

کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۳-۱۰۵۹

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

جمعه ۲۶ تیر ۱۴۰۵

www.parvizshahbazi.com



ده زکات روبرو، لا روبرو

شرح جای، شرح شرح بازگو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. درعین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذایمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.
(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۳-۱۰۵۹

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 ۳-۱۰۵۹		
بهار احمدی از اصفهان	رویا اکبری از تهران	الهام امیدخواه از تهران
الهام بخشوده‌پور از تهران	اعظم جمشیدیان از نجف‌آباد	فرزانه جوکار از نورآباد
ماهان چوبینه از نورآباد	لیلی حسینی‌زاده از تبریز	فاطمه ذوالفقاری کوهی از شیراز
بهرام زارع‌پور از کرج	فاطمه زندی از قزوین	مریم زندی از قزوین
مرضیه شوشتری از پردیس	اعظم امامی از شاهین‌شهر	سمیه صفری از نجف‌آباد
راضیه عمادی از مرودشت	پارمیس عابسی از یزد	زهرا عالی از تهران
شاپرک همتی از شیراز	الهام عمادی از مرودشت	لیلا غلامی از شیراز
مهردخت عراقی از چالوس	فرشاد کوهی از خوزستان	کمال محمودی از سنندج
آتنا مجتبابی‌زاده از ونکوور	پارمیس عابسی از یزد	اعظم مظفری‌زاده از اصفهان
مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	نصرت ظهوریان از سنندج	آرزو نوری از اصفهان
آزاده نوری از اصفهان	الهام تقی‌پور	
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 «بلی» تماس حاصل کنید. @zarepour_b کانال متن کامل پیام‌های تلفنی گنج حضور در «بلی»: http://ble.ir/ganjehozour_teletext کانال متن کامل برنامه‌های گنج حضور در «بلی»: http://ble.ir/ganjehozourprogrmtextarchive		



ردیف	لینک پیام‌ها
۱	<u>خانم بهار از تهران با سخنان آقای شهبازی</u>
۲	<u>آقای امین و خانم زهره و کودک عشق از آمل</u>
۳	<u>سخنان آقای شهبازی</u>
۴	<u>خانم بیننده با سخنان آقای شهبازی</u>
۵	<u>سخنان آقای شهبازی</u>
۶	<u>آقای یوسف از تخت جمشید با سخنان آقای شهبازی</u>
۷	<u>سخنان آقای شهبازی</u>
۸	<u>خانم پارمیس از یزد</u>
۹	<u>سخنان آقای شهبازی</u>
	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦
۱۰	<u>آقای عباس از تهران</u>
۱۱	<u>سخنان آقای شهبازی</u>
۱۲	<u>آقای علی از دانمارک</u>
۱۳	<u>سخنان آقای شهبازی</u>
۱۴	<u>خانم پروین از استان مرکزی با سخنان آقای شهبازی</u>
۱۵	<u>خانم مینا از اصفهان</u>
۱۶	<u>آقای شهرام از تهران</u>
۱۷	<u>سخنان آقای شهبازی</u>
۱۸	<u>خانم مینا و آقای مهران از اصفهان</u>



سخنان آقای شهبازی	۱۹
خانم دیبا از کرج با سخنان آقای شهبازی	۲۰
سخنان آقای شهبازی	۲۱
♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	
سخنان آقای شهبازی	۲۲
خانم رخشان از تهران با سخنان آقای شهبازی	۲۳
خانم دینا از کانادا	۲۴
سخنان آقای شهبازی	۲۵
خانم آیدا از نجف‌آباد	۲۶
خانم لیلا از استرالیا با سخنان آقای شهبازی	۲۷
خانم شیوا از آمریکا	۲۸
سخنان آقای شهبازی	۲۹
خانم اکرم از خوزستان	۳۰
خانم زهرا از تهران با سخنان آقای شهبازی	۳۱
خانم اکرم از قزوین	۳۲
♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	



۱- خانم بهار از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بهار]

خانم بهار: آقای شهبازی، غزلی را در برنامه ۱۰۵۹ رمزگشایی کردید که برای من خیلی آموزنده بود. مطلبی را آماده کردم که اگر اجازه بدهید با شما و دوستان به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: اسمتان چه بود؟

خانم بهار: من بهار هستم از تهران.

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

خانم بهار: خواهش می‌کنم. غزل ۲۴۷۷، دیوان شمس، برنامه ۱۰۵۹ گنج حضور. در این غزل با طلسم من‌ذهنی روبه‌رو می‌شویم، همان تابلوی پیچیده از فکرها و هیجانات که ما را می‌پوشاند تا حقیقت را نبینیم. می‌آموزیم که رنج، خشم و نگرانی، نه واقعیت بلکه صورت‌های طلسم هستند. یاد می‌گیریم که هر کِششی در زندگی، چه به سمت مادیات و چه به سمت معنویت، درحقیقت قوّت آهن‌ربای الهی است.

در این غزل تفاوت میان سایه و مایه را می‌شناسیم و می‌فهمیم که بیداری نه یک دستاورد مادی یا زمانی، بلکه یک طلوع درونی است. هدف نهایی این غزل پذیرفتن شکستن است. چراکه من‌ذهنی باید مانند یک شیشه زیر پای حق بشکند تا شراب حضور جاری شود و این طلسم باطل گردد. وردِ بیداری: کلیدِ باطل کردن طلسم من.

بیت اول: صورت طلسم و آتش غلتان.

سوخت یکی جهان به غم، آتشِ غم پدید نی

صورت این طلسم را هیچ کسی بدید؟ نی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)

مطابق این بیت، حالم را در درون یک گوی شیشه‌ای بزرگ دیدم که دُور تا دُورش در آتش می‌سوزد. من داخل این گوی هستم و می‌بینم که تمام زندگی‌ام از بدو تولد تا به امروز در حال سوختن است. آن‌جا که رنجیدم، آن‌جا که به‌خاطر از دست دادن چیزی غصه خوردم، آن‌جا که چیزی برخلاف میل بود خشمگین شدم، ترسیدم، کینه به دل گرفتم. آن‌جا که پرونده‌های قدیمی خانواده خودم و یا همسرم را دوباره باز کردم. آن‌جا که با قضاوت خواستم همسرم، فرزندم و خانواده‌ام را مطابق میل خودم اصلاح کنم. آن‌جا که خودم را با دیگری مقایسه کردم. آن‌جا که فکر بعد از فکر امانم را بُرید. آن‌جا که گله کردم، ناسپاسی کردم، جایی بود که صورت‌های طلسم را



ندیدم، اما آتش سوزاننده‌اش را با تمام وجودم حس کردم. وقتی از داخل این گوی شیشه‌ای به آتش نگاه کردم، دریافتم تمام دردهای قدیمی من فقط طلسم‌هایی بودند که مرا بیدار کنند.

بیت دوم: آهن‌ربای نامرئی و نفی سبب‌سازی.

می‌کشدم به هر طرف قوّت کهربای او ای عجباً بدید کس آن‌که مرا کشید؟ نی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)

کهربا: صمغی زردرنگ، فسیلی، و از دسته هیدروکربن‌ها که به دلیل وجود الکتریسیته ساکن کاه را جذب می‌کند و مصرف تزئینی دارد.

مطابق این بیت، خودم را یک تکه آهنی دیدم که با یک آهن‌ربای عظیم و درخشان به هر طرف کشیده می‌شود. من به سوهای مختلف می‌روم، می‌لرزم، می‌چرخم، درد می‌کشم، اما نمی‌بینم که چه کسی مرا می‌کشد و برای چه می‌کشد؟ کمی که دقیق‌تر نگاه می‌کنم، متوجه شدم هیچ اتفاقی در زندگی من تصادفی نیست و تحت نفوذ و اثر این آهن‌ربا است.

درست است در ظاهر به سمت پول، همسر، فرزند و چیزهای مختلف مادی می‌روم و دچار ضرر و زیان می‌شوم، اتفاقات بد می‌افتند، اما همگی این‌ها دعوتی است از سوی حق تا من را به سوی خودش بیاورد. این اتفاقات و کشمکش‌ها قدرت کهربای خدا است تا من را از دلبستگی با آدم‌ها و مادیات بیرون بکشد و به سوی خودش جذب کند.

بیت سوم: جشن بی‌صدا.

