همان عدم رضایت از خودم بوده تا حالا.

آقای شهبازی: بله.

خانم آزاده: همیشه می‌خواستم که کامل باشم و همیشه نقص‌ها را می‌دیدم در خودم اول و بعد هم طبیعتاً در دیگران هم همین‌طور، نقص‌ها را می‌دیدم و از ایشان ناراضی بودم و از شرایط ناراضی بودم، از محل زندگی‌ام ناراضی بودم.

ولی خب الان که می‌بینم راضی شدم از خودم، حالا نمی‌گویم همیشه، هنوز هم آن سرزنش‌های درونی‌ام هست ولی خب می‌بینم که از خودم راضی هستم، باعث می‌شود که از شرایطم راضی بشوم، از آدم‌های اطرافم راضی بشوم. خودم را وقتی دوست دارم، آدم‌های دیگر را هم بیشتر دوست داشته باشم.

و این همان توضیح شما در مورد پذیرش اتفاق این لحظه بدون قیدوشرط، واقعاً شاید بشود گفت یک عبارت کلیدی بوده برای من.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آزاده: و یک بیت دیگری هم که خیلی به من کمک کرد، این بود که فکر می‌کنم از جناب حافظ باشد که

**گفت آسان گیر بر خود کارها کز روی طبع
سخت می‌گیرد جهان بر مردمان سخت‌کوش**

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۲۸۶)



وقتی این بیت را اولین بار از شما شنیدم، مثل یک چیزی، مثل یک زنگی بود توی سرم که انگار مرا صدا می‌کرد که انگار این بیت مال تو است، دارد به تو می‌گوید.

چون من می‌دیدم توی خودم که خیلی تو همه چیز به خودم سخت می‌گرفتم و هنوز هم می‌بینم. ولی خب چون مراقب هستم و من ذهنی‌ام را می‌بینم، می‌بینم که بله، دارم برای خودم همه کارها را سخت می‌کنم و این بیت را که می‌گویم خیلی راحت می‌شوم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آزاده: یک راه آسان‌تر برایم می‌آید. خیلی راحت‌تر خودم را بیان می‌کنم و واقعاً این بیت هم خیلی به من کمک کرده. حالا همه ابیات را تکرار می‌کنم، آن‌ها هم خیلی روی من تأثیر داشتند، ولی این دو تا بیت خیلی خیلی توی سرم صدا می‌کند و زنگ می‌زند و هشیارم می‌کند خدا را شکر.

نمی‌دانم، فکر می‌کنم شش دقیقه هست دارم با شما صحبت می‌کنم آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: دیگر والله وقت را قرار شده شما خودتان نگه دارید. **[خنده آقای شهبازی]**

خانم آزاده: من تا بمر نگذاشتم، ببخشید ولی گوش‌ی الان شش دقیقه را نشان می‌دهد.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم آزاده: ببخشید از زمانم بیشتر صحبت کردم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم آزاده: خیلی خوشحال شدم با شما صحبت کردم. **[خنده خانم آزاده]**

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم.

خانم آزاده: خیلی دوستتان دارم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آزاده]



۱۵ - سخنان آقای شهبازی

توجه می‌کنید که شما من‌ذهنی دارید و من‌ذهنیتان را به‌صورت یک اتفاق باید بپذیرید، یعنی هر جور که هستید شما که فکر می‌کنید که خیلی بد هستید، همین را باید بپذیرید بدون قید و شرط.

توجه کنید من‌ذهنی یک اتفاق است اصطلاحاً می‌گوییم «حادث» است، جزو آلت نیست، جزو اصل شما نیست. ساخته شده در این جهان، حالا یا خوب ساخته شده، بد ساخته شده، پر از درد ساخته شده یا هر چه هست الآن نقطه شروع است، نقطه آغاز کار روی خودتان فضاگشایی و پذیرش بی‌قید و شرط وضع فعلی، وضع فعلی شما هم وضع من‌ذهنی شماست، وضعی است که او نشان می‌دهد به شما و شناخت روش‌های بد دیدن، ناقص دیدن آن، می‌دانید این چراغ، چراغ آبر است، ناقص است ناقص می‌بیند، در نتیجه به دید او بپذیرید ولی دیدش را نپذیرید. شما یک چیزی دارید که با آن کار می‌کنید، اول باید بپذیرید که من این را دارم، نمی‌توانید از آن فرار کنید، نمی‌توانید از آن متنفر باشید.

توجه کنید من‌ذهنی با پندار کمالش به شما القاء می‌کند بگویید که این چیست، ناقص است، خب من‌ذهنی یک اتفاق است، معلوم است که ناقص است، من‌ذهنی پندار کمالش را کامل می‌داند ولی ناقص‌ترین چیز است! شما می‌دانید کامل، خردمند، هشیاری است، خداوند است.

شما به‌عنوان من‌ذهنی که اتفاق است هر چقدر هم کامل بشوید هیچ‌چیز نیستید، این بالاخره هر کاری هم بکند، هر چقدر هم کامل باشد، هر حرفی بزند به ضرر شما می‌زند، شما ممکن است متوجه نشوید چرا؟ دارد معیارهای خودش را به‌کار می‌برد، یک جایی ما را تشویق می‌کنند، بلند می‌شویم، سینه را می‌دهیم جلو، بله من هستم! برای من‌ذهنی خیلی خوشایند است، شما می‌گویید که عجب وضعیت کاملی بود، ولی نمی‌دانید این به ضررتان است. به‌طور نهانی که شما نمی‌بینید این کارها به ضررتان است.

بنابراین کامل اصلاً وجود ندارد و اگر با پندار کمال، با عینک کمال می‌بینید و عدم رضایت دارید و نمی‌پذیرید با همین فن، من‌ذهنی شما را زمین می‌زند، شما کی هستید؟ شما امتداد خداوند هستید ولی شما زورتان را می‌دهید به این من‌ذهنی با دید غلطش شما را به زمین بزند، اگر خودتان را جدا نگه دارید چه‌جوری جدا نگه می‌دارید؟ با پذیرشش. اشتباهی که خیلی ساده است رعایتش ولی همه می‌کنند دیگر. شما را مجبور می‌کند ستیزه کنید، مجبور می‌کند مقاومت کنید، مقاومت، فن اصلی این است، همین که مقاومت می‌کنید در مقابل یک اتفاق، شما قربانی اتفاق می‌شوید

یکی از اتفاقات مهم همین من‌ذهنی است، ما لحظه‌به‌لحظه قربانی من‌ذهنیمان می‌شویم با فن‌های خیلی ساده، وارد جدل نشوید، وارد مقاومت نشوید، وارد پندار کمال نشوید، کمال نبینید، اصلاً بگویید من کامل نیستم، من می‌خواهم ناقص باشم، من ناقصی را اصلاً دوست دارم، چه خوب است ناقص بودن! چون ما که نمی‌توانیم کامل بشویم، شما حالا قبول کنید ناقص هستید، چه اشکالی دارد؟ هر کسی هم گفت کامل هستید زیر بار نروید، هر کسی گفت می‌دانید، دشمن شماست، نمی‌داند دشمن شماست، دوستی می‌کند، آن هم با من‌ذهنی‌اش.



هر من‌ذهنی به شما هر لطفی می‌کند دارد دشمنی می‌کند، نمی‌داند، نمی‌داند دارد دشمنی می‌کند، خیلی لطمت را ما از من‌ذهنی می‌خوریم فکر می‌کنیم به نعمان است، نیست. شما فقط جدا بشوید، ناظرش باشید می‌فهمید چه چیزی به نعمتان است، چه چیزی به ضررتان است، هر چقدر از زمین بلندتر بشویم و خودمان را نشان بدهیم ارتفاع بگیریم به ضررمان است، در عالم من‌های ذهنی می‌گویند آقا ما می‌خواهیم دیده بشویم ما هم هستیم نه آقا، بگو من نیستم من نیستم اصلاً، شما خیرش را می‌بینید! از من قبول کنید [خنده آقای شهبازی] عجب! از من قبول نکنید، از مولانا قبول کنید.

مجلس تخصصی

۱۶ - آقای حسین از بسطام با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسین]

آقای حسین: هفت سال است به برنامه شما دارم، درواقع این برنامه انسان‌ساز دارم گوش می‌دهم و فقط گوش می‌دهم و نمی‌دانم. همه را دارم نت برداری می‌کنم. بیشتر اوقات هم فکر می‌کنم با ذهن، اکثر ماها با ذهن داریم، با ذهن خودمان درواقع این برنامه را گوش می‌کنیم.

درواقع با منذهنی است که برداشت‌هایمان را می‌کنیم. جدیداً یک مقداری با توضیحات شما و توضیحات دوستان که می‌آیند روی خط به این نتیجه رسیدم که ما با ذهن تا حالا داشتیم چیز می‌کردیم. الآن جدیداً یک مقداری البته نمی‌دانم «رُدُّوا لَعَادُوا» دارم هنوز هم، ولیکن احساس می‌کنم تا اندازه‌ای دردهایم کمتر شده، مشکلاتم کمتر شده و به این نتیجه رسیدم، تازه حالا راه افتادم.

گودش: رُدُّوا لَعَادُوا، کارِ توست ای تو اندر توبه و میثاق، سست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

رُدُّوا لَعَادُوا: اگر آنان به این جهان برگردانده شوند، دوباره به آنچه که از آن نپسندیده‌اند، بازگردند.

آقای صادق که برندی (نشان، نماد: brand) برای خودشان درواقع «مفتی ضرورت را» برنامه‌ریزی کردند گفتند و ما خیلی استفاده کردیم.

گفت: مُفْتیِ ضرورت هم تویی بی‌ضرورت گر خوری، مجرم شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

مُفْتی: فتوادهنده

یا آقا مصطفی از گلیپایگان یک برندی برای خودشان (نامفهوم) را گفتند که خیلی استفاده کردیم. یک برندی هم که من همیشه صبح تا شب زمزمه می‌کنم:

دم او جان دَهَدَتِ رو ز نَفَخْتُ بپذیر کار او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

آقای شهبازی: به به به!

آقای حسین: این هم برند من است من کوچک‌تر از آن. حالا، در رابطه با این قضیه اکثر کسانی هم که شما توصیه می‌فرمایید نُت (یادداشت: note) بردارید بیشتر هرچه دلتان می‌خواهد بگویید، این‌ها بیشتر به ما می‌چسبند. بس که اکثر کسانی که می‌آیند تمام پیشرفت‌هایشان را با دل می‌گویند، با همان زبان ساده می‌گویند بیشتر به دل ما می‌نشیند.

آقای شهبازی: بله.

آقای حسین: من به‌عنوان یک نُت بخوادم بردارم می‌توانم دو صفحه بنویسم و بیایم بخوانم. این توصیه شما است. حالا من برای «این دم او» به این نتیجه رسیدم به این‌که دم او اگر نباشد ما به‌هیچ‌وجه به‌نام آن که خود را به جهت هشیاری، دم او اگر نباشد ما به هشیاری حضور به‌هیچ‌وجه نمی‌توانیم برسیم. دم اوست که به ما کمک می‌کند، دم اوست که ما فضاگشایی را به این‌صورت می‌پذیرد برای ما، دم اوست که فضاگشایی صورت می‌پذیرد، دم اوست که باعث می‌شود ما از این حالت ظلمت و تاریکی نجات می‌دهد و باعث می‌شود که خاموش باشیم، تسلیم باشیم، توکل داشته باشیم، حسود نباشیم، رنجش نداشته باشیم، کینه‌توزی نکنیم و هشیاری اولیه را به یاد بیاوریم، دم اوست که روز اَست را به ما یادآوری می‌کند.

دم او تا نباشد هیچ‌گونه وصلی انجام نمی‌پذیرد. دم اوست که ما می‌توانیم با سکوت و نمی‌دانم به او وصل شویم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسین: تا دم او نباشد اتصال ممکن نخواهد شد. دم او مایه حیات سه جهان است. اَست که روز اَست بوده، دنیا و آخرت. پس از این دم او با این من‌ذهنی نمی‌توانیم به سرحد امکان و به نتیجه برسیم. کافی است که این ما کاملاً سکوت کنیم و دم او را بپذیریم. تمام کارها خودبه‌خود انجام می‌پذیرد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسین: من، من نوعی، من انسان، من حسین کوچک‌تر از آن، همیشه می‌گویم من کودکم، جاهلم، نادانم و حضرت حق خودش در محضر او، در خلوتم می‌گویم ما همان کودکی که در اول تی‌تی می‌کردم، بلد نبودم، حتی بلد نبودم شیر بخورم. برای لحظه‌ای فراموش هیچ‌وقت نمی‌کنم. یعنی کارهای او با این عدمی که من الآن انجام می‌دهم اگر دم او نباشد گاهی اوقات من نمی‌توانم، باز می‌روم توی من‌ذهنی.

من اصلاً نمی‌توانم خودم باشم. منی در کار نیست، هرچه هستی تویی، اصلاً منی وجود ندارد. واقعاً با این دم به من می‌گوید. وقتی انسان در این حالت قرار بگیرد دیگر هیچ‌چیز نخواهد توانست او را از این مسئله از خود خارج کند و دائم حواسش به خودش است و افکارش به دیگران و دیگر کسان نمی‌رود.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسین:



فعل توست این غصه‌های دم به دم این بُود معنی قد جَفَّ الْقَلَمَ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

«جَفَّ الْقَلَمَ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ.»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

(حدیث)

«جَفَّ الْقَلَمَ بِمَا هُوَ كَائِنٌ.»

«خشک شد قلم به آنچه بودنی است.»

(حدیث)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسین: وقتی دم او را در لحظه داشته باشیم و بپذیریم دیگر قادر خواهیم بود از طریق او به ذهن خود مُرده باشیم و مستقیماً با او باشیم بدون این‌که یک لحظه به چیزهای آفل فکر کنیم یا به آن‌ها وصل بشویم.

وقتی دم او را داشته باشیم، آن دم با دم شما در فضای یکتایی و تسلیم و فضاگشایی یکی شده و عدم خودبه‌خود پا در مرکز ما گذاشته و به این طریق ذهن دیگر جایی ندارد.

از ترازو کم کنی، من کم کنم تا تو با من روشنی، من روشنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

دم او را اگر داشته باشی و همیشه در این لحظه تسلیم باشی و خود را در مقابل اتفاق این لحظه با فضاگشایی و در اختیار دم او قرار بگیری، از طریق او به اتفاقات نگاه کنی، هرچه ترازو بیشتر باشد، کفه ترازو بالاتر برود دم اوست که باعث می‌شود به‌عنوان مثال که بارها استاد ارجمندم و سرور گرامی آقای شهبازی گفتند، مثال زدند مثل کفه ترازو وزن آن کفه هفتاد درصد طلا نشان می‌دهد، در وزن کفه دیگر سی درصد مس نشان می‌دهد، باز خداوند ذهن را به تو داده و این دم اگر باشد، این کفه ترازو طلایش بهتر خواهد بود.

دم او شاه کلید رسیدن به این راه معنوی و حضور است و چون ما از طریق هیاهوی من‌ذهنی نمی‌توانیم این راه را دنبال کنیم نتیجه‌اش دم او باعث می‌شود که ما را از ذهن خارج کند و نتیجه کامل به ما بدهد. وقتی دم او را داشته باشیم به تمام موجودات جهان عشق می‌ورزی، با هیچ موضوعی ستیزه نمی‌کنی و همیشه در مقابل هر موضوعی فضاگشایی می‌کنی و بسط خود را آب می‌دهی.

بسط دیدی، بسط خود را آب ده چون برآید میوه، با اصحاب ده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

دم او را داشته باشی می‌توانی بسط خود را آب دهی تا بارورش کنی و میوه آن را به اصحاب هدیه دهی. دم او را به کس ندهد. می‌گوید هر کسی که دم او را داشته باشد در هیچ مسئله‌ای دیوها نخواهند توانست نفوذ در او بکنند. دم او در تمام امورات درونی و بیرونی با تسلیم شدن کامل در این لحظه به شما کمک می‌کند.

آقای شهبازی: خیلی خوب!

آقای حسین: دم او همان‌طور که از بدو ورود به این دنیا همراهی کرده، به تو قدرت گریه کردن و شناخت بوی مادر و شیر دادن را به ما یاد داد، آن موقع دم او همراه من طفل بود. اگر دم او نبود معلوم نبود من بتوانم در آن لحظه باشم و از خودم و چشمه حیاتش آبی در جویبار تاریکی برای من جاری نبود.

دم او باعث شد که در هر لحظه مرکز خود را با تسلیم کامل بدون قیدوشرط و پرهیز رفتن به ذهن و همانندگی‌ها را به حاشیه گذاشته و مرکز خود را عدم کنم، دم او باعث می‌شود که عدم خودبه‌خود در درون من راه پیدا کند و هیچ‌گونه به‌وجود من رخنه نکند مانند شیطان که در رابطه با این مسئله به خداوند گفت مقصر تو هستی. در این لحظه حضرت آدم در مقابل او ایستاد و خدایا من بر خودم ستم کردم و از طریق بندگی و ارادت به خدا فرمود که من مقصرم و مثل شیطان نیامد در مقابل خداوند و از خداوند بزرگ ایستادگی کند.

یکی دیگر از مسائلی که وقت زیاد نگیرم، قانون جبران آقای شهبازی عزیز. من از قانون جبران در این هفت سال بسیار چیزها دیدم. همین‌جور که خداوند در قرآن گفته «وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ»،

«وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتًا ۚ بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ»

«ای پیامبر! هرگز گمان مبر کسانی که در راه خدا کشته شدند، مردگانند! بلکه آنان زنده‌اند، و نزد پروردگارشان روزی داده می‌شوند.»

(قرآن، سوره آل عمران، آیه ۱۶۹)

که نمی‌خواهم وقت زیاد گرفته بشود می‌گویم از جان و مال و ناموستان، همه‌چیزتان در راه من، در راه دین شما چکار می‌کنید؟ مال و جانتان را بدهید، من هم در کنارش، در عوضش، در قبالتش به شما چه می‌دهم؟ آخرت و دنیا را می‌دهم. دقیقاً این جمله و این سوره قرآن حکایت بر همین قانون جبران ما دارد. قانون جبران مالی درست است مسئله مالی بیشتر می‌گویند همانندگی است ولی در این لحظه به‌نظر من کسانی که معتقد هستند و مسلمان واقعی هستند، به صدقات جاریه، به تمام چیزهای آن، خیرات فلان، فلان، فلان که بدعت می‌گذارند بیایند در این راه کمک بکنند.

چون من نوعی که در فرسنگ‌ها، در روستاهای دور افتاده دارم در این برنامه نتیجه گرفتم، من یک بار هفت سال پیش به تلفن موبایل آقای شهبازی زنگ زدم، گریه کردم گفتم خیلی داغان هستم، دارم می‌میرم، دست به خودکشی دارم می‌زنم. یک کلام به من گفت، گفت چاره تو این است که بروی فقط گوش بدهی، گوش بده، گوش بده، گوش بده، تمام. هیچ چیز دیگری نگو. من اطاعت کردم، این برنامه را گوش دادم، صدایم درنیامد.



در خانواده‌ای هستم که خانم مخالف است، مخالف نیست ولی تلویزیون آن‌ها جداست در اتاق و تلویزیون من جداست. بچه‌ها می‌نشینند فیلم نگاه می‌کنند، موبایل فلان، من دائم صبح تا شب، بازنشسته هم هستم، دائم پای این تلویزیون هستم. به من می‌گویند تو دیگر تارک‌الصلاة شدی، از ما هم جدا شدی، می‌گویم من نه، ناهارم را می‌خورم می‌آیم پایین، به کسی هم کاری ندارم.

البته آن‌ها می‌گویند، من نمی‌گویم، حمل بر خودستایی نشود، می‌گویند هفتاد هشتاد درصد اخلاقت عوض شده، تند بودی، تندمزاج بودی، دعوای بودی، الآن مثل برده، سواری هم بخواهند به ایشان می‌دهم. توی سرم هم بزنند صدایم در نمی‌آید. فقط آرام، تسلیم می‌شوم می‌روم می‌گیرم.

این مسئله‌ای را که گفتم (نامفهوم) این آیه شریفه کسانی که اعتقاد دینی زیاد دارند بدانند یک ریال به این برنامه کمک بکنند صدها ریال در همین جا، نمی‌خواهیم بگوییم در آخرت، همین جا خداوند به ایشان کمک می‌کند. رعایت قانون جبران خیلی مهم است و یکی مسئله «نمی‌دانم». می‌گوید که

من آن کس که تو نام نهی، «نمی‌دانم»

چو من اسیر توام، پس امیر میرانم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۴۶)

همین نمی‌دانم خیلی مسئله هست. پس یک کلمه، من خیلی دیگر دلم می‌خواهد از «دم تو جان دهدت» بگویم ولی وقت دیگران را نمی‌خواهم بگیرم. من یک بار دیگر زنگ زد آقای شهبازی اسم من حسین است از دیار سلطان‌العارفین بایزید بسطامی از بسطام زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: ممنونم، عالی، عالی، عالی!

آقای حسین: من کنار بایزید هستم. من نایب‌الزیرا شما آن‌جا هستم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسین]

آقای شهبازی: این فرکانس‌های پنج‌تا درواقع کانال را روی صفحه گذاشتم. من اگر یکی از این کانال‌ها برای شما کار نمی‌کند یا مثلاً فرض کن تصویر هست صدا نیست، دوباره اسکن کنید یعنی دوباره اطلاعات را وارد کنید می‌بینید که درست خواهد شد. راهش احتمالاً این است.

این کانال‌ها الآن هیچ اشکالی ندارند، بیست و چهارساعته دارند کار می‌کنند. اگر شما نمی‌توانید با دستگاه‌تان به اصطلاح یکی از این‌ها را یا دوتایشان را بگیرید دوباره اطلاعات را وارد کنید و اسکن کنید ببینید چه می‌شود.

گنج حضور ۱:

Frequency: 11766

Symbol Rate: 27500



FEC: Auto

POL: Vertical

گنج حضور ۲:

Frequency: 12073

Symbol Rate: 27500

FEC: Auto

POL: Vertical

گنج حضور ۳:

Frequency: 11958

Symbol Rate: 27500

FEC: Auto

POL: Vertical

گنج حضور ۴:

Frequency: 11766

Symbol Rate: 27500

FEC: Auto

POL: Vertical

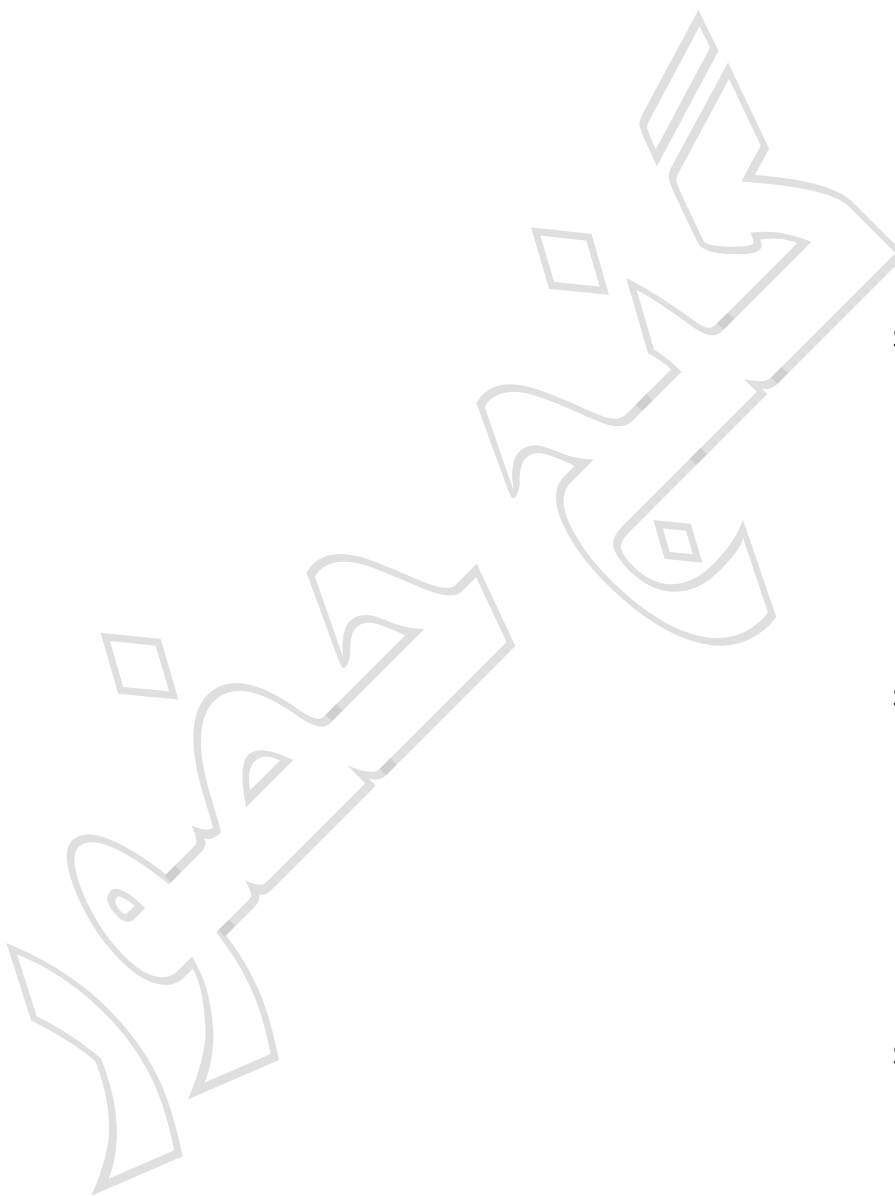
گنج حضور ۵:

Frequency: 11766

Symbol Rate: 27500

FEC: Auto

POL: Vertical



۱۷ - خانم نرجس از بندرعباس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نرجس]

خانم نرجس: سال نوتان مبارک، برنامه هزار را هم تبریک می‌گویم خدمت خودم، خودتان و همه گنج حضوری‌های عزیز.
آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم نرجس: سلامت باشید. استاد من دوازده سال است که، ببخشید یک کم استرس گرفتم، فکر نمی‌کردم بگیرد.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید.

