

# کنج حنور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱-۱۰۰۳

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۳۱ فروردین ۱۴۰۳

[www.parvizshahbazi.com](http://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 این که 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 ۱-۱۰۰۳

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 ۱-۱۰۰۳		
ناهید سالاری از اهواز	الهام فرزامنیا از اصفهان	مهردخت عراقی از چالوس
زهرا عالی از تهران	فاطمه زندی از قزوین	فاطمه جعفری از فریدون‌کنار
مرضیه شوشتری از پردیس	امیرحسین حمزه‌ئیان از رشت	الناز خدایاری از آلمان
فرشاد کوهی از خوزستان	الهام بخشوده‌پور از تهران	پارمیس عابسی از یزد
شبثم 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 سنندج	مرجان فرخ‌سرشت از استرالیا	فرزانه پورعلی‌رضا از تهران
لیلی حسینی‌زاده از تبریز	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	بهرام زارعی‌پور از کرج
	فاطمه اناری از کرج	یلدا مهدوی از تهران
<p>با تشکر از دوستان بیننده که با ارسال متن پیام‌هایشان ما را یاری دادند.</p> <p>جهت ارسال متن پیام یا تصویر پیام و یا همکاری با گروه متن برنامه‌های گنج حضور با آیدی زیر در تلگرام تماس حاصل کنید.</p> <p><b>@zarepour_b</b></p> <p>لطفاً پیام‌های خوانده شده روز جمعه را تا ساعت ۱۲ ظهر شنبه ارسال نمایید.</p> <p>کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:</p> <p><a href="https://t.me/ganjehozourProgramsText">https://t.me/ganjehozourProgramsText</a></p>		



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	آقای محمد از نیشاپور	۵
۲	خانم بیننده از آلمان با سخنان آقای شهبازی	۷
۳	خانم فرشته از ساری با سخنان آقای شهبازی	۱۰
۴	خانم بیننده از قائمشهر با سخنان آقای شهبازی	۱۵
۵	خانم سارا از کرج با سخنان آقای شهبازی	۱۹
۶	خانم نیلوفر از مریلند آمریکا با سخنان آقای شهبازی	۲۴
۷	خانم بیننده	۲۹
۸	خانم صفورا از مشهد	۳۱
	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	۳۵
۹	آقای پویا از آلمان	۳۶
۱۰	خانم فریده از هلند	۴۰
۱۱	خانم لادن از کانادا	۴۲
۱۲	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین شهر اصفهان	۴۶
۱۳	خانم یلدا از تهران	۵۰
۱۴	خانم فرزانه از اصفهان	۵۲
۱۵	خانم پروین از استان مرکزی با سخنان آقای شهبازی	۵۴
۱۶	خانم الناز از آلمان	۶۲
۱۷	خانم‌ها آیدا و فرخنده از جوزدان نجف‌آباد	۶۵



صفحه	پیام دهنده 	ردیف
۷۰	سخنان آقای شهبازی	۱۸
۷۳	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	
۷۴	خانم پروین از اصفهان	۱۹
۷۶	آقای کیان و خانم زهره از آمل	۲۰
۷۸	آقای مصطفی از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی	۲۱
۸۶	خانم مرجان از استرالیا	۲۲
۸۹	خانم دینا از کانادا	۲۳
۹۳	خانم فرزانه از اصفهانک	۲۴
۹۶	خانم رخشان از تهران	۲۵
۱۰۰	خانم بیننده از سنندج	۲۶
۱۰۴	خانم‌ها زینب و میتراناز و آقای سامان از بروجن	۲۷
۱۰۹	سخنان آقای شهبازی	۲۸
۱۰۹	♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	





۱- آقای محمد از نیشاپور

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای محمد]

آقای محمد: اظهار تشکر می‌کنم از این‌که یک هزار و سه برنامه اجرا کردی. خیلی ممنونت هستم. برنامه‌های زندگی‌سازی اجرا کردی. دستت هم درد نکند. من حدوداً هشت ماه قبل یک تماسی گرفتم با شما از نیشاپور، الآن بعد هشت ماه وظیفه دانستم که تماس بگیرم. به‌رحال از این‌که شما برنامه‌ها را اجرا کردید، برنامه‌های انسان‌ساز خیلی خوبی بود، خیلی خیلی عالی است. من اظهار تشکر می‌کنم از زحمات بی‌دریغ شما، همکارانتان. خیلی عالی بود. خیلی خوب بود. دستتان درد نکند.

در ضمن پیشرفت‌های خیلی خوبی من داشتم. از پیشرفت‌هایی نمی‌خواهم بگویم، ولی پیشرفت‌هایی خیلی خوب بود و اول هر برج من اوقاتی که وظیفه دارم که برای فرض کن چیز، واریز بکنم به حساب شما، به حساب همان آقای که تهران هستند.

آقای شهبازی: بله بله. خواهش می‌کنم.

آقای محمد: بله من واریز می‌کنم و خیلی خیر و برکت توی هم زندگی‌ام، در کار و کسبم این‌ها من دیدم از این برنامه. فقط زنگ زدم از شما اظهار تشکر کنم. هم از شما، هم از همکارانتان.

انشاءالله برایت آرزوی موفقیت دارم. سالیان سال زنده باشی جناب شهبازی. سالیان سال زنده باشی ان‌شاءالله ما از بیانات شما، از گفتار شما استفاده کنیم. خیلی ممنون. موفق و مؤید باشید. وقت شما را نمی‌گیرم. در ضمن تشکر می‌کنم از خانم فریبا خادمی، خانم پریسا از کانادا، چندتای دیگر، خانم مرجان از استرالیا، چندتای دیگر از خانم‌ها هستند که واقعاً واقعاً مثلاً فرض کن زحمت می‌کشند برنامه خوبی اجرا می‌کنند می‌فرستند برای شما. برای ما اجرا می‌کنید شما.

آقای شهبازی: بله.

آقای محمد: خیلی ممنون از آقای صادق توی آمل است فکر کنم، توی آمل است، بابل است.

آقای شهبازی: آقای صادق از ایلام.

آقای محمد: ایلام، ایلام، آری. از آقای صادق هم اظهار تشکر می‌کنم. خیلی نوشته‌افزارهای خیلی خوبی دارند. خیلی واقعاً بیاناتشان، واقعاً تأثیرکننده است. واقعاً درس‌دهنده خیلی خوبی است. وقت شما عزیزان را نمی‌گیرم. تک‌تک دوستان را سلام می‌رسانم. ان‌شاءالله موفق و مؤید باشید.

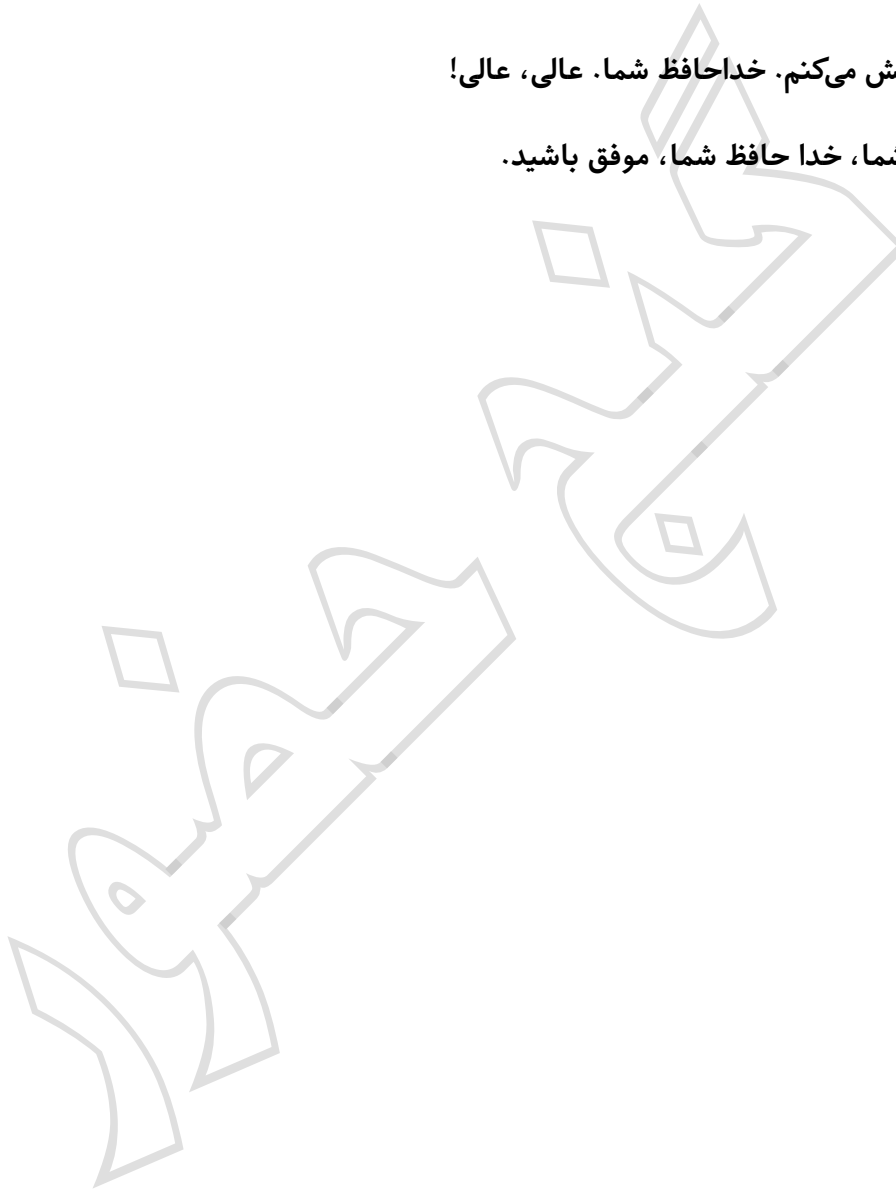


آقای شهبازی: ممنونم.

آقای محمد: خانم فریبا هر کجا باشد ان شاء الله موفق باشد. خانم مرجان توی استرالیا همین طور. خانم پریسا توی کانادا. خلاصه همه دوستان و یاران که گنج حضور را اجرا می‌کنند موفق و مؤید باشند. واقعاً برنامه انسان‌سازی در پیش گرفتید. ان شاء الله ۲۰۰۰ برنامه اجرا کنید جناب شهبازی. موفق و مؤید باشید. مزاحمت نمی‌شوم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. خدا حافظ شما. عالی، عالی!

آقای محمد: قربان شما، خدا حافظ شما، موفق باشید.





۲- خانم بیننده از آلمان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: آقای شهبازی عزیز، من شنونده برنامه شما هستم، ده سال می‌شود. خیلی هم از برنامه شما من استفاده کردیم و استفاده می‌کنم. دو سال پیش‌تر با شما حرف زدم و خیلی هم از حالت درونی من خوب‌تر شدم. من بسیار درد می‌گرن داشتم و فراموشی زیاد داشتم. از نوشتن و خواندن اشعار بسیار خودم را خوب‌تر احساس می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: از شما بسیار بسیار تشکر می‌کنم. از لطفی که می‌کنید و من از آلمان زنگ می‌زنم. دفعه پیش‌تر هم به همراه شما زنگ زدم، حرف زدم که کمک کردید در قسمت حق عضویت. یک دنیا ممنون از شما.

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید؟ از کجا؟

خانم بیننده: از آلمان.

آقای شهبازی: از آلمان زنگ می‌زنید. بله بله.

خانم بیننده: دفعه پیش‌تر از انگلیس حرف می‌زدم.

آقای شهبازی: بله. خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: و از همه عزیزانی که در این نکته‌ها کار می‌کنند و بر ما کمک می‌کنند. چقدر برنامه‌های نوروزی خوب بود آقای شهبازی. یگانه چیزی که دل من را خوش می‌سازد فقط برنامه گنج حضور. یگانه چیزی که خوشی می‌دهد و خوشبخت می‌سازد. ما در این کنج خانه نشسته، پروگرام (program: برنامه) گنج حضور، صدای مقبول شما، لطف شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: اصلاً دیگر از گفتن بسیار هیچ‌چیز نمی‌شود، کافی نیست. آن مرضی‌ای که من داشتم، بسیار مرضی زیادی که در وجود من همین غده‌هایی پیدا می‌شد که بسیار غده‌هایی چه می‌بود، باید عمل می‌کردم آن را در آلمان. یعنی زهری یا یک چیز غده‌ها پیدا می‌شد، من دوباره عملیات کردم و دفعه سوم که من باید عملیات می‌کردم و مادرم مریض بود و نتوانستم به اپوینتمنت (appointment: قرار ملاقات) برسم، بسیار دیر شد، یک شش ماه، هشت ماه شد. باز دفعه دیگر برای من اپوینتمنت دیر شد، وقتی که رفتم که من، وقتی که سر میز عمل



من را چیز کردند، شروع کردند که ببینند که التراسوند (ultrasound): امواج فراصوتی که در درمان و جراحی به‌کار می‌روند) کنند که در کجا هست غدد که شروع کنند عمل، اما آن غدد در وجود من نبود.

آقای شهبازی: عجب!

خانم بیننده: اصلاً هیچ نمی‌دانستم که، دکترم هیچ قبول نمی‌کرد، با وجود این‌که عکسش را داشت. موقعی که من این‌قدر خود را یعنی روحاً از گنج حضور مستفیض ساختیم.

اصلاً دکترم قبول نمی‌کرد. می‌گفت چطور امکان دارد که یک چیز شود که آن چیزی که بود حالا هیچ نیست. یعنی واقعاً شعرهای مولانا آن‌قدر برکت دارد، و آن‌قدر در تار و پود وجود انسان کار می‌کند که دردها را می‌برد و فراموشی را، پس یعنی محافظ آدم است.

حالا ما دانسته‌ایم که صدها شعر است، من از یاد کنم و همیشه شعرها را می‌خوانم. بسیار من را لحظات خوش می‌دهد و صدای شما، برنامه‌های لایو (live: زنده) و برنامه ۱۰۰۰ بهترین برنامه بود، ۱۰۰۲ همچنان. و بار دیگر از برنامه ۹۰۰ و باز یک ترسی در دل من پیدا شده بود که اگر برنامه ۱۰۰۰ باشد و ۱۰۰۱ نباشد! باز از برنامه ۱۰۰۱ یک انرژی بسیار قوی که من هیچ نمی‌دانم مثل دریای نور دل من را آرام ساخت و شعرهای مولانا را از خودمان ساخت. و دفعه دیگر که من یک، و وقتم ببخشید پر شد آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: بله دیگر، بله تقریباً تمام شده. بله.

خانم بیننده: دست‌های شما را ماچ می‌کنم. یک دنیا ممنون از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

آقای شهبازی: بله بعضی‌ها ممکن است تعجب کنند که چطور گوش کردن به دانش مولانا یا گنج حضور می‌تواند مثلاً حواس‌پرتی را از بین ببرد، یا مثلاً دردهایی مثل میگرن و این‌ها را خوب کند، برای این‌که این به اصطلاح عوارض، یعنی حواس‌پرتی به خاطر این است که چندتا چیز موهومی که هیچ ارزشی هم برای آدم ندارد، بی‌خبرانه، ناهشیارانه، تمرکز ما را می‌خواهد به هم بریزد، توجه ما را جذب کند. هیچ‌کدام از این‌ها هم هیچ فایده‌ای ندارند. فقط توهم هستند. وقتی شما یواش‌یواش این همانندگی‌ها را بی‌اثر می‌کنید، یک دفعه می‌بینید که حواس‌پرتی از بین رفت.



شما مثلاً، بعضی‌ها از این اتاق می‌روند به آن اتاق یک چیزی بردارند، می‌بینند یادشان رفت. چرا؟ برای این‌که حواسشان یک جای دیگر است. چندتا چیز با هم فشار می‌آورد. اصلاً فشارهای بیخودی به خودشان می‌آورند. برای چه ما باید به خودمان فشار بیاوریم؟

مطلب مهمی است. من دکتر نیستم ولی بیست و سه سال است مرتب از شما فیدبک (feedback: بازخورد) می‌گیرم، بازخورد می‌گیرم. همین حرف‌ها را می‌زنید. پس اگر یک تجربه آماری هم داشته باشیم، نشان می‌دهد وقتی که حواس شما جمع می‌شود، وقتی هشیاری شروع می‌کند، هشیاری حضور، هشیاری نظر زیاد شدن، حواس‌پرتی و بعضی دردهای بیخودی هم از بین می‌برد. من نمی‌خواهم زیاد صحبت کنم.



۳- خانم فرشته از ساری با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرشته]

خانم فرشته: تقریباً دو سال است برنامه‌تان را نگاه می‌کنم. خیلی به من کمک کرده. این بیماری‌هایی که گفتید من هم داشتم. حواس‌پرتی، میگرن، خیلی از دردهایم درمان شده، خیلی به آرامش رسیدم. توی این دو سال روی خودم کار کردم. خیلی از این برنامه نتیجه گرفتم. ولی خب من هم خیلی عبادت بدون حضور می‌کردم. از نه‌سالگی نماز و روزه و شب‌زنده‌داری شب‌های قدر و همه این‌ها، ولی خب موش می‌دزدید چون مشکم سوراخ بود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فرشته: از آن‌ور می‌ریخت همه. اصلاً فایده‌ای نداشت. «گر از این مشک بریزی معیوبی».

### خموش، آب نگهدار همچو مشک درست

### ور از شکاف بریزی، بدانکه معیوبی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۰)

خب «رُدّوا لَعادوا» خیلی می‌کردم. گاهی وقت‌ها الآن هم می‌روم به جهنم ذهن، می‌روم، من را می‌برد به جهنم ذهن. می‌گوید، آن‌جایی که می‌گوید که زشت و زهرناک می‌شوم، اصلاً دوست ندارم این اتفاقات بیفتد، ولی خب گاهی وقت‌ها ذهن من را می‌برد، به من یادآوری می‌کند که هست هنوز. خیلی از شما ممنونم، خیلی این برنامه به من کمک کرد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فرشته: دیگر نمی‌دانم چه بگویم.

آقای شهبازی: خب تبریک می‌گویم پیشرفتتان را. عالی، عالی!

خانم فرشته: ممنونم، خیلی زحمت می‌کشید.

آقای شهبازی: همین را ما می‌خواستیم بشنویم دیگر. شما موفق شدید. موفقیت شما در این کار که ساده است، منتها نه به آن سادگی که بعضی‌ها با من ذهنی می‌خواهند به آن‌جا برسند. اگر دقت کنند در این آموزش‌ها ساده است، ولی خب پندار کمال و می‌دانم و چیزی توی این نیست و این‌ها نمی‌گذارد متأسفانه مردم پیشرفت کنند.



اگر با تعهد، با اعتقاد با این‌که مولانا بزرگ است، ممکن است که من چیزی ندانم و مولانا بداند، اگر با این نظر و عقیده گوش کنند، که عیب ممکن است داشته باشم، من بی‌عیب نیستم، ممکن است که عیب خودشان را ببینند و رفع کنند. وگرنه اگر از اول با بی‌عیبی و کامل بودن شروع کنی به هیچ‌جا نمی‌رسی. خب دیگر صحبت دیگر دارید شما؟

خانم فرشته: الان هم وقتی اتفاقی برایم می‌افتد همان پندار کمال می‌آید بالا، قبول نمی‌کند.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم فرشته: ولی خودم به خودم یادآوری می‌کنم که

از مسبب می‌رسد هر خیر و شرّ

نیست اسباب و وسایط ای پسر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۵۴)

این را خیلی سعی می‌کنم به خودم [قطعی صدا]

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم فرشته: بله، بعد آن‌جایی که گفته خودتان را دُهل شناس.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم فرشته: «جواب داد که خود را دُهل شناس و مباش»

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فرشته: «گهی دُهل‌زن و گاهی دُهل که آرد دُل»

جواب داد که خود را دُهل شناس و مباش

گهی دُهل‌زن و گاهی دُهل که آرد دُل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

آقای شهبازی: دُل. آفرین، آفرین!

خانم فرشته: «دلِ تو شیرِ خداست و نَفَسِ تو فَرَس است»



## دل تو شیرِ خدایست و نفسِ تو فرس است چنان‌که مرکبِ شیرِ خدای شد دلدل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فرشته: خیلی باید این ابیات خیلی ارزشمند هستند. من خیلی به شعر گفتن علاقه داشتم استاد. خیلی خدا را شکر می‌کنم. من چهل و نه سال با آن بیماری‌ها زندگی کردم، ولی خدا را شکر می‌کنم که این برنامه خیلی دارد به من کمک می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! آن اشکالی هم ندارد. می‌گوید: «بلبل به خارستان رود اما به نادر گه‌گهی».

## خاموش کن گر بلبلی، رو سوی گلشن باز پر بلبل به خارستان رود، اما به نادر، گه‌گهی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۳۷)

اگر شما بلبل هستید، بعضی موقع‌ها به خارستان می‌روید، گه‌گاه، به نادر، اشکالی ندارد. شما باید بدانید که خارستان هنوز می‌شود رفت و خارستان نباید بروید. آن درواقع راهنمایی زندگی است که هنوز باید روی خودت کار کنی، مبدا به پندار کمال برسی و بگویی که من دیگر هیچ اشکالی ندارم. تا ابد باید روی اشکالاتمان کار کنیم. بله، خودتان هم آن شعر را بلد هستید دیگر که می‌گوید صدر ما کجا است؟ آن شعر صدر را بلد هستید؟ خانم فرشته: بله.

## بی‌نهایت حضرتت این بارگاه صدر را بگذار صدرِ توست راه (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

آقای شهبازی: صدر توست راه. آفرین، آفرین! بله، صدر توست راه. همه‌اش باید برویم. همه‌اش باید پیشرفت کنیم. هیچ‌جا نباید بگوییم تمام شد دیگر. رسیدیم. جایی نیست ما برسیم.

توجه کنید ما از جنس خدا هستیم، اما هیچ موقع به او نمی‌رسیم. تا اِلَى الْأَبَدِ باید برویم. توجه می‌کنید؟ درست است که جنس او هستیم، ولی نباید این توهم به ما دست بدهد که ما رسیدیم و تمام شد. هی همه‌اش باید برویم، برویم برویم و برویم، اِلَى الْأَبَدِ هم باید برویم، حتی بعد از این تن هم باید برویم. خب دیگر صحبت دیگری دارید؟

خانم فرشته: می‌خواستم از شما تشکر کنم بگویم که چقدر خوب شد که نرفتید و ماندید بعد از هزار برنامه و ما این شعرهای زیبا را باز هم سهیم شدیم، شریک شدیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فرشته: خیلی خوشحالم.

آقای شهبازی: ممنونم. همین‌طور که من هرچه در توان دارم می‌گذارم، قانون جبران می‌گوید شما هم هرچه در توان دارید باید بگذارید که روی خودتان کار کنید. فقط هم روی خودتان کار کنید. شما درست است؟ به اصطلاح مرغ خودتان هستید؟

خانم فرشته: بله حتماً. نهایت تلاشمان را بکنیم.

آقای شهبازی: مرغ خودتان هستید شما؟ «مرغ خویشی، صید خویشی»، یا نه؟

### مرغ خویشی، صید خویشی، دام خویش صدر خویشی، فرش خویشی، بام خویش (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷)

خانم فرشته: استاد، خیلی دلم می‌خواهد باشم، ولی خب احساس می‌کنم که هنوز ابیات را خیلی سعی می‌کردم بخوانم، ولی خب توی جمع‌ها که قرار می‌گرفتم آن ابیات نمی‌آمد بالا، اصلاً نمی‌آمد توی ذهنم. هرچه سعی می‌کردم مثلاً انگار به اطرافم بیشتر مشغول می‌شدم، ولی آن پرهیز توی درونم بود ها، ولی خب ابیات را نمی‌توانستم بخوانم.

ولی دیگر سعی کردم به خودم قول دادم که الان یک چند روزی است که بعد از این برنامه ۱۰۰۳ به خودم قول دادم که خب لازم نیست تمام آن ابیاتی که بلدی را بخوانی، همان یک بیت که به کارت می‌آید همان را هم بخوانی، از گفته‌های دوستان خیلی استفاده می‌کنم. از همه‌شان تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: بله.

خانم فرشته: همان سعی می‌کنم که یک بیت را بخوانم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فرشته: همان یک بیت را یک مدت رویش تمرکز بگذارم، این‌جوری شاید بیشتر به من کمک کند.





آقای شهبازی: آفرین، آفرین! همین بگویید که من می‌خواهم مرغ خودم باشم، جنس خودم را در هر لحظه خودم تعیین کنم و نگذارم که دیگران جنس من را تعیین کنند. نگذارم دیگران جنس من را، کیفیت هشیاری من را تعیین کنند. اگر دیدید تعیین کردند، زودی می‌توانید برگردید. معنی «رُدّوَا لَعَادُوا» همین است دیگر.

اگر دیدید رفتید ذهن و دیگران جنس شما را دارند تعیین می‌کنند، دارید واکنش نشان می‌دهید، افتادید به سبب‌سازی واکنش، فوراً باید برگردید دوباره فضا را باز کنید، مرغ خودتان بشوید، شمع خودتان را برافروزید. شمع همیشه افروخته، شما شمع هستید، چراغ هستید، قاضی نیستید، همین‌که قاضی شدید می‌روید ذهن، می‌افتید در سبب‌سازی واکنش‌ها.

موفق باشید. عالی، عالی!

خانم فرشته: فقط از شما خواستم تشکر کنم. زنده باشید. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرشته]

۴- خانم بیننده از قائم‌شهر با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: من الآن بار دوم است که با شما تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: خیلی خوشحال شدم که تماسم الآن خیلی یک ساعت پشت هم دارم تماس می‌گیرم، خدا را شکر تماس برقرار شد.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: خوشحالم که شما دوباره این برنامه را ادامه دادید. ان‌شاءالله که خدا به شما سلامتی بدهد، تندرست باشید. و من از این برنامه خیلی استفاده می‌کنم، سعی می‌کنم قانون جبران را انجام بدهم، هر سری که حقوق می‌گیرم سعی می‌کنم که قبلاً کوتاهی می‌کردم ولی الآن سعی می‌کنم که حتماً انجام بدهم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: به‌رحال اشعاری را راه می‌روم اشعار را با خودم تکرار می‌کنم، خدا را شکر یک مقدار از خودم راضی شدم نسبت به گذشته.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: نسبت به اتفاقاتی که برای من می‌افتد، سعی می‌کنم که زود موضع نگیرم، یک مقدار روی آن فکر کنم بعداً یک جوابی بدهم یا مثلاً یک اتفاقی برای من می‌افتد، صبوری بیشتر می‌کنم، به‌قول شما فضاگشایی می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! اگر فضاگشایی کنید خواهید فهمید که این اتفاق یک درسی می‌خواهد به شما بدهد، درس را می‌گیرید.

خانم بیننده: بله.

