

# کنج ضرور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۳-۳۰۳-۱۰۰۳

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۷ اردیبهشت 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 این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۳-۱۰۰۳

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 کند. زیرا سپاس همچون زنجیری است که نعمت موجود را نگه دارد و نعمت فزون‌تر را صید کند و هیچ نشود جز آنچه خدا خواهد.

(برگرفته از مقدمه دفتر چهارم مثنوی، مولوی)

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

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۳-۱۰۰۳

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
شب‌نم اسدپور از شهریار	عارف صیفوری از اصفهان	اعظم جمشیدیان از نجف‌آباد
رویا اکبری از تهران	مریم زندی از قزوین	شاپرک همتی از شیراز
کمال محمودی از سندج	مرجان فرخ‌سرشت از استرالیا	فرزانه پورعلی‌رضا از تهران
لیلی حسینی‌قلی‌زاده از تبریز	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	بهرام زارعی‌پور از کرج
الهام عمادی از مرودشت	فاطمه اناری از کرج	یلدا مهدوی از تهران

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

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

**@zarepour\_b**

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

کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم فرشته از اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۵
۲	خانم بیننده از کردستان با سخنان آقای شهبازی	۷
۳	خانم ماهی از برلین با سخنان آقای شهبازی	۱۱
۴	خانم زهرا از بابل	۱۶
۵	آقای حسن از قوچان با سخنان آقای شهبازی	۱۸
۶	آقایان محمد و عرفان (کودکان عشق) از هرات	۲۳
۷	خانم نیکی از ساکرامنتو کالیفرنیا با سخنان آقای شهبازی	۲۵
۸	آقای بیننده از خوزستان با سخنان آقای شهبازی	۳۰
۹	سخنان آقای شهبازی در مورد دعا کردن	۳۶
۳۷	♦ ♦ ♦ پایان بخش ♦ ♦ ♦	
۱۰	آقای صادق از ایلام	۳۸
۱۱	خانم شهناز از هلند	۴۴
۱۲	خانم مریم از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی	۴۸
۱۳	سخنان آقای شهبازی	۵۱
۱۴	خانم بهار از کالیفرنیا	۵۲
۱۵	خانم‌ها آیدا و فرخنده از جوزدان نجف‌آباد با سخنان آقای شهبازی	۵۵
۱۶	خانم‌ها ماریا و حورا از تهران با سخنان آقای شهبازی	۶۱

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱۷	خانم الناز از آلمان	۶۵
۱۸	خانم پروین از اصفهان	۶۸
۶۹	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	۶۹
۱۹	خانم مریم از کانادا	۷۰
۲۰	خانم طاهره از آلمان	۷۴
۲۱	آقایان مهران و حسام و خانم مینا از اصفهان	۷۸
۲۲	خانم زهرا از خراسان	۸۳
۲۳	آقای حسام و آقای آرتا (کودک عشق) از اصفهان ادامه ۲۱	۸۹
۲۴	خانم مریم از اهواز	۹۳
۲۵	آقای بیننده	۹۶
۲۶	آقای بیننده	۱۰۰
۲۷	خانم فرزانه از رودهن	۱۰۳
۲۸	آقای مرتضی و خانم مریم از کانادا	۱۰۴
۱۱۰	♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	۱۱۰





## ۱- خانم فرشته از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرشته]

**خانم فرشته:** فرشته هستم از اصفهان مزاحم می‌شوم. خیلی ممنون. می‌خواستم قانون جبران را رعایت کنم. راستش برنامه‌تان خیلی عالی است، خیلی توی زندگی‌ام صبوری را یاد گرفتم، گذشت را یاد گرفتم، من ذهنی‌ام را شناسایی کردم و خیلی از شما متشکرم. همچنین از عزیزانی که زنگ می‌زنند تجربیاتشان را در اختیار ما می‌گذارند خیلی تشکر می‌کنم. خیلی عاشق آقای نیما هستم، آقا پویا، فریبا خانم، شعرهایی که می‌خوانند خیلی جالب است، خیلی دوست دارم، همه‌شان را حفظ کردم. روزانه شعرها را تکرار می‌کنم، واقعاً حس خوب می‌گیرم. من تقریباً یک آدم مذهبی بودم، اما یک جور دیگر خدا را عبادت می‌کردم. اما با گوش دادن به این برنامه دیدم نسبت به خدا و زندگی خیلی قشنگ‌تر شده.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فرشته:** بعد خیلی می‌گویم خیلی عالی است. دست شما درد نکند. حلالمان کنید، زحمت می‌کشید، ان‌شاءالله که بتوانیم جبران کنیم.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. آفرین بر شما.

**خانم فرشته:** ممنون شما لطف دارید. الان درگیر یک بیماری هستم آقای شهبازی. بعد یک جورهایی نمی‌دانم، حالا شما اگر لطف کنید یک کم توضیح بدهید، چون شما فرمودید که همه بیماری‌ها از ذهن است. بعد من خیلی خودم را آزار می‌دهم می‌گویم مثلاً چرا من این‌جوری شدم. بعد یک جورهایی می‌گویم نه شاید این یک امتحان الهی است، باید صبور باشم، باید بسپارم به خدا، اما هی اذیتم می‌کند. حالا اگر شما توی این مورد یک کم راهنمایی‌ام کنید، آرامشم بیشتر می‌شود، خیلی ممنون می‌شوم.

**آقای شهبازی:** والله یکی از بزرگ‌ترین فریب‌های من ذهنی بردن ما به گذشته است، که من چرا این کار را کردم. شما دیگر وقتی مولانا را شناختید می‌خواهید با مولانا آن ایرادهای خودتان را رفع کنید، یک چیزی که دائماً باید حواستان باشد این است که آیا شما به گذشته می‌روید؟ گذشته توهم است. یکی از توهم‌های ذهن ما دائماً افسوس می‌خوریم، پشیمان می‌شویم، چرا من این کار را کردم. گذشته اگر می‌خواهید بروید، سریع بروید برای یادگیری. بعضی مواقع هم برای دیدن چارق ایاز، که من این بودم، الان این شدم، برای شکر. توجه می‌کنید؟ لحظه به لحظه به شکر که شما از آن حالت جدا شدید.

گذشته نروید، گذشته نروید، حواستان همیشه به هشیاری خودتان باشد که الآن من راجع به گرفتاری‌های قبل صحبت می‌کنم و در چراها و این‌ها هستم که آخر چرا باید عقل من نمی‌رسید، چرا نمی‌فهمیدم. مردم می‌روند یک چیزی را می‌خرند ضرر می‌کنند، آخر من چرا این کار را کردم؟! چطور من نفهمیدم؟! شما این جور چیزها را نگویند، از آن یاد بگیرید.

توجه می‌کنید؟ بعضی درس‌ها هست که خانم هزینه‌اش باور نکردنی است. یعنی یک موقعی هست که آدم تمام اموالش را از دست می‌دهد فقط برای این‌که درس ساده‌ای را یاد بگیرد که هزار بار هم دیگران به آدم سعی کردند آن درس را بدهند. خود زندگی، خداوند، سعی کرده آن درس را بدهد و ما نگرفتیم. بعد هم تمام اموالمان را از دست دادیم [خنده آقای شهبازی] بعد می‌گوییم چطور من این را نمی‌دانستم؟! این از ذات پندار کمال می‌آید. چطور ندارد، برای این‌که نمی‌دانیم دیگر، یاد نگرفتیم، نمی‌دانیم، یاد نگرفتیم. به اندازه‌ای که یاد گرفتیم، مهارت‌های زندگی کردن را می‌دانیم.

چطور من مثلاً می‌گویند بچه‌ام را کتک زدم؟! چطور! چطور ندارد؟ همان را یاد گرفته بودی. دیگر الآن تسلیم بشو، دعا بکن، معذرت بخواه، مهربان باش، به عشق رو بیاور. اشتباهات گذشته از ندانم‌کاری ما می‌آید.

این کار به وسیله خیلی‌ها دارد انجام می‌شود و تمام زحماتشان را از دست می‌دهند، هدر می‌دهند یعنی. اگر شما به اشتباهات گذشته رو بیاورید و دائماً از گرفتاری‌های گذشته بگویند، این طوری بودها! خب بله این طوری بود شما خرابش کردید. سعی کنید از حالا به بعد خراب نکنید. لحظه به لحظه سعی کنید خراب نکنید.

این موضوعی است که حالا خیلی مهم است، حالا شاید در برنامه همین برنامه‌ای که می‌آید دوباره من سر یک بهانه‌ای توضیح بدهم این را. بله دیگر وقت مردم را نگیرم. بفرمایید اگر مطلب دیگری دارید.

خانم فرشته: خیلی ممنون. لطف کردید. دستتان درد نکند.

[خدا حافظی آقای شهبازی و خانم فرشته]



## ۲- خانم بیننده از کردستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**خانم بیننده:** آقای شهبازی من از کردستان تماس گرفتم.

**آقای شهبازی:** بله بله. صحبتتان را بکنید.

**خانم بیننده:** خواستم آقای شهبازی از تمام زحمات بی‌وقفه‌تان تشکر می‌کنم.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید. من کاری نمی‌کنم خانم. لطف دارید شما.

**خانم بیننده:** خیلی کار کردید آقای شهبازی. من شما را به‌عنوان بهترین معلم و بزرگ‌ترین معلم در جهان

می‌شناسم. خواستم از تمام زحماتی که برای ما می‌کشید و باعث و بانی شدید خیلی از مشکلات ما حل بشود

به‌وسیله این برنامه گنج حضور، بی‌نهایت تشکر می‌کنم.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**خانم بیننده:** آقای شهبازی کمی دیر شده، ولی می‌خواهم سال جدید را به شما تبریک بگویم.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. لطف دارید.

**خانم بیننده:** ان‌شاءالله که همیشه موفق و مؤید باشید و این زحماتتان را حلال کنید آقای شهبازی. شاید ما

نتوانیم جبران کنیم. شاید ندارد، قطعاً نمی‌توانیم جبران کنیم. من خودم را می‌گویم.

**آقای شهبازی:** زحمات من را خداوند جبران می‌کند. اصلاً شما نگران نباشید. هر کسی که کاری می‌کند اگر

خدمت حساب بشود، تازه من فکر نمی‌کنم این خدمت حساب بشود این کار من، یک کار جزئی است که من دارم

انجام می‌دهم.

**خانم بیننده:** نفرمایید آقای شهبازی. شما خدمت بزرگی به جهان کردید، به بشریت کردید و دارید خدا را شکر

ادامه می‌دهید.

**آقای شهبازی:** اگر شما قبول کنید، بله، می‌شود یک جزئی خدمت. اگر شما بپذیرید، بپسندید، مفید باشد، به

درد بخورد، می‌شود گفت که آن زحمتی که کشیدیم، برای همان کار آمدیم دیگر، برای خدمت کردن آمدیم، یک

ذره قسمت ما شد. اگر مقبول نباشد، نه؛ مقبول مردم نباشد، نه.



**خانم بیننده:** خوش به سعادتتان آقای شهبازی. چرا، ما شاهد هستیم می‌بینیم از تماس‌های بیننده‌ها که چقدر پیشرفت کردند مردم، چقدر نجات پیدا کردند از دست خودشان. یعنی من خودم را می‌گویم. از دست خودم، خودم را رها کردم خدا را شکر آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** خیلی مشکل داشتم، خیلی، حتی در تماس اولم آقای شهبازی چند سال پیش تماس گرفتم گفتم من یکی از آن‌ها بودم که از شدت عصبانیت خودزنی می‌کردم. حالا خدا را شکر آقای شهبازی، اصلاً آن چیزها به یادم نمی‌آید. اگر در شرایط سختی هم قرار می‌گیرم، یک نفر در مقابلم خیلی شدید عصبانی می‌شود، خدا را هزار بار شکر می‌توانم خودم را کنترل کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** و همان دقیقه یا شاید چند دقیقه بعد طرف مقابل را راحت با او صحبت می‌کنم، می‌بخشم که می‌بینم آن شخص من ذهنی دارد، هرچند خودم هم دارم آقای شهبازی. من نمی‌گویم رها شدم از من ذهنی، ولی خدا را شکر به وسیله شما، شما عزیز خیلی می‌توانم حالا با مشکلات کنار بیایم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** آن عصبانیت‌ها، آن خشم‌های گذشته را ندارم. بعد آقای شهبازی نمی‌دانم چه بگویم، فقط می‌گویم شما خیلی به ما کمک کردید. خدا خیرتان بدهد. خدا ان شاء الله اجرتان بدهد.

**آقای شهبازی:** خدا را شکر. بله باید شکر کنیم.

**خانم بیننده:** و بتوانید ان شاء الله ادامه بدهید به امید خدا این زحماتتان را، این تلاش بی‌وقفه‌تان را و نجات دادن انسان‌هایی مثل من را.

**آقای شهبازی:** بله. البته باید شکرگزار خداوند و قدردان مولانا باشیم، مولانا باشیم، بله.

**خانم بیننده:** بله واقعاً همین‌طور است آقای شهبازی. ما به وسیله شما خدا را شناختیم در واقع آقای شهبازی. اول‌ها همه‌اش می‌گفتم پناه بر خدا، ولی این پناه بر خدا به قول خودتان ذهنی بود، زبانی بود، اما خدا را شکر الآن می‌دانیم خدا در درونمان است، خدا جایی نیست که فریاد بزنیم خدا خدا کنیم.

**آقای شهبازی:** بله بله. دارو و درمان مولانا که یکی از بزرگان ما است رسید. شما از آنجا شفا پیدا کردید و فهمیدید که چه جوری خودتان را به خداوند وصل کنید، فضا را باز کنید، زندگی از راه «قضا و کُنْ فکان» و دَمَش شما را نجات داد، بله. من نبودم، نه. می‌خواهم فقط منبع را به شما، من هم یک عاملی...

**خانم بیننده:** خدا را شکر. چرا آقای شهبازی، شما بودید آقای شهبازی، وگرنه ما اصلاً مولانا را واقعاً نمی‌شناختیم. من خودم معلم بودم آقای شهبازی. بیست و هفت سال کلاس رفتم، ولی واقعاً نمی‌شناختم مولانا را، و اصلاً نمی‌دانستم بگویم چه آقای شهبازی، واقعاً نقش معلم را یعنی بلد نبودیم باید چطور خدمت کنیم. اما خدا را شکر الآن می‌فهمیم که هم‌ه‌اش از من ذهنی بوده، هم‌ه‌اش از ناآگاهی بوده، دیگر زیاد خودم را سرزنش نمی‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** می‌گویم خدا را شکر که بالاخره فهمیدم. حالا الآن اگر بتوانم کاری بکنم به امید خدا و به کمک برنامه شما شاید بتوانیم مفید باشیم، شاید البته آقای شهبازی، شاید هم نه.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. حتماً حتماً. اگر تسلیم بشوید، قدرت معنوی داشته باشید. فقط انسان تسلیم شده قدرت معنوی دارد، فقط هم او می‌تواند مفید باشد. من ذهنی فقط خرابکار است. مولانا اسم من ذهنی را گذاشته خراب. خراب یعنی بسیار خراب‌کننده.

**خانم بیننده:** بله بله، واقعاً این‌طور است.

**آقای شهبازی:** هر کسی باید هر لحظه از خودش بپرسد من خراب هستم یا ایجاد آرامش و اصلاح می‌کنم؟ من خراب می‌کنم یا درست می‌کنم؟ و بین این دوتا فرق بگذارد.

**خانم بیننده:** بله، واقعاً.

**آقای شهبازی:** و اگر دید خراب می‌کند، عذرخواهی کند هم از مردم هم از زندگی و برگردد دوباره اصلاح‌کننده باشد، درست‌کننده باشد.

**خانم بیننده:** بله واقعاً. والله آقای شهبازی خدا را شکر من خیلی راحت می‌توانم عذرخواهی کنم از کوچک، از بزرگ، اشتباهات خودم را اقرار کنم به اشتباهاتم.

**آقای شهبازی:** آفرین!



**خانم بیننده:** حتی در مقابل فرزند خودم بارها به او گفتم من واقعاً نمی‌دانستم، نمی‌فهمیدم اگر با تو بد رفتار کردم از نفهمی‌ام بوده، از نادانی‌ام بوده و از او طلب بخشش می‌کنم و کسان دیگر هم همین‌طور آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** خدا را شکر، همیشه خودم می‌گویم خدا را شکر من قدرت طلب بخشش را دارم، می‌توانم عذرخواهی کنم راحت، دیگر بقیه‌اش هم پناه بر خدا آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! اقرار به اشتباه پهلوانی است. عدم اقرار به اشتباه ضعف است، جهل است، خرافات است، بی‌احترامی به مردم است. کسی که به اشتباهش اعتراف نمی‌کند، ضعیف است، من‌ذهنی ضعیف است. کسی که به اشتباهش اعتراف می‌کند، پهلوان است. پهلوانی پهلوانی پهلوان! خیلی خوب، من دیگر با شما خداحافظی کنم. عالی!

**خانم بیننده:** ممنون آقای شهبازی. از زحماتتان بی‌نهایت سپاس‌گزارم. دست‌های مبارکتان را می‌بوسم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید. تشکر از شما که معلم بودید و این همه زحمت کشیدید. ممنونم.

**خانم بیننده:** معلم واقعی شما هستید آقای شهبازی. برند (brand) من همین است، من همیشه در تماس‌هایم گفتم آقای شهبازی شما بزرگ‌ترین و بهترین معلم جهان هستید. در پناه خدا باشید ان‌شاءالله.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی] ممنونم. لطف دارید. بهترین نیستم نه. خداحافظ شما.

**خانم بیننده:** چرا چرا هستید آقای شهبازی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**آقای شهبازی:** اصلاً من خودم را معلم به حساب نمی‌آورم. ان‌شاءالله که یک روزی معلم بشویم. بله.

### ۳- خانم ماهی از برلین با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم ماهی]

**خانم ماهی:** من ماهی هستم از برلین. فکر کنم سه چهار ماهی می‌شود با برنامه گنج حضور آشنا شدم.

**آقای شهبازی:** اسمتان چیست؟ ماهی؟

**خانم ماهی:** بله.

**آقای شهبازی:** ماهی! چه اسم قشنگی است خانم، مبارک باشد. [خنده آقای شهبازی] اولین بار است من می‌شنوم. بله آفرین! عالی، عالی!

**خانم ماهی:** [خنده خانم ماهی]، مرسی، ممنونم. خیلی خوشحالم آقای شهبازی صدایتان را می‌شنوم، اصلاً فکر نمی‌کردم وصل بشود، یک‌هویی!

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**خانم ماهی:** مرسی. راستش اصلاً نمی‌دانم چه باید بگویم، فقط برای جبران تماس گرفتم و این‌که حدود چهار پنج ماه پیش، همیشه از خیلی وقت پیش من فکر می‌کردم که یک چیزی درونم هست که، یعنی یک سری سؤال‌ها داشتم که جوابی برایشان پیدا نمی‌کردم. بعد مثل همین‌جوری که خیلی از دوستان می‌گویند سراغ این روان‌شناسی و عرفان و غرب و شرق و همه‌چیز، ولی باز هم جواب سؤال‌هایم را نمی‌گرفتم، یعنی احساس می‌کردم همه‌اش با من ذهنی است، یعنی فکر می‌کردم که قلباً آن چیزی که می‌خواهم نیست و همه‌اش دنبال یک حقیقتی بودم. تا این‌که خیلی ناکامی‌ها داشتم، ناخواسته مجبور شدم که تسلیم بشوم، ولی آن موقع هنوز هیچ چیزی از مفهوم تسلیم نمی‌دانستم.

آن موقع هنوز ایران بودم بعد مجبور بودم که توی این ناکامی‌ها دیگر مقاومت نکنم، یک شخصیتی داشتم که همیشه زندگی را از بیرون می‌خواستم یعنی انتظار داشتم همه به من توجه کنند، به من محبت کنند، اسباب شادی و آرامش من را فراهم کنند، هیچ‌وقت فکر نمی‌کردم خودت برای خودت چکار کردی؟

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم ماهی:** و همیشه هم ناکام می‌شدم، یعنی همیشه تمام تمرکز و انرژی‌ام را می‌گذاشتم روی بقیه و یک‌هویی، احساس می‌کنم که هر چقدر ما توی من ذهنی داریم بزرگ‌تر می‌شویم مثل یک ساختمانی می‌سازیم که باید آن



ساختمان خراب بشود، هر چقدر ما من ذهنی‌مان بزرگ‌تر باشد محکم‌تر می‌افتیم و محکم‌تر به زمین می‌خوریم و دردمان می‌گیرد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم ماهی:** و من این را واقعاً حس کردم با تمام وجودم. بعد احساس می‌کنم که، یک‌هویی شرایط یک‌جوری شد که دانشگاه قبول شدم، باید می‌آدمم خارج از ایران دانشگاه قبول شدم، یعنی حتی برای آن هم برنامه‌ریزی نکرده بودم. احساس می‌کنم که شرایط یک‌جوری همه‌چیز کنار هم قرار گرفت، الآن که نگاه می‌کنم زندگی‌ام شبیه یک پازلی بود که همه تکه‌هایش را که می‌گذارم کنار هم، شاید آن موقع قضاوت می‌کردم می‌گفتم وای چرا این‌جوری شد؟! ولی الآن می‌بینم که همه این‌ها اتفاق افتاد که من، نمی‌گویم الآن خیلی، فقط می‌دانم خیلی تغییر کردم. همه این‌ها اتفاق افتاد که من به این درکی که الآن رسیدم برسم.

بعد همیشه می‌گفتم که نه مثلاً هدف زندگی چیست؟ من چرا هر جا می‌روم، فکر می‌کردم خارج از ایران زندگی خوشگل‌تر است، کامل‌تر است، آدم این‌جا دیدم نه! چرا هر جا می‌روم یک چیزی درونم هنوز هست که می‌گوید، بعد همیشه از خدا می‌خواستم که یک رفیقی سر راه من بگذارد که بتوانم با او رشد کنم از نظر معنوی.

بعد توی آن موقع‌ها سال‌های اولی بود، توی یوتیوب (YouTube) یک آقایی را پیدا کردم که داشت درس‌های مولانا را می‌داد، اسمش نمی‌دانم چیست، یادم رفته. مثلاً شعرها را فقط توضیح می‌داد، خیلی خوشم می‌آمد مثلاً این‌قدر با آن ارتباط برقرار می‌کردم، اما مثل کلاس شما نبود، گفتم این خیلی نزدیک است به آن چیزی که من می‌خواهم. تا این‌که دسامبر ۲۰۲۳ (December) بود یعنی واقعاً دیگر از همه‌جا بریده بودم، یعنی واقعاً می‌گفتم خدایا من دیگر نمی‌دانم، ولی می‌دانم که یک چیزی می‌خواهم، یک سؤال‌هایی دارم. یک حسی درونم می‌گوید که باید یک کسی را پیدا کنم. گفتم خب حالا مولانا که نیست، پس یک دوستی برای من بفرست که بتوانم با او آن جواب سؤال‌هایم را بگیرم، بتوانم با او پیشرفت کنم.

خیلی اتفاقی آقای سعید قویدل را توی یوتیوب (YouTube) پیدا کردم. یعنی داشتم توی یوتیوب همین‌جوری می‌چرخیدم یک‌هو یک ویدئویش را دیدم، احساس کردم که این دقیقاً همان چیزی است، یعنی وقتی یک ویدئویشان را گوش کردم دیدم چقدر دارم با آن ارتباط برقرار می‌کنم، چقدر حالم را خوب می‌کند.

بعد دیگر از آن موقع یک، یک ماهی تعطیلی دانشگاه بود من هر شب، هر شب یعنی تمام صبح و شب با ویدئوهای شما. بعد آن موقع یادم می‌آید من ذهنی، آقای قویدل از شما می‌گفتند بعد من آدمم گفتم که نه! مثلاً



ذهنم خیلی مقاومت کرد، گفت که نه، دیگر بیشترش نکن، همین‌جا کافی است ولش کن، گنج حضور و این‌ها، نه ولش کن.

خیلی مقاومت می‌کردم، بعد خیلی مثلاً ذهنم هی داشت بار منفی به من می‌داد. بعد هنوز زمانش نرسیده بود، یعنی من تمام ویدئوهای آقای قویدل را از یک تا آخرش همه را گوش کردم، شاید بعضی‌هایش را چند بار. آن پایه و اساسش را گرفتم بعد یک‌هویی آمدم توی یوتیوب (YouTube) با کانال شما، یعنی همه‌چیز زمانی اتفاق افتاد که من باید آماده می‌شدم برای آن مرحله. خیلی صحبت نکردم؟ می‌توانم هنوز؟

**آقای شهبازی:** تقریباً دیگر وقتتان [خنده آقای شهبازی] تمام است.

**خانم ماهی:** آره. بعد خیلی دوست داشتم صدایتان را بشنوم آقای شهبازی. شما نمی‌دانید، من احساس می‌کنم توی من ذهنی‌ام یک جهنمی، توی این سی و دو سالی که از خدا عمر گرفتم فکر می‌کنم توی من ذهنی یک جهنمی برای خودم ساخته بودم که فقط داشتم توی این آتشش هیزم می‌ریختم و اصلاً نمی‌فهمیدم که مشکلم چیست.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم ماهی:** همیشه اشاره، انگشت اشاره‌ام، مقصر سمت بقیه بود، همه‌اش می‌گفتم نه به‌خاطر خانواده، نه به‌خاطر کشور. اما وقتی آمدم روی خودم این نورافکن را گذاشتم دیدم همه‌چیز به خودم است. از وقتی که روی خودم کار کردم، یک آرامشی دارم. این قدر برایم همه‌چیز عوض شده و واقعاً این را مدیون شما هستم که واقعاً خیلی خیلی کمک می‌کنید به من و همه دوستانی که توی برنامه گنج حضور هستند.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم ماهی:** و اصلاً انتظار نداشتم که وصل بشوم، خیلی خوشحال شدم صدایتان را شنیدم. وقتتان را نمی‌گیرم، برایتان آرزوی بهترین‌ها می‌کنم. خیلی عزیزید و روی ماهتان را می‌بوسم.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید. آن شعرهایی را هم که مولانا می‌گوید به‌اصطلاح هر جا بروی بالاخره من‌های ذهنی نمی‌گذارند زندگی کنی، این‌ها را هم حفظ هستید شما؟ که می‌گوید «هیچ کُنْجی بی‌دَد و»؟

**هیچ کُنْجی بی‌دَد و بی‌دام نیست**

**جز به خلوت‌گاهِ حق، آرام نیست**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)



**خانم ماهی:** آرام نیست، دقیقاً. و خیلی حرف‌ها دارم آقای شهبازی که، ولی نمی‌خواهم وقتتان را بگیرم.

**آقای شهبازی:** بقیه‌اش را هم بلد هستید؟ «والله ار سوراخ موشی درروی»؟ آن‌جا چه می‌شود؟

**خانم ماهی:** این را نمی‌دانم.

**آقای شهبازی:** گرفتار گربه‌چنگالی می‌شوی.

## وَاللّٰهٗ اَرۡ سَوْرَاخِ مَوۡشِیۡ دَرۡرَوۡی

### مبتلای گربه‌چنگالی شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۳)

یعنی سوراخ موش هم بروی یک گربه‌چنگالی می‌آید آن‌جا پیدا می‌کند تو را اذیت می‌کند. پس غیر از خلوت‌گاه حق که با فضاگشایی به‌دست می‌آید هیچ‌جا آرامش ندارد. «هرکه دور از»، این را هم بلد هستید؟

## هَرۡکَہٗ دَوْرۡ اَزۡ دَعُوْتِ رَحْمٰنِ بُوَد

### او گداچشم است، اگر سلطان بود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۸۸)

این‌ها را باید حفظ باشید. همه باید حفظ باشند، همه باید حفظ باشند.

