

کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱۰۲۸-۰

اجرا: آقای پرویز شهبازی

چهارشنبه ۳ اردیبهشت ۱۴۰۴

www.parvizshahbazi.com



ده زکات روی خوب، ای خوب‌رو شرح جان شرحه شرحه 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 سیزده‌بدر 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 ۱۰۲۸-۰

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 ۰-۱۰۲۸		
فاطمه اناری از کرج	نرگس کیایی از گیلان	زهرا عالی از تهران
لیلا غلامی از شیراز	مریم زندی از قزوین	فاطمه زندی از قزوین
اعظم جمشیدیان از نجف‌آباد	مرضیه شوشتری از پردیس	ستاره مرزوق از مشهد
نصرت ظهوریان از سنندج	بهرام زارعیپور از کرج	فرزانه پورعلیرضا اناری از کرمان
الهام فرزامنیا از اصفهان	شبثم اسدپور از شهریار	پارمیس عابسی از یزد
	مهشید چوبینه از نورآباد	ماهان چوبینه از نورآباد
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		
کانال متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:		
https://t.me/ganjehozourProgramsText		
کانال متن کامل پیغام‌های تلفنی گنج حضور در تلگرام:		
https://t.me/GanjeHozorTeleText		



ردیف	لینک پیام دهنده
۱	خانم فاطمه از مازندران
۲	خانم بیننده
۳	آقای بیننده از ارومیه
۴	خانم بیننده از کرج
۵	خانم مهتاب از گلپایگان
۶	خانم الهام از تهران
۷	خانم اکرم از قزوین
۸	خانم بیننده از اصفهان با سخنان آقای شهبازی
	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦
۹	سخنان آقای شهبازی
۱۰	خانم فاطمه از تبریز
۱۱	خانم مریم ضیائی از فولادشهر
۱۲	خانم شهربانو از کرج
۱۳	خانم نگار از مازندران
۱۴	خانم مهناز از تهران
۱۵	خانم بیننده
	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦



۱- خانم فاطمه از مازندران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: برنامه بسیار عالی بود. خیلی خیلی عالی بود. بسیار لذت بردیم. خیلی از شما متشکریم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم فاطمه: من فاطمه هستم از مازندران. این قدر این برنامه لذت‌بخش بود، این قدر عالی بود، تمام ذرات وجود من در طرب و شادی است، بسیار از شما متشکرم آقای شهبازی. فقط من نمی‌دانم با چه، زبان اصلاً قاصر است، این قدر این برنامه عالی بود.

از صبح بلند شدم رفتم پیاده‌روی، قبل از برنامه، خودم را آماده کردم و برنامه را گوش دادم. تمام برنامه را نوشتم، با این‌که مریض هم هستم، نصف بدنم **[نامفهوم]** این چه وجودی، چه نیرویی است؟ واقعاً از شما متشکرم. خیلی خیلی زحمت می‌کشید.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: واقعاً از شما بسیار بسیار متشکرم. خیلی خیلی عالی بود. بسیار لذت بردیم.

آقای شهبازی: نه بابا خواهش می‌کنم. وظیفه ما است، لطف دارید.

خانم فاطمه: و چند بیت را خدمت شما می‌خواستم بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم فاطمه:

ای تو ز خوبیِ خویش آینه را مشتری
سوخته باد آینه، تا تو در او ننگری

جان من از بحر عشق، آب چو آتش بخورد
در قَدحِ جان من، آب کند آذری

خار شد این جان و دل، در حسد آینه
کو چو گلستان شده‌ست، از نظرِ عبهری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۸)

آذر: آتش



عَیْبَر: نرگس، مجازاً چشمِ زیبا

آقای شهبازی، واقعاً از شما ممنون و متشکرم. از همهٔ عزیزانی که کوچک، بزرگ، در این راه به ما کمک می‌کنند. واقعاً خیلی خیلی عظمت این برنامه، عظمت این علم این قدر زیاد است که قابل بیان نیست. بی‌نهایت از شما متشکرم. از عزیزانی که به ما کمک می‌کنند.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

حاج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: اول این‌که می‌خواهم سال نو را به شما تبریک بگویم چون من خیلی وقت است زنگ نزدم و از شما تشکر کنم به‌خاطر برنامه‌های خوبی که دارید و مخصوصاً برنامهٔ اخیرتان و دو سه برنامهٔ قبلش. خیلی عالی و خیلی واقعاً تکان‌دهنده بود. و از پیغام‌های دوستان هم خیلی تشکر می‌کنم.

و من نوشتهٔ خاصی ندارم. فقط دو سه تا ابیاتی که خیلی روی من تأثیر گذاشته‌اند و باعث شده‌اند که من یک زمانی که خیلی چالش‌های بزرگی داشتم به سلامتی از آن عبور کنم، می‌خواهم خدمتتان بخوانم اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم بیننده:

با سلیمان پای در دریا بنه

تا چو داوود آب سازد صد زره

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۱)

آن سلیمان پیشِ جمله حاضر است

لیک غیرت چشم‌بند و ساحر است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۲)

تا ز جهل و خوابناکی و فضول

او به پیشِ ما و ما از وی ملول

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۳)

فضول: یاوه‌گو

ملول: افسرده، اندوهگین

بعد ابیاتی که توی مثنوی هست:

قفل زفت است و گشاینده خدا

دست در تسلیم زن و اندر رضا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۰۷۳)

ذره‌ذره گر شود مفتاح‌ها

این گشایش نیست جز از کبریا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۰۷۴)

نمی‌دانم، فراموش کردم بیت آخر را، چون من از حفظ دارم می‌خوانم.

آقای شهبازی: عیب ندارد.



خانم بیننده: این‌ها خیلی به من کمک کرده‌اند. و همچنین ابیاتی که

اِحْتِمَا کن، اِحْتِمَا ز اندیشه‌ها
فکر شیر و گور و، دل‌ها بیشه‌ها
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۹)

احتما: پرهیز

اِحْتِمَاها بر دواها سرور است
ز آن‌که خاریدن فزونی گر است
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۰)

اِحْتِمَا اصل دوا آمد یقین
اِحْتِمَا کن قوه جان را ببین
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۱)

احتما: پرهیز
گر: کچلی

[نامفهوم] در مورد تقوا شما همیشه صحبت کردید و در مورد این‌که پیشگیری بهتر از درمان است. بعد واقعاً که به قول آقا صادق، پرهیز خیلی مهم است.

چون نباشد قوتی، پرهیز به
در فرار لایطاق آسان بجه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

لایطاق: که تاب نتوان آوردن.
آسان بجه: به آسانی فرار کن.

هرجا که من این کار را کردم و سریع تصمیم نگرفتم، خیلی بعداً متوجه شدم چقدر موفق بودم و چه کار خوبی کردم. همیشه عجله هست که کار من ذهنی است و کار ما را خراب می‌کند.

نمی‌خواهم دیگر بیش از این مزاحم بشوم به‌خاطر این‌که شما خیلی روزهای چهارشنبه، خیلی زحمت می‌کشید و من دوست نداشتم این موقع زنگ بزنم ولی جمعه زنگ زدم نتوانستم تماس بگیرم، مجبور شدم الآن زنگ بزنم. دوباره از شما تشکر می‌کنم و قانون جبران هم یادآوری می‌کنم به دوستان، خیلی ممنون، متشکرم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۳- آقای بیننده از ارومیه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: آقای شهبازی بی‌نهایت متشکریم از برنامه‌تان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای بیننده: خیلی زحمت می‌کشید، فقط یک سؤال داشتم، این برنامه آقای شریف‌زاده طادی دیگر نیست؟ ما هر بار واریز می‌کنیم.

آقای شهبازی: چرا؟ همین حساب آقای شریف‌زاده هنوز هست دیگر در ایران.

آقای بیننده: بله هستند؟

آقای شهبازی: بله بله، بله.

آقای بیننده: خب الحمدلله خیلی ممنون، پس می‌خواهم دو کلام با شما صحبت کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای بیننده: من همیشه این شعرها، را ابیات مولانا را تکرار می‌کنم و یکی دوتایش را هم عرض می‌کنم برایتان.

آقای شهبازی: بله بله.

آقای بیننده:

لامکانی که در او نور خداست
ماضی و مستقبل و حال از کجاست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۵۱)

ماضی و مستقبلش نسبت به توست
هر دو یک چیزند پنداری که دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۵۲)

آقای شهبازی: بله «که دوست».

آقای بیننده: خواهش می‌کنم، زیاد وقتتان را نگیرم، خیلی خوشحال شدم با شما تماس گرفتم.