هست سماع، چنگ نی، هست شراب، رنگ نی صد قدح است بر قدح آن‌که قدح چشید، نی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)

سماع: رقص، پای‌کوبی
قدح: پیاله مخصوص شراب خوردن

مطابق با این بیت، خودم را در یک فضای سفید و روشن دیدم که صدای موسیقی می‌پیچد و هزاران جام شراب معلق هستند، اما نه سازی است و نه رنگی، فقط شادی خالص است. اما نمی‌دانم چرا من از این قدح‌ها نمی‌چشم؟ آن‌جا که شادی و آرامش خودم را در اتفاقات خوب و موفقیت‌های بیرونی گره می‌زنم، در حال سماع ذهنی هستم، درحالی‌که من برای خوشبختی، برای شادی به چیزی نیاز ندارم. تمام قدح‌های شادی در عدم من



جاری است، کافی است شمع بهارِ مستِ حضور را روشن کنم. کسی که در هر لحظه می‌تواند بدون هیچ سببی در رقص یگانگی باشد.

بیت چهارم: شکستن شیشه و رهایی از من.

عشق قرابه‌باز و من در کف او چو شیشه‌ای شیشه شکست زیر پا، پای کسی خلید؟ نی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)

قرابه: شیشه شراب یا آب قرابه‌باز: رقصنده‌ای که در حال رقص قرابه بر سر نهد. شیشه‌باز خلیدن: فروبردن چیزی باریک و نوک‌تیز، ع مانند خار در بدن یا چیز دیگر، مجازاً آزردن کردن

در این بیت خداوند مانند یک رقصنده تیزپا است و من مانند یک شیشه ظریف در دستانش. ناگهان رقصش تند می‌شود و من از دستش می‌افتم و ترک می‌خورم و می‌شکنم. اما وقتی می‌شکنم، می‌بینم که پُر از نورم که در این فضا با رقصنده یکی می‌شود. آن‌جا که خداوند با بی‌مرادی‌ها و تضادها این منِ شیشه‌ای‌ام را بر زمین می‌اندازد تا بشکند، اما من مقاومت می‌کنم، اعتراض می‌کنم و می‌ترسم از شکستن. آن‌جا که اجازه نمی‌دهم توقعاتم شکسته شود، آن‌جا جایی است که باید بگویم بشکن مرا ای شیشه‌باز! تا تمام توقعات و رنجش‌هایم زیر پای تو خرد شود، بشکن مرا ای شیشه‌باز!

بیت پنج و شش: سقوط شیخ و مُرید، سایه و مایه و نفی صورت‌ها.

در قدم روندگان شیخ و مرید بی‌عدد در نفسِ یگانگی شیخ نه و مرید نی

آن‌که میان مردمان شهره شد و حدیث شد
سایه بایزید بُد، مایه بایزید نی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)

حدیث شدن: به دهان‌ها افتادن، شهره شدن

مطابق این دو بیت یک صف طولانی از آن‌ها را دیدم، البته خودم هم در میان آن‌ها بودم که لباس‌های شیخ و مریدی پوشیده‌اند، با تکبر راه می‌روند. ناگهان یک دم، یک نفس می‌وزد و تمام لباس‌هایشان می‌پرد. می‌بینم که دیگر هیچ‌کس نیست، فقط یک مایه، جای یک نور باقی مانده‌است.



متوجه شدم رتبه‌بندی شیخ و مرید [قطع صدا] در حقیقت یگانگی هیچ رتبه‌ای نیست، فقط یک نفس است که در همه می‌دمد. مطابق این دو بیت، دیگر خودم را با دیگری مقایسه نمی‌کنم و سعی نمی‌کنم از طریق معنویت به رتبه‌ای برسم و در طلسم شیخ و مرید باقی بمانم، چون در نفس یگانگی نه شیخی است و نه مریدی.

عید وصال، عید بی‌تاریخ:

مژده دهید عاشقان، عید وصال می‌رسد زان‌که ندید هیچ‌کس، خود رمضان و عید نی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)

مطابق این بیت، یک خورشید درخشانی را در مرکز می‌بینم که هر لحظه با هر خاموشی فکر، با [قطع صدا]، با هر شکستن یک شیشه در حال بالا آمدن است. رسیدنی در کار نیست، فقط بالا آمدن خورشید است. از دردی که تو را می‌سوزاند به نوری که تو را می‌درخشاند.

این غزل یک تابلوی زیبا از آتش طلسم روشن کرد، با قوت کهربا و قدح‌های معلق جان گرفت و با شکستن شیشه و پراندن لباس شیخ و مرید، مایه و جوهر خود را جاری کرد و خورشید عید را بالا آورد و طلسم را باطل کرد. نجوای عاشقانه غزل، استاد ببخشید وقت تمام شده فکر می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، تمام کنید صحبتتان را بی‌زحمت. بله ممنونم، عالی است!

خانم بهار: بله، خواهش می‌کنم. ای شیشه‌باز مهربان، ای که با هر ضربه تقدیر لایه‌های سخت مرا می‌شکنی، من بهارم، همان شیشه پُر افتاده، رها شده و بر خاک نشسته‌ای که سال‌ها می‌ترسیدم بشکند. عذر می‌خواهم که سعی کردم شیشه‌ام را محکم کنم. عذر می‌خواهم که گمان کردم من هستم و این من باید سالم بماند [گریه خانم بهار]. ای خورشیدی که در پس سایه‌های من پنهان بودی، عذر می‌خواهم که تمام عمر به دنبال سایه‌هایت دویدم و گمان کردم حقیقت را یافته‌ام. عذر می‌خواهم که می‌خواستم حدیث شوم و در تله دیده شدن افتادم و حقیقت مایه‌ام را فراموش کردم.

خدایا، من دیگر به دنبال تقویم‌های مادی برای رسیدن به تو نیستم. من می‌دانم که تو همین لحظه در همین تپش قلب در حال طلوع هستی. پس از تو می‌خواهم که مرا به هر طرف بکشی، مرا در هر تضاد و رنجی بیندازی تا تمام صورت‌های غلطم، تمام پندارهای کمال‌گرایانه‌ام و تمام پرونده‌های ذهنی‌ام بی‌دفاع تو خرد شود.

من تمام سایه‌های خیالی‌ام را در پیشگاهت می‌سوزانم تا فقط مایه تو در من باقی بماند و من دیگر نمی‌ترسم از شکستن، چون می‌دانم تنها در شکستن است که شراب تو جاری می‌شود. شگفتا! من منتظر جوشش هستم



در حالی که تو همین حالا در من می‌جوشی. بیا و من را در نفس یگانگیات غرق کن تا نه بهاره‌ای بماند و نه غمی، فقط رقص تو در قدم من، آمین.

و کلام آخر، «شیشه شکست زیر پا، پای کسی خلید؟ نی».

عشق قرا به باز و من در کف او چو شیشه‌ای شیشه شکست زیر پا، پای کسی خلید؟ نی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)

ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی، عالی خانم بهار! عالی، عالی! و لطف کنید این پیامتان را بفرستید پست کنیم. ممنونم. بله، تلفنشان هم قطع شد. پیام خیلی عالی بود! با وجود این پیام‌ها دیگر بهانه‌ای نمی‌ماند که شما پیام مولانا را نگیرید، پیام مولانای بزرگ را. خیلی ممنون، از همه شما ممنون که زحمت می‌کشید و پیام‌های عالی تهیه می‌کنید. ای مردم، از این پیام‌ها استفاده کنید؛ ساده است، قابل فهم است، درمان درد شما است، شما دیگر نباید درد بکشید.



۲- آقای امین و خانم زهره و کودک عشق از آمل

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای امین]

[کنترل کیفیت صدا]

آقای شهبازی: بفرمایید صحبت کنید.

آقای امین: من مطلبی آمده نکردم، ولی خب من یک‌دفعه با خانمم داشتیم برنامه شما را می‌دیدیم، برنامه پخش زنده تلفنی، یک‌دفعه گفتم می‌خواهم زنگ بزنم، مطلبی آمده نکردم، ولی می‌خواستم از تجربیات این یک ماه پیش که یک اتفاقاتی برای من افتاده می‌خواستم صحبت کنم این‌ها. بیشتر بیشتر نمی‌خواهم وقتتان را بگیرم، ولی خب من حول و حوش الآن نزدیک هشت نه ماه است، نزدیک الآن نه، ده، یازده ماه می‌شود با این برنامه آشنا شدم، بعد خیلی توی این مدت خیلی وارد چالش‌های زیادی شدم.