**خانم ماهی:** من شعرهای ناکامی را الآن یک کم استرس دارم یادم رفته، مثلاً هم‌ماش توی زندگی هی ناکام می‌شدم و هی اتفاق‌های مشابه برایم می‌افتاد تا درسش را نگرفتم این‌ها وصل نشدند. الآن می‌فهمم که همه آن‌ها می‌آمدند هی دفعه بعد سخت‌تر می‌شدند. ولی من توی خوابی بودم که واقعاً برنامه شما توانست من را از آن خواب بیدار کند. الآن من ذهنی‌ام را، یعنی هر اتفاقی که بیرون می‌افتد می‌گویم این آینه است یعنی هیچ‌وقت دیگر نه می‌خواهم که قضاوت، یعنی هنوز خیلی باید روی خودم کار کنم. هر چیزی اتفاق می‌افتد یا هر کسی که در مقابلم می‌آید و من را آزار می‌دهد یا به من انرژی، هم‌ماش می‌گویم این آینه خودت است، هیچ‌کس نیست.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! فقط این را هم بدانیم که با فرار کردن از جایی به جایی از دست من‌ذهنی خودت یا من‌های ذهنی و اذیت من‌های ذهنی دیگر نمی‌توانی رها بشوی. این را باید همه بدانند با مسافرت و نقل مکان کردن و مهاجرت و این چیزها ممکن است وضعیت اجتماعی عوض بشود، ولی از دست تخریب من‌ذهنی خودت و دیگران نمی‌توانی آسوده باشی. مگر! تسلیم بشوی، فضا را باز کنی، روی خودت کار کنی، هشیاری‌ات را عوض کنی.

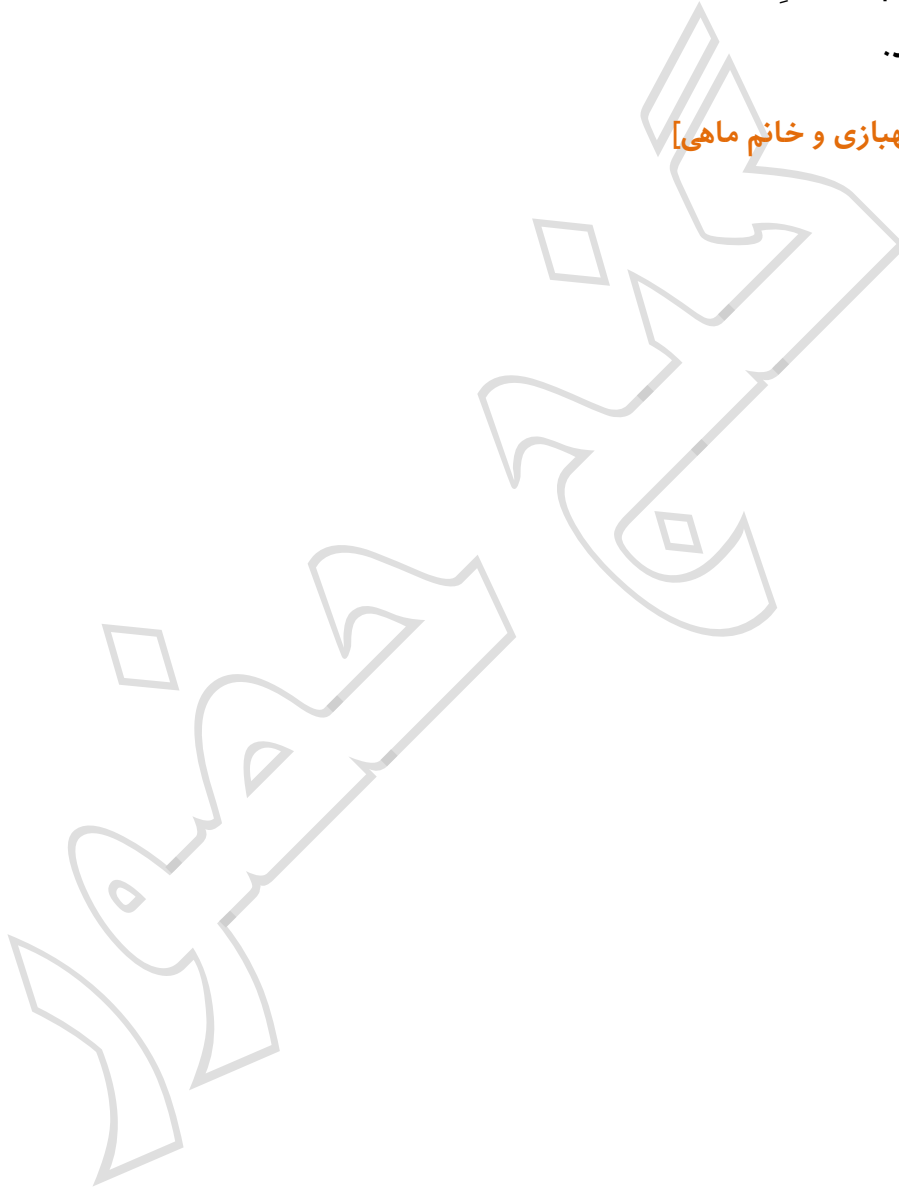


## اگر ز دست بلا بر فلک رَوَد بدخوی ز دست خوی بد خویش در بلا باشد

(سعدی، گلستان، باب هشتم در آداب صحبت، حکمت ۲۱)

این هم از سعدی است. «اگر ز دست بلا» یعنی بلاهای من‌ذهنی خودش، خوی‌های بدِ خودش بلند بشود برود اوجِ آسمان، آن‌جا هم خوی بدِ خودش او را اذیت می‌کند. فرق نمی‌کند شما آلمان باشید، ایران باشید، استرالیا باشید، آمریکا باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ماهی]





#### ۴- خانم زهرا از بابل

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهرا]

**خانم زهرا:** من تقریباً سه چهار سال است دارم می‌بینم برنامه‌تان را بعد، خیلی آرام شدم، دیدم اصلاً به زندگی عوض شد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهرا:** کلاً از آمدنم به این دنیا، منظور آمدنمان که چطور زندگی کنیم. بعد این‌که چه بگویم یعنی اصلاً دیدم به زندگی عوض شد، نسبت به بچه‌هایم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهرا:** خیلی آرام شدم، خیلی صبور شدم. یک مشکلی هم توی این چند سال اخیر برای همسرم پیش آمد از لحاظ کاری بعد اعتیاد هم داشت و این‌ها، خیلی با او درگیر بودم، کارش را تعطیل کرد آمد خانه و این‌ها، کارش طوری شد که آمد خانه و شغلش را عوض کرد.

بعد این اعتیادش من [صدای نامفهوم] با او درگیر بودم، خیلی آرام شدم گفتم من اصلاً برای چه آمده‌ام؟ چرا دارم با شوهرم کل‌کل می‌کنم؟ من باید خودم آرام باشم، خودم اصلاً برای چه آمده‌ام به این دنیا؟ خدا شاید دارد آزمایش می‌کند من را.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهرا:** همین‌که الان هم زنگ زدم یک هوایی گرفتم، خیلی خوشحالم فقط خواستم که صدایتان را بشنوم، یک انرژی‌ای بگیرم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهرا:** حالا اگر می‌شود یک توضیحاتی یک چیزی که ما که اول راه هستیم یک خرده لغزش هم داریم با این من‌های ذهنی که دور و برمان هستند، یک راهنمایی اگر با صدای خودتان فقط می‌خواستم از گوشه بشنوم. خیلی خوشحالم.

**آقای شهبازی:** یعنی خانم بیست و چهار ساعته صحبت می‌کنم من این کافی نیست؟ دوباره الان شروع کنم به صحبت؟ [خنده آقای شهبازی]



**خانم زهرا:** صدایتان را همین الآن می‌شنوم یک حس و حال دیگری می‌گیرم. آن‌جوری آره خیلی، همیشه بیست و چهار ساعته روشن است. بعد شوهر من هم خانه هست یک خرده با من همراهی می‌کند که می‌بیند که من با این برنامه آرامش دارم، این خودش هم انگار آرام می‌شود. بعد بچه‌هایم هم که تا اندازه‌ای متوجه شدند که من آرامم. فقط یک سؤال هم داشتم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهرا:** مادرم هست، الآن پدرم بیست سال است که فوت کرده و این‌ها [تماس قطع شد]

مجلس شورای اسلامی



## ۵- آقای حسن از قوچان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسن]

آقای حسن: من حول و حوش ده سال است برنامه شما را گوش می‌کنم.

آقای شهبازی: به، ماشاءالله!

آقای حسن: قربان شما. اولین بار است که تماس می‌گیرم. اگر اجازه بدهید یک پیغامی داشتم خدمتان بخوانم.

آقای شهبازی: ها! آفرین! بله‌بله، حتماً، بله.

آقای حسن: با اجازه‌تان.

هرکه او بی سر بجنبد، دُم بُود  
جُنُبشش چون جُنُبش کژدم بُود  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۰)

اگر ما در اطراف اتفاق یا وضعیتی که ذهن نشان می‌دهد فضاگشایی نکنیم و آن را مهم‌تر از خدا بدانیم و از عقل آن چیز ذهنی استفاده کنیم [صدا نامفهوم] از سر زندگی دور هستیم و مانند دُم فقط حرکت می‌کنیم بدون این‌که حرکات ما هدفمند و درست باشد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسن: در این حالت هر کار ما بیهوده و بادام پوک کاشتن است. چون دُم فقط حرکت می‌کند و عقل و تدبیری ندارد و حتی این کارها نه تنها سودی ندارد بلکه حرکاتش مانند کژدم است.

در این حالت ما تبدیل به یک کژدم می‌شویم، ببخشید یک کم استرس گرفتم.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید، خیلی زیبا صحبت می‌کنید، آرام صحبت کنید.

آقای حسن: باشد چشم.

آقای شهبازی: ممنونم بله.

آقای حسن: قربان شما، و همان‌طور که می‌دانید ذات و طبیعت و خصلت کژدم نیش زدن است و ما نمی‌توانیم کتاب بخوانیم و مطالعه کنیم تا کژدم خوب و بی‌ضرر تربیت کنیم. ما نمی‌توانیم با قواعد درست که یاد گرفته‌ایم

زندگی‌مان را سامان دهیم، ما نمی‌توانیم من‌ذهنی را نگه داریم و با درست کار کردن و کارهای خوب و نیک انجام دادن به خود و به جهان خدمت کنیم.

ما نمی‌توانیم من‌ذهنی را نگه داریم و بچه خوب تربیت کنیم، هرچند کلاس و دوره تربیت فرزند برویم و در این زمینه کتاب‌ها بخوانیم. تا زمانی که من‌ذهنی داریم کژدم هستیم و هر حرکت ما ضرر، زیان و نیش به اطرافیان و جهان است، هرچند که درست زندگی کردن را از کتاب‌ها مطالعه کرده باشیم.

ولی زندگی هر لحظه می‌خواهد به ما لطف کند و می‌خواهد ما را از حالت کژدمی بیرون بیاورد و دارای سر زندگی شویم. لذا:

### از هر جهتی تو را بلا داد

### تا باز کشد به بی‌جهات

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

ما در هر جهت فکری که می‌رویم دچار بلا، قبض و غم می‌شویم تا درک کنیم که مرکز ما جسم شده و باید با راندن اجسام و نقطه‌چین‌ها از مرکزمان، با خالی کردن مرکز، مرکز را دوباره عدم کنیم و از جنس اولیه و آلت شویم تا خداوند با صنعش به ما رحمت را هدیه کند، پس تا وقتی که مرکز ما جسم است، قبض خواهد آمد تا کژدم بودنمان را شناسایی کنیم.

آقای شهبازی فکر می‌کنم وقتم تمام شده.

آقای شهبازی: صحبتتان، نوشته‌تان تمام شد؟

آقای حسن: نوشته‌ام مانده ولی خب وقتم تمام شده الان.

آقای شهبازی: عیب ندارد نوشته‌تان را بخوانید شما، بله حسن آقا.

آقای حسن: چشم، چشم. در ادامه:

### چون که قبضی آیدت ای راهرو

### آن صلاح توست، آتش دل مشو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴)

قبض: گرفتگی، دل‌تنگی و رنج  
آتش‌دل: دل‌سوخته، ناراحت و پریشان‌حال



اگر قبض و دل‌گرفتگی سراغمان آمد و دچار غم شدیم، برای ما که در راه معنوی کار می‌کنیم این به صلاح ما است و ناراحت نشویم، این آمده تا به ما بفهماند که مرکزمان عدم نیست و الآن کژدم هستیم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسن: باید فضا را باز کنیم و همانندگی و جسم را بی‌اهمیت بدانیم و آن را از مرکزمان خارج کنیم تا خداوند که رحمت اندر رحمت است، رحمتش و فرّ و شکوهش را به ما بدهد. و در بی‌تی:

که در آن دم که ببری زین معین  
مبتلی گردی تو با بسّ القرین  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۳۱)

مُعین: یار، یاری‌کننده  
بِسّ الْقَرین: همنشین بد

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسن: باید لحظه‌به‌لحظه ناظر باشیم و نگذاریم چیزی به مرکزمان بیاید و فکرهايمان را جدی نگیریم. و هر وقت فکری آمدی بگویم این بازی است و این آمده تا فضاگشایی کنم و خدا را ببینم و اصل فضاگشا بودن است.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسن: با آمدن چیزی به مرکز، ما از خدا جدا می‌شویم و با من‌ذهنی که بدترین قرین است دوست خواهیم شد.

آقای شهبازی: بله.

آقای حسن: باید فضاگشایی کنیم تا معین یا یاری‌رسان به ما کمک کند و اگر بخواهیم با فکر پشت سر فکر و تندتند فکر کردن زندگی‌مان را نظم و سامان بدهیم، در این حالت ما تبدیل به کژدم شده‌ایم و بدترین قرین با ما است که هر فکر و عملی ضرر و زیان دارد.

قانون خدا هدفش هست و می‌گوید از من جدا نشو.

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



مَسْکُلٌ: مگسل، جدا نشو.

رحمت کلی یعنی خداوند هر لحظه به ما می‌گوید که مرکزت را با جدی گرفتنِ فکرهایت جسم نکن، چرا که با جسم شدن مرکز از من جدا می‌شوی و از من می‌بری و اگر از من دور شوی نمی‌توانم رحمتم را به تو بدهم. همچنین:

## چو پا واپس کشد یک روز از دوست خطر باشد که عمری دست خاید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۸۲)

دست خابیدن: دست گزیدن، به دندان گرفتن دست به علامت حسرت و پشیمانی

اگر یک لحظه از خدا دور بشویم، به واسطه زندگی گرفتن از فکرها و هُل دادن چیزی به مرکزمان توسط من‌ذهنی و دچار سبب‌سازی شویم و از مسبب غافل شویم باید یک عمر پشیمان شویم به‌خاطر این دوری از خدا، ولی خدا مهربان است و به محض فضاگشایی، درهای رحمت و بهشت باز می‌شود به‌روی ما.

## بیا بیا که هم‌اکنون به لطف کن‌فیکون بهشت در بگشاید که غیر ممنونست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۸۵)

با فضاگشایی کردن و راه ندادن چیزی به مرکز به لطف خدا و «کن‌فکانش» بهشت در باز می‌کند. بهشتی که نعماتش بی‌پایان است و زندگی بیرون و درون ما توسط صنع خدا سامان پیدا خواهد کرد و هر لحظه در بهشت خدا، در آرامش و فراوانی خواهیم بود. ببخشید آقای شهبازی طولانی شد.

**آقای شهبازی:** عالی، عالی! حسن آقا عالی! ممنونم، زحمت کشیدید.

**آقای حسن:** قربان شما، لطف دارید، زحمت شما کشیدید آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید خیلی خوب درک کردید و به عمل رساندید، آفرین، آفرین! عالی!

**آقای حسن:** بله‌بله، قربان شما. من حول و حوش ده سال است گوش می‌کنم و از روز اول جبران مالی را انجام می‌دهم و اخیراً که دارم ابیات را تکرار می‌کنم نتیجه گرفتم.



**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! یک بار هم بگوید، ابیات را تکرار می‌کنید. ابیات را تکرار می‌کنید، از این بهتر و مفیدتر نداریم ما. ابیات مهم را که به دلتان می‌نشیند آی مردم! این‌ها را تکرار کنید، تکرار کنید بگذارید حالتان خوب بشود.

این‌ها به هم کمک می‌کنند. ابیات به همدیگر کمک می‌کنند، شما حالتان خوب می‌شود، فوراً خوب می‌شود. اگر می‌خواهید در عرض ده دقیقه حالتان خوب بشود، این ابیات را تکرار کنید. بله، حسن آقا هم فرمودند دیگر **[خنده آقای شهبازی]**، ممنونم دوباره یادآوری کردید، عالی، عالی!

**آقای حسن:** قربان شما. زنده باشید.

**[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسن]**



۶- آقایان محمد و عرفان (کودکان عشق) از هرات

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و آقای محمد]

آقای محمد: می‌خواهم چند تا شعر از شعرهای مولانا را برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

آقای محمد: بسم الله الرحمن الرحيم

ایا سر کرده از جانم، تو را خانه کجا باشد؟

الا ای ماه تابانم، تو را خانه کجا باشد؟

الا ای قادرِ قاهر، ز تن پنهان به دل ظاهر

زهی پیدای پنهانم، تو را خانه کجا باشد؟

تو گویی: خانه خاقان بُود دلهای مشتاقان

مرا دل نیست ای جانم، تو را خانه کجا باشد؟

بُود مه سایه را دایه، به مه چون می‌رسد سایه؟

بگو ای مه نمی‌دانم، تو را خانه کجا باشد

نشان ماه می‌دیدم، به صد خانه بگردیدم

از این تفتیش برهانم، تو را خانه کجا باشد؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۷۵)

قاهر: چیره، غالب

خاقان: لقب پادشاهان چین و ترکستان، پادشاه

تفتیش: جستجو، واری

حزم آن باشد که چون دعوت کنند

تو نگویی: مست و خواهان من‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰)

حزم، آن باشد که نفریبد تو را

چرب و نوش و دام‌های این سرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹)



بیدار شو، بیدار شو، هین رفت شب، بیدار شو  
بیزار شو، بیزار شو وز خویش هم بیزار شو

در مصر ما یک احمقِ نک می‌فروشد یوسفی  
باور نمی‌داری مرا، اینک سوی بازار شو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۳۳)

آقای شهبازی شعرم تمام شد. من از شما خداحافظی می‌کنم، می‌دهم به داداشم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای محمد]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای عرفان]

آقای عرفان: من عرفان هستم پنج‌ساله.

آقای شهبازی: به‌به آقای عرفان پنج‌ساله، بفرمایید.

آقای عرفان:

دل و جان به آبِ حکمت ز غبارها بشوید  
هله تا دو چشم حسرت سوی خاکدان نماند  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۱)

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

آقای شهبازی: آفرین! آه قطع شد، خب قطع شد دیگر حیف شد. ان‌شاءالله یک بار دیگر بگیرند.

[قطع تماس]

## ۷- خانم نیکی از ساکرامنتو کالیفرنیا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیکی]

**خانم نیکی:** مثل همهٔ بیننده‌ها و شنونده‌ها، نمی‌دانم چرا آدم وقتی که از نزدیک با شما مستقیماً در تلفن ارتباط برقرار می‌کند، یک خرده هیجان‌زده می‌شود.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**خانم نیکی:** به فال نیک باید بگیریم.

**آقای شهبازی:** بله، یک نفس عمیق بکشید.

**خانم نیکی:** بله، سه‌تا نفس عمیق باید بکشم.

**آقای شهبازی:** بله، سه‌تا نفس عمیق، بله تا سه هم بشمارید [خنده آقای شهبازی].

**خانم نیکی:** بله، واقعاً. آقای شهبازی واقعیت این است که من هیچ‌وقت به خودم اجازه نمی‌دادم زنگ بزنم، چون همیشه این باور را داشتم که چیزهای قابل شنیدن زیاد است توی این برنامهٔ تلفنی که من نباید وقت دیگران را هدر بدهم با مطالبی که خیلی ارزش شنیدن ندارد و وقت شما را بگیرم، بهتر است که فقط شنونده باشم.

ولی امروز صبح برحسب یک اتفاق خوب با نیما جان در حال صحبت بودم، گفت چرا زنگ نمی‌زنید؟ گفتم واقعاً دلیلش این است، ترجیح می‌دهم شنونده باشم، گفت خب طبق حرف خود شما، فرمایش شما که بالاخره هر زبانی یک چیزی برای گفتن دارد، گفتم خب شانسم را امتحان می‌کنم.

**گر نخواهم داد، خود نمایم  
چونش کردم بسته‌دل، بگشایم**  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نیکی:** اگر قرار باشد که من امروز صحبت بکنم، حتماً خط اجازه می‌دهد و چون خیلی سال است که زنگ نزدم، طبعاً اشکال ندارد که در قسمت اول تماس گرفتم.

والله وقتی فکر می‌کردم چه می‌خواهم بگویم، باز این صحبتی بود که صبح با نیما جان داشتم که ما مادامی که، ما مثل آن ماهی‌ای هستیم که مادامی که توی دریا هستیم، نمی‌فهمیم چه گنجی هست و ما کجا شناوریم، ولی

به محض این‌که یک دقیقه بیفتیم از این فضا بیرون، آن موقع هست که می‌فهمیم چه چیزی را از دست دادیم و چقدر ارزش داشت آن دریا.

و خدا را شکر می‌کنم که این بیرون افتادن‌های ما هر کدام از ما اعضای خانواده گنج حضور، خیلی طول [قطع صدا] به کوتاه‌ترین زمان برمی‌گردیم به این فضای پر از عشق، پر از آرامش، و آن‌جا هست که من همیشه شکرگزار این هستم که در این سال‌های آخرین عمرم، این فرصت را پیدا کردم که با این منبع عشق آشنا بشوم. و وقتی که می‌افتی بیرون، آن موقع هست که می‌فهمی چقدر رشد کردی و چقدر راحت داری زندگی می‌کنی.

من تقریباً ماه پیش فقط برای ده روز به یک مسافرت رفتم که خیلی دور از این فضا بود و با فامیل و دوست خیلی قدیمی که همه‌شان ادیب هستند، ژورنالیست (روزنامه‌نگار: journalist) هستند، نویسنده کتاب هستند و به‌رحال توی فضاهای این‌جوری هستند، برای ده روز مهمانشان بودم، ولی حتی در این خانواده هم بارها و بارها گفتم خدایا شکرت، من دیگر این‌جوری درد نمی‌کشم، من دیگر این چیزها را نمی‌بینم، این چیزها دیگر من را آزار نمی‌دهد. و یک آن با خودم برگشتم به همان داستان همیشگی‌مان که ما آیا خودمان نیستیم که سبب‌سازی می‌کنیم، دشمن‌سازی می‌کنیم، مسئله‌سازی می‌کنیم؟ مهم نیست که در ظاهر ما ادیب هستیم، نویسنده هستیم، ژورنالیست هستیم.

ولی وقتی که یک کسی از این دریا می‌رود در کنار یک چنین فضاهایی قرار می‌گیرد، می‌بیند خدایا من چقدر راحت شدم، من چقدر بالا آمدم از روی این دردها، دیگر این چیزها توی زندگی من اصلاً یادم رفته، شاید بیست سال پیش، سی سال پیش، من هم توی یک چنین فضاهایی بودم، ولی چه‌جوری کم‌کم کم‌کم این برنامه، این صحبت‌های شما، این ابیات مولانا، چه‌جوری من را نجات داد از آن دردهایی که عادی بود برایم، فکر می‌کردم خب زندگی همین‌جور است دیگر، همه همین‌جور هستند.

مخصوصاً توی این چند برنامه اخیر، شما چقدر به این موضوع اشاره فرمودید که مردم عادی شده برایشان درد کشیدن، و اگر بخواهند بیایند بیرون ناراحت هستند، فکر می‌کنند خب اگر با این چیزها مشغول نباشم پس چکار کنم؟ یعنی راحت زندگی کردن، شادی بی‌سبب داشتن را نه‌تنها نمی‌شناسند، خیلی‌ها هنوز توی دوروبر ما حتی برایشان عجیب است.

درحالی‌که ماها خدا را شکر، ما این خانواده گنج حضور آن دردها دیگر برایمان عجیب است. چرا بیخودی مسئله‌سازی می‌کنیم؟

و واقعاً من توی این سفر، نمی‌دانم می‌ترسم و قتم تمام شده باشد، فقط یک نکته کوچک را می‌گویم که خب خیلی دوستان نازنینی بودند، به ما محبت داشتند، رستوران‌های متعدد که فکر می‌کردند برایمان جالب است بردنمان، ولی دیدم که با این همه هزینه، با این مسافت طولانی، ما را آوردند رستوران، ولی برای این‌که گارسون یک ذره حواسش درست جمع نبود گرفتن اُردر (سفارش: order) چقدر هر کدام از افراد خانواده یک جوری جبهه گرفتند و سعی کردند با آن گارسون مثلاً یک جوری برخورد کنند که حواست به کارِت باشد، نمی‌بینی برای یکی قاشق نگذاشتی روی میز، نمی‌بینی؟!

من گفتم خدایا واقعاً هنوز مردم توی این چیزها هستند! ما چقدر خوشبخت هستیم. فقط می‌خواهم این را بگویم که برای همه‌مان، همه آدم‌هایی که زیر چتر گنج حضور داریم زندگی می‌کنیم، من واقعاً دارم زندگی می‌کنم توی گنج حضور، نه با گنج حضور زندگی می‌کنم، من توی گنج حضور دارم زندگی می‌کنم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم نیکی:** چقدر خوشبخت هستم، چقدر راحت هستم، چقدر هیچ‌چیزی من را به واکنش و نمی‌دارد و آخر همه‌اش چقدر شکرگزار هستم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم نیکی:** شکرگزار شما، شکرگزار این راه، شکرگزار مولانا. از راه دور دستتان را می‌بوسم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم نیکی:** این هم تقدیم به نیما جان که گفت چرا زنگ نمی‌زنید.

**آقای شهبازی:** آفرین! ممنونم که زنگ زدید. نه تنها شما باید زنگ بزنید.

**خانم نیکی:** خواهش می‌کنم، ببخشید واقعاً در مقابل حرف‌های همه دوستانی که زنگ می‌زنند پیغامی نبود، ولی چیزی بود که واقعاً فی‌البداهه دیگر به ذهنم آمد که ما خیلی باید شاکر باشیم، خیلی خوشبخت هستیم. قدر این دریا را باید بدانیم.

**آقای شهبازی:** آفرین! خیلی خیلی مطلب مهمی است این. خانم نیکی عرض کنم که ما می‌دانید بعضی آلودگی‌ها هست ما خیلی آشنا هستیم با آن، مثل آلودگی آب، آب آلوده است برای ما جدی می‌شود، هوا آلوده است جدی می‌شود، ولی نمی‌فهمیم که ما فضای زندگی‌مان را آلوده می‌کنیم.

همین تلفن که می‌بینید که چهار نفر نشسته‌اند هر کدام بلند این تلفن دارد مثلاً توی یک کانالی یک چیزی می‌گوید، هی تندتند می‌گوید، این دارد آلوده می‌کند آن‌جا را. وقتی چند نفر نشسته‌اند انتقاد می‌کنند، غیبت



می‌کنند، دارند آلوده می‌کنند فضا را، و بدی اوضاع را می‌گویند، این‌ها دارند آلوده می‌کنند فضا را، نمی‌دانند دارند فضای زندگی‌شان را آلوده می‌کنند، سمی است که به بچه‌ها می‌دهند، به خودشان می‌خورند.