خانم نرجس: دوازده سال است که با برنامه شما آشنا شده‌ام. آدمی بودم که من ذهنی‌ام بسیار بسیار بزرگ بود یعنی اگر که من با این برنامه آشنا نشده بودم نمی‌دانم الآن زندگی‌ام به چه صورت بود. از شما خیلی سپاس‌گزارم.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم.

خانم نرجس: [کنترل اتصال و قطعی صدا] استاد من آدمی بودم که بسیار زیاد پرتوقع، کنترل‌گر، قضاوت‌گر، ترس، ترس از دست دادن‌ها، ترس از مرگ، بدبین شدید بودم، شک و تردید زیاد داشتم، یک بند به جسمم، احساس می‌کردم بیمار هستم یعنی تمام این مطب‌های شهر را من می‌گشتم و دنبال بیماری توی وجودم بودم یعنی کافی بود یک سردرد داشته باشم، تا ته آن فکر می‌کردم الآن این چیست؟ قرار است چه اتفاقی بیفتد؟ سی تی اسکن (CT Scan)، ام آر آی (MRI).

دکترها می‌گفتند خانم شما اضطراب داری، شما باید ذهنت را آرام کنی ولی من باور نمی‌کردم. پر از شک و تردید بودم تا این‌که خدا را شکر با برنامه شما آشنا شدم. کم‌کم، اوایل ترس بسیار زیادی داشتم، چراغ‌ها را روشن می‌گذاشتم پای برنامه شما روی کاناپه دراز می‌کشیدم، نمی‌دانستم چه می‌گویید ولی خواهرم به من گفته بود که این برنامه را فقط گوش بده، فقط گوش بده نتیجه می‌گیری.

پر از اضطراب بودم، فقط گوش می‌دادم، تا شش صبح من بیدار بودم با این‌که شاغل بودم، شش صبح، شش و نیم آماده می‌شدم که بروم سر کار، من واقعاً پر از اضطراب بودم. یک جوری معجزه شد توی زندگی‌ام استاد اصلاً نمی‌دانم چه شد. یک‌هفته بعد از چند سال دیدم من دیگر آدم قبل نیستم، آرام شدم، ذهنم آرام است، ترس‌هایم ریخته استاد.

من این قدر کنترل می‌کردم همسر را، زندگی‌ام داشتم می‌بردم به سمت نابودی. این قدر همانیده بودم، این قدر همانیده بودم
[گریه خانم نرجس] تمام زندگی‌ام شده بود همسر.

شغل همسر هم جوری بود که اکثر موقع‌ها دور از من بودند، تمام این مدتی که ایشان حالا سر کار بودند ذهن من مشغول ایشان بود، کجا است؟ چکار می‌کند؟ چرا جواب نداد؟ چرا زنگ نزد؟ و پر از شک، پر از تردید، پر از از دست دادن‌ها.

همانندگی بیش از اندازه من با همسر باعث شده بود که من دچار افسردگی و اضطراب شدید شده بودم. مثلاً همسر من بعد از یک هفته که با روی باز بعد از خستگی کار می‌آمد در مکان امن منزلش، به جای این‌که من با روی خوش ایشان را

تحويل بگیرم، عشق و علاقه نشان بدهم، پر از توقع بودم. یک سلام سرد می‌کردم در را باز می‌کردم و شروع می‌کردم یعنی به جای این‌که مثلاً لبخند بزنم الان پذیرایی کنم از ایشان، نه اصلاً، اصلاً این چیزها را نمی‌شناختم.

دیر کردی، شغلت را باید عوض کنی، [صدا نامفهوم]، بعد این بنده خدا می‌گفت شغل من است، چرا نمی‌توانی شغل من را بپذیری؟ پر از توقع و درد بودم و نمی‌دانستم که باید روی خودم کار کنم. این برنامه زندگی من را استاد دگرگون کرد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نرجس: استاد واقعاً شما، شما دارید کار بزرگی می‌کنید. من می‌خواهم به تمام آدم‌هایی که صدای من را می‌شنوند، پر از درد و رنج هستند، این برنامه را خیلی جدی بگیرند، هم قضیه معنوی هم مادی.

من از زمانی که با این برنامه آشنا شدم یک ماه نشده قضیه مادی‌اش را فراموش کنم چون نیاز این برنامه نیست، نیاز من است. این برنامه باید مال من می‌شد، باید مال من می‌شد که من نرجس الان [گریه خانم نرجس]، استاد خیلی ممنونم از شما، زندگی من را تغییر دادید.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نرجس: من الان تنهای تنها می‌نشینم توی خانه با یک چراغ خواب کوچک وقتی همسرم نباشند بدون هیچ ترس، با تمام وجود احساس می‌کنم توی حریم امن خداوند هستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نرجس: خدا را شما به من نشان دادید استاد، خدا را من با شما شناختم، با مولانا شناختم، با این برنامه گنج حضور شناختم. یعنی من اگر با این برنامه آشنا نشده بودم مطمئن باشید الان زندگی مشترک من نابود شده بود. من همسرم را خیلی دوست داشتم ولی با من ذهنی‌ام.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نرجس: با من ذهنی‌ام فکر می‌کردم عاشقش هستم. [صدا نامفهوم] خریدم، نمی‌دانم سالگرد ازدواج، تولدش را یادم نرود، چیزهای گران‌قیمت، گل، نمی‌دانم، می‌خواستم توجهشان را به دست بیاورم. همسر من واقعاً من را دوست داشتند یعنی ما با یک عشق دوطرفه بود که با هم ازدواج کردیم خیلی هم برای زندگی‌مان زحمت کشیدیم ولی من داشتم با من ذهنی‌ام زندگی‌ام را نابود می‌کردم.

آقای شهبازی: بله.

خانم نرجس: و خدا را هزار بار شکر می‌کنم به خاطر وجود شما، وجود مولانا، این برنامه زیبا. این برنامه حیرت‌انگیز است استاد یعنی برای من که معجزه است، یک معجزه خیلی بزرگ. خدا را شکر می‌کنم ثروت به من داد یعنی من از همه سمت احساس می‌کنم دیگر بی‌نیازم استاد.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم نرجس: استاد وقت برنامه را دارم می‌گیرم فقط من یک سری این چیزها را یادداشت کردم فقط تند توضیح می‌دهم.

آقای شهبازی: بله، بله، بله، عجله نکنید.

خانم نرجس: که شاید دوستانی هستند که این تجربه من را داشتند اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم. بفرمایید.

خانم نرجس: سلامت باشید. پر از توقع بودم، پر از کنترل، ترس از دست دادن‌ها، ترس از آبرو، ستیزه‌جو، حسادت می‌کردم، با جسمم همانیده بودم، شک و تردید بسیار داشتم، بدبین شدید بودم، از مرگ بسیار می‌ترسیدم، از خدا می‌ترسیدم. این‌ها را یک‌به‌یک استاد، من روی خودم کار کردم و خدا را شکر تقریباً، تقریباً احساس می‌کنم دارد کم‌کم تمام می‌شود یعنی هست، افتان و خیزان هست استاد ولی خدا را صد هزار مرتبه شکر، ممنون از شما بزرگوار.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نرجس: استاد عزیزم که با تمام وجود دارید زحمت می‌کشید دنیا، آدم‌ها را دارید تغییر می‌دهید. استاد چه چیزهایی را من جایگزین این‌ها کردم؟ عشق بی‌قید و شرط به عزیزانم، پذیرش، فضاگشایی، بخشش، گذشت، در لحظه بودن، ورزش، رژیم، مراقبت از جسم و روح، مدیتیشن (Meditation). من تازه، دوازده سال است این برنامه را با آن آشنا شدم الان احساس می‌کنم یعنی پنج شش سال است که دارم یعنی متعهدانه روی خودم کار می‌کنم، احساس می‌کنم تازه ازدواج کرده‌ام، تازه عاشق شدم.

آن زمان‌ها استاد ما مسافرت می‌رفتیم تمام ذهنم کنترل همسر بود، الان با چه کسی دارد حرف می‌زند؟ الان چرا از من غافل شد؟ الان چرا به من توجه نکرد؟ الان کجا رفت؟ چرا دیر کرد؟ ولی الان استاد وقتی می‌روم مسافرت حالا چه هوایی باشد چه دریایی باشد چه زمینی باشد فقط از آن مسیر، از در کنار همسر بودن، از آن جاها، جاذبه‌ها با تمام وجود لذت می‌برم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نرجس: کیف می‌کنم و واقعاً زندگی‌ام دگرگون شده استاد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم نرجس: وقت برنامه را نمی‌گیرم، خیلی ممنونم از تمام زحماتتان استاد. خدا شما را برای ما نگه دارد، سایه‌تان مستدام باشد استاد عزیزم.

آقای شهبازی: عالی، عالی، موفق شدید، تبریک، تبریک! واقعاً مبارک باشد!



خانم نرجس: سلامت باشید استاد عزیزم. استاد عزیز من یک غزل از مولانا می‌خوانم و با اجازه‌تان مرخص می‌شوم که همیشه من را آرام می‌کند.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید، بله.

خانم نرجس: غزلی که، عذرخواهی می‌کنم یک لحظه.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم نرجس:

خوش باش که هر که راز داند
داند که خوشی خوشی گشاند

شیرین چو شکر تو باش شاکر
شاکر هر دم شکر ستاند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

خدایا شکر.

آقای شهبازی: عالی، عالی، آفرین، آفرین!

خانم نرجس: استاد عزیزم خیلی خوشحال شدم صدایت را شنیدم.

آقای شهبازی: من هم همین‌طور. آفرین بر شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نرجس]



عالی، عالی. شما هم می‌توانید موفق بشوید، همه آن چیزهایی که این بیننده عزیز فرمودند در من‌های ذهنی هست. دیگر من تکرار نمی‌کنم شما هم می‌توانید موفق بشوید و از شر این ساختارهایی که دردزا هستند، کنترل‌کننده هستند، شما هم می‌توانید من‌ذهنی‌تان را بشناسید و تمام اقلامی که ایشان قید کردند، ممکن است در شما هم باشد.

با قدرت روی تخریب شما دارند کار می‌کنند، شما از آن غافل هستید. ممکن است که شما بیایید کس دیگری را مخصوصاً همسران را ملامت کنید، شما باید ملامت را بشناسید. خودتان را ملامت نکنید. یکی دیگر را ملامت نکنید. عزیزانتان را ملامت نکنید و لحظه به لحظه فضا را باز کنید، با شعور آن فضای گشوده شده بفهمید که پیغام این اتفاق چیست.

یاد بگیرید در زندگی‌تان به کار ببرید مثل همین خانم، پیغام ایشان خیلی کامل و عالی بود، شما گوش بدهید، با کنترل دیگران زندگی خودتان را خراب نکنید. ما نمی‌توانیم آدم‌ها را کنترل کنیم. ما نمی‌توانیم آدم‌ها را حتی عوض کنیم. این قدرت، پوشالی است که ما فکر می‌کنیم آدم‌ها را می‌توانیم مجبور کنیم غیر از آن چیزی که دلشان می‌خواهد رفتار کنند. اما می‌توانیم چراغ روشن کنیم، شما احترام بگذارید به مردم، به دوروبرتان، احترام هم یک جنبه‌اش این است که چراغ وقتی روشن می‌شود مردم می‌بینند.

اعتماد کنید به دید مردم و اطرافتان، مجبورشان نکنید. احترام بگذارید به دید همسران، بچه‌تان، فکر نکنید بچه‌تان نمی‌تواند ببیند. شما به عنوان مادر چراغ عشق را روشن کنید، قاضی نباشید، می‌بینید بچه‌تان می‌بیند. تعجب می‌کنید که چطور بچه‌تان می‌بیند و قبول می‌کند! منتها ما دائماً با من‌ذهنی زور می‌گوییم، کنترل می‌کنیم، می‌خواهیم مغلوب کنیم، من از تو بهترم، این‌ها کار نمی‌کند دیگر.



۱۹ - آقای ابراهیم‌زاده و همسرشان از تبریز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای ابراهیم‌زاده]

آقای ابراهیم‌زاده: خواستم یک سلامی عرض به خدمتتان کنم و تشکر کنم از این برنامه‌تان.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید شما.

آقای ابراهیم‌زاده: بایرامی‌دا تبریک عرض الیرم

[عید را تبریک می‌گوییم.]

آقای شهبازی: ممنون.

آقای ابراهیم‌زاده: یوزدانا بیله بایراملار گورسن، سایه‌ن بیژیم باشمزدان کم آلماسون.

[صدتا همچون عیدی ببینید، سایه شما از سر ما کم نشود.]

آقای شهبازی: ساغ اولاسیز، سیزنن بله ان‌شاءالله.

[سلامت باشید، همچنین برای شما ان‌شاءالله.]

آقای ابراهیم‌زاده: ان‌شاءالله، من گوشینی وریرم خانما اسیزین برنامه‌زه ایندی اون ایندی باخیر. صبح آچار تا گجه اون‌ایکیه کیمین.

[ان‌شاءالله، من گوشه را می‌دهم به خانم. ایشان ده سال است برنامه شما را نگاه می‌کنند، صبح (تلویزیون) را باز می‌کنند تا ساعت دوازده]

آقای شهبازی: [با خنده] بلی ورون ممنونم. ساغ اولاسیز.

[بله، بدهید، ممنونم. سلامت باشید.]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و همسر آقای ابراهیم‌زاده]

همسر آقای ابراهیم‌زاده: سال نو، بهار طبیعت و بهار قرآن بر شما عزیز و بر تمام گنج‌حضورهای عزیز مبارک باشد. یک خرده هول شدم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید، عجله نکنید، عجله نکنید، آرام صحبت کنید.

همسر آقای ابراهیم‌زاده: بله، چشم.

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش



من همی کوشم پی تو، تو، مکوش (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

این جوری بلکه آرام بگیرم. [با خنده]

آقای شهبازی: بله بله.

همسر آقای ابراهیم زاده: من خیلی علاقه مند به برنامه شما هستم. برنامه شما خیلی به ما کمک کرد. داروهای زیادی مصرف می‌کردم، خوشبختانه حالا مصرف نمی‌کنم. بعد آقایان هم غیبتش نشود، گناه نشود، یک مقدار تندخوی بود، سر و صدایش خیلی بلند می‌شد، ان شاء الله خیلی بهتر هستند.

آقای شهبازی: آفرین!

همسر آقای ابراهیم زاده: بعدش از برکت برنامه حضرت مولانا، فرمایشات شما که خداوند مهربان کمک می‌کند به همه مان ان شاء الله.

آقای شهبازی: ان شاء الله.

[قطع تماس]

۲۰- خانم فخری از مریند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فخری]

خانم فخری: خدا را شکر که هستید آقای شهبازی، خدا را شکر که ادامه دادید این برنامه را، واقعاً ممنونتان هستیم، نمی‌دانم چه‌جوری تشکر کنم واقعاً وقتی که هزارتا برنامه داشت نزدیک می‌شد من فکر می‌کردم خدایا ما بدون آقای شهبازی چه‌جوری زندگی‌مان را ادامه بدهیم!

آقای شهبازی: خب ما داریم هزارتا برنامه را پخش می‌کنیم همه‌اش در وبسایت ما هست، در این آپ ما هست، هزارتا برنامه را شما هر چقدر هم که بخواهید هست گوش بدهید.

خانم فخری: بله، بله، ولی خب برنامه‌هایی که نوبه‌نو هر هفته برای ما شما زحمت می‌کشید و تدارک می‌بینید آقای شهبازی این‌ها واقعاً جانی به همه مردم، همه ایرانی‌ها، همه فارسی‌زبانان می‌دهد. واقعاً خدا حفظتان کند و سایه‌تان را از روی سر ما کم نکند ان‌شاءالله.

آقای شهبازی: والله این پیغام‌های شما هم کم از برنامه‌های خود من نیست، این‌ها خیلی بهتر هستند. شما این قدر که از

خانم فخری: تمام چیزهایی که آموزه‌های شما است آقای شهبازی، چیزهایی که واقعاً از شما یاد می‌گیریم ما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فخری: من که هیچ، من که جزو شاگردهای تنبل هستم ولی این همه پیغام‌های آموزنده از کوچک و بزرگ و بچه و پیر و جوان، واقعاً واقعاً نعمت است و همه این‌ها درس است هر کدام، تک‌تک آن‌ها.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فخری: بله. اگر اجازه بدهید آقای شهبازی من یک کمی، من هم حدود دوازده سیزده سال است که من برنامه شما را دارم دنبال می‌کنم.

آقای شهبازی: بله‌بله.

خانم فخری: با این بیت شروع کنم:

هر لحظه که تسلیمم در کارگه تقدیر
آرام تر از آهو، بی‌باک‌تر از شیرم

هر لحظه که می‌کوشم در کار کنم تدبیر
رنج از پی رنج آید، زنجیر پی زنجیر

(شاعر ناشناس)



آقای شهبازی: بله.

خانم فخری: که معنی همان فضاگشایی است که شما به ما یاد دادید آقای شهبازی. واقعاً این بیت، همین یک دانه بیت را من از مولانا که هم‌اکنون مرور می‌کنم و تمام ابیات دیگر، می‌بینم چه راه‌گشایی‌هایی می‌شود، این فضاگشایی چکار می‌کند که ما از شما یاد گرفتیم و از مولانای عزیز، چه معجزه‌هایی می‌کند واقعاً، که اصلاً آدم نمی‌تواند بیان کند، به زبانش بیاید. اصلاً فضاگشایی که من می‌کنم آقای شهبازی من اصلاً این کار را بلد نبودم، خیلی جاها که خیلی چیزها حق با من بود و واقعاً توی زندگی می‌خواستم از حق خودم [صدا ناواضح] جزئی خودم، خرابکاری می‌کردم، همیشه خراب می‌شد غیر از این نه تنها نتیجه مثبت نمی‌دیدم، روی جسم خودم هم اثر منفی می‌گذاشت.

آقای شهبازی: بله.

خانم فخری: خودم را مریض می‌کردم، خودم را تحت استرس و فشار قرار می‌دادم، بدون هیچ نتیجه‌ای! این را از شما یاد گرفتم که دیگر فضاگشایی فقط، حالا با خودم یک وقت‌هایی توی مشکلات و چلنج‌هایی (چالش: challenge) که گیر می‌کنم، می‌گویم خدایا من نمی‌دانم تو می‌دانی، این فضا را باز می‌کنم فقط سکوت می‌کنم و می‌بینم چه راه‌حلی می‌آید، چه راه‌حلی خودم خرد زندگی می‌آید و این‌ها استفاده می‌شود به نحو احسن.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فخری: بله آقای شهبازی، می‌خواستم تشکر کنم از این همه زحماتتان، من البته شاید بیشتر از یک سال است، در کل این دوازده سیزده سال من شاید سه بار چهار بار بیشتر زنگ نزدم البته، ولی خب این را هم می‌خواستم الان هم یک تشکری از شما، تشکر ویژه‌ای واقعاً بکنم که محبت‌های شما را هرگز، هرگز هیچ پدر و مادری فکر نمی‌کنم این قدر، این قدر چیزی به بچه‌اش یاد داده باشد که شما دادید واقعاً!

آقای شهبازی: شما لطف دارید، البته از مولانا یاد گرفتید نه از من، منتها من شاید عامل انتقالش بودم شما صفحه شعرها را نوشتیم، شما نوشتید بله!

خانم فخری: بله همین است. یعنی مولانا همیشه بوده آقای شهبازی. همیشه روی طاقچه‌ها بوده ولی شما با دانشی که داشتید و با فنی که بلد بودید واقعاً تدبیری که داشتید و نحوه بیان شیرینتان، خب این‌ها را توانستید بفهمانید به ما و این خیلی مهم است، این خیلی واقعاً کار بزرگی است، کار کوچکی نبوده واقعاً.

آقای شهبازی: لطف دارید.

خانم فخری: و همین دیگر من آقای شهبازی هم‌اکنون می‌خواستم «حبر و سنی» کنم متأسفانه توی زندگی‌ام، همه با حبر و سنی کردن دیگران می‌خواستم شاید پند و نصیحت کنم، هم دیگران را درست کنم، هم اطرافیانم که من‌های ذهنی بزرگی متأسفانه احاطه‌ام کردند و می‌گویم دیگر نه تنها موفق نبودم در گذشته و بدتر هم می‌شده همیشه، به خودم هم فشار می‌آمده،

استرس وارد می‌کردم ولی الآن این را یاد گرفتیم و واقعاً الآن می‌فهمم چقدر راحت است، همین کار را آدم یاد بگیرد، فضاگشایی را واقعاً!

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم فخری: و دیگران را رها کند و خدایی که آن همه را آفریده خودش باید، مسئول است که این‌ها را درست کند به من چه مربوط که من بخواهم «حبر و سنی» کنم، نصیحت بکنم! بله!

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فخری: بله! اگر اجازه بدهید آقای شهبازی وقت را خیلی نگیرم یک شعری هست، یک چند بیتی است، با آواز بخوانم بعد خداحافظی کنم از شما، وقت دوستان را نگیرم.

آقای شهبازی: بله بله. ممنونم، بله.

خانم فخری: که فکر می‌کنم این چیزی است که برای خودم یعنی واقعاً با این ترانه خودم نمی‌دانم، وصف حال خودم است. با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فخری: [خوانش با آواز]

ز کوی بلاکشان آدمم بگو رفته‌ای کجا ساقی؟

در میخانه چرا بسته‌ای که غم می‌کشد مرا ساقی؟

برفتم که تا به جانان رسم، رسیدم به جان ز تنهایی

کنون در پناه تو آدمم کجا رفته‌ای بیا ساقی؟

رسیدم به جایی که بسته ره گریزم

به دست تو خواهم که خون سَبو بریزم

مکن با حبیبان تو بیگانگی، ز شوق می و ذوق دیوانگی

چنان از دل آمد خروشم که آید صدایش بگوشم

رسیدم به جایی که بسته ره گریزم

به دست تو خواهم که خون سَبو بریزم

(شاعر: بیژن ترقی)

ممنونم آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

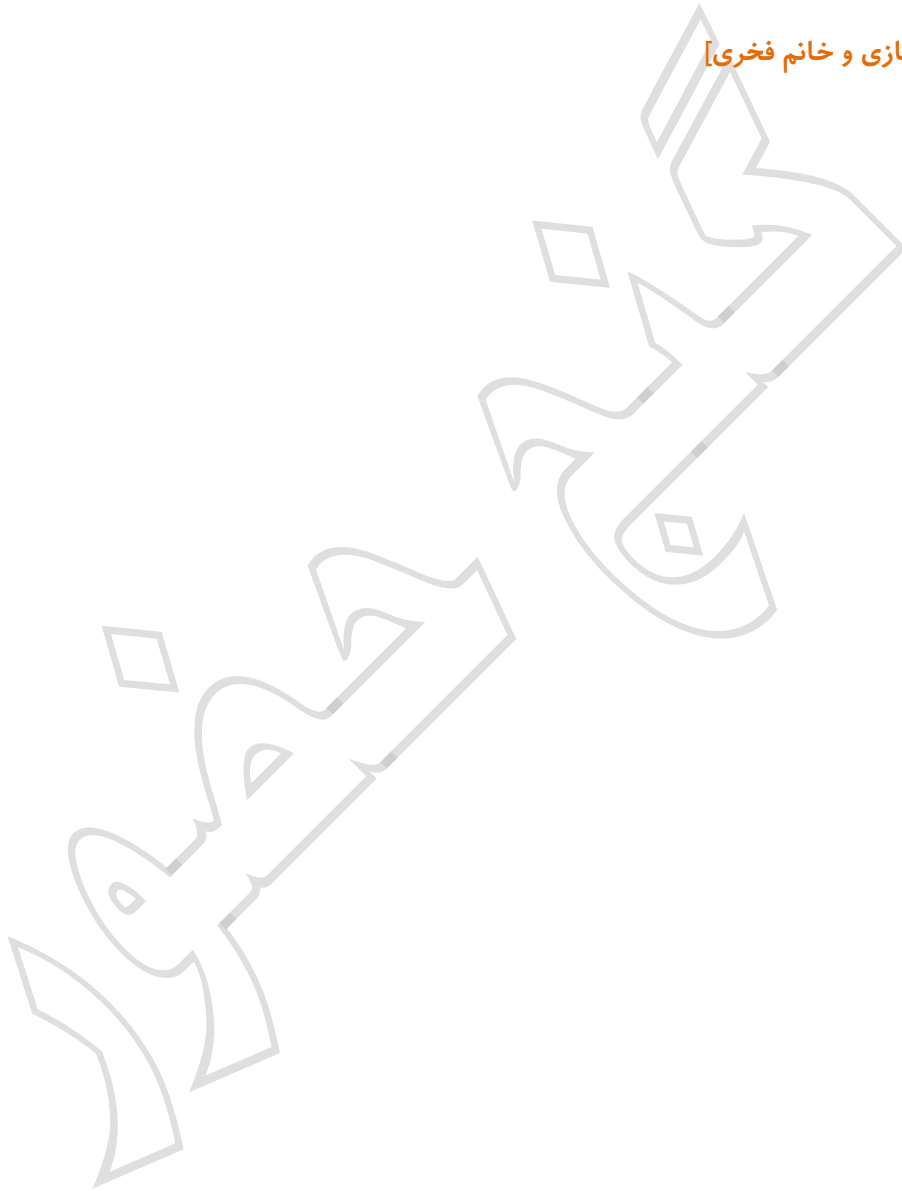


آقای شهبازی: عالی، عالی! ممنونم چه صدای خوبی دارید خانم تبریک [خنده آقای شهبازی]

خانم فخری: متشکرم. ممنون از محبتتان، هرچه که یاد گرفتیم، هرچه استعدادی داشتیم، هرچه که داشتیم آقای شهبازی از شما یاد گرفتیم و به برکت این اعتماد به نفس و این ذوقی است که از شما یاد گرفتیم توی زندگی. واقعاً ممنونتان هستم. وقتتان را نمی‌گیرم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: لطف دارید. خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فخری]



۲۱- خانم شهپر از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شهپر]

خانم شهپر: من یک نفس بکشم.