البته ناگفته نماند هم می‌گویم خانمم نزدیک دوازده سال است، سیزده سال است، توی این برنامه است. من الآن حدود ده یازده ماه است با این برنامه آشنا شدم این‌ها، که یواش‌یواش خانمم باعث شد که من توی این برنامه بیایم و بعد به حرف‌های قشنگ و نازنین شما گوش کنم.

آقای شهبازی: لطف دارید.

آقای امین: خواهش می‌کنم، من هر موقع شما را می‌بینم توی تلویزیون، آن کت شلوارهایی که شما می‌پوشید، ماشاءالله آن کراواتی که می‌زنید دل من باز می‌شود، [خنده آقای امین] خیلی، تعریف نباشه، ولی خیلی کت و شلوار و با کراوات‌های قشنگی می‌زنید شما.

آقای شهبازی: قابلی ندارد.

آقای امین: ان‌شاءالله همیشه شیک‌پوش باشید و خوش‌خنده باشید که ما بتوانیم با کمک شما توی این برنامه به‌قول معروف، چیزهای خوبی از شما یاد بگیریم.

آقای شهبازی: ممنونم. بفرمایید، اگر صحبتی.

آقای امین: خواهش می‌کنم، من توی یک کاری هستم توی اداره برق با قرارداد پیمان‌کاری داشتم، دارم کار می‌کنم. بعدشم این حدودش نزدیک الآن حدود نوزده سال است توی این کار هستم. این تا شش ماه تا یک ماه پیش، تا یک و دو ماه پیش قراردادهایمان خیلی خوب بود، خیلی خوب پیش می‌رفت، خیلی عالی بودند. بعد توی این یک ماهی یک قراردادهایی آمده، اداره برق، به‌قول معروف ما به‌عنوان پیمان‌کاری قراردادی کار می‌کنیم،



اصلاً یک‌دفعه این کارمان از این‌رو به آن‌رو شد. واقعاً توی یک مدت توی بحرانِ کاری، بحران مالی گیر افتاده بودیم که من و خانمم همیشه این برنامه‌های شما را که می‌دیدیم همیشه دلمان آرام می‌شد، همیشه یک چیزهایی که مثلاً انگار که شما حرف‌هایی که می‌زدید انگار در طول روز، در طول کار برای من پیش می‌آمد، برای خانمم هم پیش می‌آمد. یاد یک شعری افتاده بودم که شما چند وقت پیش گفته بودید.

با قضا پنجه مَزَن ای تند و تیز تا نگیرد هم قضا با تو ستیز (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۰)

تند و تیز: بسیار تند و شتاب‌زده

مُرده باید بود پیش حکم حق تا نیاید زخم، از رَبُّ الْفَلَق (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۱)

رَبُّ الْفَلَق: پروردگار آفریدگان، پروردگار بامدادان، اشاره به سوره فلق (۱۱۳)

این شعر را که خواندم یواش یواش هر روز تکرار می‌کردم، هر روز تکرار می‌کردم، هر روز تکرار می‌کردم، این یواش یواش توی دلم باز شد. این قضا و قدری که از سوی خداوند بابت بحران، بابت کارم، بابت پولم، بابت مالی که آمده بود، والله ببخشید من هول شدم، یک کمی سریع حرف می‌زنم، ببخشید. [خنده آقای امین] من هول شدم، ببخشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای امین: این شعری که همیشه چند وقت پیش که شما گفته بودید همیشه توی ذهن حفظ کردم و توی ذهنم تکرار می‌کردم. بعد خدا را شکر یواش یواش کارم دارد روی غلطک می‌افتد، یواش یواش آن قراردادی که بسته بودم با اداره برق و به‌عنوان کار کردن با آن شرکت، یواش یواش این گره دارد باز می‌شود، یواش یواش آن مشکل مالی من دارد حل می‌شود.

بعد یک ساعت پیش هم‌کارم زنگ زده بود بابت همین کار این‌ها، یک‌دفعه من ذهنی آمد سراغ من، یک‌دفعه یک جویری توی دلم آشوبی به پا کرده بود، حتی کنار خانمم نشسته بودم، یک آهی کشیدم خانمم می‌گفت که چه هست امین؟ گفتم هیچ‌چیز. یک من ذهنی عجیب آمد توی سراغ من، هم‌کارم را دیدم، بابت یک کاری صحبت شده بود، شروع کردم به شعر خواندن، شروع کردم به قول معروف ابیات مولانا و این‌ها، بعد یواش یواش دیدم



دلم دارد آروم می‌شود. یواش‌یواش دلم دارد، آن آشوبی که به پا کرده بود آن من‌ذهنی که آمده بود سراغ من، دیگر یواش‌یواش دلم آرام شده بود. به قول یک شعری می‌گوید:

گستاخ مکن تو ناکسان را در چشم میار این خسان را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶)

خَس: فرومایه و پست

این من‌ذهنی یواش‌یواش داشت از من دور می‌شد و دور شد که برنامه شما که آمد شروع شد، من به خانمم گفتم، خانم من می‌خواهم یک زنگ بزنگم به آقای شهبازی با ایشان صحبت کنم. درست است، من زیاد تجربه ندارم، ولی به عنوان یک عضو کوچکی از خانواده گنج حضور، می‌خواستم این به اصطلاح تجربه خودم را بیان کنم. حالا اگر بد شد یا بد گفتم، ولی خب این چیزی بود که از ته دلم در آمد من با شما در میان گذاشتم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خیلی ممنون. خانمتان می‌خواهند صحبت کنند قبل از این که قطع بشود؟

آقای امین: بله، بله خانم گوشی گوشی، با من عرضی نیست؟

آقای شهبازی: عرضی ندارم، ممنونم.

آقای امین: من خیلی، من ببخشید می‌گویم نمی‌خواهم [نامفهوم] بشود، ولی خیلی از ته دلم خیلی آرام شدم الان صحبت کردم و آن من‌ذهنی من یواش‌یواش، یعنی یواش‌یواش که کلاً الان رفته، حالا می‌گویم با این شعرها، با آن ابیاتی که من حفظ کردم و هی دارم تکرار می‌کنم و این‌ها، دارم خودم را کنترل می‌کنم و این همانی‌گی‌ها و این‌ها را همه را بگذارم کنار.

آقای شهبازی: ان شاء الله.

آقای امین: حالا باشد، من، آری آری. ببخشید وقتتان را گرفتم.

آقای شهبازی: ممنونم، خواهش می‌کنم، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای امین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهره]

آقای شهبازی: همین خانم زهره‌ای که معمولاً پیغام هم می‌فرستید؟

خانم زهره: بله عزیزم، بله.



آقای شهبازی: زهره، خانم زهره از آمل.

خانم زهره: همه از بیانات شما است آقای شهبازی، من به خدا، از خودم هیچ چیز ندارم. هیچ چیز ندارم.

خود ندارم هیچ، به سازد مرا
که ز وَهَم دارم است این صد عَنَا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴)

به: بهتر
عَنَا: رنج

واقعاً آقای شهبازی شما هستید به ما، ارتعاش شما بزرگان است، عاشقان است، من هیچ کاره هستم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم. بله شما پیغام‌های عالی می‌فرستید، ممنونم زحمت می‌کشید. شوهرتان فرمودند که شما دوازده سال است.

خانم زهره: ان شاء الله، ان شاء الله جبران کنم این زحمتهایی که شما واقعاً می‌کشید همیشه، اصلاً به قول شما می‌گویید یک بار هم نشد که شما مثلاً نباشید، من هر وقت، دوشنبه‌ها، جمعه‌ها، برنامه‌های زنده را می‌بینم، دنبال می‌کنم همیشه هستید، اول می‌گویم آقای شهبازی سلام، وقت شما بخیر. قبل از این که شما بیاید من می‌گویم سلام. واقعاً من چه جوری بگویم، پدرم، مادرم، هیچ وقت به ما یاد ندادند. به قول شما که از این به بعد شما باید خودتان یاد بگیرید، حالا که بزرگان هستند. خلاصه که این مطالب قشنگ را می‌شنویم، عمل کنیم. واقعاً می‌گویم «لیک برخوان». الان آقای شهبازی هول شدم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. [خنده آقای شهبازی] خیلی خب. خیلی خب.
خانم زهره:

قُلْ أَعُوذُ بِكَ خَوَّانِدَ بَايِدَ كَايِ أَحَدَ
هَيْنَ ز نَفَاثَاتِ افغان، وَز عَقْدَ
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۲)

«در این صورت باید سوره «قُلْ أَعُوذُ» را بخوانی و بگویی که ای خداوند یگانه، به فریاد رس از دست این دمندهگان و این گره‌ها.»