ببینید ما چه جوری آلوده، یک موقعی هست بله رستوران می‌روید گارسون حالا یک قاشقی نیاورده، فضا را باز می‌کنی، از او خواهش می‌کنی خب یک قاشق دیگری ما لازم داریم این‌جا، با خنده و این‌ها، او هم می‌رود می‌آورد، هیچ ناراحت نمی‌شود.

با اوقات تلخی و جدی گرفتن موضوع، آلوده نمی‌کنی هم رستوران را، هم درون خودت را، هم اطرافیانی که آن‌جا هستند. حالا یک قاشق را دیر آوردند، آب یادش رفته، نمی‌دانم سرش شلوغ است دیگر، به‌جای نمی‌دانم دوغ سفارش دادی پپسی آورده، خب آرام می‌تواند بگوید که [خنده آقای شهبازی] من دوغ خواستم، من دوغ می‌خواهم، بله او هم می‌رود دوغ می‌آورد، یک خنده‌ای هم می‌کنید. ممنونم.

انشاءالله که سعی کنیم ما محیط زندگی را آلوده نکنیم و بدانیم که آلودگی فقط آلودگی هوا نیست و آلودگی آب نیست، آلودگی غذا نیست، توجه می‌کنید؟ آلودگی همین محیط زیست که واقعاً آدم باید آرامش داشته باشد، سکوت داشته باشد، فضا داشته باشد، فضا بدهیم به همدیگر. هر چقدر در درون، ما باز می‌شویم، فضا را باز می‌کنیم، فضا را برای طرف مقابل تهیه می‌کنیم.

بارها گفتیم مهم‌ترین و باارزش‌ترین چیزی که پول می‌تواند بخرد فضا است، فضایی است که بین انسان‌ها وجود دارد. ولی بین انسان‌هایی که با هم زندگی می‌کنند موقعی فضا ایجاد می‌شود که در درون فضا را باز کنی. اگر فضا را ببندی در درون، همه جدی بشوند، فضا بسته می‌شود و ما نمی‌گذاریم دیگران زندگی کنند، فضا بسته بشود آدم خفه می‌شود. چرا کنترل بد است؟ برای این‌که خفه می‌کنیم مردم را، نمی‌گذاریم تکان بخورند. فضا را باید باز کنیم اجازه بدهیم مردم فکرشان را بکنند.

در ضمن هر کسی می‌تواند فکر درست را به‌معرض نمایش بگذارد، همین کاری که ما می‌کنیم، شعرهای مولانا را می‌نویسیم روی صفحه می‌گوییم که اگر می‌خواهید فکرتان و دیدتان را درست کنید این بیت هم بخوانید، خودتان را با این بسنجید، این بیتی است که همان‌طور که یک دهنده خودش را شاید با قهرمان جهان دارد مقایسه می‌کند، می‌گوید مثلاً سرعت او این قدر است، سرعت من هم این قدر است، شما هم دیدتان را با دید مولانا می‌سنجید، بهترین دید، دید بزرگان می‌سنجید، درست می‌کنید، هی درست می‌کنید، هی درست می‌کنید، این‌طوری نیست که ما بزنیم توی سر مردم بگوییم شما بلد نیستید، این‌طوری بکنید، جدی بگیریم، دعوا بکنیم. کار نمی‌کند، کار نمی‌کند نیکی خانم. ممنونم، تجربه‌ی عالی بود کردید شما. موفق باشید، سلامت باشید.



**خانم نیکی:** زنده باشید، خیلی خیلی ممنونم، خدا قوت.

**آقای شهبازی:** در ضمن شما وسط دعوا یک نرخ هم تعیین کردید، آخر عمرمان، شما از من خیلی جوان‌تر هستید خانم.

**خانم نیکی:** آقای شهبازی من فقط سه سال از شما جوان‌تر هستم.

**آقای شهبازی:** سه سال جوان‌تر هستید، شما می‌گویید آخر عمری!

**خانم نیکی:** [خنده خانم نیکی] ولی به‌هرحال توی آخرین پنجاهمین سال زندگی‌ام هستم، این جور خوب است؟  
**آقای شهبازی:** دیگر والله، این آخر عمری را نمی‌گفتید که.

**خانم نیکی:** نه واقعاً آقای شهبازی واقعاً این را می‌گویم خدمتان که خیلی وقت است که دیگر یاد گرفتم از شما و از مولانا که این تقویم و این شناسنامه زندگی را بیندازم کنار.  
**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نیکی:** و فکر کنم با شناسنامه و با تقویم خدا باید ما برویم، نه با این عددهایی که روی کاغذ سن ما را معین می‌کنند. حالا چون این را فرمودید، یکی از بچه‌های کلاس یک بار یک چیزی به من گفت، مصطفی جان از گلپایگان، گفت نیکی من هر وقت تو حرف می‌زنی فکر می‌کنم یک بچه دوساله شیطان و شلوغ دوروبر من دارد با شادی یک چیزی را می‌گوید. گفتم بابا این دیگر خیلی واقعاً به من کردیت (اعتبار: credit) دادی، اگر من شادی زندگی‌ام به اندازه یک بچه دوساله است، پس هنوز نود و چند سال دیگر وقت دارم زندگی کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین!

**خانم نیکی:** هم‌ااش را از شما داریم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** لطف دارید.

**خانم نیکی:** واقعاً این را می‌گویم. همه را از مولانا و از شما داریم.

**آقای شهبازی:** لطف دارید.

**خانم نیکی:** خدا قوتتان بدهد و طول عمر با آرامش و سلامتی و با عزت، ما هم در کنارتان.

**آقای شهبازی:** ممنونم، سلام برسانید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نیکی]



## ۸- آقای بیننده از خوزستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

**آقای بیننده:** آقای شهبازی فقط یک عرض داشتم به حضور شما، می‌گویم دعای آدم چطور مستجاب می‌شود؟ ما هرچه مثلاً کار نیک می‌کنیم خدا شاهد است یا هر کاری که کردیم، مثلاً دعا می‌کنیم در درگاه خدا، مثلاً نه بد مردم را خواستیم، نه بدگویی کردیم، هر کار می‌کنیم مثلاً، دلم می‌خواهد مثلاً دیگر باز بشود که مثلاً دعای ما مستجاب بشود از چشم‌هایمان ببینیم، که مثلاً خداوند چطور دعای آدم را مستجاب [قطع صدا] تو را به خدا.

**آقای شهبازی:** خداوند دعای شما را مستجاب می‌کند اگر دعا نکنید، اگر دعا نکنید.

**آقای بیننده:** آقای شهبازی دعا، یعنی دعا کردن واجب است یا دعا نکردن واجب است؟

**آقای شهبازی:** دعا نکردن خیلی واجب است.

**آقای بیننده:** خب وقتی که یک بچه کوچولو از خدا یک، مادرش مثلاً شیر می‌خواهد خب گریه می‌کند، تا گریه نکند این مادر شیر به او نمی‌دهد، انسان هم این‌طور هست یا نه؟

**آقای شهبازی:** انسان این‌طوری هست، ولی شما با من ذهنی‌تان ناله می‌کنید، دعا نمی‌کنید! شما باید بدانید خداوند «رحمت اندر رحمت» است. خداوند خودش برای شما دعا؛ دعا یعنی خواستن. خداوند لحظه‌به‌لحظه، توجه کنید! لحظه‌به‌لحظه برای شما دعا می‌کند. اگر شما خداوند را جدی گرفتید و واقعاً معتقد هستید و فکر می‌کنید لحظه‌به‌لحظه رفتار شما را باید تعیین کند، با صنع زندگی شما را اداره کند که می‌کند، یعنی هر کاری که شما می‌کنید او می‌کند، شمایی در بین نیست. حالا! او که «رحمت اندر رحمت» است، این را می‌داند، شعرهایش را دیگر خواندیم:

**رحمت اندر رحمت آمد تا به سر**

**بر یکی رحمت فرو ما ای پسر**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱)

«حضرت حق سراپا رحمت است، بر یک رحمت قناعت مکن.»

فرو ما: مایست

لحظه‌به‌لحظه لطف است، رحمت است، کمک است. شما من‌ذهنی درست کردید شما ناله می‌کنید. شما لازم نیست دعا کنید، شما همین‌طور بی‌دعا ساکت باقی بمانید، سکوت را رعایت کنید، با ذهنتان حرف نزنید، توجه

می‌کنید؟ زندگی‌تان درست می‌شود. شما وقتی دعا می‌کنید یعنی شما بهتر از خداوند می‌دانید. برای چه دعا می‌کنید؟!

حالا، اجازه بده، بعضی آدم‌ها هستند که به زندگی زنده شدند، مثل مولانا و این‌ها یا پیغمبران، آن‌ها بله دعایشان یک چیز دیگر هست، ولی آدم‌های معمولی‌ای مثل ما بهتر است که دعا نکنند، تسلیم بشوند، توجه می‌کنید؟  
**آقای بیننده:** بله.

**آقای شهبازی:** شما به جای دعا کردن قربان، همه، شما با دعا کردن زندگی‌تان را خراب می‌کنید، شما وقتی دعا می‌کنید، اجازه بده

**آقای بیننده:** دکتر معذرت می‌خواهم، تو را به خدا ببخشید میان کلام شما، خب من، بنده وقتی که مثلاً آقا یک انسان عادی، مثلاً آقا اصلاً من یک کارمند اداره هستم خب، کارمند اداره هستم از مقامات بالا مثلاً خب یک مساعده‌ای می‌خواهم، یک حقوق اضافه‌ای می‌خواهم واقعاً، به‌عنوان مثال می‌گویم، به‌عنوان مثال، من یک حقوقی می‌خواهم اضافه، مثلاً دختر را می‌خواهم شوهر بدهم خب یک پولی لازم دارم،

**آقای شهبازی:** آقا! این اشتباه است. مگر خداوند، نه بحث نکنید آقا. خداوند رئیس شما نیست که شما بروید مساعده بخواهید یا کمک بخواهید، این تشبیه غلط هست. برای همین می‌گویم دعا نکنید، شما من ذهنی دارید، شما تشبیه‌تان را نگاه کنید!

شما فکر می‌کنید رابطه شما با خداوند شبیه رابطه شما با رئیس‌تان هست، نیست همچو چیزی! تمام وجود شما خداوند است. اصلاً شمایی وجود ندارد. اجازه بده، آقا شما اگر چیز، این موضوع را متوجه نمی‌شوید اصلاً بهتر است که دعا نکنید، شما به جای دعا فضاگشایی کنید.

**آقای بیننده:** بله.

**آقای شهبازی:** پذیرش اتفاق این لحظه، فضا را باز کنید بگذارید خداوند برای شما دعا کند. شما، شما می‌دانید دعا می‌کنید چه می‌گویید؟ دارید به خداوند می‌گویید شما بلد نیستید، این طوری عمل کنید. توجه می‌کنید؟!

**آقای بیننده:** بله. یعنی آقای شهبازی معذرت می‌خواهم تو را به خدا ببخشید، من می‌خواهم مطلبم را به شما برسانم که شما جناب‌عالی دکتر هستید بزرگوار هستید شما ما را راهنمایی کنید.

**آقای شهبازی:** نه من دکتر نیستم.

**آقای بیننده:** من می‌گویم مثلاً یک مشکلی داخل زندگی‌ام به وجود آمده خب، مثلاً در درگاه خدا، از خودم هم جنابعالی من تا حالا اصلاً هیچ نوع ملاقاتی با جنابعالی نداشتم و شما آن‌ور دنیا ما این‌ور، عرضم به خدمت می‌خواهم یک چیز واقعی که بگویم نه بدگویی کسی را کردم تا حالا، نه اذیت کردم، نه کار بدی کردم، نه حرام خوردم، آن وقت می‌بینم مشکلی توی زندگی‌ام به وجود می‌آید.

**آقای شهبازی:** شما من ذهنی دارید کافی هست. نه قربان، نه.

**آقای بیننده:** بعضی موقع‌ها خلوت خودم با خدا گریه هم می‌کنم، ناراحت می‌شوم، هی می‌گویم جریان چیست؟! چطور مثلاً این اتفاقات برای ما می‌افتد؟! جریان چیست؟!

**آقای شهبازی:** شما دعا می‌کنید به خودتان ضرر می‌زنید، بروید به حرف‌های من یک ذره فکر کنید، برنامه را گوش کنید.

**آقای بیننده:** بله.

**آقای شهبازی:** برنامه را به دقت گوش کنید. شما با من ذهنی‌تان، با منیتان حرف می‌زنید یعنی نمی‌گذارید خداوند حرف بزند، عمل کند، شما به خودتان لطمه می‌زنید.

تنها، اجازه بده، تنها خراب‌کننده زندگی ما، زندگی خودمان، خودمان هستیم. شما بزرگ‌ترین خراب‌کننده زندگی خودتان هستید، نه خداوند. شما دعا نکنید، دعا نکنید آقا. دعا نکنید. از من بشنوید من خیلی مطالعه دارم توی مولانا و این‌ها.

**آقای بیننده:** درست است.

**آقای شهبازی:** شما بروید حتی به قرآن مراجعه کنید. شما دعا، دعا را وقتی شما اگر فضا گشوده بشود، فضا گشوده بشود بابا جان خداوند برای شما دعا می‌کند. شما بهترین را، ببینید زندگی، خداوند، حالا اسمش را هر چیزی می‌گذارید، بهترین‌ها را در این لحظه برای شما می‌خواهد، شما با من ذهنی محدودتان نخواهید. «با کریمان کارها دشوار نیست»

## تو مگو ما را بدان شه، بار نیست با کریمان کارها دشوار نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۱)

شما کریمان را تبدیل می‌کنید به خسیسی خودتان، نکنید این کار را.



## بس دعاها کآن زیان است و هلاک وَزْ کَرَمِ مِی نَشْنُود یزدان پاک (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰)

«بس دعاها»، یادداشت کنید:

## بس دعاها کآن زیان است و هلاک وَزْ کَرَمِ مِی نَشْنُود یزدان پاک (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰)

توجه می‌کنید؟

آقای بیننده: خب، بله.

آقای شهبازی: خیلی دعاها ما می‌کنیم با من ذهنی که خدا را شکر که آنها را نمی‌شنود، اگر آنها را می‌شنید که اصلاً ما کُنْ فیکون می‌شدیم. ما دائماً دعا بر علیه خودمان می‌کنیم.

شما به جای دعا فضا را باز کنید. ببینید این همه توضیح می‌دهیم فضاگشایی کنید، تسلیم بشوید. من دیگر با شما خداحافظی کنم. هیچ کس دعا نکند.

آقای بیننده: یعنی در اراده خدا باید فقط تسلیم [صدا ناواضح] آره؟

آقای شهبازی: آفرین! حالا فهمیدید. اراده خدا را، اراده خدا با «قضا» و «کُنْ فکان» می‌آید، با صُنْع می‌آید. اراده خداوند انجام می‌شود شما با اراده ناقص خودتان جلوی می‌ایستید، در نتیجه به اندازه‌ای که اراده ناقص خودتان را به کار می‌برید زندگی خودتان را خراب می‌کنید، نمی‌گذارید که

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

شما ترازو را کم می‌کنید با دعای خودتان، نخواهید آقا! نخواهید. اگر بخواهید آن هم که دارید از دست می‌دهید.

آقای بیننده: دکتر معذرت می‌خواهم می‌گویم اگر از خداوند مشکلم، مثلاً همین مشکلی که به وجود آمده داخل زندگی مان خب، اگر یعنی به عنوان دعا یا التماس دعا، حرفی با خلق الله، با خدای بزرگ مهربان صحبت کنیم

آیا این گناه محسوب می‌شود؟



**آقای شهبازی:** بله، مشکل را شما به وجود آوردید خداوند به وجود نیاورده، شما بفهمید که مشکل را شما به وجود آوردید دیگر به وجود نیاورید.

**آقای بیننده:** نه یک مشکلی داخل خانواده‌ام مثلاً به وجود آمده، واقعاً هم [صدا ناواضح]

**آقای شهبازی:** هر مشکلی، اجازه بده، اصلاً هر مشکلی که در سطح فردی شما، خانواده شما، جامعه شما به وجود آمده شما به وجود آوردید نه خداوند. به خاطر مقاومت شما، به خاطر فضولی، دخالت در کار خدا، در صنع خداوند، در «قضا» و «کُنْ فِکَانَ»، گوش نکردن به خرد زندگی، بی‌عقلی من‌ذهنی، خرافات من‌ذهنی، این‌ها به وجود آورده، نه خداوند. شما باید بروید فکر کنید. آقا بحث نکن، بحث نکن، بحث نکن.

**آقای بیننده:** نه، خدا مظهر پاکی است، خدا مظهر پاکی است شک نداریم ما در این.

**آقای شهبازی:** شما شک دارید.

**آقای بیننده:** اما چنین مثلاً مشکلی که به وجود آمده در زندگی آیا ما که مثلاً از خدا درخواست کنیم آیا این گناه محسوب می‌شود؟

**آقای شهبازی:** بله، بله بله.

**آقای بیننده:** پس چطور می‌توانیم مثلاً خودمان را سبک کنیم، پس چطور می‌توانیم با خدا با خلق خدا و خداوند مهربان ما صحبت کنیم؟

**آقای شهبازی:** دارم می‌گویم گوش نمی‌دهید آقا، با تسلیم، با تسلیم، با پذیرش، با فضاگشایی، با اتصال به خداوند، با وحدت مجدد، با عدم مقاومت، عدم قضاوت، هم‌هویت نشدن با چیزهای آفل، با جسم‌ها را نیاوردن به مرکز، عینک جسم نزدن، این لحظه از جنس زندگی شدن، این لحظه در وحدت بودن، از صنع زندگی استفاده کردن، خرّوب نبودن. شما باید بفهمید که زندگی خودتان را به صورت خرّوب چه جوری خراب می‌کنید؟ شما این را بفهمید. شما این سؤال را بکنید، که چه جوری زندگی‌ام را من دارم خراب می‌کنم؟ هم به صورت فردی، هم به صورت جمعی. به تناسب این‌که شما حواستان می‌رود روی دیگران، زندگی دیگران را خراب می‌کنید خودتان را هم خراب می‌کنید.

خیلی اشتباهات در من‌ذهنی ما می‌کنیم که برای مردم طبیعی است. غیبت کردن، انتقاد کردن، عیب گفتن، عیب‌جویی کردن، اصلاً آدم حواسش را به یکی دیگر بدهد، این‌ها همه تخریب است. این معنی‌اش این است که اراده خداوند جاری نمی‌شود اراده خرافی و جهل‌گونه من‌ذهنی شما جاری می‌شود. وقتی شما بی‌عقلی را وارد



عمل می‌کنید بعد می‌خواهید خداوند را ملامت کنید؟! شما باید بفهمید بی‌عقلی شما کجاست؟ چه هست؟ این را به‌کار نبرید، عقل را به‌کار ببرید. توجه می‌کنید؟

آقای بیننده: آقا دعا،

آقای شهبازی: نه، دعا نکنید. [خنده آقای شهبازی]

آقای بیننده: عذر می‌خواهم تو را به خدا ببخشید، مثلاً من بچه‌ام را راهنمایی می‌کنیم خب، مثلاً بچه‌ام را راهنمایی می‌کنم مثلاً بابا این کار را نکن عزیزم، این کار را نکن، مثلاً می‌رود کاری می‌کند مثلاً مشکلی برایش به‌وجود می‌آید، مثلاً می‌گویم خدایا من نه حرام خوردم، نه حرام‌زادگی کردم عذر می‌خواهم ببخشید، نه زندگی کسی را خدا شاهد است من به هم زدم، آیا مثلاً این اتفاق‌هایی که [صحبت نامفهوم].

آقای شهبازی: از کجا؟ از کجا به

آقای بیننده: به‌خاطر این دست به درگاه خدا بلند می‌کنم، بعضی موقع‌ها نصف شبی بلند می‌شوم و با خدا یواشکی راز و نیاز می‌کنم گریه هم می‌کنم.

آقای شهبازی: نه. من با شما خداحافظی کنم، این چیزها به درد نمی‌خورد.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]



## ۹- سخنان آقای شهبازی در مورد دعا کردن

برنامه را گوش کنید، راه درست را از مولانا یاد بگیرید. این که با من‌ذهنی بخواهیم به من‌ذهنی دیگر چیز یاد بدهیم، سلطه داشته باشیم، کنترل کنیم، زور بگوییم، چیزی یاد بدهیم، وقتی ما چیزی بلد نیستیم می‌خواهیم به دیگران یاد بدهیم، کار نمی‌کند. وقتی خودمان نمی‌توانیم راه برویم، چهار نفر دیگر هم به کولمان سوار کنیم، نمی‌توانیم ببریم، باید خودمان را درست کنیم. اولین مأموریت ما این است که حواسمان روی خودمان باشد، روی خودمان کار کنیم، حتی در مقابل بچه‌مان، همسرمان. هر کسی باید روی خودش کار کند.

من‌ذهنی مخرب است، تخریب می‌کند دائماً. این قدر عادی است این تخریب که مردم متوجه نیستند که به همدیگر ضرر می‌زنند. مردم، ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند. ما به صورت خراب، من‌ذهنی خراب‌کننده، این ارتعاش را، ارتعاش خشم و رنجش را، گرفتاری را، به مردم منتقل می‌کنیم. ما باید فضاگشا باشیم. با فضاگشایی، شما زندگی را در انسان‌های دیگر شناسایی می‌کنید، آن‌ها به زندگی، به خداوند، ارتعاش می‌کنند. این راه درست است.

شما باید حواستان به خودتان باشد بگویید من صبح از خانه می‌آیم بیرون، هیچ‌کس را عصبانی نخواهم کرد. من کاری ندارم دیگران چکار می‌کنند، من از پهلوی مردم رد می‌شوم با آرامش، آرامش را در آن‌ها به ارتعاش درمی‌آورم، این مأموریت من است. وگرنه من می‌خواهم انتقاد کنم، عیب ببینم، مردم را درست کنم، قضاوت کنم، مقاومت کنم، دعوا کنم، ستیزه کنم، این‌ها کار نمی‌کند. بعد آن موقع دعا کنم! دعای چه را بکنم من؟ از خدا چه بخواهم من؟ چه چیزی بلد هستم بخواهم؟ واقعاً ما بلد هستیم چه چیزی به صلاحمان است؟ شما می‌دانید چه چیزی به صلاحتان است؟ نمی‌دانید. ولی فضا را باز کنید زندگی با صنع، اصلاً انسان باید با صنع کار کند.

یعنی ما آمدیم نه با فرمول‌های من‌ذهنی، لحظه‌به‌لحظه زندگی می‌آفریند، می‌آفریند، هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو دارد.

## هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد

### شیرین‌تر و نادرتر زان شیوه پیشینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷)

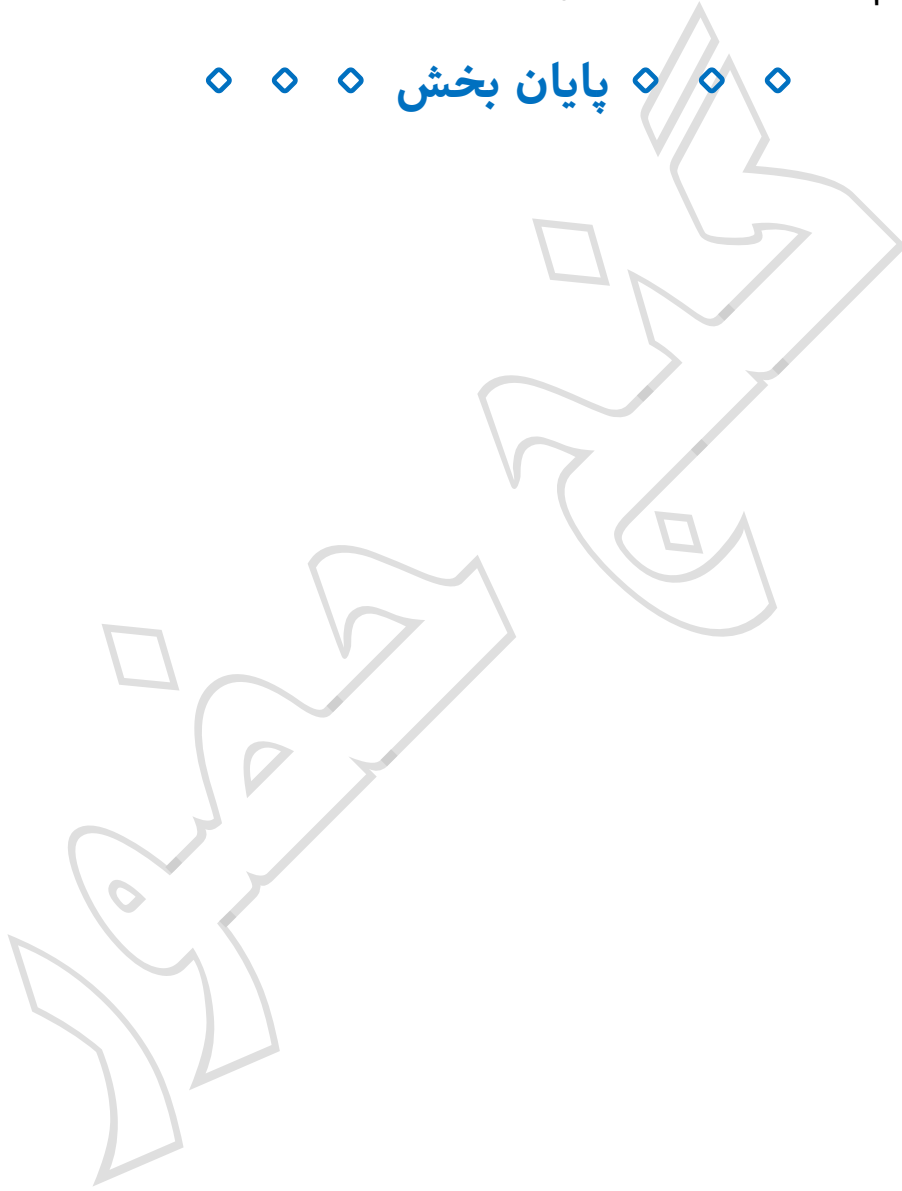
شان جدید چه هست؟ شان جدید از قرآن آمده، آن‌هایی که دینی هستند. یعنی هر لحظه کار جدید، هر لحظه کار جدید، فکر کهنه به درد نمی‌خورد. منتها اگر بخواهیم من‌ذهنی را نگه داریم و این موضوعات را درست نفهمیم، با من‌ذهنی‌مان هم دعا کنیم، این لفظ دعا خیلی جالب است. ما فکر می‌کنیم به هر صورتی باید دعا



کنیم! نه، دعا می‌کنید زندگی‌تان را به هم می‌ریزید. به جای دعا فضا را باز کنید، بگذارید خود خداوند برای شما دعا کند.

بهترین دعاکننده خداوند است. بعد از آن بزرگان هستند. بلد نیستید فضا باز کنید، شعرهای مولانا را بخوانید، یواش یواش شما را آرام می‌کند، آرام می‌کند، فضا باز می‌کند. فضا در درون باز بشود، شما وصل می‌شوید به زندگی. این را می‌گوییم وحدت مجدد، وحدت، این درست است.

◇ ◇ ◇ پایان بخش ◇ ◇ ◇



## ۱۰- آقای صادق از ایلام

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای صادق]

آقای صادق: من از ایلام زنگ می‌زنم؛ یکی از روستاهای ایلام.

آقای شهبازی: بله، بله، آقای صادق. شما را دیگر همه می‌شناسند. [خنده آقای شهبازی] بفرمایید.

آقای صادق: خواهش می‌کنم، خسته نباشید.