آقای شهبازی: بله نفس عمیق بکشید.

خانم شهپر: من بار سوم هست که تماس می‌گیرم، نه ماه پیش خدمتان زنگ زده بودم.

آقای شهبازی: بله بله.

خانم شهپر: و تصمیم گرفتم که زنگ نزوم و این‌که واقعاً بیشتر روی خودم کار کنم چون «ان‌شاءالله» نگفته بودم. شما از من یک سؤال کردی و من خیلی محکم گفتم «دقیقاً» و «ان‌شاءالله» نگفتم و یاد گرفتم که توی این مدت خیلی باید بیشتر روی خودم کار کنم. درواقع می‌توانم بگویم که کوبیده شدم و یک آدم جدید شما از من ساختید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم شهپر: و این برنامه. آموختم که خدایت هستم، جنسیت ندارم، دشمن درونی دارم، باید صبور باشم، حس وحدت دارم، دیگر حس جدایی از آدم‌ها را ندارم، برکت به زندگی‌ام آمده، حس تنهایی ندارم، دید من باعث ساختن زندگی بیرونم می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شهپر: بنابراین شاهد آرامش و صلح و بی‌مسئله‌گی هستم توی زندگی‌ام. بیشتر از صدتا همانندگی شناسایی کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شهپر: بله. الگوهای قدیمی و تکراری شده را شناسایی کردم، دردهایم دانه‌دانه شناسایی شده و می‌شود. حس خدمت‌گزاری‌ام قدرت‌مند شده. تنها هدفم و مهم‌ترین هدفم تبدیل شدن به عدم و ادامه دادن توی این راه است. همه را دوست دارم، از قضاوت و ایرادگیری دست برداشته‌ام. با شجاعت بابت کارهایی که در گذشته انجام داده‌ام از عزیزانم عذرخواهی کردم [گریه خانم شهپر].

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم شهپر: شکرگزار زندگی هستم. در اثر تکرار یک بیت که شما این قدر توصیه می‌فرمایید معجزه تکرار ابیات را دیدم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم شهپر: معجزه‌اش را دیدم، یک لحظه معجزه‌اش را دیدم، اصلاً [صدا نامفهوم] آن هشیاری که روی هشیاری می‌گویید سوار می‌شود را من دیدم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شهپر: یاد گرفتم بیشتر از آن چیزی انتظار دارم باید ببخشم، اگر انتظار چیزی بهتر و باکیفیت‌تر دارم باید بهایش را بدهم، چون من ذهنی دوست دارد که کم بدهد ولی بیشتر بگیرد.

آقای شهبازی: بله.

خانم شهپر: این الگوی ذهنی را به لطف خدا شناسایی کردم. آموختم نظاره‌گر فکرهایم باشم. گاهی اوقات از دستم درمی‌رود ولی به محض آگاه شدن دوباره برمی‌گردم به این لحظه. آموختم اگر فکری را به مرکزم نیاورم یعنی برطبق آن عمل نکنم، مرکزم عدم می‌شود آن لحظه و زندگی من، لحظه بعدی من توسط خداوند ساخته می‌شود. نظاره‌گر جنس نظاره‌شونده را تعیین می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شهپر: من می‌توانم تعیین بکنم که موج ببینم یا جسم ببینم، ماده ببینم یا موج ببینم. در نهایت هیچ چیزی مهم نیست. یاد گرفتم که فقط از کسانی که سال‌ها است روی خودشان کار می‌کنند نباید چیز یاد گرفت. از کسی که چهار ماه بود داشت روی خودش کار می‌کرد، زنگ زده بود توی برنامه هزار شما پیام خیلی مهمی را از او گرفتم.

خیلی درد هشیارانه زیادی می‌کشم آقای شهبازی، خیلی راه سختی است. این راه اصلاً راه آسانی نیست، اولش شاید به نظر آسان بیاید ولی راه آسانی نیست.

آقای شهبازی: بله.

خانم شهپر: چون تازه بعد از سه سال من مدام دارم روی خودم کار می‌کنم با تعهد و سال‌ها است توی این راه عرفانی یک جورهایی آشنایی داشتم و این‌ها، البته هیچ ادعایی ندارم واقعاً پر از اشتباه بودم، من از زمانی که با برنامه شما آشنا شدم خیلی چیزها یاد گرفتم و درواقع درست عمل کردن را توی این راه یاد گرفتم و یادم رفت چه می‌خواستم بگویم.

آقای شهبازی: نفس عمیق بکشید.

خانم شهپر: بله راه سختی داشتم می‌گفتم ببخشید، وقت هم نگه نداشتم، راه سختی است و راه اصلاً آسانی نیست، درد هشیارانه زیادی دارد ولی با توکل به خدا من تازه بعد از سه سال تازه دارم این دشمن درونی‌ام را می‌شناسم آقای شهبازی دارم می‌بینمش. دارم می‌بینمش چه‌جوری دارد سعی می‌کند من را ناامید کند.

آقای شهبازی: بله.



خانم شهپر: و پرهیز می‌کنم از قرین ولی به‌رحال با او نمی‌جنگم، با او نمی‌جنگم به توصیه شما با او نمی‌جنگم. این هم الآن می‌خواهد یک چیز، یک فیلمی نگاه کند، اوکی (Ok) بگذار نگاه کند ولی دقت می‌کنم که چه موضوعی دارد. اگر خشونت دارد، اگر چیز بد دارد اگر پیام چیز دارد، به‌هیچ‌وجه بلافاصله چک می‌کنم ببینم اگر در شأن خداییت من نیست نگاه نکنم، نبینم. خیلی وقتتان را گرفتم آقای شهبازی خیلی خوشحالم با شما صحبت کردم دوباره، خیلی عوض شدم من اصلاً یک آدم دیگری شدم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شهپر: و حس می‌کنم تمام گل و گیاه‌هایم اصلاً رشد عجیب و غریب، هر جا می‌روم آدم‌ها یک‌هو می‌بینم اصلاً یک کارهایی برای من می‌کنند، اصلاً می‌مانم، اصلاً باورتان نمی‌شود. چرا، شما باور می‌کنید. خیلی خوشحالم از این‌که یک آدم دیگری شدم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بسیار زیبا، آفرین!

خانم شهپر: خیلی خوشحالم، خیلی خوشحالم. خیلی خوشحالم.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی! ما هم خوشحالیم، ما هم به شما تبریک می‌گوییم.

خانم شهپر: ممنون. وقتتان را نمی‌گیرم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین! خواهش می‌کنم. عالی، عالی!

خانم شهپر: خیلی صحبت کردم. باز هم زنگ می‌زنم به شما.

آقای شهبازی: بله.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم شهپر]

◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇



۲۲- آقای بیننده از پیرانشهر با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: من تقریباً شش هفت سال پیش بود که من متعهدانه برنامه را شروع کردم. بعد کم‌کم دیگر سست شدم و این‌ها، هیچ‌چیز دیگر، از برنامه دور شدم. هرچند بعضی از وقت‌ها برنامه را گوش می‌دادم، یک چندتا پیغام هم گوش می‌دادم ولی آن‌جوری که قبلاً مثلاً متعهدانه هر روز برنامه هر روز بود، آن‌جوری نبود دیگر.

بعد عرض کنم به خدمت شما، خلاصه یک غمی همیشه با من بود، یک جورهایی. من ذهنی من را با آن رفتارهایش، من را کلاً تحت تأثیر خودش قرار داده بود، این غم همیشه با من بود. تا این‌که تقریباً دو سه هفته است دوباره متعهدانه هر روز هم برنامه را گوش می‌دهم، هم یک تایی (وقت time) را گذاشتم برای تکرار ابیات و هم سعی می‌کنم حالا چندتا پیغام را هر روز گوش کنم علاوه بر این‌که سعی می‌کنم در آن روزی که برنامه زنده است، آن را هم گوش کنم.

حالا حالم خیلی خوب شده، بعد این درس را گرفتم که به قول مولانا که می‌گوید، «رُدُّوا لعادوا» کار توست، نباید فقط برای این حس و حال سراغ برنامه برویم. واقعاً باید این طلب را داشته باشم که حالا اگر حس و حالم هم خوب هم شد، باز دوباره متعهد بشوم به برنامه و ان‌شاءالله که در این مسیر عمیق‌تر بشویم. من، این تجربه من بود، گفتم با

شما و بینندگان عزیز به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: شما از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای بیننده: والله من از پیرانشهر زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: پیرانشهر. شما قانون جبران مادی را رعایت می‌کنید؟

آقای بیننده: بله، بله، من قانون جبران را، آن موقع‌هایی که سست شدم، دیگر آن را آن‌طور که باید و شاید رعایت نکردم. آن وقت هم، به هر حال حالت معلوم نبود کی پول می‌ریزم دیگر، سه چهار ماه می‌گذشت پول می‌ریختم، این‌جوری بود. الان دیگر نه، الان پول واریز کردم و دیگر از آن به وقت که قانون جبران را هم درست رعایت کردم، آن هم تأثیر خودش را داشت.

آقای شهبازی: آفرین! تأثیر خودش را فقط آن دارد. شما اگر قانون جبران مالی را رعایت نکنید، تعهدی در کار شما نیست، نمی‌توانید. یا باید از آن چیزهایی که ارزش دارند در راه به اصطلاح بی‌وجود ذهنی خرج کنید. مثلاً اگر شما پول خرج کنید، پول جزو هم‌هویت‌شدگی‌های شما است، پس واقعاً دارید متعهد می‌شوید به این برنامه.

یا نه زمان را، آن زمانی که برای خودتان صرف می‌کنید آن را نمی‌گوییم، آن برای خودتان کار می‌کنید. مثلاً اگر شما یک ساعت از وقت خودتان را کنار بگذارید، چون وقت ارزش دارد دیگر برای شما، بروید مثلاً یک جایی بدون این‌که پول بخواهید کار کنید، شما دارید به آن کار متعهد می‌شوید. اگر این کار را نکنید، نگذارید ذهن شما را گول بزند بگوید که من متعهدم، شما متعهد نیستید اگر، اگر نکنید آن کار را.

خلاصه بدون من‌ذهنی، بدون این‌که چیزی گیر من‌ذهنی بیاید، شما باید یک کاری انجام بدهید در یک راهی، بعد آن موقع می‌توانید به خودتان ثابت کنید که من واقعاً متعهدم، چون در این راه وقت می‌گذارم. شما باید به خودتان ثابت کنید متعهد هستید، توجه می‌کنید؟ نشانش هم گذشتن از چیزهایی است که ما با آن‌ها همانیده هستیم. توجه می‌کنید؟

مثلاً شما یک دوستی دارید. فقط دوست دارید شما را دعوت کند به نهار و شام بدهد و این‌ها، دوست هستید دیگر، ما دوست هستیم شما ما را دعوت کنید ولی هیچ زحمتی برای او نمی‌کشید. اگر بگوید نیم ساعت برای من وقت می‌گذارید، می‌گویید نه، من نمی‌توانم این کار را، شما متعهد به آن دوست نیستید.

در عالم زن و شوهری هم همین‌طور است. پدر و فرزندی، مادر و فرزندی هم همین‌طور است، اگر برای شما، اگر شما وقت نمی‌گذارید برای بچه‌تان، متعهد به بچه‌تان نیستید، آن هم به شما نیست. بعد بزرگ می‌شود، بیست سال، می‌گوید خداحافظ شما! آقا با من، پدر و فرزندی، خب ما به هم تعهدی نداریم! چیزی بدهکار نیستیم، کاری برای هم انجام ندادیم، چه می‌خواهیم از هم؟ خداحافظ!

مدیر و کارمندی هم همین است، دوستی هم همین است. شما تعهدتان به دوستانی

هست که کاری برای آن‌ها انجام داده‌اید، زمان با همدیگر صرف کرده‌اید، مخصوصاً اگر کار برای کسی انجام دادید بدون مزد مادی، یا مزد مادی داشته و گفتید نمی‌خواهم، نه.

مثلاً شما ممکن است آدمی باشید ساعتی پانصد دلار مزد کارتان است، می‌آیید چهار ساعت برای من وقت می‌گذارید، من می‌فهمم این را، شما هم می‌فهمید. این یک سرمایه‌گذاری است، این یک تعهد است، شما دوست دارید من را که این کار را می‌کنید دیگر. توجه می‌کنید؟

در نتیجه تعهد خودتان را به مولانا بسنجید. توجه می‌کنید؟ تعهد کنترل نیست، شما نباید بگویید که من فرزندم را، همسرم را کنترل می‌کنم، نه، کنترل را من‌ذهنی می‌کند، به نفع خودش است. ما چرا همسرمان را کنترل می‌کنیم؟ برای این‌که من‌ذهنی می‌گوید تو خدمتکار من هستی، تو نوکر من هستی، تو باید به من خدمت کنی، از محضر من بیرون نرو! من فرعون هستم، تو یک آدم ناچیزی هستی که باید به من خدمت کنی. شما نمی‌دانی ممکن است، این‌ها را به شفاهاً نمی‌گویید ولی در عمل، معنای کارتان این است که وقتی کسی را کنترل می‌کنید. من فرعون هستم، شما چیزی نیستید، این تعهد نیست. شما یک نوکر گرفتید، به نوکران وظیفه‌اش این است که برای شما کار کند. این را من‌ذهنی با پندار کمالش می‌گوید.

ما باید آگاه بشویم از این پیغام‌هایی که به دنیا می‌فرستیم یا به خودمان می‌فرستیم، این‌ها همه مخرب هستند. شما ممکن است فکر کنید که متعهد هستید، ده سال کار کنید، فهمیدیم آقا ما تعهدی نداریم. در زندگی زناشویی آدم باید برای همدیگر کار کند، آن خانمی که زحمت می‌کشد، غذا می‌پزد، می‌رود وسیله می‌گیرد، وقت می‌گذارد دارد روی بچه، خانه را تمیز می‌کند، متعهد به خانواده می‌شود. خب مرد هم می‌رود کار می‌کند، صبح تا شب می‌دود، با این دویدن، پول درآوردن،



سختی کشیدن توی سرما و گرما، متعهد به خانواده می‌شود. اگر این کارها را نکنند، چه تعهدی؟ چه خانواده‌ای؟ توجه می‌کنید؟

من ذهنی می‌گویم همین‌که من به شما توجه می‌کنم، همین‌که به شما نگاه می‌کنم باید یک چیزی بدهید. نه آقا! نگاه که پول ندارد که، نه، این‌ها تعهد نمی‌شود. این‌ها به اصطلاح عقاید به اصطلاح بی‌نتیجه و بی‌ثمر من ذهنی است. ممنونم از شما. **[خنده آقای شهبازی]** ان شاءالله موفق باشید. بله، یک دفعه قطع شدند.

آقای شهبازی: این را هم عرض کنم که کسانی که متعهد بودند یک نفر نبوده که موفق نشود. اولین علامتش جبران مادی است. شما خود من را ببینید، من چقدر پول در این راه خرج کردم، جلوی چشمان شما چقدر وقت گذاشتم؟ مگر نگذاشتم؟ همین خودبه‌خود هزارتا برنامه اجرا شد؟! مگر شما نمی‌بینید من چقدر وقت می‌گذارم؟ این چه را نشان می‌دهد؟ تعهد را. همه ما می‌دانیم، این قدر، این قدر می‌دانیم که مثلاً عمر ما کوتاه است. اندازه‌اش یک مقدار است، این تمام خواهد شد. من می‌دانم، در عین حال که می‌دانم در این سن و سال وقت می‌گذارم، چرا؟ متعهدم، این را می‌گویند تعهد.

شما هم باید همان تعهد را به مولانا و درست کردن خودتان داشته باشید تا نتیجه بگیرید. نه، من مفت می‌خواهم و نمی‌دانم من اصلاً زحمت نمی‌کشم، یکی وظیفه‌اش است بیاید من را درست کند، خداوند بیاید درست کند.

اگر آن‌طوری است که بیایند زندگی شما را درست کنند، چه می‌دانم خانه شما را هم آباد کنند، یک کسی برای شما یک خانه بخرد، وسایلش هم بگذارد به شما بگوید بفرمایید زندگی کنید، خیابان‌ها را هم درختکاری کند، گل‌کاری کند، پارک خوبی درست کند، شما بروید آن‌جا قدم بزنید، همچون چیزی نیست، همه را باید خودتان درست کنید.

۲۳- آقای وکیلی از گوهردشت کرج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای وکیلی]

آقای وکیلی: اولاً که من خوشحالی خودم را ابراز می‌کنم نسبت به وجود شما توی زندگی‌ام.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای وکیلی: و الآن حدود شش سال و نیم است که حالا اگر افتخار شاگردی را به اسم خودم بگذارم، می‌توانم بگویم که حالا شاگرد شما هستم.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

آقای وکیلی: و با اجازه‌تان می‌خواهم اگر اجازه بدهید چندتا شعر بخوانم از مولانا و ان‌شاءالله بعدش عید را هم به شما تبریک بگویم. بعدش هم اگر حالا وقت بود و شما اجازه دادید، یک مطلب دیگری را هم به شما بگویم. اولاً پس شعرهایم را بخوانم. شروع می‌کنم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

آقای وکیلی: اولین و مهم‌ترین شعری که از مولانا همین اواخر من یاد گرفتم، همین شعری بود که الآن به من یاد داد که، من شصت و سه سال از خدا عمر گرفتم، الآن به من یاد داد که حتی در هفتاد و شش سالگی هم می‌توانم بگویم که تا پایم می‌رود:

تا که پایم می‌رود، رانم در او
چون نمائد پا، چو بَطَّانم در او

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۵۹)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی:

بی‌ادب، حاضر ز غایب خوش‌ترست
حلقه گرچه کژ بُود، نه بر در است؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۶۰)

آقای شهبازی: به‌به!

آقای وکیلی: شعر دیگری که در مورد همین مطلب باز دوباره، بی‌ادبی یعنی در واقع در حضور بزرگان، در حضور خداوند، می‌فرماید که:

گر حدیث کز بُود معنیت راست
آن کژی لفظ، مقبول خداست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۷۱)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی: حتی اگر بی‌ادب هم هستی و کج و کوله هم که حرف می‌زنی، ولی چون حضور داری، خدا تو را می‌پذیرد با همین عیب و نقص‌هایی که داری.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی: شعرهایی هم که باز دوباره با اجازه‌تان می‌خواهم بخوانم، حالا یک مقداری هم طولانی هستند، ولی تحمل بفرمایید.

رنج کی ماند دمی که ذوالمین
گویدت: چونی؟ تو ای رنجور من
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۷۰)

چون زند شهوت در این وادی دهل
چیست عقل تو فجل بن الفجل
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۸۷۸)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی:

درد آمد بهتر از ملک جهان
تا بخوانی مر خدا را در نهان
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۰۳)

روزها گر رفت، گو: رو باک نیست
تو بمان ای آنکه چون تو پاک نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی:

گر بیابان پُر شود زر و نقود
بی‌رضای حق جوی نتوان ربود
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۹۳۰)



هین کمالی دست آور تا تو هم
از کمال دیگران نُفتی به غم
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۶۸۰)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی:

رنج بدخویان کشیدن زیر صبر
منفعت دادن به خلقان همچو ابر
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۱)

این کاری بود که مولانا در تمام طول زندگی‌اش انجام داد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی:

گفت: گر چه نیست آن سگ بر قوام
لیک ما را استخوان لطفی ست عام
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۱۴)

به همه می‌دهیم هر چقدر که دلشان بخواهد، ولی این لطف عام است، لطف خاص فقط به پیامبران و اولیا و کسانی مثل مولانا و حافظ و سعدی و این‌ها داده شده.

در دفتر چهارم دارند می‌فرمایند که:

عشق‌ها داریم با این خاک، ما
ز آنکه افتاده‌ست در قَعْدَهُ رِضا
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۰۰۲)

فقط ما به کسانی که راضی هستند از زندگی‌شان عشق می‌ورزیم و عشق می‌کنیم با آن‌ها.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی:

سوختم من، سوخته خواهد کسی
تا ز من آتش زند اندر خسی؟
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲۱)



رحم کن بر وی که روی تو بدید فُرقت تلخ تو چون خواهد کشید؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۱۳)

هین ز بدنامان نباید ننگ داشت هوش بر اسرارشان باید گماشت

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۱۹)

آن‌هایی که حالشان خوب نیست و دوروبر ما هم کم نیستند، ننگی از آن‌ها نداریم، سعی و تلاشمان را هم می‌کنیم که با آن‌ها کنار بیاییم، در کنارشان جوری زندگی بکنیم که از وجود ما لاف‌زن عذاب نکشند حالا اگر سود و منفعتی نمی‌برند. «گر بپیمایی تو مسجد را به کون»، «تا نیاری سجده، نَرهی ای زبون». البته این مصرعش جابه‌جا شده.

تا نیاری سجده، نَرهی ای زبون گر بپیمایی تو مسجد را به کون

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۵۷)

این حالا چیزهایی است که من حالا به عقل ناقصم رسیده این‌جا نوشتم که توی این مدت کوتاه بتوانم تقدیم بکنم، چیزهایی هم هست که مولانا دوست داشته بگوید، ولی نمی‌توانسته بگوید.
آقای شهبازی: بله.

آقای وکیلی: خودش هم اتفاقاً گفته، چندین بار، چندین جا هم گفته، همان که می‌گوید «مردم اندر حسرتِ فهمِ دُرست». مصرع اولش «اینچه می‌گویم»، آها، مولانا این‌طوری گفته:

اینچه می‌گویم به قدرِ فهمِ توست مُردم اندر حسرتِ فهمِ دُرست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۰۹۸)

«گر بگویم چیزِ دیگر من کنون»، این همان جاهایی است که دیگر نتوانسته بیشتر از این ادامه بدهد، چون می‌دانسته که دیگر طرف گنجایشش را ندارد.

گر بگویم چیزِ دیگر من کنون خلق بَندم به زنجیرِ جنون

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۷۴)

گر بگویم آنچه دارم در درون

بس جگرها گردد اندر حال، خون

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۶۹)

خیلی لذت می‌برم از وجود شما توی زندگی‌ام. [بغض آقای وکیلی]

آقای شهبازی: شما لطف دارید، خواهش می‌کنم.

آقای وکیلی: نمی‌دانم من چه کردم که شما توی زندگی من پیدا شدید، نمی‌دانم!

فقط یک دانه عدد و رقم می‌خواهم به شما بدهم. من توی این هشت ساعت، نه ساعتی که چهارشنبه‌ها شما برنامه اجرا می‌کنید برای فارسی‌زبان‌ها، شماره تعداد عضلاتی که توی بدن یک انسان مثل شما، به اندازه شما، فکر می‌کنم شما حدود هشتاد نود کیلو وزن دارید، تعداد عضلاتی که توی این هشت ساعت منقبض و منبسط می‌شوند، حدود یک میلیارد انقباض و انبساط است و این عدد واقعاً حیرت‌آور است. یعنی یک کارگر که، ببخشید حالا من جسارت می‌کنم، یک کارگر که صبح بلند می‌شود تا شب می‌رود بیل می‌زند، به این اندازه نیست. و شما نمی‌دانم چه نیرویی، از کجا می‌گیرید؟!

دلدار مرا گفت ز هر دلداری

گر بوسه خری، بوسه ز من خر باری

گفتم که به زر گفت که زر را چه کنم
گفتم که به جان گفت که آری آری

(مولوی، دیوان شمس، رباعیات، رباعی ۱۸۷۳)

خیلی خوشحالم که این هزار برنامه قطع نشد. از شما یاد گرفتم که تا پا دارم راه بروم. من الان سی سال خدمت تمام شده، شش هفت ماه دیگر سی سال خدمت تمام می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای وکیلی: ولی با این شعری که توی این یکی دو هفته اخیر خواندید که «تا که پایم می‌رود، رانم در او»، [بغض آقای وکیلی] من هم همچنان زندگی فعالم را ادامه می‌دهم.

آقای شهبازی: ان شاءالله. آفرین، آفرین!

آقای وکیلی: دوست دارم مثل شما بشوم. می‌گویند چطور ممکن است که یک مرد، عاشق یک مرد بشود، معمولاً مردها باید عاشق زن‌ها بشوند و زن‌ها هم عاشق مردها بشوند؛ ولی من می‌خواهم اعتراف بکنم که من عاشق شما هستم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

آقای وکیلی: و به این عشق خودم می‌بالم. با این‌که مرد هستم، ولی عاشقانه دوستتان دارم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید. ممنونم.



آقای و کیلی: ان شاء الله که همیشه پایدار و پاینده باشید و این ۱۰۰۱ و ۱۰۰۲ و ۱۰۰۳ و این‌ها به قول خودتان فقط عدد و رقم باشد. [بغض آقای و کیلی] و همچنان تا وقتی که پا دارید بیاپید به این استودیو و آدم‌هایی مثل من را زیر بال و پرتان داشته باشید.

آقای شهبازی: لطف دارید. ممنونم.

آقای و کیلی: دست شما را می‌بوسم، چشم شما را می‌بوسم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای و کیلی: فقط نمی‌خواهم بگویم تشکر می‌کنم، نمی‌دانم، فقط به شما یک کلمه، چون شما می‌گویید تشکر از من نکنید، به من نگویید استاد، من هم می‌گویم چشم، ولی اجازه دارم که یک کلمه بگویم به شما ماشاءالله، با اجازه خودتان البته. ماشاءالله، ماشاءالله.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید، لطف دارید. عالی، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای و کیلی]

خیلی ممنونم، پیغام بسیار زیبایی بود، بسیار هم زیبا اجرا شد از ته دلشان.