آقای شهبازی: آن شعر هم بلدید می‌گوید «حاضر باش در خود، ای فتی»

خانم بیننده: نه، حفظ نیستم این را.

آقای شهبازی: حفظ نیستید، [خنده آقای شهبازی] خیلی خوب.



خانم بیننده: [خنده خانم بیننده] آری.

آقای شهبازی: می‌گوید:

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیابد مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

یعنی خداوند وقتی می‌آید یک اتفاقی به وجود می‌آورد، اگر فضا را باز کنید، در خانه حاضر باشید، شما را پیدا می‌کند و پیغامش را می‌دهد، اگر شما غایب باشید توی ذهنتان باشید، نمی‌تواند پیغام را بدهد.

خانم بیننده: بله.

آقای شهبازی: خداوند از طریق اتفاقات به ما پیغام می‌دهد، به شرط این‌که فضا را باز کنیم، واکنش نشان ندهیم، گیج نشویم، خودمان را گم نکنیم، درد به وجود نیآوریم، فضا را باز کنیم همین‌طور که می‌گویید تأمل کنیم. بله، بفرمایید.

خانم بیننده: بله، صبرم نسبت به گذشته بیشتر شده، مثلاً توی یک چند راهی قرار می‌گیرم می‌گویم خدایا من خودم را می‌سپارم به تو، دیگر با من ذهنی خودم سعی می‌کنم تصمیم نگیرم. حالا این تلاش را دارم می‌کنم، ان‌شاءالله که خداوند.

آقای شهبازی: خب این اسم دیگر فضاگشایی است دیگر، اگر شما واقعاً این کار را می‌کنید که خودم را می‌سپارم به تو، حقیقتاً می‌گویید و اعتقاد دارید، باید فضا را باز کنید من ذهنی را خاموش کنید، نمی‌شود بگویید من خودم را می‌سپارم به تو، دوباره با ذهنتان سبب‌سازی کنید.

خانم بیننده: بله، ممنونم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: ان‌شاءالله که سلامت باشید، تندرست باشید. دوست دارم یک چند بیت شعر بخوانم اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم بیننده:



در اگر بر تو ببندد، مرو و صبر کن آن جا  
ز پس صبر تو را او به سر صدر نشاند  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۵)

هله نومید نباشی که تو را یار براند  
گرت امروز براند، نه که فردات بخواند؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۵)

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

هرچه از وی شاد گردی در جهان  
از فراق او بیندیش آن زمان  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)

ز آنچه گشتی شاد، بس کس شاد شد  
آخر از وی جست و همچون باد شد  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۸)

من چند وقت پیش یک کاری برای من پیش آمد، من به شما پیام داده بودم، شما این بیت را برای من فرستادید و من خیلی از شما ممنونم، همیشه با خودم تکرار می‌کنم. گفتید:

گفت پیغمبر که جنت از اِله  
گر همی خواهی، ز کس چیزی خواه  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را  
جنت الماوی و دیدار خدا  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

جنت الماوی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: بله این چند ابیات را سعی می‌کنم با خودم تکرار کنم، ممنونم.



آقای شهبازی: خیلی ممنون، این ابیات را از شما خواهم می‌کنم درستش را بنویسید. یک ذره این ابیات را شما مثل این‌که به سلیقه خودتان می‌خوانید و [خنده آقای شهبازی].

خانم بیننده: اشتباه گفتم، [خنده خانم بیننده] باشد چشم.

آقای شهبازی: همین طوری بیت مولانا را به اصطلاح با ذهن خودتان، به سلیقه خودتان، یک ذره تغییر دادید، تقریباً همه ابیات را تغییر داده بودید شما، هم شما و هم دیگران، آخر نمی‌شود که شما ایراد نمی‌گیرم ها! ولی دارم پیشنهاد می‌کنم که این را دقیق بنویسید، خوب دقیق بخوانید، که آره دیگر هم خواندنش، هم دیگر آن مثلاً یک جایی مثلاً ناقص می‌کنید، یک چیزی [خنده آقای شهبازی] کم می‌کنید، یا زیاد می‌کنید.

خانم بیننده: کم گذاشتم، [خنده خانم بیننده] باشد چشم نگاه می‌کنم دوباره درستش را انجام می‌دهم.

آقای شهبازی: اشکالی نداره نه، نه همین خیلی خوب است نه، نه [خنده آقای شهبازی] خیلی خب، باشد دیگر. خانم بیننده: ممنونم، خیلی خوشحال شدم صدای شما را شنیدم، تشکر شب شما خوش.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم بیننده: می‌خواستم که یک قانون جبران را انجام بدهم که به هر حال سعی می‌کردم، موفق هم شدم، خدا را شکر.

آقای شهبازی: ممنونم، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۵- خانم سارا از کرج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سارا]

خانم سارا: آقای شهبازی من زنگ زدم اولاً از جناب‌عالی، تمام یاران عشقی که توی گنج حضور تلاش می‌کنند این برنامه را برای ما آماده می‌کنید تشکر کنم. من خودم تقریباً دو ماه هست که با برنامه شما کاملاً اتفاقی آشنا شدم، ولی بعد تقریباً توی این دو ماه دیگر یک روتینی شده که دائم حالا هر وقت فرصت کنم از طریق تلویزیون یا به‌رحال برنامه تلگرام، آپ گنج حضور،

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: با شما توی تماس، یعنی برنامه‌هایتان را می‌بینم، دانلود می‌کنم و سعی می‌کنم که حالا به‌رحال قانون جبران را رعایت کنم چه به‌لحاظ معنوی، چه به‌لحاظ مادی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: فقط این‌که خب من تازه با برنامه‌تان آشنا شدم، زنگ زدم این را واقعاً از ته دلم بگویم برای من یک شرایطی پیش آمد که من چند سال پیش یک حالت به‌قول یکی از دوستان که توی تلگرام این قوانین داستان دلک را گذاشته بودند، خانم یلدا بودند حالا یادم نیست که فامیلشان چه بود؟ داشتم نگاه می‌کردم من اجتهاد فاحش خیلی زیاد داشتم توی زندگی‌ام.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم سارا: الان تقریباً توی این سی و شش هفت سالی که بود این روش را خیلی رفته‌ام توی زندگی‌ام. به یک جاهایی رسیدم، ولی خب تقریباً هیچ نتیجه‌ای از آن نگرفته‌ام. تا این‌که دو سه سال پیش به‌قدری این حالت توی من زیاد شد که دقیقاً مثل همان داستان دلک خودم را درگیر چیزهایی کردم، سختی‌هایی کشیدم که اصلاً هیچ لزومی نداشت و خیلی چیزها را هم بابتش از دست دادم.

نمی‌دانستم و دائم از خدا این را می‌خواستم که من چرا دارم این‌همه تلاش می‌کنم، اصلاً جواب من را نمی‌دهی؟! چرا این‌همه گرفتاری‌های من پشت‌هم دارد بیشتر می‌شود؟! این قدر صدا کردم که اصلاً نمی‌توانم، این را خودم می‌توانم درک کنم که به‌شکل کاملاً اتفاقی با برنامه‌تان آشنا شدم. الان تقریباً دو بیست و خرده‌ای، دو بیست و اندی ابیات زیبای حضرت مولانا را یادداشت کردم توی دفترچه‌ای همراه خودم دارم.

آقای شهبازی: آفرین!





خانم سارا: حتی دیشب که به خاطر عمل آنژیوی مادرم تا صبح بیمارستان بودم، همراهشان بودم، من برنامه گنج حضور را داشتم داخل تلگرام گوش می‌دادم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: با این که خب این جا الان داخل ایران ما استرس‌های مختلفی داریم، دیشب هم اخبار ناراحت‌کننده زیاد بود، واقعاً من فقط همین شعر را با خودم تکرار می‌کردم که

**هیچ کُنْجی بی دَد و بی دام نیست  
جز به خلوت گاهِ حق، آرام نیست**  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

دَد: حیوان درنده و وحشی

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: و این انرژی خوب را به خودم می‌دادم، آرامش پیدا کردم توی زندگی‌ام با خودم، با پسر، با همسر. و چرا دوباره بعضی وقت‌ها همان حالت به قولی:

**لنگ و لوک و خفته شکل و بی ادب  
سوی او می‌غیژ و، او را می‌طلب**  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۸۰)

لوک: آن که به زانو و دست راه رود از شدت ضعف و سستی، عاجزی و زبونی

خفته: خوابیده، خمیده

غیژیدن: خزیدن، چهار دست و پا مانند کودکان راه رفتن، به روی زانو نشسته راه رفتن

توی من ایجاد می‌شود، یعنی بعضی وقت‌ها دوباره همان به قولی دیو لعین می‌آید سراغم، چون تازه شروع کردم دارم روی خودم کار می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: خیلی از این ابیات را هی می‌خوانم، ولی هی بعضی وقت‌ها دچار دوباره لغزش می‌شوم، ولی درکل اگر بخواهم بگویم، انصافاً خیلی آرامش پیدا کرده‌ام توی زندگی خودم، با همسر، با پسر، با خانواده‌ام.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم سارا: چیزهایی که قبلاً من را راحت از هم می‌پاشید الآن خیلی کمتر روی من تأثیر دارد، ولی هنوز واقعاً حتی احساس می‌کنم یک ذره کوچکی نسبت به آن چیزی که، به این دریای واقعاً بزرگی که حس می‌کنم، یک کوچولو از آن را حس می‌کنم نرسیدم.

من فقط زنگ زدَم از حضرتعالی، از همه پرسنل این برنامه، از همه دوستانی که این برنامه را برای ما تهیه می‌کنند تشکر کنم و هر کسی که صدای من را می‌شنود بگویم مخصوصاً توی این شرایطی که خب برای ما که داخل ایران هستیم شرایط استرس زیاد هست به هر لحاظ، اگر دنبال یک برنامه‌ای هستید که واقعاً به شما آرامش بدهد، هم دنیای درونتان کمکتان کند هم توی دنیای بیرونتان به‌عنوان کسی که من فقط دو ماه است با این برنامه آشنا شدم، معجزه می‌کند برایتان!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: و این را خودتان بیشتر از هر کس دیگری حداقل توی ابتدا می‌توانید بفهمید که چقدر آرامش پیدا کردید. باز هم از حضرتعالی واقعاً تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم سارا: امیدوارم که این برنامه با حمایت‌های دوستان عزیز که به‌رحال از این برنامه حمایت می‌کنند ادامه داشته باشد، خیلی ممنونم از جنابعالی و اگر که اجازه بدهید از خدمتتان مرخص بشوم.

آقای شهبازی: ممنونم. بله، خیلی ممنون، ماشاءالله چقدر خردمند هستید شما خانم! آفرین، آفرین! موفق باشید، شاد باشید.

خانم سارا: زنده باشید، سلامت باشید. خیلی ممنون استاد من از شما ممنونم، هزار بار از شما ممنونم واقعاً از شما ممنونم. دیگر واقعاً چیز دیگری ندارم بگویم فقط از همه دوستانی که به‌رحال صدای من را می‌شنوند می‌گویم از ته دلم می‌گویم اگر دنبال یک راهی هستید، واقعاً بخواهید به خودتان آرامش بدهید، مخصوصاً اگر مثل من درگیر اجتهاد فاحش هستید، یعنی این قدر زندگی‌تان را پیچیده کردید که بخواهید هدف‌های مختلفی را در نظر گرفته‌اید که هی بخواهید به آن برسید، سبب‌سازی می‌کنید و نمی‌دانید که چرا هرچه برنامه‌ریزی می‌کنید بعضی چیزها جلو نمی‌رود!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: واقعاً یک لحظه این صدای من را اگر می‌شنوید بدانید که یک جای کارتان می‌لنگد.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: من جناب شهبازی زیاد وقت برنامه را نمی‌گیرم. قبل عید به قدری گرفتاری‌های سر همین سبب‌سازی مالی برای من پیش آمده بود، البته این‌ها برای دو سه سال پیش بود که من خیلی درگیر شدم، حتی مهاجرت کردم داخل همین کشور به سمت شمال برای کارم دوباره برگشتم و اصلاً واقعاً نمی‌دانم به یک شکل معجزه‌انگیزی وقتی که تسلیم شدم آن حالت رضا در من ایجاد شد، به یک حالت عجیب و غریبی اصلاً یک پروژه‌ای برای من جور شد که من توانستم این گرفتاری مالی‌ام را حل کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: از آن لحظه به بعد همیشه پیش مادرم هم می‌گویم، می‌گویم من این‌همه مامان من پایین و بالا کردم، این‌همه چیدم، ولی وقتی که همه چیز دست توست، هر چیزی که تو صلاح می‌دانی من چه کسی هستم که بخواهم تصمیم بگیرم، من چه کسی هستم؟!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: اصلاً زندگی من به یک شکل دیگر معنی‌داری دارد جلو می‌رود. امیدوارم برای همه این اتفاق بیفتد، البته هنوز خیلی خیلی ایراد دارم، دوباره برمی‌گردم به آن ذهنیت‌های منفی خودم، سعی می‌کنم ناظر باشم، دوباره برمی‌گردم. خیلی چالش دارم، ولی از خدا خواستم کمک کند، از جناب‌عالی هم ممنون هستم، از همه یاران عشقی ممنون هستم، دست شما را هم می‌بوسم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم سارا: امیدوارم که سال‌های سال این برنامه زیبای انسان‌ساز را برای ما اجرا کنید.

آقای شهبازی: ان‌شاءالله، ان‌شاءالله.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سارا]

آقای شهبازی: عرض خلاصه‌ای بکنم که کسانی که تازه به برنامه پیوستند و این‌ها واقعاً دیگر معنای برنامه را فهمیدند و دارند کار می‌کنند، باید صبر کنند، در ضمن فضاگشایی کنند در اطراف آثار و عوارض مسئله‌سازی‌های گذشته. با من ذهنی ما مسئله می‌سازیم، اصلاً من ذهنی منبع شر است، هیچ هیچ کار خوبی از دستش بر نمی‌آید، هم‌اش مسئله می‌سازد، مانع می‌سازد، درد ایجاد می‌کند. اگر شما فضاگشایی را یاد گرفتید، مدتی بسازید با مسائل گذشته و درد جدید ایجاد نکنید، مسئله جدید ایجاد نکنید، ولی این را بدانید که مسائل



قدیمی تا یک جایی ادامه خواهد یافت، ممکن است دو سال طول بکشد، سه سال طول بکشد تا آثار مسائلی که مثلاً ما دو سه سال پیش ایجاد کردیم از بین برود. باید صبر کنید، فضاگشایی کنید تا آن عوارض از بین برود، درست مثل مریضی‌ای که آدم خوب می‌شود، ولی مثلاً می‌بیند که حالا سه چهار ماه بعد از خوب شدن سرفه‌های بعضی موقع‌ها تک‌تک سرفه می‌کند، این هم این‌طوری هست. بله، ان‌شاءالله موفق باشید.

مهربان



۶- خانم نیلوفر از مریلند آمریکا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیلوفر]

خانم نیلوفر: برای اولین بار است زنگ می‌زنم. خواستم خیلی از شما و تمام دست‌اندرکارانی که در گنج حضور هستند بسیار بسیار تشکر کنم. خواستم دست شما را ببوسم.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

خانم نیلوفر: و تمام کسانی که کمک می‌کنند در اجرای این برنامه. من حدود یک سال است به برنامه‌های شما گوش می‌دهم. تغییرات خیلی زیاد توانستم در زندگی‌ام، در محیط اطرافم، در خودم به وجود بیاورم. اول خواستم بگویم که متوجه من‌ذهنی شدم، قبلش متوجه نبودم. خیلی مسائل را می‌خواندم می‌دانستم یک اشکالی در وجودم هست که من را به بی‌راهه می‌کشاند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: دروغ به من می‌گوید! من فکر می‌کردم یک مشکل روحی دارم. خیلی چیزهای اکهارت تله را توی آمریکا خوانده بودم، خیلی از کلاس‌هایش را شرکت کرده بودم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: خیلی کلاس‌های عرفان رفته بودم. می‌دانستم خودم را باید درست کنم، ولی زیاد متوجه حضور زمان حال شده بودم و فقط موقع مشکلات آن به‌کار می‌بردم، متوجه شده بودم زمان حال مشکلات را حل می‌کند ولی متوجه من‌ذهنی، به شدتی که در کلاس‌های شما متوجه شدم در هیچ‌جایی، هیچ‌جایی ندیدم، یعنی بهترین درسی که گرفتم این بود که نه تنها در من، در همه انسان‌های من‌ذهنی وجود دارد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: این‌قدر توانستم مشکلات خودم را با می‌توانم بگویم یک دردهایی داشتم که تمام پاهایم سست می‌شد، اصلاً دردهای روحی که اصلاً قابل بیان نیست. جسمی، بعد با تسلیم با نظاره‌گری توانستم همه را حل کنم و همه را مدیون شما و برنامه‌های شما هستم. هیچ‌جایی این‌ها را پیدا نکردم، یعنی درس مهم هم همین تسلیم بود و متوجه شیطانی که حالا می‌گوییم شیطان، من‌ذهنی، ایگو، اینی که در وجودم بود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: فهمیدم چه جوری حلش کنم. یا از طریق خواستم بگویم ممکن است برای کسانی که این مشکلات را داشته باشند شاید این کمک کند.

دخترم توی آمریکا بزرگ شده بود توسط سوشال مدیا (شبکه‌های اجتماعی: Social media) که مثلاً هنرپیشه‌ها را نشان می‌دادند، فکر می‌کرد چون ما این‌جا مثلاً صبر می‌کنیم که خب ما دینمان فرق می‌کند ما آمریکایی‌ها، ما نباید شبیه آن‌ها باشیم. این بیماری کم‌خوری در او زیاد شده بود، جوری که این‌جا به آن می‌گویند کم‌خوری یا (بی‌اشتهایی: disorder) و خیلی‌ها یعنی کسانی که این مشکلات مثل من را داشته باشند متوجه می‌شوند چه قدر مشکل است، واقعاً به حدی رسیده بود که نمی‌دانستم چکار کنم.

بعد متوجه شدم توسط مشکلاتی که خودم برای خودم به وجود آوردم این به وجود آمده. بعد از طریق کلاس‌های شما متوجه شدم چه جوری تسلیم بشوم، ولی این راهی است که خودم را بشناسم، اصلاً زندگی اصلاً به کلی عوض شده!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: خیلی، نمی‌توانم بگویم که چه جوری اصلاً! مهم‌ترین دیدی که در این جور مریضی دیدم این است که بینش طرف را عوض می‌کند.

آقای شهبازی: بله.

خانم نیلوفر: و چون خودم را عوض کردم، حس می‌کنم اصلاً بعد از الان حدود ۲۰۰۴، ۲۰۰۲، نه، ۲۰۰۴ فکر کنم الان دو سه سال است این مریضی درگیر بود، ولی این قدر این بینش عوض شد زندگی رو به آرامش رفت، این مریضی جوری بود که کمکم کند من به خودم برگردم، به کلاس‌های شما بیایم، متوجه من‌ذهنی بشوم که چه کارهایی با انسان می‌تواند انجام بدهد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: نمی‌توانم تشبیه کنم و بگویم. فقط کسانی که شاید توی این راه هستند متوجه می‌شوند چه قدر سوشال مدیا (شبکه‌های اجتماعی: Social media) می‌تواند اثر بکند و تسلیم ما چه جوری می‌تواند طرف مقابل را کمک کند. بله، این را می‌خواستم بگویم.

آقای شهبازی: بله، خیلی ممنون.

خانم نیلوفر: و آثار خیلی زیادی اصلاً این قدر شادی الان توی زندگی هست نمی‌توانم برای شما بیان کنم.





آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: [گریه خانم نیلوفر] به خدا نمی‌توانم بیان کنم. با خودم تصمیم گرفته بودم خیلی عالی و خوب حرف بزنم وسطها گریه‌ام گرفت ببخشید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی! این گریه شوق است. شما بسیار عالی حرف می‌زنید قربان، تا حالا هم بسیار عالی حرف زدید، بسیار عالی حرف زدن باید خودت باشی دیگر هر جور درمی‌آید دیگر. اینها اتفاقاً یادم آمد بگویم بعضی‌ها گریه‌شان می‌گیرد اصلاً نمی‌توانند صحبت کنند، اتفاقاً آن بهترین پیغام است!

خانم نیلوفر: بله، خیلی ممنون من فقط می‌خواستم به این کلاس‌های شما فقط یک سال است من بودم الان می‌بینم این همه اطلاعات، این همه شادی، این همه چیز چطور به من داده شده؟! خودم اصلاً مات و حیران هستم! همه چیز به خدا می‌توانم بگویم فکر می‌کنم شما می‌گفتید از شب به روز از روز به شب خیلی مدت‌ها چون خودم را نظاره کردم، دیدم تسلیم شدم به روز رسیدم، دوباره به شب رسیدم، دوباره به روز رسیدم. الان خیلی وقت است اصلاً یک آرامش کامل دارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: نمی‌دانم چه جوری تصویر کنم؟! چه جوری بگویم به شما؟! که همه‌اش را مدیون شما هستم. آقای شهبازی: اختیار دارید.

خانم نیلوفر: جوری قدیم حدود دو سه سال پیش جوری استرس گرفتم به خاطر این مریضی که تمام پاهایم سست می‌شد نمی‌دانستم چکار کنم، کجا بروم؟ ولی متوجه شدم همه‌اش این به خاطر آگاهی من است، همه چیز باز چیه بود، الان همه چیز نرمال شده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: همه چیز نرمال شده، همه آدم‌ها نرمال شدند، تمام زندگی‌ام را آرامش ببخشید، تمام زندگی‌ام. آقای شهبازی: آفرین، عالی، عالی عالی، عالی! خب.

خانم نیلوفر: برای کسانی که شاید بیماری‌های جسمی یا روحی داشته باشند، این بهترین درمان است یعنی تنها درمان است. تراپی آمریکایی یا مثلاً سایکالوژی (روانشناسی: Psychology) اینها هیچ‌کدام به درد نمی‌خورد اصلاً با اوایل یادم است شعرهای شما را گوش می‌دادم حدود آگوست پارسال بود، من زلزله توی بدنم را دیدم! به خدا تمام بدنم می‌لرزید!



آقای شهبازی: بله.

خانم نیلوفر: هی خودم را نگه می‌داشتم شعرهای شما را بخوانم، الآن با شعرهای شما پرواز می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم نیلوفر: به خدا آن زلزله را دیدم. [گریه خانم نیلوفر]

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: تمام وجودم می‌لرزید. این مریضی حالا بعضی‌ها با مریضی است، بعضی‌ها با پول است، بعضی! این راه شناخت درونم بود که من باید خودم را می‌شناختم با خیلی چیزها هم‌هویت شده بودم، این راه شناخت من بود.

آقای شهبازی: بله.

خانم نیلوفر: من هر کس که مشکلات جسمی یا روحی دارد تمام کلاس‌های شما را تجویز می‌کنم. اگر نصیحتی یا توصیه‌ای بخواهم به هم سن و سالان خودم بکنم.

آقای شهبازی: لطف دارید، کلاس‌های من نیست، کلاس‌های مولانا است. شما هر اثری پذیرفته‌اید یادتان باشد از مولانا گرفته‌اید. من هم این شعرها را روی صفحه نوشته‌ام حالا کردیت (اعتبار: credit) به من داده بشود باید بگویند که شعرهای مولانا را روی صفحه نوشت، شهبازی نوشت ما دیدیم. [خنده آقای شهبازی]

خانم نیلوفر: نه، من می‌خواهم بگویم من یک سال است متوجه شدم، این قدر شما عمیق درس می‌دهید، این قدر خوب توضیح می‌دهید، همه چیزها را من خب ببینید چقدر من بیست سال و خُرده‌ای من عقب هستم همه را جوری توضیح می‌دهید که هر کدام را می‌توانستم متوجه بشوم، از درون درک بکنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: این‌ها چیزهای ساده‌ای است از لحاظ کسی که من ذهنی قوی‌ای داشته باشم مثل من، ساده نبود. من زلزله را دیدم یعنی این قدر توضیحات کامل بود که توانستم خودم را برسانم و الآن هم خیلی راه دارم، ولی می‌خواهم بگویم که هزاران آرامش را، شادی را، همه‌چیز را دیدم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیلوفر: و این هم فقط مدیون کلاس‌های شما، تمام کسانی که زحمت می‌کشند، شما هستیم.



آقای شهبازی: لطف دارید شما.

خانم نیلوفر: دستتان را می‌بوسم، خواستم خیلی تشکر کنم.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف فرمودید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نیلوفر]

این کدهای QR را روی صفحه می‌گذارم، شما کافی است با تلفنتان این‌ها را اسکن کنید و اگر نمی‌دانید چه‌جوری اسکن کنید از یکی دیگر بپرسید و کد را اسکن کنید، پروگرم (برنامه: program) می‌آید به تلفنتان و مثلاً این اینستاگرام دو گنج حضور است (Instagram)، یکی دیگر دارد که مال خود من است بله، این‌جا هم نوشته دیگر: با دوربین گوشی موبایل خود اسکن کنید و به اینستاگرام بنده وصل بشوید.

یعنی اگر این را الآن با تلفنتان اسکن کنید، لزومی ندارد دیگر به اصطلاح آپ (app) را دانلود کنید، قشنگ می‌برد به اینستاگرام ما اینستال (نصب: install) می‌کند. خیلی ساده است، پس با گوشی‌تان این کدهایی که نشان می‌دهیم شما می‌توانید اسکن کنید، می‌گویید که نمی‌دانم چه‌جوری نصب کنم و دانلود کنم می‌توانید اسکن کنید. اگر نمی‌دانید چه‌جوری، از یکی بپرسید. الآن جوانان همه می‌دانند اسکن کردن یعنی چه.