قُلْ: بگو
أَعُوذُ: پناه می‌برم.
نَفَاثَات: بسیار دمنده
عَقْد: جمع عقده، گره‌ها



می‌دمند اندر گره آن ساحرات الْغِیَاثُ الْمُسْتَغَاثُ از بُرد و مات (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳)

«آن زنان جادوگر در گره‌های افسون می‌دمند. ای خداوندِ دادرس به فریادم رس از غلبه دنیا و مقهور شدنم به‌دست دنیا.»

الْغِیَاثُ: کمک، یاری، فریادری
الْمُسْتَغَاثُ: فریادرس، کسی که به فریاد درماندگان رسد.

لیک برخوان از زبان فعل نیز که زبان قول سُست است ای عزیز (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۴)

هر لحظه آقای شهبازی من می‌گویم به‌قول شما بهار و خرمی است این لحظه.
آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم زهره: شاد شاد هستم، به خدا آقای شهبازی من شاد شاد هستم. این‌که مشکلات هست، خیلی هست، چالش‌ها هم بیشتر می‌شود. واقعاً خوشحال هستم، شاد هستم.

شاد از وی شو، مشو از غیر وی او بهارست و دگرها، ماه دی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۷)

ماه دی: مراد زمستان است.

هر چه غیر اوست، استدراج توست گرچه تخت و ملک توست و تاج توست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۸)

استدراج: به تدریج به‌سوی نابودی رفتن
مُلک: پادشاهی، سلطنت، به‌معنی سرزمین، کشور و مملکت هم به‌کار می‌رود.

آقای شهبازی من شعر را حفظ می‌کنم برای خودم، حالا نمی‌دانم اشتباه می‌خوانم ببخشید.
آقای شهبازی: بله می‌دانم الان خب زیر فشار هستید، شعرها آدم یادش می‌رود.

خانم زهره: واقعاً آقای شهبازی این ابیات این‌قدر موثر است، این‌قدر کار می‌کند، این‌قدر انرژی دارد، من می‌خوانم با این‌که مثلاً من هم نزدیک یک سال، دو سال، سه سال، نمی‌دانم چند سال است که بی‌خود دهانم



بسته شد، یعنی نمی‌توانم حرف بزنم، یعنی نمی‌دانم به‌خاطر چه هست، شاید خداوند می‌گوید که سکوت را بیشتر تمرین کن و من هنوز یاد نگرفتم، واقعاً یاد نگرفتم، که بالاخره وقتی مثلاً من یک کاری می‌کنم شوهرم می‌گوید آن زبانت را ببند، حالا من هم که سکوت کردن بلد نیستم.

خدا را شکر شوهرم، [نامفهوم] واقعاً از لحاظ صحبت کردن دهانم دارد باز می‌شود، گرفته بود قشنگ، منقبض بود، الآن می‌گویم نه زندگی دارد، این چالش را به من یاد می‌دهد، صحبت کردن بلد نیستی.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

خانم زهره: بلد نیستی، خاموش باش، یاد بگیر. زنده باشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. ممنونم. پس با شما خداحافظی بکنم.

خانم زهره: ممنونم، فقط پسر می‌تواند یک بیت بخواند؟

آقای شهبازی: بله بله حتماً. بله بله خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهره]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و کودک عشق]

کودک عشق: من آمدم شعر بخوانم که یک ماه دو ماه پیش حفظ شدم.

آقای شهبازی: خب، بفرمایید.

کودک عشق:

بر همگان گر ز فلک زهر ببارد همه شب

من شکر اندر شکر اندر شکر اندر شکر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۴)

این‌ها را بابام به من یاد داد.

آقای شهبازی: آفرین!

کودک عشق:

هر کسکی را کسکی، هر جگری را هوسی

لیک کجا تا به کجا؟ من ز هوایی دگرم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۴)



آقای شهبازی: آفرین! آفرین!

کودک عشق:

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

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

فعلِ توست این غصّه‌های دَم به دَم
این بود معنی قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

[تماس قطع شد]

آقای شهبازی: بله قطع شدند، بله.



۳- سخنان آقای شهبازی

«بهر اظهار است این خلق جهان»

بهر اظهار است این خلق جهان تا نماید گنج حکمت‌ها نهان (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۸)

یعنی همه انسان‌ها به‌خصوص برای بیان خودشان از طریق همین نیروی خداوند یا نیروی ایزدی آفریده شده‌اند، بنابراین هر بیانی زیبا است. آن‌هایی که می‌ترسند به این برنامه زنگ بزنند بیان‌شان ممکن است بد باشد، نه نترسند. هرچور شما خودتان را بیان می‌کنید زیبا است.

از طرف دیگر می‌گویند که خب من متعهد هستم و این کار را ادامه می‌دهم. بله، در هر کاری شما یاد می‌گیرید، یک هدفی دارید می‌خواهید به‌دست بیاورید، باید اولاً حداکثر توان را بگذارید. یعنی دیگر هرچه زور دارید، نیرو دارید، عقل دارید، فکر دارید در آن راه بگذارید و کار کنید، عملاً باید کار کنید.

ثانیاً باید متعهد باشید. این تعهد است که می‌بینید من هر هفته می‌آیم برنامه را اجرا می‌کنم. شما اگر تعهد داشته باشید به ورزش، می‌گویید مثلاً من ساعت هفت بعدازظهر باید باشگاه باشم، بقیه کارها را می‌گذارید کنار دیگر، آن اولویت پیدا می‌کند. طوری کارها را ترتیب می‌دهید که ساعت هفت باشگاه باشید ورزشتان را بکنید. ولی اگر قرار باشد نامنظم باشید، متعهد نباشید، کارهای واجب‌تر پیش بیاید بروید دنبال آن‌ها، نمی‌شود. پس تعهد، مداومت، مداومت، باید هر روز این کار را انجام بدهید، دنبالش باشید.

بعد هم حزم و دوراندیشی. شما باید هر لحظه حزم داشته باشید که این فکر و عمل من خلاق است؟ به این هدف من کمک می‌کند؟ این زندگی موانعی جلوی پای شما می‌اندازد که شما مثل آب باید آن را درنظر بگیرید، مثل آب که جاری می‌شود یا مانع را بردارید با همان سعی و کوشش خودتان یا از پهلویش رد بشوید بروید مثل آب. توجه می‌کنید؟ نمانید، ستیزه نکنید. آیا من الآن با چیزی ستیزه می‌کنم؟ کس دیگری، نیروی دیگری فکرهای من را تعیین می‌کند؟ این فکرهای من، این عاقبت‌اندیشی همین حزم است دیگر، این فکرهای من، من را به هدف می‌رساند یا من دارم وقتم را تلف می‌کنم؟

هر لحظه باید این بازبینی را داشته باشید. اگر فکرتان شما را به آن هدف نمی‌رساند، به آن سو نمی‌رود، فکرتان را عوض کنید، عملتان را عوض کنید. تغییر درواقع بگوئیم طبیعت ثانویه ما است. توجه می‌کنید؟ طبیعت اولیه



ما، ذات اولیه ما حضور است، ذات خداوندی ما است. دومی تغییر است، شما باید تغییر بدهید فکرتان را عملتان را تا همین تغییر فکر و عمل از پهلوی موانع رد شدن است، از مانع باید رد بشوید.

شما نگاه کنید کشاورز یک تخمی را در زمین می‌کارد، رویش را با خاک می‌پوشاند. چرا؟ وقتی این بادام جوانه زد، بخواهد با مقاومت روبه‌رو بشود، یعنی این خاک را باید سوراخ کند بیاید بالا. شما هم همیشه وقتی به‌سوی چیزی می‌روید، با مقاومت روبه‌رو خواهید شد. اگر پس بنشینید و بگویید شکست خوردم و ضعیف هستم، نمی‌توانید بروید. اصلاً نیرو را شما از آن مقاومتی که، مثل آن جوانه به‌دست می‌آورید. یعنی به هر سویی در این جهان بروید، جلوی‌تان بسته است. مثل آن تخمی که جوانه زده، مغز بادام جوانه زده می‌آید بیاید بالا، کشاورز با خاک پوشانده، باید این را سوراخ کند بیاید بالا. آن سوراخ کردن به آن، ورزشش است.