یادمان باشد نیروی زندگی، نیروی خداوند هر لحظه می‌خواهد در درون شما شکوفا بشود، می‌خواهد مثل گل در درون شما باز بشود و شما باز بشوید، شما به زندگی زنده بشوید و وقتی دلتان باز شد انعکاسش در بیرون بهشت بشود، این حق شماسست.

وقتی به این دنیا آمدید این حق به شما داده شده که به آلت، به خداوند، زنده بشوید و فقط باید شما همکاری کنید، تنها آدمی که جلوی این کار را گرفته یعنی شکوفایی زندگی را در شما جلویش را گرفته، شما هستید به‌عنوان من‌ذهنی. این کار را نکنید، مقاومت نکنید، نگذارید من‌ذهنی با پندار کمالش در زندگی شما دخالت کند، چه من‌ذهنی خودتان و دیگران.

خواهید دید که به‌زودی، نه این‌طوری که من‌ذهنی نشان می‌دهد، به‌زودی حتی در مدت یک ماه، دو ماه اثرات این دید جدید را خواهید دید که شما موجودی هستید، یک جسمی دارید این جسم واقعاً باید پاک باشد، باید سالم باشد، شما ورزش کنید، غذای خوب بخورید، شعرها را بخوانید، بگذارید بدن سالم باشد.

این هوش شما، آلت شما، روی این بدن سوار شده، بدن را باید درست نگه دارید. پس از مدت کوتاهی خواهید دید که زندگی‌تان دارد تغییر می‌کند، به موازات تغییر دیدتان، دید غلط ما است که خراب‌کننده است. خداوند خروب نیست، ما هستیم. شما همکاری کنید، جلویش را نگیرید، مانع ایجاد نکنید، ایجاد دشمنی نکنید با زندگی، ستیزه نکنید. یکی از اشکالات ما در من‌ذهنی این دید غلط است که ما فکر می‌کنیم هرچقدر خشن‌تر باشیم و بیشتر ستیزه کنیم ما قوی‌تر هستیم، نیست این‌طور، ضعف است این.

هرچه خشن‌تر و زورگوتر، ترسوتر، بی‌قدرت‌تر. قدرت معنوی، قدرت خدا در فضاگشایی است. شما نگاه کنید به خداوند و رفتارش با شما، شما هر کاری می‌کنید در اطرافش فضا باز می‌کند، نمی‌گوید نه. ولی شما نتیجه انتخاب غلطتان را می‌بینید. این ما هستیم که با انتخاب‌های غلط من‌ذهنی به خودمان لطمه می‌زنیم، این خداوند نیست، «رحمت اندر رحمت، اندر رحمت» است خداوند.

لحظه‌به‌لحظه دنبال جایی است که شما اجازه بدهید به شما کمک کند، شما اجازه ندهید نمی‌تواند، برای این‌که شما از جنس خودش هستید، جنس خودش باید با شعوری که دارد، خودش خودش را به‌عنوان رحمت، به‌عنوان امتداد خدا، شناسایی کند، توجه می‌کنید؟ شما به‌عنوان امتداد خدا باید خودتان را به‌عنوان آلت شناسایی کنید و این شعور را داریم ما همه‌مان، شناسایی کنید. ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند.

شما خودتان را امتداد خدا ببینید، هشیاری ببینید برای این‌که امتداد خدا ببینید باید از آن جنس بشوید پس نباید از جنس جسم بشوید، پس چیزها را نباید بیاورید مرکزتان. هشیار باشید، تمام حواستان به روی خودتان است، مرغ خودتان می‌شوید، لحظه‌به‌لحظه مرغ خودتان می‌شوید با دیگران هیچ‌کاری ندارید، هرچیزی که ذهن نشان می‌دهد غیر است، کلمه «غیر» را یاد بگیرید.

«غیر» یعنی غیر از خدا، غیر از خدا همه غیر هستند، هرچیزی که ذهن نشان بدهد غیر است، می‌خواهد انسان دیگر باشد، می‌خواهد خودتان باشید، می‌خواهد جسمتان باشد، همه چیز غیر است.

هرچیزی که می‌توانید در این جهان با این ذهن‌تان شناسایی کنید غیر است. غیر نباید بیاید مرکزتان، نباید بیاید. شما این را تمرین کنید به‌زودی خودتان توانایی درک این را دارید، هیچ‌کس نیست در دنیا، توانایی درک این موضوع را نداشته باشد برای این‌که همه خودش هستند.

به درجه‌ای که ما همانیده می‌شویم، دیدمان را عوض می‌کنیم، دید مادی می‌کنیم از آن دید دور می‌شویم، غلط می‌بینیم، هر غلط‌بینی خراب است، خراب یعنی بسیار خراب‌کننده.

هر دیدی غیر از دید او، غیر از دید عدم، خراب است، عده‌ای این لحظه خراب، لحظه بعد خراب، لحظه بعد خراب، زندگی خراب می‌شود پر از درد می‌شود، پر از دشمن می‌شود، پر از مانع می‌شود، پر از کارافزایی می‌شود، پر از مسئله می‌شود.

آگاه باشید تقدیر شما دست خودتان است. اصلاً خداوند تقدیری غیر از زیبایی، غیر از شادی، غیر از آسایش، حس امنیت برای هیچ‌کس رقم نزده، برای هیچ‌کس.

ما به‌طور فردی و جمعی مشغول دید غلط هستیم، از این موضوع باید بیدار بشویم و شما می‌توانید سرباز عشق باشید. اول خودتان را بیدار کنید، چراغ خودتان را روشن کنید، همیشه روشن نگه دارید تا مردم ببینند.

به هیچ‌کس نمی‌گوییم آی چراغ من روشن است، نمی‌بینید؟! مگر کور هستید؟! نمی‌گوییم ما. شما مسئولیتان این است چراغ را روشن کنید. گفته من یک چراغی دارم ابتر است، این ذهن است، «چراغ ابتر» ذهن است. «زو بگیرانم چراغ دیگری»

باد، تند است و چراغم ابتری

زو بگیرانم چراغ دیگری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۸)

آبتر: ناقص و به‌دردنخور

ذهن چراغ ناقص است ولی از این می‌خواهم یک چراغ دیگری را مثل خورشید روشن کنم، این شکوفایی شما به‌عنوان زندگی، در درون شماست. دید جدید پیدا می‌کنید، دید جدید فوراً زندگی شما را عوض می‌کند، فوراً، فوراً.



۲۵- آقای بیننده

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: می‌گویند آدم دانا باید با آدم نادان گردن راه بدهد. ولی هیچ موقع آدم نادان به آدم دانا که گردن راه نمی‌دهد. اگر این دانا هست که باید خودش را کوچک کند نسبت به نادان، که آن نادان را بتواند درست کند.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: آن وقت هم آقای شهبازی می‌گویند تو هر جور فکر کنی، همان جور هم برداشت می‌کنی. خداوند تو را کامل آفریده. می‌خواهی چپ بروی، راست بروی، دروغ بگویی، این‌ها همه دست خودت است.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: توی آن بهترین اعضای بدن چشم است. می‌گویند تو هزار رو هم که راننده باشی، جاده با تو حرف می‌زند.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: این است که از برنامه خوبتان استفاده زیادی می‌کنیم خداوکیلی. این است که مثل تو هنوز نیامده، تو مثل یک خورشیدی می‌مانی که همه درخت‌ها و گیاهان اول صبح که می‌شود رو به تو، به آن نور تو می‌چرخند. چون من می‌گویم اگر به حیوانات و درخت‌ها زبان داشتند، ما انسان‌ها را محکوم می‌کردند.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: این است که همیشه من می‌گویم آدم دانا باید خوب بودنش را نسبت به ضعیفه نشان بدهد، نه که سرش کلاه بگذارد.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: آری، خیلی خیلی خوشحال شدیم، من چند سالی نتوانستم تماس بگیرم. آقای شهبازی، یک برنامه‌ای بگذارید برای کسانی که امکانات ندارند. آدم‌های گم ما زیاد داریم، ولی این‌که یک تلفن داشته باشند، یا یک هزینه‌ای که بخواهند به شما زنگ بزنند نیست.

آقای شهبازی: بله، خب دیگر چکار باید بکنیم؟ چه جوری برنامه بگذاریم؟ چه برنامه‌ای بگذاریم؟ [خنده آقای شهبازی]

آقای بیننده: خب می‌گویم، این هم خب، بین هر کس می‌گویند طبق آن قدرتی که دارد می‌تواند حرکت کند. با حرف که نمی‌شود بروی آمریکا. یا باید مدرکش را داشته باشی یا پولش را.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: به‌رحال خوشحال شدیم، استفاده کردیم آقای شهبازی.



آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم. خدا حافظ شما.

آقای بیننده: ما وقتی عکس شما را می‌بینیم انرژی می‌گیریم.

آقای شهبازی: لطف دارید.

آقای بیننده: من زندگی‌ام را از شکست پا و دست کردم خب، یک جا کار می‌کردم، کار می‌کردم، استادم به من نگفت این‌جا کجا هست. بعد دو روزی دیدیم یک پیرمردی با پسرش دارد از آن‌جا رد می‌شود می‌رود، ما هم سر پا بودیم، یک پایمان لب دیوار بود، سلام هم دادیم. این بنده خدا رفت بابا را گذاشت توی ماشین و آمد. آمد گفت اخوی، بچه کجایی؟ گفتم بچه اراکم. گفت اراکی‌ها که این قدر بی‌معرفت نیستند. گفتم خب ما سلام دادیم. گفت ندانستی چه کسی بود از جلویت رد شد؟ گفتم نه، گفت یعنی تو دکتر حسابی را شناختی؟ گفتم نه. گفت الان توی آمریکا منتظر او هستند. این موضوع تمام شد تا کار ما خلاص شد. این پسر آقای دکتر حسابی به همه پاداش داد، به من نداد.

آقای شهبازی: صحیح.

آقای بیننده: بعد استادم گفت این بهترین کارگر من بوده، چرا به او ندادی؟ من برگشتم گفتم خدا را شکر که نداد. این درسی برای من شد که تا آخر عمرم به بزرگ‌تر خودم سلام بدهم، چون به او می‌رسم.

آقای شهبازی: خیلی خب.

آقای بیننده: به‌رحال حرف زیاد زدم.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم. با شما خدا حافظی می‌کنم.

آقای بیننده: من سواد ندارم یادداشت کرده باشم.

آقای شهبازی: اشکالی ندارد.

[خدا حافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]

۲۶- خانم بیننده از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: آقای شهبازی، من همان هستم که گفتم از فولادشهر زنگ می‌زنم، سواد ندارم، بعد که حالا خیلی چیزها هست که قانون جبران را رعایت می‌کنم، بعد خیلی چیزها یاد گرفتم. تا حالا که عمر کردم، مثل امسال من توی زندگی‌ام شاد نیستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: این قدر شاد هستم، این قدر شاد هستم که اصلاً نمی‌دانم توی بهشت هستم، کجا دارم زندگی می‌کنم بس که شاد هستم.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم بیننده: آن وقت آقای شهبازی این بیت‌هایی هم که یاد گرفتم، الان می‌خواهم برایت بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله.

خانم بیننده:

از خدا غیر خدا را خواستن
ظَنِّ افزونی ست و، کَلِّ کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

دم او جان دَهَدَتِ رُو ز نَفَخْتُ بپذیر
کار او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

دامنِ هر خار پُر از گُل کند
عقل دهد کَلُّ دیوانه را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۹)

بر دل من که جای توست، کارگه وفای توست
هر نفسی همی زنی زخمِ سِنان چرا چرا؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۰)



فلسفی، کو منکر حنانه است

از حواس اولیا بیگانه است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۸۰)

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نفس زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

می‌تند: از مصدر تنیدن، در این جا یعنی می‌گراید.

این‌ها را [صدا ناواضح] آقای شهبازی یاد گرفتم، دستتان هم درد نکند. ان شاء الله که سال خوب و با خیر و برکت باشد که این زندگی من را که مثل گلستان کردید.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: من چقدر شادم، من آقای شهبازی شصت و خرده‌ای سال است که انگار توی جهنم بودم، هم‌اش ناراحت بودم، هم‌اش دنبال دعوا می‌گشتم، هم‌اش دنبال حرف می‌گشتم. حالا تا می‌خواهم یک چیزی بگویم یک دفعه بدنم می‌لرزد، می‌گویم خدا به قربانت بروم این ذهن من را خاموش کن. من پناه می‌آورم به تو، خدایا من فقط تو را دارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: خدایا من تو را دارم و گریه می‌کنم و به سجده می‌روم، می‌گویم ای خدا تو آقای شهبازی را برای ما نگه‌دار که اگر آقای شهبازی نبود، ما همین‌طور با گناه می‌رفتیم آن دنیا. هیچ‌چیز بلد نبودیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: هیچ‌چیز توی این دنیا نمی‌فهمیدیم که چی به چی است. این زندگی الکی الکی این‌طوری، حالا درست است که بچه‌هایم را درست تربیت کردم، بچه‌هایم همه لیسانس گرفتند، تمام مهندس شدند و این‌ها، ولی برای خودم با من‌ذهنی بودم خودم، با بیچارگی بودم.

حالا خدا را شکر، خدا را شکر آقای شهبازی یک زندگی‌ای دارم به برکت مولانا و خدا و شما.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: این قدر زندگی‌ام خوب شده، این قدر زندگی‌ام خوب شده از نعمت، از همه‌چیز. قانون جبران را هم که اول ماه که می‌شود هم برای خودم هم برای شوهرم که رحمت خدا رفته جبران می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم بیننده: قربانتان بروم، الهی آقای شهبازی سال خوبی برایتان باشد، ان شاءالله که همیشه، الهی عمر من بیاید برای تو ان شاءالله.

آقای شهبازی: شما لطف دارید. [خنده آقای شهبازی] ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

آقای شهبازی: یادآوری کنم امروز تمام برنامه مال کسانی است که تا حالا زنگ نزدند یا خیلی وقت است زنگ نزدند. خواهش می‌کنم آن کسانی که مرتب زنگ می‌زنند، آن‌ها نزنند.

پیام‌های تلفنی

۲۷- آقای غفار از نیوزلند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای غفار]

آقای غفار: زنگ زدم که از شما سپاس‌گزاری کنم، و از همه بینندگان گنج حضور، خانواده گنج حضور که پیام‌های عالی دارند همه‌شان. برنامه شما خیلی در زندگی‌ام کار کرد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای غفار: همیشه گوش می‌کنم، توی ماشین، سر کار. بعد اصلاً شعری که خیلی به من کمک کرد که

احتمایا بر دواها سرور است زانکه خاریدن فزونی گر است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۰)

احتمایا، اصل دوا آمد یقین احتمایا کن قوه جان را ببین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۱)

احتمایا: پرهیز
گر: کچلی

اصلاً توی ده سال گذشته، اصلاً وزنم خیلی زیاد بود، [صدا ناواضح] این شعر، نه تنها در زندگی‌ام جاری شد [صدا ناواضح] از نوشابه خوردن پرهیز کردم، از همین چیزهایی، غذاهایی که به ضررم بود پرهیز کردم. اصلاً من سیزده کیلو آمدم پایین، وزنم پایین شد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای غفار: این هم اصلاً از برکت برنامه شما بود. اصلاً من خیلی وقت است من ذهنی اصلاً دست به کارهایی می‌زدم که به ضررم بود. و این ابیاتی شما که تعریف می‌کنید، قصه‌ها و داستان‌ها [صدا ناواضح] اصلاً مرا از بزرگان پیغام می‌گرفتم که من خود را به زمین اصلاً می‌زدم که آن عیب‌ها در درون من بود.

مصطفی فرمود: گر گویم به راست شرح آن دشمن که در جان شماست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۱)

زهره‌های پردلان هم بردرد نه رود ره، نه غم کاری خورد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۲)



پُردل: شجاع، دلیر، دلاور، باجرت

اصلاً این شعرها را که می‌خوانم، خیلی کمکم کردند.

که تو آن هوشی و باقی هوش پوش خویشتن را گم مکن یاوه مکوش (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۱)

هوش پوش: پوشاننده هوش

وقت برنامه شما را نمی‌گیرم. من خیلی دوستان دارم و سپاس‌گزارم که چنین برنامه‌هایی پخش می‌شود و برنامه شما ادامه دارد.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای غفار: ان شاء الله که ادامه داشته باشد همیشه که ما در زندگی خود گوش کنیم. فقط گوش کنیم، ان شاء الله همه چیز را گفته تمام، من نتیجه‌اش را دیدم فقط باید گوش کنم، نباید اصلاً در ذهن نتیجه معنوی‌اش باشم، ان شاء الله همه‌اش روشن می‌شود.

آقای شهبازی: عالی، عالی! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای غفار]



۲۸- خانم خدیجه از کرمانشاه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم خدیجه]

خانم خدیجه: اولین بارم است تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! چند سال است برنامه را می‌بینید؟

خانم خدیجه: من یک سال است برنامه را می‌بینم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم خدیجه: و واقعاً حالا اوایل یعنی خیلی متعهد نبودم، الآن بیشتر متعهد شدم خدا را شکر.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم خدیجه: یک سری قوانین برای خودم نوشتم. من خیلی نسبت به قبل تغییر کردم. اصلاً باورم نمی‌شود گرفته.

آقای شهبازی: خب بله امروز دیگر مال شماست.

خانم خدیجه: بله، ببخشید. من یک سری قوانین برای خودم نوشتم که دوست داشتم بخوانم برای شما.

آقای شهبازی: بفرمایید، حتماً. بله، بله.

خانم خدیجه: من اولین قانونی که خیلی مهم است برایم، این است که هر لحظه روی خودم تمرکز کنم. کاری به دیگران نداشته باشم. من یک خواهر کوچک‌تر از خودم داشتم که از قضا توی سن حساس نوجوانی هم بودند، خیلی به او به اصطلاح حالا می‌گوییم گیر می‌دادم و ایراد می‌گرفتم که تو باید این کار را بکنی، آن کار را نکنی، نمی‌دانم، این باعث می‌شد که روزبه‌روز بدتر بشود حال ایشان.

هر روز روزی چند بار قانون‌ها را چک می‌کنم و فراموش نمی‌کنم. ناظر بر افکار درون ذهن خودم هستم و آن‌ها را می‌نویسم بعضی مواقع. این‌که ابیات را تکرار کنم، من اوایل که برنامه را گوش می‌دادم درک نمی‌کردم چرا باید ابیات را تکرار کنم، اما الآن خیلی متوجه شدم که این ابیات باید روی من پیاده بشود، ببینم چه چیزی به من می‌گویند و در درون من باز بشود.

یک بیتی که چند وقت اخیر خیلی‌خیلی دوست داشتم و خواندم، این بیت بوده که

صورتی را چون به دل ره می‌دهند

از ندامت آخرش ده می‌دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



خانم خدیجه: و هر لحظه یادآوری می‌کنم که من برای این به دنیا آمدم تا چراغ خودم را روشن کنم و تنها مسئولیت من این است، و کاری به کسی ندارم. از هر لحظه و قتم استفاده می‌کنم. وقتم را سعی می‌کنم تلف نکنم. و هر لحظه نگاه می‌کنم و دقت می‌کنم ببینم که یوسفیت خودم را به چه چیزی می‌فروشم و این کار را نکنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم خدیجه: خیلی ممنون. یک بیتی هست که من خیلی دوست دارم، در مورد همین «وقت».

وقت، تنگ و می‌رود آب فراخ
پیش از آن کز هجر گردی شاخ، شاخ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۰)

شهره کاریزی ست پُر آب حیات
آب کش، تا بردمد از تو نبات
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۱)

کاریز: قنات، آب رو، مجرای آب در زیر زمین. در اینجا منظور چشمه و جویبار است.

آب خضر از جوی نطق اولیا
می‌خوریم ای تشنه غافل، بیا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۲)

گر نبینی آب، کورانه به فن
سوی جو آور سبو، در جوی زن
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۳)

چون شنیدی کاندین جو آب هست
کور را تقلید باید کار بست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۴)

آقای شهبازی: آفرین! عالی، عالی!

خانم خدیجه: و هر چیزی، هر کسی در این لحظه مهمان من هستند و من باید به خوبی و با روی خوش پذیرایی کنم تا پیغام زندگی را بگیرم. و آنصتا خیلی خیلی مهم است.

آنصتا را گوش کن، خاموش باش
چون زبان حق نگستی، گوش باش
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)



آنصتوا: خاموش باشید.

و یک بی‌تی که دیگر آخرین بی‌تی که می‌خوانم:

هر که بُوَد عاشقِ خود پنج نشان دارد بَد سخت دل و سُسْت قدم، کاهِل و بی‌کار و تُرُش (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۱۹)

کاهِل: تنبیل، سُسْت

که همه‌شان توی من بودند واقعاً. کاهل بودم. سست قدم بودم. ان شاء الله که از این به بعد متعهد باشم استاد.

آقای شهبازی: عالی، عالی! آفرین، آفرین!

خانم خدیجه: ممنونم. وقت برنامه را نمی‌گیرم. من هی زنگ می‌زدم دوباره برمی‌گشتم، چون من با گوشی می‌بینم، تلویزیون ماهواره نداریم. با گوشی می‌بینم، هر لحظه می‌رفتم پیغام بچه‌ها را گوش می‌دادم، دوباره برمی‌گشتم و می‌دیدم چقدر پیغامشان خوب است. بعضی موقع‌ها پشیمان می‌شدم که من زنگ بزنم. من که چیز خاصی ندارم بگویم، ولی تماس گرفتم و یک‌هو گرفت. خیلی خوشحال شدم.

آقای شهبازی: آفرین! ممنونم. این موبایل آپ (app) را استفاده می‌کنید نه؟

خانم خدیجه: بله، من هم آپ را استفاده می‌کنم، هم تلگرام برنامه‌ها را دانلود (download) می‌کنم و می‌بینم. اوایل می‌رفتم سایت، ولی الان آپ خیلی بهتر است، به‌نظر من البته، شاید من از سایت بلد نبودم استفاده کنم. تلگرام هم خیلی خوب است، واقعاً من از همه کسانانی که این پیام‌ها را می‌گذارند و کسانانی که فایل‌ها را به پی‌دی‌اف (pdf) تبدیل می‌کنند این برنامه‌ها را، خیلی ممنونم واقعاً. من از پی‌دی‌اف‌ها هم پرینت می‌گرفتم و استفاده می‌کردم. خیلی ممنونم. [تماس قطع شد].

آقای شهبازی: آفرین! ممنونم. عالی! خداحافظی می‌کنم با شما. قطع شدند.

۲۹- خانم زهرا از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهرا]

خانم زهرا: سال نو را به شما تبریک می‌گویم، واقعاً خوشحالم، امشب شما به ما عیدی دادید، به ما که بار اولی بودیم به‌رحال نمی‌شد، سخت بود همیشه تماس گرفتن، عیدی خیلی قشنگی به ما دادید، ممنونم از شما.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید.

خانم زهرا: من حقیقتاً فقط زنگ زدم که قانون جبران را رعایت کنم، چون همیشه حقیقت‌اش یک‌خرده می‌ترسیدم زنگ بزنم می‌گفتم خب این قدر دوستان پیام‌های قشنگی می‌گذارند و صحبت می‌کنند من واقعاً فکر می‌کردم چیز خاصی ندارم که بگویم، ولی خب گفتم به‌رحال شما که این محبت را کردید امشب به ما، من هم باید حتماً قانون جبران را رعایت کنم و تماس بگیرم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم زهرا: زهرا هستم از تهران تماس می‌گیرم البته خودم را معرفی کنم. ضمن تشکر از شما و همه عزیزانی که پیام می‌گذارند، دست‌اندرکاران این برنامه. من یک نکته را می‌خواستم بگویم آقای شهبازی عزیز و آن این است که این پیام‌ها واقعاً فوق‌العاده است، یعنی این پیام‌های معنوی، چه تو کانال تلگرام، چه پیغام‌های تلفنی واقعاً برای من، البته جسارت نباشد آن به اصطلاح درس‌های شما که جای خود دارد واقعاً، برنامه‌های زنده شما که خودتان اجرا می‌کنید ولی این‌ها هم واقعاً کم از آن نیست.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم زهرا: من چون خودم پرستار هستم یعنی بوم البته الآن چند سالی هست که کار نمی‌کنم، ولی خب تئوری‌ها و آموزه‌هایی که به ما می‌دهند این‌ها خیلی ارزشمند است، ولی وقتی این‌ها را می‌خواهیم روی به اصطلاح خودمان کار کنیم و به عمل دربیآوریم می‌بینیم یک‌سری چالش‌ها در برابر ما هست.

وقتی دوستان می‌آیند از تجربیاتشان به ما می‌گویند این خیلی به ما کمک می‌کند. من واقعاً بارها شده یک مشکلی را می‌بینم هم خودم داشتم و هم دیگران، وقتی می‌آیم توی آن چالش آن ابیاتی که به آن‌ها کمک کرده، راه‌کارهایی که برای ما باز می‌کنند آن‌جا صحبت می‌کنند می‌بینم چقدر به من کمک می‌تواند بکند، علاوه بر آموزه‌های خود شما و آموزه‌های مولانا که برای ما توضیح می‌دهید، ولی این‌که دوستان می‌آیند پیام‌هایشان را می‌گذارند خیلی خیلی کمک کننده است.

من واقعاً از همه تشکر می‌کنم. واقعاً زنگ زدم که این را بگویم هم از شما هم از ایشان تشکر بکنم و نمی‌خواهم زیاد وقت برنامه را بگیرم من حقیقت‌اش می‌گویم اصلاً هول شدم هیچ متنی هیچ چیزی نداشتم فقط خواستم به‌لحاظ قانون جبران تماس بگیرم.

فقط یک غزلی را که من خیلی دوست دارم، خیلی به من کمک می‌کند و تکرار می‌کنم اگر اجازه بدهید در پایان من این را چند بیت‌اش را بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله، بله.

خانم زهرا: غزل ۲۵۹، برنامه ۹۹۶.