آقای شهبازی: بفرمایید، خیلی ممنون. در خدمتان هستیم، بله.

آقای شهبازی: با اجازه‌تان. آقای شهبازی، عنوان پیام امشب من هست «شب مبارکِ قدر»

آقای شهبازی: به‌به!

آقای صادق: در ابتدا من این را بگویم که من با استفاده از این برنامه ارزش‌مند فهمیدم که «شب قدر» یک شب تقویمی نیست، بلکه مدت‌زمانی که در این جهان، ما به تن زنده‌ایم «شب قدر» است. این شب هم محدود است و من فقط در این مدتِ عمر که شب قدر است، فرصت دارم که بیدار شوم تا بیدار بمانم. اگر به خوابِ همانیدگی‌ها بروم و شب تمام شود، آن‌گاه آفتابِ روز و روشناییِ روز دیگر سهم من نیست. برای همین است که مولانا در ابیات ۲۵۴۰ و ۲۵۴۱ دفتر چهارم به ما هشدار می‌دهد که «عاقبت این خانه خود ویران شود»، یعنی شب تمام می‌شود بالاخره. «گنج از زیرش یقین عریان شود»، آفتاب نمایان می‌شود و اصل ما خودش را نشان می‌دهد.

**عاقبت این خانه خود ویران شود****گنج از زیرش یقین عریان شود**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۴۳)

**لیک آن تو نباشد، ز آن‌که روح****مزد ویران کردنستش آن فتوح**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۴۴)

فتوح: گشایش در حال باطنی سالک، گشایش.

حالا من می‌خواهم کمی از شب قدر خودم بگویم و این‌که شعر ۵۳۰ از دفتر ششم چگونه به من کمک می‌کند که بیدار بمانم و چگونه شعر ۵۳۰ شب قدر من را دراز می‌کند.



## گفت: مفتی ضرورت هم تویی بی ضرورت گر خوری، مجرم شوی (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

مفتی: فتوا دهنده

اولاً این را بگویم که من در این شب قدر هر کار غیر ضروری را که انجام دهم جریمه می‌شوم و جریمه‌اش هم این است که یک مدتی به خواب می‌روم و آن مدت از شب قدر من کم می‌شود؛ شب قدر من را کوتاه می‌کند. همان طوری که جریمه رانندگی از پول ما کم می‌کند، جریمه بی‌ضرورت‌خوری هم از شب قدر ما می‌کاهد، حتی در شب‌های معمولی که حاصل گردش زمین است هم، اگر کسی در خواب باشد یا بیش‌ترش در خواب باشد، احساس می‌کند شب چقدر کوتاه بوده و ما نفهمیم که چطور گذشت، اما برای کسی که بیدار است، شب طولانی است و می‌فهمد که چطور می‌گذرد.

به هر صورت این‌که ما بخواهیم در این شب قدر بیدار بمانیم یا بخوابیم، فتوا دهنده خودمان هستیم و اگر بخوابیم، چه بسا در خواب بمانیم و شب تمام شود و آن‌گاه حسرت بخوریم. پس به هر صورت فتوا دهنده خودمان هستیم. شعر ۵۳۰ از دفتر ششم هم همین را می‌گوید:

## گفت: مفتی ضرورت هم تویی بی ضرورت گر خوری، مجرم شوی (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

مفتی: فتوا دهنده

حالا قرار بود که من کمی از شب قدر خودم بگویم. [کنترل برقراری تماس]

**آقای شهبازی:** بله، بله، گوش می‌کنیم.

**آقای صادق:** حالا قرار بود که من کمی از شب قدر خودم بگویم.

چند وقت پیش یکی از اعضای خانواده ما در یک موردی به نظر می‌رسید زرنگی کرده بود. در مراسم شادی دیگر اعضای فامیل‌ها همه شرکت کرده بود، اما حالا که خودشان یک مراسم شادی داشتند، تعداد اندکی را دعوت کرده بود. من در یک شب‌نشینی که تعدادی از فامیل‌ها بودند، این بحث را شروع کردم که فلانی نمی‌بایست چنین کاری می‌کرد. او در همه شادی‌ها شرکت کرد، اما نوبت خودش که رسید دررفت. [لبخند آقای شهبازی]

بعد از این استارتی (شروع، حرکت: Start) که من زدم، یک‌هو از چهار طرف حمله به او شروع شد. یکی او را خسیس و طمع‌کار نامید، یکی او را دروغ‌گو و زرنگ خطاب کرد، یکی او را حيله‌گر نامید، یکی هم می‌گفت دیگر کسی حق ندارد در هیچ مراسمی از او دعوت کند. کینه شعله‌ور شد، غیبت سر از آستین درآورد.

من یک‌هو متوجه شدم که ای وای، عنوان کردن این موضوع برای من چه ضرورتی داشت؟! اما دیگر کنترل اوضاع دست من نبود. کم‌کم زن و بچه‌هایش را هم به رگبار بستند و مثلاً می‌گفتند همه‌اش تقصیر زنش بوده. کم‌کم غیبت و تهمت به زن و بچه‌هایش هم رسید و هر لحظه این آتش شعله‌ورتر می‌شد.

من که دیگر متوجه شده بودم که کار غیرضروری را انجام داده‌ام و مقصر این‌همه جنجال من هستم، فوراً ساکت شدم و دیگر هیچ چیزی نگفتم، اما حمله هم‌چنان ادامه داشت.

من کم‌کم بحث را به اوضاع آب و هوا کشاندم و از زمین‌های کشاورزی گفتم که امسال گندم‌ها اوضاع بهتری دارند، از این‌جور موارد، تا اوضاع کمی آرام شد، اما هر از گاهی باز هم شعله می‌کشید.

به خانه که رسیدم ملامت شروع شد که تو که این‌همه تمرین ضرورت‌خوری می‌کنی، این چه وضعی بود که پیش آوردی؟!

اما این بار شعر ۵۳۰ به موقع رسید و من را از دست ملامت نجات داد. خودم را بخشیدم و مسئولیت همه چیز را بر عهده گرفتم و گفتم اگر به گوش طرف هم رسید و گیلگی کرد، من هم عذرخواهی می‌کنم و مسئولیت را به گردن می‌گیرم و به خودم قول دادم که بعدها دیگر این بحث‌ها را شروع نکنم؛ من شروع‌کننده نباشم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای صادق:** و در یک مورد دیگر هم که یک ذره مانده بود که بحث سیاسی از اوضاع کنونی را شروع کنم، این بار یادم آمد که من باید شروع‌کننده نباشم. شعر ۵۳۰ به موقع رسید و گفت بحث سیاسی در این شب مبارک قدر که ضرورتی ندارد، شب را کوتاه می‌کند و من هم سکوت کردم و از یک جنجال سیاسی جلوگیری شد.

و این‌که من دیگر شروع‌کننده بحث‌های جنجالی و کارافزا نیستم یک پیشرفت مهمی برای من است که با استفاده از شعر ۵۳۰ برایم اتفاق افتاده و کم‌کم دارد من را خاموش می‌کند.

و در این شب مبارک قدر، در یک مورد دیگر ما یک ضرر مالی کردیم، حدوداً به مبلغ یک و نیم میلیون تومان، هرچند مبلغ زیادی هم نبود، اما بین من و همسرم بگویم شروع شد، چون من همسرم را مقصر دانستم، اما شعر ۵۳۰ در دفتر ششم خیلی زود به این موضوع خاتمه داد. من معذرت‌خواهی بدون قیدوشرط کردم و همسرم



هم معذرت‌خواهی کرد و جالب این‌که روز بعد بخش زیادی از پول ما برگشت و از طرفی هم ما مدتی از شب قدر خود را با کینه و قهر کردن و جرّ و بحث از دست ندادیم.

اگر این برنامه ارزش‌مند و شعر ۵۳۰ نبود، چه بسا هفته‌ها یا ماه‌ها ما با هم دشمن بودیم و این همه‌اش شب قدر ما را کوتاه می‌کرد و ما به خواب کینه و درد می‌رفتیم، اما حالا خیلی زود من می‌فهمم که مسائل زندگی که همه بازی هستند، نباید شب قدر خودم را با این‌ها کوتاه کنم و این برایم پیشرفت مهمی است که با استفاده از این برنامه من به دست آوردم.

من یادم هست در شب‌های قدر تقویمی مادرم می‌گفت اگر می‌خواهید در این شب بیدار بمانید، یک سری غذاها مثلاً دوغ را نخورید. دوغ خواب‌آور است و باعث می‌شود که به خواب بروید و تمام شب یا بخشی از آن را از دست بدهید.

حالا در این شب قدر واقعی که مدت عمر ما است، رفتن به گذشته و آینده نوشیدن دوغ است. گوش دادن به اخبار نوشیدن دوغ است. هرگونه گوش دادن به بیرون نوشیدن دوغ است. کنترل دیگران نوشیدن دوغ است. سریال‌ها، فیلم‌ها، دُورهمی‌های غیرضروری و موارد مشابه، همه و همه نوشیدن دوغ در این شب زیبای قدر است که ما را به خواب می‌برد و از شب قدر ما می‌کاهد. هرگونه ادعای «می‌دانم» نوشیدن دوغ است و «حبر و سنی»، دوغ دادن به خود و دیگران است.

در شب‌های قدر تقویمی بزرگ‌ترها به ما می‌گفتند آب سرد به صورت بزنید تا خواب شما را فرانگیرد. حالا در این شب قدر واقعی ورزش آب به صورت زدن است. غذای خوب آب به صورت زدن است. چیزی از کسی نخواستن آب به صورت زدن و بیدار ماندن است. تکرار اشعار مولانا آب به صورت زدن و بیدار ماندن است. سکوت و خاموش بودن آب به صورت زدن و بیدار ماندن است. گوش دادن به این برنامه آب به صورت زدن و بیدار ماندن است که ما را بیدار نگه می‌دارد تا روز ما فرا برسد.

هرگونه «می‌دانم» دوغ نوشیدن در این شب قدر است و «نمی‌دانم» در واقع آب به صورت زدن و بیدار ماندن است و این‌که ما دوغ بنوشیم و بخوابیم یا این‌که آب به صورت بزنیم و بیدار بمانیم، فتوادهنده هم خودمان هستیم.

ما باید در این شب مبارک قدر مواظب صبح کاذب باشیم. مثلاً وقتی به پول زیادی می‌رسیم احساس می‌کنیم روز شده و زندگی ما روشن شد و شب تمام شد یا وقتی به مقامی می‌رسیم احساس می‌کنیم روز شد. در صورتی‌که

این‌ها روشنایی کاذب هستند و ما به خوابِ پول و مقام می‌رویم و شب قدر را هم از دست می‌دهیم و در خوابِ آن همانندگی چه بسا بمیریم. برای همین است که مولانا در دفتر چهارم بیت ۱۶۹۳ به ما گوشزد می‌کند که

## صبح کاذب صد هزاران کاروان داد بر بادِ هلاکت، ای جوان (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۶۹۳)

در شب قدر تقویمی من یادم هست گاهی من می‌گفتم که فعلاً تا صبح خیلی مانده، مدتی می‌خوابم بعد بیدار می‌شوم، اما وقتی بیدار می‌شدم دیدم شب تمام شده.

حالا ما نباید بگوییم این شب قدرِ واقعی چون مدتش هشتاد نود سال است، پس کلی وقت مانده و فعلاً به خوابِ همانندگی‌ها می‌رویم بعداً بیدار می‌شویم. نه، این‌طور نیست. چه بسا ما بخوابیم و شب بگذرد و ما بیدار نشویم.

اگر ما در این شب مبارک قدر بیدار شویم، آن‌گاه از نور ما بقیه هم بیدار می‌شوند. همان‌طوری که شخصی که در خواب است اگر نور به او بخورد، مثلاً آفتاب به او بخورد بیدار می‌شود. آفتاب که برای او دلیل و برهان نمی‌آورد، فقط می‌تابد و شخص بیدار می‌شود مثل این برنامه و اشعار مولانا که می‌تابند و ما را کم‌کم دارند بیدار می‌کنند.

اما اگر در این شب قدر، در این شب مبارک قدر، به خوابِ همانندگی‌ها برویم و در خواب هم به تن بمیریم، دیگر آفتاب روز هرچه بتابد فایده‌ای برای ما ندارد و ما تا قیامت بیدار نمی‌شویم.

در شب قدر تقویمی من ندیدم کسی کسی دیگر را به زور بیدار نگه دارد یا کسی به‌جای کسی دیگر بیدار بماند. این‌که شخص شب قدر را بخوابد یا بیدار بماند، فتوادهنده خودش است.

در این شب قدرِ واقعی که مدتِ عمر ما است این‌که بیدار بمانیم و به روز روشن برسیم یا این‌که به خوابِ همانندگی‌ها برویم و بمیریم، فتوادهنده خودمان هستیم.

مرگِ تن هم پایانِ این ماراتن (دو استقامت: marathon) است که چه کسی بیدار می‌شود و چه کسی در خواب می‌ماند و تا قیامت باید حسرت بخورد.

و در پایان برای خانواده عشقی‌ام، خانواده گنج حضور آرزومندم که با انجام کارهای ضروری و مفید شب قدر را طولانی‌تر کنیم و از شر صبح کاذب در امان باشیم و به قول مولانا خاموش و در انتظار فضل باشیم.



کوری خود را مکن زین گفت، فاش  
خامش و در انتظارِ فضل باش  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۳)

و از شرّ یکی از ترش‌ترین و خواب‌آورترین دوغ‌ها به‌نام «می‌دانم» و «پندارِ کمال» در امان باشیم و در این شب زیبای قدر به خوابِ می‌دانم نرویم و بیدار بمانیم و در انتظارِ فضل.

علّتی بترّ ز پندارِ کمال  
نیست اندر جان تو ای ذودلال  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

ذودلال: صاحبِ ناز و کرشمه

آقای شهبازی خسته نباشید.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی! آفرین. سلام برسانید به خانم.

آقای صادق: خواهش می‌کنم. خانم سلام دارد خدمتتان، می‌گوید بعداً زنگ می‌زند.

آقای شهبازی: باشد، باشد. عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای صادق]



## ۱۱- خانم شهناز از هلند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شهناز]

**خانم شهناز:** آقای شهبازی من غزل ۱۳۵۸ را که داشتم تکرار می‌کردم، شما همیشه می‌فرمایید تکرار خیلی مهم هست و من واقعاً معجزه تکرار را دیدم، مخصوصاً توی یکی، دو سه تا از ابیات که تکرار می‌کردم روشن شد، که دوست داشتم این را با دوستان به اشتراک بگذارم.

**آقای شهبازی:** بله بله.

**خانم شهناز:** البته شما همیشه این نکات را می‌فرمایید، خیلی دقیق و ظریف، ولی انگار که گوش من بار اول بود یا یک جورهایی بهتر شنید این پیام شما را.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! [خنده آقای شهبازی] شما این تکرار را هم شما، هم دیگران، این که بگوییم بیت‌ها را تکرار کنید، غزل را تکرار کنید، هی تکرار کنید، تکرار کنید تا غزل معنا را به شما ارائه کند، خواهش می‌کنم بگویید. خب ممکن است مردم به حرف من گوش ندهند، شما باید بیایید بگویید خانم.

**خانم شهناز:** بله. نه ولی واقعاً راست می‌گویید، چون این قدر تکرار مهم است که من موقع تکرار یک دو سه بیت ناگهان، یعنی شما همه توضیحات را می‌دهید، ولی انگار که گوش من نمی‌شنود، انگار که گوش من، یک چیزی در من تلنگری خورد و این ابیات خیلی جالب بود. خواستم این چراغ را حالا با دوستان به اشتراک بگذارم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم شهناز:** که آن هم در رابطه با اهمیت تعهد و تمرین و تکرار در عدم کردن مرکز ماست.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم شهناز:** که خیلی مهم است که برای من مخصوصاً، چون من دیدم من توی این زمینه اهمال‌کاری می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم شهناز:** بله. من اگر اجازه بفرمایید.

دل تو شیرِ خدایست و نفسِ تو فرس است

چنانکه مرکبِ شیرِ خدای شد دلدل

چو درخورِ تکِ دلدل نبود عرصهٔ عقل

ز تنگنایِ خردِ تاختِ سویِ عرصهٔ قل



## 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)

دَلْدُل: آستر حضرت رسول (ص) که به حضرت علی (ع) بخشید. نماد بُراق

تک: دو، دویدن

عرصه قُل: عرصه قرآن

خارخار: مجازاً دلواپسی، اضطراب، وسوسه

این ابیات به من چه گفتند؟ وقتی فضای درونت باز شد و نور و برکت فضای گشوده‌شده در چهار بُعدت جاری شد، آن وقت دلِ عدم‌شده، مرکب تو برای زنده شدن به زندگی و یا اصلت می‌شود و زین پس من‌ذهنی همچون اسبی، فرمانبردار این دلِ عدم‌شده تو می‌شود، پس وقتی از همه‌های ذهنت جمع شدی و هشیاری درونت از خودش آگاه شد و روی آلت خودش قائم شد، متوقف نشو، به این مرکز عدم متعهد بمان، مراقب باش که به نور مجازی ذهنت برنگردی.

من‌ذهنی می‌تواند با سوءاستفاده از سهل‌انگاری و متعهد نبودن تو به مرکز عدم، فضاگشایی، عمل تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری نظر را ناقص و ناتمام بگذارد.

ذهن همانیده می‌تواند با پندار کمال و ناموس به دنبال نقش تصویرسازی در تو باشد، پس آگاه باش که این ذهن همانیده‌ات شایستگی مرکب بودن برای دل عدم‌شده را ندارد.

حال که هشیاری تا حدودی از خود آگاه شده، اگر به ذهن برگردی و سوار بر اسب ذهن شوی، از منظور آمدنت به این دنیا فاصله می‌گیری.

بیت گفت تو که بارها عدم شایستگی تنگنای ذهنت و خارخار و وسوسه‌هایش را تجربه کردی و به درد افتادی، پس در عرصه عقل جزئی من‌ذهنی برنگرد و نتاز، در همان فضای گشوده‌شده درونت پناه بگیر که تنها پناهگاه تو، همین عرصه قُل یا همین فضای گشوده‌شده درونت است.

سپس گفت وقت آن شده که از این خار من‌ذهنی، از این خار من‌ذهنی تو گل حضور تو بیرون بیاید. کافی است که به امر قل اعتماد کنی، آن وقت زندگی به گوش عدمت می‌خواند یا خودت به صورت هشیاری قائم‌برخود به گوش خود می‌خوانی.

از این ابیات آموختم باید بیشتر از پیش به این فضای گشوده‌شده متعهد بمانم و صبر کنم، با تمام کشش‌هایی که ذهن همانیده‌ام بر سر راهم می‌گذارد، آموختم بیشتر از گذشته سروصدای ذهنم را جدی نگیرم تا این ذهن نتواند من را از این فضای گشوده‌شده به بیرون پرتاب و به فضای پُردرد شرطی‌شده خودش برگرداند.

پس این ابیات اهمیت تعهد در مرکز عدم و تمرین و تکرار و فضاگشایی لحظه به لحظه و ماندن در این فضا را بار دیگر به من یادآوری و گوشزد کرد.

پس در آگاهی خودم نگه می‌دارم که هیچ چیزی که ذهن در این لحظه نشان می‌دهد مهم نیست، تنها و تنها فضای گشوده شده درون و تعهد و ماندن در آن مهم و حیاتی است.

و در انتها ابیاتی در مورد اهمیت متعهد بودن به مرکز عدم را که هر روز برای خودم می‌خوانم را به اشتراک می‌گذارم.

قبله را چون کرد دست حق عیان  
پس، تحرّی بعد ازین مردود دان  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۶)

هین بگردان از تحرّی رو و سر  
که پدید آمد معاد و مُستقر  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۷)

تحرّی: جستجو  
مُستقر: محل استقرار، جای گرفته، ساکن، قائم

یک زمان زین قبله گر ذاهل شوی  
سُخره هر قبله باطل شوی  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۸)

چون شوی تمییزده را ناسپاس  
بجهد از تو خَطرت قبله شناس  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۹)

گر ازین انبار خواهی بر و بر  
نیم ساعت هم ز همدردان مبر  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۳۰)

ذاهل: فراموش کننده، غافل  
سُخره: ذلیل و زیر دست  
تمییزده: کسی که دهنده قوه شناخت و معرفت است.  
خَطرت: آنچه که بر دل گذرد، اندیشه  
بر: نیکی



که در آن دم که ببری زین معین  
مبتلی گردی تو با بسّ القرین  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۳۱)

مُعین: یاری‌کننده

بَسّ الْقَرین: همنشین بد

اگر از این انبار خداوند برکت عشق می‌خواهم حتی یک لحظه هم نباید فضا را ببندم، هرگونه مقاومتی، قضاوتی مرا همنشین بدترین قرین که من‌ذهنی خودم است می‌کند و سخره آن می‌شوم و چقدر مهم است که قدرشناس این برکت زندگی باشم و به چیزی که ذهنم نشان می‌دهد توجه نکنم.  
خیلی ممنون از وقتی که به من دادید. می‌بخشید که اگر یک مقدار طولانی شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم شهناز]



۱۲- خانم مریم از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: سپاس‌گزاری کنم از وجودتان، از حضورتان در عالم و نجات بشر.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

خانم مریم: واقعاً خیلی خوشحالم که با برنامه گنج حضور آشنا شدم و واقعاً چه هدیه‌ای به ما دادید استاد جان که زبان قاصر است.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

خانم مریم: با اجازه‌تان ابیاتی از غزل شماره ۲۰ آماده کردم راجع به داستان مار و خارپشت.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم مریم: با اجازه‌تان، ممنونم از شما.

پیش از تو خامان دگر، در جوش این دیگ جهان

بس برطپیدند و نشد، درمان نبود الا رضا

بگرفت دم مار را یک خارپشت اندر دهن

سر درکشید و گرد شد مانند گویی آن دغا

آن مار ابله خویش را بر خار می‌زد دم به دم

سوراخ سوراخ آمد او از خود زدن بر خارها

بی صبر بود و بی حیل خود را بکشت او از عجل

گر صبر کردی یک زمان رستی از او آن بدلقا

بر خارپشت هر بلا خود را مزین تو هم، هلا!

ساکن نشین، وین ورد خوان: جاء القضا ضاق الفضا

فرمود رب العالمین با صابرائم همنشین

ای همنشین صابران افرغ علینا صبرنا



## رفتم به وادی دگر باقی تو فرما ای پدر مر صابران را می‌رسان هر دم سلامی نو ز ما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

کافی است یک لحظه به خودمان بیاییم، در کسری از ثانیه بفهمیم که من‌ذهنی قلدر ما چون صبر ندارد و خودخواه است و مرتب من من می‌کند، می‌خواهد سریع و با عجله به خواسته دلش برسد، در صورتی که کافی است ما باز بشویم با تسلیم، که این تسلیم نه در زمان نه در مکان و نه در کلام و بحث حقیقت است.

و این که صبر و شکر و رضا و پرهیز چیست؟ این ابیات زیبا کافی است تا ما را به حضور و زندگی زنده کند. نداشتن صبر و خشم من‌ذهنی همیشه در دسرساز بوده و هست. اگر به خودمان نیاییم، نداشتن صبر و خشم و راضی نبودن، ما را به در دسر خواهد انداخت و مانند آن مار که صبر نداشت و با غرور و خودخواهی و کم‌صبری سریع با من‌ذهنی‌اش با عجله دست به کار می‌شود و این‌گونه خودمان را [صدا قطع شد] در پندار کمال می‌دانم غرق خواهیم کرد.

اگر بگویم نمی‌دانم و تسلیم شوم، زندگی خودش کار را انجام می‌دهد، یا این که من‌ذهنی می‌خواهد منافع شخصی‌اش را به دست آورد و آبروی مصنوعی‌اش را حفظ کند که با ذهن به دست آورده؟ آیا با بزرگان همنشین شدم؟ آیا در مقام شاهد تسلیم و رضا درآمدم؟ پاسخ بدهم تا با تسلیم و خاموشی راه به رویم گشوده شود و زندگی درست کند نه من‌ذهنی من.

من‌ذهنی چون تحمل ندارد که فضاگشایی را بیاموزد و صبر و پرهیز را با کمک بزرگان بیاموزد، مرتب در اشخاص، در زمان‌ها و در مکان‌ها گیر کرده و وابسته شده و سریع می‌خواهد به همه چیز برسد، به دلیل ترس من‌ذهنی‌اش هست.

پس رد شویم و عبور کنیم از این هشیاری جسمی من‌ذهنی و در سبب‌سازی‌هایش گیر نکنیم، در بازی‌های من‌ذهنی و ترفندهایش گیر نکنیم. هر چیزی در هشیاری جسمی مانند تاریخ انقضا به آن می‌خورد. تنها چیزی که ماندگار است عشق، تنها تجلی عدم است و جاودانه است و مقام عشق است بالاترین مقامی که خدا در آن مقام برای بندگان خود ظهور می‌کند.

هر کس که عشق را تعریف کند آن را نشناخته و کسی که از جام آن که آگاهی است نچشیده باشد، آن را نشناخته و کسی که بگوید من از آن جام سیر شدم، آن را نشناخته که عشق شراب آگاهی است که سیراب نکند بلکه مشتاق‌تر می‌کند و بله محکم در لحظه به آلت گفتن است.



شکر ایزد را که دیدم روی تو  
یافتم ناگه رهی من سوی تو

چشم گریانم ز گریه کند بود  
یافت نور از نرگس جادوی تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲۵)

و استاد جان مسیر عشق به رخ کشیدنی نیست و خودنمایی ندارد. ابیاتی که خواندم، ابیات غزل شماره ۲۲۲۵ بود. و این که استاد جان خودم مرتب حریم خودشیفتگی که من ذهنی برای خودش درست می‌کند و ما را شارژی می‌کند که اصالت ندارد و ذوقی از برخورد انرژی‌های بیرون در ما ایجاد می‌کند که اصیل نیست. وقتی انرژی تولید شده تمام توانش را می‌گذارد که خودش را حفظ کند، ولی حفظ نمی‌شود و در انتها به ناامیدی، ترس، غم و اندوه، گیجی و سردرگمی همانیده می‌شویم و این جاست که با کمک برنامه مرکز عدم باز می‌شود.

وقتی که جلوی آینه می‌رویم تصویر ذهنی را که از خودمان ساختیم می‌خواهیم آن را به مردم نشان بدهیم. و توی خواب عمیق من ذهنی چه تصویری، چه گذشته‌ای و چه دردی در ما ذخیره شده است؟ هیچ چیزی نیست. عدم بخش دیگری است، توی عدم چه احتیاجی دارم؟ نیازی نیست. انرژی در درون ما مقاومت می‌کند. اگر کسی می‌خواهد از این مقاومت عبور کند، باید تیز باشد. از تأیید و توجه دیگران آرامش می‌خواهی؟ ولی اصلاً به دل نمی‌نشیند این آرامش، چون مال من نیست.

خدا عالی است. باید زور بزنییم تا خدا تأییدمان کند پس برسیم به اصالت و گوهر درون خودمان، از نور درون خودمان و آن امانتی که درون ما نهفته شده که جهان هستی از ما در مسیر خدا استفاده کند، آن موقع این شادی اصیل است و اصالت دارد نه شادی‌های من‌ذهنی. استاد جان تمام شد.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. مریم خانم می‌خواستم از شما خواهش کنم شما ابیات را که می‌خوانید قبلاً حتماً به اعرابشان توجه کنید و این‌ها را اعرابشان را ببینید و درست بخوانید، بعضی موقع‌ها اشتباه می‌خوانید. **[تماس قطع شد.]** قطع شدند البته.