اگر رویش را باز می‌گذاشتند، نمی‌شد. شما مثلاً روی چیزهای شیشه‌ای هست، پرندگان و این‌ها نمی‌توانند بیایند آن دانه را بخورند. می‌بینید درست رشد نمی‌کنند در این محفظه‌های شیشه‌ای، چرا؟ برای این‌که نیرو نیست، نیرو را به‌کار نمی‌برد، مانع نیست. هیچ کاری در جهان بدون مانع نیست. باید مانع را سوراخ کنید یا از پهلویش رد بشوید و این خلاقیت می‌خواهد، نرمش می‌خواهد، انعطاف می‌خواهد. یا شما فضا را باز می‌کنید یا نیرویش را به‌کار می‌برید، مانع را سوراخ کنید بروید آن‌ور، یکی از این دوتا است.



۴- خانم بیننده با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: شما برنامه‌هایتان خیلی عالی است. من خیلی استفاده کردم، چند سالی می‌شود.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم بیننده: من هم خیلی همانندگی داشتم با بعضی چیزها و این‌که همسرم خیلی مقاومت می‌کرد که من این برنامه را ببینم. ولی الآن جوری شده که ایشان وقتی خودش هم می‌آید، مثلاً می‌بیند تلویزیون روشن است من دارم می‌بینم، یک مکث می‌کند، یک نگاهی می‌کند، با لبخند با من برخورد می‌کند. ولی سابق بر این، این نبود. البته در گذشته هم، خیلی مشکلات زیادی داشتم که همین با فضاگشایی و این‌که توانستم با این برنامه‌ها آشنا شوم و خودم را جوری با حضور خدا در زندگی‌ام آشنا بشوم و حضور خدا را ببینم، خیلی مشکلاتم حل شده.

البته نه این‌که بخواهم بیایم طرف این برنامه که مشکلاتم حل شود، ولی چون فضا را باز کردم و سمت آگاهی آمدم، خدا هم راه را برایم باز کرده، شادی بی‌سبب دارم، خیلی راحت برنامه‌ها را می‌توانم ببینم، با این‌که نوه‌ام پیشم است، زندگی می‌کنیم، اصلاً من از صبح همه کارهایم را ردیف می‌کنم، از روز پیش که بتوانم، صبح بتوانم بنشینم پای برنامه‌های شما.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: همه تکرار، تکرار، تکرار می‌بینم این‌ها را.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: خیلی علاقمند هستم و خیلی عالی بوده بهر حال.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! شما ابیات را هم تکرار می‌کنید؟ ورزش هم می‌کنید؟

خانم بیننده: بله، ورزش یک مقدار پیاده‌روی می‌کنم، من شصت سالم است، یک خُرده پادرد دارم، کمتر می‌توانم بروم پیاده‌روی یا ورزش، ولی به‌خاطر این‌که فعالیت کاری زندگی‌ام زیاد است، ما کشاوری داریم،.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: دامداری داریم، این کارها را که دارم، یک مقدار فعالیت زیاد است. بعد هم در همین زمینه کارهایم هم بگویم، چقدر فضا برایم باز شده که آن‌قدر افراد زیادی می‌آیند، کمک کار من هستند در مزرعه و زندگی‌ام که اصلاً این هم جزو همان فضاگشایی‌ها می‌بینم و این‌که خدا چه‌جوری برای من سبب ساخت.



آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: فکر می‌کنم از همین ابیات و آشنایی با این برنامه، خیلی راه‌ها برای من باز شد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: دیگر دوست دارم به بیننده‌ها بگویم که اگر می‌بینند یا در این وادی، راه افتادند، این را ادامه بدهند. چون من خودم کلاس‌های زیادی هم رفتم، ولی کتاب‌خوانی داشتیم، کلاس‌های کتاب‌خوانی، خیلی دوره‌می‌های عالی، ولی هر جا رفتم، باز برگشتم به گنج حضور، خیلی عالی است. ممنون از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: سپاسگزارم، ان شاء الله که موفق باشید و بیشتر از این ما هم بتوانیم ادامه بدهیم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۵- سخنان آقای شهبازی

خدمتتان عرض کنم که توجه کنید برای کسانی که کلاس‌های مختلف می‌روند، کلاس مولانا رفتن جای این برنامه را نمی‌گیرد. این برنامه یک برنامه می‌دانید جامع است. یک غزل خوانده می‌شود معمولاً، این روزها غزل‌های کوتاه انتخاب کرده‌ایم، بعد تعداد زیادی ابیات مهم مثنوی که ما این‌ها را سال‌ها زحمت کشیدیم پیدا کردیم، هی تکرار می‌کنیم، شما تکرار می‌کنید. و یک موقعی نباید فکر کنید که حالا من یک کلاس دارم می‌روم، دیگر این برنامه را گوش نمی‌کنم.

شما همین برنامه تلفنی ببینید چقدر مفید است. این برنامه تلفنی را خواهش می‌کنم شما دست‌کم نگیرید، بنشینید خوب گوش کنید، یادداشت بردارید. معمولاً پس از مدتی من ابیات را نشان می‌دهم، ابیات را می‌توانید با دوربین عکس بگیرید که توی تلفنتان باشد. بعد این ابیات ابیات مهمی هستند که من نشان می‌دهم.

و بنابراین کلاس رفتن را جایگزین این نکنید. کلاس را به عنوان کمک این برنامه، کمک مولانا بگیرید. توجه می‌کنید؟ بعضی‌ها از این کارها می‌کنند، بعد به من می‌گویند الآن این برنامه را یک سال است گذاشتم کنار، دارم می‌روم کلاس. خب آن اشتباه بوده.



۶- آقای یوسف از تخت جمشید با سخنان آقای شهبازی

می ده گزافه ساقیا، تا کم شود خوف و رجا گردن بزن اندیشه را، ما از کجا او از کجا؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۳)

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای یوسف]

آقای یوسف: با اجازه‌تان. عوامل اسارت ما در ذهن و تشکیل هویت فکری چیست؟ یعنی چه عاملی باعث شده‌است که ما از فطرت اصیل و بی‌ذهنی که در آن کیفیت ما چه کیفیت «بودن» بوده‌است، خارج شویم، یا خودمان را جدا متصور شویم از زندگی؟ یعنی کیفیتی که حالت عشق، حالت آرامش، فراغت و حالت بی‌ترسی که جزء فطرت ما بوده را از دست بدهیم و در حالت ترس و خشم و نفرت و ناآرامی و حس ترس و نقص باشیم. مولانا پاسخ این سؤال را در داستان شاه و کنیزک به‌زیبایی گفت که ما اصالت‌مان را با آزمندی و خواستن و شدن و رسیدن و طلب کمک و یاری از برونی‌ها است که از دست می‌دهیم و بیمار می‌شویم.

مهر من داری چه می‌جویی دگر؟ چون خدا با توست، چون جویی بشر؟ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۵۱)

یعنی هرچه قدر دست یاری از برونی‌ها و طلب آرامش و زندگی از بیرون داریم و همان اندازه جدا و دورافتاده‌تر از اصل و فطرت و ذات خودمان هستیم و بیماریم. یعنی من در من‌ذهنی فکر می‌کنم که به‌خاطر برآورده نشدن خواسته من است که من ناآرام هستم، در صورتی که به خواسته و مراد خودم هم برسم، این ناآرامی و حس نقص من فروکش نمی‌کند.

و در داستان پادشاه و کنیزک مولانا به ما گفت که از دست طبیبان و عقل جزئی که خود عامل بیماری است، هیچ راه درمانی نیست.

هرچه کردند از علاج و از دوا گشت رنج افزون و حاجت، ناروا (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۱)

طبیبان همان تدابیر من در من‌ذهنی است و شاه زمانی که زیرکی و زرنگی و عجز و ناتوانی و تدابیر خودش در ذهن را متوجه می‌شود، پابره‌نه جانب مسجد می‌رود.



شَه چو عجز آن حکیمان را بدید پا برهنه جانب مسجد دوید (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۵)

و جانب مسجد دویدن یعنی از من می‌دانم، غرور، زیرکی و زرنگی و پندار کمال و تکیه به عقل و فن خویش دست می‌کشد و عجز و تسلیم، پذیرش و فروتنی و صبر راستین را پیشه خودش می‌کند و از همه تدابیر فکری، خودش به هر دستگیره ذهنی و برونی ناامید می‌شود.

کز همه نومید گشتم ای خدا اول و آخر تویی و منتها (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۳)

یعنی زمانی که من ناامید راستین و تسلیم حقیقی می‌شوم و اقرار به عجز و ناتوانی خویش می‌کنم، ناامید از یاری دیگران می‌شوم، خداوند دسترسی دارد که روی من کار کند، یعنی عجز راستین. «چونکه عاجز آمدی لطف و بر است».