پیش‌کش آن شاه شکرخانه را

آن گهر روشن دُرَدانه را

آن شه فرخ‌رخ بی‌مثل را

آن مه دریادل جانانه را

روح دهد مُرده پوسیده را

مهر دهد سینه بیگانه را

دامن هر خار پُر از گل کند

عقل دهد کله دیوانه را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۹)

پیش‌کش: پیش بیاور

شکرخانه: بسیار شیرین

دُرَدانه: دانه مروارید

فَرخ: مبارک، زیباروی، نیک

روح دهد، مهر دهد، عقل دهد، روح دهد، مهر دهد، عقل دهد. خداوند هر لحظه آقای شهبازی می‌خواهد به ما روح بدهد،

مهر بدهد و عقل. [همراه با گریه خانم زهرا]

آقای شهبازی: آفرین.

خانم زهرا: ولی متأسفانه خود من، خود من مانع می‌شوم هر لحظه. من از شما و همه عزیزانی که صدای من را می‌شنوند یک تقاضای عاجزانه دارم و آن این است که با نفس گرم‌تان دعا کنید برای من که من مانع خداوند نشوم که هر لحظه می‌خواهد به ما روح بدهد، عقل بدهد، مهر بدهد از هر طریقی. امیدوارم که هیچ‌وقت من مانع نشوم، مانع خداوند نشویم، هیچ‌کدام از ما.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهرا: خیلی ممنونم از این‌که این فرصت را به من دادید. بیشتر از این مزاحمتان نمی‌شوم، ان‌شاءالله همیشه سالم و تندرست باشید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم، عالی! شما هم همین‌طور.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهرا]



۳۰- سخنان آقای شهبازی

محض اطلاعاتان این پیغام‌های معنوی که در تلویزیون پخش می‌شود نیم‌ساعته، این‌ها همه پیغام‌های مردم است با صدای خودشان می‌خوانند.

این پیغام‌ها بسیار بسیار مهم هستند، این‌ها را جدی بگیرید شما.

همین‌طور پیغام‌هایی که مردم در تلفن‌ها می‌دهند من جای شما باشم دفتر می‌گیرم، یک قلم و کاغذ و همین‌طوری نُت [note] یادداشت برمی‌دارم.

شعرهایی که مردم می‌خوانند شما یادداشت کنید بعداً تکرار کنید، اگر کاملاً نمی‌خوانند بعضی‌ها یک قسمت کوچکی را می‌خوانند می‌توانید از وبسایت گنج نما (ganjnama.com) که مرتب نشان می‌دهم که این وبسایت را ما درست کردیم، بروید قسمت مولانا و این را سرچ کنید، جست‌وجو کنید شعر کامل را پیدا کنید از روی آن یادداشت کنید. یادداشت کنید بنویسید و ببینید که مردم از این ابیات چه‌جوری استفاده می‌کنند و کجای زندگی‌شان را درست می‌کنند، چه اشکالاتی را که دارند و درست کردند شما هم همان اشکال را در خودتان پیدا کنید درست کنید.

در تلگرام یک کانالی هست به نام پیغام‌های معنوی (spiritual messages) انگلیسی هم نوشته، آن‌جا پیغام‌های مردم می‌آید مرتب گذاشته می‌شود مثل یک فیلم می‌بینی هی رد می‌شود شما می‌توانید بخوانید این‌ها را، این‌ها را مردم از پیشرفت‌های خودشان می‌نویسند و ما هم آن‌جا پست می‌کنیم شما می‌توانید ببینید.

توجه می‌کنید، شماها همه‌تان خردمند هستید، حالا آن کسانی که واقعاً دوست دارند خودشان را بیان کنند یک چکیده‌ای یک خلاصه‌ای از برداشت خودشان را به زبان ساده، ساده می‌نویسند به درد شما می‌خورد.

پیغام‌های مردم را که موضوع را فهمیده‌اند و روی خودشان کار کرده‌اند و فضا را باز کرده‌اند زندگی‌شان را درست کرده‌اند شما قشنگ می‌بینید مردم پیشرفت کرده‌اند، خب دست کم نگیرید کمک بگیرید، شما هم درست کنید خودتان را.



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: سال نوتان هم مبارک.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

آقای بیننده: من قبل از این‌که تماس متصل بشود، چیز بودم، دنبال این بودم که به یک نحوی خودم را ریلکس (آرام relax) کنم. گفتم آقای شهبازی همیشه می‌گوید، دوتا نفس عمیق بکش، ولی ما موفق نشدیم و سه تا نفس عمیق هم بکشیم. [خنده]

آقای بیننده

آقای شهبازی: بله، نفس عمیق بکشید، بله با صبر و حوصله صحبت کنید. با تأمل، عجله نکنید.

آقای بیننده: به امید خدا، خواهش می‌کنم، قربان شما. و البته من خیلی وقت است، حول و حوش پانزده سال پیش من ایران بودم. اصلاً من موسیقی اصیل گوش می‌دادم آقای شهبازی. نمی‌دانم شبکه شما چه بود، در روز یک ساعت برنامه داشتید، پی دی اف بود، اف دی اف؟ من از طریق آنتن ماهواره نگاه می‌کردم. آری بعد ما همین موسیقی که گوش می‌دادیم، شما که آمدید، گفتیم بابا این بنده خدا آمد حالا این موسیقی از دست ما رفت. ما بیشتر به موسیقی توجه داشتیم تا صحبت خود شما.

آقای شهبازی: درست است، بله.

آقای بیننده: بعد همان عاملی شد، همان موسیقی یواش‌یواش گفتیم بگذاریم بینم این دوستان چه می‌گوید، حرفش چیست، آقا دیگر از آن موقع دیگر گرفتار شما شدیم. [خنده آقای شهبازی]، دیگر سخت هم هست دست بکشی آقای شهبازی.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

آقای بیننده: خدا شاهد بعضی موقع‌ها می‌گوییم، همه چیز ما کتابی خواندیم آقا، همه چیزها آزمایش‌های دنیایی، به قول معروف اتفاقات، آرزوها، همه را آقا به دنبالش بودیم، آقا به چه نحوی مثلاً به چه حدی، کمالی برسیم آقا ولی گرفتار شما شدیم دیگر حقیقتاً نه راه پس داریم نه راه پیش. [خنده آقای شهبازی]

می‌گویم یک نقطه‌ای هست که وقتی وصل بشوی دیگر آقا نمی‌توانی، هرچند هم بیراهه هم بروی، دوباره، چون همان جنسی شما گفتم مشاهده‌گر می‌شوی، این را دیگر حقیقتاً آقا. به هر حال من اولین بار است بعد از چهارده پانزده سال، من الآن دوازده سال است آمریکا هستم. آری قسمت شد برای اولین بار با شما هم‌کلام بشویم. ولی آقا درعین حال فقط لب کلام این بود که آقا مسیر زیبایی است یعنی این‌که حقیقتاً معنای وجود، معنای هستی.



آقا خیلی مثلاً افتخار می‌کردیم به گذشته‌مان، به کشورمان، به پرچمان، به خیلی چیزها مثلاً به زبانمان، به ملیتمان، غرق، یا حتی به یک فوتبالیست خاص عاشقش بودیم، عکس‌هایش، حتی به یک تیم خاص، ولی بعد که این برنامه شما به مرور زمان ما کار کرد روی ما، حقیقتاً رها شدیم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: گفتیم درون خودت همه این‌ها پیدا می‌شود، ولی مهم این است که با عشق باشد به قول معروف. می‌گویم که یک برنامه‌ای هست که نه می‌شود بی‌اناً توضیحش بدهی، زبناً هم قابل، فرمایش شما این است که مثلاً بروی آقا یک مدرک دکتری بگیرد یا داروی خاصی به شما تجویز کنند. در هر حال آقا توی این مسیر موفق باشی، هدف آقا تشکر بود.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم. لطف فرمودید.

آقای بیننده: برنامه‌ای که دارید به هر صورت، من به آن دوستانی که سعادت دارند، یعنی به نوعی من خودم اصلاً خیلی، اصلاً می‌گویم که موسیقی اصیل گوش می‌دادم، شما صحبت می‌کردید، می‌گفتم بابا این صحبت بنده‌خدا مانع از گوش دادن این موسیقی است. **[خنده آقای شهبازی]** شاید هم موسیقی هم خودش یک چیزی بود، یک دامی بود که ما را گرفتار کرد. توی برنامه خود شما موسیقی پخش می‌شد. یک شبکه‌ای بود حالا دقیقاً پی دی اف، یک جور اسمی داشت.

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای بیننده: آقا درعین حال من می‌گویم که دیگر خیلی صحبت کردم. دوست دارم شعری بخوانم، چیزی ولی همین خودش، ولی این خودش، برنامه‌تان همه‌چیز گویا هست، همه‌چیز می‌گوید، آقا روز خوبی داشته باشید، موفق و مؤید باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]

◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇

۳۲- خانم اعظم از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اعظم]

خانم اعظم: تشکر می‌کنم واقعاً جناب شهبازی از زحماتتان، از این انرژی‌ای که متصاعد می‌کنید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم اعظم: این ارتباطی که می‌گیرید و به ما انتقال می‌دهید. تشکر می‌کنم از همه عزیزان گنج حضوری. این آقا هم نمی‌دانم اسمشان چه بود، خیلی جالب بود واقعاً اشک می‌ریختند و صحبت می‌کردند و می‌گفتند عاشق شما هستند. و تک‌تک واقعاً عزیزان گنج حضوری تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: لطف دارید.

خانم اعظم: خواهش می‌کنم.

علتی بتر ز پندار کمال نیست اندر جان تو ای دودلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

«پندار کمال» می‌تواند این باشد که به اصطلاح دوست داریم هر کاری را کامل انجام بدهیم و تا صد نباشد لذت نمی‌بریم، از مسیر لذت نمی‌بریم، کلاً احساس وجود نمی‌کنیم، احساس بودن نمی‌کنیم، چون می‌خواهیم برسیم مدام به یک چیز بالاتر و بالاتر. و این خیلی خطرناک است، حس بودن را از ما می‌گیرد.

«پندار کمال» به اصطلاح می‌تواند این باشد که باید یک باشم، می‌تواند این باشد که دیگران باید یک باشند. و علت به وجود آمدن آن، حالا آن چیزی که روان‌شناس‌ها می‌گویند، می‌گویند گاهی مسئولیت‌پذیری سریع‌تر از مثلاً آن زمانی که ما باید آن مسئولیت را بپذیریم. حتی گاهی ممکن است از بچه خودمان در کودکی تعریف بکنیم، تعریف‌های بی‌جا، مثلاً چقدر تو خوب کارهایت را انجام می‌دهی. آن بچه در ذهنش مجبور است که همیشه خوب کارها را انجام بدهد و مسئولیت زیادی را می‌پذیرد از همان کودکی، به امید این‌که کامل باشد کارش. و این خطرناک است، یعنی هر چقدر هم موفق باشی، چون که به اصطلاح:

در تگ جو هست سرگین ای فتی گر چه جو صافی نماید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

هر چقدر هم ظاهراً موفق باشی، نمونه‌هایش را زیاد می‌بینیم، ولی چون احساس این داری که نقص نداشته باشی، احساس شرم نداشته باشی، بنابراین اضطراب می‌گیرد انسان را. با این‌که به موفقیت رسیده، ممکن است دچار اضطراب بشود، احساس وجود نمی‌کنی وقتی این‌گونه باشد.



و ممکن است که پندار کمال دل‌نشین بی‌توجهی والدین باشد، حالا ممکن است تحصیل کرده هم باشند، به‌خاطر کار زیادشان یا بی‌توجهی به‌خاطر فرزندان زیاد یا فرزندانی را نمی‌خواهند ولی به دنیا می‌آید و توجه کافی نمی‌دهند. و این به آن می‌گوییم محرومیت هیجانی، یعنی فرد هیجان کافی، عشق کافی دریافت نکرده و به اصطلاح افسردگی دارد، با این‌که موفق است، افسردگی دارد. و نمونه‌هایش را داریم، افرادی که موفق هستند ولی دچار افسردگی هستند، در رده‌های بالا هم خیلی می‌بینیم.

بعد یک مسئله هم به اصطلاح این هست که ارتباطی که می‌گیریم، نگاهی که می‌کنیم به دیگران، نقصی که در دیگران می‌بینیم، بسیار خطرناک است و در خودمان.

و خیلی قشنگ فرمودید، فکر کنم همین برنامه ۱۰۰۱ بود، که فرمودید واقعاً وقتی در حضور باشی تمام مشکلات قابل تحمل است. یعنی تمام سختی‌ها آن سختی‌شان ذوب می‌شود، آب می‌شود و هیچ‌چیز سختی نیست وقتی در حضور باشیم، وقتی که افکار بریزد، سکوت غلبه کند و فضا داری ایجاد بشود.

خیلی ممنونم از شما بزرگوار.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! خواهش می‌کنم، ممنون از شما که زنگ زدید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اعظم]

۳۳- خانم الهه از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الهه]

خانم الهه: سال نو شما مبارک.

آقای شهبازی: ممنونم، برای شما هم همین‌طور.

خانم الهه: خیلی متشکرم. استاد، من یک متنی آماده کردم، خواستم اگر ممکن است بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله، بله.

خانم الهه: ببخشید یک کم هیجان‌زده شدم. استاد، متن من در مورد حادث بودن چیزهایی است که ذهنمان نشان می‌دهد.

آقای شهبازی: بله، بله، چه موضوع خوبی!

خانم الهه: بله، خیلی ممنونم، از آموزش‌های شما است. الهی شکر که استاد برنامه از ۱۰۰۰ گذشت و این سعادت را من داشتم که همراه با این برنامه باشم. استاد، الان دیگر من وارد سال دوم شدم که همراه برنامه هستم، گنج حضور را دنبال می‌کنم و خدا را خیلی شکر می‌کنم.

آقای شهبازی: بله، راضی هستید پس پیشرفت هم کردید، درست است؟

خانم الهه: بله، الهی صدهزار بار شکر، من چند بار هم تماس گرفتم با شما. استاد، خب چالش‌ها خیلی زیاد بود توی این مدت. این رعایت قانون جبران خیلی به من کمک کرد. خیلی‌ها بودند که می‌خواستند که من را یک جووری از مسیر منحرف کنند، یک جووری من را خارج کنند مثلاً بکشانند به سمت آموزش‌های ذهنی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: ولی استاد این ثباتی که من داشتم احساس می‌کنم دلیلش رعایت قانون جبران بود.

آقای شهبازی: بله بله، کاملاً.

خانم الهه: که من هیچ‌جوره از این برنامه جدا نشدم یعنی هیچ‌کس نتوانست من را بکشد ببرد.

آقای شهبازی: آفرین! عالی، عالی! بفرمایید.

خانم الهه: بله، بله، هر چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد حادث است یعنی جدید است، فناپذیر است و به ما کمکی نمی‌کند. مرکز ما را در انجماد و انقباض و جسمیت نگه می‌دارد، ولی مهم ندانستن این حوادث باعث می‌شود خودبه‌خود این جنس سکون و سکوت ما باز بشود که اصل ما است. اگر این سکون و سکوت نباشد، این بدن اداره نمی‌شود، خداگونگی ما است.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم الهه:

لطف سابق را نظاره می‌کنم هرچه آن حادث، دوپاره می‌کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۱)

حادث: تازه پدیده آمده، جدید، نو

ما بر اساس حادث‌ها من‌ذهنی ساختیم، من‌ذهنی ما نیستیم و چیزهایی که من‌ذهنی ساخته عارضی است یعنی تحمیلی است. مثلاً وقتی با چیزها همانیده می‌شویم به درد منجر می‌شود مثل رنجش. از کسی چیزی می‌خواهیم، به ما نمی‌دهد، این خواستن‌های پی‌درپی باعث می‌شود این رنجش به‌وجود می‌آید و در ما رسوب می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: رنجش عارضی است. حالا مولانا می‌فرماید که اگر کسی دچار عوارض حادث است، تربیت روی او اثر دارد، کلمه «رایض» را به‌کار می‌برد. بهترین تربیت‌کننده ما خداوند است و تکرار ابیات مولانا.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: ما باید فضا را باز کنیم، مرکزمان عدم بشود، عدم جنس اصلی ما است که از مشخصه‌هایش بی‌نهایت و ابدیت است، فراوانی و فراوانی‌اندیشی، بی‌نیازی و رواداشت شادی و زندگی به خودمان و به دیگران است.

آقای شهبازی: بله.

خانم الهه: در دفتر دوم می‌فرمایند که

گر بروید، ور بریزد صد گیاه

عاقبت بروید آن کشته‌آله

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۷)

کشت نو کارید بر کشت نخست

این دوم فانی‌ست و آن اول درست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۸)

کشت اول کامل و بگزیده است

تخم ثانی فاسد و پوسیده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۹)

می‌گوید اگر توی دام، دام دیگر نهادیم، من‌ذهنی، همانیدگی‌ها را کاشتیم، همه این‌ها می‌ریزند و هی ما دوباره جایگزین می‌کنیم. عاقبت آن چیزی که خداوند کاشته که همان بی‌نهایت و آست خودش است، آن می‌روید.



آقای شهبازی: بله.

خانم الهه: و یک دو بیت دیگر هست که می‌فرمایند:

کار، آن دارد که پیش از تن بدهست
بگذر از این‌ها که نو حادث شدهست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۱)

کار، عارف راست، کاو نه احوال است
چشم او بر کشت‌های اول است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۲)

احوال: لوچ، دو بین

از دفتر دوم.

آقای شهبازی: «بر کشت‌های اول است»، بله.

خانم الهه: یعنی کسی کارش مؤثر است که با آن عنصری انجام می‌دهد که قبل از این تن بوده یعنی خدایت ما. انسان عارف «احوال» یعنی دو بین نیست، من‌ذهنی نمی‌سازد و من‌ذهنی منعکس نمی‌کند برای یکی دیگر با سبب‌سازی. به آلت و بی‌نهایت زنده است که همان کشت اول است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: بله، و در انتها مولانا از زبان خداوند می‌گوید. استاد، این دو بیت خیلی روی خودم تأثیر گذاشته از غزل ۱۷۲۳، می‌فرمایند که

نیم ز کار تو فارغ، همیشه در کارم
که لحظه لحظه تو را من عزیزتر دارم

به ذات پاک من و آفتاب سلطنتم
که من تو را نگذارم، به لطف بردارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳)

فارغ: آسوده، در اینجا یعنی ناآگاه

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: بله استاد، در توصیف این‌همه زحمات عاشقانه و از خود گذشتگی شما که فقط لطف خداوند به ما است، می‌توانم بگویم که



زهی لطیف و ظریف و زهی کریم و شریف

چنین رفیق ببايد طريق بالا را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۲)

طریق بالا: راه و منازل سلوک به سوی حق تعالی

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: بله، استاد یک دو بی‌تی هم که خیلی در مورد ترس‌هایم به من کمک کرده و این روزها یعنی یک مدتی هست که من خیلی تکرارشان می‌کنم این است که، ببخشید!

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، عجله نکنید.

خانم الهه: بله، ممنونم. می‌فرمایند که، ببخشید چقدر هول شدم.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید. شما این همه صحبت کردید هول نشدید، می‌گویم این همه صحبت کردید هول نشدید آخ‌رسر هول شدید؟ خب این را اول هول می‌شدید. [خنده آقای شهبازی]

خانم الهه: [خنده خانم الهه] آره این بیت استاد در ترس به من خیلی کمک کرده که می‌فرمایند که، ای خدا! آخ معذرت می‌خواهم.

آقای شهبازی: یادتان رفت، نه؟

خانم الهه: خیلی استاد من این را تکرار می‌کنم.

آقای شهبازی: اگر یادتان نیفتاد، پس از قطع کردن تلفن خودتان را ملامت نکنید چرا یادم نیفتاد، چون بلافاصله بعد از این که قطع می‌کنید یادتان خواهد افتاد.

خانم الهه: درست است، درست است [خنده خانم الهه]. استاد، واقعاً تبریک می‌گویم که برنامه از ۱۰۰۰ گذشت. خیلی یعنی استاد شما خیلی کار بزرگی کردید، هیچ‌چوره ما نمی‌توانیم این زحمات شما را جبران کنیم، ان شاء الله که بتوانیم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. کار خوب و اصلی را شما می‌کنید که روی خودتان کار می‌کنید. این کار واقعاً باید به حساب بیاید، شما باید به حساب بیاورید. شما خیلی لطف می‌کنید برای این که اگر شما کار نمی‌کردید، این زحمات ما هم واقعاً هدر می‌شد، این برنامه برای شماست. بله بفرمایید.

خانم الهه: استاد، ماشاءالله، جان! بفرمایید، بفرمایید.

آقای شهبازی: می‌گویم برنامه را برای شما پخش می‌کنیم، این همه زحمت برای شماست. اگر شما کار کنید روی خودتان، متعهد باشید، درواقع زحمات همه ما را به نتیجه رساندید، چون هدف ما فقط آن است که شما با استفاده از این دانش، زندگی‌تان را درست کنید ولی این مستلزم کار است، مستلزم قانون جبران است.

خیلی‌ها خب باز هم به حرف من ذهنی‌شان گوش می‌دهند که پندار کمال دارد، می‌گویند اولاً که من هیچی‌ام نیست، ثانیاً هم اگر هم باشد خیلی جزئی است، بعد آن موقع همان جزئی را هم که جزئی نیست خیلی زیاد است، با مختصر به اصطلاح کوشش باید بتوانم درست کنم.

خانم الهه: درست است.

آقای شهبازی: این نظرها و عقاید غلط است، باید کار کنید. اگر شما اشکال در زندگی خودتان می‌بینید، هر کسی، هیچ من ذهنی نیست که اشکال در زندگی خودش به وجود نیآورد. مثلاً آدم که فرض کن که بیست سالش می‌شود، بیست و پنج سالش می‌شود ممکن است برود سر کار، کار خودش را خراب می‌کند. اگر دیدید کارتان خراب دارد می‌شود، پیشرفت نمی‌کنید، تقصیر خودتان است، تقصیر من ذهنی‌تان است.

اگر ازدواج کردید، دیدید که پس از دو سه ماه که از به قول معروف عروسی گذشت و آن زندگی واقعی شروع شد، دیدید دارید بحث و جدل می‌کنید، دعوا می‌کنید و درد است دارد واریز می‌شود به این رابطه، بدانید تقصیر خودتان است، تقصیر من ذهنی‌تان است، تقصیر همسرتان نیست. **[خنده آقای شهبازی]**

خانم الهه: بله، و استاد چقدر پذیرش این موضوع سخت است!

آقای شهبازی: خب دیگر، پندار کمال است، برای این که ما می‌گوییم من که چیزی‌ام نیست! خب تمام شد رفت! شما که چیزی‌تان نیست! **[خنده آقای شهبازی]** پس این همه مسئله‌سازی را، دشمن‌سازی را، مانع‌سازی را، نمی‌دانم فضا ننگشودن و کارافزایی را چه کسی می‌کند؟

خانم الهه: دقیقاً خودمان استاد، من اتفاقاً چقدر همیشه کارافزایی می‌کردم، حتی الان هم احساس می‌کنم که این کار را دارم انجام می‌دهم ولی خب خیلی کمتر شده، خیلی کمتر شده، خدا را صد هزار بار شکر.

استاد آن دو بیتی که من در می‌دانید مواجه می‌شوم با ترس‌هایم و این که می‌بینم و احساس می‌کنم که می‌توانم به آن غلبه کنم این است که می‌گوید:

تو همه طمع بر آن نه، که در او نیست امیدت
که ز نومیدي اول تو بدین سوی رسیدی

تو خمش کن، که خداوند سخن بخش بگوید
که همو ساخت در قفل و همو کرد کلیدی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۲۰)

که همان برگردد به فضاگشایی دیگر.

آقای شهبازی: بله، آفرین! این همان دو بیتی بود که یادتان رفته بود؟ **[خنده آقای شهبازی]**



خانم الهه: بله استاد، این در مورد ترس‌هایم خیلی به من کمک کرده.

آقای شهبازی: خیلی خوب، یک بار دیگر بخوانید پس.

خانم الهه: چشم، چشم.

تو همه طَمَع بر آن نه، که در او نیست امیدت
که ز نومیدي اوّل تو بدین سوی رسیدی

تو خُمُش کن، که خداوند سخن بخش بگوید
که همو ساخت در قفل و همو کرد کلیدی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۲۰)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم الهه: یعنی این همان برمی‌گردد به فضاگشایی دیگر.

آقای شهبازی: عالی! بله، عالی، عالی! آفرین!

خانم الهه: استاد، این در برابر ترس‌هایی که من داشتم، ترس‌های کوچک تا بزرگ زندگی‌ام، حالا نه همه‌شان ولی خیلی به من کمک کرده. من توانستم تا یک حدی با ترس‌هایم روبه‌رو بشوم، یعنی از آن‌ها فرار نکنم، مواجه بشوم با ترس‌هایم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم الهه: و استاد همین‌جوری توی ذهن من ادامه‌اش این می‌آید وقتی که این‌ها را تکرار می‌کنم این دو بیت را، این می‌آید که

آنچه گوید نَفَس تو کاین جا بد است
مَشَنَوَش، چون کار او ضد آمده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶)

تو خلافت کن که از پیغمبران
این چنین آمد وصیت در جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۷)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: استاد، این خودش دنبالش برای من می‌آید، آن دو بیت را که می‌خوانم این‌ها همین‌جوری خودش می‌آید.

آقای شهبازی: بله، بله، بله! شما گفتید چند سال دارید؟ چند سال دارید؟



خانم الهه: من استاد از سی و هشت سالگی دارم برنامه را دنبال می‌کنم، الآن چهل سالم است.

آقای شهبازی: چهل سال، خیلی سن خوبی خانم برنامه را گوش کردید دیگر، شروع کردید، موفق باشید.