۷- خانم بیننده

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: خیلی خیلی خوشحال هستم آقای شهبازی توانستم بگیرم واقعاً خیلی خوشحال هستم خیلی، من شش سال است که دارم گنج حضور را گوش می‌دهم و این دومین بار است بعد از یک سال من با شما صحبت کردم، این الآن دومین بار هست که دارم این برنامه را و واقعاً خوشحالم که از این‌که توانستم بگیرم و جبران معنوی را انجام بدهم و خیلی خیلی اصلاً یک مژدهٔ خیلی بزرگی به من دادید از این‌که برنامهٔ هزار به بعد دوباره آمد، به برنامه آمدید و دوباره اجرا شد، یعنی واقعاً همه به من گفتند! تو ناراحت بودی گفتم آره واقعاً نمی‌دانم من چکار کنم که این برنامه دارد تمام می‌شود، واقعاً برایم یک طوری بود و این بالاترین فکر کنم [بغض خانم بیننده] هدیهٔ خداوند بود که به من دادید و این برنامه دوباره آمد، خیلی خیلی از شما ممنونم دستتان را می‌بوسم آقای شهبازی. [گریهٔ خانم بیننده]

آقای شهبازی: شما لطف دارید، خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: خیلی ممنونم از شما، خیلی از شما، از همهٔ همکارانتان، از تمام کسانی که در این راه هستند، از خانم فریبا، از آقای قوی‌دل واقعاً واقعاً ممنونم، خیلی متشکرم آقای شهبازی. من از همان سال‌های اول از آن سال نه، از ماه‌های اول قانون جبران مادی را هم انجام دادم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: که برای خودم برای این‌که بتوانم بیشتر حس کنم بتوانم با وجود همهٔ وجودم در تمام وجودم این باشد، این شعرهای مولانای عزیز با راهنمایی شما با گفتار شما که من واقعاً نمی‌توانستم اصلاً نمی‌توانستم درک کنم، واقعاً نمی‌توانستم درک کنم. و خیلی خوشحال هستم فقط خواستم از شما تشکر کنم از این‌که هستید ان‌شاءالله که همیشه باشید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم بیننده: ان‌شاءالله که خداوند شما را سلامت بکند همیشه باشید و ما بتوانیم در زیر سایهٔ الله و زیر سایهٔ شما باشیم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: خیلی ممنونم از شما، از همهٔ شما من وقتتان را نمی‌گیرم نمی‌دانم وقتم تمام شد یا نه؟

آقای شهبازی: دیگر تقریباً دارد تمام می‌شود. [خنده آقای شهبازی] ممنونم از شما.

خانم بیننده: نمی‌توانم هیچ بیتی بخوانم نه آقای شهبازی.

آقای شهبازی: چرا می‌توانید بخوانید، بفرمایید.

خانم بیننده:

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری  
بیا به دعوت شیرینِ ما، چه می‌شوری؟

حیات موج‌زنان گشته اندرین مجلس  
خدای ناصر و، هر سو شراب منصوری  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

تا نشوی مست خدا، غم نشود از تو جدا  
تا صفت گُریگ دَری، یوسف گنغان نبری  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۵۵)

هیچ کُنْجی بی‌دَد و بی‌دام نیست  
جز به خلوت‌گاهِ حق، آرام نیست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

دَد: حیوان درنده و وحشی

ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

خانم بیننده: خیلی وقت را گرفتم. ممنون، متشکر.

آقای شهبازی: نه خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۸- خانم صفورا از مشهد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم صفورا]

خانم صفورا: شما در برنامه‌های اخیر راجع به این‌که ما به‌عنوان «آلست» نمی‌توانیم با چیزهای بیرونی آفت داشته باشیم و در این رابطه حدیثی هم فرمودید که

«حُبِّكَ الْأَشْيَاءُ يُعْمَىٰ وَ يُصِمُّ»  
«عشق تو به اشیا تو را کور و کر می‌کند.»  
(حدیث)

تجربه‌ای داشتیم که اگر اجازه بفرمایید آن را مطرح کنم.

آقای شهبازی: بله، بله، بله، بفرمایید.

خانم صفورا: من چند وقت پیش تصمیم گرفتم کار کنم تا از نظر مالی مستقل بشوم. کار کردن در تاکسی اینترنتی با شرایط من مناسب بود.

قبل از شروع به کار موانعی پیش آمد که چند ماه شروع کارم را به تأخیر انداخت، اما من پیغامش را نگرفتم.

بالاخره موفق شدم کارم را شروع کنم، همان ابتدای کار بود که در یک حالت خواب و بیداری ندایی از درون به من گفتم تو برای زیاد کردن هم‌هویت‌شدگی‌هایت می‌خواهی کار کنی.

من به این پیغام خندیدم انکارش کردم و این‌طوری توجیهش کردم که کار و تلاش برای امور دنیایی مورد تأیید برنامه است و این پیغام را نادیده گرفتم، اما این پیغام به‌صورت‌های جدی‌تری می‌آمد، به‌طوری که یک بار نزدیک بود تصادفی داشته باشم که منتهی به صدمات جانی و بدنی می‌شد و یا شاهد تصادفات از این دست بودم.

مهارت من در رانندگی بدون اشکال نیست، ولی حدود دوازده سال همیشه رانندگی کردم و تصادف جدی نداشتم.

شرایط کاملاً غیر عادی بود مداوم این پیغام که تو برای زیاد کردن هم‌هویت‌شدگی‌هایت می‌خواهی کار کنی به‌نظم می‌آمد.

پس دیگر انکار را کنار گذاشتم و شروع کردم به چانه زدن با زندگی و روباه‌بازی را ادامه دادم و حاضر نشدم

کوتاه بیایم، تا این‌که یک روز از چند پله افتادم و کمرم آسیب دید، طوری که دیگر نمی‌توانستم کار کنم.



## تا به دیوار بلا ناید سرش نشود پند دل آن گوش کرش (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)

با این‌که با آن‌همه تذکری که زندگی به من داده بود، گوشمالی من می‌توانست خیلی بدتر باشد، اما من به‌جای شکرگزاری و تسلیم هنوز اعتراض می‌کردم، آیا حق ندارم برای زندگی‌ام کیفیتی بخواهم؟ خیلی دوستان گنج‌حضور در پیغام‌هایشان می‌گویند ما پیشرفت‌های مادی داشتیم، پس چرا من نتوانم؟ و سؤالاتی از این قبیل. درد زیادی داشتم دیگر نمی‌توانستم راحت بنشینم یا بخوابم، در زمان استراحتم این ابیات خیلی کمکم کرد که کمی به خودم بیایم.

## پس ریاضت را به جان شو مشتری چون سپردی تن به خدمت، جان بری (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۶)

## ور ریاضت آیدت بی‌اختیار سر بنه، شکرانه ده، ای کامیار (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۷)

## چون حقت داد آن ریاضت، شکر کن تو نکردی او کشیدت ز امر کن (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۸)

## عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش باخبر گشتند از مولای خویش (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

## بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوْاىِ خُوشِ سُرْشْتِ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

من متوجه شدم وقتی با پول و مادیات مثل خانه و زندگی همانیده هستم و از این‌ها شیره می‌کشم، زندگی و خوشبختی می‌خواهم، ارزش قرض می‌کنم، عشق و الفت اشیا در دلم هست، این‌ها به من ضرر می‌زنند، مرکزم را جسم و از جنس شیطان می‌کنند، امور زندگی‌ام به‌دست من‌ذهنی‌ام می‌افتد.





من ذهنی توازن سرش نمی‌شود، شعارش هرچه بیشتر بهتر است یا به عبارت دیگر پیغام زندگی این نبود کار خوب نیست و فقر و نیازمندی خوب است.

بلکه همانیده بودن و زندگی خواستن از مادیات است که خطرناک است و روی خدا را می‌پوشاند و تا زمانی که این همانیدگی در مرکز است، مثل این است که پام روی پوست خربزه است و مرا به زمین می‌زند و بهتر است کار نکنم.

### آن چنان که ناگهان شیری رسید

مرد را بر بود و در بیشه کشید

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۲)

### او چه اندیشد در آن بردن؟ ببین

تو همان اندیش، ای استاد دین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۳)

من با این که عشق و آفت به اشیا را در خودم دیدم، اما نمی‌دانستم چطور این‌ها را کنار بگذارم و این همانیدگی در من فعال بود و زندگی بار دیگر پیغام فرستاد.

### طالب است و غالب است آن کردگار

تا ز هستی‌ها بر آرد او دمار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۱۴)

این بار با همسرم راجع به خرید خانه بهتر صحبت می‌کردم، وقتی او امیدوارم کرد خیلی خوشحال شدم و حس خرسندی از زیاد شدن همانیدگی‌ها را داشتم.

آن شب هوا بعد از مدتی سرد شده بود، بخاری برقی داخل اتاق را روشن کردم، اما بدون توجه به این که روی بخاری کیف گذاشتم، از اتاق خارج شدم، بعد از کمی همسرم گفت بوی بد می‌آید داخل اتاق که شدم تمام اتاق پر از دود بود و کیف‌ها آتش گرفته بود، خیلی ترسیدم اما خوشبختانه این بار هم به لطف خدا به خیر گذشت.

### ای رفیقان، راه‌ها را بست یار

آهوی لنگیم و او شیر شکار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۶)



## جز که تسلیم و رضا کو چاره‌ای؟

### در کف شیر نر خون‌خواره‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۷)

وقتی داشتم این پیغام را می‌نوشتم به این فکر می‌کردم من که دارم برنامه را متعهدانه گوش می‌کنم و شعرها را می‌خوانم، پس چرا باید پیغام‌های زندگی به صورت «رَيْبُ الْمَنُونِ» بیاید.

توی همین فکرها در حالت خواب و بیداری بودم که دوباره آن بیم‌دهنده درون نهیب زد که تو در این کار جدی نیستی.

این بار اما به شدت رویم اثر گذاشت، دیدم من به همین آرامشی که از طریق برنامه در زندگی‌ام ایجاد شده قناعت کردم و آموزه‌های این برنامه را که مثل معجزه در زندگی‌ام بوده را اجرا نمی‌کنم.

به‌راستی برای تبدیل هشیاری‌ام چکار کردم؟ آیا از خودم حاضرم که پیغام‌ها را بگیرم و دچار «رَيْبُ الْمَنُونِ» نشوم، برای تفویض اداره زندگی‌ام به خدا چقدر تلاش کردم.

پس در واقع دارم این منبع مهم، این معجزه زندگی‌ام را دلکوار تلف می‌کنم و به شاه می‌گویم:

## این چنین چستی نیاید از چو من

### باری، این اومید را بر من مَتَن!

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۴۴)

در حال حاضر وقتی این عشق و الفت بالا می‌آید می‌گویم نه، من دیگر از این چیزهای آفل زندگی نمی‌خواهم، این‌ها نمی‌توانند باعث خوشبختی من بشوند.

همان‌طور که باعث خوشبختی هیچ‌کس نشدند و همین‌طور برای پذیرش اتفاق این لحظه و تفویض اداره امور به زندگی تمرین می‌کنم.

کار بسیار سختی است، اما ناامید نمی‌شوم چون می‌دانم:

## وَ هُوَ مَعَكُمْ يَعْنِي بِا تَوْسْتِ دَرِ اَيْنِ جُسْتِنِ

### آنکه که تو می‌جویی هم در طلب او را جو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۷۲)

«... وَ هُوَ مَعَكُمْ اَيْنَمَا كُنْتُمْ...»

«... و اوست با شما، هر جا که باشید...»

(قرآن کریم، سوره حدید (۵۷)، آیه ۴)



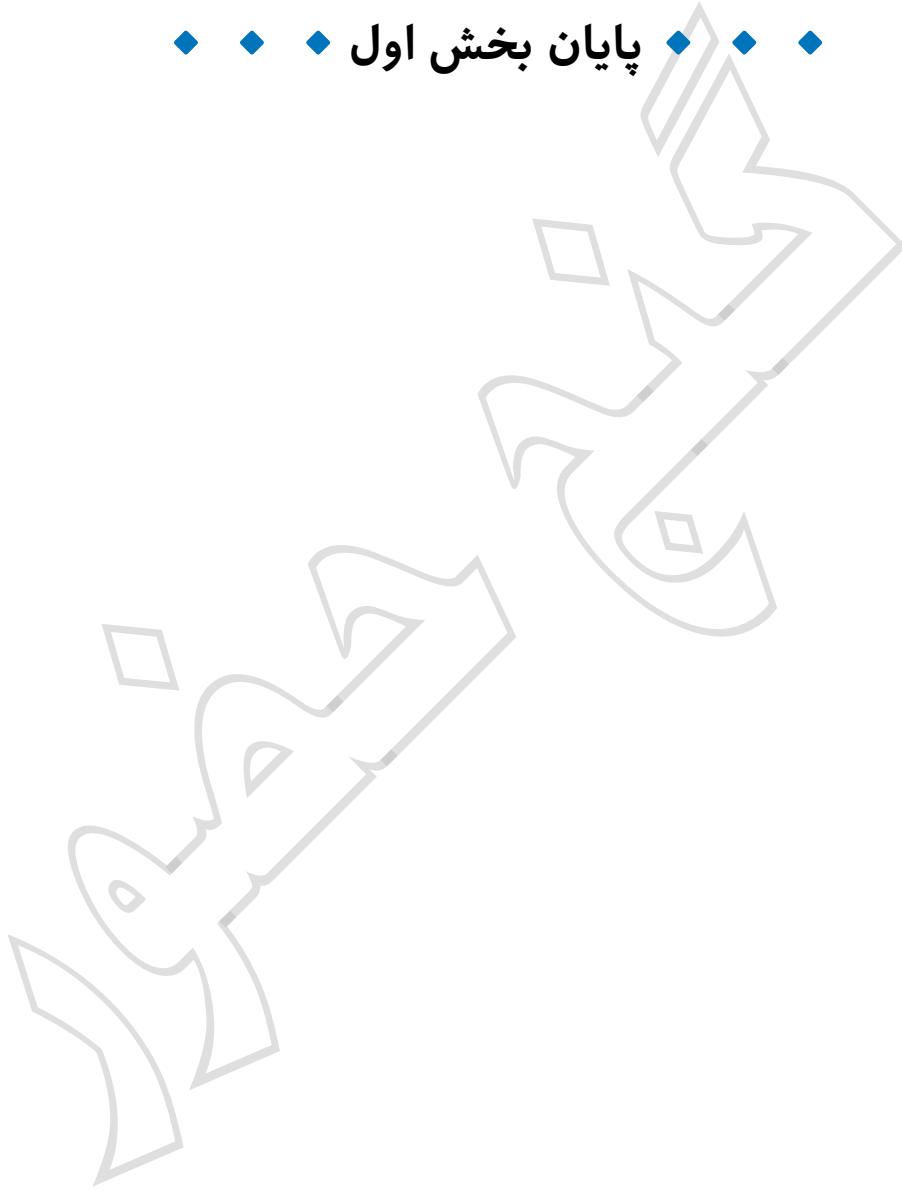
در خاتمه هم از حضرتعالی، هم از کسانی که برای تداوم این برنامه زحمت می‌کشند سپاس‌گزارم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

خانم صفورا: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم صفورا]

◆ ◆ ◆ پایان بخش اول ◆ ◆ ◆





## ۹- آقای پویا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

آقای پویا: آقای شهبازی من یک متن کوچک داشتم، اگر اجازه بدهید با شما به اشتراک بگذارم.

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

آقای پویا: اسم متن هست «نرو به هر غلیظ و عتُل!»

آقای شهبازی: بله‌بله.

آقای پویا:

تو آن ما و من آن تو همچو دیده و روز  
چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

غلیظ: درشت‌خو، سنگ‌دل  
عتُل: درشت‌گوی، سخت‌آواز

نه نشد، اجازه بدهید من یک بار دیگر تکرار کنم، «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟». نه واقعاً واقعاً نشد، بگذارید من یک بار دیگر بپرسم «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟».

«غلیظ و عتُل» یعنی حالت درشت‌گویی و خشنی عمل با شرطی‌شدگی‌هایمان و فضا‌بندی. «غلیظ و عتُل» یعنی هر چیزی که در این دنیا ما را به خودش می‌کشد. «غلیظ و عتُل» یعنی هر زنجیره‌ی دلیل چیدن پشت‌سرهمی که ما فکر می‌کنیم باید زندگی آن‌طور اتفاق می‌افتاد. فضای سبب چیدن و دید سبب داشتن غلیظ و تاریک است و چشم‌بندی می‌آورد، نمی‌گذارد که پیام زندگی را بشنویم و ببینیم.

این بیت در پس خود یک فضای وسیع و بلندی را از پرهیز ترسیم می‌کند. با ابیات مولانا جلو رفتن و فضا‌گشایی کردن، برای ما دیده‌ی درست و روز را می‌آورد و جدا شدن از این دو عامل نتیجه‌ای ندارد، جز رفتن به هر «غلیظ و عتُل» که گمراهی را به همراه دارد.

تو آن ما و من آن تو همچو دیده و روز  
چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

غلیظ: درشت‌خو، سنگ‌دل  
عتُل: درشت‌گوی، سخت‌آواز

در هفته‌های گذشته یک پانصد باری با خود گفتم «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟» خودم به صورت آن یک زندگی در گوش خودم می‌گفتم «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟» هر جایی که پایم داشت می‌لغزید مثلاً کلیک (Click) کنم و یک سایت خبری را باز کنم ندایی در گوشم می‌گفت «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟» حتی به اندازه یک ثانیه «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟»

هر جایی که می‌خواستم حرف نامربوط بزنم ندایی در گوشم می‌گفت «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟» هر جایی که می‌خواستم بلند شوم و از چیزی هويت بگیرم، ندایی در گوشم می‌گفت «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟» هر جایی که می‌خواستم درمقابل زنجیره اتفاقات ناگواری که از دید ذهن ناگوار است شکایتی داشته باشم، ندایی در درونم می‌گفت «چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل؟»

به هر غلیظ و عتُل از بر خدا و زندگی! اساساً این سؤال با خود شکرگزاری و صبر و پرهیز را به همراه دارد. شکر که دید جدید دارم، چرا باید ناپرهیزی کنم و به اعمالی دست بزنم که هشیاری مرا رقیق می‌کنند و غلظت من‌ذهنی را در من دوباره زیاد می‌کنند؟! چرا!؟

## تو آن ما و من آن تو همچو دیده و روز چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

غلیظ: درشت‌خو، سنگ‌دل  
عتُل: درشت‌گوی، سخت‌آواز

در پشت این سؤال بلافاصله سؤال دوم می‌آید که:

## تو را و عقل تو را عشق و خارخار چراست؟ که وقت شد که بروید ز خار تو آن گل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

خارخار: مجازاً دلواپسی، اضطراب، وسوسه

وقت آن رسیده است دیگر که از خار من‌ذهنی ما و سبب‌سازی ما گل حضور بروید. چگونه؟ تنها با فضاگشایی. آیا بعد از این‌همه دردی که همگانی در جهان ایجاد کرده‌ایم، وقت آن نشده است که خارخار و عشق آن را ول کنیم و به عقل زندگی وصل شویم؟

از خود می‌پرسم پویا چرا جای تو را، عقل تو را باید خارخار و وسوسه فکر پشت‌سرهم بگیرد؟ وسوسه حرف‌های درهم و برهم ذهن ما اثری جز این ندارد که ما را کور کند و به فضای غلیظ و عتُل ببرد.



## تو را و عقل تو را عشق و خارخار چراست؟ که وقت شد که بروید ز خار تو آن گل

ز آه‌آه تو جوشید بحر فضل اله  
مسافرِ اَمَلِ تو رسید تا اَمَل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

خارخار: مجازاً دلواپسی، اضطراب، وسوسه  
اَمَل: آرزو، امید  
اَمَل: شهری در شمال ایران، نزدیک دریا

پس فهمیدم که وقت آن شده، من دیگر به هر غلیظ و عتُلِ نروم و از خار من «آن یک گل»، «آن یک زندگی»  
خودش را نشان بدهد و بروید.

در ادامه با خود می‌گویم از آه‌آه تو پویا از آه‌آه همسایه نه‌ها، از آه‌آه نزدیکان و فامیل هم نه‌ها!، از آه‌آه دوستان  
هم نه‌ها!، تنها از آه‌آه تو که حواست روی خودت بود، دریای رحمت الهی که درحال جوشش است به‌سوی تو  
آمد. مسافر آرزومندی من که بیرون شدنم از غلظت و تاریکی و عتُلی است، تا شهر اَمَل و نزدیک دریا رسید.

ز آه‌آه تو جوشید بحر فضل اله  
مسافرِ اَمَلِ تو رسید تا اَمَل

خدای را بنگر در سیاست عالم  
عقول را بنگر در صناعت اَنَمَل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

اَمَل: آرزو، امید  
اَمَل: شهری در شمال ایران، نزدیک دریا  
اَنَمَل: اَنَمَله، سرانگشت. صناعت اَنَمَل یعنی کارهای دستی.

هر کسی در دیده‌اش روز بشود و غلظت برود و در کنار دریا باشد، پس زندگی را در کوچک‌ترین قدم‌هایش خواهد  
دید. آن موقع است که مولانا می‌گوید «خدای را بنگر» ای پویا که چگونه زندگی تو که سهل است، کیهان را اداره  
می‌کند. در نبض «سیاست عالم» جریان زندگی را ببین که با زنجیره سبب‌سازی تو کار نمی‌کند. عقل زندگی را  
در کارهای روزانه‌ات به‌کار ببر. فضاگشایی تنها سیاستی است که رهایی از غلظت و عتُل و رقیق شدن و تسلیم  
و رضا را به همراه دارد.

در پایان می‌خواستم این چهار بیت از غزل شماره ۱۳۵۸ را که در هفته‌های گذشته پشت‌سرهم تکرار کردم و به من کمک کردند، پشت‌سرهم برایتان بخوانم.

تو آن ما و من آن تو همچو دیده و روز  
چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتُل

تو را و عقل تو را عشق و خارخار چراست؟  
که وقت شد که بروید ز خار تو آن گل

ز آه‌آه تو جوشید بحر فضل اله  
مسافر اَمَل تو رسید تا اَمَل

خدای را بنگر در سیاست عالم  
عقول را بنگر در صناعت اَنَمَل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

غلیظ: درشت‌خو، سنگ‌دل  
عتُل: درشت‌گوی، سخت‌آواز  
خارخار: مجازاً دلوپسی، اضطراب، وسوسه  
اَمَل: آرزو، امید  
اَمَل: شهری در شمال ایران، نزدیک دریا  
اَنَمَل: اَنَمَله، سرانگشت. صناعت اَنَمَل یعنی کارهای دستی.

بی‌کلید، این در گشادن راه نیست  
بی‌طلب، نان سنت الله نیست  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

شرمنده من خیلی تیق زدم، ببخشید.

آقای شهبازی: عالی، عالی! آقا پویا عالی! پیغام عالی، عالی! شما هم عالی!

آقای پویا: فدای شما.

آقای شهبازی: دیگر چه بگوییم؟ ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]





۱۰- خانم فریده از هلند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فریده]

خانم فریده: یک متن کوتاهی داشتم با اجازه‌تان می‌خوانم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فریده: «دنیا فقط یک پل است.» حضرت مولانا در پایان غزل زیبای ۱۳۵۸ می‌فرماید که این دنیا فقط یک پل است نه چیزی بیشتر.

پل محلی است که برای عبور از رودخانه، کانال و یا دره ساخته می‌شود. تصور کنید که برای عبور از یک دره، باید از روی پلی چوبی گذر کنیم. برای عبور از دنیا به روی پل آمده‌ایم، ولی در وسط پل ایستاده‌ایم. نه برمی‌گردیم و نه راه را ادامه می‌دهیم.

هر از گاهی به دره زیر پل نگاه می‌کنیم و از ترس پرتاب شدن دست‌هایمان را سفت به پل می‌گیریم. شروع به لرزیدن و ترسیدن می‌کنیم، ولی حاضر نیستیم که به یک‌باره راه را ادامه بدهیم و کار را تمام کنیم. و از روی پل عبور کنیم تا به مقصد که زنده شدن و تبدیل ما است، برسیم.

حالا این وضعیت ما انسان‌ها است. حضرت مولانا در انتهای پل ایستاده و فریاد می‌زند که ای انسان «ز حرف بگذر و چون آب نقش‌ها می‌پذیر» از پل عبور کن و خودت را یک نقش یا یک فکر نپندار.

## ز حرف بگذر و چون آب نقش‌ها می‌پذیر که حرف و صوت ز دنیاست و هست دنیا پُل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

زندگی می‌گوید، راهت را ادامه بده، من در انتهای پل منتظرت هستم. بیا به سمت من، نترس، بیا به سمت تسلیم و فضاگشایی. به پایین که دره عمیق همانندگی‌ها است نگاه نکن.

گاهی بیتی در ما اثر می‌کند، چشم را از روی دره همانندگی برمی‌داریم، چشمان باز می‌شود و متوجه می‌شویم که این فقط یک خواب بوده.

قدمی به جلو می‌گذاریم، و گاهی هم به سرعت شروع به دویدن از روی پل می‌کنیم. فضایی گشوده می‌شود که انگاری ما را به جلو هل می‌دهد. صدای رحمت کل را از آن سوی پل می‌شنویم، شادی بی‌سبب و آرامش را در وجود خود حس می‌کنیم.



دوباره صدای خارخار همانندگی‌ها، صدای ناهنجار و سوسه، ترس و اضطراب از ته درهٔ ذهن به گوشمان می‌رسد. باز از حرکت می‌ایستیم. دوباره خود را به‌روی پل چوبی دنیا می‌بینیم. به ته درهٔ ذهن نگاه می‌کنیم و از تسلیم و فضاگشایی خارج می‌شویم.

## تو را و عقل تو را عشق و خارخار چراست؟ که وقت شد که بروید ز خار تو آن گل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

خارخار: مجازاً دلواپسی، اضطراب، و سوسه

وقت آن است که به‌طور کامل از روی پل عبور کنیم. اما عشق به دنیا و خار آن‌ها که ترس و درد است، ما را بر روی پل دنیا گیر انداخته.

زندگی می‌گوید، برای عبور از این پل هرچه می‌خواهی بکن، فقط به درهٔ عمیق همانندگی‌ها نگاه نکن که تو را از تسلیم و فضاگشایی باز نگه می‌دارد. در این صورت پادشاهی می‌شوی که همه‌چیز دارد، اما چشمش هنوز به بیرون است و گدای دنیا است.

## هر که دور از دعوت رحمان بُود او گداچشم است، اگر سلطان بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۸۸)

تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! ممنونم فریده خانم.

خانم فریده: خواهش می‌کنم، ممنون از شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فریده]



۱۱ - خانم لادن از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لادن]

خانم لادن: با اجازه‌تان یک پیامی را به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله‌بله، بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم لادن: خیلی ممنونم. در چند روز گذشته یکی از نزدیکان ما از دنیا رفتند. شنیدن خبر فوت ایشان برای چند ساعتی مرا به ذهن برد. در آن موقعیت ابیاتی از قصه حضرت حمزه در دفتر سوم مثنوی به کمکم آمدند. این قصه در دفتر سوم از بیت ۳۴۲۰ آمده‌است. در این قصه از حضرت حمزه می‌پرسند که چرا بدون زره به میدان جنگ می‌رود و خودش را به میدان هلاکت می‌اندازد.

خلق پُرسیدند کای عم رسول  
ای هُزْبِرِ صَفِ شَکْن، شاهِ فُحُول  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۲۱)

پس چرا تو خویش را در تَهْلَکَه  
می‌دراندازی چنین در معرکه؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۲۳)

هُزْبِرِ: شیر بیشه  
فُحُول: دلیران، جمع فُحُل  
تَهْلَکَه: هلاکت

و ایشان پاسخ می‌دهند:

آن‌که می‌ترسی ز مرگ اندر فرار  
آن ز خود ترسانی ای جان، هوش‌دار  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۴۱)

روی زشت توست نه رخسارِ مرگ  
جان تو همچون درخت و، مرگ، برگ  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۴۲)

«ای جان، این‌که تو از مرگ می‌ترسی به‌خاطر این است که تو از خودت می‌ترسی. مرگ مانند آینه‌ای است که تو را به خودت نشان می‌دهد.»