زآنکه شکل زَفْت بهر مُنکر است چونکه عاجز آمدی لطف و بر است (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۵۴)

زَفْت: بزرگ، فربه
عاجز آمدن: درماندن، به ستوه آمدن، به مجاز یعنی صفر شدن مقاومت و قضاوت
بر: نیکی

ای دلا منظور حق آنکه شوی که چو جزوی سوی کُلّ خود روی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۳)

حق همی گوید: نظرمان بر دل است نیست بر صورت که آن آب و گل است (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۴)

یعنی اگر ما از خداوند جنت را که همان فضای گشوده درونمان هست، طلب می‌کنیم، یعنی از خود خدا فقط باید خودش را بخواهیم و از هیچ‌کس و هیچ‌چیز طلب یاری و حال بهتر، خوشبختی و زندگی بیشتر را نباید داشته باشیم.



گفت پیغمبر که جنت از إله گر همی‌خواهی، ز کس چیزی نخواه (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

جنت: بهشت
إله: إله، الهه، خداوند

در صورت نخواستن و چنگ نزدن به آدم‌ها و چیزها است که خداوند کفالت ما را به‌عهده می‌گیرد.

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

جنت المآوی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

یعنی من باید به این نتیجه برسم که خود خواستن است که من را از فطرتم دور می‌کند، نه برآورده نشدن خواسته.

لاف تو محروم می‌دارد تو را ترک آن پنداشت کن، در من درآ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۳)

لاف: ادعا
پنداشت: پندار، فکر کردن

همان‌طور که مرض و درد ما با خواستن و آزمندی شروع شده‌است، تنها با عکس خواستن که نخواستن است و با عکس آزمندی که دست کشیدن از حرص و ولع و آز و ناز است، مرض من درمان می‌شود. یعنی با پرهیز و احتیما است که من در حالت تسلیم حقیقی و صبر قرار می‌گیرم و احتیما اصل دوا است، یعنی نخواستن است که من را از من‌ذهنی نجات می‌دهد. «احتیما اصل دوا آمد یقین».

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

پرهیز از فکر کردن در ذهن احتیما از اندیشه‌ها، یعنی با هر فکر و اندیشه به خلاصی از دردی که عاملش خود فکر است، من طلسم می‌شوم و گورخر معنای من که فضای گشوده‌شده درون من است، بلعیده می‌شود و من منقبض می‌شوم.



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

یعنی با هر تدبیر من در من‌ذهنی این سرِ کچل و بیماری من افزون‌تر می‌شود.

اندیشه می‌کنی که رهی از زحیر و رنج
اندیشه کردن آمد سرچشمه زحیر
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۲۲)

و این خارِ زیرِ دُمِ خر که همان تدبیر من‌ذهنی من و عقل جزئی من است، این‌ها محکم‌تر به جان من فرومی‌رود
و با نخاراندن سرِ کچل و برنجهیدن است که من در خودم آرام می‌گیرم.

کس به زیرِ دُمِ خر خاری نهد
خر نداند دفع آن، برمی‌جهد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۴)

یعنی هر تدبیر و من می‌دانم و من بلام و من بلام من در ذهن حکم محکم‌تر زدن و پیچیده‌تر شدن این کلاغ
من‌ذهنی و برجهیدن آن است و گیج شدن من در من بیشتر است.

برجهید و آن خار، محکم‌تر زند
عاقلی باید که خاری برگند
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۵)

پیر به ما می‌گوید یا عصای حزم و استدلال داشته باش یا دیدِ پیشوا را دیدِ خودت کن. که ما عصای حزم و
استدلال

را در ذهن از دست داده‌ایم.

آن عصای حزم و استدلال را
چون نداری دید، می‌کن پیشوا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۷)

حزم: هوشیاری همراه با دوراندیشی، (مجاز) تأمل با هشیاری نظر
پیشوا: مقتدا، رئیس، رهبر



پس تکیه بر عقل و فن و هنر و تدابیر ذهنی خودم را باید کنار بگذارم، یعنی براساس دُم روباه نیندیشم و دید پیر را پیشوای خودم کنم. جناب شهبازی عزیز، عذرخواهی می‌کنم، من وقتم فکر کنم تمام شد.

آقای شهبازی: خب الآن هفت دقیقه شده، شما الآن هشت دقیقه شده، چقدر دیگر دارید شما؟

آقای یوسف: فکر کنم یک دو سه دقیقه دیگر مانده باشد.

آقای شهبازی: خب من خواهش می‌کنم همیشه که این‌ها را، پیغامتان را به‌اندازه پنج تا هفت دقیقه تنظیم کنید، شما باز هم زیادت‌تر با وجود این‌که پیغامتان خیلی عالی است. نه، ولی باید به‌اندازه هفت هشت دقیقه [خنده آقای شهبازی] صحبت کنید، الآن هشت دقیقه شد.

آقای یوسف: چشم، ما قسمت بعدی‌اش را تماس تلفنی بعدی حتماً خدمتتان ارائه می‌کنم.

آقای شهبازی: پس خواهش می‌کنم، نه الآن تمام کنید چون پیغام خیلی عالی است، ولی خواهش می‌کنم دفعه بعد شما به‌اندازه پنج دقیقه تا هفت دقیقه پیغام را تنظیم بفرمایید.

آقای یوسف: تشکر از محبت شما جناب شهبازی عزیز، چشم. این هم یکی از هنرهایی است که شما به ما یاد می‌دهید، امیدوارم که این هنر را ما یاد بگیریم و اصلاح کنیم و وقت دیگران و شما گرفته نشود. تشکر از محبت و لطف و مهربانی شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

آقای یوسف: ممنون از شما.

آقای شهبازی: بله، ادامه بدهید پس.

آقای یوسف:

رَسَتْ کشتی از دَم آن پهلوان
و اهل کشتی را به جهد خود گمان
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۲۵)

گمان: تصور، خیال

پا رهاند رُوبهان را در شکار
و آن ز دُم دانند روباهان غرار
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۲۷)



غیرار: گول خوردن، غفلت، بی‌خبری

ما چو روباهیم و پایِ ما کِرام
می‌رهاندمان ز صد گون انتقام
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۰)

کِرام: جمع کریم، بزرگواران، بلندهمتان

حیلۀ باریک ما چون دُم ماست
عشق‌ها بازیم با دُم چپ و راست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۱)

دُم بجنبانیم ز استدلال و مکر
تا که حیران ماند از ما زید و بکر
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۲)

در داستان پادشاه و کنیزک پادشاه از همه راهای ذهنی و برونی‌ها ناامید شد.

کز همه نومید گشتم ای خدا
اول و آخر تویی و منتها
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۳)

یعنی دست کشیدن از هرگونه تلاش و کوشش ذهنی برای خلاصی از درد، یعنی کیفیت مشاهده‌گری جای تلاش و کوشش ذهنی را می‌گیرد، یعنی ماندن با وضعیت اتفاق لحظه قبل از قضاوت و پذیرش هر آنچه که هست بدون هیچ اعتراضی و هیچ خوب و بد کردنی، یعنی تسلیم بی‌قیدوشرط.

جزو از کل قطع شد، بیکار شد
عضو از تن قطع شد، مُردار شد
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۶)

تا نپیوندد به کل بارِ دگر
مُرده باشد، نبودش از جان خبر
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۷)

ور بجنبد، نیست آن را خود سَنَد
عضو نو بُبریده هم جنبش کند
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۸)



روبها، این دَم حیلَت را بَهِل
وقف کن دل بر خداوندان دل
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۱)

بَهِل: از مصدر هَلِیدن به معنی وا گذاشتن، رها کردن

با عاشقان نشین و همه عاشقی گزین
با آنکه نیست عاشق یک دَم مشو قرین
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۵۳)

گُزین: انتخاب کن، برگزین، فعل امر از مصدر گُزیدن
قَرین: نزدیک، یار، همدم

با تشکر از محبت شما.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! خیلی زیبا! خواهش می‌کنم پیغامتان را بفرستید پست کنیم. پس قرار ما این شد که
شما پیغامتان را بین پنج تا هفت دقیقه لطف کنید تنظیم کنید بعد از این.