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید از تبریز؟

آقای بیننده: نه از ارومیه زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: از ارومیه زنگ می‌زنید. خیلی خب، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]



۴- خانم بیننده از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: آقای شهبازی الان تلویزیون صدای دیگری دارد ولی من بعد از سال‌ها الان توانستم بگیرم موفق بشوم.

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید؟ صحبت کنید، شما برنامه را گرفتید صحبت کنید.

خانم بیننده: بله برنامه را دیدم، الان ده سالی هست که دارم این برنامه را دنبال می‌کنم و تمام آن ویژگی‌هایی که شما توی برنامه‌تان می‌گویید، همه را من در خودم دیدم، همه را، همه من ذهنی را. شاید هم خیلی چیزهای دیگر بیشتر از آن. و می‌توانم بگویم برای قانون جبران زنگ زدم و این‌که واقعاً زندگی‌ام خیلی تغییر کرده، ولی هنوز اول راه هستم و همه‌اش افسوس می‌خورم که امروز قانونی را یاد گرفتم که باید روی خودم تمام وقت حواسم باشد. گرچه که تمام آن‌ها را هر روز و هر روز می‌شنوم، ولی به قول فرمایش شما بعضی وقت‌ها مثل یک تیر می‌خورد به قلب. و فقط می‌خواهم به شما بگویم خیلی قدردانتان هستم، خیلی، خیلی. امیدوارم یک روز بتوانم تماسی داشته باشم که روی دیگران مؤثر باشم. باز هم از وجود نازنینتان قدردانم و ممنونم و از خدای خودم که توانستم توی این مسیر قرار بگیرم.

آقای شهبازی: ممنونم. از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: من از کرج تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: کرج، بله بله. ممنونم، خیلی خب.

خانم بیننده: یک دنیا ممنون، [صحبت با گریه]، امروز بهترین روز من است که صدای شما را مستقیم گوش دادم بعد از ده سال، متشکرم، ممنونم.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید. خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۵- خانم مهتاب از گلپایگان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهتاب]

خانم مهتاب: خوشحالم که صدایتان را می‌شنوم و استرس گرفتم!

آقای شهبازی: خب یک نفس عمیق بکشید. از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم مهتاب: من مهتاب هستم از گلپایگان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: خانم مهتاب، خب عالی! بله، بفرمایید.

خانم مهتاب: جناب شهبازی من یک سال است که متعهدانه برنامه شما را گوش می‌دهم و خواستم که تغییراتی که با آموزه‌های مولانا و گفته‌های جنابعالی یاد گرفتم را با دوستان با اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

خانم مهتاب: من شاید می‌توانم بگویم که بهترین چیزی که از این برنامه یاد گرفتم صبر بود. خیلی بی‌صبر بودم. توی تمام کارهای من عجله بود و مدام از یک وضعیت فکری به یک وضعیت فکری می‌رفتم و این بی‌صبری واقعاً باعث شده بود که من همیشه دچار استرس و نگرانی باشم.

چون ز بی‌صبری قرین غیر شد

در فراقش پُرغم و بی‌خیر شد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷)

از بی‌صبری من نیروی درونم را گم کرده بودم و واقعا از «فراغش پُرغم و بی‌خیر» شده بودم. خیلی این صبر، این صبر است که به من کمک کرد توی زندگی‌ام.

یکی از چیزهای دیگری که یاد گرفتم مقایسه بود. چقدر این مقایسه من را عقب می‌انداخت. و با خواندن این بیت از مولانا که

قُلْ أَعُوذُ خَوَانِد بَايِد كَاي أَحَد

هين ز نَفَاثَات، افغان وَز عَقَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۲)

«دراین صورت باید سوره قُلْ اعوذ را بخوانی و بگویی که ای خداوند یگانه، به فریاد رس از دست این دمنگدان و این گره‌ها.»

قُلْ: بگو

أَعُوذُ: پناه می‌برم

نَفَاثَات: بسیار دمنده

عَقَد: جمع عقده، گره‌ها

وقتی این بیت را می‌خوانم چقدر به من کمک می‌کند توی مقایسه که من مقایسه نکنم و حواسم به خودم باشد، تمرکز به خودم باشد. چقدر تمرکز روی دیگران بوده و با این برنامه یاد گرفتم که حواسم را بدهم به خودم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهتاب: تمرکز را روی خودم بگذارم. چقدر دنبال شادی از بیرون می‌گشتم. چقدر از بیرون می‌خواستم زندگی را کسب کنم. متوجه شدم با این برنامه که نمی‌توانم زندگی را از بیرون بگیرم، من باید از درون خودم شاد باشم.

یادم است که در گذشته اولین پایان‌نامه‌ای که نوشتم در مورد شادی و شادکامی بود. چقدر دنبال شادی بودم. دلم می‌خواست که حتی با خواندن کتاب‌های زیادی به این شادی برسم، ولی نرسیدم، راضی نبودم. الآن متوجه می‌شوم که من این شادی را از بیرون می‌خواستم کسب کنم، نه از درون خودم. یک نیرویی باید این شادی را به من بدهد و این نیروی درون را من از توی این برنامه یاد گرفتم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهتاب: من یاد گرفتم که دیگران را نمی‌توانم کنترل کنم. نمی‌توانم دنبال این باشم که حواسم مدام به دیگران باشد.

**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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهتاب: چقدر با کنترل کردن دیگران من منقبض می‌شدم. چقدر خودم را محکم نگه می‌داشتم. الآن متوجه شدم که نمی‌توانم خودم را، نمی‌توانم با منقبض بودن جلو بروم و باید:

**حُکم حق گُسترد بهر ما بساط
که بگویند از طریق انبساط
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)**

بساط: هر چیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره

الآن یاد گرفتم که باید من به هر جا که می‌رسم فضاگشایی کنم. شاید الآن دانشش را کسب کردم، شاید الآن هنوز به آن فضاگشایی عمیق نرسیدم که بتوانم درک کنم، اما می‌توانم بگویم نسبت به قبل خیلی فضاگشایتر شدم، راحت‌تر شدم و می‌توانم گسترده‌تر باشم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم مهتاب: ممنون که به صحبت‌هایم گوش دادید. خوشحالم که صدایتان را شنیدم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم مهتاب: دچار استرس شدم و باورم نمی‌شد بگیرد. همیشه تماس می‌گرفتم، ولی خب.



آقای شهبازی: ممنونم. گفتید از کجا زنگ می‌زنید؟ از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم مهتاب: من مهتاب هستم از گلپایگان زنگ می‌زنم جناب شهبازی.

آقای شهبازی: گلپایگان گفتید آری، آری، آری. آفرین! خیلی ممنون مهتاب خانم عالی بود! عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهتاب]

حاج



۶- خانم الهام از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الهام]

خانم الهام: من الهام هستم از تهران.

آقای شهبازی: الهام خانم بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم الهام: من زنگ زدم تشکر کنم آقای شهبازی [صحبت با بغض].

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم الهام: من خیلی سال است برنامه‌تان را گوش می‌دهم، حدود دوازده سیزده سال است ولی متوجه نمی‌شدم. همه را فقط ذهنی شنیده بودم و درک کرده بودم. بعد یک سری اتفاقات در من افتاد، خدا یک بچه مریض به من داد و آن را بعد از هفت هشت سال از من گرفت. بعد از این اتفاق من تازه دوباره رو آوردم به برنامه شما و فهمیدم، تازه فهمیدم که همه را ذهنی فهمیده بودم، بعد از دوازده سیزده سال، الآن یک یک سالی است که قشنگ متوجه می‌شوم همه بیت‌ها را، می‌توانم تقریباً، نه این‌که کامل، می‌توانم عمل کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: بیشترین بیتی که به من کمک کرد که فکر بعد از فکر را قطع کنم این بود که

از خدا غیر خدا را خواستن
ظن افزونی ست و کلی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: بیت دیگری که خیلی به من کمک می‌کند این است که

دَم او جان دهدَت رُو ز نَفَخْتُ بپذیر
کارِ او کُن فیکون است نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم.

و آدم خیلی استرسی‌ای بودم خیلی زیاد، الآن خیلی خوب شدم آقای شهبازی، دست شما درد نکند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم الهام: خیلی ممنونم از شما. برای قانون جبران تماس گرفتم. هنوز هم اول راه هستم، خیلی هنوز درگیری دارم ولی خب ان شاء الله که خدا کمک کند. خیلی ممنونم از شما.