فهمیدم من در این لحظه یا به من ذهنی می‌میرم و مرگ، برگِ درختِ زندگی من می‌شود و یا در من ذهنی می‌میرم و مرگ، آئینه‌ی رویِ زشت من ذهنی‌ام می‌شود.

پس اگر این لحظه به من ذهنی نمی‌میرم، در من ذهنی می‌میرم و قیامت یعنی زنده شدن به زندگی را تکذیب می‌کنم. خداوند در قرآن در آیه ۷ سوره تین می‌فرماید:

«فَمَا يُكَذِّبُكَ بَعْدَ بِالذِّينِ.»

«پس چیست که با این حال تو را به تکذیب قیامت وامی‌دارد؟»  
(قرآن کریم، سوره التین (۹۵)، آیه ۷)

یعنی ما در این لحظه می‌توانیم به زندگی زنده شویم و اگر نمی‌شویم، پس داریم قیامت را تکذیب می‌کنیم. تکذیب قیامت مربوط به داشتن یک عقیده ذهنی در مورد این‌که قرار است قیامت در زمان آینده اتفاق بیفتد نیست، بلکه مربوط به وضعیت هشیاری من در این لحظه است.

در قصه عجز در دفتر ششم مثنوی، مولانا گفت عجز عَشْرهای قرآن را به صورتش می‌چسباند و هر بار که چادر بر سرش می‌کشید عَشْرها می‌افتاد، و سپس گفت این چادر «مرگ» است.

## عاقبت چون چادر مرگت رسد

### از رُخت این عَشْرها اندر فتد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۴)

عَشْرها: تذهیب‌های قرآن، نشانه‌های مدوری که بر سر هر ده آیه قرآن می‌نگاشتند و معمولاً آن عَشْرها را با آب طلا می‌نهادند.

مولانا می‌گوید من ذهنی مثل عجز است و هر لحظه چادر سیاه مرگ، همانندگی‌ها و چیزهای آفل را از او جدا می‌کند، یعنی هر لحظه قسمت آفل ما دارد می‌میرد. مرکز جسمی مدام فرومی‌ریزد، فکرها ایجاد می‌شوند و از بین می‌روند. در بیرون هم مدام همانندگی‌ها را از دست می‌دهیم، پس مرگ هر لحظه با ما است.

در ادامه قصه حضرت حمزه، مولانا با ظرافت تمام تفاوت میان زندگی حقیقی و زندگی در من ذهنی را با توجه به دیدی که انسان نسبت به مرگ دارد روشن می‌کند.

می‌گوید اگر مرگ بین هستی یعنی اگر با دید من ذهنی مرگ را نیستی می‌بینی، باید مراقب باشی زیرا در برتری جُستنِ ذهنی هستی یعنی دیدِ مرگ بینِ ذهن، انسان را در یک مسابقه وهم‌آلود برای رسیدن به زندگی گیر می‌اندازد.



اما اگر مرگ را «حشر» یعنی زنده شدن به زندگی می‌بینی، پس از جانب زندگی مورد خطاب «سارِعُوا» قرار می‌گیری و به‌سوی آموزش پروردگارت می‌شتابی.

**وآنکه مُردن پیش او شد فتح باب**

**سارِعُوا آید مر او را در خِطَاب**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۳۵)

**الْحَذَرُ ای مرگ‌بینان، بَارِعُوا**

**الْعَجَلُ ای حَشْرُبینان، سَارِعُوا**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۳۶)

**الصَّلَا ای لطف‌بینان، اِفرَحُوا**

**الْبَلَا ای قهر‌بینان، اِترَحُوا**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۳۷)

«ای کسانی که مرگ را لطف حق می‌شمردید، الصَّلَا، ضیافت در پیش است، شادی کنید.

ای کسانی که مرگ را قهر و عذاب می‌بینید، بلا در پیش است، غمگین شوید.»

سارِعُوا: بشتابید.

بَارِعُوا: پیش‌دستی کنید.

الصَّلَا: آتش افروختن به نشانِ دعوت به مهمانی و اعلام حوادث.

اِفرَحُوا: شادی کنید.

اِترَحُوا: غمگین شوید.

مولانا از زبان حضرت حمزه ادامه داد:

**سوی مُردن، کس به‌رغبت کی رود؟**

**پیش اژدرها، برهنه کی شود؟**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۳۰)

**لیک از نورِ مُحَمَّد من کنون**

**نیستم این شهرِ فانی را زبون**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۳۱)

**از برونِ حِسّ، لشکرگاهِ شاه**

**پُر همی‌بینم ز نورِ حق، سپاه**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۳۲)



## خیمه در خیمه، طناب اندر طناب شکر آن‌که کرد بیدارم ز خواب (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۳۳)

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا لادن خانم، آفرین، آفرین! خیلی جالب بود. [خنده آقای شهبازی] شما زنگ نمی‌زنید، زنگ نمی‌زنید، یک دفعه این طوری پیغامی می‌دهید که باید برویم یک ماه روی آن فکر کنیم. [خنده آقای شهبازی] ممنونم. خیلی زیبا، آفرین، آفرین! خیلی عمیق. امیدوارم دیگران.

خانم لادن: [خنده خانم لادن] لطف دارید استاد. این ابیات مربوط به برنامه ۹۴۷ بودند که شما تفسیر فرموده بودید، خیلی ممنونم از شما.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم لادن]



۱۲ - خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین: با اجازه‌تان.

## به گوشِ دل پنهانی بگفت رحمت کُل که هر چه خواهی می‌کن ولی ز ما مَسْکُل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

مَسْکُل: مگسل، جدا نشو

برای شنیدن صدای خداوند باید از جنس آلت شویم، از جنس زندگی شویم. لازمه این کار این است که هر اتفاقی در بیرون را جدی نگیریم و مهم ندانیم، آن بازی خداوند است برای فضاگشایی ما و نشان دادن همانندگی‌ها در مرکز ما، نه برای تعیین کردن جنس ما.

پس برای نگه داشتن جنس اصلی خود کارهایی را اجازه نداریم انجام دهیم. اگر ما خود را از جنس زندگی و در امتداد خداوند می‌دانیم اجازه نداریم با حالت غلیظی و انقباض گوش دلمان را کر کنیم تا نتوانیم صدای خداوند را بشنویم.

اجازه نداریم «خارخار» شویم چون وسوسه ذهن به ما اجازه آرام گرفتن در خود را نمی‌دهد و با ایجاد درد، مانع و مسئله از دامی به دام دیگر می‌رویم و ارتعاش درد و خار در جهان می‌کنیم.

اجازه نداریم در توهمات من‌ذهنی گیر کنیم و هر جیتی برویم. دائم ناظر ذهن خود باشیم و با عقل و خرد من‌ذهنی عمل نکنیم. اجازه ندهیم گیاه خروب در مرکز ما کاشته شود و طلب واقعی و متعهدانه به مرکز عدم داشته باشیم، از همانیده شدن پرهیز کنیم، فریب من‌ذهنی را نخوریم و ابزارهای آن را یکی‌یکی از آن بگیریم. اجازه ندهیم تمرکزمان از روی خودمان برداشته شود، مرغ خویش باشیم، مسئولیت‌پذیر باشیم.

ناموس و پندار کمال را پایین بیاوریم، چراغمان را روشن نگه داریم. اجازه نداریم ارزش و جلال و شکوه خود را از چیزهای بیرون قرض بگیریم. در موقع منقبض شدن چاره آن را بکنیم و پناه به فضای گشوده‌شده ببریم.

در هنگام بی‌مرادی و انقباض اجازه ندهیم که ذهن ما را به سبب‌سازی بیندازد، سریع منبسط شویم و پیغام را بگیریم. همه مرادهای من‌ذهنی اشکسته پاست و اجازه ندهیم ما را به درد دچار کنند.

شهوَت کاذب و مصنوعی را از خودمان دور کنیم، خودمان را از شیر این جهان بگیریم و بند ناف جهان را ببریم. کار بی‌مزد من‌ذهنی را کنار بگذاریم.



به تنهایی مان اجازه ندهیم که ما را به سمت قرین شدن با دیگران، برنامه‌ها و کتاب‌ها بکشاند. به دنبال عَرَض و فرع بودنِ من‌ذهنیِ نرویم، خود را دُهل بدانیم نه دُهل‌زن تا خداوند بتواند دُهل ما را بزند.

دائم خود را آهوی لنگ در کف شیر بدانیم و تسلیم باشیم. چه گدا باشیم چه سلطان اجازه نداریم دور از دعوت رحمان باشیم، اجازه نداریم برای آرام گرفتن و حس امنیت به‌جز خلوتگاه و فضای گشوده‌شده به جایی پناه ببریم. هر لحظه خود را کنار بام بدانیم که کامرانی و مرادهای من‌ذهنی آفل هستند. به سبب‌سازی‌های من‌ذهنی نجسبیم و مسبب را فراموش نکنیم، هر لحظه عنایت و رحمت خداوند را ببینیم تا دچار «رُدُّوا لَعَادُوا» نشویم و در توبه کردن محکم و استوار باشیم.

تا زندگی در درون ما نجنبد ما در من‌ذهنی سر از خود نجنبیم، سوار بر اسب بُراق شویم و بدون اتلاف وقت مرکز خود را عدم کنیم. از عرصه عقل به عرصه قُل بشتابیم.

عقل «مازاغ» را جایگزین عقل «زاغ» کنیم. دست در دست اهل جَنّت بگذاریم و از بانگ‌ها و آه‌آه من‌ذهنی دوری کنیم. اجازه ندهیم عشق به اشیا ما را کور و کر کند و به مرکز ما بیایند. تنها غم ما غم زنده شدن به زندگی باشد نه غم همانیدگی‌ها.

با یکی شدن با خداوند که تو خود او هستی هر کاری می‌خواهی با داشتن عقل و خرد، حس امنیت کامل، قدرت و هدایت گرفتن از او می‌توانی انجام دهی.

ممنونم استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! کس دیگر هم می‌خواهد صحبت کند؟

خانم زرین: بله استاد، تیارا و یکتا هم هستند.

آقای شهبازی: ممنونم. پیغامتان عالی بود خانم، بسیار جامع، عمیق. آفرین!

خانم زرین: ممنونم استاد، ممنون از شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]

خانم تیارا: تیارا هستم ۱۳ ساله.

آقای شهبازی: بله ماشاءالله! شدید ۱۳ ساله خانم، چند وقت است تیارا خانم؟



خانم تیارا: استاد هفته پیش.

آقای شهبازی: بله! تبریک. به قول شما (Happy birthday) [خنده آقای شهبازی] بله! تولدتان مبارک.

خانم تیارا: ممنونم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! بفرمایید.

خانم تیارا: با اجازه‌تان.

## رنگ‌ها بینی بجز این رنگ‌ها گوهران بینی به جای سنگ‌ها (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۵۷)

مولانا می‌گوید با آن چشمی که بر اثر صبر و شکیبایی حاصل شده می‌توانی غیر از هفت رنگِ ظاهری رنگ‌های دیگر نیز ببینی، و به جای سنگ‌های بی‌ارزش گوهرهای ارزشمند را مشاهده کنی.

ما با چشم ذهنمان فقط اجسام را می‌بینیم اما جسم یک تصویر ذهنی است که در آن زندگی نیست. اگر به فضای لامکان که در واقع سرچشمه همه امکانات است برویم به جای سنگ‌ها و بی‌رنگی‌ها زندگی و گوهران را می‌بینیم. گوهران یعنی خرد زندگی، عشق، لطافت، زیبایی و جرأت. دیدِ گوهران همان تشعشع لطافت و تشعشع زندگی است که به فکر و عمل ما می‌ریزد. اگر ما آفتاب بودن خودمان را بیندازیم آن‌ها را نخواهیم دید. استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! خیلی خوب، بله، خواهرتان هم هستند نه؟

خانم تیارا: ممنونم. بله استاد با اجازه‌تان گوشی را می‌دهم به ایشان.

آقای شهبازی: بله، لطف کنید، بله، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هستم ۹ ساله.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید خانم یکتا.

خانم یکتا: با اجازه شما.



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

شیرین چو شکر تو باش شاکر  
شاکر هر دم شکر ستاند

شکر از شکر است آستین پر  
تا بر سر شاکران فشاند

تلخش چو بنوشی و بخندی  
در ذات تو تلخی نماند

گویی که چگونه ام خوشم من؟  
گویم ترشم دلت بماند

گوید که نهان مکن ولیکن  
در گوشم گو که کس نداند

در گوش تو حلقه وفا نیست  
گوش تو به گوش‌ها رساند  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یلدا]

خانم یلدا: با اجازه‌تان من متنم را به اشتراک می‌گذارم. در این متن می‌خواهم درباره یکی دیگر از اشتباهات ما در برخورد با بزرگان و مخصوصاً حضرت مولانا قبل از آشنایی با گنج حضور، در ابتدای مسیر معنوی و حتی بعد از سال‌ها کار روی خود صحبت کنم. یکی از ویژگی‌های من‌ذهنی این است که هر چیزی که آشنای اوست، همیشه آن را دارد و با آن در ارتباط است، در نظرش حقیر است. در مقابل هر چیز و کسی که از او دور است و نمی‌تواند به آن دست داشته باشد یا آشنای او نیست در نظرش بزرگ و ارزشمند است.

به همین دلیل است که ما روی گنجینه‌ای مثل آموزه‌های مولانا، حافظ، فردوسی، عطار و غیره نشسته‌ایم، اما به‌طور جمعی دنبال خواندن پرفروشترین کتاب‌های خارجی هستیم، دنبال آموزه‌های روانشناسان خارجی هستیم. دنبال این هستیم که ببینیم در تلویزیون یا شبکه‌های اجتماعی چه چیزی وایرال (viral: همه‌گیر) می‌شود ما هم دنبال همان برویم.

**هر که او شد آشنا و یار تو**

**شد حقیر و خوار در دیدار تو**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۱)

**هر که او بیگانه باشد با تو، هم**

**پیش تو او بس مه‌است و، محترم**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۲)

همین اتفاق در مورد اشعار حضرت مولانا هم می‌افتد. ما مدام دنبال مثنوی و غزلیات جدید هستیم. خدا را شکر کسی مثل آقاصادق هست که توانست معجزه تکرار یک بیت را در تبدیل خودش و دیگران به ما نشان بدهد. خدا را شکر که بچه‌ها یک بیت را می‌گیرند و همه آن را تکرار می‌کنند تا بالاخره در ما هم جا می‌اندازند. حضرت مولانا می‌گوید ما چون من‌ذهنی داریم، با ذهن با این ابیات برخورد می‌کنیم و حتی معنویت هم ابزاری برای برتر درآمدن است. دنبال چیز جدید هستیم که کسی نداند و با آن متمایز شویم.

**ور بگیری نکته بگری لطیف**

**بعد درکت گشت بی‌ذوق و کثیف**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۹۵)



که من این را بس شنیدم، کهنه شد

چیز دیگر گو بجز آن، ای عَضُد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۹۶)

چیز دیگر تازه و نو گفته گیر

باز فردا ز آن شوی سیر و نفیر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۹۷)

وقتی با من ذهنی با این آموزه‌ها برخورد می‌کنیم آن‌ها را کثیف و آلوده می‌کنیم. نمی‌توانیم یکی را بگیریم و با آن تبدیل شویم. مدام دنبال چیز جدید و نو هستیم. اما حضرت مولانا می‌فرماید فکر کن چیز جدید به تو بدهند باز فردا دوباره برایت تکراری می‌شود و از آن سیر می‌شوی.

آقای شهبازی شما بارها فرموده‌اید یک برنامه برای تبدیل کافی است. یک بیت که ابزار ما شد برای انداختن همانیدگی‌ها و تبدیل کافی است. اما ما چون با ذهن برخورد می‌کنیم دچار ملال می‌شویم و حرص داریم که اگر دیگر برنامه گنج حضور نباشد ما چکار کنیم.

شما در برنامه ۹۹۹ یک مثال خیلی جالب زدید. گفتید امروز مکانیک می‌آید با یک ابزار کار می‌کند. فردا باز اگر بیاید همان ابزار را به کار می‌برد. شما هم وقتی یک ابزار را دیگر یاد می‌گیرید، همان ابزار را در زمینه‌های مختلف استفاده کنید، خودتان را بیدار کنید و کار را تمام بکنید و نیاید بگویید هر روز شما باید بیت‌های جدید بیاورید.

این به این معنی نیست که بیت‌های زیادی را تکرار نکنیم، اما یک نگاه صادقانه کنیم ببینیم ما از تکرار ملول می‌شویم؟ از خودمان سؤال کنیم آیا قدر مولانا و بزرگانمان را می‌دانیم؟ آیا قدر تک‌تک بیت‌ها را می‌دانیم؟ آیا قدر تک‌تک برنامه‌های گنج حضور را می‌دانیم؟ آیا قدر تک‌تک پیام‌های دوستان را می‌دانیم؟ یا چون هر هفته هستند برای ما تکراری شده‌اند و حوصله ما را سر می‌برند؟ مرسی آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی خیلی خوب بود یلدا خانم. عجب پیغامی، آفرین، آفرین! خب شما این را ویدئو کنید. لطف بکنید، ویدئو کنید. عالی، عالی!

خانم یلدا: ممنونم، چشم، حتماً.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یلدا]



۱۴ - خانم فرزانه از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

خانم فرزانه: استاد با اجازه‌تان مطلبی آماده کردم به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: بله‌بله.

خانم فرزانه: یک تجربه‌ای داشتم. استاد در برنامه ۱۰۰۰ بود فکر می‌کنم که فرمودید ما با افزایش پول طغیان می‌کنیم و با کم شدن آن هم دچار غم و طغیان و سرکشی می‌شویم و اگر که این متوسط باشد، ما آرام هستیم. بلافاصله این موضوع را در خود دیدم و این را یادداشت کردم و به مانیتورم (نمایشگر: monitor) چسباندم و روزانه جلوی چشمم بود. این ماجرا و طغیان در من بعد از یک پیشرفت مادی ایجاد شد و سرکشی‌های من از همین ایجاد فرصت بیشتر و بیشتر شد به طوری که چندین بار بحث مالی با دیگران داشتم. به جای رها کردن ماجرا با خود می‌گفتم که نه نمی‌توانم و بعد از روشن شدن این بحث رها می‌کنم.

همین طغیان‌ها از درون خودخوری در من ایجاد کرد که تو قدرت فضاگشایی و کار روی خود را دیگر نداری، چون نمی‌توانی کوتاه بیایی، از رها کردن این ماجرا می‌ترسی و در واقع امیدت به ذهن می‌باشد.

در این ماجرا قرین بر من بسیار اثرگذار بود چرا که کشش دیگران و اطراف به جنبه پول و مادیات باعث می‌شد که من هم توجه بیشتری به این ماجرا داشته باشم و اولویت من قرار بگیرند و این باعث می‌شد که دیگران رفتار و عمل من و جنس من را مشخص کنند.

خلاصه که همزمان با شروع برنامه ۱۰۰۲ واکنش شدیدتری در من ایجاد شد که حتی نتوانستم برنامه را ببینم و با این‌که جمله استاد یادم بود هیچ نتوانستم که این دید جسمی را پاک کنم. می‌شود گفت دو هفته‌ای در درد بیهوده همانندگی‌ها بودم تا برادرم گفت این قدر فکر نکن، این قدر حرص نخور تا این انرژی مخرب از تو آرام آرام برود.

به جای فضاگشایی و اهمیت ندادن به ذهن، دست به مشورت زدن با من‌های ذهنی اطراف زدم که تنها حالم و واکنش‌هایم شدیدتر می‌شد. در تمام روزها این قدر من‌ذهنی فشار ایجاد می‌کرد که دیگر انرژی سر کار رفتن و ورزش را هم نداشتم.



گاهی با خود می‌گفتم ای کاش جایی بود که در آن مخفی می‌شدم که تا آرام شوم و دیگر چیزی نباشد. در پس‌زمینه فکرها می‌گفتم «این عدم خود چه مبارک جای است» و تو جایی داری که می‌توانی تمام این دردهایت را در آن جا رها کنی.

## این عدم خود چه مبارک جای است که مددهای وجود از عدم است (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳۵)

با شروع کردن به دیدن برنامه ۱۰۰۲ و پشت سر آن برنامه ۱۰۰۳ این ضعف و قدرت ذهنی را جناب مولانا بیشتر آشکار کرد و بابت تمام این ماجراها شکر که چنین زهری، چنین طغیان و سرکشی‌ای، چنین احساس ضعفی را زندگی به هر طریقی که شد به من نشان داد، شکر که پناهگاهی به نام عدم وجود دارد. در برنامه ۱۰۰۳ فرمودید که ما چون با چیزی همانیده هستیم ضررهای آن را نمی‌بینیم. نمی‌بینیم که همانیدگی‌ها چه ضررهایی به روابط و حال جسمی و جان ما می‌زنند. در این سرا دیگر چیزی جز تبدیل اهمیت ندارد.

## جواب داد که خود را دُهل شناس و مباش گهی دُهل‌زن و گاهی دُهل که آرد دُل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

دُل: پست و زبون شدن، خواری

این‌که ما براساس ضعیف شدنمان، براساس عجزمان می‌گوییم که من دیگر تسلیم هستم و اگر شرایط مناسب من ذهنی باشد، خبری از فضاگشایی نیست و باز هم سرکش می‌شویم به ما نشان می‌دهد که فراموش می‌کنیم که ما دُهل هستیم و نه دُهل‌زن. خیلی ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]





۱۵ - خانم پروین از استان مرکزی با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: با اجازه استاد نکاتی از برنامه ۱۰۰۳ از بخش اول و دوم آماده کرده بودم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم پروین: به اندازه پنج دقیقه می‌خوانم، یک مقدار طولانی است.

آقای شهبازی: بله‌بله.

خانم پروین: ما امتداد زندگی هستیم، از جنس هشیاری. مرکز ما از جنس عدم است، عدم یعنی خلأ و عدم قابل شناسایی با ذهن نیست. ذهن تنها اجسام را می‌شناسد. همانیده شدن یعنی تصور کردن هر چیزی که برای بقای ما در این جهان مهم است و چون ما آفریننده هستیم به چیزها حس هویت تزریق می‌کنیم و با آن همانیده می‌شویم. با همانیده شدن مرکز جدیدی برای ما خلق می‌شود که از جنس ماده است و این مرکز مادی عینک دید ما در این جهان می‌شود.

مرکز جدید، در ما فکر تولید می‌کند و ما دائماً و به‌طور پیوسته از فکری به فکر دیگر می‌پریم و یک تصویر ذهنی پویا از خود خلق می‌کنیم که نامش من‌ذهنی است. ما فکر می‌کنیم که این تصویر ذهنی هستیم درحالی‌که من‌ذهنی یک توهم است و در زمان کار می‌کند. زمان تغییرات جسم‌ها را نشان می‌دهد، درحالی‌که ما از جنس زمان و مکان نیستیم.

من‌ذهنی دید دویی دارد یعنی یکی من و یکی هرچه که در جهان پیرامونم شاهد آن هستم، درحالی‌که اصل ما یکپارچه است، یک زندگی، یک هشیاری در کل هستی درحال ارتعاش است که هم‌زمان هم بی‌شکل است و هم خود را به هزاران شکل جلوه می‌کند.

مرکز عدم از جنس لطافت است، اما مرکز مادی غلیظ و درشت‌خو است. مولانا در غزل ۱۳۵۸ از کلمه «خارخار» استفاده می‌کند. هر همانیدگی یک ستیزه و خار را به جهان ارائه می‌کند، یعنی هر همانیدگی دردِ خودش را دارد.

طبق قانون «ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند» پس هر انسانی یک ناظر است که جنس ما را تعیین می‌کند. اگر به زندگی زنده باشد، ما را به زندگی مرتعش می‌کند و اگر از جنس من‌ذهنی باشد، ما را به من‌ذهنی و درد مرتعش می‌کند و البته چون اکثر انسان‌ها از جنس من‌ذهنی هستند بنابراین ما دائماً در معرض تشعشع درد من‌های ذهنی هستیم و اگر فضاگشایی نکنیم در عبور از من‌ذهنی و تبدیل هشیاری موفق نخواهیم شد.

تبدیل یعنی هر انسانی با ورود به این جهان من‌ذهنی می‌سازد و بعد از چند سال باید نسبت به من‌ذهنی بمیرد و همان هشیاری اولیه شود. ما در واقع همان آگاهی یا هشیاری اولیه هستیم که غبار جسم و همانندگی بر آن نشسته. با پاک کردن غبارها و زنگارها دوباره هشیاری ما آشکار می‌شود. تبدیل ما با تسلیم و فضاگشایی در اطراف هر چیزی که ذهن مهم نشان می‌دهد صورت می‌گیرد.

فضاگشایی امری ذهنی نیست و توسط زندگی صورت می‌گیرد، کافی است ما خودمان و حرف‌هایمان و اتفاقات پیرامونمان را جدی نگیریم و به همه اتفاقات به چشم بازی و رقص نور نگاه کنیم.

ما همیشه در این لحظه ابدی هستیم و اصل ما تغییر نمی‌کند، این اجسام و حادث‌ها هستند که تغییر می‌کنند و زمان روان‌شناختی را به وجود می‌آورند. تولد و مرگ توهم ذهن است. آن‌چه که ما هستیم نه متولد می‌شود و نه می‌میرد.

شادی‌ها و غم‌های ما در ذهن توهم هستند، هرچه که ذهن نشان می‌دهد بازی است و فضای گشوده جدی است. تعهد به مرکز عدم، تعهد به کار روی خود، تعهد به تکرار ابیات و بی‌اهمیت دانستن آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، سبب باز شدن فضا در درون ما می‌شود.

رحمت خداوند شامل حال همه کائنات می‌شود جز انسان. انسان چون مرکز همانیده دارد، رحمت کل را نمی‌تواند دریافت کند. رحمت کل زمانی به انسان می‌رسد که مرکزش عدم شود.

خداوند به ما می‌گوید هر کاری دوست داری در این جهان بکن اما از من جدا نشو. یعنی هر کاری را با فضاگشایی و مرکز عدم انجام بده، چرا که هر کاری را که در جدایی و با من‌ذهنی انجام بدهی، حاصلی جز ایجاد درد و تخریب ندارد.

همه ما در این جهان دو منظور داریم، منظور اصلی و مشترک ما زنده شدن به بی‌نهایت خداوند است و منظور فرعی ما تمامی هدف‌های مادی و این‌جهانی و خلاقیت در جهان است. خداوند می‌گوید من روز هستم و تو چشم من هستی و من از چشمان تو می‌خواهم جهان را ببینم.