آقای یوسف: ممنون از محبت شما، چشم، حتماً حتماً.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای یوسف]



۷- سخنان آقای شهبازی

عرض کنم یک مطلبی راجع به «پیغام» در، برای آقای یوسف نمی‌گویم ها! ایشان خودشان استاد هستند و می‌دانند مطلب را و زحمت می‌کشند پیغام‌های عالی تهیه می‌کنند، کلاً دارم عرض می‌کنم. در تهیه پیغام از این کار که به‌سوی کمال بروید خواهش می‌کنم پرهیز کنید.

هرچه را که بخواهید با ذهنتان کامل بکنید، خراب‌تر می‌شود. چنین چیزی که ما بگوییم من یک پیغام کامل می‌خواهم بنویسم، اصلاً وجود ندارد. آن چیزی که از دلتان می‌آید بگویید، خلاصه بگویید. و این هم یک هنر است که شما یک مطلب مهمی را به‌طور ساده و قابل فهم در مدت کوتاهی بگویید. و متأسفانه به‌قول معروف چینه‌دان را بگوییم دریافت مردم خیلی کوتاه است.

اگر شما در عرض یکی دو دقیقه پیغامتان را گفتید، مردم گوش می‌کنند. اگر زیادتر شد گوش نمی‌کنند. ما نمی‌توانیم استدلال کنیم که من یک پیغام عالی نوشته‌ام خُب مردم گوش بدهند دیگر! تقصیر آن‌ها است که گوش نمی‌دهند. نه، شما مسئول انتقال پیغام هستید. هر کسی که خودش را بیان می‌کند باید بگوید من مسئول انتقال پیغام هستم، برای مردمی صحبت می‌کنم که این‌ها حوصله زیاد شنیدن را ندارند، من باید هنر، من باید در کوتاه‌ترین زمان و به ساده‌ترین شکل پیغام را ارائه کنم به‌طوری‌که فهمیده بشود.

اگر غیر این باشد، وقتی می‌گویم کوتاه‌ترین نه مثلاً یک ربع، بیست دقیقه، کوتاه‌ترین یعنی دو دقیقه، یک دقیقه و نیم، سه دقیقه. توجه می‌کنید؟ شما ممکن است بگویید چرا من پنج ساعت صحبت می‌کنم؟ ببینید مخاطب من از یک کارگر ساده که اصلاً سواد ندارد گرفته، از بچه‌های کوچولو گرفته تا آدم نودساله، پس من باید به‌طور جامع یک مطلبی را بیان کنم، در برنامه‌هایم دارم عرض می‌کنم.

ولی شما می‌خواهید پیغامی را در یک اینترنت بگذارید یا پیغامی را در این‌جا ارائه کنید به‌سوی کمال‌طلبی نروید. نگوئید من یک پیغامی تهیه می‌کنم که در مقایسه از همه بهتر باشد یا هیچ ایرادی نداشته باشد! چنین چیزی نمی‌شود، اصلاً ما پیغامی نمی‌توانیم بنویسیم که هیچ ایرادی نداشته باشد. پرهیز کنید از کمال‌طلبی. این کمال فقط خاصیت خداوند است ما نمی‌توانیم کامل بشویم در هیچ زمینه‌ای. نقص را بفرمایید قبول کنید، اگر نقص را قبول کنید، می‌بینید کامل‌تر شد، بهتر شد. یادتان باشد.



۸- خانم پارمیس از یزد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پارمیس]

خانم پارمیس: با اجازه‌تان.

أَمْرِ غُضُّوا غَضَّةً أَبْصَارَكُمْ هم شنیدی، راست نهادی تو سُم (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۰۱)

معنی بیت: با این‌که این فرمان خدا را شنیدی که «چشمان خود را از نارواها فروبندید.» ولی باز درست گام برنداشتی.

همین‌طور در قرآن کریم:

«قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ...»

«به مردان مؤمن بگو که چشمان خویش را از نارواها فروگیرند...»

(قرآن کریم، سوره نور (۲۴)، آیه ۳۰)

یکی از مهم‌ترین وظیفه ما در حفظ هشیاری حضور در این بیت و در این امر نهاده شده است، غُضُّوا غَضَّةً أَبْصَارَكُمْ. خداوند به انسان امر کرده که چشمت را از نارواها فروبند. وقتی امر فروبند آمده، یعنی چیزهایی است در ما که باز هستند و ما با بستن آن‌ها است که پیشرفت می‌کنیم، نه این‌که اصلاً سوراخی از اول وجود نداشته باشد. هر چیز که ذهن نشان می‌دهد، ناروا است.

خداوند هر لحظه نوبه‌نو به ما انرژی زنده زندگی می‌دهد، اما ما با ناآگاهی از امر خداوند آن را هدر می‌دهیم و می‌گذاریم از طریق سوراخ‌ها و شکاف‌هایی که ذهن از طریق زمان، کینه و درد ایجاد می‌کند هدر برود. و نمی‌گذاریم حضور در ما جمع شود تا هشیاری روی پای خودش قائم شود و وصل به خداوند بمانیم.

من‌ذهنی در بیرون هم نماینده‌هایی دارد: فیلم‌ها، آهنگ‌ها، سرگرمی‌هایی که از ساحت حضور ساخته نشده باشند. وقتی ما آن‌ها را می‌بینیم و گوش می‌دهیم، آب حضور و توجه را ما را به خود جذب می‌کنند و ما خالی می‌شویم. و دیگر انرژی‌ای حتی برای انجام کارهای ساده روزمره برایمان نمی‌ماند.

هر وقت به برنامه گنج حضور گوش می‌دهم، حال حضورم عالی است، احساس شادی و آرامش می‌کنم، احساس بی‌نظیری می‌کنم و «لَمْ يَكُنْ» را در درونم تجربه می‌کنم و پُری زندگی را هر لحظه در درونم احساس می‌کنم.



اما اوایل متوجه نمی‌شدم که چرا یک‌هو حالم بد می‌شود؟ چرا همه آن حالت‌ها یک لحظه از بین می‌رود؟ یک لحظه چرا دارم خودم را مقایسه می‌کنم؟ چرا احساس خودکم‌بینی می‌کنم؟ چرا احساس کافی بودن نمی‌کنم؟ آخر احساسات و افکار من ذهنی چه‌جوری بر من غلبه می‌کنند؟

بعد که توجه کردم به کارهایم و خودم را زیرنظر گرفتم، دیدم بله، مثلاً من برای خوشی و خندیدن گذرا در سوشال مدیا (شبکه‌های اجتماعی: social media) مشغول دیدن ویدئوهای خنده‌دار بودم یا حتی یک ربع بیست دقیقه نشسته‌ام دارم اخبار می‌بینم.

و اما حیران که به‌خاطر این مدت کمی که هشیاری‌ام جذب شده بود، روزها و حتی هفته‌ها حال من بد است و مقدار زیادی از هشیاری من هدر رفته و دیگر در خود آن احساس شادی و بی‌نیازی را نمی‌کنم و به‌جایش حالت افسردگی می‌گیرم.

أَمْرِ غُضُّوا غَضَّةً أَبْصَارَكُمْ هم شنیدی، راست نهادهی تو سُم (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۰۱)

«با این‌که این فرمان خدا را شنیدی که «چشمان خود را از نارواها فروبندید.» ولی باز درست گام برنداشتی.» این‌جا است که می‌فهمم چقدر این کار حساس است، چقدر این کار نازک است، چقدر خداوند نازنین است و من قدرش را نمی‌دانم و چقدر هر لحظه به تمام معنا به او نیاز دارم. اگر لحظه‌ای غافل باشم، دیگر نمی‌توانم خداوند را در درونم احساس کنم.

شاید چیزی که ذهن مرا به آن مشغول می‌کند، مثل شکر شیرین به‌نظر بیاید، اما وقتی به خودم می‌آیم، می‌بینم جان زنده زندگی از من پریده و من در بیابان ذهن تنها مانده‌ام. واقعاً بعد از تجربه زندگی در درون، قطع شدن و رفتن به ذهن مانند جان‌کندن است:

هرچه جز عشقِ خدایِ أَحْسَن است گر شکرِ خواری‌ست، آن جان‌کندن است (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۶۸۶)

أَحْسَن: خوب‌تر، نیکوتر، بهتر
خدایِ أَحْسَن: بهترین آفریننده

چیست جان‌کندن؟ سوی مرگ آمدن دست در آبِ حیاتی نازدن (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۶۸۷)



دیگر در زندگی‌ام سعی می‌کنم حزم داشته باشم. حزم یعنی دوراندیشی، یعنی با خودم می‌گویم تو بارها تجربه کرده‌ای که بعد از دیدن ویدئوهای کوتاه یا فیلم یا برنامه‌ای که از ساحت حضور ساخته نشده باشد و یا بودن در جمعی که عشقی نباشد، مانند گل پژمرده‌ای می‌شوی که دیگر در او اثری از رنگ و بوی زندگی نیست، مانند دُمِ نو بُبریده‌ای می‌شوی که از سرش قطع شده و برای مدتی فقط الکلی می‌جنبد.