آقای شهبازی: ان شاء الله. عالی عالی! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الهام]



۷- خانم اکرم از قزوین

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اکرم]

خانم اکرم: استاد نازنین و باتعهد آقای شهبازی، واقعاً شما چهارشنبه‌های ما را پُر از عشق و نور و حضور کردید، هزاران الله‌اکبر، هزاران ماشاءالله به جان پهلوانتان.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید.

خانم اکرم:

بلبل مست تا به کی ناله کنی ز ماهِ دی؟
ذکرِ جفا بس است، هی شکر کن از وفا بگو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۹)

من همیشه از ازل تا ابد در محضر حق بودم و هستم، ولی کی؟ زمانی که مرکز را عدم کنم و نگه دارم. سلامش را می‌توانم در همین قالب تنم هم بشنوم.

سلام من شنوی در لحد، خبر شَوَدَت
که هیچ‌وقت نبودی ز چشم من مَسْتور
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۴۵)

آقای شهبازی ما همیشه فکر می‌کردیم یک جای دیگری، یک زمان دیگری، یک مکان دیگری، می‌توانیم خداوند را ملاقات کنیم و الآن معنی آیه «هر کجا که هستید با شماست» را از زبان شما عزیز دریافت کردیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اکرم:

چو ما بر خویشتن آغیار گشتیم
نباشد غصّه اغیار، ما را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۲)

آغیار: جمع غیر، از خود بیگانه، جداگشته، بیگانگان

وقتی فضا را باز کنیم و ببینیم که من‌ذهنی اغیار است، جدا است دیگر غصّه‌ای نمی‌ماند. منی که از کوه غصّه خودم دارم جدا می‌شوم، روا می‌دارم دیگری هم به حال خودش بماند و او هم ان‌شاءالله به نور حق جدا بشود از من‌ذهنی‌اش.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اکرم:



گرچه خود را بس شکسته بیند او آب صافی دان و سرگین زیر جو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۷)

هر لحظه می‌گویم من نیازمند این علم هستم. نیازمند علم زیستن هستم. آقای شهبازی عاجزانه ما به مولانا پناه آوردیم، ما با این علم آقای شهبازی سبک جدیدی به زندگی‌مان دادیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اکرم: من عید همه حرف‌های شما را آقای شهبازی تا جایی که توان داشتم گوش دادم، پرهیز کردم، الگوها و مناسبت‌هایی که قبلاً برای ما به صورت تحمیل فرستاده بودند، همه را نهی کردم، گفتم من با مولانا می‌خواهم زندگی کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اکرم: من یک جور باید زندگی کنم اصلاً من ذهنی‌ام هم من را نشانسد، چه برسد حالا تأیید بگیرم، توجه بگیرم و چقدر آقای شهبازی ما در درون خودمان چشمه فوق‌العاده جوشانی داریم.

آنکه جوی و چشمه‌ها را آب داد

چشمه‌یی در اندرون من گشاد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۴)

آقای شهبازی: بله.

خانم اکرم: و این گم شدن ما، گم شدن ما، گم می‌شوم به خود من.

گم می‌شود دل من، چون شرح یار گویم
چون گم شوم ز خود من، او را چگونه جویم؟

نه گویم و نه جویم، محکوم دست اویم
ساقی وی‌ست و باقی، من جام یا گدویم

از تو شوم حریری، گر خار و خارپشتم
یکتا شوم درین ره گر خود هزارتویم

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع ششم)

ایمان دارم آقای شهبازی این ابیات این همه سرگین‌ها را دارد نشان می‌دهد، پندار کمال را نشان می‌دهد، ناموس صد من حدید را نشان می‌دهد، خب معلوم است واقعاً ما را به وحدت می‌رساند.



گم شدن در گم شدن دین من است
نیستی در هست آیین من است

تا پیاده می‌روم در کوی دوست
سبز خنگ چرخ در زین من است

چون به یک دم صد جهان واپس کنم
بنگرم، گام نخستین من است

من چرا گرد جهان گردم؟ چو دوست
در میان جان شیرین من است

شمس تبریزی که فخر اولیاست
سین دندان‌هاش یاسین من است
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳۰)

سبز خنگ چرخ: آسمان، فلک

سین دندان: ردیف دندان‌ها، دندان‌های معشوق را به حرف «سین» مانند کرده‌اند.

من آمدم پیش شکسته‌بندی همچون مولانا، همچون آقای شهبازی.

چون شکسته می‌رهد، اشکسته شو
آمن در فقر است، اندر فقر رو
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۵۷)

حواسم می‌شود کسی من را این‌ور و آن‌ور نگشاند ان‌شاءالله.

از این سو می‌کشاندت، و ز آن سو می‌کشاندت
مرو ای ناب با دُردی، بپر زین دُرد، رو بالا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۴)

دُرد: آنچه از مایعات خصوصاً شراب ته‌نشین شود و در ته ظرف جا بگیرد، لِرُد.

ما ز بالاییم و بالا می‌رویم
ما ز دریاییم و دریا می‌رویم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۷۴)



جان فدا کردن برای صید غیر کفر مطلق دان و نومیدی ز خیر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۱۱)

دیگر دنبال کفر نمی‌روم، دیگر می‌خواهم که خود زندگی همان به گوش عدم‌شنوی من آن امرش را بگوید و من فقط در امر و نهی ایزدی باشم آقای شهبازی با همین برنامه. اصلاً نمی‌خواهم غلظت حضور را از بین ببرم با پخش شدن به جهت‌های مختلف.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اکرم:

آنکه از حق یابد او وحی و جواب
هرچه فرماید، بود عین صواب
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۵)
آنکه جان بخشد اگر بکشد، رواست
نایب است و، دست او دست خداست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۶)

همچو اسماعیل، پیشش سر بنه
شاد و خندان پیش تیغش جان بده
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۷)
تا بماند جانت خندان تا ابد
همچو جان پاک احمد با احد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۸)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اکرم: دیگر خودنمایی و تأیید گرفتن و این‌ها را رها کنم و ان‌شاءالله با همین برنامه به‌سوی خرد و زندگی بدون هیچ سو رفتنی ادامه بدهم.

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

مزاد: مزایده و به معرض فروش گذاشتن



حیله‌ها و خشم‌ها و رشک‌ها
بر سرش ریزد چو آب از مشک‌ها
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۶)

دشمنان او را ز غیرت می‌درند
دوستان هم روزگارش می‌برند
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۷)

آنکه غافل بود از کشت و بهار
او چه داند قیمت این روزگار؟
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۸)

در پناه لطف حق باید گریخت
کاو هزاران لطف، بر ارواح ریخت
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۹)

ان شاء الله آقای شهبازی ما بتوانیم آن‌جوری که شما تعهد دارید ما هم توی این مسیر بمانیم.

چو ما اندر میان آییم او از ما کران گیرد
چو ما از خود کران گیریم او اندر میان باشد
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۷۷)

این من‌ذهنی را رها کنیم و با شیخی همچون زندگی، مولانا در کشتی حضور برویم و برویم.

چون‌که با شیخی، تو دور از زشتی‌ای
روز و شب سیّاری و، در کشتی‌ای
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۴۰)

در پناه جان‌بخشی توی
کشتی‌اندر خفته‌ای، ره می‌روی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۴۱)

نوی: مقیم در جایی

الحمدلله آقای شهبازی خیلی خوشحال شدم که ارتباط برقرار شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! باورکردنی نیست خانم ماشاءالله شما این شعرها را می‌خوانید، آفرین، آفرین!

خانم اکرم: واقعاً آقای شهبازی سبک جدید زندگی به سبک مولانا به ما یاد دادید که ما ارزشمند هستیم، ما خودمان قدرتمند هستیم، ببخشید خانه هم شلوغ بود، بچه‌ها داشتند شلوغ می‌کردند.

آقای شهبازی: خیلی خب.



خانم اکرم: ولی خیلی خوشحال شدم ارتباط برقرار شد.

و یک پیغام هم می‌خواستم بگویم آقای شهبازی، این برنامه را با برنامه‌های دیگر اصلاً نباید قاطی کنیم و این را زندگی توسط همسر من به من پیغام داد که اصلاً به هیچ شاخه‌ای ما نپریم، همین درخت گنج حضور را بگیریم، ایمان داشته باشیم که می‌توان پرید، می‌توان رها شد، می‌توان از اسارت ذهن در آمد.