### ۱۳ - سخنان آقای شهبازی

از همه می‌خواهم خواهش کنم قبل از این‌که زنگ بزنید، اگر می‌خواهید شعر مولانا بخوانید که توی آن الفاظ عربی هست، خواهش می‌کنم اعراب را توجه کنید و درست بخوانید.

ما الآن نمی‌توانیم ابیات را غلط بخوانیم این‌جا و مخصوصاً اگر آیه قرآن را می‌خوانید، باید درست بخوانید. البته اگر فارسی هم باشد، باید فارسی را هم درست بخوانید، یعنی قبل از این‌که شعر بخوانید، واقعاً ببینید که این را درست می‌خوانید یا نه!

یک موقعی اگر سعیتان را بکنید، به اندازه کافی سعی بکنید اشتباه بشود آن اشکالی ندارد، ولی اگر سعی نکنید و بخواهید که همین‌طوری بخوانید، آن نمی‌شود.

و اگر شعری خواندید، بیتی خواندید که توی آن عبارت عربی هست، حتماً باید ترجمه‌اش را بگویید این‌جا. همین‌طوری نمی‌شود که چندتا بیت خواند، این‌جا الفاظ عربی هست توی آن، بعد توضیح نداده رد بشوید بروید.

این موضوع را خواهش می‌کنم رعایت کنید، مخصوصاً درست خواندن را، درست خواندن را. ما این ابیات را اگر نوشته‌ایم روی صفحه، همیشه با اعراب نوشته‌ایم، بدون اعراب ما لفظ عربی نمی‌نویسیم. وقتی اعراب هست شما می‌توانید درست بخوانید.

توجه کنید، همه توجه کنند به این موضوع. من این‌جا نمی‌توانم تصحیح کنم، اگر شما اشتباه بخوانید، مردم اشتباه می‌شنوند، فکر می‌کنند آن‌طوری است که شما می‌خوانید. خیلی خیلی مهم است الآن در این موقعیت.

در ابتدای برنامه شاید مثلاً بیست سال پیش حالا خیلی توجه نمی‌کردند مردم، بیننده هم کم بود، ولی الآن قلم و کاغذ دستشان است، می‌نویسند و گوش می‌دهند، آن موقع اشتباه یاد می‌گیرند و مسئول می‌شویم ما.



#### ۱۴ - خانم بهار از کالیفرنیا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بهار]

**خانم بهار:** تماس گرفتم که یک پیام کوتاه بدهم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**خانم بهار:** بله، دیشب داشتم برنامه گنج حضور را توی یوتیوب (یک وبگاه دانلود و تماشای فیلم است: Youtube) نگاه می‌کردم، فکر کنم یکی از برنامه‌های قدیمی‌تان بود، برنامه ۳۶۹ اگر اشتباه نکنم، بعد یک خانمی تماس گرفت و از شما سؤال کرد که اگر ما فضا را باز کنیم طرف مقابل پُرو نمی‌شود؟! و شما خیلی زیبا و خیلی خردمندانه جواب دادید و من چندتا نکته نوشتم از پاسخی که شما دادید. اگر اجازه بدهید، یک چیزهایی هم به ذهن خودم رسید بگویم.

**آقای شهبازی:** بله، خواهش می‌کنم.

**خانم بهار:** شما گفتید وقتی که یک نفر ما را تحریک می‌کند و ما با او ستیزه می‌کنیم، درواقع یک دوقطبی تشکیل می‌شود، که درواقع آن آدم یک سر دوقطبی است و ما می‌شویم سر دیگر دوقطبی.

و بعد وقتی که با او ستیزه می‌کنیم، آن الگوی درونی یا رفتار آن فرد تثبیت می‌شود، به‌جای این‌که یعنی تغییر کند تثبیت می‌شود.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بهار:** فردی که شما را تحریک می‌کند یعنی درواقع دارد شما را دعوت می‌کند که آن سر دیگر دوقطبی بشوید، اما اگر فضا را باز کنید این عمل باعث می‌شود که آن کار آن فرد بی‌اثر بشود و در طول زمان اصلاً تضعیف بشود.

بعد یک مثال خیلی خوبی که زدید گفتید حتی این ستیزه در درون خودمان هم هست، مثلاً شما می‌خواهید یک عادت را که در درونتان هست تغییر بدهید، اگر که با خودتان ستیزه کنید، خودتان را ملامت کنید، بگویید چرا من اشتباه کردم، این عادت بد به‌جای این‌که از بین برود، این بیشتر تثبیت می‌شود. پس بنابراین ما باید فضا را باز کنیم و آن عادت بد را، آن چیزی که در درونمان می‌خواهد ما را به ستیزه بکشاند، آن را در آغوش بگیریم با عشق.

و خیلی زیبا بود، برای این‌که دوباره به من یادآوری کرد که در اصل فضاگشایی عین عشق ورزیدن است، «وقتی فضا را باز می‌کنیم و چیزی، کسی یا عادت‌ی را همان‌طور که هست می‌پذیریم، به او فرصت شفا یافتن و تغییر می‌دهیم.» دوباره تکرار می‌کنم: «وقتی فضاگشایی می‌کنیم، چیزی، کسی یا عادت‌ی را همان‌طور که هست می‌پذیریم، به او فرصت شفا یافتن و تغییر می‌دهیم.» و این واقعاً بزرگترین هدیه‌ای است که ما می‌توانیم به خودمان یا به دیگران بدهیم.

و بعد من جستجو کردم دیدم که یک غزل بسیار زیبایی هم دارند جناب مولانا، اگر اجازه بدهید کوتاه است بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله، بله.

خانم بهار: ببخشید غزل شماره ۱۱۹۷:

اگر آتش است یارت، تو برو در او همی‌سوز  
به شبِ فراقِ سوزان تو چو شمع باش تا روز

تو مخالفت همی‌کش، تو موافقت همی‌کن  
چو لباسِ تو درانند، تو لباسِ وصل می‌دوز

به موافقت بیابد تن و جان سماع جانی  
ز رباب و دف و سرنا و ز مطربان درآموز

به میان بیست مطرب، چو یکی زند مخالف  
همه گم کنند ره را چو ستیزه شد قلاوز

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟  
تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغِ خود برافروز

که یکی چراغ روشن ز هزار مُرده بهتر  
که به است یک قد خوش ز هزار قامتِ کوز

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

ستیزه: لجوج شدن، به عناد افتادن  
قلاوز: پیشرو لشکر، رهبر، راهنما



مُرده: خاموش  
کوز: گوژ، خمیده

دوباره تکرار می‌کنم این مصرع را:

«همه گم کنند ره را چو ستیزه شد قلاووز»

ممنونم از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: عالی، عالی! آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بهار]

سازمان آموزش و پرورش





## ۱۵ - خانمها آیدا و فرخنده از جوزدان نجف‌آباد با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آیدا]

**خانم آیدا:** استاد در برنامه اخیر تأکید زیادی روی تبدیل داشتید و این‌که مقصود از خواندن شعرها، زیاد کردن دانش ذهنی یا تبدیل به آدم بهتری شدن با باورهای بهتر و متفاوت‌تر نیست. قرار نیست که این باورها را از مرکز بردارم و جایش را با باورهای دیگری پر کنم یا این‌که این دانش ذهنی را از مرکز بردارم و دانشی دیگر را جایگزین آن کنم، بلکه مقصود، تبدیل شدن من است یعنی قرار است که مرکز از هر نوع باور، درد، دانش و همانندگی، خالی شود و عدم شود.

یکی از جملاتی که در برنامه ۱۰۰۲ فرمودید و برایم خیلی بیدارکننده بود این است که فرمودید، تنها مرکز ما است که مهم است و مرکز ما در هر وضعیتی که باشد، تمام ابعاد زندگی‌مان هم بر آن اساس شکل می‌گیرد.

دنیای من به هر شکلی که هست، انعکاس مرکز من است. پس با این توصیف اگر بنشینم و بگویم چراغ، چراغ، چراغ، آیا جایی روشن می‌شود؟ یا این‌که بگویم عسل، عسل، عسل، آیا واقعاً دارم عسل را می‌خورم؟ معلوم است که نه. پس گفتن خدا، عدم، زندگی و خود را در ذهن کوچک نشان دادن فایده‌ای ندارد. چون همه این‌ها فکر هستند و هر فکری را که راجع به خدا و زنده شدن به آن بدانیم، خود خدا نمی‌شود.

از طرفی دیگر، ذهن ما اهمیتی ندارد و فقط مرکز ماست که باید عدم شود. پس نگوییم چراغ، چراغ، چراغ، بلکه با تسلیم و عدم کردن مرکز خود، چراغ شویم. این‌که با ذهن، خدا یا زندگی و زنده شدن به خدا را بطلبیم ولی مرکز ما چیز دیگری بگوید، یعنی مرکز ما جسم باشد، پس ما در نفاق هستیم و منافق به حساب می‌آییم. چون ما در ذهن هستیم و تا مرکز را عدم نکنیم، تبدیل نمی‌شویم.

**بوی کبر و، بوی حرص و، بوی آز**

**در سخن گفتن بیاید چون پیاز**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۶)

**گر خوری سوگند: من کی خورده‌ام؟**

**از پیاز و سیر، تقوی کرده‌ام**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۷)

**آن دم سوگند، غمّازی کند**

**بر دماغ همنشینان برزند**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۸)



## بس دعاها رد شود از بوی آن آن دل کز می‌نماید در زبان (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۹)

غَمَّاز: آشکار کننده، رسوا کننده

می‌فرماید «آن دل کز می‌نماید در زبان» یعنی تا دل من کز است، تا مرکزم عدم نشده‌است و در نفاق هستم و تا مرکزم کز است، این کزی در همه ابعاد زندگی‌ام هم نمایان می‌شود.

مست همی‌کرد وضو از کمیز  
کز حَدَّثَم باز رهان رَبَّنَا  
گفت: نَخُسْتین تو حَدَث را بدان  
کز مژ و مقلوب نباید دعا  
ز آنکه کلید است، چو کز شد کلید  
وا شدن قفل، نیابی عطا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

کُمیز: ادرار، سرگین  
حَدَّث: ادرار، سرگین  
کژمژ: کج و ناراست  
مقلوب: وارونه و واژگون

اگر با مرکز جسمی خدا خدا کنیم و با سبب‌های ذهنی بخواهیم به خدا زنده شویم و تبدیل در ما صورت نگیرد، مثل این است که با حدث وضو بگیریم و در همان حال از خدا بخواهیم که ما را از حدث، جدا و آزاد کند. مرکز ما کلید ما است و اگر کج و جسمی شود، کلید ما کج می‌شود و هیچ دری به روی ما باز نخواهد شد.

اصلاً زندگی تمام پیغام‌هایش را فقط و فقط براساس بیداری ما از ذهن به ما می‌دهد. پس اگر بخواهیم با سبب‌سازی چیزی را حل کنیم، یا با سبب‌سازی بخواهیم دردی را بیندازیم، فقط بیشتر به خواب ذهن فرو می‌رویم و خون را به خون می‌شویم. تنها تبدیل است که اول ما را از ذهن و سبب‌سازی‌ها آزاد می‌کند و بعد از آن انعکاس مرکز ما، ابعاد زندگی ما را درست می‌کند.

خیلی ممنونم استاد.

آقای شهبازی: عالی، عالی! ممنونم آیدا خانم. خب کس دیگری می‌خواهد صحبت کند؟

خانم آیدا: بله استاد، با اجازه‌تان مادرم هم هست.



آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید. خیلی ممنون. زحمت کشیدید.

خانم آیدا: ممنون از شما. استاد ببخشید که وسط متنم یک جایش را اشتباه خواندم.

آقای شهبازی: عالی! نه اشتباه خیلی خوب است خانم، اشتباه کردن شیرین است. [خنده آقای شهبازی] دست شما درد نکند.

خانم آیدا: [خنده خانم آیدا] ممنونم استاد، دست شما درد نکند.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم.

خانم آیدا: ممنونم استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آیدا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خانم فرخنده: با اجازه‌تان.

## یک دسته کلید است به زیر بغل عشق

### از بهر گشاییدن ابواب رسیده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۳۶)

ابواب: درها

داشتم پیش خودم تصور می‌کردم که اگر یک موقع، یک جای ناشناسی وارد بشوم و یک مرتبه، یک عده تا چشمشان به من افتاد، دنبالم کنند و قصدشان این باشد که من را در یک چاه تنگ و تاریک بیندازند، من چه عکس‌العملی از خودم نشان خواهم داد؟ مسلماً تمام توانم را به‌کار می‌گیرم که هرچه بیشتر از آن‌ها دور شوم تا نتوانند نقشه‌هایشان را به واقعیت عملی کنند.

دیدم که ما پدر، مادرها یک عمر است از روی ناآگاهی و داشتن من‌ذهنی و از جنس زندگی نبودن، همین بلا را سر فرزندانمان آوردیم و آن‌ها را مانند برادران یوسف دنبال کردیم و در قعر چاه همانندگی‌ها اسیر کردیم. چطوری؟ با عدم تمرکز روی خود و هویت گرفتن از نقش پدر و مادری‌مان، با در دست داشتن سلاح‌هایی مثل پندار کمال، غرور و منیت، ناموس و صد من حدید، همراه با مرکزی پر از درد.

ما با در دست داشتن گرزهای آتشی از جنس خشم، ترس، انقباض، واکنش، قضاوت، مقاومت، ملامت و سرزنش و طعنه و ایرادگیری، غر زدن، داد و فریاد کردن، تنبیه و کنترل کردن، بیش از توانشان از آن‌ها توقع و انتظار داشتن، قبول نداشتن و ندیدن آن‌ها همان‌طور که هستند، عدم وقت کافی گذاشتن برای آن‌ها و در کنار آن‌ها بودن برای شنیدن درد و دل‌های آن‌ها و بیان کردن خودشان.

ندیدن توانمندی‌ها، استعدادها، قابلیت‌های آن‌ها، و برعکس، برچسب ضعف و ناتوانی به آن‌ها زدن، ندادن فرصت برای جبران اشتباهاتشان و این‌که یک خطا و یک اشتباه از آن‌ها را صدها بار به رُخشان می‌کشیم و باعث می‌شویم مدام این اتفاق در ذهنشان تکرار بشود و کامشان تلخ.

این‌که مدام منتظر هستیم از ما تشکر کنند یا به‌خاطر رفتار زشتشان از ما عذرخواهی کنند ولی خودمان به‌خاطر پندار کمال و غرور و منیت یک بار هم به‌خاطر رفتار نامناسب و توهین‌آمیزی که با آن‌ها داشته‌ایم، عذرخواهی نمی‌کنیم.

دنبالشان کرده‌ایم که بیا مثل ما، دردها و درد کشیدن را عادی ببین و مثل ما دردِ ثابت حمل کن. آن‌قدر با اسب چموش سرکش من‌ذهنی، روی جنس خدایت آن‌ها تاخت و تاز کرده‌ایم که نقطهٔ اتصال آن‌ها با زندگی قطع شده و حالا مانند عروسک خیمه‌شب‌بازی در دست ما قرار گرفته‌اند.

البته آن‌ها متوجه تمام اشتباهات، پنهان‌کاری‌ها، دورویی‌ها، نداشتن صداقت در ما می‌شوند ولی بیان نمی‌کنند و تا یک زمانی قدرت و توانِ روبه‌رو و مقابله کردن با ما را ندارند ولی به گونه‌ای مراعات ما را می‌کنند ولی باید توجه داشته باشید که از یک سنی به بعد در مقابل ما خواهند ایستاد، چراکه ما با تمام این رفتارهای غلطی که در من‌ذهنی با آن‌ها داشته‌ایم، آرامش، امنیت و شادی اصیل زندگی را از آن‌ها سلب کرده‌ایم.

و حالا برای فرار از این همه فشار، تهدید، تنبیه، سرزنش، طعنه، ایرادگیری در حال فرار از ما هستند و دقیقاً پناه می‌برند به کسانی، جاهایی و چیزهایی که ما از آن‌ها ترس داریم و از رفتن به‌سوی آن‌ها، آن‌ها را نپسندیم، چون فکر می‌کنند آرامش و شادی درست در چیزهایی است که از آن منع می‌شوند. شروع می‌کنند به سرکشی و طغیان.

بنابراین ما به درد می‌افتیم، غمگین می‌شویم که چرا تمام زحمات ما نتیجهٔ معکوس داد و در بیرون دنبال مقصر می‌گردیم. در صورتی‌که مقصری جز ما نیست و تمام این غصه‌های دم‌به‌دم نتیجهٔ رفتارهای خودمان، عدم تمرکز روی خودمان، حبر و سنی کردن، پندار کمال، حمایت از ناموسِ صد من حدید، عمل کردن براساس افکار پوسیده و قدیمی و به‌کار بردن عقاید و تعصبات نابه‌جا.

**فعل توست این غصه‌های دم به دم**

**این بود معنی قَد جَفَّ الْقَلَمَ**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

ممنونم استاد.



**آقای شهبازی:** خیلی خوب خانم. آفرین، آفرین!

**خانم فرخنده:** تشکر می‌کنم.

**آقای شهبازی:** والله، بیهوده نیست که دیگر دخترتان هم آیدا شده، به خاطر مادر است واقعاً، به خاطر مادر، مادر، مادر. آفرین، آفرین!

**خانم فرخنده:** تشکر می‌کنم از لطفتان.

**آقای شهبازی:** چقدر خوب کاری کردید و زحمت می‌کشید این‌ها را توضیح می‌دهید. امیدواریم مادران توجه کنند. ما نه تنها به‌عنوان پدر و مادر در واقع یوسف را در چاه می‌اندازیم، به قول شما، خیلی تمثیل خوبی است، وقتی آدم را هل می‌دهند به چاه، خب فرار می‌کند از دستشان، اگر کسی بتواند فرار کند. ولی بچه‌های ما نمی‌توانند فرار کنند. ما آن‌ها را به چاه همانندگی با دردها و باورهای کهنه می‌اندازیم.

حالا همین کار را انسان‌های بالغ با همدیگر می‌کنند. باید ببینیم که ما به همدیگر که می‌رسیم، همدیگر را هل می‌دهیم به یک چاه خشم، چاه همانش با خرافات، باورهای پوسیده یا نه؟ واقعاً می‌گوییم مواظب باش، این چاه است؟ درست است؟ ممنونم، خیلی خوب بود.

**خانم فرخنده:** خدا را شکر که این دانش عظیم مولانا به دست ما رسیده از طریق این برنامه گنج حضور که واقعاً هم خودمان نجات پیدا کنیم و هم دیگران هم از دست این اخلاق‌های ناپسندمان نجات پیدا کنند.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! از دست سلطه و میل به کنترل، میل به دخالت، میل به تمرکز روی دیگران. آخر بابا به من چه مربوط است یکی دیگر چه جوری زندگی می‌کند؟ من زندگی خودم را درست کنم. این خاصیت واقعاً خداگونه است که کسی در زندگی دیگران دخالت نکند و اجازه بدهد آن‌ها زندگی خودشان را با صنع، با پیوستن به زندگی پیدا کنند.

**خانم فرخنده:** بله.

**آقای شهبازی:** اگر واقعاً هنرمند هستیم، می‌توانیم زندگی را در بچه‌هایمان و در دیگران به ارتعاش دریاوریم که آن‌ها مستقیماً در درونشان با زندگی در تماس باشند. اگر هنرمند هستیم! وگرنه با من ذهنی یک من ذهنی دیگر را اصلاح کردن، داریم همدیگر را هل می‌دهیم به چاه. قطب‌های مخرب همدیگر را داریم پراثر می‌کنیم، انرژی می‌دهیم به همدیگر و این همین در واقع موشی است که می‌دزدد دیگر. می‌گوید اگر موشی در انبار ما نیست، این طاعات چهل سال ما کجا رفته؟ پس یک موشی زندگی ما را در درون می‌دزدد.

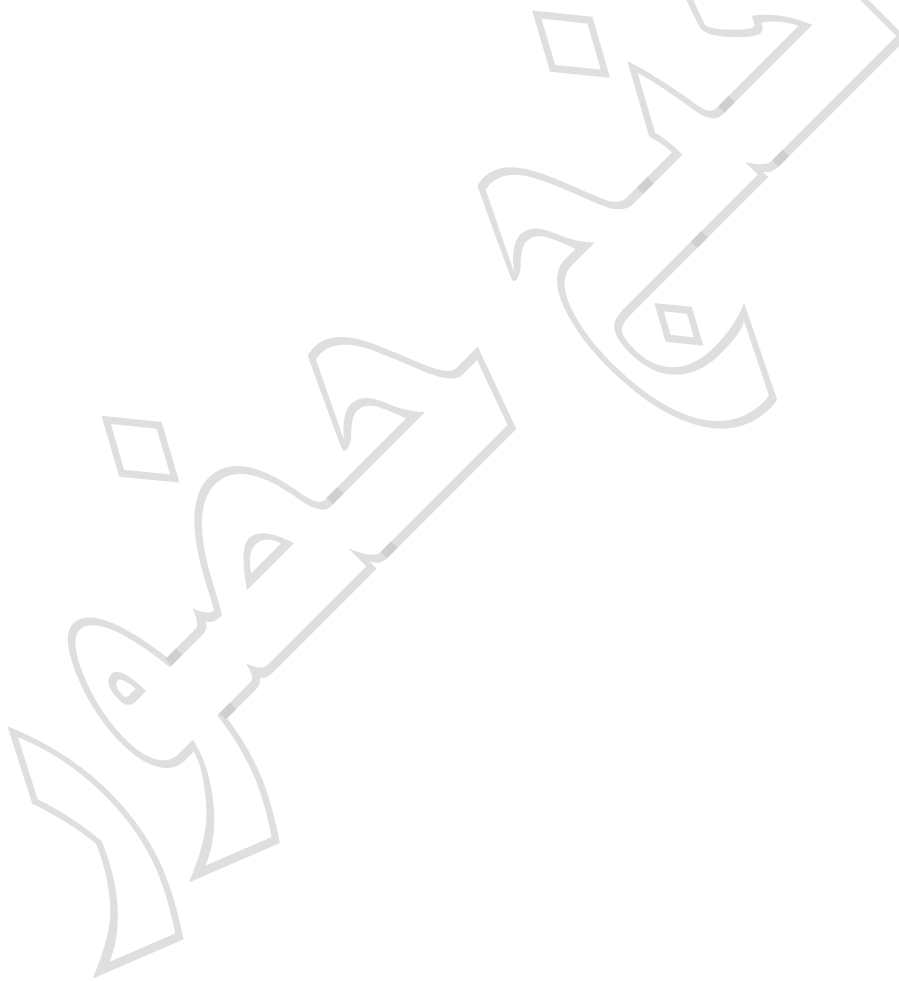


خانم فرخنده: بله.

**آقای شهبازی:** امروز هم پیغام عالی آقای صادق، می‌گفت در شب قدر، شب قدر را دراز کنیم. موقعی دراز می‌شود که موش نذرزد از ما. وقتی غافل می‌شویم می‌بینیم که ده سال گذشته از عمرمان، هیچ کاری نکردیم، خواب بودیم، در خواب همانیدگی بودیم. ما باید به بیداری هم کمک کنیم، نه به خواب کردن همدیگر. پیغامتان عالی بود خانم. باید با شما خداحافظی کنم، اگر کاری ندارید؟

**خانم فرخنده:** تشکر می‌کنم، ممنونم استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]





## ۱۶- خانم‌ها ماریا و حورا از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم ماریا]

**خانم ماریا:** آقای شهبازی تشکر می‌کنم از همهٔ بینندگان، واقعاً پیام‌هایشان خیلی عالی بود کسانی که امشب تماس گرفتند، یک خداقوت هم به شما می‌گویم، بعد گوشی را هم می‌دهم به حورا.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون، خیلی ممنون. شما مادر حورا هستید، ماریا خانم، درست است؟

**خانم ماریا:** بله، بله آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. خودتان پیغامی ندارید؟

**خانم ماریا:** والله نه آقای شهبازی، من همیشه حس می‌کنم بین پیغام حورا و شما مزاحم هستم، یک من‌ذهنی هستم این وسط [خندهٔ خانم ماریا]، بهتر است من زودتر گوشی را بدهم به حورا، چیزی ندارم بگویم از خودم.

**آقای شهبازی:** [همراه با خندهٔ آقای شهبازی] اصل کاری مادر است خانم، چه دارید می‌گویید شما؟ اختیار دارید. حالا دیگر مادر مزاحم است؟ [خندهٔ آقای شهبازی].

**خانم ماریا:** زنده باشید. به‌عنوان من‌ذهنی بله. من‌ذهنی همیشه می‌تواند مزاحم باشد.

**آقای شهبازی:** نه، اصل مادر است، خواهش می‌کنم. بفرمایید خواهش می‌کنم، هرچور راحت هستید.

**خانم ماریا:** زنده باشید شما، با اجازه‌تان گوشی را می‌دهم به حورا.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ماریا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم حورا]

**آقای شهبازی:** چه عجب حورا خانم! [خندهٔ آقای شهبازی] بفرمایید.

**خانم حورا:** [خندهٔ خانم حورا] با اجازه‌تان مطلبی آماده کردم، می‌خواهم بخوانم.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون، بله بفرمایید.

**خانم حورا:**





## صد جَوَالِ زَرِ بِيَّارِي اِي غَنِي حَقِّ بَغْوِيْدِ دَلِّ بِيَّارِ اِي مُنْحَنِي (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۸۱)

جَوَال: کیسه بزرگ از نخ ضخیم یا پارچه خشن که برای حمل بار درست می‌کردند. بارنامه.  
مُنْحَنِي: خمیده، خمیده‌قامت، بیچاره و درمانده

مولانا می‌گوید اگر همه کتاب‌هایی که خوانده‌ای یا همه علم و دانش را، و یا عبادات با من‌ذهنی را، و یا هر چیزی که به‌نظر من‌ذهنی تو ارزشمند است و تو فکر می‌کنی بی‌نیازت می‌کند را این لحظه برای خدا بیاوری، قوانین زندگی که براساس راستی و درستی هستند، به ما می‌گویند که «ای مُنْحَنِي» یعنی ای کسی که راهت کج است، من دل تو را می‌خواهم، مرکز عدم تو را می‌خواهم.

درواقع تو باید بی‌نیاز از جهان و همانیدگی‌ها و علم و دانش من‌ذهنی‌ات بشوی، نه این‌که بی‌نیاز از من بشوی!

## گَر چو نونی در رکوع و چون قلم اندر سجود پس تو چون نون و قلم، پیوند با مَا یَسْطُرُون (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۴۸)

بنابراین وقتی که مرکزت خالی شد، عدم شد و فقط خدا در مرکزت بود، مثل حرف نون خمیده می‌شوی به سمت «من» و آن موقع وقتی من را دیدی، سر من‌ذهنی را زمین می‌گذاری و سر جدید تو لوح محفوظ می‌شود، جای سخنان خدا می‌شود.

سر شما سر خداوند می‌شود، فکرهای شما، خرد شما، گوش و چشم و زبان شما با زندگی پیوند می‌خورد و یکی می‌شود. در آن زمان که همه چیز شما عبادت می‌شود، خدا به سر خودش و حرف‌هایی که در آن نقش می‌بندد، قسم یاد می‌کند که راه درست همین است، هر چند از نظر من‌های ذهنی درست نباشد.

## تاج کَرْمَنَاسْتِ بَرِ فَرْقِ سَرْتِ طُوقِ اَعْطَیْنَاکَ اَوِیْزِ بَرْتِ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴)

ما قرار نیست چیزی برای خدا ببریم، بلکه قرار بر این است که هرچه هم داریم بدهیم.