خانم الهه: من واقعاً استاد جان نمی‌دانید، این قدر من خرابکاری توی زندگی‌ام زیاد داشتم و این قدر پندار کمال داشتم، خب می‌گفتم تقصیر من نبوده که، همه را مقصر می‌دانستم جز خودم. می‌گفتم من پدر و مادرم تقصیرکار بودند، همه دوستانم تقصیرکار بودند به جز خودم. ولی الآن می‌بینم نه! این پندار کمال من بوده، این خودبزرگ‌بینی من بوده، منیت من بوده، من ذهنی من بوده که این‌جوری کرده با من، با زندگی من این‌جوری کرده.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خب.

خانم الهه: خدا را صد هزار بار شکر.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

خانم الهه: وجودتان پُر از خیر و برکت است، ان‌شاءالله که همیشه سلامت باشید که هستی استاد.

آقای شهبازی: ممنونم، شما هم همین‌طور.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الهه]



۳۴- خانم بیننده از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: سال نوتان مبارک.

آقای شهبازی: ممنونم. خواهش می‌کنم. برای شما مبارک باشد.

خانم بیننده: زنده باشید. سلامت باشید. آقای شهبازی یعنی من اصلاً فکر نمی‌کردم، الان یک نیم ساعتی است دارم

همین جووری شماره را می‌گیرم تا گرفت. خیلی هم هول شدم. [خنده خانم بیننده]

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] خب الان خدا کند پشیمان نشود که گرفته‌است.

خانم بیننده: آری و از اصفهان زنگ می‌زنم. بعد

آقای شهبازی: پشیمان که نشدید؟

خانم بیننده: صدایتان دارد قطع و وصل می‌شود.

آقای شهبازی: می‌گویم که نمی‌گویید که چرا گرفت، ای کاش نمی‌گرفت! [خنده آقای شهبازی]

خانم بیننده: [خنده خانم بیننده] آدم فکر نمی‌کند که این قدر هول می‌شود من که خیلی هول شدم.

آقای شهبازی: آخر بعضی از شما زنگ می‌زدید می‌گویم خب بفرمائید، می‌گویید من فکر نمی‌کردم بگیرد. خب بابا یک دفعه

ممکن است بگیرد خب تلفن [خنده آقای شهبازی] من پیغامی ندارم، فکر نکردم.

خانم بیننده: خیلی خوشحالم که باهاتون صحبت می‌کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم بیننده: ممنون از برنامه‌های خوبتان. واقعاً من دارم استفاده می‌کنم از برنامه‌تان. خیلی مفید است برنامه‌تان

خیلی خیلی.

آقای شهبازی: لطف دارید.

خانم بیننده: یعنی واقعاً من ندیدم. من از خودم از اول یعنی آن موقع که جوان بودم، همیشه دوست داشتم یک جووری به

خدا نزدیک بشوم. همه راهی هم می‌رفتم.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: ولی با این برنامه که گوش دادم و این‌ها واقعاً خیلی نزدیک شدم به خدا یعنی یک صبر همیشه من می‌گفتم،

همه به من می‌گفتند تو خیلی صبوری، خیلی صبرت زیاد است. ولی آن صبر واقعی که من الان یاد گرفتم با آن صبر قبلی‌ام

خیلی تفاوت دارد.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: یعنی الآن واقعاً آن صبر را خدایی می‌دانم که از درونم است ولی قبلاً نه این شکلی نبودم. خیلی ممنونم از برنامه‌تان. خیلی لطف کردید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: که واقعاً من خودم را دارم می‌گویم، خیلی تغییرات در من پیدا شد، خیلی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: و یک قانون جبران را خواستم انجام بدهم که زنگ بزنگ خدمتتان حداقل بتوانم جبران کنم این را، چون گفته بودید هر کسی [صدا ناواضح] زنگ بزنگ.

آقای شهبازی: بله یک مقدار از تغییراتتان را می‌توانید بگویید؟ تعدادی از آن تغییراتی که کردید را، پیشرفت‌هایی که کردید چندان می‌توانید بگویید؟

خانم بیننده: من الآن پنجاه و سه سالم است. بعد تغییراتی که کردم یکی بود که من می‌گویم یکی مثلاً ظاهر خیلی آرامی داشتم ولی از درونم نه. مثلاً به‌خاطر زندگی‌ام، به‌خاطر مثلاً بچه‌ها، شوهرم، همه‌چیز، مشکلات زندگی در دلم همیشه یک آشوبی بود. همیشه نگرانی داشتم شب‌ها مثلاً خیلی. ولی دیگر این‌قدر روی خودم کار کردم یعنی با برنامه شما، با چیزهایی که شما گفتید.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: مثلاً زود عصبانی می‌شدم. مثلاً یک چیزی را می‌دیدم تحمل نمی‌کردم ولی آرام آرام این‌ها الآن خیلی روی من تأثیر گذاشت. الآن اطرافیان می‌گویند نه تو خیلی بی‌خیال هستی. اصلاً اگر ما جای تو بودیم این رفتار را می‌کردیم. این حرکت را انجام می‌دادیم. ولی من می‌گویم نه. شما فکر می‌کنند مثلاً من را مسخره می‌کنند، یک حالتی دارد که می‌گویند بابا این مثلاً خیلی آدم بی‌خیالی است. اصلاً انگار هیچ‌چیزی برایش مهم نیست. هر کسی هرچه حرف به او می‌زند، هر کسی هرچه رفتار می‌کند، هیچ عکس‌العملی نشان نمی‌دهد. قبلاً هم انجام نمی‌دادم ولی از درونم خیلی ناراحت بودم، ولی الآن درونم هم آرام کردم یعنی یک‌جورهایی توانستم آن درون آرام بشود که دیگر حداقل این‌قدر تأثیر نگذارد.

و یکی دیگر از این‌ها که روی من خیلی تأثیر داشت آن یک انرژی خدایی است که به من داده، با این سنم سر کار بروم، مثلاً از مادر شوهرم نگهداری کنم، از بچه‌ها یعنی یک‌جورهایی اصلاً خسته نمی‌شوم. یعنی نمی‌دانم این انرژی‌ای که خدا اطرافیان می‌گویند بابا تو خسته نمی‌شوی یک کم استراحت کن، بنشین، کمتر کار کن ولی من می‌گویم نه. اصلاً نمی‌توانم یعنی دوست دارم همه‌اش در حال کار کردن باشم. این نمی‌دانم انرژی‌ای است که فکر کنم خداوند داده یعنی از برنامه شما گرفتیم این انرژی را که اصلاً خسته نمی‌شویم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: فکر می‌کنم این باشد دیگر آری. این انرژی را از شما فکر می‌کنم گرفتم چون و یکی می‌گویم صبر را خیلی توی زندگی برایم چه بوده نشان داده. صبر خیلی، خیلی بود. خیلی خیلی توانستم مثلاً با این صبر به خیلی چیزهایم برسم یعنی دقیقاً خداوند خیلی چیزها را به من نشان می‌دهد. توی لحظه‌ها مثلاً یک لحظه فکری بخواهم منفی‌ای بکنم یک چیزی اصلاً نمی‌شود که مثلاً آن کار را انجام بدهم. خیلی حالا باز هم می‌گویم من هم نمی‌توانم خیلی قشنگ مثل بقیه صحبت کنم ولی با این‌ها همه حال آن چیزی که هستم دارم برایتان می‌گویم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

خانم بیننده: و یک چیزی که آقای شهبازی امشب شب قدر داریم.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: بعد مثلاً من امشب به خودم قول دادم که نه. من شب‌های قدر همیشه هر سال مثلاً تا صبح می‌نشینم بالاخره قرآن به سر می‌گیریم، دعا می‌خوانیم، این‌ها خب خیلی خوب است ولی گفتم دیگر من از امسال برنامه آقای شهبازی را می‌بینم تا سحر بشود. تا صبح که بشود، من می‌نشینم برنامه را گوش می‌دهم مثلاً نمی‌دانم حالا درست است این کارم یا نه. ولی به نظر خودم بیشتر یاد می‌گیرم، بیشتر یک چیزهایی یاد می‌گیرم تا این‌که همین‌جوری فقط ظاهری باشد، یک چیز توخالی باشد.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: دیگر گفتم این را هم از شما بپرسم ببینم درست است یا نه. هر چند شما که می‌گویید هیچ وقت سؤال نکنید.

آقای شهبازی: باز هم همین را می‌گویم. باز هم همین را می‌گویم [خنده آقای شهبازی] خانم. می‌گویم سؤال نکنید. خودتان باید تشخیص بدهید.

خانم بیننده: درست است. بله، بله. ان شاءالله که همیشه سلامت باشید شما.

آقای شهبازی: ممنون.

خانم بیننده: در پناه خداوند باشید. ممنون از شما. واقعاً خیلی زحمت می‌کشید. ما بتوانیم حداقل یک جوری جبران کنیم.

آقای شهبازی: ممنونم. جبران می‌کنید.

خانم بیننده: زنده باشید.

آقای شهبازی: با کار روی خودتان دارید جبران می‌کنید.

خانم بیننده: ممنون از شما.

آقای شهبازی: با کار روی خودتان جبران واقعی می‌کنید. بیداری به حضور، به خداوند و رها شدن از خرافات، شناخت خرافات، عمل نکردن به آن‌ها. یادمان باشد، هر دید خرافی ضررزننده است. عقب می‌اندازد ما را. تازه فقط ضرر مادی نمی‌زند، ضرر معنوی بیدار شدن به منظور اصلی. ما آمدیم در این هفتاد هشتاد سال به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده بشویم. این منظور آمدن است.

شما نگاه کنید خیلی بی‌معنی است که یک نفر بیاید، یعنی یک موجودی به‌عنوان انسان، نه یک نفر. بیاید و خب اولش که با زحمت بزرگ می‌شود. بعد نمی‌دانم مدرسه می‌رود، دیپلم می‌شود، لیسانس می‌شود، دکترا، پول درمی‌آورد، خانواده تشکیل می‌دهد و بدون این‌که اصلاً از آن استفاده‌ای بکند، می‌میرد می‌رود. آقا چه شد؟ این یعنی چه اصلاً؟
خانم بیننده: بله.

آقای شهبازی: موقع مردن عذاب است، آقا دوباره می‌خواهی بیایی؟ نه نمی‌خواهم بیایم. هیچ‌کس نمی‌خواهد دوباره بیاید. شما می‌خواهید دوباره بیایید؟ من دوباره بیایم درس بخوانم، مدرسه بروم، همین برنامه. بچه بزرگ کن، سر و کله بزن، دعوا کن، با همسرت دعوا کن، با فامیل‌های همسرت دعوا کن، با دوستانت دعوا کن، هی مسابقه بده، سعی کن دیده بشوی، از همه بهتر بشوی. آقا من نمی‌خواهم، دیگر نمی‌خواهم. خداحافظ شما. من می‌خواهم بروم دیگر برنگردم. پس منظور این نبوده.

خانم بیننده: نه.

آقای شهبازی: منظور یک چیز دیگر بوده. همین خرافات می‌پوشاند. خرافاتی که ما داریم منظور این است که لحظه‌به‌لحظه شما اجازه بدهید، خود زندگی خود خداوند شما را به خودش بیدار کند. دائماً با این کار خداوند ما ستیزه می‌کنیم و عمل شیطان انجام می‌دهیم، می‌گوییم تقصیر تو است. تقصیر تو است.

آدم می‌گوید بابا من متوجه شدم که تقصیر من بوده «گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا» ما به خودمان ظلم کردیم. «گفت شیطان که بِمَا أَغْوَيْتَنِي» نه تو ما را منحرف کردی. تو اگر می‌خواستی می‌شد. توجه می‌کنید. ما دیگر راه شیطان را نمی‌رویم. راه خرافات را نمی‌رویم.

گفت شیطان که بِمَا أَغْوَيْتَنِي

کرد فعل خود نهان، دیو دنی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا

او ز فعل حق نَبْد غافل چو ما

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹)

« حضرت آدم گفت: پروردگارا، ما به خود ستم کردیم. و او همچون ما از حکمت کار حضرت حق بی‌خبر نبود.»



شما باید با خردمندی خودتان بدانید که همیشه این لحظه است. این لحظه چه جوری به نفع شما می‌تواند کار کند؟ در آن جهت زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خدا و شما در آن دخالت دارید یعنی شما باید بدانید این را درک کنید که این لحظه، عمر شماست. جزو آن هشتاد سال است. خوب این لحظه را من چه جوری استفاده می‌کنم؟ دست من است. فضا را باز می‌کنم. خودم را در معرض باد کن‌فکان قرار می‌دهم. این شعر را امروز چند نفر خواندند که

دم او جان دهدت رو ز نَفَخْتُ پذیر کار او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

از همه می‌خواهم که به آن قسمت آخر می‌گوید «نه موقوف علل» توجه کنند. نه موقوف علل یعنی نه سبب‌سازی ذهنی. خداوند یا زندگی به شما می‌گوید کار من کن‌فیکون است یعنی من با قضا تصمیم می‌گیرم و با من می‌گویم بشو و می‌شود. ولی شما اگر خداوند بگوید بشو و می‌شود، شما بگویید نه من نمی‌گذارم بشود، خوب نمی‌شود دیگر، نمی‌شود.

خانم بیننده: بله.

آقای شهبازی: هی خداوند درست کند شما خراب کنید. او درست کند شما خراب کنید. او درست کند شما خراب کنید. بیشتر از این که فرصت بدهید صبر داشته باشید او درست کند، شما تندتند خراب کنید. آخر هم بگویید که تقصیر شما بوده. این می‌شود راه شیطان. شما پیدا کردید کلید را. همان با کلید استفاده کنید خودتان، خردورزی کنید، کار را پیش ببرید. بله. بفرمایید.

خانم بیننده: ممنون از شما. ممنون. واقعاً لطف کردید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: واقعاً ما را روشن کردید. دستتان درد نکند.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم بیننده: ان شاء الله که بتوانیم جبران کنیم.

آقای شهبازی: لطف می‌کنید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

۳۵- خانم سمیه از رشت با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سمیه]

خانم سمیه: آقای شهبازی، من حدود بیشتر از ده سال است این برنامه را می‌بینم. یک بار هم توی این مدت به شما زنگ زده‌ام. نمی‌دانم، من نمی‌توانم، نمی‌دانم آقای شهبازی، اصلاً حالم خوب نیست. این برنامه، این شعرها را، نمی‌دانم چه جوری بگویم، می‌خوانم، مثنوی را می‌خوانم، همه را می‌نویسم، می‌خوانم، ولی هیچ‌کدام را نمی‌توانم حفظ کنم، اجرا کنم روی خودم. من قرص، داروی اعصاب هم می‌خورم سی سال است الآن، تحت نظر روان‌پزشک هستم.

آقای شهبازی: بله، خیلی خوب.

خانم سمیه: نمی‌دانم چکار کنم.

آقای شهبازی: شما با تعهد گوش می‌کنید؟ اولاً قانون جبران مالی را رعایت می‌کنید؟

خانم سمیه: مالی را رعایت می‌کنم، بله، مالی را از همان اول رعایت می‌کنم، هنوز هم ادامه دارد.

آقای شهبازی: آهان، پس به برنامه چه جوری گوش می‌کنید؟

خانم سمیه: برنامه را از روی تلویزیون نگاه می‌کنم، ماهواره.

آقای شهبازی: روی برنامه تمرکز دارید؟ واقعاً حواستان به برنامه است؟ یا مثلاً چندتا کار را با هم می‌کنید؟

خانم سمیه: نه، نه، می‌توانم، می‌خواهم. اوایل خیلی بهتر بودم، خیلی اجرا می‌کردم، خیلی خوب بودم، می‌دانید چه جوری است؟ ولی الآن یک طوری شده‌ام که نمی‌توانم، نمی‌دانم چه جوری بگویم، نمی‌توانم، تعهد آن‌چنانی که باید ندارم. دوست دارم داشته باشم ولی نمی‌توانم، ندارم اصلاً، این‌جوری.

آقای شهبازی: خوب شما دارید می‌گویید دیگر.

خانم سمیه: معذرت می‌خواهم، هل شده‌ام.

آقای شهبازی: [در حال خندیدن] شما می‌گویید تعهد خوب ندارید دیگر. شما باید کار کنید، یک مقداری هم شما بروید ببخشید ورزش کنید. چند سال‌تان است؟ می‌توانم بپرسم؟

خانم سمیه: بله، من پنجاه و پنج سالم است.

آقای شهبازی: خوب جوان هستید، شما بروید ورزش کنید خانم.

خانم سمیه: ورزش چه؟

آقای شهبازی: یا اگر دور و برتان باشگاه هست، بروید آن‌جا مربی بگیرید.

خانم سمیه: رفتم آقای شهبازی، رفتم، ولی نمی‌توانم ادامه بدهم.



آقای شهبازی: خب نمی‌توانید، نمی‌شود.

خانم سمیه: یعنی می‌دانید؟ بله، بله.

آقای شهبازی: ببینید، اجازه بده، نمی‌توانم نداریم. به‌جای نمی‌توانم، شما بگویید نمی‌خواهم. و شما اگر نخواهی، نمی‌شود.

آقای شهبازی: خیلی موقع‌ها

خانم سمیه: چه‌جوری باید بخواهم؟

آقای شهبازی: اجازه بدهید، شما نشست‌اید تلویزیون تماشا می‌کنید، لم داده‌اید، یک‌دفعه یادتان می‌آید باید بلند شوید بروید باشگاه، خب من ذهنی‌تان می‌گوید همین‌جا بخواب، تلویزیون تماشا کن، حالا امروز خسته‌ای، نمی‌دانم فلان. همین موقعی که این حرف را از من ذهنی‌تان می‌شنوید، باید بلند شوید، باید بلند شوید بروید باشگاه.

شما باید روی کاغذ بنویسید، بگویید ببینید، در زندگی شما یک چیزهایی مهم هست، فرض کن که یک ظرف محدودی دارید، توجه می‌کنید؟ یک ظرف تصور کنید، در آن‌جا یک مقدار می‌خواهی آب بریزی و یک مقدار سنگ‌های درشت داری، سنگ‌های کوچولو داری مثل شن، یک سری هم ماسه داری، می‌خواهی همه را در این راه جا بدهی، درست است؟ حالا، آن آبی که می‌گویم، آن آب هشیاری است. سنگ‌های درشت، توجه کنید که باید توی این ظرف جای بگیرد، ظرف هم زندگی شماست، سنگ‌های درشت چیزهای مهم هستند. چیزهای مهم یکی‌اش سلامتی شماست، برای ایجاد سلامتی یکی‌اش ورزش است.

شما نمی‌توانید مثلاً در این کاسه، در این ظرف درشت‌ها هست، سنگ‌های درشت، شن‌ها هست، کوچولو، کوچولو، ماسه هم هست، ماسه‌ها چیزهای بی‌اهمیت هستند، توجه می‌کنید؟ یک کمی مهم‌تر از آن، آن شن‌ها هستند، ولی یک سنگ‌هایی هست خیلی درشت است، مثلاً سلامتی شما گفتم این است.

باید سلامتی را یک جوری تأمین کنید. سلامتی از کجا می‌آید؟ سلامتی از ورزش می‌آید، غذایان را درست می‌کنید و سلامتی باید ذهنتان سالم باشد، باید بتوانید درست فکر کنید، این‌ها سنگ‌های درشت هستند. مثلاً شما بتوانید درست فکر کنید، ذهن سالم داشته باشید، سنگ درشت است. شما بتوانید خشم و ترس و این‌جور چیزها را بریزید، به‌جایش احساسات لطیف بگذارید، این سنگ درشت است. آن سنگ‌های درشت را بشناسید، اولویت را بدهید به آن‌ها.

شما می‌گویید الآن من باید بلند بشوم بروم باشگاه، الآن دارم فیلم تماشا می‌کنم، این هم سریال است به درد من نمی‌خورد، من باید، حالا این هم خب این کوچولو است، ممکن است ماسه باشد. در زندگی شما چیزهای کوچولو کوچولو هست، شما این‌ها را می‌گیرید که به درد اصلاً نمی‌خورد، مهم نیست، درشت‌ها را می‌گذارید کنار، پس از یک مدت می‌بینید که زندگی شما دارد از بین می‌رود، چون شما به درشت‌ها اهمیت نداده‌اید.

مثلاً خانواده سنگ درشت است، به خانواده باید توجه کنید، این همسر است، این‌ها بچه‌هایم هستند، رابطه‌ام باید با این‌ها خوب باشد، این‌جا یک محیط سالمی باید باشد، این سنگ درشت است. تحصیل شما، سواد شما سنگ درشت

است، کار شما سنگ درشت است، کاری که آدم پول درمی‌آورد از آن، این‌ها سنگ‌های درشت است. شما، اولویت با این‌ها است اول.

شما نمی‌آیید مثلاً فرض کن یک نفر این‌جا حالش خراب است، باید برویم بیمارستان، نمی‌گوییم حالا می‌روم خیابان قدم بزخم، یک کمی بینیم اوضاع چطور است و تماشا کنم، برگردم شما را ببرم بیمارستان، ولو این‌که سخته کردی حالا من باید بروم منظره. بابا آن منظره ماسه هست، بردن این به بیمارستان سنگ درشت است. در نتیجه شما باید توجه کنید، اولویت‌ها را روی کاغذ بیاورید. اولویت‌های من این‌ها هستند در زندگی، اول توجهم را، وقتی را به این‌ها صرف می‌کنم. رفتم باشگاه، دیگر نتوانستم بروم! این برای من دیگر حرف نمی‌شود که خانم، پس شما اولویت را نمی‌شناسید.

خانم سمیه: آقای شهبازی من هیچ چیزی نمی‌دانم، فکرم اصلاً کار نمی‌کند، هیچ چیزی بلد نیستم.

آقای شهبازی: شما نمی‌خواهید خانم. الان شنیدید حرف‌های من را؟ یک صفحه کاغذ بردارید، روی کاغذ بنویسید چه چیزی برای من مهم است. روز هشت ساعت است مثلاً، شما ساعتان را تقسیم کنید بین آن‌ها. بگویید مثلاً این قدرش را ورزش می‌کنم، این قدرش را گنج حضور گوش می‌کنم، این قدرش را مثلاً به بچه‌هایم می‌رسم، این قدرش را خانواده را فکر می‌کنم، این قدرش را مثلاً فرض کن که غذا می‌پزم، چه می‌دانم چکار می‌کنید، این قدرش را هم مثلاً به آن فامیل‌های خودم می‌رسم، به پدر و مادرم می‌رسم. تقسیم کنید، بگویید چیزهای مهم برای من این‌ها هستند، نه این‌که به چیزهای غیر مهم. در زندگی بی‌نظم خیلی‌ها ماسه‌ها می‌آیند جای سنگ‌های درشت را می‌گیرند، خوب توجه شما می‌رود به چیزهایی که اصلاً اهمیت ندارد. این در هم در مورد فرد ما اتفاق می‌افتد، هم در مورد جمع. یک دفعه می‌بینید یک جامعه تمام هزینه‌ها، وقت و انرژی را روی یک چیزی می‌گذارد اصلاً اهمیت ندارد. آقا این چه بشود اصلاً؟ می‌رود به سوی نابودی. فرد هم همین‌طور است. فرد باید، شما، مخصوصاً جوان باید بگوید برای من چه مهم است؟ روی کاغذ می‌نویسم، هی دارم نگاه می‌کنم. تحصیلاتم مهم است. خانواده، می‌خواهم خانواده درست کنم، مهم است. می‌دانید؟ کار مهم است، کار مهم است. هر کسی که در هر سنی است، باید بتواند پول در بیاورد.

خانم سمیه: من متأسفانه ...

آقای شهبازی: مثلاً می‌گویم، شما را نمی‌گویم که، من دارم کلاً می‌گویم.

شما بنویسید روی کاغذ خانم، همین اولویت‌ها را تشخیص بدهید، وقتان را تقسیم کنید بین این‌ها، یکی دو ماه دیگر اثرش را می‌بیند.

خانم سمیه: چشم.

آقای شهبازی: با شما خداحافظی می‌کنم.

خانم سمیه: دستتان درد نکند، مرسی، ببخشید مزاحمتان شدم.

آقای شهبازی: اختیار دارید، لطف فرمودید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سمیه]



۳۶- خانم حمیده از استان مرکزی با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم حمیده]

خانم حمیده: من امشب زنگ زدَم از خداوند، از مولانا، از شما خیلی تشکر کنم. از آقای صادق از ایلام، از خانم فرزانه از همدان، می‌خواستم تشکر کنم. می‌خواستم به خاطر کمک‌های زیادی که ببخشید من صدایم می‌لرزد.

آقای شهبازی: شما یک نفس عمیق بکشید. اولاً از کجا زنگ می‌زنید گفتید؟

خانم حمیده: من حمیده هستم از استان مرکزی زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین! شما که خیلی زیبا صحبت می‌کنید. می‌گویم شما خیلی زیبا صحبت می‌کنید و همین‌طور با آرامش صحبت کنید.

خانم حمیده: چشم، ممنون، مرسی.