آقای شهبازی: بله، آفرین، آفرین! عالی، عالی! ممنونم اکرم خانم با شما خداحافظی کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اکرم]

گنج حضور



۸- خانم بیننده از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: می‌خواستم یک چندتا نکته بود که توی ذهنم بود برایتان بگویم. یکی این‌که در مورد مشارکت توی برنامه می‌خواستم بگویم، با این‌که ما توی ایران هستیم ولی به‌هرحال من خودم چند سال پیش وقتی مشارکت می‌کردم از نظر مالی، نمی‌خواهم بگویم کمک، چون که کلمه کمک به‌نظر من اشتباه است، من فکر می‌کنم که باید توی چنین جریانی آدم یک مقداری این شانس را داشته باشد که هر چقدر هم کم، مشارکت داشته باشد. و همین از نظر مالی به‌نظرم مهم است.

من خب چند سال پیش به اندازه همان ۱۰۰ دلار می‌توانستم مثلاً پولی که می‌دادم توی، به پول ایران. ولی خب وقتی که ارزش پول ما کم شد خب حالا همان ۱۰۰ دلار را نمی‌توانم بدهم واقعاً، آن‌قدر درآمد دیگر نیست، ولی همان اندازه که می‌توانم کمک کنم، یعنی مشارکت کنم، این را خوشحال می‌شوم.

و این را که یک بار گفتیم که کسانی که توی ایران هستند، مثلاً ممکن است که نتوانند، من به‌نظر من هر چقدر هم کم، آدم باید این کار را انجام بدهد. یک مقداری از آن درآمدش را اختصاص بدهد به این مشارکت کردن توی این برنامه به‌نظر من خدایی.

و این را لطف کنید که این را همیشه باشد یک حسابی که به‌هرحال آن‌هایی که می‌خواهند هر چقدر هم کم می‌توانند، این مشارکت داشته باشند.

و یکی این‌که در مورد شعرهای مولانا و صحبت‌هایی که شما می‌فرمایید، من خودم به‌عنوان یک حافظ قرآن، یک کسی که بیست سال است دارد، حداقل، قرآن را دائماً می‌خواند و مرور می‌کند و اصلاً نمی‌توانم من از آن جدا بشوم، من هر چقدر گوش می‌دهم، هم صحبت‌های شما و توضیحات شما و هم به‌خصوص حضرت مولانا، آن چیزی که به‌نظر من می‌آید، هر دفعه‌ای یک آیه‌ای می‌آید مثلاً.

حتی چیزهایی که، بیت‌هایی که آیه‌ای توی آن نیست، ولی صحبت‌ها و محتوا و کیفیت حرف‌ها می‌آید مثلاً یک آیه حضور پیدا می‌کند. این را می‌گویم!! این‌جای قرآن گفته، این مطابقت با این دارد، آن مطابقت با آن دارد.

و این‌که من از نظر من، مولانا قرآن را به زبان و ادبیات و فرهنگ ما گفته و واقعاً این برای من شگفت‌انگیز است و خیلی خوشحالم، دوست داشتم این را بگویم که منطبق است.

آقای شهبازی: آفرین! بله. درست است. از کجا زنگ می‌زنید شما؟ از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: من از اصفهان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: اصفهان! بله بله، خیلی خوشحالم که شما وارد هستید می‌گویید، این درست است واقعاً. اگر هم بعضی جاها شما شعرهایی می‌بینید که مثلاً آثاری از قرآن نیست، ولی می‌دانید که این مربوط به کدام آیه است، می‌توانید به ما بنویسید و بفرستید این را اگر زحمت می‌کشید.

خانم بیننده: بله. خواهش می‌کنم. من حالا یک مواقعی که بتوانم یعنی موقعی باشد که منطبق هست یا موقعیتش باشد، من برایتان توی واتساپ می‌فرستم، چون گرفتن تلفن خیلی سخت است.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. نه نه، از همین طریق واتساپ یا تلگرام، مخصوصاً واتساپ بفرستید. روح، شما که این قدر خواندید می‌گویید، واقعاً خواهید دید که خیلی از آیه‌ها ظاهرش نیست، کلمه‌ای از آن نیست، ولی روحش در بیت هست.

خانم بیننده: بله، بله دقیقاً.

آقای شهبازی: بله، اگر کسی این را بتواند بفهمد و دریاورد، خیلی چیز جالبی می‌شود.

خانم بیننده: بله بله. حالا آن جاهایی که سوره‌ها و آیات را می‌آورند که خب می‌آورند. ولی خیلی جاها هست که اصلاً ظاهراً هم هیچ آیه‌ای و چیزی، حرفی از قرآن نیست، ولی منطبق است. من خودم برایم تداعی می‌شود آیات قرآن.

و چندتا چیزی که خیلی خیلی من را توانست نجات بدهد از صحبت‌هایی که شما می‌فرمایید، یکی این که توقعات را، و این که در مورد آن صحبتی که پیامبر، مولانا می‌فرماید که پیامبر گفتند، این خیلی اثرگذار بوده.

من از وقتی که این را واقعاً متوجه شدم که توقع داشتن و انتظار از دیگران داشتن و از خارج خودمان داشتن، اصلاً یک چیز واقعاً اشتباهی است، یک باری از دوش من برداشته شد. کلاً یک باری، حالا مثلاً یک بار سنگینی روی دوشم بود، آمد پایین، تمام شد! یعنی گفتم آها! چه خوب! من هیچ توقعی نباید از کسی باشم، چقدر خوب! می‌دانید؟ این یک جور شگفت‌انگیزی، معجزه‌وار، انگار مثلاً کمر مرا شکسته بود، صاف شد، درست شد. و این توقعات، این خیلی برای من اثرگذار بود و خیلی برایم مهم بود و فهمیدنش، درکش خیلی خوب بود. و این که حالا نمی‌خواهم دیگر زیاد وقت بگیرم.

آقای شهبازی: نه، بفرمایید.

خانم بیننده: و به هر حال از وقتی که من توانستم به شما گوش بدهم، توانستم بهتر هم قرآن را بفهمم. از وقتی که توانستم به مولانا بیشتر گوش بدهم، یعنی مولانا را همیشه از بچگی من دوست داشتم، ولی نتوانسته بودم خودم درست از آن استفاده کنم، فقط عاشقش بودم، شعرهایش را دوست داشتم، حس انرژی‌اش را می‌گرفتم، ولی این که شما این‌ها را توضیح می‌دهید و خیلی نکاتی که شما خودتان می‌فرمایید، خیلی نجات‌دهنده است. می‌خواستم این چندتا چیز را خدمتان بگویم. نمی‌خواهم دیگر زیاد وقت بگیرم. خیلی ممنون.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم.

خانم بیننده: شما خیلی ارزشمند هستید، خیلی کار بزرگی می‌کنید. صداقت و شفافیت شما هم خیلی اثرگذار است. یعنی آن چیزی که مرا جذب این برنامه کرد و نگهم داشت، صداقت و شفافیت این برنامه است. یعنی هیچ‌جای دیگر من چنین شفافیت و صداقتی را ندیدم. و منطبق بود با آن چیزی که به هر حال من چون قرآن را خیلی خیلی زیاد خواندم، این روحی که جریان پیدا می‌کند، آن انرژی‌ای که جریان پیدا می‌کند به وسیله قرآن توی وجود آدم، می‌تواند تشخیص بدهد این شفافیت و صداقت را و این چشمه به نظر من زلالی است که آگاهی پاک و زلال از آن می‌آید و این واقعاً ارزشمند است. خیلی ممنونم، امیدوارم که همیشه موفق باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦



۹- سخنان آقای شهبازی

خب همان‌طور که می‌بینید، شماره تماس برای پشتیبانی روی صفحه است. اگر سؤالی دارید، می‌توانید به این شماره زنگ بزنید یا از طریق واتساپ یا تلگرام تماس بگیرید. بله، هم ایمیلش هست هم تلگرامش هست، هم شماره واتساپ و تلگرام هست.

۰۰۱۴۳۸۶۸۶۷۵۸۰

این شماره تلفن پشتیبانی گنج حضور است و شما هر سؤالی را می‌توانید از این‌جا بکنید. این هم هست، [اشاره به صفحه] شماره تماس با پشتیبانی گنج حضور که هم تلفن هست هم واتساپ هست هم تلگرام هست. یک موقعی راجع به حساب و این‌ها شما می‌خواهید برسید، به این شماره می‌توانید زنگ بزنید، به من هم می‌توانید زنگ بزنید، شماره تلفن من الآن خواهد آمد، می‌بینید، یا می‌توانید تکست (پیام: text) بفرستید، از طریق واتساپ می‌توانید برسید، خیلی ساده است.