## مَنْ نَمِيْ گُوِيْمِ مَرَا هَدِيْهَ دَهِيْدِ بَلْکَهْ گَفْتَمِ لَایْقِ هَدِيْهَ شُوِيْدِ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۷۴)



آقای شهبازی تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! بله حورا خانم. علی آقا چطور هستند؟

خانم حورا: علی خوب هستند ممنون.

آقای شهبازی: علی می‌خواهد صحبت کند؟

خانم حورا: علی «آنصتوا» کرده آقای شهبازی.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] آنصتوا کرده. این علی تا کی می‌خواهد آنصتوا کند؟ آنصتوا هم یک حدی دارد. بعضی موقع‌ها باید حرف بزند.

خانم حورا: من نمی‌دانم.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] خیلی خوب، خیلی خوب. حورا خانم الان چند سالتان شده؟

خانم حورا: من دوازده.

آقای شهبازی: دوازده. کی سیزده می‌شود؟ به‌زودی؟

خانم حورا: من سال بعد.

آقای شهبازی: سال بعد [خنده آقای شهبازی] خیلی خوب، آفرین. خیلی زیبا! آفرین، آفرین! باشد دیگر پس به علی آقا هم سلام برسانید، ببین می‌خواهد یک چیزی بگوید!

خانم حورا: چشم حتماً. علی می‌خواهی حرف بزنی؟

آقای شهبازی: می‌گوید چه؟

خانم حورا: می‌گوید نه نمی‌خوانم. می‌خندد، خجالت می‌کشد.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] خیلی خوب. ممنونم.

خانم حورا: خیلی دوستان دارم.

آقای شهبازی: من هم همین‌طور. آفرین! حورا خانم ان‌شاءالله همیشه زنده باشید و همین‌طور شاداب و روزبه‌روز

هم پیشرفتتان بیشتر بشود، که دارد می‌شود. الان چند سال است حورا خانم با گنج حضور هستید و هی دارید

صحبت می‌کنید و پیغام می‌دهید؟



**خانم حورا:** فکر کنم پنج یا شش سال است.

**آقای شهبازی:** پنج شش سال است. بله بله. خلاصه خیلی عالی است. کار شما خیلی دوست‌داشتنی است. مطمئنم خیلی‌ها هم از شما یاد می‌گیرند، سن و سال شما. واقعاً تأثیرگذار هستید.

**خانم حورا:** خیلی ممنونم.

**آقای شهبازی:** بیان پیغام از سن و سال‌های شما، نه تنها به جوانان به سن و سال شما اثر می‌گذارد، بلکه روی بزرگترها هم اثر دارد. بزرگترها.

**خانم حورا:** هم‌اشار از زحمات خودتان است.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم حورا]



خانم الناز:

## ز حرف بگذر و چون آب نقش‌ها می‌پذیر که حرف و صوت ز دنیا است و هست دنیا پُل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

این بیت به روشنی می‌گوید که از سر و صدا و حرف‌ها بگذر. مثل آب باش و از قالب هیچ سخن و صدایی شکل نپذیر، چون حرف و صوت از جنس این دنیا است و این دنیا هم فقط یک پل است برای این‌که تو از آن بگذری و بروی. همان‌طور که این دنیا جای توقف و مستقر شدن نیست و فقط وسیله‌ای برای عبور دادن هشیاری است، حرف و صوت هم فقط وسیله تبدیل دید و هشیاری است.

یعنی مردم حرف می‌زنند یا ذهن خودت حرف می‌زند و می‌خواهد هشیاری تو را به شکل قالب آن حرف در بیاورد، ولی تو بگذر، هیچ شکل و نقشی نگیر.

مثلاً یکی به تندی از تو انتقاد می‌کند، همان‌جا قالب رنجش می‌خواهد تو را به شکل خودش در بیاورد، ولی تو مثل آب باش و نقش آدم رنجیده را نپذیر. نگذار مردم یا ذهن خودت شکل و نقش تو را تعیین کنند. تو همیشه همان هشیاری بی‌فرم اولیه باقی بمان. چطوری؟ با مثل آب بودن.

چرا آب نقش نمی‌پذیرد؟ چون مایع است، بسیار روان است، مولکول‌های آب با این‌که باهم در ارتباط هستند، ولی آزادانه روی یک‌دیگر می‌لغزند و هیچ‌وقت از پیش‌روی نمی‌ایستند و تا هر جا که بشود بسط می‌یابند.

بیت می‌گوید بگذار اجزای تشکیل‌دهنده تو یعنی احساسات، هیجانات و افکار مثل مولکول‌های آب روان باشند و در برابر هیچ حرف و صدایی که از بیرون یا از توی سر خودت می‌شنوی، متقبض نشو، نایست. اجازه بده فکر، حرف، حس و هیجانی که در واکنش به صداها و حرف‌های اطراف برخاسته بگذرد و برود.

مثلاً اگر یک صدای بلند مانند فریاد شنیدی و نقش خشم را به تو القا کرد، تو در قالب آن فرو نرو، مثل آب نرم و روان باش، اجازه بده آن حس یا فکری که در درون حس می‌کنی، آزادانه حرکت کند و برود، چون حرف و صدا جزوی از این دنیا است و می‌دانیم که کل این دنیا چیزی نیست جز یک پل که هشیاری بی‌فرم از آن عبور می‌کند و دوباره به خودش برمی‌گردد. هشیاری عدم وارد فرم این جهان شده، ولی در فرم باقی نمی‌ماند، از فرم می‌گذرد و می‌رود و در این سفر و بازگشت به خویش، خودش را آگاهانه می‌شناسد.

وقتی که از کنار حرف و صوت مثل آب روان می‌شوی و عبور می‌کنی و می‌روی، در واقع از روی پل دنیا می‌گذری و به منظورت می‌رسی، یک شناسایی نسبت به حقیقت وجودی خودت پیدا می‌کنی، متوجه می‌شوی تو یک نقش ثابت، یک شخص ثابت و منجمد نیستی، بلکه تمام آن چیزی که از خودت می‌بینی یک جوی روان است که هر لحظه نوبه‌نو می‌شود.

### عَمْرُ هَمچون جوی نونو می‌رسد

#### مستمری می‌نماید در جسد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۴۵)

در چند روز اخیر در معرض هر حرف و صدایی که قرار می‌گرفتم، می‌گفتم ز حرف و صوت بگذر و چون آب نقش می‌پذیر، بعد بلافاصله نرم می‌شدم و به آرامی می‌رفتم، و متوجه می‌شدم که به چه سادگی دارم از خیلی از زخم‌ها و دردها عبور می‌کنم.

### چون آب باش و بی‌گره، از زخم دندان‌ها بجه

#### من تا گره دارم یقین، می‌کوبی و می‌سایام

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۸۷)

من با چشمان خودم دیدم وقتی من به نرمی از کنار حرف و صدای دیگری می‌گذرم و نقش نمی‌پذیرم و روان می‌شوم، او هم بلافاصله چون آب نرم و روان می‌شود و می‌گذرد.

### ما چو کشتی‌ها به هم برمی‌زنیم

#### تیره چشمیم و، در آب روشنیم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۷۲)

وقتی در برابر حرف و صداهایی که می‌خواستند مرا به قالب دریاورند، تکرار می‌کردم که «ز حرف بگذر و چون آب نقش‌ها می‌پذیر» چشم یک‌دفعه روشن می‌شد و دیگر خودم را یک شخص و مجسمه نمی‌دیدم و بلافاصله طرف مقابل هم دیگر یک شخص در یک قالب نبود، بلکه ما حرکت‌هایی بودیم از یک دریای واحد، که به جای این‌که مثل کشتی‌های بزرگ و سنگین به هم برخورد کنیم و حادثه بیافرینیم، از کنار هم نرم و لطیف می‌گذشتیم و راه خودمان را می‌رفتیم و چقدر هم صحنه زیبایی می‌شد.

### چشم‌ها چون شد گذاره، نور اوست

#### مغزها می‌بیند او در عین پوست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۱)



ببند اندر ذره، خورشید بقا  
ببند اندر قطره، کُلِّ بحر را  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۲)

گذاره: آنچه از حدّ درگذرد، گذرنده.  
بحر: دریا

والسلام. ممنون استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا الناز خانم، آفرین، آفرین!

خانم الناز: ممنونم، مرسی.

آقای شهبازی: عالی، عالی، چه عالی، کاربردی

ابیات عالی، چه توجهی!

خانم الناز: مرسی استاد، شما خیلی عالی این‌ها را برایمان باز می‌کنید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الناز]

## ۱۸ - خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: چراغ‌هایی از برنامه ۱۰۰۳ تقدیم حضورتان می‌کنم.

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

مسکُل: مگسل، جدا نشو.

گوش ما چه چیزی می‌شنود؟ «باطنِ او جدِّ جد، ظاهرِ او بازی‌ای»

یار در آخر زمان کرد طربِ سازی‌ای  
باطنِ او جدِّ جد، ظاهرِ او بازی‌ای  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

ظاهر اتفاقات بازی‌ای بیش نیست. با جدی گرفتن ظاهر ماجرا، طمع رسیدن به چیزها و شوق وصال معشوق‌های جسمی، تمرکز گوش ما روی غرض‌های جسمی است، ضرر آن را ندیده، و زوز بیرون را می‌شنود. درحالی‌که چیزی که ذهن نشان می‌دهد، بازی‌ای است برای بیداری نه نگرانی.

تنگنا و خستِ ذهن جای حرکت «دُلْدُل» و عشق نیست. عشق من‌ذهنی به صورت جسم به انسان دیگر به صورت جسم، عشق نیست. این عشق با «خارخار» همراه است و «خارخار» هر لحظه تشویش، نگرانی را به هستی ارتعاش می‌کند.

ارتعاش به عشق واقعی، با چشمِ عشق دیگران را دیدن، دیگران را متوجه در «شبِ قدر» بودن و تنها فرصت دریافت رحمت الهی می‌کند، تا گوش دلشان باز شده، بانگ سلطان را بشنوند.

با بهترین «بودن» گوش دل می‌شنود، نه با بهترین حرف‌ها را زدن و دانستنِ ذهنی. وقتی قضاوت نکنیم که «همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟»، با گوش عدم می‌شنویم.

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





وقتی درک کنیم هر قبضی به صلاح ما است، برحسب واکنش نجنبیم، مثل آب باشیم نقش نپذیریم، پیغام زندگی را می‌شنویم.

خود را «دُهَل» شناسیم، هر باید و نباید، سؤال، مقاومت، شرکِ خفی و «دهلزن» بودن است، مساویِ کر شدن گوشِ عدم.

«شهی رسید کز او طوقِ زر شود هر غُل»، باز شدنِ گوشِ دل همراه ورودِ شاهی است که تمامِ غُل و زنجیرهای وابستگی، درد، باور، که در ذهن در آنها گیر افتاده‌ایم و زندگی در آنها به تله افتاده، با ورود آن شاه باز شده به «طوقِ زر» تبدیل می‌شوند.

**دَمی رسید که هر شوق از او رسد به مَشوق**

**شهی رسید کز او طوقِ زر شود هر غُل**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

مَشوق: مورد اشتیاق، معشوق

طوق: گردن‌بند

غُل: بند و زنجیر آهنین

-----

ممنونم استاد، تمام شد.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

◇ ◇ ◇ **پایان بخش دوم** ◇ ◇ ◇

۱۹ - خانم مریم از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

**خانم مریم:** من می‌خواستم هم از شما تشکر کنم که برنامه‌ها الآن هفته در میان شده و به ما تأکید کردید که تکرار کنید ابیات را. این هفته در میان شدن برنامه جدید باعث می‌شود که ما بیشتر ابیات را تکرار کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** چون واقعاً یک جلسه که شما توضیح می‌دهید هفت ساعت، هشت ساعت، این به اندازه یک هفته کلاس درس است. چهل‌ساعته است فکر می‌کنم و باید خیلی رویش کار کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** و همین‌طور بله، این باعث می‌شود که ما وقت بیشتری داشته باشیم که تکرار کنیم ابیات را. و بعد آقای زارع‌پور و همکارانش من خیلی از ایشان تشکر می‌کنم، چون نوشتن این‌ها، وقتی من چند بار گوش می‌دهیم و بعد می‌خوانیم، این‌ها خیلی به ما کمک می‌کند که مسائل برای ما باز بشود.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** چیزهای مبهم برای ما باز بشود و من واقعاً از همه ممنونم.

**آقای شهبازی:** ممنونم.

**خانم مریم:** با اجازه‌تان من می‌خواستم پیامم را بدهم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** بفرمایید، بله بله.

**خانم مریم:** خواهش می‌کنم.

«يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ»

«ای جان آرام‌گرفته و اطمینان‌یافته.»

(قرآن کریم، سوره فجر (۸۹)، آیه ۲۷)

آقای شهبازی فرمودند که جان آرام‌گرفته جانی است یا هشیاری است که از پارازیت‌های بیرون رها شده. اگر شما خودتان و فکرهایتان را جدی نگیرید، چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد را جدی نگیرید، جانتان آرام می‌گیرد.

این آیه و معنی‌اش را بارها آقای شهبازی فرموده بودند، اما من با گوش جانم نشنیده بودم.

شما فرمودید که درواقع «آلست» آرام گرفته و اطمینان یافته که چه کسی هست. معنی هشیاری روی هشیاری قائم می‌شود را با گوش سرِّ شنیدم و به جانم نشست. تا ذهن آرام نشود، هشیاری روی پای خودش نمی‌ایستد. پای خودش همان پای یک زندگی است.

فکرهای وسواس‌گونه ما هشیاری را به چندین جهات می‌کشاند و او را از قائم شدن به اصل خویش منع می‌کند و این‌گونه است که ما از رسیدن به منظور اصلی آفرینش در این لحظه غافل می‌شویم. در غزل ۱۳۵۸ جناب مولانا می‌فرماید:

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

دلدل: آستر حضرت رسول (ص) که به حضرت علی (ع) بخشید. نماد بُراق  
فَرس: اسب

دل اصلی من نه دلِ همانیده‌شده‌ام با چیزهای بیرونی، امتداد خداست، فضا را که باز کنیم دل اصلی‌مان به ما نمایان می‌شود و ذهن شلوغ و رايض‌نشده من نمی‌تواند مرکب مناسبی برای هشیاری من باشد. نه تنها نمی‌تواند ما را به منظورمان در این لحظه برساند، بلکه هشیاری را تکه‌تکه می‌کند و از انسجام و آرامش اصلی‌اش درمی‌آورد. پس نفس من برای این منظور و مقصود آفرینش باید آماده شود و تنها راهش خاموشی ذهن است.

## این خاموشی مرکبِ چوبین بود بحریان را خامشی تلقین بود (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۲۴)

این خاموشی ذهن همان قایقی است که هشیاری را حمل می‌کند، و با خاموشی است که جان ما آرام گرفته و گوش غیب‌گیر ما باز می‌شود.

## چو درخورِ تکِ دلدل نبود عرصهٔ عقل ز تنگنای خردِ تاختِ سوی عرصهٔ قل (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

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



در فضای همانیده و شلوغ ذهن هشیاری نمی‌تواند روی خودش قائم شود، این فضا پر از خار است و درخور حرکت سریع هشیاری نیست، این فضا تنگ و دردآلود است. فضای گشوده‌شده یا عرصهٔ قُل، براق هشیاری می‌باشد و در این فضا است که هشیاری قائم به خود است.

هر بار که ذهن از حالت خاموشی و سکون خارج می‌شود و چیزی را به مرکزمان می‌آوریم، هشیاری را از حرکت به سوی اصل خود بازمی‌داریم.

در تلفن هفتهٔ قبل جمعه، خانم فرزانه از اصفهان این بیت را خواندند:

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

صدای ایشان در گوشم نقش بست که فرمودند این عدم جای مبارکی است. با خودم می‌گویم چرا با سلاح لا از دل اصلی خودم این لحظه مراقبت نکتم؟ چرا عدم و نیستی را پاس ندارم؟ کمک‌های غیبی از مرکز عدم می‌رسد، خلاقیت، حس امنیت، شکوفایی، رشد، همه از مرکز عدم می‌آید.

جناب مولانا می‌فرمایند:

### هر خموشی که ملولت می‌کند نعره‌های عشق آن سو می‌زند (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۲۵)

### تو همی‌گوئی: عجب! خامش چراست؟ او همی گوید: عجب! گوشش کجاست؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۲۶)

انسان در بی‌خبری و فضای ذهن همانیده از سکون و سکوت فراری است و ملول می‌شود، درحالی‌که نمی‌داند که در سکوت و خاموشی است که هشیاری به فضای یکتایی می‌تازد و نعره‌های عاشقانه که به سوی اصل خویش می‌رود تا بر پای اصلی خود قائم شود، می‌زند. برای شنیدن این نعره‌های عاشقانه نیاز به گوش سر که با کر شدن گوش سر باز می‌شود، داریم.



«ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً.»

«به‌سوی پروردگارت درحالی‌که از او خشنودی و او هم از تو خشنود است، بازگرد.»

(قرآن کریم، سوره فجر (۸۹)، آیه ۲۸)

خاموشی ذهن سبب باز شدن فضایی در درون می‌شود که ذهن آن را نمی‌شناسد. زمانی که اتفاقات بیرون و درون ذهن را جدی نگیریم، هشیاری به آن‌ها نمی‌چسبد و به‌جای این‌که سوار این افکار شود و در این افکار گیر بیفتد، آزادانه در فضای نیستی و خلأ به‌سمت زندگی در این لحظه می‌رود. این حرکت آزاد هشیاری به‌سمت اصل خودش در فضای باز شده درون، که ذهن آن را نمی‌شناسد، در این لحظه در واقع معنی «راضیه مَرْضِيَّة» است.

### گفت حق که بندگان جفت عَوْن بر زمین آهسته می‌رانند و هَوْن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۴)

«حق تعالی فرموده است: بندگان که مشمول یاری و عنایت حق قرار گرفته‌اند، در روی زمین به آهستگی و فروتنی، (تسلیم و فضا گشایی)، گام برمی‌دارند.»

### پا برهنه چون رود در خارزار؟ جز به وقفه و فِکرت و پرهیزگار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۵)

«وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا.»

«بندگان خدای رحمان کسانی هستند که در روی زمین به فروتنی راه می‌روند. و چون جاهلان آنان را مخاطب سازند، به ملایمت سخن گویند.»

(قرآن کریم، سوره فرقان (۲۵)، آیه ۶۳)

خیلی ممنون آقای شهبازی. متشکرم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]



## ۲۰- خانم طاهره از آلمان

[سلام واحوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم طاهره]

**خانم طاهره:** درود خدا به این عزیزانم که پیغام‌های خوبی می‌دهند که من استفاده می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم طاهره:** درود به همه‌شان، جوان‌های عشق، کودکان عشق، از همه‌شان ممنونم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم طاهره:** عزیزانم من هشتاد سالم شده.

**آقای شهبازی:** ماشاءالله، ماشاءالله.

**خانم طاهره:** تا هفتادسالگی سواد نداشتم. به کمک حضرت مولانا و آقای شهبازی عزیز باسواد شدم، خواندن

و نوشتن را بلد شدم. راهم را یاد گرفتم. درد داشتم، کینه داشتم، حسود بودم، بخیل بودم، دوست نداشتم

کسی رشد بکند، به جایی برسد، حالا صبور شدم، آرام شدم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم طاهره:** ساکت شدم، تنهایی را خیلی دوست دارم، همه کار می‌کنم توی این سن، کار بیرون هم انجام

می‌دهم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم طاهره:** کار خودم هم انجام می‌دهم. خیلی هم شاد هستم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم طاهره:** از شما ممنونم آقای شهبازی. شما برای من خیلی زحمت کشیدید. من قربانتان بروم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم طاهره:** عزیز دل من هستی، فدایتان بشوم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم طاهره:** طاهره را نجات دادید از جهنم من ذهنی نجات پیدا کردم.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم طاهره: من زیاد وقتتان را نمی‌گیرم، یک دو بیت چندی هست می‌خوانم با اجازه شما اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم حتماً بفرمایید.

خانم طاهره: قربانتان بروم.

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نَفْسِ زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

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

«كُنْتُ كُنْزًا مَخْفِيًّا فَاحْبَبْتُ أَنْ أَعْرِفَ فَخَلَقْتُ الْخَلْقَ لِكَيَّ أَعْرِفَ.»

«من گنجی نهان بودم، دوست داشتم شناخته شوم، پس آفریدم آفریدگان را تا شناخته شوم.»

(حدیث)

«مَنْ طَلَبَنِي وَجَدَنِي، مَنْ وَجَدَنِي عَرَفَنِي وَ مَنْ عَرَفَنِي أَحَبَّنِي وَ مَنْ أَحَبَّنِي عَشَقَنِي وَ مَنْ عَشَقَنِي عَشَقْتَهُ وَ مَنْ عَشَقْتَهُ

قَتَلْتَهُ وَ مَنْ قَتَلْتَهُ فَعَلِيَ دِيَّتَهُ وَ مَنْ عَلِيَ دِيَّتَهُ فَإِنَّا دِيَّتُهُ.»

«(خداوند فرمود): هر کس مرا طلب کند، مرا می‌یابد و هر که مرا بیابد، مرا می‌شناسد و هر که مرا بشناسد، مرا

دوست دارد و هر کسی مرا دوست بدارد، عاشقم می‌شود و هر که عاشقم بشود، عاشقش می‌شوم و هر کس را

که عاشقش بشوم، او را می‌کُشم و هر کس را بکُشم، خون بهای او به‌گردن من است و هر کس که به‌گردن من

خون بها دارد، من خودم خون بهای او هستم.»

(حدیث قدسی)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم طاهره: قربانتان بروم.

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش

من همی‌کوشم پی تو، تو مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

خیلی شادم آقای شهبازی، خیلی، خیلی. این قدر شادم خدا می‌داند.



**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین!

**خانم طاهره:** این قدر تنهایی را دوست دارم، با تنهایی می‌رقصم، با تنهایی صحبت می‌کنم، روز و شب اصلاً من تاریکی را نمی‌بینم. همه‌اش برای من روز است. همه‌اش برای من عشق است. من قربانتان بروم، همه این‌ها را از شما عزیز بزرگوار دارم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم طاهره:** طاهره را خیلی زنده کردید. طاهره توی سن هشتاد [صدا نامفهوم] ساله نیستم من، من بیست‌ساله هستم، جوانم، عشق دارم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! بله طاهره خانم، طاهره خانم شما در هفتادسالگی که می‌گویید بی‌سواد بودید همین‌طور از روی صفحه تلویزیون توانستید به خودتان نوشتن و خواندن یاد بدهید. الان شعرها را می‌نویسید و می‌خوانید، آفرین!

**خانم طاهره:** بله بله، قربانتان بروم، فدایتان بشوم. از دولتی شما است.

**آقای شهبازی:** موفق شدید شما آفرین، آفرین! و چه احوالی پیدا کردید، چه لطفی، لطفی خداوند به شما کرده. همه ما می‌توانیم مثل شما بشویم. اگر شما در هفتادسالگی یک خانم بی‌سواد توانستید سواد یاد بگیرید، خواندن و نوشتن یاد بگیرید، شعرهای مولانا را بخوانید، خودتان را درست کنید.

این قدر تنهایی به اصطلاح امنیت داشته باشید، شاد باشید، برقصید، بخوانید، کار بیرون بکنید، کار درون بکنید و به کسی احتیاج نداشته باشید، مریض نشوید، سالم باشید، روی پای خودتان باشید. ببینید چقدر مزیت دارید شما.

خب این طوری باید باشیم ما هم، نباید گریه و زاری و ناله و شکایت و هی خواستن و طمع. باید از شما یاد بگیریم واقعاً. دست شما درد نکند، عالی!

**خانم طاهره:** آقای شهبازی هر روز هم ورزشم را می‌کنم، پیاده‌روی‌ام را می‌کنم، از هفتادسالگی تا حالا [صدا نامفهوم]، دکتر نرفتم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم طاهره:** خیلی هم سرحالم، خیلی هم سرشادم، خیلی هم قوت دارم. همه به من می‌گویند این جان را تو از کجا پیدا کردی؟ دوتا هم باغچه دارم [خنده آقای شهبازی]، وقتی که بیکارم با این باغچه [صدا نامفهوم]،

این قدر هم کار دارند، علف‌های هرزشان را بچینم، گل بکارم، آب بدهم، کود بدهم، خاکش را عوض بکنم، شخم بزنم، خریدم را بکنم، اصلاً دارم عشق می‌کنم، عشق.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم طاهره:** من قربانتان بروم، من فدایتان بشوم، خیلی از شما ممنونم، خیلی برای من زحمت کشیدید، شما و حضرت مولانا. قربان شما بروم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** ماشاءالله، ماشاءالله، خواهش می‌کنم، لطف دارید.

**خانم طاهره:** همه به من می‌گویند تو جغدی، تو توی این خانه چه می‌خواهی؟ چرا نمی‌آیی بیرون؟ **[خنده آقای شهبازی]** می‌گویم تو نمی‌دانی. می‌گویند توی این خانه تو گنج داری؟ **[خنده آقای شهبازی]** می‌گویم از گنج بالاتر، از گنج بالاتر. می‌گوید دریغ یک قرص این دختر نمی‌خورد، آخر این چه چیزی اش است؟ می‌گویم چیزی که توی وجود من هست شما نمی‌دانید من چه هستم.

**آقای شهبازی:** آفرین! زنده شدید به زندگی، زنده شدید به حضور، قائم شدید به بی‌نهایت خداوند، به سواد نیست که، به سن نیست که، به دل دادن است، به درک عمیق است، به فضاگشایی است. اتفاقاً شما چه زود گفتید نمی‌دانم، دانش خداوند آمد در شما مستقر شد. هی ما می‌گوییم می‌دانم، می‌دانم، این می‌دانم ما نمی‌گذارد. می‌دانم ما نمی‌گذارد که می‌دانم خداوند در ما زنده بشود.

شما ببینید شما چقدر الان، هر چیزی که زندگی باید داشته باشد شما دارید واقعاً، آرامش، سکوت، خرد، سلامتی تن، پس می‌شود در هشتادسالگی آدم تن سالم داشته باشد و مثل شما شاد باشد، دوتا باغچه داشته باشد، برود آن جا گل بکارد، خانه‌اش زندگی کند، خرید خودش را، پخت و پز خودش را، خودش بکند تازه به دیگران هم کمک کند. مطمئنم شما به بچه‌هایتان هم کمک می‌کنید یک مقداری درست است؟

**خانم طاهره:** بله، بله، بچه‌هایم خشک شویی دارند، کار بچه‌هایم را هم انجام می‌دهم. امروز ساعت پنج لباس از جای دیگر بود گرفتم بردم برای دخترم تعجب کرد، گفت تو آرامش نداری؟ **[خنده آقای شهبازی]**، گفتم من دوست دارم، من دوست دارم قربانت بروم. به او دادم آمدم. تازه هم به او گفتم شام این‌ها درست نکن خسته‌ای بیا خانه من شام بخور برو.

**آقای شهبازی:** آفرین! **[خنده آقای شهبازی]**، آفرین!

**[خداحافظی آقای شهبازی و خانم طاهره]**

## ۲۱- آقایان مهرا ن و حسام و خانم مینا از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مهرا ن]

**آقای شهبازی:** خیلی وقت هست صدایتان را نشنیده‌ایم. مطمئنم حتماً سعی کرده‌اید ولی نشده. الان دیگر قسمت ما شد با شما صحبت کنیم.

**آقای مهرا ن:** سلامت باشید. افتخاری هست برای ما آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**آقای مهرا ن:** ما چون تازه رفتیم سرِ خانه و زندگی‌مان درگیر یک سری مسائل بودیم یک ذره. ابیات را همیشه تکرار کرده‌ایم ولی نتوانستیم تماس بگیریم.