به گوش دل پنهانی بگفت رحمت کل  
که هرچه خواهی می‌کن، ولی ز ما مسکُل

تو آن ما و من آن تو همچو دیده و روز  
چرا روی ز بر من به هر غلیظ و عتل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)



مَسْکَل: مگسل، جدا نشو.  
غَلِیْظ: درشت‌خو، سنگ‌دل  
عُتْل: درشت‌گویی، سخت‌آواز

ما در ذهن در سبب‌سازی هستیم و سبب‌سازی، درشت‌گویی و درشت‌خویی است. ستیزه، دعوا، جنگ، اختلاف. هیچ دو من‌ذهنی چون از جنس جسم هستند نمی‌توانند با هم یکی شوند.

تا وقتی گوش حسی ما وزوز بیرون را می‌شنود، قادر به شنیدن وحی خداوند نیست. وقتی فضا در درون ما باز شود و ما با هشیاری ناظر به سروصدای ذهنمان آگاه شویم و آن‌ها را جدی نگیریم، کم‌کم گوش غیب‌گیر ما به‌کار می‌افتد و ما صدای وحی خداوند را می‌شنویم. عشق اشیا چشم و گوش غیبی ما را کور و کر می‌کند و هر چیزی که به مرکزمان بیاید ضرر آن را نمی‌بینیم.

حُبُّكَ الْأَشْيَاءَ يُعْمِيكَ يَصِمُّ  
نَفْسُكَ السُّودَا جَنَّتْ لَا تَخْتَصِمُ  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۲۴)

«عشق تو به اشیا تو را کور و کر می‌کند. با من ستیزه مکن، زیرا نفس سیاه‌کار تو چنین گناهی مرتکب شده است.»

«حُبُّكَ الْأَشْيَاءَ يُعْمِيكَ وَ يَصِمُّ»  
«عشق تو به اشیا تو را کور و کر می‌کند.»  
(حدیث)

برای شنیدن پیغام ارجعی، یعنی به‌سوی من برگرد که از طرف خداوند می‌آید، باید از قید و بند حواس ظاهر و عقل جزئی دنیا طلب رها شویم.

بی حس و بی گوش و بی فکرَت شوید  
تا خطاب ارجعی را بشنوید  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸)

«اگر می‌خواهید خطاب (به‌سوی من برگردید) حق‌تعالی را بشنوید باید از قید و بند حواس ظاهر و گوش ظاهر و عقل جزئی دنیا طلب رها شوید.»

فِکْرَت: فکر، اندیشه

بزرگ‌ترین مسئولیت ما در زندگی، مسئولیت کیفیت هشیاریمان است که اجازه ندهیم دیگران جنس ما را تعیین کنند. پس هر لحظه با تمرکز روی خود و فضاگشایی چراغ خودمان را روشن نگه می‌داریم. ما برای «تبدیل» کار

می‌کنیم نه برای هم‌هویت شدن با باورهای تازه و بهتر. با روشن شدن چراغ ما، چراغ انسان‌های اطرافمان هم بی‌هیچ تلاشی از طرف ما خودبه‌خود روشن می‌شود.

در من‌ذهنی همهٔ مرادهای ما اشکسته‌پا است، یعنی هرچه که به‌دست بیاوریم و به هر مراد و آرزویی هم که برسیم و زیباترین تجربه‌ها را داشته باشیم اما چون آن فضا در درون ما باز نیست، بنابراین حس شادی و خوشبختی نخواهیم کرد.

## که مرادات همه اشکسته‌پاست پس کسی باشد که کام او، رواست؟ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۸)

اشکسته‌پا: ناقص

## شهوة کاذب شتابد در طعام خوف فوت ذوق، هست آن خود سقام (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۶)

سقام: بیماری

شهوة کاذب میل به هر چیزی است که در مرکز ما می‌آید و ما با من‌ذهنی از ترس این‌که آن ذوق از دست برود، به سمت آن می‌شتابیم و این بیماری است. اگر لحظه‌ای صبر کنیم، آن ذوق و شهوة از بین می‌رود.

استاد فکر می‌کنم و قتم تمام شد. ادامه‌اش را ان‌شاءالله هفتهٔ بعد.

آقای شهبازی: بله‌بله، پیغام را ادامه بدهید پروین خانم. آفرین، چقدر عالی است این پیغامتان! ماشاءالله، ماشاءالله. ادامه بدهید، بله. بیخشید، من حرف نزنم. بله. بفرمایید.

خانم پروین: خواهش می‌کنم. عالی شما هستید. مولانا می‌گوید در کار تبدیل، دانستن ذهنی فایده‌ای ندارد و چطور و چگونه، سؤال ذهنی است. وقتی می‌گویی چگونه فضاگشایی کنم، یعنی می‌خواهی مسئله را با ذهن حل کنی.

## بگفت دل که سگستن ز تو چگونه بُود؟ چگونه بی ز دهل زن کند غریو دهل؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

سگستن: گسستن، جدا شدن

دهل: طبل

غریو: فریاد، بانگ بلند



من ذهنی می‌پرسد جدا شدن از تو چگونه است؟ مگر می‌شود از تو جدا شد؟ یعنی نمی‌شود جدا شد و در واقع ما در توهم جدایی هستیم.

## فِطام داد از این جیفه دایه تبدیل در آفتاب فکندهست ظلّ حق غُلُغُل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

فِطام: باز شدن از شیر دنیا، باز شدن بچه از شیر مادر  
جیفه: لاشهٔ بوگرفته، مردار  
ظلّ: سایه، مجازاً پناه، عنایت

خداوند دایهٔ تبدیل است و ما را از شیر دنیا باز کرده یعنی ما نباید دیگر از شیر دنیا بخوریم و حتی سایهٔ خداوند، دل خورشید انسان‌هایی چون مولانا را به جوش درآورده و مولانا دل ما را هم به جوش و ارتعاش درمی‌آورد و زنده می‌کند.

ما دُهل هستیم و دُهل‌زن زندگی است که با «قضا و کُنْ فکان» دهل ما را می‌زند. همهٔ جهان دهل هستند و تنها یک دهل‌زن وجود دارد که خدا است. از تو ای خداوند کجا می‌توانند بروند؟ به هر طرف که بروند دچار درد خواهند شد.

خداوند همهٔ راه‌های فکری را بسته و ما در ذهن، آهوی لنگ هستیم و خداوند مانند شیر نر خون‌خواره، می‌خواهد خون من‌ذهنی ما را بریزد. پس هیچ چاره‌ای جز تسلیم و رضا نداریم.

## ای رفیقان، راه‌ها را بست یار آهوی لَنگیم و او شیرِ شکار (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۶)

## جز که تسلیم و رضا کو چاره‌ای؟ در کف شیر نر خون‌خواره‌ای (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۷)

من‌ذهنی گداچشم است. هر چقدر هم که داشته باشد، چشمش به مال مردم است و چشمش سیر نمی‌شود.

## هرکه دور از دعوت رحمان بُود او گداچشم است، اگر سلطان بُود (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۸۸)

هیچ جای این دنیا بی دد و دام نیست. تنها محل آرامش و امنیت، خلوت‌گاه خداوند یعنی فضای گشوده‌شده است و تا زمانی که من‌ذهنی داری، روی راحتی و آرامش را نخواهی دید.

برای دهل بودن باید فضا را باز کنیم تا دهل‌زن ما را بزند، نمی‌شود گاهی دهل بود و گاهی دهل‌زن. اما من‌ذهنی افراط و تفریط دارد. در وقت عجز و ناتوانی، تسلیم می‌شود و می‌گوید من دهل هستم تو مرا بزنی، اما در وقت توانایی، سرکش می‌شود و در خروب بودن، کسی جلودارش نیست.

باید بدانیم که هر لحظه در کنار بام هستیم و امکان سقوطمان هست. پس به موفقیت‌هایمان در ذهن نبالیم و آن‌ها را در معرض فروش نگذاریم تا از حسادت مردم در امان باشیم.

### هرکه داد او حُسنِ خود را در مَزاد صد قضای بد، سوی او رو نهاد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۵)

مَزاد: مُزاید و به‌معراض فروش گذاشتن

هر کس بدون سرِ زندگی، بدون فضاگشایی، بدون قلاووزی چون مولانا بجنبند، دُم است یعنی من‌ذهنی است و جنبشش مانند عقرب است، به هر کس می‌رسد زهرش را می‌ریزد، درد ایجاد می‌کند و تقصیر ندارد چون طبیعتش این است.

### نیش عقرب نه از ره کین است اقتضای طبیعتش این است (ضرب‌المثل)

ما در جهان به سبک کژدم زندگی می‌کنیم و به‌طور جمعی و فردی درد ایجاد می‌کنیم، سرِ رهایی از آن این است که سرش را بکوبی یعنی من‌ذهنی از هم بپاشد.

### سر بکوب آن را، که سرش این بُود خُلُق و خوی مستمرش این بُود (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۲)

دل ما شیر خدا است و ما باید نفسمان را به شیر خدا یعنی دل اصلی بسپاریم. با گشوده شدن فضا در درونمان، ما سوار بُراق می‌شویم، یعنی هشیاری بر هشیاری سوار می‌شود و ما خودمان را به‌عنوان امتداد خداوند شناسایی می‌کنیم.



## چو درخور تک دلدل نبود عرصه عقل ز تنگنای خرد تاخت سوی عرصه قل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

دلدل: آستر حضرت رسول (ص) که به حضرت علی (ع) بخشید. نماد براق  
تک: دو، دویدن  
عرصه قل: عرصه قرآن

فضای عقل من‌ذهنی محل دویدن براق نیست، یعنی با دانش ذهنی نمی‌شود به خدا زنده شد. بنابراین تنها راه، فضاگشایی است. فضاگشایی ما را به عرصه قل می‌رساند، یعنی فضایی که خداوند در ما فکر و عمل می‌کند.

من‌ذهنی با دردهایش درخت خار است، اما از این درخت خار، گل حضور ما باید رویده شود و این کار با فضاگشایی صورت می‌گیرد.

اگر هر لحظه آرزومند باشیم و از روی آرزومندی آه‌آه کنیم، نه آه‌آه من‌ذهنی که از روی حسرت و پشیمانی است، آه‌آهی از جنس اشتیاق به زنده شدن به زندگی، در این صورت دریای رحمت خداوند می‌جوشد و مسافر آرزوی ما تا به شهر امل یعنی به شهر نزدیک به دریای یکتایی می‌رسد.

خیلی ممنون استاد از وقتی که به من دادید. تمام شد. ببخشید طولانی شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی مهم، خیلی جامع، خیلی به جزئیات پرداختید. آفرین، آفرین!

خانم پروین: ممنون استاد.

آقای شهبازی: خب این را، پیغام را اگر نوشته دارید بفرستید، اگر لطفاً، این را پست کنیم. همین پیغام واقعاً برای بیداری کافی است. چقدر شما چیزهای خوب گفتید توی این پیغام. آفرین، آفرین!

خانم پروین: خیلی ممنون. همه فرمایشات جناب مولانا و حضرت عالی است.

آقای شهبازی: نه، نه! [خنده آقای شهبازی] این جور نوشتن، درست است که من هم می‌گویم ولی خب شما برمی‌دارید این‌ها را یک جور دیگر ترکیب می‌کنید که اگر مردم توجه کنند، واقعاً همین یک پیغام کافی است، همین یک پیغام اگر درست توجه کنند. خیلی خیلی خوب بود.

و من تشکر می‌کنم، قدردانی می‌کنم از زحمات شخص شما و همه کسانی که مثل شما پیغام می‌دهند. دارید کمک می‌کنید و یک چیزی هم ثابت می‌کنید که شما واقعاً توجه دارید. الآن ما متوجه هستیم که یک عده‌ای حقیقتاً دل داده‌اند به این موضوع، فهمیده‌اند، درک کرده‌اند، به عمل آورده‌اند و دارند به زیبایی بیان می‌کنند.



من واقعاً قدردان شما و بقیه هستم که به این زیبایی و به این جزئیات و به این عمق و به این سادگی مطلب را بیان می‌کنید. ممنونم، خیلی کمک می‌کنید.

خانم پروین: خواهش می‌کنم استاد. همه زحمات شما است. شما این غزل‌های مشکل را که اصلاً ما نمی‌توانستیم چیزی، اگر شما نبودید، چیزی از آن‌ها متوجه بشویم، این قدر ساده می‌کنید برای ما، باز می‌کنید و کاری که ما می‌کنیم در مقابل زحمات شما واقعاً هیچ است. قطره‌ای در برابر دریا است.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. شما لطف دارید، لطف دارید.

خانم پروین: خیلی سپاس‌گزار شما هستیم.

آقای شهبازی: وقتی زحمت را به نتیجه می‌رسانند، آدم به شوق می‌آید. این پیغام‌هایی که می‌آید در این برنامه، نشان می‌دهد که یک عده زیادی دارند واقعاً کار می‌کنند. این طوری نیست که ما بنشینیم این‌جا صحبت کنیم، این‌همه بیت بخوانیم کسی توجه نکند. ناامیدکننده است اگر کسی توجه نکند یا تعداد کمی توجه کنند.

الآن من می‌بینم که در تمام به اصطلاح سنین، مردم دارند توجه می‌کنند و این باعث خوشحالی است که دانش مولانا دارد پخش می‌شود. آرزوی ما همین بود دیگر، هدف و آرزو و منظور این بود که این دانش، حداقل بین فارسی‌زبانان پخش بشود.

و الآن من می‌بینم تعداد زیادی از مردم توجه می‌کنند. ما از سدّ می‌دانم انگار داریم، نه خیلی زیاد ولی تا حدودی در بعضی آدم‌ها داریم می‌گذریم، یعنی مولانا می‌گذرد که یک عده‌ای حقیقتاً می‌دانند که نمی‌دانند. در نتیجه دل دادند به دانش بزرگان و واقعاً بزرگ‌تر از همه بگوییم مولانا. و من از شما بسیار سپاس‌گزارم که به این دقت مطلب را بیان کردید.

خانم پروین: خیلی ممنون استاد. ما سپاس‌گزار شما هستیم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. سلام برسانید. اگر کاری ندارید خدا حافظی کنم.

خانم پروین: خیلی ممنون، خیلی ممنون. بزرگواریتان را می‌رسانم.

[خدا حافظی آقای شهبازی و خانم پروین]





۱۶ - خانم الناز از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الناز]

خانم الناز: با اجازه‌تان استاد. چند وقت پیش در پی شنیدن یک خبر متوجه شدم که دچار قبض شده‌ام و بلافاصله هم دچار فکرهای بی‌اختیار و پشت سر هم مربوط به آن موضوع شدم. من چون از آن موضوع به خیال خودم پرهیز کرده بودم، حالا از متأثر شدن از خبر مربوط به آن شوکه شده بودم. وقتی تأمل کردم، ابیات زیر برایم روشن شدند.

**مسجد است آن دل، که جسمش ساجد است**

**یار بد خروب هر جا مسجد است**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۳)

خروب: گیاه خرنوب که بوته‌ای بیابانی و مرتفع و خاردار است و در هر بنایی بروید آن را ویران می‌کند. بسیار خراب‌کننده.

آوردن هر فکری به مرکز یا قرین شدن با هر کسی که فکرها در مرکزش است، خراب‌کننده مسجد یعنی مرکز گشوده شده است.

**یار بد چون رُست در تو مهر او**

**هین ازو بگریز و کم کن گفت و گو**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۴)

نه تنها بایستی از خود خروب پرهیز کنی، بلکه بایستی وقتی کوچک‌ترین «مهر» یعنی تمایل به خروب را در فکر و حتی احساس دیدی، شناسایی‌اش کنی، اقرار کنی که آن همانیدگی را داری و بی بحث و استدلال از آن موضع فرار کنی.

**بر کن از بیخش، که گر سر برزند**

**مر تو را و مسجدت را برکند**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۵)

می‌فرمایند بایستی خروب را از بیخ و بن بکنی، نبایستی تنها به زدن شاخ و برگ خروب اکتفا کنی، وگرنه آن ریشه‌ها و تخم‌های فاسد و بد رشد می‌کنند و تو را و مسجدت را از جا می‌کنند.

**عاشقا، خروب تو آمد کژی**

**همچو طفلان، سوی کژ چون می‌غزی؟**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۶)



می‌غزی: فعل مضارع از غزیدن، به معنی خزیدن بر شکم مانند اطفال.

ای انسانی که داری جهد می‌کنی به زندگی زنده شوی، بدان و آگاه باش که جز ناظر بودن برابر رویدادها و خروب‌ها، هرچه کنی به ویران کردن مرکز گشوده خودت منتهی خواهد شد.

پس چرا خروب‌های کوچولو و ریشه‌های خروب و مهر و علاقه‌مندی و تمایل به خروب را که به صورت فکرها و احساسات و هیجانات دیده می‌شوند را نادیده می‌گیری؟ این کار تو مثل این است که شبیه به بچه‌های پنج شش ماهه چهار دست و پا به سوی خطر می‌خزی. درست است که تو به سوی خطر نمی‌دوی، ولی با همین خزیدن هم نهایتاً دچار گرفتاری و انقباض و کارافزایی خواهی شد.

با روشن شدن چراغ این ابیات متوجه کزغزی طفلانه خودم شدم. من به جای این‌که مثل حضرت سلیمان با دیدن تک‌فکرهای خروب آن‌ها را تفتیش کنم و ببینم چه هستند و چرا در اطراف مسجد من یعنی در دل و ذهنم بالا می‌آیند و به آن‌ها هشدار بدهم که من تا زنده هستم هیچ فکری، هیچ حس خوشی گرفتن از چیزی نبایستی دور و بر مرکز من دیده بشود، با ساده‌لوحی جاهلانه و سستی و کاهلی از روی ناموس، از آن‌ها چشم پوشی می‌کردم. و تصور می‌کردم همین‌که در عمل به سوی همانندگی نمی‌دوم، کافی است ولی در فکر و احساس، خروب‌ها را نگه می‌داشتم.

**خویش مجرم دان و مجرم گو، مترس**

**تا ندزد از تو آن استاد، درس**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷)

**چون بگویی: جاهلم، تعلیم ده**

**این چنین انصاف از ناموس به**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۸)

ناموس: خودبینی، تکبر

من الآن دیگر نمی‌خواهم وجود خروب‌ها را نادیده بگیرم و دچار ملامت آن موضوع و یا دیگران که ذهنم مجرم نشان می‌دهد بشوم، بلکه خودم را مجرم می‌دانم که خروب را از ریشه درنیاورده بودم.

من اعتراف می‌کنم که جاهل بودم و تصور می‌کردم که کز رفتن، تنها محدود به عمل کز است نه فکر و احساس کز. می‌خواهم استاد به من درس بدهد که ای طفل عزیز، حتی فکرها، احساسات و تمایلات کم و هر از گاهی راجع به همانندگی‌ها هم خروب هستند. اگر آن‌ها را در مرکزت نگه داری، وقتی که حتی تصورش را هم نمی‌کنی، یک‌هو رشد می‌کنند و هست و نیستت را ویران می‌کنند.

من متوجه شدم تا به حدّ بیزاری و تنفر از دیدن کوچک‌ترین نشانه‌ای از خروّب در وجودم نرسیده‌ام، هنوز آن ریشه‌ها و تخم‌های ویران‌گر سر جایشان هستند و پتانسیل خرابکاری دارند.

من متوجه شدم این مسجد که به کمک مولانا، آقای شهبازی و برنامه گنج حضور در دلم باز شده، بی‌قیمت است، حتی با میلیاردها یورو نمی‌توانم یک میلی‌متر مربع از آن را بخرم.

پس ای زندگی، کمک کن چراغ این بیت برای من روشن بماند و نسیان به من غلبه نکند تا من دیگر در شناسایی خروّب‌ها حساس‌تر و تیزتر باشم و آنها را بدون هیچ روباه‌بازی از بیخ و بن، از تمام چهار بُعدم، از بیرون و درونم در بیاورم. ان‌شاءالله. والسلام استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

خانم الناز: ممنونم، مرسی از همه. خداحافظ.

آقای شهبازی: می‌دانم که شما حتماً این‌ها را ویدئو می‌کنید. در ضمن واقعا هر کسی که پیغام می‌دهد و خیلی خوب است، می‌تواند ویدئو بکند، اگر عادت به ویدئو دارد، می‌تواند ویدئو بکند. بله، ممنونم. شما هم حتماً ویدئو می‌کنید دیگر، درست است؟

خانم الناز: بله استاد، چشم، حتماً.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الناز]



۱۷ - خانم‌ها آیدا و فرخنده از جوزدان نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آیدا]

خانم آیدا:

ز آه‌آه تو جوشید بحر فضلِ اله  
مسافرِ اَمَل تو رسید تا اَمَل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

اَمَل: آرزو، امید  
اَمَل: شهری در شمال ایران، نزدیک دریا

اَمَل یعنی آرزومندی و اَمَل که شهری کنار دریاست، در این‌جا نماد فضای یکتایی است. جناب مولانا می‌گوید این آه‌آه و آرزومندی تو است که باعث جوشیدن دریای بخشش و رحمت خدا برای تو می‌شود. اما این آرزومندی در ذهن کافی نیست و باید تبدیل این آرزومندی در ما صورت بگیرد.

زمانی آه‌آه و آرزومندی حقیقی است که به عمل دربیاید. کسی که آرزومند حقیقی فضل خدا است، با جان و دل توانش را برای آن آرزو می‌گذارد تا دریای فضل خدا بجوشد. این آرزومندی چطور به عمل درمی‌آید؟ این آرزومندی است که بیست و چهار ساعته حواسم به خودم است و هر وضعیتی که پیش می‌آید، آگاهم به این‌که این وضعیت پیش آمده تا من خودم را کوچک کنم تا حس وجودی که در هم‌هویت‌شدگی‌ها ذخیره کرده‌ام بیرون کشیده شود و من آزاد شوم.

آه کردم، چون رَسَن شد آه من  
گشت آویزان رَسَن در چاه من  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۱)

آن رَسَن بگرفتم و بیرون شدم  
شاد و زَفَت و قَرَبه و گُلگون شدم  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۲)

رَسَن: ریسمان، طناب  
زَفَت: بزرگ، ستر

این آرزومندی است که هیچ‌جا خودم را بزرگ نکنم و خودم را به رخ مردم نکشم و هر چیزی که به من تعلق دارد را مایه برتری ندانم و از طریق آن چیز بلند نشوم و به آن حالت‌های ذهنی نروم، چون با این کار دوباره به چیزها حس وجود تزریق می‌کنم و صید چیزها می‌شوم.



## در زمانه صاحب دمی بود؟ همچو ما احمق که صید خود کند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷)

این آرزومندی است که این لحظه با قضاوت و مقاومت احساس بی‌نیازی به زندگی نمی‌کنم و نمی‌گویم من به زندگی نیازی ندارم. همه ما به کمک زندگی نیازمند هستیم. این حس بی‌نیازی نسبت به زندگی باعث می‌شود که شیر رحمت خدا برای ما نجوشد، همان‌طور که مادر تا فرزندش گریه نکند به او شیر نمی‌دهد، چون با خودش می‌گوید اگر به شیر من نیاز داشت گریه می‌کرد. گریه، تسلیم و فضاگشایی ما است.

## زاری و گریه، قوی سرمایه‌ای است رحمت کلی، قوی‌تر دایه‌ای است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۱)

## دایه و مادر، بهانه‌جو بود تا که کی آن طفل او گریان شود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۲)

## طفل حاجات شما را آفرید

## تا بنالید و شود شیرش پدید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۳)

همچنین در غزل شماره ۲۱۳۳ داریم که

## آمد ندای آسمان، آمد طبیب عاشقان خواهی که آید پیش تو، بیمار شو، بیمار شو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۳۳)

احساس بی‌نیازی نسبت به زندگی بوده‌است که من و عاقلم را خارخار کرده بود و غل و زنجیری شده بود که من در من‌ذهنی بمانم. ولی حالا زندگی این خارخار را تبدیل به گل سرخ حضور و غل و زنجیر را تبدیل به گردن‌بندی از جنس بی‌نهایت فراوانی خدا می‌کند.

## تو را و عقل تو را عشق و خارخار چراست؟ که وقت شد که بروید ز خار تو آن گل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)



خارخار: مجازاً دلواپسی، اضطراب، وسوسه

دَمی رسید که هر شوق از او رسد به مَشوق  
شَهی رسید کز او طوق زر شود هر غُل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

مَشوق: مورد اشتیاق، معشوق  
طوق: گردن‌بند  
غُل: بند و زنجیر آهنین

ناز کردن خوش‌تر آید از شِکر  
لیک، کم خایش، که دارد صد خطر  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۴)

ایمن‌آبادست آن راه نیاز  
ترک نازش گیر و، با آن ره بساز  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۵)

خایش: از مصدر خاییدن، یعنی جویدن

این آرزومندی است که حداکثر توان و اشتیاقم را به‌کار بگیرم که با پرهیز، مرکز را عدم نگه دارم تا شب قدرم بلند و بلندتر شود.

از این همه بگذر، بی‌گه آمده‌ست حبیب  
شبم یقین شب قدر است، قُل لِّلَّیْلِ طُل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

قُل لِّلَّیْلِ طُل: به شب من بگو که دراز باش.

خیلی ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا آیدا خانم! حتماً تبدیل به ویدئو می‌کنید دیگر، درست است؟

خانم آیدا: بله استاد حتماً.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آیدا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خانم فرخنده: اسم متنم هست «زیرکی از دید زندگی».

زندگی زیرکی را در همیشه عدم نگه داشتن مرکز و متعهد بودن به آن، شوخی و بازی دانستن اتفاقات درون و بیرونمان، در فضاگشایی و تسلیم و صبر و شکر و پرهیز و پذیرش و رضا، عدم مقاومت و واکنش و قضاوت، ساکن بودن در این لحظه ابدی و ازلی، نرفتن به گذشته و آینده، از دست دادن و رها کردن هر آنچه به آن محکم چسبیده‌ایم و به اشتباه از آن‌ها زندگی می‌گیریم؛ خوابیدن به احوال دنیا، تمرکز کامل روی خود و برداشتن هر توجهی از روی غیر خودمان، عدم گرفتن تأیید و توجه از دیگران، نداشتن توقع و انتظار از آن‌ها، ارتقاع نگرفتن در سخن گفتن، بالا نرفتن از نردبان ما و منی، نرسیدن و سؤال نکردن، همه‌چیز را تنها به خدا سپردن و کافی دانستن آن برای همه امور زندگی‌مان، رعایت قانون جبران مادی و معنوی.

زندگی نیز آگاه است که هر آنچه را ارزان و رایگان و بدون زحمت به دست می‌آوریم، ارزان هم از دست خواهیم داد.