۱۰- خانم فاطمه از تبریز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: با سلام خدمت عزیز و بزرگوار، آقای شهبازی عزیز و تمام گردانندگان گنج حضور، با تشکر از پشتیبانی گنج حضور، از این‌که تقاضای مرا به خدمت جناب آقای شهبازی رساندند. آقای شهبازی عزیز، من حدود دو سال است که نتوانستم با شما تماس بگیرم به علت گرفتاری که داشتم، اما امروز از خدا خواستم که با شما تماس داشته باشم و خدا را شکر که ارتباط برقرار شد.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: چنان‌که فرموده بودید چگونه می‌شود که فضا باز نمی‌شود؟ باید بگویم وقتی توی ذهن هستیم و سبب‌سازی ذهنی می‌کنیم و قضاوت و خدا را امتحان می‌کنیم، یعنی من ذهنی داریم، دیگران را «حبر و سنی» می‌کنیم، پندار کمال داریم، ناموس داریم، که خداوند آن‌ها را صد من حدید فرموده‌اند. غیبت می‌کنیم. ما باید اجازه بدهیم خداوند ما را امتحان کند و راه را بگشاید و ما را هدایت کند، اگر مرکز را عدم کنیم.

ولی وقتی مرکز را می‌بندیم، می‌گوییم من می‌دانم و این‌همه دانستن کافی است. مرکزمان بسته خواهد شد. ولی ما این عنایت‌ها از طرف خدا قبول نداریم، خدا هم به ما ریب‌المنون برای ما می‌فرستد، بلکه ما را از خواب غفلت بیدار کند و به او زنده شویم. مثل این‌که اول خداوند فرمودند من خدای شما هستم؟ گفتیم بله. حالا هم باز همان‌طور باشیم تا تمام شور و عشق و عشق فراوان بر ما بیارد.

در ضمن آقای شهبازی در برنامه خیلی قبل فرمودید انشایی درباره کسانی بنویسید که در خواب هستند، اگر اجازه بفرمایید من حالا آن‌ها را بخوانم.

آقای شهبازی: خیلی خب، بفرمایید.**خانم فاطمه:** زنده باشید.**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: کسانی که در ذهن هستند و ناموس دارند و بدگویی می‌کنند و قضاوت دارند، خود را دانشمند می‌دانند، غیبت می‌کنند، با مردم ستیز دارند، مرکز خود را عدم نمی‌کنند، شادی را از من ذهنی می‌خواهند، قانون جبران را رعایت نمی‌کنند، شادی را از اجسام می‌خواهند، اگر بروند شهر یا کشور دیگر این‌قدر خوشبخت می‌شوند، این‌طور نیست، این‌طور نیست، بد دیگران را می‌خواهند، پیشرفت دیگران را نمی‌توانند تحمل کنند، فکر می‌کنند خوشبختی یعنی خانه بزرگ، ماشین آخرین سیستم، مسافرت رفتن، داشتن فرزندان والا مقام، پول، ثروت، ولی این‌ها هیچ کدام حقیقی نیست.

حسودی می‌کنند، پیشرفت دیگران را نمی‌توانند تحمل کنند، از خدا شکایت دارند، خودشان زندگی را برای خود زندان می‌کنند و فکر می‌کنند که خدا مقصر است، با ابله‌های خود راه زندگی را می‌بندند و انتظار دارند که خدا همه کارها را ردیف کند و برای آن‌ها رهگشا باشد. قانون جبران مالی و معنوی را رعایت نمی‌کنند، از همه کس انتظار نیکی و خوبی دارند و خود را دست بالا می‌گیرند. آن‌هایی که توپ و تانک می‌سازند و فکر می‌کنند که به مردم کمک می‌کنند، مگر خدا آن‌ها را برای جنگ و دعوا آفریده یا برای صلح و صفا؟



کسانی که مال‌اندوزی می‌کنند و می‌گویند هرچه بیشتر بهتر، مردم را مسخره می‌کنند و غافل از این‌که خدا در قرآن فرموده که من آن‌ها را مسخره خواهم کرد. راهی که باید بروند آن را رها می‌کنند و با شیطان دوست می‌شوند که آن‌ها را به قعر جهنم من‌ذهنی بفرستد.

به بدن خود ضرر می‌زنند، ورزش نمی‌کنند، در خورد و خوراک حالت تعادل ندارند و رعایت نمی‌کنند، خود را مریض می‌کنند و گلایه از کائنات دارند، به برنامه گنج حضور گوش نمی‌کنند و خود را به هر دری می‌زنند که حال خوبی داشته باشند. ببخشید من [صدا ناواضح] ولی خیلی کم مانده.

کسانی که تا حرفی می‌شنوند می‌رنجند و در خواب هستند. کسانی که کمال‌گرایی دارند در خواب هستند و اضافه کنم که من حدود چهار سالی هست که با برنامه گنج حضور آشنا شدم و کل زندگی‌ام تغییر کرده و آرامش خاصی در درونم است و این ارتعاش به اطرافیانم هم امیدوارم در حد عالی رسیده باشد.

و در خاتمه، آقای شهبازی عزیز امیدوارم هر کس راه درست خود را انتخاب نموده و با برنامه گنج حضور به حضور برسد و دنیا پر از شادی و صفا و صمیمیت باشد و عمر طولانی و باعزت برای شما استاد گرامی و فرستندگان پیام صوتی و کودکان نازنین عشق و جوانان عشق سلامتی آرزو دارم، عضو کوچک گنج حضور، فاطمه از تبریز.

آقای شهبازی: خیلی ممنون خانم فاطمه. عالی، عالی!

خانم فاطمه: زنده باشید. خیلی ممنون، به خدا می‌سپارم، ان‌شاءالله که همیشه سلامت باشید آقای شهبازی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]



۱۱- خانم مریم ضیائی از فولادشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: ممنونم بابت برنامه بسیار زیبای امروز و تمثیل‌های بسیار قشنگتان راجع به خیاط، نجار، شکسته‌بند. و مرتبط با بخش سوم یک برداشتی داشتم که با اجازه‌تان می‌خوانم.

آقای شهبازی: بله، بله. خواهش می‌کنم.

خانم مریم: ممنونم.

نقص‌ها آینه وصف کمال و آن حقارت آینه عز و جلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۰)

ز آنکه ضد را ضد کند ظاهر، یقین
ز آنکه با سرکه پدید است انگبین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۱)

هرکه نقص خویش را دید و شناخت
اندر استکمال خود دواسبه تاخت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲)

استکمال: به کمال رسانیدن، کمال‌خواهی
دواسبه تاختن: کنایه از شتاب کردن و به شتاب رفتن

استاد جان چاره دلی که با من ذهنی، همان دل آلوده نظم‌گیر کرده است چیست؟ دلی که از خدا و مرکز عدم فاصله گرفته و خانه دل به جای آنکه مرکز خدا، یعنی شادی و خلاقیت باشد، مرکز غم و یأس و ناامیدی و نقص‌ها شده است. خداوند همان زندگی تبدیل‌کننده است. خداوند چاره این دل، بخشش تبدیل‌کننده است و دل انسان را آینه کند و پاک می‌کند و برای پاک کردن دل قابل بودن انسان شرط نیست، یعنی اگر خداوند بخواهد به انسان کمک کند شرطش پاک بودن و خوب بودن انسان نیست.

شرطش انجام عبادات انسان نیست، بلکه او بی‌دریغ می‌بخشد، یعنی خیری که از طرف زندگی به انسان می‌رسد شرط و شروط ندارد و او رحمت اندر رحمت است و به علت رحمت زیادی که به انسان دارد هر لحظه در صدد کمک به انسان به خصوص انسان مشتاق و متعهد که نقص خویش را پذیرفته، قبول کرده، انکار نمی‌کند، شاهد است، ذره‌ای قضاوت ندارد، پرهیز و شکر و صبر را در مرکز وجودش قرار داده است. راضی است، دچار پندار کمال نشده، فضا را هر لحظه با تسلیم باز می‌کند، در کار خدا دخالت نمی‌کند با تقایصش، پارازیت نمی‌اندازد و با سرعت کار می‌کند، مقاومت و واکنش در لحظه را به صفر رسانده تا خدا دست به کار شود و درست کند.