آقای شهبازی واقعاً شما با این برنامه‌تان و با اشعار مولانا زندگی ما را اصلاً زیر و رو کردید آقای شهبازی. من و همسرَم با پسرَم اصلاً آقای شهبازی ما درآمد آن‌چنانی نداریم، پول آن‌چنانی نداریم، نه ماشین آن‌چنانی نداریم، ولی ما یک دور کوچکی که با هم می‌زنیم، یک بیرون کوچکی که با هم می‌رویم، این قدر به ما خوش می‌گذرد. ما نه احتیاج به کس دیگری داریم، نه احتیاج به مسافرت داریم. اصلاً توی تنهایی خودمان حالمان خوب است. اصلاً می‌رویم پیش دیگران تازه حالمان بد می‌شود. وقتی که تنها هستیم با خودمان، این قدر به ما خوش می‌گذرد، حتی من به همسرَم می‌گویم حتی این نان و پنیری که آدم توی خانه خودش می‌خورد خیلی بیشتر به آدم می‌چسبد وقتی با همسرش است، با بچاهش است، تا بخواهیم برویم خانه کسی یا کسی را به زحمت بیندازیم یا حتی پدر و مادرهایمان را بخواهیم به زحمت بیندازیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم حمیده: یا بخواهیم خدای نکرده درد به کسی بدهیم یا درد آن‌ها به زندگی ما تزریق بشود. این قدر با هم خوش می‌گذرد به ما که دیگر اصلاً انگار احتیاجی به هیچ‌کس و هیچ‌چیزی نداریم. آقای شهبازی ما توی زندگی‌مان خیلی دل‌تک‌بازی درآوردیم، یعنی من و همسرَم یک دل‌تک تمام‌عیار بودیم برای خانواده‌هایمان، برای خودمان. ما خیلی به خودمان ضرر زدیم، ما خودمان به خودمان ستم کردیم. آقای شهبازی ما حتی به ماشین خودمان هم ستم کردیم، ما حتی ماشین خودمان هم خراب می‌شد، اصلاً اهمیت نمی‌دادیم، درستش نمی‌کردیم، الآن حتی قدر ماشین خودمان را هم می‌دانیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم حمیده: می‌دانیم اگر همین ماشین اگر نباشد، بالاخره خیلی کارها را نمی‌توانیم بکنیم. همسرَم مثلاً بعضی موقع‌ها می‌رود مثلاً دوباره بعد از ساعت کاری‌اش دوباره با ماشینش توی این تاکسی‌های اینترنتی کار می‌کند. حالا می‌فهمیم که چقدر این ماشینمان دارد به ما خدمت می‌کند و ما واقعاً قدرش را می‌دانیم.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم حمیده: آقای شهبازی ما اصلاً هیچ وقت پول نداشتیم توی خانه‌مان، ما همیشه بدهکار مردم بودیم، همیشه بی پول بودیم. همیشه از همه انتظار کمک داشتیم، از پدر همسرمان از خانواده خودم همیشه انتظار کمک داشتیم، ولی ما به هیچ عنوان از کسی پول نمی‌خواهیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم حمیده: آقای شهبازی ما امسال برای عید حقوقی نگرفتیم، همه تازه می‌آمدند به ما می‌گفتند اگر پول خواستید، به ما بگویید ولی ما گفتیم به هیچ عنوان ما از کسی پول نمی‌گیریم، ما فقط از خداوند کمک می‌خواهیم، از خداوند کمک می‌گیریم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم حمیده: آقای شهبازی من کار همسرم خیلی سخت است، توی [ناواضح] با کوره‌ها و این‌هاست، یعنی ایشان توی کارش صد خودش را می‌گذارد، می‌گوید اصلاً برای من مهم نیست که کارفرمایم کار من را ببیند، نبیند، می‌گوید ولی خداوندی هست که همه را می‌بیند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم حمیده: می‌گوید مثلاً بچه‌ها بعضی موقع‌ها مثلاً یک سری کارها را می‌کنند یا مثلاً از کارشان می‌دزدند، می‌گوید ولی من اصلاً مهم نیست که چه کسی چکار دارد می‌کند، من کار خودم را، صد خودم را می‌گذارم، کار درست خودم را انجام می‌دهم، اصلاً آن کارفرما می‌خواهد ببیند، می‌خواهد نبیند. آن وقت برکتش آقای شهبازی شما نمی‌دانید چه جور می‌آید توی زندگی ما.

آقای شهبازی: بله، بله، آفرین!

خانم حمیده: ما اصلاً پولمان برکت نداشت آقای شهبازی، از این‌ور می‌آمد از آن‌ور دوباره ما بی پول بودیم. همیشه زانوی غم بغل می‌گرفتیم که همیشه ما بی پول هستیم. ما هیچ وقت توی زندگی‌مان پول نداشتیم، ولی الآن حالا نمی‌گویم پس‌انداز زیاد، پس‌انداز خیلی کم، ولی باز همان هم برکت دارد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم حمیده: آقای شهبازی ما با برنامه شما من، پسر، همسر چاق بودیم، یعنی با برنامه شما توانستیم وزمان را بیاوریم پایین. من این قدر هزینه دکتر دادم، رژیم دادم، هیچ‌کدام برای من کار نکرد. من هزاران بار، تماس تلفنی خانم فرزانه از همدان توی برنامه ۷۴۵ تماس گرفتم، با صحبت‌های آقای صادق از ایلام این قدر شنیدم، این قدر گوششان دادم تا فهمیدم بابا باید کم بخوری تا لاغر بشوی، احتیاج به رژیم نداری، قرص نداری، دکتر نداری، هزاری هم آن‌ها باشند، باز تو به آن وزن نمی‌رسی.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم حمیده: بعد من شروع کردم پولی که می‌خواهم بدهم به رژیم، بدهم به دکتر، شروع کردم به‌عنوان جبران ریختم آن را برای برنامه. ما حتی اگر مثلاً صد هزار تومان هم پول داشته باشیم، باید از این قانون جبرانمان را بریزیم.

آقای شهبازی: بله.

خانم حمیده: آقای شهبازی ما کلاً مدیون شما هستیم. شما در حق ما خیلی لطف کردید. من از خداوند، از مولانای عزیز با این اشعارشان، یعنی آقای شهبازی من غروب که می‌شود، می‌گویم «باد تند است و چراغم ابتری».

باد تند است و چراغم ابتری

زو بگیرانم چراغ دیگری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۸)

آبتر: ناقص و به‌دردنخور

یعنی امروز هم تمام شد. من باید یک فکری بکنم، امروز تمام شد، ببینم هر شب با خودم می‌نشینم می‌نویسم، تا [قطع صدا]، می‌گویم من این‌ها را می‌نویسم ببینم با خودم چندچند هستم، امروز چکار کردم؟ امروز دروغ گفتم؟ غیبت کردم؟ چکار کردم؟

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم حمیده: آقای شهبازی ما هر مشکلی که توی زندگی‌مان پیش می‌آید، می‌خواهد از خانواده خودم باشد، می‌خواهد از خانواده همسرمان باشد، ما دیگر چیزی به اسم خانواده‌هایمان نداریم، ما می‌آییم ببینیم مشکلمان چیست، با هم حلش می‌کنیم، در موردش صحبت می‌کنیم، دیگر جبهه نمی‌گیریم که نه تو در مورد خانواده من صحبت نکن یا من در مورد خانواده شما صحبت نکنم، اصلاً. با همسر می‌نشینیم می‌گوییم مثلاً، همسر برنامه شما را نگاه نمی‌کند ولی آشنا است کاملاً، من برایشان توضیح می‌دهم، بعد مثلاً هر وقت هر مشکلی داریم می‌گذاریم وسط، می‌گوییم مثلاً با توجه به آموزهای مولانا بهتر است که ما این کارها را انجام بدهیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم حمیده: یعنی می‌نشینم با هم صحبت می‌کنیم. آقای شهبازی این قدر با عشق، با احترام با هم رفتار می‌کنیم، با هم می‌گوییم می‌خندیم، همان‌جوری که شما گفتید آدم با رفیق بیست‌ساله‌اش است، من با همسر هستم، همسر هم با من. ما هیچ دوستی نداریم آقای شهبازی، هیچ‌کس را نداریم، یعنی خودمان هستیم، ولی متأسفانه توی خانواده‌هایمان که می‌رویم باز همان دل‌کمی‌ها را از ما انتظار دارند، ملامتمان می‌کنند، درد به ما می‌دهند که چرا شما مثل قبلتان نیستید، چرا دیگر آن کارها را نمی‌کنید؟! ولی آقای شهبازی ما یاد گرفتیم دیگر نباید آن کارها را بکنیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم حمیده: ما زندگی اول خودمان، ما بچه داریم، باید بتوانیم یک محیط آرام‌بخشی را برای بچه‌مان که زمینه‌اش است که دارد رشد می‌کند، بزرگ می‌شود، یک محیطی باشد که بچه‌مان توی آن ان‌شاءالله بزرگ بشود. ما اگر به بچه‌مان خدمت کنیم، به یک نسلی خدمت کردیم. خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی. باز هم نمی‌دانم چه‌جوری از خداوند، از شما تشکر کنم واقعاً.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی، عالی، عالی! شما این حرفی که اول زدید و به شما خوش می‌گذرد با وجود این‌که پول زیادی ندارید و می‌روید بیرون با هم شما و همسران را گفتید یک بچه دارید یا دوتا؟

خانم حمیده: یک دانه داریم آقای شهبازی. ما اصلاً نه خانه داریم، من خانه پدرشوهرم زندگی می‌کنم، ما هیچ‌چیز از خودمان نداریم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خب می‌گویم حافظ یک شعری دارد که می‌گوید، نمی‌دانم بلد هستید یا نه، شما بلد هستید؟ که می‌گوید:

عبوس زهد به وجه خمار بنشیند مرید خرقة دُردی‌کشان خوش‌خویم (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۷۹)

شما جزو «دُردی‌کشان خوش‌خوی» هستید خانم. برای زندگی عالی و شاد لزومی ندارد آدم پول زیاد داشته باشد، ولی باید دُردی‌کش خوش‌خو باشد. شما خوش‌خو هستید، خوی زندگی را دارید. و آدم خوش‌خو باشد پول هم نداشته باشد، همه‌جا خوش می‌گذرد.

شما با همسران دوست هستید و معلوم است دوست هستید، شما قانون جبران را رعایت می‌کنید. همین الان توی صحبت‌هایتان گفتید شوهر من خیلی زحمت می‌کشد کارش خیلی سخت است، همین را وقتی یک مرد می‌فهمد که خانمش می‌داند که کارش سخت است و به زبان می‌آورد، در عمل هم ثابت می‌کند، او به سخت‌ترین کارها تن می‌دهد. می‌گوید من باید بروم زحمت بکشم برای خانواده‌ام پول در بیاورم، اشکالی ندارد به زحمت بیفتم، برای این‌که همسر من می‌فهمد جبران می‌کند، پسر من می‌فهمد یا بچه‌هایم می‌فهمند. شب که می‌آیم خانه این‌ها با روی باز من را می‌پذیرند، تشکر می‌کنند.

خب این را می‌گویند خوش‌خویی دیگر، شما قانون جبران را، قانون سپاس‌گزاری را، قدرشناسی را، زحمت را می‌فهمید، به زبان می‌آورید، در عمل هم اجرا می‌کنید، در نتیجه خوش‌خو شدید. «عبوس زهد» نیستید، طلبکار نیستید چرا دیر آمدی، کجا بودی، این کار چیست؟ می‌روید آن‌جا دوتا چای می‌خورید برمی‌گردید گفتید کار کردیم. ببین من چقدر کار کردم توی خانه! این بچه‌ها پدر من را درآورده. این حرف‌ها را نمی‌زنید، شما خوش‌خو شدید.

خانم حمیده: خیلی ممنون.

آقای شهبازی: ما هم «مرید حلقه دُردی‌کشان خوش‌خویم». اگر این بیت را نمی‌دانید، یادداشت کنید. «عبوس زهد به وجه خمار بنشیند».



عبوس زهد به وجهِ خمار بنشیند مریدِ خرقةِ دُردی‌کشان خوش‌خویم (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۷۹)

عبوس زهد، بیشتر مردم عبوس زهد هستند. عبوس دانسته‌های من‌ذهنی هستند. چرا آن آن‌طوری می‌کند؟ اخم می‌کنند. نمی‌گذارند مردم زندگی‌شان را بکنند، نه خودشان زندگی می‌کنند نه می‌گذارند دیگران زندگی کنند، عبوس زهد هستند. زهد لزوماً زهد مذهبی نیست، هر من‌ذهنی زاهد است. «عبوس زهد به وجهِ خمار بنشیند»، بعضی‌ها می‌گویند بنشیند، ولی بنشیند درست‌تر است. اخم می‌کند، عبوس است، ایراد می‌گیرد، قضاوت می‌کند، چپ‌چپ نگاه می‌کند، چرا آن‌طوری می‌کند، شاد نیست، نمی‌تواند شاد بشود، ولی مرید حلقهٔ دُردی‌کشان خوش‌خویم.

ها! یک‌دفعه می‌بینید که یک خانواده هیچ‌چیزی ندارد، با همین ماشین و یک پتو می‌برد می‌اندازد یک چای می‌خورد و یک نان و پنیر می‌خورد و سبزی، کیفش را می‌کند، می‌گوید می‌خندد، اگر خوش‌خو باشد، اگر ساده‌گیر باشد، دنیا را سخت نگیرد. قدر هم را بدانند. شما کافی است زن و شوهر قدر هم را بدانید کار تمام است دیگر. بله ممنونم خب با شما خداحافظی کنم.

خانم حمیده: خیلی ممنون، متشکر، لطف کردید. باز هم از شما تشکر می‌کنم. ممنون. همسر هم سلام می‌رساند، دست شما را هم ما می‌بوسیم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، سلام برسانید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم حمیده]

◇ ◇ ◇ پایان بخش چهارم ◇ ◇ ◇



۳۷- خانم زیبا از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زیبا]

خانم زیبا: سال نو مبارک آقای شهبازی. من از اول برنامه دارم تماس می‌گیرم تا الآن، بالاخره موفق شدم که با شما صحبت کنم.

آقای شهبازی: خوب شد ما صبر کردیم نرفتیم، حق شما ضایع می‌شد. بله، از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم زیبا: بله، ممنونم، زنده باشید. [کنترل کیفیت صدا]

آقای شهبازی: می‌گویم از کجا زنگ می‌زنید؟ آره اسمتان چیست؟ اگر می‌خواهید بگویید.

خانم زیبا: بله، بله، من از تهران زنگ می‌زنم، زیبا هستم. من هفته پیش برایتان هم توی واتساپ (whatsapp) برایتان پیام فرستادم که حالم خیلی بد بود ولی خب شما گفتید با یک روانشناس صحبت بکنید. آقای شهبازی من بیش از هفده سال است که دارم به برنامه شما گوش می‌دهم و واقعاً خیلی هم تغییر کردم. خیلی عادت‌های بد من ذهنی‌ام را دارم می‌بینم. و واقعاً اخیراً متأسفانه من پسر را از دست دادم و خیلی برایم دردناک است، ولی واقعاً دارم باز هنوز روی خودم هم‌هاش کار می‌کنم و سعی می‌کنم که تسلیم زندگی باشم هرچند خیلی دردناک است، ولی متأسفانه من ذهنی هم‌هاش حمله می‌کند و تصویر پسر را می‌آورد جلویم که هی می‌خواهد من را بیشتر غمگین کند و گریه بکنم و من واقعاً نمی‌دانم وقتی گریه می‌کنم یعنی همان حالت انقباض می‌شود؟ یا این‌که نه، واقعاً این حالا بالاخره من یه مادرم حق دارم گریه بکنم؟ خلاصه کلاً دارم به برنامه‌تان گوش می‌دهم حتی موقع خواب هم من این، گوش می‌روشن است و من دارم به این برنامه گوش می‌دهم. یعنی واقعاً خودم را دارم، تمام سعیم را می‌کنم که ابیات مولانا را تکرار بکنم و بخوانم و این من ذهنی این قدر به من حمله می‌کند ولی خب واقعاً شناسایی دارم می‌کنم، ناظر ذهن هستم، می‌بینمش، خیلی موقع‌ها هم فقط ناظرش هستم و نگاهش می‌کنم و واقعاً فقط تماشا می‌کنم و آن چیزی که امروز شما هم خیلی خوب گفتید، گفتید شما فقط باید بپذیرید خودتان را چون من خیلی ناراحت بودم که چرا من این شکلی هستم؟ چرا من این قدر درد دارم؟ چرا من من ذهنی دارم؟ پذیرش نداشتم ولی امروز گفتید که شما همین چیزی که هستید را باید بپذیرید یعنی باید بپذیرید که این من ذهنی هست، پذیرش خودتان باعث پیشرفت می‌شود.

آقای شهبازی: بله.

خانم زیبا: و من دارم سعی می‌کنم واقعاً همین کار را بکنم که این من ذهنی را بپذیرم و آن حملاتی که به من می‌کند را، که هی می‌خواهد فرزندم را جلوی چشمم بیاورد و هی ناراحتم بکند و هی گریه بکنم یا مثلاً سرزنش بکنم خودم را، اگر این کار را می‌کردم این جور نمی‌شد یا مثلاً همسرم را مقصر بدانم در صورتی که شما گفتید که، توی یکی از برنامه‌ها گفتید که اگر خدا نخواهد هیچ برگه از درخت نمی‌ریزد. خب حتماً فرزند من هم، نمی‌دانم شاید خدا تا این حد خواسته آن عمر بکند، درست است که جوان بود ولی خب من نمی‌توانم این قدر بنشینم خودم را ملامت بکنم.



آقای شهبازی: بله، ملامت هم بکنید خانم فایده ندارد.

خانم زیبا: نه.

آقای شهبازی: شما باید از گذشته بپرید بیرون. آن گذشته، گذشته دیگر. فرزندان رفته، و اولاً تسلیت می‌گویم به شما.

خانم زیبا: خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: ولی این تسلیت معنی‌اش این است که، معنی‌اش این نیست که شما بنشینید گریه کنید و بنشینید بگویید من حق دارم گریه کنم یا حق ندارم! این‌ها همه مال ذهن است. حق دارم یا حق ندارم یعنی چه! این‌ها را ذهن ایجاد می‌کند. شما می‌گویید که اولاً شما یک مادر هستید البته که زحمت کشیدید روی فرزندان، خودتان گفتید از سرزنش گذشته از ملامت گذشته، چه خودتان چه همسران چه کسی دیگر را دست بردارید. به یک موضوع هم توجه کنید، ما ممکن است حداکثر سعیمان را برای فرزندانمان بکنیم، ولی فرزندانمان یک آدم‌های دیگری هستند ممکن است تصمیمات دیگری بگیرند. بروند دنبال یک کارهایی که در آن راه خودشان را نابود کنند. شما نمی‌توانید بنشینید تا آخر عمرتان گریه کنید. یا ممکن است اصلاً یک مریضی بگیرند که دست شما نیست که آن مریضی فرزند شما را از بین ببرد یا بروند معتاد بشوند، شما بالاخره این موضوع را باید قبول کنید که من بله پدر هستم یا مادر هستم، من حداکثر سعیم را می‌کنم آن چیزی که دیگر می‌توانم دیگر، بیشتر از آن نمی‌توانم ولی اگر فرزندم راه انحراف رفت و جلویش را نتوانستم بگیرم، رفت در آن راه نابود شد، من دیگر نمی‌توانم خودم را بکشم، شما بیایید بنشینید خودتان را ملامت کنید تا آخر عمرتان غصه بخورید، می‌بنشینید بگویید من حق دارم خودم را ملامت کنم و گریه کنم، خودم را در عذاب نگه دارم، این درست نیست. اتفاقاً یک شعری در روی صفحه آمده واقعاً شاید درمان شماست، همین‌طوری تصادفی آمده:

هر زمان دل را دگر میلی دهم

هر نفس بر دل دگر داغی نهم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۹)

بر دل شما یک داغی می‌گذارد که شما آن راه من‌ذهنی را نروید، برگردید یک میل دیگر پیدا کنید آن هم میل به سوی زندگی هست. توجه کنید این داغ را می‌گذارد از طرفی دیگر شما را دعوت می‌کند می‌گوید فضا را باز کنید، چه کسی می‌گوید؟ زندگی می‌گوید، خداوند می‌گوید و به من نگاه کنید. شما به زندگی، به خداوند نگاه نکرده‌اید. به‌طور کامل نگاه نکرده‌اید و الآن در همین بیت، روی صفحه است تصادفاً، درمان شماست.

بنشینید کاملاً بفهمید، بروید از مثنوی بخوانید یا در برنامه‌ها این بیت را من خیلی خواندم که می‌گوید هر لحظه خداوند در کار جدیدی است پشت‌سر این بیت، حالا من نمی‌دانم این‌جا آمده یا نه؟ بله بفرما:



كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ كُلُّ شَيْءٍ عَنِّ مَرَادِي لَا يَحِيدُ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰)

یعنی ترجمه‌اش هم هست، «كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ» یعنی خداوند این لحظه در کار جدید است، هر لحظه به لحظه در کار جدید است و هیچ چیز از حیطة مشیت او خارج نیست این هم ترجمه‌اش هست:

«در هر بامداد (هر لحظه) کاری تازه داریم، و هیچ کاری از حیطة مشیت من خارج نمی‌شود.»

«هر بامداد، (هر لحظه) کاری تازه داریم»، یعنی خداوند با شما لحظه به لحظه کار جدید دارد «و هیچ کاری از حیطة مشیت من خارج نمی‌شود». همین سه تا تصویر زندگی شما را درست می‌کند. هر لحظه به دل شما یک داغ می‌گذارد، که گذاشته الان برای شما، تا یک میل جدیدی بدهد و هر لحظه در کار جدیدی است این آیه قرآن است البته «كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ»، «شَأْنٌ جَدِيدٌ» یعنی کار جدید، شما کارهای قدیمی را دارید تکرار می‌کنید و استدلال می‌کنید و در ملامت هستید، نکنید. خودتان را ملامت نکنید. استدلال ذهنی نکنید من حق دارم، حق ندارم!

یک عده‌ای هم می‌آیند می‌گویند که آقا شما مادر هستید واقعاً باید بزنید توی سرتان! نه، یک کاری است انجام شده، من می‌خواهم ببینم از این موضوع من چه چیزی یاد می‌گیرم؟ یک آدم خردمند می‌گوید من از این موضوع چه چیزی یاد می‌گیرم؟ آیا آن چیزی که سبب این کار شده هنوز در من ادامه دارد؟ نکنند دارد بدن من را هم از بین می‌برد؟

خانم زیبا: یا خدا.

آقای شهبازی: توجه می‌کنید؟

خانم زیبا: بله، بله.

آقای شهبازی: شما باید خودتان را رها کنید از آن چیزی که تخریب می‌کند و چون خداوند لحظه به لحظه در کار جدید است بگذارید با کار جدید با فضاگشایی، با فضاگشایی می‌فهمید آن کار جدید چیست؟ با فضاگشایی. هر لحظه در اطراف وضعیت خودتان فضا باز کنید، فضا باز کنید، فضا باز کنید. شما در ضمن ببینید اولین اقدام این ورزش است، همیشه من می‌گویم.

خانم زیبا: آقای شهبازی من یک آدمی بودم حرفه‌ای ورزش بدن‌سازی می‌کردم، یعنی حرفه‌ای تغذیه، زیر مربی، در حد یک مربی دیگر شده بودم، ولی متأسفانه یک اتفاقی برای انگشت دستم افتاد که یک سالی حالا باز این من‌ذهنی نمی‌گذارد من ورزش کنم، من باید ورزش را شروع بکنم چون واقعاً خیلی خطرناک است بله این افکاری که دارد می‌آید، من بدنم عادت کرده به ورزش.

آقای شهبازی: شما راه که می‌توانید بروید، راه که می‌توانید بروید. شما راه می‌توانید بروید، شما می‌توانید بروید باشگاه راه بروید، می‌توانید خیابان راه بروید، می‌توانید بروید پارک. من یادم است در ایران بودم مردم می‌رفتند پارک صبح‌ها ورزش

می‌کردند، می‌توانید آن، لزومی ندارد در حد مربیگری ورزش کنید بروید همان ورزش‌های عادی که، ولی بدن را به حرکت در بیاورید، بگذارید این سمی که به خونتان می‌ریزد این دفع بشود.

سم‌هایی، یک موقعی من این‌ها را، نمی‌دانم توی این برنامه نه یک جای دیگر درس می‌دادم، نزدیک چهل جور واکنش صورت می‌گیرد. توی این کتاب‌هایی که مربوط به قلب است، نمی‌دانم (قلب: heart) به اصطلاح به انگلیسی، معمولاً در آن ابتدایش یک کتابی بود من الان یاد نیست از آن برداشته بودم، چه فعل و انفعالاتی در بدن شما صورت می‌گیرد وقتی شما دچار واکنش استرس می‌شوید، توجه می‌کنید؟
خانم زیبا: بله.

آقای شهبازی: و شما آن فعل و انفعالات الان دارد در شما صورت می‌گیرد. شما دوا البته موقتاً می‌تواند کمک بکند ولی دوا خوردن فایده ندارد. دوباره به ورزش رو بیاورید، از ملامت خودتان دست بردارید، نگذارید مردم، قرین‌هایی بیابند بگویند که آقا، خانم فرزندان مرده بدبخت شدید، اصلاً بدبخت نشدید، اتفاق است می‌افتد. وقتی می‌افتد باید فضا را باز کنید پیغام را بگیرید خودتان را درست کنید، یاد بگیرید، تمام شد رفت.

خانم زیبا: بله، آقای شهبازی این فضاگشایی همان‌که من ناظر ذهنم هستم دیگر می‌شود فضاگشایی؟

آقای شهبازی: فضا گشایی را با ذهن نمی‌توانید. شما برنامه را گوش کنید، ورزش کنید، این بیت‌ها را تکرار کنید، یک موقعی می‌بینید فضا خودش باز شد. فضا، این فضا، همان خود زندگی است، خداوند است، در درون شماست، توجه می‌کنید؟ هر جا باشید با شماست.

خداوند، زندگی، خودش را به صورت سکون، به صورت فضا، خلأ در شما نفوذ داده. ۹۹۹/۹۹ درصد درون شما خالی است، آن خلأ شروع می‌کند باز شدن اگر شما از فشار روی خودتان دست بردارید، از انقباض دست بردارید، سعی کنید منقبض نشوید.

با ذهن فکر نکنید، همینی که عرض کردم ورزش کنید، ورزش کنید، بخندید، نگویید فرزندم مرده خنده حرام است، نه. شاد باشید و گنج حضور را گوش بدهید. اگر منقبض نشوید، یک دفعه خود زندگی در شما منبسط می‌شود و توجه کنید، در این جور اتفاقات که پیش می‌آید فشارش خیلی زیاد است امکان فضاگشایی خودبه‌خود خیلی زیاد است در شما، توجه می‌کنید؟

شما خلاصه شما آن‌ها را رها کنید که چه جوری فضا را باز می‌کنند، چه جوری مال ذهن است، فضا خودش باز می‌شود، منتها باید این ابیات را تکرار کنید، ابیات را تکرار کنید، ورزش کنید ابیات را تکرار کنید. از قرین‌ها از آدم‌هایی که در لباس دوست می‌خواهند زندگی شما را آشفته کنند پرهیز کنید، یکی دو ماه بعد می‌بینید که دارید یواش یواش آرام می‌شوید، آرامش به زندگی شما برمی‌گردد.