## خیره میا، خیره مرو، جانب بازار جهان زانکه درین بیع و شری، این ندهی، آن نبری (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۵۵)

بیع و شری: خرید و فروش، معامله

## هر که او ارزان خرد، ارزان دهد گوهری، طفلی به قرصی نان دهد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۵۶)

زیرکی از نظر زندگی، اقرار به ندانستن و نمی‌دانم و حمایت نکردن از پندار کمال و ناموس صد من حدید، عدم تمایل به دیده شدن، دیدن عیب‌های خود در آینه اتفاقات و همچنین در دیگران. و این‌که هر کس از ما عیبی بیان کرد، آن را به جان بخریم و اگر هم عیبی در آن لحظه نمی‌بینیم، زیاد از خود مطمئن نباشیم که شاید به‌زودی آن عیب نیز از ما فاش و آشکار شود.

## ای خنک جانی که عیب خویش دید هر که عیبی گفت، آن بر خود خرید (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۴)

## گر همان عیبت نبود، ایمن مباش بوک آن عیب از تو گردد نیز فاش (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۸)



بوک: باشد که، شاید که

زندگی زیرکی را در دیدن همان یک زندگی در دیگران و روا داشتن هر خیر و برکت و شادی برای آن‌ها می‌داند، در صورتی که من‌ذهنی زیرکی و زرنگی را درست برعکس دید زندگی می‌بیند، می‌داند و عمل می‌کند.

ما باید تمام زیرکی‌های پر از نیرنگ و فریب من‌ذهنی را تنها به مشتری خود که زندگی است بفروشیم و حیرانی را در عوض از او بخریم، یعنی این‌که عقل جزوی و ناقص من‌ذهنی را پیش عقل کل و برگزیده زندگی قربان کنیم.

**زیرکی بفروش و حیرانی بخر**

**زیرکی ظنّست و حیرانی نظر**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۷)

**عقل قربان کن به پیش مصطفیٰ**

**حَسْبِيَ اللَّهُ گو که اللَّهُام کَفِي**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸)

و در آخر، زیرکی‌های من‌ذهنی، گوش ما را از شنیدن طعنه لَاتُبْصِرُونَ زندگی و خبر داشتن از فضای گشوده شده درونمان غافل و بی‌خبر می‌گذارد. زرنگی و زیرکی از دید زندگی این است که پشت هر اتفاق و هر رویدادی با دید ناظر اول زندگی را ببینیم و به‌جای رفتن به قضاوت و مقاومت، با انبساط و فضاگشایی، خود را مشمول شنیدن طعنه لَاتُبْصِرُونَ نکنیم.

**که اَلَمْ نَشْرَحْ نه شرح هست باز؟**

**چون شدی تو شرح جو و کُدی‌ساز؟**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۱)

**در نگر در شرح دل در اندرون**

**تا نیاید طعنه لَاتُبْصِرُونَ**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۲)

کُدی‌ساز: تکدی‌کننده

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! خیلی خیلی مفید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]





## ۱۸ - سخنان آقای شهبازی

خب دوتا مطلب را سعی کردم جا بیندازم، به خدمت شما عرض کنم و قبول کنید که تا حالا خیلی موفق نبودم. یکی اش این که این برنامه تلفن‌ها که شما اجرا می‌کنید بسیار مفید است. بسیار بسیار مفید است.

شما ای مردم، اگر این پیغام را می‌شنوید که من می‌گویم این برنامه مفید است، خواهش می‌کنم قبول کنید. قبول کنید، گوش کنید ببینید که پیغام را که مردم گرفته‌اند چه جوری ساده بیان می‌کنند.

ممکن است آدمی مثل من که خب هزارتا برنامه اجرا کرده‌ام بعضی جاها خیلی ساده نتوانم صحبت کنم که همه‌فهم باشد، ولی مردم از سطوح مختلف که پیغام می‌دهند، به زبان‌های ساده صحبت می‌کنند. توجه کنید، خواهش می‌کنم این زحمتی که کشیده می‌شود قدر بدانید و استفاده کنید.

مردم دارند پیغام‌های خوبی می‌دهند، خیلی خیلی مفید هستند این‌ها، خیلی چیزها را با هم جمع کردند یک‌دفعه یک‌جا در عرض پنج دقیقه به شما ارائه می‌کنند. خیلی سخت است فهمیدن این‌ها و به یاد نگه داشتن این‌ها.

خیلی مفت و مجانی، این هم لطف خدا است که چنین پیغام‌هایی برای درست کردن زندگی‌ای که ما با من ذهنی درست کردیم، دارد به شما ارائه می‌شود. پس قدر برنامه تلفن‌ها را بدانید، حتی برنامه خود من را اگر نگاه نمی‌کنید نگاه نکنید، این برنامه را نگاه نکنید، توجه کنید!

یکی دیگر که تا حالا موفق نبودم جا بیندازم، قانون جبران هست. دوستان اگر قانون جبران را چه به لحاظ مادی چه به لحاظ معنوی اجرا نکنید، موفق نخواهید شد.

به لحاظ مادی شما هر ماهه باید یک مبلغی به گنج حضور کمک کنید، به خودتان کمک می‌کنید تا متعهد بشوید. تا متعهد نشوید نمی‌توانید پیشرفت کنید.

قانون جبران معنوی این است که شما روی خودتان کار کنید، هیچ راه دیگری ندارد. خیلی صحبت کردم، یک موقعی افراط در صحبت کردن شاید سوء تعبیر بشود که من به شما می‌گویم شما پول بدهید. کسی به پول شما احتیاجی ندارد، فقط شما خودتان احتیاج دارید.

برای اجرای قانون جبران، شما باید اقدام کنید و فقط شما احتیاج دارید، من احتیاج ندارم. من نه می‌خواهم شما پول بدهید یا ندهید، خودتان می‌دانید، یا روی خودتان کار کنید یا نکنید، این تصمیم با شما است.

ولی این حق را دارم خدمت شما یک اشکال بزرگی که در زرنگی من ذهنی داریم، در سبب‌سازی ذهن داریم، به ما لطمه بزنند. شما نباید، مولانا می‌گوید «بیگار»، بیگار یعنی کار بی‌مزد.



## ای تو در بیگار خود را باخته دیگران را تو ز خود نشناخته (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۳)

بیگار: کار بی‌مزد

کار بی‌مزد و رفتن از یک شرّ کوچک به شرّ بزرگ‌تر، کار من‌ذهنی است. شما نگاه کنید ما مسائلمان را به صورت فردی و جمعی چه‌جوری حل می‌کنیم؟ من‌ذهنی یک شرّی برپا کرده، با توسل به یک شرّ بزرگ‌تر می‌خواهیم مسائلمان را حل کنیم، بابا نمی‌شود! «خون به خون سُستن، مُحال است و مُحال».

## آفت ادراک آن، قال است و حال خون به خون سُستن، مُحال است و مُحال (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۷)

چقدر دیگر مولانا بگوید؟ بنابراین اگر شما به عرض من توجه نکنید، ممکن است ده سال زحمت بکشید با شرّ من‌ذهنی، با سبب‌سازی من‌ذهنی که براساس زرنگی من‌ذهنی است. دوستان به سبب‌سازیِ ذهنی‌تان گوش ندهید!

من‌ذهنی یک سری الگوها یا دلایل و فکرها را پشت سرهم می‌چیند استدلال می‌کند، به این گوش ندهید. فضا را باز کنید به الهام زندگی، پیغام زندگی گوش بدهید. هر لحظه پیغام به شما می‌رسد، هر لحظه، اصلاً هیچ لحظه‌ای نیست، همین‌جا روی صفحه نوشته بود. درست است؟

## بی حس و بی گوش و بی فکرَت شوید تا خطابِ ارجعی را بشنوید (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸)

«اگر می‌خواهید خطاب (به‌سوی من برگردید) حق‌تعالی را بشنوید باید از قید و بند حواس ظاهر و گوش ظاهر و عقل جزئی دنیا طلب رها شوید.»

فکرَت: فکر، اندیشه

این دو بیت:

## پنبه اندر گوش حسّ دون کنید بند حسّ از چشم خود بیرون کنید (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۶)



پنبه اندر گوش کردن: کنایه از بستن گوش و ترک شنیدن  
دون: پست و فرومایه

«پنبه اندر گوش حسّ دون کنید»، «بند حس از چشم» عدم خودتان «بیرون کنید».

## پنبه آن گوش سر، گوش سر است تا نگردد این کر، آن باطن کر است (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۷)

«پنبه آن گوش سر» این گوش سر است که وزوز بیرون را می‌شنود، تا نگردد این گوش سر کر، آن یکی گوش غیب‌گیر ما کر است.

با من‌ذهنی استدلال نکنید. این برنامه دوباره تکرار می‌کنم، این برنامه مردم بر مردم بسیار مفید است، بسیار بسیار مفید است، گوش کنید خواهش می‌کنم.

یک قلم و کاغذ بردارید، مطالبی که مردم می‌گویند یادداشت کنید. این مردم ده سال، پانزده سال زحمت کشیده‌اند. «همه‌چیز را همگان دانند»، این طوری نیست که همه‌چیز را من می‌دانم یا یک نفر باید صحبت کند، نه. همه درست صحبت می‌کنند منتها ما در من‌ذهنی فکر می‌کنیم مثلاً یکی دو نفر می‌دانند، ما باید برویم فقط به آن‌ها گوش بدهیم. نه، در این مورد همه پیغام خوب می‌دهند.

قانون جبران را رعایت کنید، به سبب‌سازی ذهنی‌تان توجه نکنید. قانون جبران هزار شعبه دارد، معنی‌اش این است که هر کسی یا خداوند یا اصلاً اوضاع یک کار خوبی برای شما کرد، شما عوض بکنید.

همیشه فضاگشایی می‌کنیم با خوبی، نه با شر. من‌ذهنی شر را با شر جواب می‌دهد. این هم قانون جبران است! قانون جبران را من‌ذهنی هم اجرا می‌کند. شما می‌گویید شما اگر به من یک مشت بزنید، من یک لگد می‌زنم به تو. اگر با چاقو بزنید، من با تفنگ شما را می‌زنم که شما رویتان کم بشود. این قانون من‌ذهنی است، شر را با شر بزرگ‌تر.

شما اگر به حرف مولانا گوش می‌کنید، می‌گوید برای دفع شر باید خیر بفرستید، خیر خداوند را بفرستید. اصلاً فهمیدنش خیلی سخت است با من‌ذهنی، ولی قانون جبران مجبور می‌کند شما را.

بعضی موقع‌ها ما پا روی ناموسمان می‌گذاریم، ناموس یعنی حیثیت بدلی. آدم، خشم آدم را ول نمی‌کند، می‌خواهد یک کاری بکند، ولی خشم شهوت کاذب است، شر من‌ذهنی است. چقدر بیت خواندیم!

دید شما باید دید زندگی باشد. چه گفتیم پس؟ این غزل را خواندیم این هفته، می‌گوید هر کاری می‌خواهید بکنید، از من جدا نشوید. بله؟ بیت اول غزل بود:

## به گوشِ دل پنهانی بگفت رحمتِ کل که هرچه خواهی می‌کن، ولی ز ما مسکُل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

مسکُل: مگسل، جدا نشو.

هر کاری می‌خواهی بکن اما از من جدا نشو. ما از او جدا شدیم خیلی وقت است، هر کاری دلمان می‌خواهد می‌کنیم با شرّ من‌ذهنی. اصلاً من‌ذهنی ایجاد شرّ می‌کند. اگر دیدید هیجاناتی مثل خشم و ترس و حسادت و نگرانی و اضطراب و این‌ها آمده، من‌ذهنی است، شرّ است.

بعد می‌افتد نیروی محرکه سبب‌سازی ما می‌شود. شما حساب کنید که دردهای من‌ذهنی بنزین، سوخت سبب‌سازی ما بشود، یعنی مثلاً آدم خشمگین بشود سبب‌سازی هم بکند، حالا بیا درست کن! حتماً یک ضرری یک جایی به خودش و دیگران خواهد زد. خیلی سخت است فضاگشایی.

شما باید حواستان به خودتان باشد، جنس خودتان را هر لحظه خودتان تعیین کنید، چراغ خودتان را خودتان روشن کنید، دیگران چراغ را فوت می‌کنند، چراغ حضور شما را فوت می‌کنند، روشن نمی‌کنند.

دیگران من‌ذهنی دارند، می‌خواهند «ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند» یعنی جنس شما را از جنس شرّ می‌کنند، شما باید مواظب باشید. حواستان باید روی خودتان باشد که من دائماً می‌خواهم چراغ خودم را روشن کنم و روشن نگه دارم و جنس خودم را، خودم از جنس خداوند بکنم، از جنس آلت بکنم، این تنها کار من است. تنها کار من این است که مسئولیت هشیاری خودم را، کیفیتش را در این لحظه به عهده بگیرم. خیلی مهم است این مسئولیت!

صحبت‌های خردمندانه آیدا و مادرشان من را تشویق کرد که دوباره وقت شما را بگیرم، ببخشید.

◆ ◆ ◆ پایان بخش دوم ◆ ◆ ◆

۱۹ - خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: از برنامه ۱۰۰۲ یک چراغ‌هایی در مورد پرهیز نوشتم که با اجازه‌تان می‌خوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم پروین:

شب قدر است جسم تو، کز او یابند دولت‌ها  
مه بدر است روح تو، کز او بشکافت ظلمت‌ها  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۵)

بدر: قرص کامل ماه، ماه شب چهاردهم قمری

شب قدر چیست؟ از ابتدا تکامل جسم‌ها برای این بود که موجودی به نام انسان خلق شود و ۹/۹۹ درصد وجود ما خداوند است که به صورت خلأ در ما است.

پس جسم انسان مقدس است و ارزشمندترین دارایی ما است. این عمر جسمی ما بهتر از ابتدای خلقت تا الآن است. بدون این جسم امکان زنده شدن به خداوند وجود ندارد پس باید از هر چیزی که جسم را آلوده می‌کند پرهیز کنیم.

پرهیز زیربنای شب قدر ما است. مثلاً پرهیز از غذاهای بد، پرخوری و همچنین پرهیز از هیجانات منفی، قضاوت، عیب‌جویی، حسادت، دروغ، کینه، بخل، رنجش، تنبلی و غیره. پرهیز از منیت، بلند شدن به صورت «من» چون «من» داشتن انفصال از خداوند است و در شب قدر بودن منوط به وصل بودن ما است. «که هرچه خواهی می‌کن، ولی ز ما مسکُل»

به گوش دل پنهانی بگفت رحمت کل  
که هرچه خواهی می‌کن، ولی ز ما مسکُل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

مسکُل: مگسل، جدا نشو.

پرهیز از جسم بودن چون امتداد خدا علاقه‌ای به اجسام ندارد. پرهیز از دوستی با هر چیز که چونی و چگونگی دارد و با ذهن تعریف می‌شود و همچنین مقاومت و ستیزه و عدم رواداشت و مهم بودن اتفاقات برای ما، یعنی دوستی با آن‌ها.



پرهیز از سبب‌سازی و تندتند حرف زدن پیش بینایان، پرهیز از زدن عینک‌های مادی جدید به چشم، چشم و گوش جسمی ما ابترند و ناقصند. پرهیز از اطمینان به چشم و گوش خودم، اجتناب از همانش از ثانیة صفر تا مرگ، چون همانش همراه با موشی دزد در انبار ما است و با این موش، شب قدر ما شب قدر نیست.

پرهیز زمینه پیشرفت معنوی است. پرهیز و فضاگشای ما را از ظلمت سبب‌سازی که در دام آن هستیم ولی نمی‌دانیم، آگاه می‌کند و این ظلمت را شکافته راه را می‌نماید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

مهرزور



۲۰- آقای کیان و خانم زهره از آمل

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهره و آقای کیان]

آقای کیان: من هشت‌سالگی از آمل هستم. اسمم کیان است، می‌خواهم برای شما شعر بگویم.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید آقای کیان.

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید  
تو یکی نه‌ای هزاری، تو چراغ خود برافروز  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷)

شب که جهان است پُر از لولیان  
زُهره زَنَد پرده شنگولیان

ببند مریخ که بزم است و عیش  
خنجر و شمشیر کند در میان  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۰۴)

لولیان: جمع لولی، کولی، سرودخوان کوچک  
شنگولیان: جمع شنگولی، شاداب، شوخ

رفته ره درشت من، بار گران ز پشت من  
دلبر بردبار من، آمده برده بار من  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۳۷)

صبر کردن، جان تسبیحات توست  
صبر کن، کآنست تسبیح دُرست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۵)

ای ز غم مُرده که دست از نان تھیست  
چون غفور است و رحیم، این ترس چیست؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷)

از ترازو کم گنی، من کم کنم  
تا تو با من روشنی، من روشنم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)



چه شکر فروش دارم که به من شکر فروشد  
که نگفت عذر روزی که برو شکر ندارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۲۰)

شهر ما فردا پُر از شکر شود  
شکر ارزان است، ارزان‌تر شود  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۲۸)

ای ز غم مُرده که دست از نان تُهیست  
چون غفور است و رحیم، این ترس چیست؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷)

فعل توست این غصه‌های دم به دم  
این بُود معنی قد جَفَّ الْقَلَم  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

مرده بدم زنده شدم، گریه بدم خنده شدم  
دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۳)

دیده سیر است مرا، جان دلیر است مرا  
زهره شیرست مرا، زهره تابنده شدم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۳)

نیست در عالم ز هجران تلخ‌تر  
هرچه خواهی کن ولیکن آن مکن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۰)

آقای شهبازی: شما از صفحه نخوانید. از شعرهای خودتان را بخوانید آقا کیان.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهره]





۲۱- آقای مصطفی از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مصطفی]

آقای مصطفی: یک متن است اگر اجازه بدهید برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید. بله بله، خواهش می‌کنم.

آقای مصطفی: یک‌جور حالا تجربه شخصی است، ببخشید دیگر.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

آقای مصطفی: من دو سال پیش برای خودم یک مسئله مالی خیلی بزرگی درست کردم، در واقع این متن هم در مورد آن هست. من به طمع این‌که توی مدت کوتاه و بدون رعایت قانون جبران سرمایه‌ام را زیاد کنم، استوک (کالای موجود در انبار آماده فروش: stock) مورد نیاز دو سالم را یک‌جا خریدم و اصلاً نه استثناء کردم و نه می‌دانستم استثناء کردن چه هست. و اصلاً نگفتم که خدایا تو بگو چکار کنم، من خودم هر کاری که خودم می‌خواستم را کردم و آن وقت هم از فضاگشایی بویی نبرده بودم که با فضاگشایی کارهایم را شروع کنم.

من هر کاری که می‌کردم را صد درصد با عقل من ذهنی‌ام فکر می‌کردم و تصمیم می‌گرفتم. کلاً با عرصه عقل کار می‌کردم، کاری به عرصه قل نداشتم. در نتیجه این عرصه عقل و تنگنای خرد من را به تنگنای مسائل کشید.

چند ماه که گذشت فهمیدم که عجب مسئله بزرگی ساختم، این وسوسه و خارخار برای پول زیادتر، من را به چه چالشی کشانده بود.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: جالب است که همان وقت هم برای من پیغام‌های زیادی از طرف زندگی می‌آمد که نباید این کار را بکنی ولی من کور و کر شده بودم. یادم است که یکی از پرسنل‌هایم که بیست سال هم تجربه کار داشت همیشه به من می‌گفت که به اندازه ضرورت و نیاز چند ماه آینده خرید کن و من را از عواقب کارم آگاه می‌کرد که بعداً این چیزها چک‌هایش می‌آید و بالاخره باید یک جوری باید پولشان را جور کرد ولی من گوش نمی‌کردم به او، فکر می‌کردم او که چیزی نمی‌فهمد، و بعدش چه معنی دارد که پرسنل‌م به من بگوید چکار کنم؟ یا به من بگوید این کار را بکن یا آن کار را بکن! و حالا این بیت است که می‌گوید:

گوش را بندد طمع از استماع

چشم را بندد غرض از اطلاع

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۶)

یعنی کلاً نمی‌شنیدم که چه می‌گوید زندگی به من که چه کاری بکن و در ابتدا هم با ذهنم می‌خواستم که این مسئله را حل کنم ولی با ذهن هر روز اوضاع بدتر می‌شد، هر روز یک مسئله جدیدی به وجود می‌آمد.

خدا را شکر بعد از یک مدت با گنج حضور که آشنا شدم و متعهد شدم به آن، یعنی شروع کردم به کار کردن با گنج حضور، از شما شنیدم که مسئله جدید نسازید، صبر کنید و فضاگشایی کنید.

دقیقاً شما همین امروز این جمله را به یکی گفتید. گفتید که صبر کنید، فضاگشایی کنید و مسئله جدید نسازید و یک قسمت جالب هم که گفتید، گفتید مسائل قدیمی ممکن است دو سه سال طول بکشند ولی شما صبر کنید.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: من توی این مدت مدام به خودم می‌گفتم که مسئله جدید نساز و خدا را شکر به این قضیه واقعاً متعهد شدم که مسئله جدید نسازم و این را گذاشتم درس شماره یک «مسئله جدید نساز».

توی این مدت من برای تمرین‌های جدیدی که به وجود می‌آمد یاد گرفتم که چطور فضاگشایی کنم و توی یک سال اخیر من مدام حیرت‌زده می‌شدم که کارهایی چه جوری دارد درست می‌شود که مسائل چه جوری دارند حل می‌شوند. و هر روز حیرانی می‌آمد و خیلی جالب بود.

من به خاطر این فشار مالی که روی من بود آقای شهبازی یک جورهایی ضعیف شده بودم، شده بودم دُهل، موتور خواستن من کلاً، کلاً که نه، تقریباً خاموش شده بود. اگر کسی می‌گفت که بیا این کار را بکن، پول بیشتر در بیاوریم می‌گفتم نه خیلی ممنون، قربان دست خودت برو پول بیشتر به دست بیاور! من همین که دارم زیاد هم هست، نمی‌خواهم.

تا این که خدا را شکر از یکی دو ماه پیش تقریباً مسائل مالی من حل شد و حالا هر روز هم از نظر اوضاع مالی، اوضاع هی بهتر شد.

و من تو خودم کم‌کم دیدم که دوباره این موتور خواستن من دوباره دارد روشن می‌شود، دوباره دارد فکری می‌آید که می‌گوید پول بیشتر پس چه می‌شود؟

من توی خودم دیدم که انگار دوباره دارم طغیان می‌کنم، انگار حالا که بار را انداختم و مسائل حل شده دارم قوی می‌شوم، دارم مُستغنی می‌شوم.

**چونکه مُستغنی شد او، طاغی شود**

**خر چو بار انداخت اسکیزه زند**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۲۶)



## پس فراموشش شود چون رفت پیش کار او ز آن آه و زاری‌های خویش (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۲۷)

این بیت را چند وقت است مدام برای خودم دارم می‌خوانم که آقای شهبازی فکر کنم تمام شد. آقای شهبازی: عیب ندارد. ادامه دهید. این پیغام شما خیلی مفید است. برای همه ما البته مخصوصاً برای هم‌سن‌های شما جوانان [خنده آقای شهبازی].

آقای مصطفی: این بیت را چند وقت است دارم برای خودم می‌خوانم. شاید توی دو سه ماه اخیر خیلی بیت را دارم برای خودم می‌خوانم که حواست باشد جفتک نندازی! حواست باشد چقدر آه و زاری کردی! مدام می‌گویم خدایا هوای من را داشته باش من طاعی نشوم، خدایا هوای من را داشته باش من جفتک نندازم چون واقعاً ذهنم دارد از این قسمت به من حمله می‌کند.

امروز داشتم فکر می‌کردم چرا حالا که بار را انداختم، ذهن من این قدر زورش زیاد شده، چه جور شده که دارم این سختی‌ها را فراموش می‌کنم. توی همین فکر بودم که یک‌هو یک بیت آمد:

## ز آنکه استکمال تعظیم او نکرد ورنه نسیان در نیاوردی نبرد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲)

این بیت که آمد قشنگ فهمیدم که مشکل از خودم است، فهمیدم که این من‌ذهنی این قدر زورش زیاد شده حتماً من یک مشکلی دارم. این‌جا زندگی به من می‌خواهد بگوید که ببین تو هنوز چشمت می‌لغزد، تو هنوز وسوسه و خارخار داری!

فهمیدم من ابیات را آن قدری که باید زیاد تکرار کنم، نمی‌کنم! من «استکمال تعظیم» نکردم، استکمال تعظیم یعنی هر لحظه، هر لحظه باید دُهل باشی، نه این که حتی یک ثانیه من بزخم دهل را، هر لحظه باید دُهل باشی تا زندگی بزند، تا زندگی بگوید چکار کن.

استکمال تعظیم یعنی هر لحظه باید آه آه داشته باشی. استکمال تعظیم یعنی قرار نیست از آموزش‌های گنج حضور برای خوب شدن اوضاع زندگی‌ام استفاده کنم، بلکه باید به منظور تبدیل استفاده کرد.



زندگی هر لحظه با صنّعاش یک شرایط جدید خلق می‌کند تا ببیند ما فضاگشایی می‌کنیم، تا ببیند ما واقعاً استکمال تعظیم می‌کنیم، تا ببیند ما اصلاً تعظیم می‌کنیم، ببیند خودمان را خوار و خاکی کردیم پیش آن، دُهل شدیم؟

كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ  
كُلُّ شَيْءٍ عَنِّ مَرَادِي لَا يَحِيدُ  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰)

در هر بامداد کاری تازه داریم، و هیچ کاری از حیطة مشیت من خارج نمی‌شود. و این بیت غزل هم یک‌جورهایی من را تکان داد، یعنی این بیت غزل مثل پُتک خورده توی سرم.

جواب داد: که خود را دُهل شناس و مباش  
گهی دُهل‌زن و گاهی دُهل که آرد دُل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

این قسمت «آرد دُل» واقعاً برای من خیلی جالب و عجیب است که زندگی دارد از زبان مولانا می‌گوید. می‌گوید خیلی مواظب باش! یک دقیقه دهل‌زن نباش، یک دقیقه دُهل! این خوارت می‌کند، خودت خودت را خوار می‌کنی، خوار می‌شوی و این خیلی جالب است.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: می‌توانم بگویم ترسانده. انگار زندگی می‌گوید حواست باشد، نمی‌شود یک دقیقه «خارخار» کنی، یک دقیقه «آه آه».

انگار زندگی می‌گوید الان که دیگر با آموزش‌های مولانا آشنا شدی نمی‌شود بروی و بیایی، حالا قبلش هیچی، کاری به کار تو نداشتیم اما حالا دیگر نمی‌توانی بروی و بیایی.

و این بیت غزل هم خیلی به دلم نشست و خیلی هم آن قسمت که می‌گوید «آرد دُل» خیلی جالب است.