از بدی‌ها آن چه گویم هست قصدم خویشتن
زانک زهری من ندیدم در جهان چون خویشتن

گر اشارت با کسی دیدی ندارم قصد او
نی به حق ذوالجلال و ذوالکمال و ذوالمنن

تا ز خود فارغ نیایم با دگر کس چون رسم
ور بگویم فارغم از خود، بود سودا و ظن

(مولوی، دیوار شمس، غزل ۱۹۶۹)

استاد جان انشایی که شما فرمودید آن را نوشتمش و خوانش غزل زیبای امروز هم من در کانال حتماً با عزیزان به اشتراک خواهم گذاشت و این‌که در اصل ما از جنس خدا هستیم و هر لحظه پیغام ارجعی و پیغام آلتست طنین‌انداز وجود انسان است، پس چرا من نمی‌شنوم؟ و من انسان آمده‌ام با من‌ذهنی‌ام، همان من نفسانی‌ام از داشته‌ها و نباشته‌هایم سخن می‌گویم. ای انسان، چه کردی با خودت؟ این من خودنما که درون ما سنگر گرفته و دشمن درجه یک یک انسان است. این من‌ذهنی خودنما اگر با داشته‌ها و کاشته‌هایش خودنمایی نکند و این‌که می‌دانی ای انسان، اصل تو از شادی است و خدا و زندگی هر لحظه در شور و شوق و شادی منتظر تو است و می‌گوید با من‌ذهنی، دشمن درونت تطمیع نکن، برگرد و به خودآ، تو در آغوش خودم بودی، هستی و خواهی بود پس گول من‌ذهنی‌ات را نخور و برگرد. استاد جان تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خیلی زیبا!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]



۱۲- خانم شهربانو از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شهربانو]

خانم شهربانو: استاد برنامه امروز خیلی عالی بود. ممنون از زحماتتان. واقعاً نمی‌دانیم چه‌جوری تشکر کنیم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

خانم شهربانو: ممنونم، واقعاً سپاس، واقعاً خدا را شکر.

آقای شهبازی: این برنامه ۱۰۲۷ هم به‌نظم شعرهای خوبی داشت. شما برنامه ۱۰۲۷ را دیدید؟

خانم شهربانو: بله.

آقای شهبازی: خوب بود؟ خوشتان آمد؟

خانم شهربانو: عالی بود استاد. برنامه‌های اخیر خیلی عالی هستند. قبلی‌ها هم خیلی عالی‌تر بودند. این‌ها مثلاً روزبه‌روز بیشتر به جان ما می‌نشینند. واقعاً سپاس‌گزار شما و زندگی هستیم. و رَحْمَتُ الْعَالَمِينَ بر ما ظهور کرد. خدا را شکر.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم شهربانو: واقعاً شاکریم. شاکر این لحظه، این برنامه، شما، وجود پربرتِ شما. رحمت هستید برای جهانیان، برای ما ایرانی‌ها.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، لطف دارید.

خانم شهربانو: استاد اگر اجازه بدهید غزل امروز را با آواز بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم شهربانو: [غزل ۳۰۱۸ را با آواز می‌خوانند.]

ای تو ز خوبیِ خویش آینه را مشتری
سوخته باد آینه، تا تو در او ننگری

جان من از بحر عشق، آبِ چو آتش بخورد
در قدحِ جانِ من، آبِ کُند آذری

خار شد این جان و دل، در حسد آینه
کو چو گلستان شده‌ست، از نظرِ عبهری

گم شده‌ام من ز خویش، گر تو بیابی مرا
زود سلامش رسان، گو که خوشی، خوش‌تری



گر تو بیابی مرا، از من، من را بگو
که من آواره‌ای گشته نهان چون پری
مست نیم، ای حریف، عقل نرفت از سرم
غمزه جادوش کرد، جان مرا ساحری
گر تو به عقلی، بیا، یک نظری کن در او
تا تو بدانی که نیست کار بتم سرسری
بر لب دریای عشق، دیدم من ماهی‌ای
کرد یکی شیوه‌ای، شیوه او برتری
گرچه که ماهی نمود، لیک خود او بحر بود
صورت گوساله‌ای، بود دو صد سامری
ماهی ترک زبان کرد، که گفته‌ست بحر
نطق زبان را که: تو حلقه برون دری
دم زدن ماهیان، آب بود، نی هوا
زانکه هوا آتشی‌ست، نیست حریف تری
بنگر در ماهی‌ای، نان وی و رزق او
بحر بود، پس تو در عشق از او کمتری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۸)

آذر: آتش
عمهر: نرگس، مجازاً چشم زیبا
حریف: دوست، یار، معشوق
غمزه: اشاره با چشم و ابرو، برهم زدن مژگان از روی ناز و کرشمه
به عقل: عاقل، با عقل
سامری: مردی از قوم موسی (ع) که با ساختن گوساله‌ای زرین قوم خود را فریب داد.
تر: خیس، مرطوب

[تماس قطع شد.]

آقای شهبازی: قطع شد. خیلی زیبا! خانم شهربانو از کرج.



۱۳- خانم نگار از مازندران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نگار]

خانم نگار: آقای شهبازی، می‌خواستم یک چیزی بگویم که من قبل از این برنامه، حدود یک هفت سالی هست که این برنامه را دارم گوش می‌کنم، یک دو سال قبل این برنامه من یعنی هفته‌ای فکر کنید یعنی سه چهار باری یک خوابی می‌دیدم که [نامفهوم] تکرار می‌شد و این خواب این بود که من یک جا بودم و یک چیزی مثل حالا می‌گفتند شیطان است، دُورم می‌چرخید. من هرچه مثلاً سوره می‌خواندم «أعوذُ بالله» می‌گفتم این‌ها، این رد نمی‌شد و برایم جالب بود چرا من این خواب را هی تکرار می‌شد و می‌دیدم و دلیلش را نمی‌دانستم.

خدایا مثلاً می‌گفتند «أعوذُ بالله» بگویی خُب این می‌رود، ولی این اصلاً نمی‌رفت. تا این‌که من گفتم حالا با این برنامه آشنا شدم و فهمیدم که باید انگار با گفتن درست نمی‌شود. حالا یا باید از درون، فضاگشایی کنی و حالا وارد این راه که شدم فهمیدم جریان چیست. که آن خواب دیگر رفت. [خنده خانم نگار] یعنی با دیدن این برنامه آن خواب هم رفت.

حالا من انگار احساس می‌کردم که حالا این آمد به من نشان بدهد که آری، شما باید پرهیزکاری را داشته باشید و فضاگشایی کنید تا این از بین برود. با گفتن یک «أعوذُ بالله» که مثلاً می‌گویید که شیطان را دوری کنید، این حالتی نمی‌شود. و این‌که من الآن حالا خیلی حالا به قول خودم دارم روی خودم کار می‌کنم، رفتنِ خودم را به ذهن می‌بینم. و این‌که این من ذهنی‌ام، خیلی خوشی دارد نشان می‌دهد. این افکار، من را می‌برد غرق می‌کند.

ولی می‌دانم که من دارم می‌روم به ذهن و این خوشی‌ها یک جهنمی هست که حالا دارد خودش را به صورت این خوشیِ آنی نشان می‌دهد. و این‌که حالا سخت است، یک ذره درمی‌آیم ولی باز دوباره من را می‌کشد داخل. بعد، ولی نمی‌دانم چرا ولی هست دیگر همچنان من هم دارم با آن کلنجار می‌روم.

و این‌که حس تنهایی را الآن بیشتر دوست دارم، خیلی. و نمی‌دانم چرا آقای شهبازی می‌خواستم از شما سؤال کنم، اطرافیان و نزدیکان از این‌که من این حس تنهایی را دوست دارم و می‌روم توی خلوت یک ذره انتظارها بالا رفت و دوست ندارند، ناراحت می‌شوند. ولی خب من این حس، این تنها بودن را خیلی به من مزه می‌دهد. یعنی این‌که چون اگر تنها باشم، خب می‌روم توی کانال، روی خودم کار می‌کنم و از همه‌جا بی‌نیاز هستم.

من حس بی‌نیازی به دیگران دارم ولی دیگران انگار اطرافیان نه، انتظار دارند و این یک ذره سخت شد الآن. ماندم که چکار کنم. چون احساس می‌کنم درست است، پیش آن‌ها می‌روم ولی آن‌جور که این‌ها می‌خواهند که همه‌اش با هم باشیم، من احساس می‌کنم من از برنامه دور می‌شوم، نمی‌شود.

بعد نمی‌دانم حالا آقای شهبازی باید چکار کرد؟ این تنها بودن درست است؟ خوب است، یا این‌که نه؟ در جمع هستم ولی آن قدری که دیگران انتظار می‌رود نیستم. چون این تنهایی را بیشتر ترجیح می‌دهم.