**آقای شهبازی:** خیلی خب. مبارک باشد خانه و زندگی.

**آقای مهرا ن:** خواهش می‌کنم. امروز هم من خانه یکی از دوستانم هستم. یکی از گنج‌حضورهای خیلی قدیمی اما تا حالا با شما صحبت نکردند. شش سال است که برنامه را نگاه می‌کنند از اقوام خانم هستند. آقای حسام حالا من پیغام را می‌خوانم و خانم هم هست ما سه نفر هستیم، سعی می‌کنیم که زودتر این را جمعش کنیم که دیگر خیلی طولانی نشود.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. خیلی ممنون فقط تلویزیون را خاموش نگه دارید.

**آقای مهرا ن:** بله، بله، چشم. به‌روی چشم.

**آقای شهبازی:** ممنونم.

**آقای مهرا ن:** آقای شهبازی من قصه دلکک را می‌خواستم بگویم. خیلی کوتاه می‌خواستم به آن اشاره کنم در این برنامه، خیلی چکیده.

توی این قصه یک شاهی قاصدی را به شهر می‌فرستد تا به تمام مردم اطلاع بدهد که شاه یکی را می‌خواهد که به سمرقند برود و از آن‌جا برایش خبر بیاورد. شاه زندگی است و سمرقند فضای یکتایی.

یعنی زندگی به ما می‌گوید که هر کسی به اختیار خودش اگر من را شاه خودش می‌داند برود به سمرقند و از آن‌جا برای من خبر بیاورد. پس مولانا به ما می‌گوید که زندگی می‌خواهد که ما با اختیار خودمان از ذهن خارج بشویم و برویم به فضای گشوده‌شده.

بعد از این‌که این خبر به مردم می‌رسد، دلک‌ شاه از روستا یعنی فضای ذهن با تشویش و استرس به سمت شاه حرکت می‌کند تا برود به او بگوید که من نمی‌توانم بروم به سمرقند. مولانا اسمش را گذاشته «دلک آگاه» یعنی انسانی که در روستا یا فضای ذهن گیر کرده و می‌داند که باید از آنجا باید به سمرقند برود.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای مهران:** اما با ایجاد سروصدا و رعب و وحشت می‌خواهد بگوید که نمی‌تواند. یعنی انسان در من‌ذهنی با وجود این‌که آگاه هم هست نمی‌خواهد برود به سمرقند. با وجود این‌که آگاه است هم نمی‌خواهد برود به سمرقند و هم در جهان سروصدا و تشویش و نگرانی راه انداخته. و همه را نگران کرده مولانا به این کار دلک می‌گوید «فحش اجتهاد».

فحش، یعنی فاحش، یعنی کوششی بیش از حد برای پخش کردن سم به جهان. آخر این دلک یا من‌ذهنی وقتی نمی‌خواهد برود فضای یکتایی چرا این‌همه سروصدا و استرس به جهان انداخته؟ دلیلش این است که ذات من‌ذهنی اگر همانیدگی‌های زیادی داشته باشد تمام تلاشش را می‌کند این سبک زندگی را به جهان منتشر کند مثلاً یک من‌ذهنی با پندار کمال خودش یک پیچ در فضای مجازی می‌زند و شروع می‌کند به پخش الگوها و فکرهای سمی‌اش به جهان این یعنی یک دلک تمام عیار.

مولانا می‌گوید دلک «سیران درشت» دارد یعنی حرکت و پیش‌روی دلک آن‌قدر آسیب‌زننده و سمی است که همه انسان‌ها را تحت تأثیر خودش قرار می‌دهد. وقتی دلک می‌رسد به شاه همه نگرانند و می‌ترسند که نکند خبر بدی رسیده، اما وقتی دلک می‌گوید که من آمده‌ام بگویم که نمی‌توانم به سمرقند بروم، شاه می‌گوید که «لعنت بر این زودی‌ت باد» که هزاران تشویش در شهر ایجاد کردی.

شاه به دلک می‌گوید که تو مثل انسان‌هایی هستی که فقط سروصدا دارند و هیچ مغزی ندارند، مثل طبل توخالی هستی، مثل شیخی هستی که فقط لاف می‌زند و هیچ اثری از حضور ندارد، مثل دامادی هستی که در خیالاتش دارد به وصال عروس می‌رسد، اما عروس هیچ جوابی به او نداده.

یعنی ما باید به‌جای این‌که فحش اجتهاد داشته باشیم و سیران درشت کنیم باید انرژی و عمرمان را بگذاریم برای رفتن به سمرقند و زنده شدن به حضور.

دلکی نقش من‌ذهنی است و روستا هم فضای ذهن است نه ما دلک هستیم نه جای ما فضای ذهن است. باید به زعم خودمان در جهان خاموش باشیم و اگر هر کسی هم دلک بود ما به او کاری نداشته باشیم و حضور و عشق را در جهان منعکس کنیم.

هر کسی خواست سرکه به جهان بریزد مهم نیست مهم این است که ما شکر بریزیم تا جهان تبدیل به سکنجبین بشود. «تو چراغ خود برافروز»

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

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین، عالی، عالی، عالی! خیلی خب دیگران هم می‌خواهند صحبت کنند.

**آقای مهران:** سلامت باشید. بله، من گوشه را می‌دهم به همسرم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مهران]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مینا]

**خانم مینا:** آقای شهبازی یک پیغام نوشتم. من هم پیغامم در مورد دلک هست که می‌خواهم برایتان بخوانم.

**آقای شهبازی:** بله بفرمایید.

**خانم مینا:** این دلک خود من هست که دارد با زندگی صحبت می‌کند. اول بگویم که دلک من هم مثل تمام دلک‌ها یک موجود آگاه است. ولی نه آگاه معنوی، بلکه فقط ذهنش آگاه است. ارتعاش دلک من با ارتعاش زندگی خیلی متفاوت است. ارتعاش زندگی ارتعاش عشق است و ارتعاش دلک من جدایی و قهر.

پادشاه زندگی مدام همه عالم را به عشق دعوت می‌کند. من هم به‌عنوان دلک جزو دعوت‌شدگان هستم. وقتی دعوت‌نامه را می‌بینم نوشته شده تو فراخوانده شدی به سمت عشق. زمان دعوت هم‌اکنون، مکان دعوت، بهشت برین.

چشمم می‌افتد به قسمت پایین دعوت‌نامه که نوشته شده ای دلک، برای آمدن به بهشت برین لباس و نقاب دلکی‌ات را بپنداز. این من را به‌شدت ترساند. من لباس و نقاب دلکی خودم را دوست دارم. اگر آن‌ها را بپندازم، بی‌هویت می‌شوم بی‌خاصیت می‌شوم و می‌میرم.

نمی‌خواهم بپذیرم که دلک فقط لقب من هست، پس با همین ارتعاش وحشت چشم‌هایم را می‌بندم و شتابان می‌روم به سمت پادشاه و توی راه به همه برخورد می‌کنم چون چشم‌هایم بسته است، کور هستم و نمی‌بینم با ترس و وحشت به همه زهر تشویش تعارف می‌کنم.

می‌دوم و می‌دوم تا به پادشاه برسم به پادشاه می‌رسم حیران و ترسان. پادشاه می‌گوید چه خبر است؟ دلیل این همه ترس چه چیزی است؟ من می‌گویم از مرگ می‌ترسم نمی‌توانم دعوت را قبول کنم.

پادشاه می‌گوید مرگ؟ کدام مرگ؟ تو خیلی وقت هست که مرده‌ای و من الآن فقط از تو می‌خواهم آن مرده را زنده کنی. من می‌گویم این دعوت‌نامه برای همه بود، پس چرا پایین آن نوشته بودی ای دلکک برای رسیدن به من لباس را بپنداز؟

پادشاه می‌گوید مخاطب من فقط دلکک بود، چون انسان به حضور رسیده نیازی به دعوت من ندارد. او هم زمانی دلکک بوده و دعوت من را پذیرفته و لباس خودش را انداخته و با بهشت برین قرین شده.

گفتم من در همین لحظه احساس کردم یک عجایب عالمی را بارها و بارها این عجایب عالم را دیده بودم، ولی باز تُرُش شدم و ترسیدم از مرگ دلکی خودم. باز هیاهو به پا کردم، باز ارتعاش بد به جهان دادم، اما الآن در همین لحظه لباس دلکی خودم را در دستان تو می‌گذارم و تبدیل می‌شوم. نمی‌میرم بلکه زنده می‌شوم و از بُت دلکی خودم جدا می‌شوم.

## بت من ز در درآمد، به مبارکی و شادی به مراد دل رسیدم، به جهان بی‌مرادی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

پیغام من تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! عالی، عالی!

خانم مینا: ممنونم. آقای شهبازی با اجازه گوشی را می‌دهم به دوست گنج حضوری‌مان.

آقای شهبازی: بفرمایید بله، ممنونم!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مینا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسام]

آقای شهبازی: شما کجا تشریف دارید؟ اصفهان هستید یا تهران هستید؟

آقای حسام: اصفهان هستم، حسام از اصفهان.

آقای شهبازی: آقای حسام.



**آقای حسام:** زنده باشید. حالا بعد از سال‌ها آقا مهران شد سبب خیر تا من بتوانم با شما صحبت کنم. فکر کنم شارژ گوشی هم در حال اتمام هست. من چکیده این چند سالی که گنج حضور را دیدم و نتوانستم با شما صحبت کنم را برایتان می‌خوانم تا آنجایی که شارژم به‌قول معروف اجازه بدهد.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**آقای حسام:** و آن فضاگشایی بزرگ‌ترین موهبتی بوده که من این چند سال ملکه ذهنم شده. یعنی جاافتاده برایم و توصیه می‌کنم که هر کسی که صدایم را می‌شنود فضا را باز کند. فضاگشایی دکتر بیماری‌هاست، پول توی زندگی می‌آورد، راه حل مشکلات...

**آقای شهبازی:** بله شارژشان تمام شد.





## ۲۲- خانم زهرا از خراسان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهرا]

**خانم زهرا:** زهرا هستم، از خراسان رضوی زنگ می‌زنم.

**آقای شهبازی:** بله زهرا خانم، بفرمایید خواهش می‌کنم.

**خانم زهرا:** خیلی ممنون. ببخشید ما خیلی وقت است، چند سال است، سه چهار سال است نگرفتیم، این دفعه دوم است.

قانون جبران را هم رعایت می‌کنم ولی ببخشید من خیلی دوست داشتم صدایتان را بشنوم. می‌گوید:

ما از برون در شده مغرور صد فریب  
تا خود درون پرده چه تدبیر می‌کند  
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۲۰۰)

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهرا:**

کعبه چو آمد سوی من، جانب کعبه نروم  
ماه من آمد به زمین، قاصد کیوان نشوم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۸)

می‌دانید، من شوهرم تقریباً یک سال و نیم هست که به رحمت خدا رفته و این آیه‌هایی که دارم می‌خوانم از توی دفترهای کارش آقای شهبازی نوشتم و برای شما می‌خوانم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**خانم زهرا:** می‌گوید:

تو ز قرآن بازخوان تفسیر بیت  
گفت ایزد: ما رمیت اذ رمیت  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۵)

گر بپرّانیم تیر، آن نی ز ماست  
ما گمان و تیراندازش خداست  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۶)



آیه ۱۷ سوره انفال. این‌ها را خودم نوشتم. بعد:

به غیر شهد خموشی کدام شیرینی است  
 که از حلاوت آن، لب به یکدیگر چسبد  
 (صائب تبریزی، دیوان اشعار، تکبیت ۶۰۸)  
 نشد یک لحظه از یادت جدا دل  
 زهی دل، آفرین دل، مرحبا دل!  
 (ابوالقاسم لاهوتی)

حواس ندارم الآن، ببخشید.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید، عجله نکنید.

خانم زهرا: ببخشید آقای شهبازی حواس ندارم، همین‌جوری از این شعر می‌روم به آن شعر آقای شهبازی، ببخشید.

آقای شهبازی: عیب ندارد.

خانم زهرا: می‌گویند چرا انسان تمایل دارد وقتی چیزی را که درک نمی‌کند بدی‌اش را می‌گوید. می‌گوید:

ای زبان هم گنج بی‌پایان تویی  
 ای زبان، هم رنج بی‌درمان تویی  
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۰۲)

آسمان رشک برد بهر زمینی که در او  
 دو نفر، یک‌دو نفس بهر خدا بنشینند.  
 (صامت بروجردی)

بعضی موقع‌ها می‌بینی انسان‌ها این یکی از آن یکی غیبت می‌کند و آن یکی از این یکی ولی خب نمی‌دانم به‌خدا.

دیده از خلق ببستم، چو جمالش دیدم  
 مست بخشایش او گشتم و جان بخشیدم  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۲۸)

این‌ها از دفتر شوهرم هستند.



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

آفتابی که بتابد در جهان  
بهر خفاشی کجا گردد نهان؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۵۰)

آفتابی در یکی ذره نهان  
ناگهان آن ذره بگشاید دهان  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰)

آن که بی باده کند جان مرا مست کجاست؟  
آن که بیرون شود از جان و دلم دست کجاست؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۱۲)

ای ز من دزدیده علمی ناتمام  
ننگت آمد که بپرسی حال دام؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۰۵)

کعبه چو آمد سوی من جانب کعبه نروم  
ماه من آمد به زمین، قاصد کیوان نشوم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۸)

درخت سبز داند قدر باران  
تو خشکی قدر باران را چه دانی؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۵۵)

هیچ کنجی بی‌دد و بی‌دام نیست  
جز به خلوت‌گاه حق، آرام نیست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)



هزار بار پیاده طواف کعبه کنی  
قبول حق نشود گر دلی بیازاری  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۰۴)

از مرگ چه اندیشی، چون جان بقا داری؟  
در گور کجا گنجی، چون نور خدا داری؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۹۴)

من تاج نمی‌خواهم، من تخت نمی‌خواهم  
در خدمت افتاده، بر روی زمین خواهم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۶۹)

آن یار نکوی من بگرفت گلوی من  
گفتا که چه می‌خواهی گفتم که همین خواهم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۶۹)

ببخشید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. آفرین، آفرین!

خانم زهرا: چکار کنم دیگر، ما که بی‌سوادیم. سواد آن‌چنانی نداریم ولی خب از زمانی که حرف‌های شما تقریباً شاید نزدیک هفده هجده سال هست. این‌ها را هم که شوهرم همیشه من نمی‌فهمیدم که چه می‌گوید، می‌گفت گوش بکن هنوز تو به آگاهی نرسیدی، به حضور نرسیدی. می‌گفتم خب شما زنگ بزن، می‌گفت من هنوز به آگاهی نرسیدم. این‌ها را می‌گفت.

آقای شهبازی: خب.

خانم زهرا: می‌گفت به حضور برسم، بعد.

[خنده خانم زهرا]

آقای شهبازی: عالی، عالی!

خانم زهرا: حالا این‌ها برای خودم است.



مکن ای دوست، غریبم، سر سودای تو دارم  
من و بالای مناره، که تمنای تو دارم

ز تو سرمست و خمارم، خبر از خویش ندارم  
سر خود نیز نخارم که تقاضای تو دارم

دل من روشن و مقبل ز چه شد؟ با تو بگویم  
که در این آینه دل رخ زیبای تو دارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

مناره: جای نور و روشنایی، گل‌دسته مسجد  
تمنا: خواهش، تقاضا، آرزو  
مقبل: صاحب‌اقبال، نیک‌بخت

مکن ای دوست ملامت، بنگر روز قیامت  
همه موجم، همه جوشم، در دریای تو دارم

مشنو قول طیبیان، که شکر زاید صفرا  
به شکر داروی من کن، چه که صفرای تو دارم

هله ای گنبد گردون، بشنو قصه‌ام اکنون  
که چو تو همره ماهم، بر و پهنای تو دارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

ببخشید آقای شهبازی مزاحمتان رفتم.

بعد از این بر آسمان جوییم یار  
زان‌که یاری در زمین جستیم، نیست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۲۶)

زیاد است شعر ولی وقت شما را نمی‌گیرم.

آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی خب. عالی بود، عالی!

خانم زهرا: معذرت می‌خواهم، ببخشید.

آقای شهبازی: با شما خدا حافظی می‌کنم.



**خانم زهرا:** زنده باشید. قانون جبران را چه می‌کنم، از زمانی که فوت کرده باز هم چه کردم و قابل نیست ولی.

**آقای شهبازی:** ممنونم.

**خانم زهرا:** می‌گویم که دعا کنید برای ما. می‌گفت همین آیه قرآن هست که می‌گویند همیشه شما دعا می‌کنم:

«... يَرْجُونَ تِجَارَةً لَّنْ تَبُورَ.»

«... (از لطف خدا) امید تجارتي دارند که هرگز زیان و زوال نخواهد یافت.»

(قرآن کریم، سوره فاطر (۳۵)، آیه ۲۹)

سوره انفال [خانم زهرا اسم سوره را اشتباه گفتند.] آیه از ۲۸ تا ۳۰.

به آقایم که می‌گفتم دعا کنید، می‌گفت می‌خواهید دعا کنید، این آیه قرآن هست.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهرا:** از خدا هر چه بخواهید، همان خداوند درست می‌کند برای انسان. ولی شما باز برای ما دعا کنید،

دعا کنید تا آرامش به ما بدهد، ببخشید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. ممنونم، ممنونم.

**خانم زهرا:** معذرت می‌خواهم، خیلی ممنون، زنده باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهرا]



۲۳- آقای حسام و آقای آرتا (کودک عشق) از اصفهان ادامه ۲۱

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسام]

آقای حسام: ببخشید آن موقع قطع شد. من می‌خواستم صحبت کنم، حسام هستم.

آقای شهبازی: آقای حسام بله، چه توانستید بگیرید! [خنده آقای شهبازی]

آقای حسام: زنده باشید، پدر آرتا هستم اگر یادتان باشد، یک موقع‌هایی کلیپش را می‌فرستادم برایتان.

آقای شهبازی: پدر؟

آقای حسام: پدر آرتا که چهار سالشان بود، یک چند بار آری برایتان فرستادم.

آقای شهبازی: بله، بله، ممنونم.

آقای حسام: زنده باشید، سلامت باشید. من آن متنی که داشتم می‌خواندم را ادامه بدهم؟

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای حسام: در مورد فضاگشایی است و این‌که از فضای گشوده‌شده، دکتر بیماری‌های لاعلاج می‌آید، پول

می‌آید، زندگی می‌آید، راه‌حل انواع مشکلات می‌آید، انسان‌های خوب می‌آیند، قرین‌های با معنی می‌آیند.

این فضای باز شده خدای توست، پس همه‌چیز آن‌جاست، فضا هرچه بازتر خدا برایت عیان‌تر می‌شود و محکم‌تر

با خدای خودت چفت می‌شوی. فضاگشایی کلید خوشبختی است. کلید خوشبختی که چه عرض کنم، کلید

همه‌چیز است، همه‌چیز، باید امتحانش کرد.

وقتی کسی به تو توهین می‌کند، کسی با تو تند می‌شود، کسی مسخره‌ات می‌کند، وقتی بیمار می‌شوی یا بیمار

داری، وقتی تصادف یا حادثه‌ای برای خودت یا اطرفیانت پیش می‌آید یا این‌که مرگی برای عزیزت حادث می‌شود،

واکنش آنی نشان نده، سخت است ولی راه درست این است، فضا را این‌قدر باز کن که آن مشکل توی آن فضا

اندازه یک غبار بشود و حل بشود برود. نترس درونت را اندازه خدا می‌توانی باز کنی.

درین بحر، درین بحر، همه چیز بگنجد

مترسید، مترسید، گریبان مدرانید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۷)





مشکلات کوچک و بزرگ با شاه‌کلید فضاگشایی باز می‌شود. فضاگشایی در دلش تسلیم را دارد، صبر را دارد، توکل را معنی می‌کند. امید، در لحظه بودن، نترس بودن را دارد، و برای همین شاه‌کلیدی است که مولانا به ما معرفی می‌کند.

خدا این‌جاست، در پس هر اتفاق، ولی چون فضا را می‌بندیم، واکنش نشان می‌دهیم، عصبانی می‌شویم، نمی‌گذاریم خدا وارد عمل بشود.

«فُرْجَةُ صَنْدُوقِ نُونُو مُسْکِرِ اسْت»

## فُرْجَةُ صَنْدُوقِ نُونُو مُسْکِرِ اسْت دَرْنِیَابِد کُو بَه صَنْدُوقِ اَنْدَر اسْت (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۱۶)

فُرْجَه: گشایش  
مُسْکِر: مست‌کننده

از این شراب لحظه‌به‌لحظه غافل نشویم. آهای مردم، اخبار به بستن فضا کمک می‌کند. ۹۹ درصد برنامه‌های رسانه‌ای فضا‌بندی می‌کند و تو را در من‌ذهنی نگه می‌دارد و از تو بهره‌کشی می‌کند.

## این جهان زندان و ما زندانیان حُفْرَه کُن زَنْدَان و خُود را وارهان (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۸۲)

عرضی ندارم جناب شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

آقای حسام: سلامت باشید جناب شهبازی. حالا آرتا هم نمی‌دانم حالا «در این بحر» را حفظ کرده می‌خواهد برای شما بخواند.

آقای شهبازی: بله، بله، بله، بله، بچه‌ها همیشه، بله.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای آرتا]

آقای آرتا: می‌گویم عکسم را دیدید؟

آقای شهبازی: بله، بله.



آقای آرتا: کوچک که بودم می‌خواندم. [صدا ناواضح] داشتم گذاشته بودم آن‌جا.

آقای شهبازی: ها! خیلی خب. الان می‌توانی شعر بخوانی؟

آقای آرتا: چه؟

آقای شهبازی: الان یک شعر می‌توانی بخوانی؟

آقای آرتا: آری.

آقای شهبازی: بخوانید.

آقای آرتا: شعرهای مهد کودک و آهنگ توی ماشین را بلدم، [صدا ناواضح] را بلدم، [صدا ناواضح] را بلدم،

چه آهنگی می‌خواهی؟

آقای شهبازی: خیلی خب.

آقای آرتا: ها! چه آهنگی می‌خواهی؟

آقای شهبازی: هرچه که شما بخواهید.

آقای آرتا: [صدا ناواضح] شما چه می‌خواهید؟ اشتباه نخوانم.

آقای شهبازی: بله، بخوانید.

آقای آرتا: الان شما کدام را می‌خواهید به نظرتان؟

آقای شهبازی: چکار بکنم؟

آقای آرتا: الان به نظرتان کدام را می‌خواهید؟

آقای شهبازی: هر کدام را که شما می‌خواهید.

آقای آرتا: خب باشد، نه من نمی‌خواهم، تو بگو. من همان آهنگی که خودم دوست دارم را می‌خوانم.

آقای شهبازی: باشد، باشد بخوانید.

آقای آرتا: خب الان می‌خوانم.

آقای شهبازی: خیلی خب، عجله نکنید.

آقای آرتا: باشد.



زده بارون به اون صورت ماهت  
یه کمی خیس شدن موهای صافت

سر زبون دارم ولی تورو که می بینم  
مست چشمت می شم، ساکت میشینم!

دل به دل راه داره جذابی عشقم  
آرزوم اینه باشی جلو چشمم!

دل به دریا زده ام عاشقم عشقم  
این جوروی نکن با دلم هی نزن چشمک

مغرور جذاب! زیبای خوشگل!  
چشمت درشته، قلبم تو مشتت!

(مسعود صادقلو)

آقای شهبازی: خیلی زیبا، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای آرتا]

۲۴- خانم مریم از اهواز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

**خانم مریم:** استاد جان، آقای شهبازی ببخشید من استاد می‌گویم قصد جسارت ندارم، چون شما بدتان می‌آید، طبق عادت دانشگاه و این‌ها است که می‌گویم. ببخشید آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، هر جور راحت هستید.

**خانم مریم:** خواهش می‌کنم، آقای شهبازی جان خدا را شکر که چیزی که ذهن می‌گوید مهم نیست.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** این روزها هر فکری که در سرم می‌آید با یک شکرگزاری عمیقی می‌گویم مهم نیست این.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** انگار به جانم نشسته این مهم نبودن افکار، چون همراه شده با یک شکرگزاری و لبخند رضایت.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** ولی با این وجود خیلی از فکرها از دستم درمی‌رود و یادم می‌رود که مهم نیستند.

### چون به هر فکری که دل خواهی سپرد

### از تو چیزی در نهان خواهند بُرد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۵)

مثلاً همین دیشب متوجه شدم دو سه سال است که یک فکری را جدی گرفتم و حواسم نیست که مهم ندانمش. دیشب وقتی داشتم به پیغام‌های تلفنی گوش می‌کردم خیلی هوس کردم که دوباره تماس بگیرم. همان موقع ذهنم گفت ان‌شاءالله تو هم پیشرفت می‌کنی و تماس می‌گیری.

ولی خدا را شکر که چیزی که ذهن می‌گوید مهم نیست. همان لحظه لبخندی از جنس آزادی آمد سراغم. پس می‌توانم تماس بگیرم و این شد که تماس گرفتم امشب.

**آقای شهبازی:** آفرین!



**خانم مریم:** آقای شهبازی من، خواهش می‌کنم، ضمناً یک شکاف بزرگی را که این اخیراً زندگی‌ام داشت از طریق آن تلف می‌شد را شناسایی کردم یک کم عمیق‌تر، چون قبلاً با ذهن شناسایی کرده بودم البته، ولی خب این شهوت تعلیم این قدر در من بالا بود که دوباره تسلیمش می‌شدم و آن شهوت حَبَر و سَنی کردن بود.

## تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی خویش را بدخو و خالی می‌کنی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

حَبَر: دانشمند، دانا  
سَنی: رفیع، بلندمرتبه

این اواخر تا می‌آمدم شادی بی‌سبب را احساس کنم یک‌هو یک نفر پیدا می‌شد، می‌گفت من دارم افسرده می‌شوم، چکار کنم، من نمی‌توانم درس بخوانم، من خیلی نگران مادرم هستم، من دارم به خودکشی فکر می‌کنم، چکار کنم و من هم با بی‌باکی اوج می‌گرفتم و شروع می‌کردم به نصیحت کردن او و وقتی شب به خانه برمی‌گشتم گیج و گم بودم و خبری از شادی صبح نبود. چه شده؟ چه شده؟

## ناقه، بس مراقب بود و چُست چون بدیدی او مِهار خویش سست (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۳۸)

چُست: چالاک، چابک

## فهم کردی زو، که غافل گشت و دَنگ رو سپس کردی به گُره بی‌درنگ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۳۹)

زو: مخفف از او  
دَنگ: بیهوش، احمق، ابله

بله، ناقه از همین فرصت ده دقیقه حَبَر و سَنی کردن استفاده می‌کرد و فرسنگ‌ها دور می‌شد.