آقای شهبازی: آفرین! این که می‌گوییم ترسانده، این لفظ هم، این کلمه هم خیلی آمده در مولانا و البته در قرآن و ما «اتَّقُوا»، اتَّقُوا یعنی هر لحظه که می‌گوییم که من را ترسانده، شما می‌روید به پرهیز دیگر. که من از این حالت گاهی دهل و گاهی دهل‌زن دست بردارم. این ذهن است که می‌آید، همین که بارش سبک می‌شود به قول شما «اسکیزه» می‌زند جفتک می‌اندازد، وقتی بار او خیلی سنگین می‌شود شروع می‌کند به عجز و ناتوانی و می‌گوید من دهل هستم. به محض این که وضعش خوب می‌شود می‌شود دهل‌زن. یعنی از ذهن خارج نمی‌شود. راست

می‌گویید همین دیگر ترسانده یعنی، انسان می‌خواهد پرهیز کند دیگر برود به پرهیز که من نمی‌خواهم این‌طوری باشم. که «آرد ذل»، درست است؟

آقای مصطفی: بله.

آقای شهبازی: بله، بله. گاهی دهل‌زن و گاهی دهل یعنی توی ذهن هستی. وگرنه یک بار دهل بشوی دیگر دهل‌زن نمی‌شوی. یعنی خودت را اگر حقیقتاً دهل شناسایی کنی، محال است دهل‌زن بشوی. دائماً فروتنی و عجز و ناتوانی را در من ذهنی حس می‌کنی. که من الآن با من ذهنی‌ام حرف نزنم، عمل نکنم، فکر نکنم واکنش نشان ندهم، بالا نیایم. و وقتی آدم بالا می‌آید با نیروی دست خودش، خودش را می‌نشانند زمین. می‌گوید بنشین زمین صفر شو، حرف نزن خودش به خودش می‌گوید. بله، ببخشید بفرمایید.

آقای مصطفی: نه خواهش می‌کنم. من هم چیز دیگری ندارم. حالا متنم را تا همین‌جا نوشتم و خیلی ممنونم از شما دیگر. حالا یک بیت دیگر را هم برایم باز کرد فقط بخوانمش؟

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای مصطفی:

## عاشقِ صنَعِ توأم در شُکر و صبر عاشقِ مصنوع کی باشم چو گبر؟ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

شُکر و صبر: در این‌جا کنایه از نعمت و بلا است.  
گبر: کافر  
صنَع: آفرینش  
مصنوع: آفریده، مخلوق

این بیت خیلی به همین بیت می‌خورد که ما یک وقت‌هایی می‌رویم توی صبر یک وقت‌هایی توی شکر ذهنی، و اصلاً کاری نداریم به صنَع خدا که هر لحظه یک چیز جدید پیش می‌آورد که ما فقط دهل باشیم، نه این‌که دهل باشیم و دهل‌زن، شکر باشیم و صبر. این بیت هم برای من همین بیت باز شد کرد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: و حالا از شما می‌خواهیم برای ما دعا کنید یک وقت ما جفتک نیندازیم. [خنده آقای مصطفی]  
خودمان هم سعیمان را می‌کنیم.

آقای شهبازی: اختیار دارید. من دعا بلد بودم برای خودم می‌کردم آقا مصطفی. [خنده آقای شهبازی]



«کل اگر طبیب بودی سر خود دوا نمودی»

(ضرب‌المثل)

ممنونم از لطفتان. نه لطف شما است. چون شما دیگر لازم نیست کسی به شما دعا کند. یادمان باشد این دعا کردن هم واقعاً یک فضولی است. دعا کردن هم می‌گوییم مثلاً دعا کنید برای من، آخر من چه دعایی بکنم درحالی‌که خداوند لحظه‌به‌لحظه برای شما دعا می‌کند. مگر شما نمی‌گویید رحمت اندر رحمت است او. نه؟ خداوند رحمت اندر رحمت است یا نیست؟

آقای مصطفی: بله.

آقای شهبازی: مگر نمی‌گویید که «رحمتم پُر است بر رحمت تنم» و این رُدُّوا لعادوا تو را، سستی تو را در میثاق برای تو ایراد نمی‌گیرم. هر موقع فضا را باز کنی من رحمتم را به تو می‌رسانم. مگر نمی‌گوییم با من ذهنی نمی‌شود رحمت خدا را گرفت.

پس بنابراین این‌که ما از یکی می‌خواهیم دعا کند برای ما این یک کار ببخشید فضولی است که یعنی چه یک کسی برای ما دعا کند درحالی‌که خداوند لحظه‌به‌لحظه خیر شما را می‌خواهد. مگر خداوند خیر مطلق نیست؟ مگر توی این غزل نگفتیم «رحمت کل». رحمت کل یعنی چه؟ یعنی به همه رحمت می‌دهد، کمک می‌کند، غذا می‌دهد. به انسان هم غذا می‌دهد. انسان چون من ذهنی درست کرده در توهم است، هرچه هم خداوند در این لحظه می‌خواهد به او غذا بدهد، کمک کند، لطف کند فلان، نمی‌تواند. چون ما با توههمان می‌رویم به سبب‌سازی، خودمان می‌آییم بالا و این شرک است و این دویی است. یکی من هستم یکی خداوند فوراً دهل‌زن می‌شویم. هر کسی دهل‌زن نباشد دیگر دعا لازم ندارد. دیگر چه دعایی!

خداوند خیر شما را لحظه‌به‌لحظه می‌خواهد یعنی بزرگ‌ترین کمک‌کننده که دائماً به فکر ماست می‌گوید اگر این بشر یک ذره دلش را بدهد به من، من وضعش را درست می‌کنم ولی ما نمی‌دهیم. خب به‌جای این‌که ما بگوییم برای من دعا کن، حواسمان را می‌دهیم به خودمان برای فضاگشایی. درست است؟

آقای مصطفی: بله.

آقای شهبازی: اگر قبول کردید رحمت اندر رحمت است، رحمتش پر است همیشه بر رحمت می‌تند. همه الآن «کُلُّ أَصْبَاحٍ» امروز خواندید «کُلُّ أَصْبَاحٍ» هر صبح یک، هر لحظه یک صنع دارد همین الآن شعرهایش را خواندید. خب خودتان را در معرض صنع جدید قرار بدهید. خیر جدید قرار بدهید. از شرّ من ذهنی برهید. مسئله درست

نکنید. همین حرف‌هایی که خودتان زدید. «اتقوا» یعنی پرهیز کنید. بترسید. بترسید از این‌که فکر و عمل با من‌ذهنی به شما صدمه بزند. مواظب باشید. بترسید هم نیست، یعنی مواظب باشید.

شما از یک جای مشکلی رد می‌شوید کوه هم که رفتید دیگر. در کوه دیدید که بعضی جاها مثلاً آب می‌آید باران می‌آید لغزنده است. همه هم می‌گویند آقا مواظب باش‌ها! از این‌جا رد می‌شوی پایت نلغزد بروی ته دره. آن‌جاها خیلی مواظب هستی. هی چوب دستی‌تان را می‌زنید نمی‌دانم خلاصه خیلی مواظب هستید در آن مثلاً ممکن است دو متر باشد. درست است؟ مواظب هستید یا مواظب نیستید؟

آقای مصطفی: بله دیگر.

آقای شهبازی: مواظب هستید. خب اگر در آن‌جور نواحی ما مواظب باشیم در زندگی‌مان، همین صحبت‌های امروز شما را ما یاد بگیریم عمل کنیم، همه‌مان پیشرفت می‌کنیم. بله، در نتیجه شما به دعای من احتیاج ندارید شما دعا سرخود هستید.

آقای مصطفی: آقای شهبازی این همه برنامه دعا است دیگر. این همه برنامه که اجرا می‌کنید برای ما.

آقای شهبازی: واقعاً دعاست.

آقای مصطفی: واقعاً این شعرها را چه‌جوری ما می‌توانستیم بفهمیم؟ این‌ها همه دعای شماست. خیلی ممنونم واقعاً.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بله این هم درست است. دعا یعنی خواستن به زبان فارسی، خداوند خیر شما را می‌خواهد. من هم خیر شما را می‌خواهم. خب شما خودتان خیر خودتان را بخواهید. کلید این است. که هر کسی از خودش بپرسد که من خیر خودم را می‌خواهم؟ و اگر نمی‌خواهم چرا نمی‌خواهم؟ خواهید دید کسانی که به اصطلاح توی تنگنا افتاده‌اند خیر خودشان را نمی‌خواهند. نه نمی‌توانند‌ها! نمی‌خواهند. واقعاً این سؤال اساسی است. که من خوبی، آزادی، آرامش خودم را می‌خواهم یا نمی‌خواهم؟ به خودش جواب بدهد. اگر نمی‌خواهد خواهد دید که یک سری الگوهای ذهنی مخرب دارد این‌ها درکارند. من‌ذهنی یک الگوهایی درست کرده‌است برای ما که ما مرتب این‌ها را فعال می‌کنیم و به خودمان ضرر می‌زنیم. هر کسی باید بگوید که من چرا به خودم ضرر می‌زنم چرا باید ضرر بزنم؟ پس من باید الگوهای بدم را شناسایی کنم. فضا را باز کنم. به صورت ناظر به ذهنش نگاه کند ببیند چه الگوهایی خودش، جامعه‌اش درست کرده آن‌جا گذاشته که هر لحظه انرژی زندگی را، برکت زندگی را می‌دهد به این الگوها، بعد این الگوها فعال می‌شوند به صورت خار، خار، خار، خار، ضرر،





ضرر، ضرر درمی‌آیند و خودش بدبخت‌کننده خودش است. بگو من نمی‌خواهم باشم. خب نمی‌خواهی باشی  
حواس است به خودت باشد ببینی چه جوری خودت به خودت ضرر می‌زنی؟

هیچ کس به ما ضرر نمی‌زند غیر از خودمان، آقا مصطفی. [ خنده آقای شهبازی ] درست است؟

آقای مصطفی: بله، خیلی ممنون.

[ خداحافظی آقای شهبازی و آقای مصطفی ]

خدا حافظی آقای شهبازی و آقای مصطفی



۲۲- خانم مرجان از استرالیا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مرجان]

خانم مرجان: خسته نباشید قربان.

آقای شهبازی: بله مرجان خانم سلام. خوبین شما؟ خیلی شما هم خسته نباشین از زحمات و این‌ها.

خانم مرجان: ممنونم خواهش می‌کنم آقای شهبازی. من کاری نکردم که. خیلی ممنونم از شما.

آقای شهبازی: چه پیغام‌های زیبایی هم شما مفید درست می‌کنید به صورت ویدیو و پست می‌کنید. ممنونم از شما. آفرین!

خانم مرجان: خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی. همه‌اش از لطف و زحمات بی‌دریغ شماست و مرسی از مولانا و زندگی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مرجان: با اجازه‌تان آقای شهبازی پیامم را شروع کنم.

آقای شهبازی: بله بله. بفرمایید.

خانم مرجان: خیلی ممنونم. در برنامه ۱۰۰۳ غزل بسیار هشداردهنده، در عین حال بسیار امیدبخش ۱۳۵۸ تفسیر شد.

با تکرار روزانه و شبانه این غزل، تابلوی زیبایی از عشق و آگاهی در درون نقش می‌بندد. تکرار، سرعت فکر را کم یا متوقف کرده و ما را می‌برد به فضایی که مولانا از آن، این غزل را آورده. فضایی که آرامش، هدایت و راه حل آنجاست.

**تو را و عقل تو را عشق و خارخار چراست؟**

**که وقت شد که بروید ز خار تو آن گل**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۵۸)

خارخار: مجازاً یعنی دلواپسی، اضطراب و وسوسه

ای انسان که تو امتداد زندگی هستی، ای انسان که تو مجهز به عقل و خرد بی‌نهایت زندگی هستی، از جنس الست هستی، در اصل بی‌نیاز هستی، چرا این عقل را که درخور عقل من‌ذهنی سبب‌ساز نیست، این عقل را که با فضاگشایی به آن دسترسی داری رها کرده‌ای و با حرص، با عشق و اشتیاق ذهنی، از این صندوق تاریک فکر،

به صندوق دیگر فکری می‌روی، من ذهنی را می‌بافی و به صورت خار، بالا می‌آیی؟ چرا مدام با وسوسه، عینک ذهن را به چشم می‌زنی و این قدر اشتیاق و ذوق برای رفتن به جهان داری؟ آیا این رویه جز خارخار یعنی تشویش و اضطراب و وسوسه مخرب، برای تو و قرین‌های تو حاصلی داشته است؟

مگر نمی‌دانی این عشق به اشیاء تو را نسبت به صدمات و لطمات آن‌ها کور و کر می‌کند؟

چرا نمی‌توانی ساکن بشوی و مدام میل داری بروی به این جهانی که تو را می‌کشد؟ مگر زندگی نمی‌گوید حتی لحظه‌ای از من و از جنس من جدا نشو؟ مگر نمی‌دانی که برای در امان بودن از این کشش‌ها و جاذبه‌ها، باید از جنس زندگی بشوی؟

## تو را و عقل تو را عشق و خارخار چراست؟

### که وقت شد که بروید ز خار تو آن گل

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۵۸)

مگر مولانا نمی‌گوید که در این راه باید فعال باشی؟ مگر نمی‌گوید که تو فضا را باز کن، تو اتفاقات و فکرها را را جدی بگیر بلکه فقط مسبب را، فضای گشوده شده را جدی بگیر، تا انگشت به دهن و حیران بمانی که از این خار تو چطور گل حضور، گل عشق، گل برکت و رحمت می‌روید؟

چرا حس می‌کنی اگر از این فکر به فکر دیگر نپری می‌میری یا مسائل زندگی تو حل نشده باقی می‌مانند؟ مگر مولانا نمی‌گوید چوب دهل را رها کن و به دستان زندگی بده تا نظم زندگی سامان بدهد به زندگی مادی و معنوی تو؟ پس چرا این قدر پریشانی؟ چرا ناشکری و ناله و زاری می‌کنی؟ مگر نمی‌دانی که زندگی رحمت کل و رحمت اندر رحمت است؟

مگر نمی‌دانی که با تمرکز روی خود و مرغ خویش بودن، با تکرار مداوم ابیات مولانا، دوباره با زندگی یکی می‌شوی و زندگی از غیب به طور پنهانی و محرمانه شروع می‌کند به وحی سر کردن به گوش دل تو؟ مگر تجربه نکردی؟ پس چرا این وحی دل را ول کرده‌ای، چسبیده‌ای به وزوز و پارازیت‌های ذهن خودت و قرین‌های اطرافت؟ مگر مولانا از زبان پیامبر نمی‌گوید گوش تو جزو سر زندگی است و باید این گوش و تمامی حس‌های تو پاک باشد و پاک بماند؟

مگر از آقای شهبازی شنیده‌ای که هیچ چیزی به اندازه تکرار نمی‌تواند به تو کمک کند؟ پس چرا به جای وقت تلف کردن نمی‌نشینی و تکرار کنی؟





۲۳- خانم دینا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دینا]

خانم دینا: آقای شهبازی می‌خواستم یک مطلبی را به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله‌بله.

خانم دینا: راجع به این‌که شما امروز هم فرمودید که ما فقط خودمان هستیم که به خودمان در واقع آسیب می‌رسانیم و هیچ‌کس دیگری مسئول آسیب رساندن به ما نیست، مسئول ایجاد دردی که ما تجربه می‌کنیم نیست.

آقای شهبازی: بله، درست است.

خانم دینا: و یکی از راه‌هایی هم که ما به خودمان آسیب می‌کنیم این است که ما تمرکز را از روی خودمان برمی‌داریم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم دینا: چیزی که من خودم تجربه می‌کنم و با این کار نه تنها به خودمان آسیب می‌رسانیم بلکه به همه انسان‌هایی که دور و برمان هستند هم آسیب می‌رسانیم، چون که وقتی که ما تمرکز را از روی خودمان برمی‌داریم در واقع یک چیز ذهنی، یک شخص یا یک چیزی را که با آن همان‌جایی هستیم را آورده‌ایم به مرکزمان و در آن موقع هیچ انرژی و خردی از ما در واقع در ما جریان پیدا نمی‌کند و ما تماماً من‌ذهنی می‌شویم، آن موقع چطوری ما می‌خواهیم به دیگران کمک بکنیم؟!

من آقای شهبازی شما برنامه ۱۰۰۳ را که اجرا کردید البته قبلش هم که این ابیات را خوانده بودید، حالا این‌جا با دوستان ابیات را به اشتراک می‌گذارم، خیلی به من کمک کرد که واقعاً این بیگاری من‌ذهنی را در خودم ببینم که واقعاً بیگار است یعنی کار بی‌هوده است و تخریب ایجاد می‌کند هم به وجود خودم هم به روابطم و دوست داشتم با دوستان به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله‌بله.

خانم دینا:

ای تو در بیگار، خود را باخته

دیگران را تو ز خود نشناخته

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۳)

بیگار: کار بی‌مزد

دارد به من می‌گوید، می‌گوید ای کسی که در، بیگار یعنی کار بی‌مزد، خودت را گم کرده‌ای دروابع و دیگران را یعنی آن چیزی را که به ذهنت می‌آوری، داری دروابع، انگار دارد هشیاری من به خودم می‌گوید آن چیزی که تو به ذهنت می‌آوری، این شخصی که به ذهنت می‌آوری، خانوادت، برادرت، هر کسی که فکر می‌کنی دوستش داری و داری کنترلش می‌کنی و از نظر خودت داری به او کمک می‌کنی آن تو نیستی و آن نقشی که تو گرفتی به‌عنوان خواهر، قوم و خویش، هر رابطه‌ای که هست آن هم تو نیستی و می‌گوید تو باید این را تشخیص بدهی.

می‌گوید «دیگران را تو ز خود نشناخته» یعنی دروابع دارد به من می‌گوید که تو باید این شناسایی را در خودت انجام بدهی چون با این کار تو اگر این را شناسایی نکنی، واقعاً آسیب می‌بینی.

**تو به هر صورت که آبی بیستی  
که منم این، واللّه آن تو نیستی**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

بیستی: بایستی

و دوباره به من می‌گوید که این نقشی را که تو به خودت گرفتی و برای خودت تعریف می‌کنی داری به دیگران ارائه‌اش می‌کنی این هم تو نیستی.

**یک زمان تنها بمانی تو ز خلق  
در غم و اندیشه مانی تا به حلق**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۵)

و می‌گوید تو وقتی که اگر خودت یک لحظه به خودت بیایی، خودت را ببینی مخصوصاً وقتی که این همانیدگی‌ها، وقتی که چون حتماً ما آسیب می‌بینیم. حتماً وقتی که ما دیگران را کنترل می‌کنیم، روابطمان را خراب می‌کنیم دیگر نمی‌توانیم از آن همانیدگی‌ها آن تأییدها را بگیریم به ما آسیب می‌رساند، آن موقع است که باز می‌بینیم که می‌گوید «در غم و اندیشه مانی تا به حلق»، می‌گوید هیچ‌کدام از این همانیدگی‌ها نتوانست به تو دروابع آن امنیت را، آن حس قدرت را بدهد.

و می‌گوید که:

**این تو کی باشی؟ که تو آن آوحدی  
که خوش و زیبا و سرمست خودی**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۶)



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

أوحَد: یگانه، یکتا

درواقع دارد می‌گوید که تو، حقیقت تو آن آلت است، آن عشقی است که تو وجودت هست و تو هیچ‌کدام از این چیزهایی که می‌روی صید می‌کنی به‌عنوان همانندگی می‌گذاری مرکزت هیچ‌کدام از این‌ها نیستی.

تو نمی‌توانی بروی یک شخصی را یا یک چیزی را یا یک دردی را بیاوری بگذاری توی مرکزت و فکر کنی آن هستی، هیچ‌کدام از این‌ها تو نیستی، «تو آن آوحدی» که فقط با آن یگانگی خودت، با آن بی‌نیازی خودت از همه این چیزهایی که ذهنت نشان می‌دهد با آن همیشه داری عشق‌بازی می‌کنی در این لحظه.

و درواقع بیت آخرش هم که می‌گوید:

## جوهر آن باشد که قایم با خود است آن عَرَض باشد که فرع او شده‌ست (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۸)

و می‌گوید که اصل تو، آن جوهر تو چیزی است که روی پای زندگی ایستاده که این لحظه دارد درواقع آن انرژی‌اش را از آن زندگی می‌گیرد و هر چیز دیگری که می‌آید به مرکزت، به ذهنت یا ذهنت توی آن لحظه نشانت می‌دهد هر کسی، هر چیزی آن فرع است، آن برایش عارض شده و آن‌ها هیچ‌کدام تو نیستی و باید یاد بگیری، باید مسئولیت‌پذیری، این‌ها را دارد به من می‌گوید که بتوانی فضا را باز بکنی و خودت را از این‌ها رها بکنی.

و درواقع توی غزل هم داشتیم که هم‌ماش این می‌گفت که «تو را و عقل تو را عشق و خارخار چراست؟» و به نظرم خیلی این هم با این ابیات ارتباط معنایی داشت برای من چون که خارخار همان وسوسه‌ای است که باعث می‌شود که ما تمرکز را از روی خودمان برداریم و بخواهیم دیگران را کنترل کنیم ولی وقتی که فضا را باز می‌کنیم واقعاً متوجه می‌شویم که کسی که نیازی به درواقع بخشش دارد، نیازی به مهربانی دارد نیازی به دوست داشتن دارد آن اصل وجودی خودمان است، چطوری من می‌خواهم یک چیزی را، آن عشقی را که در وجودم نیست با یک چیزی الآن توی مرکزم جایگزینش کردم، چطوری می‌خواهم به کسانی دیگر بدهم، چطوری می‌خواهم این را بخشش بکنم وقتی خودم ندارم و این بیت زیبا را هم داشتیم توی برنامه که فرمودید:



## پوزبندِ وسوسه عشق است و بس ورنه کیِ وسواس را بسته است کس؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۳۰)

که درواقع دارد می‌گوید که فقط عشق حقیقی هست که ما وقتی فضا را باز بکنیم تجربه‌اش بکنیم آن است که می‌تواند این وسوسه، این خارخارها را درواقع از بین ببرد و به ما کمک کند که به زندگی وصل بشویم و دست از کنترل دیگران برداریم. همین را می‌خواستم آقای شهبازی به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! عالی دینا خانم! ممنونم.

خانم دینا: خیلی ممنونم آقای شهبازی از شما، خیلی این ابیات کمک‌کننده هستند واقعاً، خیلی به من کمک می‌کنند که این «منصب تعلیم» را توی خودم ببینم، مسئولیت قبول کنم، خیلی کمک می‌کنند. ممنونم از شما.

آقای شهبازی: آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دینا]





۲۴- خانم فرزانه از اصفهانک

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

خانم فرزانه: خدا را شکر می‌کنم. سلام عرض می‌کنم خدمت همه دوستانی که گوش می‌دهند و تشکر ویژه دارم از همه دوستانی که پیغام‌های خوبی می‌گذارند و ما استفاده می‌کنیم.

واقعاً دلم می‌خواست که دوباره صدایتان را بشنوم. و در مورد، یک کم از پیشرفت‌ها و این کمک‌هایی که این برنامه به من کرده، و کار کردن روی خودم، کمک‌هایی که به من شده اگر خدا بخواهد یک چندتایش را بگویم. آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم فرزانه: ببخشید آقای شهبازی، من با آن داستان مولانا که گفتند که عَسَس دنبال آن شخص می‌اندازد و او فرار می‌کند، آن اتفاقات وحشتناکی که توی زندگی من افتاد من را وارد یک باغی کرد که آنجا معشوق را دیدم و به لطف برنامه شما، درست است که ما همیشه می‌آییم توی ذهن دوباره از آن عقل من‌ذهنی دوباره استفاده می‌کنیم و دوباره برمی‌گردیم و از خدا می‌خواهم که این ثابت قدمی را به ما بدهد بمانیم توی این فضای حضور و از این عقل کل، خرد کل، استفاده کنیم توی زندگی‌مان.

بعد دیگر این مشکلات باعث شد که من بیایم توی این فضا و با این برنامه آشنا بشوم خدا شما را سرِ راهم قرار داد، و این برنامه را، و کمک کرد که زندگی‌ام را نجات بدهم.

هم زندگی خودم نجات پیدا کند، هم زندگی دو تا فرزندم، هم زندگی همسر سابقم، حالا نجات پیدا کرد با این که من خودم، خودم را با این برنامه نجات دادم. و یادم است که آن اوایل که باردار بودم، زنگ می‌زدم به شما و شعرهای مولانا را می‌خواندم، ابیاتی که می‌خواندم یکی‌اش این بود:

**رفته ره درشت من، بارگران ز پشت من**

**دلبر بردبار من، آمده برده بار من**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۳۷)

و وقتی من این بیت را تکرار می‌کردم توی اوج مشکلات و فشارها انگار واقعاً یک باری از روی دوشم برداشته می‌شد. یک آرامش عمیقی به قلبم می‌آمد و واقعاً خیلی کمک شد به بنده توی این زمینه و حتی همکارم که کنارم بود و فشارهای زیادی رویش بود من این بیت را با هم تکرار می‌کردیم ایشان هم گوش می‌دادند و آرامش آمد توی همان محل کارمان، توی زندگی‌هایمان.

و آن مسیر، آن اشتباهاتی که در گذشته کرده بودیم را من یک بار زنگ زدم آن اوایل به شما، شما فرمودید خانم شما خیلی خودتان را سرزنش می‌کنید و همان جا انگار یک جرعه خورد که چرا من باید این قدر خودم را سرزنش کنم و یک بار زنگ زدم به شما، شما فرمودید که، خانم شما نباید مقایسه کنید، نباید بروید توی این که بگویید من هم دوست دارم مثل بقیه باشم و یکی یکی این زخم‌ها را به لطف این برنامه دارم شناسایی می‌کنم.

و یک شرایطی به وجود آمد که آن دختر اولم مجبور شد که دیگر تشخیص بدهم توی این برنامه که با این که درد زیادی داشت که پیش پدرش باشد و دختر کوچکم که من از عهده‌اش برمی‌آمدم پیش من ماند و شد یکی از کودکان عشق.

آقای شهبازی امروز رفته بودم به پدر و مادرم سر بزنم که دختر بزرگم را دیدم بعد از سه سال واقعاً با آن شرایطی که من بزرگش کرده بودم و من با من ذهنی داشتم بزرگش می‌کردم خیلی فرق کرده بود.