آقای شهبازی: والله من چیزی نمی‌توانم بگویم، باید خودتان فکر کنید، تشخیص بدهید، تصمیم بگیرید. [خنده آقای شهبازی] بله.



خانم نگار: چرا، من خودم هم می‌دانم، چون تنهایی، واقعاً نه این‌که کلاً تنها باشم، از دیگران دور باشم، نه. ولی شاید هم نمی‌دانم این‌ها دام‌هایی هست که برای من است. این چیزهایی هست که حالا پیش می‌آید، آدم باید با همه چیز سر کند دیگر.

وقتی که آدم می‌آید توی این راه، احساس می‌کنم خیلی اتفاقات برای آدم پیش می‌آید. آدم را زیر و رو می‌کند که تا آدم را به قول معروف که چیز است، این چوب چوگان را هی خداوند این‌ور و آن‌ور می‌زند تا بزند به هدف. من الآن احساس می‌کنم این حالتی‌ام. حالا باید صبور باشم.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم نگار: همین، فقط خواستم همین را بگویم، خسته نباشید هم به شما بگویم.

آقای شهبازی: ممنونم، خیلی زیبا! بله.

خانم نگار: و این‌که این آزادی‌ای که از این بند همانیدگی‌ها، ما این آزادی نصیبمان شد خیلی شیرین است. شاید به خاطر این باشد، برای من حداقل این‌جوری است. این آزادی این‌قدر به دلم می‌نشیند که دیگر نمی‌خواهم برگشت کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نگار: یعنی تا با یک چیزی همانیده می‌شوم، می‌گویم دوباره می‌خواهد فکرم مشغول بشود و آن آزادی از بین می‌رود. آزادی حس آرامش به آدم می‌دهد.

آقای شهبازی: همین‌طور است.

خانم نگار: یک حس‌رهایی هست که خیلی به دلم می‌چسبد.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نگار]



۱۴- خانم مهناز از تهران

خانم مهناز:

«تو آسمون قلبتون باز می‌شه خورشید رو دید

از چشمای مهربونتون می‌شه نقاشی کشید

تو نگاهِ پرشکوهتون می‌شه عاشقی رو دید

توی اون لطف و صفاتون می‌شه گم شد پر کشید

تو سکوت مبهمتون تموم ناگفته‌هاست

تو کلامتون به‌جز عشق و وفا نمی‌شه یافت

شما یک کشتی بزرگی توی دریای حیات

که همه را می‌رسانید شما به ساحل نجات

آرزومه بمونید برای ما تا همیشه

اونی که با شما باشه تو درد و رنج گم نمی‌شه»

سلام استاد گل‌رخسار من، من مهناز هستم از تهران.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. خانم مهناز خیلی ممنون، چه حرف‌های قشنگی زدید، خیلی زیبا!

خانم مهناز: هر وقت با شما حرف می‌زنم نمی‌دانم چرا می‌خواهم بمیرم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بفرمایید در خدمتتانم، بله، بله دیگر آخرهای برنامه است.

خانم مهناز: ببخشید استاد، به افتخارتان اول یک کف بلند بزنم برای این درس امروز **[کف زدن خانم مهناز]**.

آقای شهبازی: ممنونم لطف دارید.

خانم مهناز: واقعاً بی‌نظیر بود الهی آینه بشویم، الهی آینه بشویم.

آقای شهبازی: الهی، بله، بله. ان شاء الله آینه خداوند بشویم.

خانم مهناز: ان شاء الله. من آن هفته که شما فرموده بودید که یک دانه انشا بنویسید.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم مهناز: آدمم انشایم را بنویسم که این مباحثی که باعث می‌شود که من مثلاً نتوانم مثل قرین این‌ها درست

مثلاً عمل کنم در رابطه با رها شدن از من‌ذهنی، استاد چنان کمرم گرفت نصف انشایم را که نوشتم کارم به

بیمارستان و درمانگاه کشید.

آقای شهبازی: چرا؟



خانم مهناز: تا همین هفته خدا شاهد است بستری شدم، ولی نصفش را نوشتم خیلی کم است. اجازه می‌دهید بخوانم؟

آقای شهبازی: انشا [خنده آقای شهبازی].

خانم مهناز: خیلی کم است.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم بفرمایید.

خانم مهناز: می‌گویم که وسطش مریض شدم، یک کمی‌اش را بخوانم.

آقای شهبازی: بله بفرمایید.

خانم مهناز: بیت اولش را بخوانم؟

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید، هرچه می‌خواهید بگویید.

خانم مهناز: می‌دانم شما خیلی خسته‌اید.

آقای شهبازی: نه نه نه شما بخوانید، خستگی من حالا چند دقیقه در خدمت شما هستم بله.

چون شکسته می‌رهد، اشکسته شو

آمن در فقر است، اندر فقر رو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۵۷)

آن گهی کاو داشت از کان نقد چند

گشت پاره پاره از زخم کُند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۵۸)

دشمن تو جز تو نبود، ای لعین

بی‌گناهان را مگو دشمن به کین

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۳۸)

من کوهی از درد بودم پر از همانیدگی با همسرم، فرزندانم، پول، حرص، تأیید و توجه خواستن از دیگران، ملامت و سرزنش خود و دیگران و حس نقص و هزاران چیز دیگر و مفهوم سکوت را که بزرگ‌ترین سرمایه هر انسان است را نمی‌دانستم برای همین هی پاره‌پاره می‌شدم. کوه همانیدگی‌هایم آن‌قدر بزرگ بود که فکر می‌کردم هر کس رسید یک کُند در دست گرفته یک تیشه به آن زد. اما با ابیات مولانا آموختم که

گفت شیطان که بما آغویتنی

کرد فعل خود نهان، دیو دنی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

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



گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا او ز فعل حق نَبْد غافل چو ما (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹)

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

با ابیات مولانا سعی کردم بشکنم این‌ها را، کوه همانیدگی‌هایم را خودم با دستِ خودم تیشه بگیرم و بشکنم. شما همیشه می‌گویید «مدانید که چونید، مدانید که چندید» برای همین الآن نمی‌دانم تا چه حد موفق شده‌ام. ولی هر صبح که از خواب پا می‌شوم نکات روز قبل را که تا چه حد توانسته‌ام سکوت کنم، تا چه حد توانسته‌ام فضاگشایی کنم، تا چه حد در لحظه جواهرنشانِ ابد توانسته‌ام بمانم و در گذشته و آینده نباشم، مانع‌سازی و مانع‌بینی، دشمن‌سازی و دشمن‌بینی نکنم را به‌کار برده‌ام؟ آیا فقیر شده‌ام از همانیدگی‌هایم؟ و هر کدام را که نتوانسته‌ام رویش کار کنم ابیات مربوط به آن‌ها را می‌خوانم.

من مطمئنم من‌ذهنی دائم در کمین ما است. هر وقت خواستم خوشحال بگویم امروز توانستم، یک تلفن، یک قرین، یک خشم را در من بالا آورد و بعد مثل بازیِ مار و پله من سقوط کردم به پایین. باز مهره را انداختم. تلاشم را کردم که رسن را بگیرم و از چاه ذهن خود را بیرون بکشم، هزار بار سقوط کردم، حتی من هم داشتم به این نتیجه می‌رسیدم که باید بروم یک جای دور که کسی نباشد اما،

می‌گریزم، تا رگم جُنْبان بُود کی فرار از خویشتن آسان بُود؟ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۸)

همین قدرش را نوشته بودم استاد، بعد دیگر ببخشید کمرم گرفت یک‌هو.

آقای شهبازی: خیلی خوب، خیلی خوب، عالی، عالی.

خانم مهناز: خیلی دوستان دارم، واقعاً از شما هزاران بار سپاس‌گزارم. نمی‌دانم راجع به شما چه می‌توانم بگویم. آن شعری که بچه‌گانه گفته بودم را از من قبول کنید.

آقای شهبازی: ممنونم، خواهش می‌کنم [خنده آقای شهبازی]، چشم شعر چه بود؟

خانم مهناز: همان که الآن گفتم که برای شما گفته بودم.



آقای شهبازی: آهان، بله، ممنونم آن که اصلاً به ما نمی‌آید شما لطف دارید، چیزهایی بود که خیلی.

خانم مهناز: خواهش می‌کنم، خیلی ناچیز است در مقابل چیزی که شما هستید. ببخشید وقتتان را گرفتم.

آقای شهبازی: اختیار دارید، قربان شما. خیلی زیبا!