## چون به خود باز آمدی، دیدی ز جا کو سپس رفتست بس فرسنگ‌ها (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۰)



در سه روزه ره بدین احوالها

ماند مجنون در تردّد سالها

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۱)

راه نزدیک و، بماندم سخت دیر

سیر گشتم زین سواری، سیر، سیر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۵۰)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: خوشحالم که توی ماه اخیر چندین مورد افسرده و مضطرب و ناتوان در درس خواندن را به زندگی واگذار کردم و هرچه اصرار کردند دُهلشان را نزدم و در آخر با این ابیات تعهدات جدیدم را محکم می‌کنم:

من از این خانه پرنور به در می‌نروم

من از این شهر مبارک به سفر می‌نروم

منم و این صنم و عاشقی و باقی عمر

من از او گر بکشی جای دگر می‌نروم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۵۳)

من را اگر بکشی هم دیگر حَبْر و سَنی نمی‌کنم، و من را اگر بکشی هم دیگر تماس تلفنی‌ام را با گنج حضور قطع نمی‌کنم. تمام شد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]

۲۵- آقای بیننده

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: جناب من قبل از آشنایی با برنامه گنج حضور از کلیات سعدی یک چکیده‌هایی برداشته‌ام، می‌خوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای بیننده: جناب من شماره‌هایش را ننوشته‌ام، ولی می‌گویم که از بوستان یا گلستان، چون این‌ها را طبق شماره صفحه نوشته‌ام.  
از گلستان:

نادان را به از خاموشی نیست و اگر این مصلحت بدانستی، نادان نبودی.  
(سعدی، گلستان، باب هشتم در آداب صحبت، حکمت ۳۵)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده:

دروغ گفتن به ضربت لازم ماند که اگر نیز جراحت درست شود، نشان بماند.  
(سعدی، گلستان، باب هشتم در آداب صحبت، حکمت ۸۵)

بزرگش نخوانند اهل خرد

که نام بزرگان به زشتی برد

(سعدی، گلستان، باب اول در سیرت پادشاهان، حکایت ۴۱)

مبَر حاجت به نزدیک تَرش روی

که از خوی بدش فرسوده گردی

اگر گویی غم دل، با کسی گوی

که از رویش به نقد آسوده گردی

(سعدی، گلستان، باب سوم در فضیلت قناعت، حکایت ۱۱)



مال از بهر آسایش عُمُر است، نه عمر از بهر گرد کردن مال. عاقلی را پرسیدند: نیک بخت کیست و بدبخت چیست؟ گفت نیک بخت آن که خورد و کِشت و بدبخت آن که مُرد و هِشت.

(سعدی، گلستان، باب هشتم در آداب صحبت، حکمت ۱)

دو کس رنج بیهوده بردند و سعی بی‌فایده کردند، یکی آن که اندوخت و نخورد و دیگر آن که آموخت و نکرد.

(سعدی، گلستان، باب هشتم در آداب صحبت، حکمت ۳)

عالم ناپرهیزگار کور مشعله‌دار است.

(سعدی، گلستان، باب هشتم در آداب صحبت، حکمت ۵)

دَه آدمی بر سفره‌ای بخورند و دو سگ بر مرداری با هم به‌سر نبرند. حریص با جهانی گرسنه است و قانع به نانی سیر.

(سعدی، گلستان، باب هشتم در آداب صحبت، حکمت ۳۱)

از بوستان:

شنیدم که جمشید فرخ‌سرشت

به سرچشمه‌ای بر به سنگی نوشت

بر این چشمه چون ما بسی دم زدند

برفتند چون چشم بر هم زدند

گرفتیم عالم به مردی و زور

ولیکن نبردیم با خود به گور

(سعدی، بوستان، باب اول، در عدل و تدبیر و رای، بخش ۴ - در معنی شفقت بر حال رعیت)

مکن عیبِ خَلقِ ای خردمند، فاش

به عیب خود از خلق مشغول باش

(سعدی، بوستان، باب هفتم در عالم تربیت، بخش ۶ - حکایت عَضُد و مرغانِ خوش‌آواز)

بِخُسبند خوش روستایی و جفت

به ذوقی که سلطان در ایوان نخفت

(سعدی، بوستان، باب ششم در قناعت، بخش ۱۱ - حکایت مرد کوتاه‌نظر و زن عالی‌همت)



برو خوشه‌چین باش، سعدی صفت  
که گرد آوری خرمن معرفت

(سعدی، بوستان، باب نهم در توبه و راه صواب، بخش ۱۵ - حکایت)

مکن شادمانی به مرگ کسی  
که دهرت نماید پس از وی بسی

(سعدی، بوستان، باب نهم در توبه و راه صواب، بخش ۹ - حکایت عداوت در میان دو شخص)

خدایا مقصر به کار آمدیم  
تهی دست و امیدوار آمدیم

(سعدی، بوستان، باب دهم در مناجات و ختم کتاب، بخش ۳ - حکایت بت پرست نیازمند)

درد دل با سنگ دل گفتن چه سود  
باد سردی می دمَد در آهنت

(سعدی، دیوان اشعار، غزلیات، غزل ۱۴۴)

بسیار سفر باید تا پخته شود خامی  
صوفی نشود صافی تا درنکشد جامی

(سعدی، دیوان اشعار، غزلیات، غزل ۵۹۷)

گرت ز دست برآید، چو نخل باش کریم  
ورت ز دست نیاید، چو سرو باش آزاد

(سعدی، گلستان، باب هشتم در آداب صحبت، حکمت ۱۰۷)

نداشت چشم بصیرت که گرد کرد و نخورد  
ببرد گوی سعادت که صرف کرد و بداد

(سعدی، موعظ، قصاید، قصیده ۱۰ - در نصیحت و ستایش)

نابرده رنج، گنج میسر نمی شود  
مزد آن گرفت جان برادر که کار کرد

(سعدی، موعظ، قصاید، قصیده ۱۲ - توحید)



ای که پنجاه رفت و در خوابی

مگر این پنج‌روزه دریابی

(سعدی، موعظ، قصاید، قصیده ۵۱- پند)

تَنِ آدَمی شریف است به جانِ آدَمیت

نه همین لباسِ زیباست نشانِ آدَمیت

(سعدی، موعظ، غزلیات، غزل ۱۸)

چو دُورِ دُورِ تو باشد، مراد خلقِ بده

چو دستِ دستِ تو باشد، درونِ کسِ مخراش

(سعدی، موعظ، غزلیات، غزل ۳۴)

نشاید کِآدَمی چون کره خَر

چو سیر آمد، نگرَدَدِ گردِ مادر

(سعدی، موعظ، مثنویات، ۴۱- حکایت)

جناب تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]



## ۲۶- آقای بیننده

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

**آقای بیننده:** اولین نکته‌ای که می‌خواستم خدمتان عرض کنم این بود که سری قبلی که زنگ زدم یک چیز جدید متوجه شدم، آن هم این بود که من هر وقت زنگ می‌زدم یک طوری ترسی می‌افتاد توی وجودم انگار که با یک شیر گرسنه روبه‌رو شده‌ام. و درست است، همین‌طور است. واقعاً شما همان شیری بودید که این توهمات ما را، این من‌ذهنی ما را خوردید واقعاً.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**آقای بیننده:** آدم‌هایی مثل شما و مولانا واقعاً شیر هستند. این‌که می‌گویید «در حضور شیر، رُوبه‌شانگی».

### خاصه عمری غرق در بیگانگی در حضور شیر، رُوبه‌شانگی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۴)

رُوبه‌شانگی: مجازاً حيله و تزوير

ترس‌های من از این‌جا شروع شد که گفتم آن سری قبلی که زنگ زدم گفتم از ترس یک وقتی زنگ می‌زنم به شما، ما آن زمان بچگی‌هایمان به دوست دخترهایمان که زنگ می‌زدیم، این طوری بود. بعد الآن فهمیدم که ما می‌خواستیم، ما زرنگی می‌خواستیم، ما می‌خواستیم نقش بازی کنیم، «پیش بینا، شد خموشی نفع تو».

### پیش بینا، شد خموشی نفع تو بهر این آمد خطابِ اَنْصِتُوا (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۷۲)

بعد می‌دانستیم هم که می‌فهمید، نمی‌شود پیش شما نقش بازی کرد، نمی‌شود پیش شما دروغ گفت، مجبور شدیم دیگر کلاً دیگر می‌خواهیم فریاد بزنیم هرچه که هستیم.

**آقای شهبازی:** خیلی خب. آفرین!

**آقای بیننده:** راه دیگر هم نیست. نقش‌بازی کردن، چون ما را نقاش بار آوردند. حالا من یک سری هم نوشته بودم، دیگر هیچ‌چیز، حرف توی حرف آمد، دیگر این هم، نکته‌مان را هم که نوشته بودیم را نخواندیم، بهتر، ولی شما کلاً با ما حقیقتش ما خیلی مشکل داریم، همین‌که می‌گوییم. اگر اجازه بدهید، بخوانم این را.

**آقای شهبازی:** بفرمایید. بله.

**آقای بیننده:** از کجا بخوانم؟ تازگی‌ها فهمیدم این همه درس برای چه بود یا می‌خواستم آن همه ترس، آن ترس‌هایی که می‌گویم زنگ می‌زد، می‌ترسیدم با شما صحبت کنم. من گفتم یا می‌خواستم دروغ بگویم یا نقش بازی کنم یا می‌خواستم غلو بیایم یا می‌خواستم چیزهایی که همه‌شان را از خود شما یاد گرفته بودم به رخ بکشم. خب تا این جایش که ترسی نیست. خب آره جز چیزی که به ما عالی یاد دادند این است که «فقط خودت نباش».

ما این جا به من ذهنی می‌گویم آبرو، آبرومندی ارزش بزرگی است. این جا یعنی هرچه رنگ به رنگ تر باشی بارزش تری.

## کرده حق ناموس را صد من حدید

### ای بسی بسته به بند ناپدید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

حدید: آهن

خب بگذریم که چه بودیم و چه شدیم. مهم از این لحظه به بعدش را می‌خواهیم چکار کنیم با خودمان. حقیقتش خدایا شکرت، من گیر چندتا بند پدید و پیدا هستم.

که (نامفهوم) به کمک بندهای پدید توانستم بندهای ناپدید را از خودم باز کنم. دلم نمی‌خواهد کم‌لطفی کنم نسبت به اعتیادم. خدایا، شکرت که من توی این طویله بسته شدم.

**آقای شهبازی:** خیلی خب!

**آقای بیننده:** و چقدر هم راضی‌ام بابا. البته حدود چند وقتی بیشتر نیست که این‌طور بدون این‌که خودم بفهمم «رضا» آمده توی جانم. توی این دو ماه تازه فهمیدم این هشت سال که با برنامه آشنا بودم معنی‌اش را نمی‌دانستم و داشتم ادای رضا و خوشی را درمی‌آوردم.

الآن که می‌خواهم به یمن غزل چنین حس زیبایی که به جانم خورده چندتا عادت‌های دور از شأن هشیاری دارم که خیلی از داشتن این عادت‌ها شرمنده‌ام. آن هم که توی این بدن زندگی می‌کند. می‌خواهم همین الآن جلوی شما و تمام بینندگان قول بدهم:

۱ - دیگر چشمم نلغزد و هیز نچرخد و به‌قولی هست می‌گوید ذهنم جوان است، ولی مخ پیر است، چشمم از دید زدن زن لخت سیر است. چیزی که ما گیرش هستیم.



خیلی خسته‌ام، از خودم بدم می‌آید، کاش نمی‌فهمیدم. تازه فهمیدم که چه کسی را دارم توی چه چیزهایی گیر می‌اندازم، چون آدمی دید است، هرچه دیدیم همان شدیم خب. الان که این قدر می‌فهمم دیدم چقدر کثیف است همه‌اش، خجالت می‌کشم که چیست، ارزشش چیست.

برنامه قبلی بود، داشتید می‌گفتید شما اگر بدانید که چه کسی درون شما دارد می‌بیند، دارد می‌شنود، دارد گوش می‌کند خیلی خجالت می‌کشم، خیلی کاری می‌کنم که باعث شرمم می‌شود.

**آقای شهبازی:** خب وقتان هم تمام شده. اگر صحبتتان را تمام کنید، با شما خداحافظی می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]



## ۲۷- خانم فرزانه از رودهن

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

**خانم فرزانه:** آقای شهبازی، می‌خواستم بگویم که والله بسیار تغییرات بسیار زیادی داشتم و این‌که خیلی زود عصبانی می‌شدم. اصلاً ارتعاشات را نمی‌دانستم، انرژی را نمی‌دانستم. تمام این‌ها را من یاد گرفتم، می‌دانم. پیشرفت‌هایم این‌ها است، خیلی زیاد است. [کنترل صدا]

بعد خیلی پیشرفت زیادی داشتم و این‌که فقط من یک مقداری وسواس فکری دارم. یک کوچولو ذهنم درگیر چیز می‌شود، قرص هم می‌خورم. یک کوچولو فراموش می‌کنم مثلاً یک چیزهایی را یا یک چیزهای مزاحم توی ذهنم می‌آید، سریع پرهیز می‌کنم، می‌اندازم. ولی در کُل، در کُل ولی الحمد لله خیلی پیشرفت‌ها داشتم در کُل تا وقتی مقایسه می‌کنم با قبل آقای شهبازی، به لطف شما، مولانا، خداوند.

**آقای شهبازی:** آفرین، عالی، عالی! صحبت دیگری ندارید؟

**خانم فرزانه:** خواهش می‌کنم. خیلی خوشحال شدم صدایتان را شنیدم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]



## ۲۸- آقای مرتضی و خانم مریم از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مرتضی]

**آقای مرتضی:** استاد من نمی‌دانم که خارج از رین (قانون: reign) زنگ زد، الان وقت دوستانی که تا حالا زنگ نزده بودند یا مجاز هستیم؟

**آقای شهبازی:** نه، نه، نه شما وقت مجاز زنگ زدید، همیشه هم مجاز هستید. بفرمایید در خدمتان هستیم.

**آقای مرتضی:** خواهش می‌کنم، ارادتمند هستم. من همین‌طور که دوستان هم همیشه گفتند چیزی خلاصه آماده، فی‌البداهه ما به اتفاق مریم جان بودیم گفتیم آقا بزنییم یا شانس یا اقبال که دیگر بخت ما بلند بود و توانستیم صدای نازنین شما را بشنویم. عرض ادب و احترام خدمت شما و همه عزیزان و شنوندگان و بینندگان خلاصه دارم. بهترین‌ها را برای شما، استاد ارجمند، واقعاً آن دوست عزیزی که به شما گفت استاد نازنین، من خواهش می‌کنم همه این لفظ را استفاده کنند، استاد نازنین.

چون واقعاً این‌قدر که نازنین هستید شما این کم‌ترین چیزی است که ما می‌توانیم عرضه کنیم در کلام به شما این‌قدر که شما زحمت کشیدید برای عزیزان در تمام دنیا، برای همه، هر کسی که بخواهد حرکتی از وجود خودش بکند و به حقیقت وجودی خودش دست پیدا کند واقعاً این کلید را شما در اختیارش گذاشته‌اید و من دست‌بوس شما هستم. سپاس‌گزار شما، مولانای عزیز، خداوند بزرگ همه هستیم، خلاصه.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید، لطف دارید.

**آقای مرتضی:** خواهش می‌کنم. خب من بسنده می‌کنم به چند بیتی فقط من عرض می‌کنم و مریم جان هم هستند این‌جا، من می‌دهم گوشی را دست ایشان.

**یکی لحظه از او دوری نباید**

**کز آن دوری خرابی‌ها فزاید**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۸۲)

**ای دل از این سرمست شو، هر جا روی، سرمست رو**

**تو دیگران را مست کن، تا او تو را دیگر دهد**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۷)

واقعاً اگر این را ما شعار کارمان کنیم که بابا من بدهم، او می‌دهد، این‌قدر می‌دهد که نمی‌دانیم چکار بکنیم واقعاً.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مرتضی: یعنی این شادی و این دست‌کرم خداوند را ما همه‌مان حس کردیم، همه‌مان استفاده کردیم، ولی خوب این به قول شما با من‌ذهنی نمی‌گذارد، یعنی این عینک‌های رنگارنگ را هی می‌زند به چشمان، ما نمی‌بینیم واقعاً که بابا ما همه‌چیز داشتیم، همه‌چیز داریم. هر لحظه که ما از آن اعماق وجودمان صدا بزنیم، دستش را دراز می‌کند، این ریسمان همیشه هست، این حبل‌الله همیشه هست. ما فقط باید چنگ بزنیم و خلاصه رهایش نکنیم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

آقای مرتضی:

نَعْرَهُ لَا ضَيْرَ بَشْنِيدِ آسْمَانِ  
چرخ، گویی شد پی آن صَوْلَجَانِ  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۲۰)

ضربتِ فرعون ما را نیست ضَیْرِ  
لطفِ حق غالب بود بر قهر غیر  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۲۱)

گر بدانی سِرِّ ما را ای مُضِلِّ  
می‌رهانیمان ز رنج ای کورْدَلِ  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۲۲)

هین بیا زین سو ببین کین آرغَنُونِ  
می‌زند یا لَیْتِ قَوْمِ یَعْلَمُونِ  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۲۳)

صَوْلَجَان: مُعَرَّبِ چوگان

همیشه این آواز هست که هر کسی مثل شما عزیز که دستش رسیده به آن‌جایی که باید برسد می‌گوید خدا، خدایا [خنده آقای مرتضی]، این قوم من نمی‌دانند. این قدر خلاصه ما، یک شاگردهایی مثل خودمان عرض می‌کنم خدمت شما، که ما کوتاهی می‌کنیم ما واقعاً.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.



**آقای مرتضی:** ما حق را ادا نمی‌کنیم. شما همیشه این دعایان، من می‌دانم، در پیش خودتان و خدای خودتان خدایا، این‌ها نمی‌فهمند، این قوم را خلاصه خودت راهنمایی کن.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید.

**آقای مرتضی:** و ما از وجود شما، این دعای شما هست که خلاصه این ریسمان را نمی‌گذاریم قطع بشود و دستمان همیشه به آن بوده و هست و امیدواریم که همیشه بماند.

**ما رَمَيْتَ إِذْ رَمَيْتِي، فتنه‌ای  
صد هزاران خرمن اندر حَفْنَه‌ای  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۷۹)**

**آفتابی در یکی ذره نهان  
ناگهان آن ذره بگشاید دهان  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰)**

حَفْنَه: مشت از گندم و جو و نظیر آن

این ذره‌ای که واقعاً دهان بگشاید شما بزرگوار بودید.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**آقای مرتضی:** توسط مولانای عزیز بیست و سه چهار سال این زحمت را به جان خریدید. وجود خودت را، تمام ثروت را و خانواده‌ات را هرچه که بود را در طبق اخلاص گذاشتی استاد و عرضه کردی و این محصول به بار نشست و الحمدلله هزار مرتبه شکر که در سراسر، به هر جا که می‌بینی نعره‌ لاضیر دارد می‌آید که ما خلاصه رهیدیم دیگر و ما این قدر انرژی می‌گیرم واقعاً از این صدای عزیزان.

به قول خودتان از بچه‌های سه چهارساله تا پیرمردهای حالا هشتاد نودساله همه یک صدا دارند می‌گویند که خلاصه ما رهانیدیم و بیا قطع کن این دست و پای واقعاً این دست و پای من ذهنی را ما می‌خواهیم که خداوند ان‌شاءالله قطع کند و ما همواره، هر لحظه در واقع در رکاب باشیم و این من می‌خواستم تشکر کنم از آن دوست عزیزی که البته این را نیما جان عزیز برای ما فرستادند نمی‌دانم دقیقاً چه کسی زحمت کشیده؟ این ابیات «أَنْصِتُوا» را من سریعاً خدمتان می‌خوانم. واقعاً دوازده بیت است. البته من ده‌تای آن را که فارسی هست دوتای آن هم کامل عربی است من سریع این را می‌خوانم و خلاصه رفع زحمت می‌کنم.



## خاموش که گفت نیز هستی ست باش از پی اَنْصِتُواش الکن (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۳۴)

اَنْصِتُوا: خاموش باشید  
الکن: لال

واقعاً ما هر لحظه واقعاً باید این دهانمان الکن باشد از گفتاری به غیر از آن چیزی که باید بگوییم و آن چیزی را که باید بگوییم خودش می‌گوید. من چه می‌دانم چه باید بگوییم. من وقتی سکوت کردم وقتی خودش بخواند حرف بزند می‌گوید دیگر، پس باقی حرف‌ها اضافه است دیگر.

## چون تو گوشی، او زبان، نی جنس تو گوش‌ها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲)

## اَنْصِتُوا را گوش کن، خاموش باش چون زبان حق نگشتی، گوش باش (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)

اَنْصِتُوا: خاموش باشید.

## پیش بینا، شد خموشی نفع تو بهر این آمد خطاب اَنْصِتُوا (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۷۲)

## این سگان گرند ز امر اَنْصِتُوا از سَفَه وَع وَع کُنَان بر بدر تو (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۶۶)

واقعاً یک وقت‌هایی ما هر لحظه، یک وقت‌ها که نه، این وعوع، وقوق این سگ‌ها، خلاصه وقوق من‌های ذهنی همین جور هست. از این دایره کوچک شاید داخل خانواده‌مان گرفته تا فراتر می‌رود بیرون جامعه و این‌ها. و اگر ما به خودمان بیاییم، می‌بینیم واقعاً خب نمی‌دانند بنده خداها. حالا ما هم که نمی‌دانیم، ولی همین قدر که شما دست ما را گرفتید فهمیدیم که بابا بالاخره یک چیزی هست. پس آرام باشید، بنشینید، خاموش باشید تا او خودش حرف بزند.

انصتوا یعنی که آبت را به لاغ  
هین تلف کم کن که لب خشکست باغ  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹)

انصتوا: خاموش باشید.  
لاغ: بیهوده

باغ تشنه ما دارد له‌له می‌زند از تشنگی، ما هم خلاصه حواسمان پی آنجایی که نباید باشد هست.

وگرت رزق نباشد من و یاران بخوریم  
فانصتوا و اعترفوا معشر اخوان صفا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۳)

چو گفته‌ست انصتوا ای طوطی جان  
بپر خاموش و رو تا آشیانه  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۴۶)

استاد من خیلی تندتند گفتم، ببخشید از پراکنده‌گویی. فقط خواستم عرض ادبی بکنم، خیلی وقتان را نمی‌گیرم. یک چند لحظه هم مریم جان خدمتتان هستند.

**آقای شهبازی:** بله، خواهش می‌کنم. اختیار دارید. ممنونم، زحمت کشیدید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مرتضی]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: مگر می‌شود واقعاً گنج حضور را آدم پیدا کند استاد مگر می‌شود خوب نباشیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

خانم مریم: یعنی واقعاً این قدر توی هر ثانیه تمام کلمات، تمام این تلفن‌ها هر ثانیه آدم هر کاری می‌خواهد انجام دهد یعنی چیزی نیست که شما نظرتان را نگفته باشید. روی این اشکالات این قدر قشنگ پا گذاشته باشید.

استاد دانشگاه هستید، استاد روان‌شناسی هستید، استاد مشاوره، جراح هستید.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید.

خانم مریم: همیشه یک سری آقایان و خانم‌ها همه می‌گفتند شما چکاره هستید استاد؟ یعنی شما جراح هستید یا مشاور هستید یا وکیل هستید؟ شما معلوم نیست چکاری دارید انجام می‌دهید. واقعاً استاد دانشگاه واقعی

ما، این دانشگاه درونمان بود که حالا من امسال دیگر پنجاه و سه سالم شد، ولی واقعاً الآن حسرت هم نمی‌برم. می‌گویم همین‌که خدا چقدر دوستم داشت. تازه حالا بعد از تصادم هم بود، حتی آن تصادم دقیق طبق این درس‌هایی که شما می‌دهید هر لحظه سرطان اگر کسی می‌گیرد، تصادم می‌کند، نمی‌دانم بی‌پول می‌شود، شغل از دست می‌دهد، هر اتفاقی که می‌افتد فقط پله‌ها را می‌گوید.

واقعاً فقط آن‌که در برنامه ۶۱۱ این قدر قشنگ شما همه این غزلیات را این‌ها را این قدر قشنگ، اصلاً نمی‌تواند آدم واقعاً، اگر بخواهد آدم صحبت کند، ساعت‌ها بنشیند برای اختلافاتی که در واقع می‌افتد توی رفتار و کردار و گفتارمان، همه‌چیزمان، مدل خوردن، مدل راه رفتن، مدل صحبت کردن، مدل زندگی کردن، نگاه کردن آدم با آدم‌ها تغییر می‌کند یعنی اصلاً نگاهمان.

من هیچ وقت این جمله شما یادم نمی‌رود استاد، فرمودید که هر موقع شما آن تبدیل مهم است حالا من ذهنی‌تان را تربیت کنید. دیگر مریض نیستید دیگر، شغل خوب دارید و پول دارید و همه چیز مثلاً هست، ولی این نیست که. داستان اصلی این برنامه این بوده که ما بیاییم به آن عدم برسیم، تبدیل بشویم. اگر نه الآن من پولم را پیدا کنم و شغل داشته باشم و حالا دیگر غیبت نکنم و دیگر بداخلاقی نکنم و بی‌ادبی نکنم و این‌ها. خب این‌ها می‌شود یک من ذهنی تربیت شده.

ولی اصل مطلب چیز دیگری است و این، چقدر این را کدام دانشگاه باید می‌رفتیم یاد می‌گرفتیم استاد؟ یعنی واقعاً کدام دانشگاه است که این طوری درس می‌دهد؟

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم مریم:** این را که آدم یاد بگیرد دیگر اگر بچه‌دار می‌شود دیگر توی سر بچه برای درس نمی‌زند، دیگر عقده دانشگاه ندارد، هیچ چیز. می‌فهمد که تمام زندگی معنای دیگری دارد و هیچ چیز از این قشنگ‌تر نیست. و آن دلفکی که گفتید توی این برنامه‌ها واقعیت کار می‌کند، یعنی ما تا زنده‌ایم این نیست که من ذهنی را یاد گرفته باشیم، بگذاریم آن را کنار، یعنی واقعاً ما تا زنده هستیم باید روی خودمان کار کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** توی هر ثانیه این قدر این قوی است که به اشکال مختلف خودش را نشان می‌دهد. یک دنیا ممنون از همه چیز. واقعاً خیلی دسته گل هستید استاد.

**آقای شهبازی:** لطف دارید. خواهش می‌کنم.

**خانم مریم:** من که می‌روم بالای منبر همین‌طور خیلی زیاد می‌شود، ولی فقط همین را می‌خواهم بگویم که خیلی عزیز هستید. این قدر عزیز هستید که به زبان نمی‌شود گفت.

**آقای شهبازی:** لطف دارید.

**خانم مریم:** کارهایی که انجام دادید، خیلی محبت کردید. ممنون دیگر این اَنْصِتُوا را هم که مرتضی خواند، صدایش هم قشنگ است، خواندند. خیلی ممنون از همه چیزتان.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی]، ممنونم، ممنونم.

**خانم مریم:** یعنی اَنْصِتُوا واقعاً اَنْصِتُوا واقعاً گنج است، یعنی این اَنْصِتُوا که شما آن شش‌تایی که من روی آن، توی ایران بودم روی آن پیانو من نوشته بودم، با قلم زده بودم. که «آلست» و «قضا و کن‌فکان» و «ریب‌المنون» و درواقع «تسلیم و فضاگشایی» و «اَنْصِتُوا» و «کَرَمْنَا» و تاج سر یعنی واقعاً تمام این‌ها را این قدر آمدید با هندسه از طریق همه چیز تکه‌تکه همه این‌ها را از عدم شروع کردید. آدم نمی‌داند کجای آن را بگوید، یعنی قشنگ‌ترین درسمان است. من عقده دانشگاه هارواردی که سال‌ها داشتم استاد الان دانشگاه هارواردم را هم دیگر رفتم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خان مریم:** یعنی واقعاً می‌بینم یک دانشگاهی شما ما را آورده‌اید که تا زنده‌ایم بخوانیم سیر نمی‌شویم و تمام نمی‌شود. روی ماهتان را می‌بوسم استاد، من مزاحم بقیه نشوم، تلفن‌ها را بشنویم. قربان شما بروم واقعاً خیلی عزیز هستید.

**آقای شهبازی:** ممنونم عالی، عالی!

**خانم مریم:** من دست شما را می‌بوسم، روی ماهتان را، ان‌شاءالله که برقرار باشید. فدای شما بشوم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]

◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