درست بود که من خیلی درد می‌کشیدم که کنارم نبود ولی صبر کردم و نتیجه صبرم آقای شهبازی الان دارم خدا را شکر می‌بینم. یکی این که دختر قوی شده روی پای خودش ایستاده، دارد روی خودش کار می‌کند و یکی هم این دختر کوچولویی که الان این جا نشسته و می‌گوید می‌خواهم با آقای شهبازی صحبت کنم. یکی از کودکان عشق است آقای شهبازی. یک لحظه ساعت را ببینم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم فرزانه: یک دقیقه دیگر فکر کنم وقت دارم. و ایشان من داشتم سر کار ابیات را تکرار می‌کردم با خودم چون آن موقع تایی بود که کار نداشتیم، آزاد بودیم بعد آمدم خانه دیدم دختر پنج ساله‌ام رفته توی کلیپ‌ها خودش یک دانه شعر پیدا کرده و خودش خودبه‌خود، خودجوش این بیت را آن قدر گوش داده بود که حفظ شده بود.

صحبت زیاد است ولی وقت را می‌خواهم بدهم به بقیه، فقط خیلی تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فرزانه: و اگر کسی هم صدای من را می‌شنود از او می‌خواهم این برنامه را ادامه بدهد، گوش بدهد، امید داشته باشد، و قانون جبران، اگر هزینه‌اش را بریزد و روی خودش کار کند واقعاً خود خدا نمی‌گذارد که من ذهنی به او حمله کند. نمی‌گذارد پایش لغزش بخورد و از این برنامه جدا بشود.



یعنی ممکن است که من‌ذهنی او را به سمت خودش بکشاند ولی آن قانون جبران که متعهدانه هر ماه پرداخت بشود واقعاً او را نگه می‌دارد.

من از بهار خانم آن اوایل خیلی الآن هم تشکر می‌کنم گفتند که اولویت سبد کالای خانه‌تان، سبد خرج خانه‌تان اولویتش را بگذارید برای قانون جبران معنوی چون تا معنویت توی زندگی انسان نباشد این آگاهی و خرد نباشد که اصلاً هیچ کدام از کارهای دیگر ما معنی و مفهوم ندارد.

و آن صحبت ایشان و صحبت خانم فریبا که گفتند با اجرای قانون جبران پرده‌ها از جلو چشم من کنار رفت این‌ها انگار یک صحبت‌هایی بود که حضور من می‌شنید و به آن عمل شد به لطف خود خدا و این قانون جبران من را نگه داشته توی این برنامه باز هم تشکر می‌کنم و گوشه را می‌دهم به مه‌رسانا می‌خواهند یک شعر حفظ کردند همان که گفتم خودشان حفظ کرده‌اند با قانون ارتعاش.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، بله، بله، خواهش می‌کنم.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مه‌رسانا]

[تماس قطع شد]

۲۵- خانم رخشان از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم رخشان]

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم رخشان: من، از تهران.

آقای شهبازی: تهران، بله.

خانم رخشان: یک متن کوتاهی یعنی دو صفحه است در مورد غزل ۵۵ نوشتم، می‌خواستم برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید. بله، بله.

خانم رخشان: غزل ۵۵ البته این قدر زیبا بود و توضیحات شما این قدر عالی بود، یعنی واقعاً می‌شود یک کتاب

نوشت در موردش ولی من دو صفحه نوشتم که حالا خدمتتان می‌خوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم رخشان: غزل ۵۵ نامه‌ای است از مولانا به من و تو. نامه‌ای که اگر به دست رسیده، همای سعادت روی

سرت نشسته و با توضیحات جناب شهبازی نامه گشوده شد و خوانده شد. پس تو هم بخوان به نام پروردگارت.

ای انسان، آیا می‌دانی که جسم تو شب قدر است؟ همان‌که از هزار ماه بارزش تر است و از آن به خوشبختی و

دولت می‌رسی؟ خبر داری که روح تو ماه تمام است که ظلمت‌ها را به تمامی می‌شکافد؟

انسان تو باخبر هستی که تو تقویم یزدان هستی؟ که طلوع‌های بسیار را تجربه می‌کنی؟ می‌دانی تو دریای بی‌کران

بخشش هستی که تمام گناهان و نقص‌ها را می‌شویی و پاک می‌کنی؟

خبر داری که تو لوح محفوظی هستی که تمام درس‌های غیبی در تو است؟ و گنجینه مخزن رحمت الهی هستی که

از این گنجینه، خلعت حضور هر لحظه به تو داده می‌شود؟

عجیب است، آری. تو بیت معموری، آن خانه پاک و دل‌باز که افلاک و فرشتگان به دورش می‌چرخد. آری تو

رق منشوری، آن سینه گشاده‌ای که شربت‌های خوش طعم و طرب‌انگیز از آن بیرون می‌ریزد و بالاتر از همه این‌ها

تو آن روح بی‌چون لامکان و لازمان هستی که از این تعریف‌ها بیرون هستی که وقتی به تابش درآیی، تمام فکرها

و اندیشه‌ها در تاب تو رنگ می‌بازند.

وقتی نور بی‌چونی از تو ساطع می‌شود، بر هر چیز مهر و عشق بارش می‌کند و در اثر لطافت حضور زیبای تو تمام دوستی‌های غلط و دردزا، رسوا و بی‌اعتبار می‌شوند و در آن حالت می‌بینی که عجایب یوسفی هست که عکس زیبایش مانند عکس ماه در چاه وجود انسان‌ها افتاده و انسان‌ها عاشق این عکس شده‌اند و گرفتار دام در کلبهٔ احزان، مانند یعقوب غمگین شده‌اند ولی نمی‌دانند و به این حزنِ دام می‌بالند و فخر می‌فروشند.

اگر به‌جای عکسی که در چاه است رو به آسمان کنند و اصل ماه را ببینند، یوسف زیبا از لطف خودش رَسَن و کمندی می‌آویزد و یعقوب را در آغوش رحمت خود می‌کشاند و از سرگردانی نجات می‌دهد. وقتی از حیرت و سرگردانی نجات یافت و صفات آن یوسف خوش‌خو را گرفت، دیگر هیچ نمی‌توانم بگویم که تمام کلمات خُرد و شکسته است.

استاد، همین بود.

آقای شهبازی: چقدر زیبا بود خانم! عالی، عالی، عالی! آفرین!

خانم رخشان: خواهش می‌کنم، بیخشید صدایم می‌لرزید.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی! اسمتان رخشان بود گفتید؟

خانم رخشان: بله، رخشان.

آقای شهبازی: آفرین! خیلی لطیف، خیلی لطیف. آفرین، آفرین!

خانم رخشان: می‌خواستم غزل را هم بخوانم، اجازه هست؟

آقای شهبازی: بفرمایید. بله، بله.

خانم رخشان:

شب قدر است جسم تو، کز او یابند دولت‌ها  
مه بدر است روح تو، کز او بشکافت ظلمت‌ها

مگر تقویم یزدانی که طالع‌ها در او باشد  
مگر دریای غفرانی کز او شویند زلت‌ها

مگر تو لوح محفوظی که درس غیب از او گیرند؟  
و یا گنجینهٔ رحمت، کز او پوشند خلعت‌ها



عجب! تو بیت معموری که طووفانش آملاک‌اند  
عجب! تو رَقِّ مَنشوری، کز او نوشند شربت‌ها

و یا آن روح بی‌چونی، کز این‌ها جمله بیرونی  
که در وی سَرنگون آمد تأمل‌ها و فِکرت‌ها

ولی برتافت بر چون‌ها مَشارق‌های بی‌چونی  
بر آثارِ لطیفِ تو، غلط گشتند اَلَفَت‌ها

عجایب یوسفی چون مه، که عکسِ اوست در صد چَه  
از او افتاده یعقوبان به دام و جاهِ مَلَّت‌ها

چو زلف خود رَسَن سازد، ز چَه‌هاشان براندازد  
کَشَدشان در برِ رحمت، رهاندشان ز حیرت‌ها

چو از حیرت گذر یابد، صفات آن را که دریابد  
خمش که بس شکسته شد عبارت‌ها و عبرت‌ها  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

بَدْر: قرص کامل ماه، ماه شب چهاردهم قمری

غُفران: آمرزش، بخشایش

زَلَّت: لغزش و گناه

لوح محفوظ: علم بی‌کرانه پروردگار، اشاره به آیه ۲۲، سوره بروج (۸۵)

بیت معمور: خانه‌ای در مقابل کعبه (مجازاً دل انسان)

طووفان: جمع طووف به معنی گردنده، طووف‌کننده

آملاک: جمع مَلک، فرشتگان

رَقِّ منشور: صفحه‌ای گشاده، اشاره به آیه ۳، سوره طور (۵۲)

تافت: تابید

مَشارق: مشرق‌ها

بی‌چون: بدون چگونگی

اَلَفَت: انس گرفتن، دوستی

رَسَن: ریسمان، کمند

عبارت: سخن گفتن، قیل و قال

عبرت: پند و اندرز

آقای شهبازی: خیلی زیبا. آفرین، آفرین!

خانم رخشان: زنده باشید، ممنون از شما. استاد خیلی دوستتان دارم. من دفعه اول زنگ زدم یادم رفت بگویم

واقعاً دوستتان دارم. خدا حفظتان کند. خدا قوت بدهد، سلامتی بدهد.



آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، شما لطف دارید، آفرین بر شما. عالی بود، عالی!

خیلی خوب دقت کردید. آفرین! عالی، عالی!

خانم رخشان: ممنونم. قربان شما، سلامت باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم رخشان]

مهربان





۲۶- خانم بیننده از سنج

[سلام احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: سلام به حضرت مولانا علیه‌الرحمه. عزیز دلم نور چشمم، می‌خواهم یک شعری برایت بگویم عزیز دلم!

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بله بله بفرمایید.

خانم بیننده: می‌خواهم مناجات حضرت مولانا را برایت بگویم عزیز دلم من سواد ندارم مثل آن‌هایی که می‌آیند، اشکال ندارد یک چیزی برایت می‌گویم!

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خواهش می‌کنم [خنده آقای شهبازی].

خانم بیننده: فدایت شوم.

کای کمینه بخششت مُلک جهان  
من چه گویم؟ چون تو می‌دانی نهان  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۸)

حال ما و این خلاق سر به سر  
پیش لطف عام تو باشد در به در  
(شاعر نامشخص)

ای همیشه حاجت ما را پناه  
بار دیگر ما غلط کردیم راه  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۹)

لیک گفتی: گر چه می‌دانم سرت  
زود هم پیدا کنش بر ظاهرت  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۰)

صد هزاران دام و دانه است ای خدا  
ما چو مرغان حریص بی‌نوا  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۴)



دَم به دَم ما بسته دام نویم  
هر یکی گر باز و سیمرغی شویم  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۵)

می‌رهانی هر دمی ما را و باز  
سوی دامی می‌رویم ای بی‌نیاز  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۶)

ما در این انبار، گندم می‌کنیم  
گندم جمع آمده، گم می‌کنیم  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷)

می‌نیشیم آخر ما به هوش  
کین خلل در گندم است از مکر موش  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۸)

موش، تا انبار ما حفره زده‌ست  
وز فنش انبار ما ویران شده‌ست  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹)

چون عنایات بود با ما مقیم  
کی بود بیمی از آن دزد لثیم؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱-۳۸۷)

گر هزاران دام باشد در قدم  
چون تو با مایی، نباشد هیچ غم  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۷)

نالہ می‌کن کای تو علام الغیوب  
زیر سنگ مکر بد ما را مکوب  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۶)

یا کریم العفو ستار العیوب  
انتقام از ما مکش اندر ذنوب  
(ابیات الحاقی مثنوی از نسخه کلاله خاور)



آنچه در کون است ز اشیاء و آنچه هست

وانما جان را به هر حالت که هست

(ابیات الحاقی مثنوی از نسخه کلاله خاور)

گر سگی کردیم ای شیرآفرین

شیر را مگمار بر ما زین کمین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۷)

آب خوش را صورت آتش مده

اندر آتش، صورت آبی منه

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۸)

از شراب قهر، چون مستی دهی

نیست‌ها را صورت هستی دهی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۹)

تو بزنی یا ربنا آب طهور

تا شود این نار عالم، جمله نور

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۴)

طهور: پاک و پاک‌کننده

آب دریا جمله در فرمان توست

آب و آتش، ای خداوند، آن توست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۵)

گر تو خواهی آتش، آب خوش شود

ور نخواهی، آب هم آتش شود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۶)

بی‌طلب، تو این طلب‌مان داده‌ای

گنج احسان بر همه بگشاده‌ای

(ابیات الحاقی مثنوی از نسخه کلاله خاور)

بی‌شمار و حد، عطاها داده‌ای

باب رحمت بر همه بگشاده‌ای

(ابیات الحاقی مثنوی از نسخه کلاله خاور)



با طلب چون ندهی ای حی و دود  
کز تو آمد جملگی جود و وجود  
(ابیات الحاقی مثنوی از نسخه کلاله خاور)

در عدم کی بود ما را خود طلب  
بی سبب کردی عطاها نی عجب  
(ابیات الحاقی مثنوی از نسخه کلاله خاور)

جان و نان دادی و عمر جاودان  
سایر نعمت که ناید در بیان  
(ابیات الحاقی مثنوی از نسخه کلاله خاور)

این طلب، در ما هم از ایجاد توست  
رستن از بیداد، یا رب، داد توست  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۷)

آقای شهبازی عزیز!

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: از سندرچ زنگ می‌زنم فدایت شوم. عزیز دلم نور چشمم. نور دین و دلم. عزیز دلم فدایت شوم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، لطف دارید.

خانم بیننده: چکار کردی با خانه ما، خانه ما را نورانی کردی! پر از رحمت کردی عزیز دلم. به خودم، به دخترم، به شوهرم، به پسر، به خواهرهایم نور چشمم، عزیز دلم.

آقای شهبازی: ماشاءالله، آفرین، آفرین! برکت مولانا است. ممنونم جدیت خودتان است. آفرین بر شما!

خانم بیننده: من از تو ممنونم خیلی گوش می‌کنم. سواد زیادی ندارم.

آقای شهبازی: چقدر زیبا خواندید آفرین! عالی خواندید، آفرین!

خانم بیننده: فدایت شوم عزیز دلم، نور چشمم نور همه بینوایی‌ام. عزیز دلم نور چشمم.

آقای شهبازی: لطف دارید خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: نور چشمم روزی صد هزار مرتبه به حضرت مولانا و به تو می‌گویم. رحمت بر تو و بر مولانا. مزاحم نشوم عزیز دلم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۲۷- خانمها زینب و میتراناز و آقای سامان از بروجن

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زینب]

آقای شهبازی: شما آخرین تلفن ما هستید امروز.

خانم زینب: بله، خدا را شکر. تلفن قبلی یک کمی احساساتی‌ام کرد. با اجازه‌تان استاد یک متنی داشتم می‌خواستم بخوانم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید. بله بله.

خانم زینب:

### گوش را بندد طمع از استماع چشم را بندد غرض از اطلاع (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۶)

غرض: قصد

وقتی که پول در مرکز ما است، فقط کسانی را می‌شناسیم که آن‌ها می‌توانند ما را به آن پول برسانند و فقط راه‌هایی را می‌شناسیم که آن راه‌ها ما را به پول می‌رسانند و اگر کسی ما را نصیحت کند که این پول را نخواه و به سمت این آدم‌ها نرو و یا به حرف‌های آن‌ها گوش نده و تو داری ضرر می‌کنی، هیچ‌وقت گوش نمی‌دهیم. و وقتی ضرر کردیم، می‌گوییم چرا این کار را کردم؟ چرا به حرف و به نصیحت گوش ندادم؟ در صورتی‌که اگر این طمع پول را در وجود خود ببینیم و بدانیم تا این طمع در وجود ما است، هیچ‌وقت نه چیزی می‌شنویم و نه جلوی پای خود که اگر چاله‌ای باشد، نمی‌بینیم.

### تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟ تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

لحظه‌به‌لحظه من مسئول چراغ خودم هستم. اگر دیگران چراغشان خاموش است، خاموش باشد. من نمی‌توانم کاری کنم، فقط کارم روشن نگه داشتن و توجه هر لحظه چراغ خودم است. آیا دیگران چراغ من را خاموش می‌کنند و من را دچار هیجان می‌کنند؟ آیا از طریق من ذهنی خودم فکر و عمل می‌کنم؟ این مسئولیت با من است.



## از این غم ارچه تُرُش روست، مژده‌ها بشنو که گر شبی، سحر آمد وگر خماری، مَل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

مَل: شراب، می

از درد هشیارانه که قبلاً این کارها را کرده‌ام و الآن باید جریمه شوم، با کمال میل از این دردها پذیرایی کن. از دردها فرار نکن، چراکه این دردها مژدهٔ وصل و نزدیک شدن به او می‌دهد. حامل شادی بی‌سبب هستند که اگر ما در شب من‌ذهنی هستیم، همین دردها به‌سوی سحر ما را راهنمایی می‌کنند و اگر خماری عشق هستیم و هر لحظه در انتظار رسیدن و زنده شدن به او هستیم، برای ما دوا هستند.

## ز آه‌آه تو جوشید بحر فضلِ اله مسافرِ اَمَل تو رسید تا اَمَل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

اَمَل: آرزو، امید

اَمَل: شهری در شمال ایران، نزدیک دریا

از آه آرزومندی و این‌که فهمیدیم به‌صورت عمیق که چه کسی هستیم و برای چه منظوری آمده‌ایم، پس فضای درون ما باز می‌شود و فضل و بخشش خداوند به جوش درمی‌آید. این باعث می‌شود که به‌سوی او برویم. طلب واقعی یعنی آه آرزومندی. آیا ما آه آرزومندی داریم؟ آیا می‌خواهیم تبدیل شویم؟ یا به تبدیل هم مثل رسیدن به چیزهای این دنیایی نگاه می‌کنیم؟

طلب واقعی در ما است ولی ما اشتبهاً با آوردن چیزها به مرکزمان، طلب واقعی را فراموش و به سمت چیزها رفته‌ایم و از نیاز واقعی خود دور شده‌ایم. تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! عالی‌عالی! خب.

خانم زینب: متشکرم استاد. اگر می‌شود، می‌شود گوشی را بدهم به دخترم با اجازه‌تان؟

آقای شهبازی: بله‌بله. خواهش می‌کنم.

خانم زینب: متشکرم استاد، متشکرم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زینب]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم میتراناز]



آقای شهبازی: بله‌بله. شعر دارید؟ می‌خواهید بخوانید شعرتان را؟

خانم میتراناز: بله، بله.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم میتراناز: یک بیت شعر می‌خواستم برای شما بخوانم، شروع می‌کنم.

فربه و پر باد توام، مست و خوش و شاد توام

بنده و آزاد توام، بنده شیطان نشوم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۸)

جَوِّقِ جَوِّقِ و، صف‌صف از حرص و شتاب

مُحْتَرِّزِ زَآتَش، گریزان سوی آب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۳)

لَا جَرَمَ زِ آتَشِ بَرَأوردند سر

إِعْتَبَارِ الْإِعْتَبَارِ ای بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۴)

بانگ می‌زد آتش ای گیجان گول

من نی‌ام آتش، منم چشمه قبول

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵)

چشم‌بندی کرده‌اند ای بی‌نظر

در من آی و هیچ مگریز از شرر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۶)

ای خلیل، این‌جا شرار و دود نیست

جز که سحر و خدعه نمرود نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۷)

چون خلیل حق اگر فرزانه‌ای

آتش آب توست و تو پروانه‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۸)

جَوِّقِ جَوِّقِ: دسته‌دسته  
مُحْتَرِّزِ: دوری‌کننده، پرهیزکننده





إِغْتَبَارُ الْإِعْتِبَارِ: عبرت بگیر، عبرت بگیر

گول: ابله، نادان

خُدعه: حيله‌گری، فریب‌کاری

تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: تمام شد؟ [خنده آقای شهبازی] آفرین! خیلی زیبا! ممنونم. پس با شما خداحافظی می‌کنم.

خانم میتراناز: با اجازه‌تان می‌دهم به برادرم. خداحافظ.

آقای شهبازی: خیلی خوب، باشد. خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم میتراناز]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای سامان]

آقای سامان: سامان هستم از بروجن، چهارده‌ساله.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

آقای سامان: اگر بشود من یک بیت شعر می‌خواستم بخوانم.

آقای شهبازی: بله‌بله، بفرمایید.

آقای سامان:

صبر کردن، جان تسبیحات توست

صبر کن، کانت تسبیح درُست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۵)

هیچ تسبیحی ندارد آن درج

صبر کن، الصبر مفتاح الفرج

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۶)

درج: درجه

الصَّبْرُ مِفْتَاحُ الْفَرَجِ: صبر کلید رستگاری است.

صبر چون پول صراط، آن سو بهشت

هست با هر خوب، یک لالای زشت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۷)



تا ز لالا می‌گریزی وصل نیست  
زانک لالا را ز شاهد فصل نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۸)

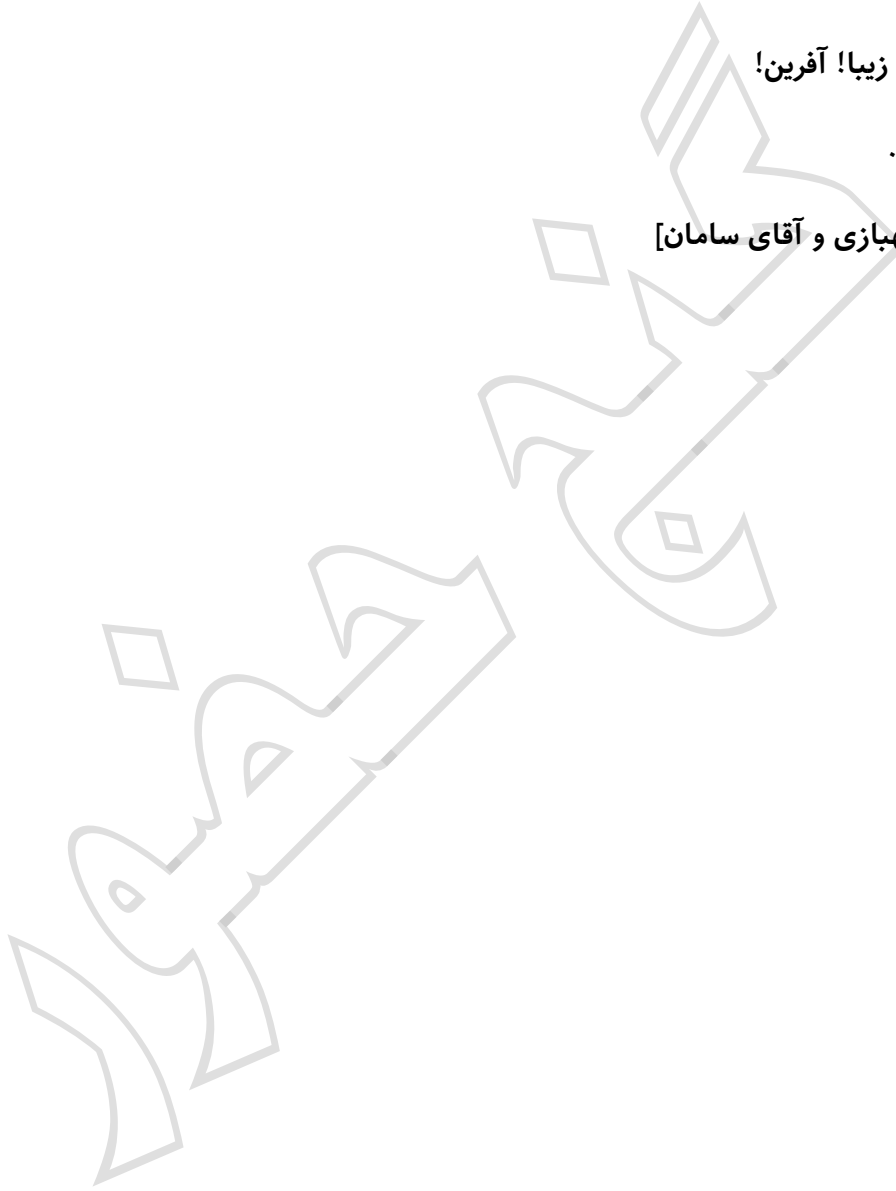
آقای شهبازی: تمام شد؟

آقای سامان: آری.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین!

آقای سامان: ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای سامان]





## ۲۸- سخنان آقای شهبازی

خب، برنامه هم در همین جا به پایان رسید. از شما بینندگان خواهش می‌کنم پنج دقیقه وقت را رعایت بفرمایید و این رعایت پنج دقیقه تا آن جا بگوییم مهم است که اگر شما رعایت نکنید و همین طوری شروع کنید به حرف زدن، ندانید چقدر حرف زدید احتمالاً به پیغام مولانا توجه نکردید و این برنامه برای این است که همه صحبت کنند وقتی پنج دقیقه تمام می‌شود شما می‌توانید یک اقراری بکنید که پنج دقیقه تمام شده اگر پیغامتان واقعاً عالی بود و همه پسند بود و برای همه مفید بود در این صورت موافقت می‌شود که شما ادامه بدهید.

اگر واقعاً می‌بینید که فقط یک صورت داستان زندگی است ممکن است آن برای شما مفید بوده ولی برای همه مفید نباشد. و در ضمن پیغام‌ها را طوری تنظیم کنید که به درد مردم بخورد، یک مشکلی را شما مطرح می‌کنید که از شما حل شده یا یک پیغام عالی از مولانا گرفتید می‌خواهید که همه بدانند این پیغام را.

خیلی از پیغام‌ها گاهی اوقات فهمیدنش مشکل است. شما ممکن است فهمیدید، کاربردش را هم پیدا کردید، توضیح می‌دهیم، پیغام در سطح عمیق‌تری درک می‌شود.

آری آن موقع‌ها شاید بتوانید بیشتر از پنج دقیقه صحبت کنید ولی خواهش می‌کنم به این پنج دقیقه توجه کنید و وقت را هم شما باید نگه دارید، وقت بگذارید ساعت را بگذارید جلوی‌تان به آن نگاه کنید به اندازه پنج دقیقه صحبت کنید.

در ضمن برای این که پنج دقیقه را شما مفید صرف کنید فقط بگویید اسم من این است، اگر می‌خواهید اسم خودتان را بگویید، از فلان شهر زنگ می‌زنم و شروع کنید به پیغامتان. دیگر نه حال من را بپرسید، نه بگویید این برنامه، برنامه خوبی است نه چیز دیگری بگویید، چیز فرعی نگویید فوراً بروید سر مطلب. من اسم این است، پیغام این است. سر پنج دقیقه هم قطع کنید که بقیه هم بیایند پیغام بدهند.

گرچه که ما بیشتر از سه ساعت، سه ساعت و نیم در خدمتتان هستیم ولی می‌بینم که به این چراغ‌هایی که روشن می‌شود نمی‌توانیم پاسخ بدهیم و از همه آنها عذر می‌خواهم و همان طور که عرض کردم سه شنبه عصر تهران در خدمتتان خواهیم بود ان شاء الله که تا حالا زنگ نزدند بتوانند به برنامه زنگ بزنند و پیغامشان را بخوانند.

◆ ◆ ◆ پایان بخش سوم ◆ ◆ ◆