خانم مهناز: یک دنیا از شما ممنونم، استاد گل‌رخسار من، شکل آن گل‌های رز روی میزتان هستید ببخشید.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهناز]

حاج



۱۵- خانم بیننده

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: خب خیلی خوشحال شدم. شما می‌فرمایید ابیات را تکرار کنید.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: من خیلی مقاومت دارم. یعنی فکر می‌کنم همین‌که برنامه را گوش می‌دهم ابیات تکرار می‌شود یا گاهی وقت‌ها ابیات به یاد می‌آید، آن‌ها را تکرار می‌کنم یا صبح می‌روم پیاده‌روی جسته و گریخته ابیات را تکرار می‌کنم، همین کافی است.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم بیننده: ولی واقعاً کافی نیست.

لطف معروف تو بود آن، ای بهی

پس کمال البرّ فی اِتمامه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۱)

«ای زیبا، این‌که در شب دنیا تو را می‌بینم از لطف و احسان تو است. پس کمال احسان در اتمام آن است.»

بهی: روشن، زیبا

اوایل با خواندن این بیت فکر می‌کردم خداوند باید نیکویی‌اش را کامل کند و این حالت درخواست و دعا از خداوند را دارد. که با تکرار آن دریافتم خداوند چون کامل است هرچه می‌دهد در لحظه کامل و تمام است. او در لحظه همه را کامل می‌دهد ولی چون من نمی‌بینم و در ذهن هستم، چون نیکویی کامل خداوند را نمی‌بینم، دعا می‌کنم که آن را کامل به من بدهد. به این شکل از لحظه خارج می‌شوم و منتظر می‌مانم که خداوند در آینده نیکویی را، نیکویی حق را به من بدهد، نیکویی خودش را به من بدهد. این بیت یک نمونه است که من با تکرار فهمیدم که می‌توانم خیلی کامل‌تر بفهمم و در لحظه بفهمم. پس باید ابیات تکرار بشوند.

بعد آقای شهبازی، من خیلی برنامه را که گوش می‌دهم، موارد کوچک و بزرگی را می‌نویسم که بگویم ولی اصلاً یعنی نمی‌شود یعنی اصلاً به قول معروف نوبت من نمی‌شود. ولی من حالا یکی دوتایش را نوشتم توی چند دقیقه سعی می‌کنم در سه چهار دقیقه این موارد را بگویم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم بیننده: بله، یکی این هست که من حدود دوازده سیزده سال است که این برنامه را گوش می‌دهم و حتی لحظه‌ای، حتی لحظه‌ای به دلم نیامده که این برنامه مثلاً نمی‌تواند کار کند، حتی لحظه‌ای. خودم دیدم خودم کار نمی‌کردم، یعنی خودم همه‌چیز را از خودم می‌دانم، مشکلات و همه ضعف‌ها از طرف خودم هست.

و همین دوازده سیزده سالی که باعث شده حالا من با نشیب و فراز، افتادن و برخاستن ولی این برنامه را ول نکنم و همیشه دنبال این برنامه باشم و این برنامه را گوش بدهم باعث شده خب یک سری رشدایی هم بکنم. من توانستم مثلاً یک ذره برای بچه‌ها یک چیزهایی را بنویسم گاهی اوقات. مدرسه بروم و این چیزها را برای



بچه‌ها بخوانم با توجه به آموزش‌های مولانا. که مثلاً حالا گاهی وقت‌ها این ابیات مولانا را هم به بچه‌ها می‌گویم. یکی از این ابیاتی که من به بچه‌ها گفتم فقط خواستم برای نمونه بگویم:

قهر سرکه، لطف همچون انگبین کین دو باشد رکن هر اسکنجبین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸)

اسکنجبین: معرب سرکنگبین (سرکه + انگبین) که به سکنجبین هم معروف است.

من این را مثلاً مثل یک داستانی که خودم از خودم درمی‌آورم مثلاً یک مادر بزرگی که با بچه‌اش، با نوه‌اش صحبت می‌کند. حالا از او می‌خواهد برود مثلاً شیشه سرکه بخرد یا انگبین بخرد و آن را می‌شکند بچه‌اش. بچه‌اش آن را می‌شکند و می‌آید معذرت‌خواهی می‌کند و مادر بزرگ این بیت را برایش می‌خواند. بعداً کار به جایی می‌رسد که این‌ها خودشان شربت سکنجبین را با عسل و سرکه درست می‌کنند.

من این مثلاً این داستان را برای بچه‌ها می‌گویم و این به هر جهت شربت سکنجبین درست می‌شود و این بیت را برای بچه‌ها می‌خوانم. و واقعاً به‌طور معجزه‌آسا می‌بینم این بچه‌ها اصلاً این بیت را انگار تمام زیر و بمش را، بچه‌های کلاس سوم یا پنجم دبستان این بچه‌ها این بیت را کاملاً یاد می‌گیرند که متوجه می‌شوند وقتی خشمی می‌آید از کسی یا حتی از خودشان باید حتماً فضاگشایی کنند. و اگر سرکه‌ای از کسی به‌عنوان خشم می‌آید این‌ها باید عسل را اضافه کنند که این شربت سکنجبینی درست بشود و اوضاع خیلی خراب‌تر نشود.

بعد من فقط یک نکته دیگر هم بگویم دیگر خدا حافظی می‌کنم چون شما هم خسته هستید. در برنامه ۱۰۲۷ که برنامه بسیار خوبی بود، البته همه برنامه‌ها جالب است و این برنامه‌ها همه خوب است آقای شهبازی. اصلاً نمی‌توانیم بگوییم که برنامه ۲۶ بهتر بود یا ۲۷، این بستگی به آمادگی ما دارد. اگر من الان آماده‌تر هستم پس برنامه مثلاً ۲۸ روی من بیشتر کار می‌کند. اگر هفته پیش یا دو هفته پیش آماده‌تر بودم، پس آن برنامه دو هفته پیش برای من بهتر است. آن بستگی به جانم دارد که الان جان من در چه حالی هست، آن برنامه را چه‌جوری می‌تواند پذیرا باشد. چون همه برنامه‌ها خوب است، همه برنامه‌ها ابیات مولانا را دارد از فضای حضور می‌آید.

در برنامه ۱۰۲۷ شما گفتید افکارتان را کنترل نکنید. من به این جمله توجه کردم یک‌هو دیدم افکارم را کنترل می‌کنم، به این فکر می‌گویم خوب به دیگری می‌گویم بد. اگر فکری باشد که مثلاً به من کمک کند، مثلاً در خصوص این رفتار فرزندم فضاگشایی کنم می‌گویم این فکر خوبی است و وقتی در دلم از کاستی امور مادی شکایت دارم می‌گویم این فکر بدی است. این دو مثال بود که من بگویم که ذهن من دائماً در حال خوب و بد کردن است و این همان کنترل افکار است. در مقابل کنترل افکار، مراقبت است، مراقب بودن افکار است.



مولانا به جای کنترل می‌آید مراقبت را توصیه می‌کند. مراقبت در بستر فضای گشوده شده یا بی‌مقاومتی می‌افتد. در فضای بی‌مقاومتی ما هیچ‌گونه مقاومت و ستیزه در روبه‌رو شدن با حال ذهنی خود نداریم، اصلاً خوب و بد نمی‌کنیم، هیچ‌گونه کنترلی نداریم و در رویارو شدن با افکارمان قضاوت خوب بودن یا بد بودن آن‌ها را نداریم. ما رهای رها هستیم و فقط با دو چشم و دید نظر افکارمان را رصد می‌کنیم بدون هیچ بد و خوب کردن. کوچک‌ترین بد و خوب کردن افکار ما را در فضای مقاومت می‌برد و ما از فضای گشوده شده رانده می‌شویم.

در برنامه ۱۰۲۶ شما معنای قناعت را برای ما شرح دادید. «قناعت» یعنی پذیرش لحظه آن‌گونه که هست و قانع بودن به چگونگی لحظه و پذیرش آن بدون کوچک‌ترین مقاومت. پس مراقبت با قناعت همراه است و کنترل اگرچه به نظر صلاح می‌آید، اما صلاحی را پیگیری می‌کند که خواست من ذهنی است و حالی است، و حالی است که من ذهنی در جست‌وجوی آن است. به دست آوردن حال خوب از دید خودش و راندن حال بد از دید خودش. در صورتی که در فضای گشوده شده حال نیک و بد یکی نیست و تمام احوالات برای اصلاح کار هستند. اگر حال بد است این حال بد دارد کارسازی‌های شادی می‌کند. پس ما باید صبور باشیم و دید کلی را همیشه فراروی خود داشته باشیم. خب خسته نباشید به شما می‌گویم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