خانم زیبا: بله، همین برنامه شما و نگاه کردن به برنامه شما خیلی به من کمک می‌کند یعنی اگر این برنامه نبود من واقعاً نمی‌دانم باید چکار می‌کردم، خیلی خوب شدم با این‌که یک زمان کوتاهی شاید فقط بیست روز است، ولی من همه‌اش دارم به این برنامه، البته چون از شهرستان من او را آنجا شهرستان دهن دهن تهران زندگی می‌کنم از قرین‌ها به قولی آشناها دور هستم، همه توی خانه مسلط هستم روی برنامه یعنی کسی دیگر نیست که بیاید یک چیزی بگوید همه‌اش دارم به برنامه گوش می‌دهم، این دوری واقعاً خیلی، تنهایی را خیلی دوست دارم که توی آدم‌ها نباشم دیگر روی خودم همه‌اش کار بکنم چون وقتی می‌روم توی آدم‌ها بیشتر از این برنامه دور می‌شوم حالم خیلی خراب می‌شود. بله چشم من ورزش می‌کنم.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] یک ضرب‌المثلی دارید شما، می‌گویید «دوری و دوستی»، این را رعایت کنید. من نمی‌گویم عشق نورزیدها! ولی در مورد قرین درست است، من با شما خداحافظی کنم ببینیم شاید یک تلفن دیگر بگیریم.

خانم زیبا: بله، ممنونم آقای شهبازی، خیلی ممنونم. ممنون از برنامه‌های خوبتان. سپاس‌گزار هستم.

آقای شهبازی: موفق باشید، سلامت باشید، مواظب خودتان باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زیبا]

۳۸- خانم سارا از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سارا]

خانم سارا: در برنامه ۱۰۰۱ با شما صحبت کردم، بعد زمانی که با شما صحبت کردم تا یک مدت دو هفته این‌ها خیلی حالم خوب بود، یعنی واقعاً ارتعاش حضور شما خیلی برای من عالی بود.

آقای شهبازی: اختیار دارید خانم.

خانم سارا: الان دوباره یک مدت است یک سری موارد پیش آمده توی محل کارم و توی زندگی‌ام نامرادی‌های زیادی دارم، ترس‌هایم بالا آمده‌اند، حالم آن‌قدر که باید خوب نیست.

آقای شهبازی: شما مگر شعرش را بلد نیستید؟ «بی‌مرادی شد»؟

خانم سارا: بله.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُو اِیْ خُوشِ سَرِشْتِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیشرو لشکر

آقای شهبازی: «حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُو اِیْ خُوشِ سَرِشْتِ». «عاشقان از بی‌مرادی‌های»؟ «عاشقان از» بخوانید.

خانم سارا:

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

آقای شهبازی: «باخبر گشتند»، پس عاشقان وقتی بی‌مراد می‌شوند، خبردار می‌شوند از خداوند، از مولای خودشان باخبر می‌شوند. درست است؟

خانم سارا: بله. این مواردی که فرمودید الان همه را یادداشت کردم. من خوشبختانه ورزش را شروع کرده‌ام، باشگاه اسم نوشته‌ام ورزش می‌کنم، شعرها را تکرار می‌کنم وقتی این‌طوری حالم بد است، ترس‌هایم بالا می‌آیند. حالا برنامه را هم که می‌بینم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: الان این موردها را داشتید برای این خانم می‌گفتید یادداشت کردم.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم سارا: از قرین‌های بد هم اگر بتوانم پرهیز کنم که دارم سعیم را می‌کنم، فکر می‌کنم بهتر می‌شوم.

آقای شهبازی: توجه کنید ما می‌گوییم «قرین بد»، این هم توجه کنید، شما به خودتان نگاه کنید، ممکن است خود ما هم قرین بد باشیم. این طوری نیست که من خوب هستم، دیگران بد هستند. هر کسی که روی خودش کار می‌کند، مخصوصاً هم که اگر زیر بار یک وضعیت خاصی است که پیش آمده مثل همین خانم مثلاً فرزندش را از دست داده، خب البته بی‌مرادی‌های کار و فلان و این‌ها خیلی سبک‌تر هستند دیگر، باید از خرابکاری قرین خودش که من ذهنی‌اش است آگاه باشد، مواظبش باشد که خرابکاری نکند دیگر. از طرف دیگر یک قرین اصلی دارید که زندگی است، خداوند است در شما است، فضا را باز کنید، با او قرین بشوید و از حمله قرین‌های اطراف هم بگویید که شما حالا فعلاً زندگی من را خراب نکنید با دلسوزی‌تان. بیشتر قرین‌های بد بیرون که غیر هستند از طریق دوستی و در لباس دوستی زندگی آدم را خراب می‌کنند، خیلی صریح، شما نگذارید. شما اگر روی زندگی خودتان کار می‌کنید، حیف است، نگذارید آن چیزی که به دست می‌آورد با هفت هشت ساعت چیز، مردم بیایند زیر پایشان له کنند بروند. توجه می‌کنید؟

خانم سارا: بله.

آقای شهبازی: این مثال یادتان باشد توی این خیابان‌ها دیده‌اید که درخت‌های کلفت هست؟ اول این‌ها یک نهال هستند، خیلی نازک هستند. درست است؟ این‌ها را که می‌کارند، اطرافش یک حفاظ آهنی می‌گذارند که مردم نیایند مثلاً بشکنند یا مثلاً بخورند به آن بشکنند. خب وقتی که این شروع می‌کند به، این درخت، کلفت شدن، آن حفاظ فلزی را دیگر برمی‌دارند. شما هم باید همین کار را بکنید. این حضور شما اولاً یک نهال کوچکی است که باید زیر دامن‌تان نگه دارید و این شمع را مردم فوت نکنند.

چراغست این دل بیدار، به زیر دامنش می‌دار از این باد و هوا بگذر، هوایش شور و شر دارد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۳)

مواظب باشید که له نکنند قرین‌ها تا این جان بگیرد، وقتی جان گرفت دیگر انتقاد مردم، مصاحبت مردم به اصطلاح من ذهنی روی شما اثر گذاشت، می‌توانید این حفاظ را بردارید، می‌توانید آن موقع با همه معاشرت کنید، همه‌جا بروید.

خانم سارا: بله، درست است آقای شهبازی. وقتی من ذهنی به من حمله می‌کند، یعنی طوری من را در خودم مچاله می‌کند که واقعاً اصلاً اختیار زندگی‌ام، همه‌چیزم از دستم درمی‌رود و زندگی‌ام مختل می‌شود. یکی از ترس‌ها، حالا ترس‌های زیادی در زندگی‌ام دارم، بزرگ‌ترین ترسم به خاطر این‌که، آن دفعه خدمتتان عرض کردم، نزدیکانم را به خاطر بیماری‌های سخت از دست دادم، تا احساس درد می‌کنم توی بدنم، سریع این در ذهنم می‌آید که من هم قرار است به آن بیماری‌های سخت دچار بشوم و واقعاً اصلاً تمام ذهنم درگیر می‌شود و نمی‌توانم هیچ کاری بکنم.



الآن یک مدت است یک خرده بیماری‌های گوارشی و این‌ها دارم، خیلی این ترس توی من فعال شده. این شعر برای من خیلی این روزها کار می‌کند که

حکم حق گسترد بهر ما بساط که بگویند از طریق انبساط (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

آقای شهبازی: بله.

خانم سارا: امروز این را بیشتر از هزاران بار تکرار کردم توی راه که داشتم می‌رفتم سر کار، چون ما عید هم شیفتم بودیم، سر کار بودیم، همچنان داریم می‌رویم سر کار، تمام عید را سر کار بودم.

آقای شهبازی: آن شعرهای قبض را هم بخوانید. «قبض دیدی چاره آن قبض کن»، بخوانید. «ز آن که سرها جمله می‌روید ز بُن».

خانم سارا: «ز بُن» بله.

آقای شهبازی: «ز بُن». «بسط دیدی بسط خود را آب ده» بقیه‌اش؟ «چون برآید میوه، با اصحاب ده».

قبض دیدی چاره آن قبض کن ز آن که سرها جمله می‌روید ز بُن (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

بسط دیدی، بسط خود را آب ده چون برآید میوه، با اصحاب ده (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

بُن: ریشه

بسط دیدی، فضا را باز کردی، هی این را باز کن، آب بده، آب زندگی را بده به این. از آن‌ور زندگی می‌آید، نیرویت را صرف بسط کن، بسط کن، بسط کن، بسط کن. وقتی بسط می‌کنی، یک دفعه میوه می‌آید، میوه شادی می‌آید، یک فکر خلاق می‌آید، یک دفعه متوجه می‌شوی که می‌دانی دیگر مسائلتان را چه جوری حل کنید. آن‌ها را هم به خودت بده، هم به دیگران بده اگر، البته دیگران در نور شما راه را می‌بینند. بله. این شعرها را هم، شعرهای قبض را هم بخوانید با بسط.

خانم سارا: آن دفعه که با شما صحبت کردم واقعاً ارتعاش حضور شما این قدر برای من مؤثر بود، اصلاً باور نمی‌کردم آن چیزهایی که در ذهنم می‌آمد و حال خوبی که داشتم، اصلاً فکر نمی‌کردم من هستم، خیلی حالم خوب شده بود. الآن هم

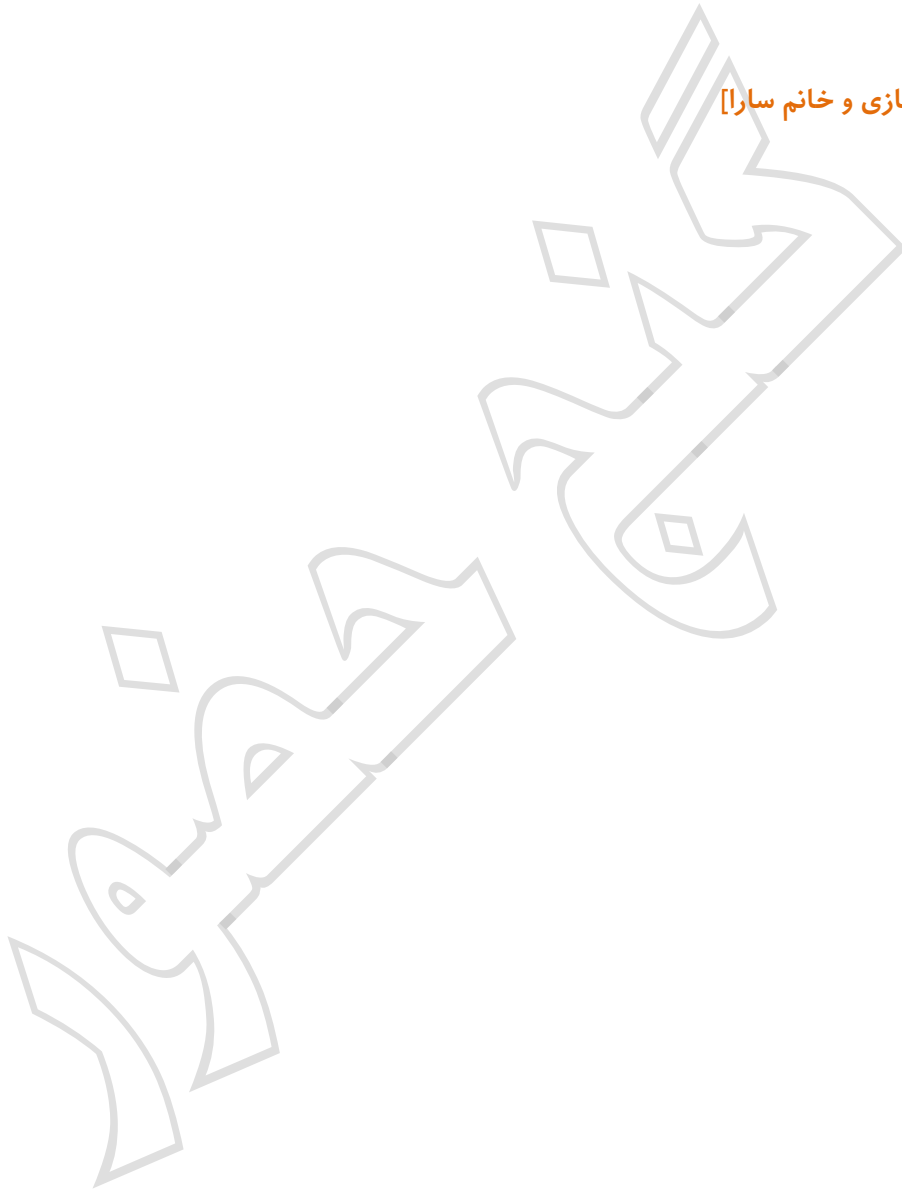


البته به آن قدری که مثلاً گذشته‌ها حالم خراب می‌شد، بد نیست حالم، ولی خب آن چند روزی که با شما صحبت کرده بودم بعدش واقعاً حالم خوب بود، انگار روی ابرها داشتم راه می‌رفتم. خیلی حالم خوب بود.

آقای شهبازی: الان هم خوب است، شما ورزش کنید، این بیت‌ها را تکرار کنید، برنامه را هم ببینید، بعد از دو سه ماه اثرش را خواهید دید. با شما خداحافظی کنم.

خانم سارا: بله، بله، تایم (زمان:time) من هم تمام شده. خیلی ممنون. خوشحال شدم صدایتان را شنیدم. سال نو شما هم مبارک باشد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سارا]





۳۹- خانم فاطمه از مازندران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

آقای شهبازی: خانم فاطمه شما آخرین تلفن ما هستید.

خانم فاطمه: اصلاً از خوشحالی نمی‌دانم چه باید بگویم!

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم فاطمه: والله آقای شهبازی خدا را شکر، خیلی خدا را شکر. از اول برنامه هی زنگ زده بودم، گفتم می‌شود یک بار من هم آخرین نفر باشم؟! وای آقای شهبازی چقدر خوشحال هستم، قلمم دارد از سینه‌ام می‌آید بیرون.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] آفرین، آفرین! ما باید از این برنامه‌ها زیاد بگذاریم که فقط کسانی زنگ بزنند که تا حالا زنگ نزده‌اند، ان‌شاءالله می‌گذاریم، چشم. من یک فکری بکنم، ببینم.

خانم فاطمه: ممنونم آقای شهبازی. فقط می‌خواستم به شما بگویم نمی‌دانید آن روزی که این برنامه را تماشا می‌کردم چقدر کینه داشتم و پر از کینه بودم. بعد این قدر درد داشتم از دست این کینه، نمی‌دانستم فکر می‌کردم کینه‌ها را باید داشته باشم. و وقتی که صحبت‌های شما را بعد از دو سه ماه حالی‌ام شد، متوجه شدم، انگاری که یک کوله‌باری از مشکلات، انگار یک کوهی را گذاشتم زمین و آن شب راحت خوابیدم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: بله، بعد شما خیلی می‌گفتید که حالا آن‌ها که مرده‌اند دیگر هرچه که بوده تمام شده، من هم می‌دانستم که این‌ها مرده‌اند تمام شده، من چرا این قدر کینه این‌ها را دارم؟ آقای شهبازی شما می‌گفتید که صبر کنید و این قدر آن زمان این صبر کردن و این برنامه این قدر برای من جالب بود که یک دفعه متوجه شدم که من همه‌اش فکر می‌کردم که خب مادرشوهرم، پدرشوهرم این‌ها همه این قدر من را اذیت کردند، من چقدر کینه این‌ها را دارم، چرا نمی‌توانم این‌ها را زمین بگذارم؟ بعد آقای شهبازی، بعد از مدتی متوجه شدم، یک روز زیر دوش حمام بودم یک‌هو بی‌متوجه شدم ای داد من کینه پدرم که عاشقانه دوستش دارم، من کینه او را هم دارم! و توی همین حال و هوا، باورتان نمی‌شود، شاید یک ثانیه بود قشنگ برای من باز کرد که علت این‌که تو از او خشم و کینه داری چیست، یعنی انگار یک‌هو برای من روشن شد که چه بود که تو از پدرت کینه داشتی.

بعد آقای شهبازی بعد از آن من متوجه شدم که چرا بعد از این‌که مامانم فوت کرد من نتوانستم، حتی خواهرم و برادرم بوسش کردند و این‌ها، ولی من اصلاً نتوانستم مامانم را بغل کنم بعد از مردنش. یعنی قبلش رفته بودم پیشش و مریض‌داری می‌کردم و این‌ها، ولی آن لحظه، خیلی برایم سؤال بود. بعد خیلی‌ها که من را دیده بودند خیلی سرم منت می‌گذاشتم که چه خشمی، چه جوری می‌شود آدم مادرش را بغل نکند. این قدر این برای من دردآور بود آقای شهبازی. آن روز متوجه شدم که

چرا من مادرم را نتوانستم بغل کنم، فهمیدم که یک خشم و کینه دیرینه‌ای داشتم، بعد این باورتان نمی‌شود این برای من باز شد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: با این که من خیلی یوگا کار می‌کردم و آن‌هایی که یوگا کار می‌کنند می‌دانند توی مدیتیشن (مراقبه: meditation) یک چیزی هست که می‌روند توی خلأ که مثلاً، الآن نمی‌دانم اسمش به ذهنم نمی‌آید، که مثلاً گذشته غم‌هایی که دارید این‌جوری و آن‌جوری بکنید این‌ها را از بین ببرید. من هر دفعه که می‌رفتم متوجه می‌شدم که من هیچ خشم و هیچ کینه‌ای ندارم. ولی با این برنامه باورتان می‌شود، همین‌جور که همه می‌گویند، انگار که شخم زده شد توی درون من و همه این‌ها را آورد بالا و من متوجه شدم که اصلاً کینه مادرشوهر و پدرشوهرم که فوت کردند در مقابل این همه کینه و خشمی که در وجودم هست هیچ است.

بعد شما گفتید که معلوم است که نمی‌توانید خشم و کینه را همین‌جور که بسته باشید نمی‌توانید بیندازید، باید صبر کنید، یواش‌یواش فضاگشایی کنید تا این حل بشود توی این دریای وجودتان. و آقای شهبازی، درست است که همه حل نشده، ولی فوق‌العاده شده، من دیگر بلد شدم چه‌جوری عشق بدهم به بچه‌هایم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: بعد همه به من می‌گفتند تو چقدر صبوری، ولی آقای شهبازی اصلاً صبوری نبود، همه تحمل بود، همه خشم‌هایی بود که می‌خواه‌بندم که ظاهر خوب بشود. همین شعری که هست که می‌گوید این آب زلال بالا بود، ولی این زیرش سرگینی بود که هر دفعه که هم می‌خورد می‌آمد بالا و من متوجه نشدم. این قدر از شما سپاس‌گزارم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: چون آن، آن راه تآسی خودم، یعنی آن شر، همین دعایی که می‌کنم از اول ماه رمضان این است که خدایا کمک کن که من را از شر خودم نجاتم بده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: برای همه این دعا را می‌کنم، خدایا همه را از شر خودشان نجات بده. آقای شهبازی فکر می‌کنم این اولین و آخرین دعا هست. وای آقای شهبازی، چقدر از شما تشکر کنم؟

یک چیز هم در مورد قانون جبران بگویم خیلی برایم جالب بود، این که من همین‌جوری همین پول پس‌اندازی که می‌گیرم به‌عنوان پول توجیبی، همین این را می‌گذاشتم کنار که مثلاً خودم چون که با کارت کار نمی‌کنم، می‌دادم به دوستم انجام بدهد. این پول جمع شد و به اندازه پول توجیبی‌ام شد. یک لحظه‌ها! آقای شهبازی باورتان نمی‌شود یک لحظه یکی به من گفت که ای بابا این خیلی زیاد است. آقای شهبازی باورتان نمی‌شود، به اندازه ذره‌ای، ذره‌ای گفتم انگار خیلی زیاد شد!

آقای شهبازی باورتان نمی‌شود، این رفیقم که می‌خواست این را به کارتم بزند می‌گفت اشتباهی می‌دهی کارت، اصلاً نمی‌خورد. دخترم هرچه سعی کرد گفت اصلاً اشتباه است، نمی‌خورد.

بعد نشستم آقای شهبازی این قدر از خدا عذرخواهی کردم گفتم خدایا من را ببخش، من به اندازه تمام موهای سرم باید هزینه کنم آقای شهبازی [گریه خانم بیننده]. این قدر عذرخواهی کردم تا بعد از یک هفته جور شد و این پول واریز شد. می‌خواهم بگویم که این قدر این کار درست است، این قدر کارتتان درست است.

آقای شهبازی: خب خدا را شکر!

خانم فاطمه: حتی اگر یک ذره خلئی توی این کار انجام قانون جبران اگر آدم بخواهد انجام بدهد، اگر یک ذره خلأ هم باشد تویش، انجام نمی‌شود آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: آفرین به شما آقای شهبازی، کولاک کردید به خدا، چقدر به من چیز یاد دادید، فکر می‌کردم خیلی چیزها بلد هستم ولی الان با برنامه شما متوجه شدم هیچ چیزی بلد نبودم. چقدر سواد یاد گرفتم، چقدر چیز یاد گرفتم آقای شهبازی. این قدر جالب است برایم این درس‌ها. هیچ برنامه‌ای، هیچ کتابی که این همه بیرون هستند که می‌توانند کمک کنند اکثراً کتاب هستند، هیچ‌کدام آقای شهبازی به دلم نمی‌نشیند. یعنی هر کس سر این سفره نشست، هر کس سر این سفره نشست، امکان ندارد جای دیگری برود، مزه این غذا را که چشید، امکان ندارد آقای شهبازی جای دیگر برود به دلش بنشیند. فوق‌العاده است، فوق‌العاده است.

آقای شهبازی: بله. این برکت مولانا است.

خانم فاطمه: می‌خواستم همین را به شما بگویم، از شما بی‌نهایت سپاس‌گزارم. فقط می‌خواستم بگویم خدایا یک روزی می‌شود؟ نمی‌دانید موقعی که برنامه ۱۰۰۰ را تماشا کردم چقدر خوشحال بودم، ولی ده برابرش ۱۰۰۱ را وقتی که باز کردم خوشحال شدم خیلی زیاد.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم. این برکت مولانا و فرهنگ زیبای ایران زمین است، فرهنگ همه ما است، می‌بینید چقدر زیبا است، چقدر مؤثر است، چقدر خردمندانه است. این شعرهای مولانا بود، آموزش مولانا بود و جدیت شما بود، همت شما بود، قانون جبران شما بود که سبب شد شما پیشرفت کنید و این همه مطلب را در خودتان کشف کنید. آفرین بر شما! آفرین بر شما! این سم کینه را در خودتان کشف کردید.

هر کسی که دردی داشته باشد، مخصوصاً کینه، مخصوصاً کینه، کینه مثل سیانور می‌ماند، دیدید مثل شما یک قطره‌اش وارد استخر بشود، آن استخر را بخورند مسموم می‌شوند. این کینه هر کاری آدم می‌کند خودش را وارد می‌کند، هر کاری شما کینه از پدر و مادرت داشته باشی، این در شما هست به مهر و محبت شما به بچه‌تان وارد می‌شود، به همسرتان وارد می‌شود، به دوستتان وارد می‌شود، یعنی همیشه با شما است.



خدا را شکر شما کینه را پیدا کردید، دیدید و رفع کردید. و اگر کسی کینه داشته باشد، نمی‌تواند به بی‌نهایت خداوند زنده شود، واضح است. شما می‌توانید یا از جنس کینه و دردهای دیگر باشید. کینه و خشم نمی‌گذارد، کینه و رنجش نمی‌گذارد، کینه و حسادت نمی‌گذارد. هر کسی که حسادت دارد، به خداوند نمی‌تواند زنده بشود. باید ما برویم مواظب این چیزها باشیم. چرا خداوند نمی‌تواند جذب کند ما را؟ این روی صفحه نوشته:

اصل، خود جذب است، لیک ای خواجه‌تاش کار کن، موقوف آن جذبه مباش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷)

خواجه‌تاش: دو غلام را گویند که یک صاحب دارند.

یکی از جنبه‌های کار ما شناسایی همین دردها مخصوصاً کینه و انداختن آن‌ها است. تا درون ما است، ما را می‌سوزاند، بیچاره می‌کند، بیرون هم که نمی‌گذارد هیچ چیزی به نتیجه برسد. از طرف دیگر ما آمدیم در این هشتاد سال به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده بشویم، آن را هم که نمی‌گذارد. دیگر شما حالا برو هم‌اش روزه بگیر، نمی‌دانم هر کاری می‌خواهی، وقتی کینه داشته باشی، وقتی نمی‌توانی به او زنده بشوی، این‌ها چه فایده دارد؟

خانم فاطمه: هیچی آقای شهبازی.

آقای شهبازی: می‌دانید؟ اول باید آن کینه را شناسایی کنید و شناسایی مساوی آزادی است، مطمئن باشید. و شما خلاص شدید، آفرین بر شما، تبریک به شما!

خانم فاطمه: یک دنیا ممنون، یک دنیا ممنون آقای شهبازی، یک دنیا.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: مطمئنم که هزار برابر به شما می‌رسد و از این‌که به شما می‌رسد یک دنیا خوشحالم آقای شهبازی، یک دنیا. فقط می‌گفتم شما برای من، برای من یک دانه کارتان کافی است آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنونم، زنده باشید، مبارک باشد. خداحافظی می‌کنم با شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی!

◇ ◇ ◇ پایان بخش پنجم ◇ ◇ ◇