تا نپیوندد به کُلِ بارِ دگر
مُرده باشد، نبودش از جانِ خبر
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۷)

ور بجنبد، نیست آن را خود سَنَد
عضو نو بُبریده هم جنبش کند
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۸)

از خودم می‌پرسم آیا می‌خواهی دوباره بی‌انرژی بشوی و بعد مدت‌ها روی خودت کار کنی تا زندگی را در درونت دوباره احساس کنی؟ آیا این خوشی لحظه‌ای که شهوت ذهن به تو می‌دهد، می‌ارزد که آن بهشت فضای گشوده‌شده و وصل با زندگی را از دست بدهی یا تجربه نکنی؟

آیا دلداری این فرد برای مهم است یا دلداری‌ای که زندگی در درون به تو می‌دهد؟ آیا دلداری «انسانی» را انتخاب می‌کنی یا دلداری‌ای که خداوند بی‌واسطه از درون به تو می‌دهد و در بیرون هم شکوفا می‌شود. آیا حاضری دوباره با انسانی همانیده بشوی و غرق خوشی بشوی و توجّهت از روی خودت و اصلت برداشته شود و دچار نسیان بشوی و ماه‌ها و سال‌ها آن خماری جدایی از زندگی را بکشی و وقتی هم آن فرد از زندگی‌ات رفت، به خدا بگویی خدایا از این درد عظیم نجاتم بده! این درد هشیارانه صبر و خوشی نکشیدن از ذهن تلخ‌تر است یا مرگ و دوری از زندگی؟

گر جهاد و صَوْم سخت است و خشن
لیک این بهتر ز بُعد مُمتَحِن
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۶۹)

صَوْم: روزه، روزه گرفتن
مُمتَحِن: امتحان‌کننده

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



ذَوَالْمِنِّ: صاحب منتهای، صاحب عطاها، از صفات خداوند

تو باید انتخاب کنی که در این لحظه توجهت را به چه می‌خواهی بدهی؟ تا کی می‌خواهی جلوی کشش و شهوت ذهن صبر نکنی و آن شادی و می‌مست‌کننده زندگی را تجربه نکنی؟ تو که بارها تجربه کرده‌ای:

**چون براندی شهوتی، پرت بریخت
لنگ گشتی و، آن خیال از تو گریخت**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳۶)

بنابراین حداقل در حد حزم ذهنی می‌توانم حالت‌هایی که بعد از انجام کارهای قبلی می‌کردم را به یاد بیاورم و عاقبت خود را ببینم و با آن حزم، زندگی و بهشت وصل او را انتخاب کنم نه شهوت زودگذر ذهن.

**حزم چه بود؟ بدگمانی بر جهان
دم به دم بیند بلای ناگهان**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۱)

استاد، فکر می‌کنم وقتم تمام شده دیگر.

آقای شهبازی: خیلی زیبا بود، خیلی زیبا بود! باز هم هست می‌خواستید، مانده چیزی؟

خانم پارمیس: یک کمی مانده ولی

آقای شهبازی: خب می‌خواهید آن را هم بخوانید. خیلی خوب است پیغامتان، عالی است خانم! ممنونم. بفرمایید.

خانم پارمیس: بله، چشم. با اجازه‌تان.

این چیزی که ذهن به تو آتش نشان می‌دهد، مثل تنهایی و دیده نشدن، پشتش آب وصل به معشوق و پادشاهی است، و دری که ذهن آب به تو نشان می‌دهد، یعنی همان خوشی‌های لحظه‌ای، دیده شدن، ارزش قرض کردن از جهان و همانیده شدن با انسان‌ها، پشتش آتش دوری و قطع شدن از زندگی و تمام نعمات و برکاتی که خداوند بی‌واسطه از درون به تو می‌دهد، است.

کدام را انتخاب می‌کنی؟ آیا از این لحظه درست گام برمی‌داری تا زندگی و برکاتش را در درونت احساس کنی و شکوفایی آن را تجربه کنی؟

**هر که را دامن درست است و معدّ
آن نثار دل بدان کس می‌رسد**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۴)



دامنِ تو آن نیاز است و حضور هین منہ در دامن آن سنگ فُجور (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۵)

فُجور: تبهکاری، گناه کردن

وقتی با صدقِ زندگی درست انتخاب کردم و بهشتِ وصلِ زندگی را تجربه کردم و چشمِ عدم را از ناروایی که ذهنِ نشان می‌دهد، بستم، دیگر به زندگی اعتماد می‌کنم، به حرف‌های بزرگان گوش می‌دهم، امر خداوند را از آن‌ها یاد می‌گیرم تا هشیاری حضور بر روی خودش منطبق بشود و خودِ زندگی از طریقِ بتولند فکر و عمل کند، و دیگر عمرم را برای تصمیمات اشتباه هدر ندهم ان‌شاءالله.

خیلی ممنون استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! عالی، عالی! آفرین! ممنونم. کار دیگری ندارید شما؟

خانم پارمیس: نه استاد، خیلی ممنون، باز هم تشکر می‌کنم از شما.

آقای شهبازی: عالی بود، عالی! آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پارمیس]



می‌گوید:

لوله‌ها ببرند و پُر دارش ز خُم گفت: غُضُّوا عَن هَوا أَبْصَارَكُم (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۷۱۴)

غُضُّوا عَن هَوا أَبْصَارَكُم: دیدگانتان را از هوئی و هوس فروبندید.

لوله‌ها یعنی همانیدگی‌ها. هر همانیدگی در مرکز ما هست، یک لوله‌ای است که برکت و انرژی که زندگی می‌دهد، از آن‌جا می‌رود بیرون، هدر می‌شود. شما می‌دانید که همانیدگی‌های زیاد داریم. پس بنابراین مولانا می‌گوید لوله‌ها را ببند، یعنی همانیدگی‌ها را هُل بده برود به حاشیه. و این زندگی ما مثل رانندگی می‌ماند. وقتی رانندگی می‌کنید شما، حواستان به راه است، با این گوشه چشم اطراف هم می‌بینید. آن گوشه چشم که اطرافتان را می‌بینید، پولاتان است که حواستان هست، ولی مرکزتان شفاف است. درست است؟

درست مثل رانندگی است. حواستان را اگر بدهید که بگذار ببینم حالا مناظر چه‌جوری‌اند، تصادف می‌کنید. همه حواستان توی راه است و رانندگی است و خودتان است، ولی همانیدگی‌ها را هم می‌بینید.

مثلاً می‌دانید همه با پول همانیده هستند، پولاتان در چه وضعی است؟ اگر پولاتان زیاد می‌شود یا کم می‌شود، چون در حاشیه است، حال شما را بد و خوب نمی‌کند. اتفاقاً چون مرکزتان شفاف است، پولاتان زیادتر می‌شود، چون ضرر نمی‌زنید به خودتان. مردم پولشان کمتر می‌شود، مخصوصاً همه‌چیز ترجمه می‌شود به پول، برای این‌که خودشان به خودشان لطمه می‌زنند با فکرِ همانیده کردن.

پس دو جور فکر است، پول در مرکزتان، آدم تصادف می‌کند، برحسب آن فکر می‌کند. این را می‌گویند فکر همانیده. مرکز شفاف، فضا گشوده شده، پول در حاشیه، الآن کارم درست است. برحسب پول فکر نمی‌کنم. ما در فارسی داریم پرده کمال که حافظ می‌گوید «شکر ایزد که نه در پرده پندار بماند». ببخشید «پرده پندار».

اگر از پرده برون شد دل من عیب مکن شکر ایزد که نه در پرده پندار بماند (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۷۸)

شما از خودتان بپرسید یعنی چه اصلاً؟ پرده پندار درست مثل این‌که شما بروید بیرون، یک منظره خوبی هست، یک گلیم بزرگی جلویتان بگیرد، هیچ‌چیز نمی‌بینید. شاید از آن سوراخ‌هایی که گلیم دارد، یک کمی آن‌جا را



ببینید چه خبر است، ولی درست نمی‌بینید. توجه می‌کنید؟ این پرده پندار همان گلیم است. گلیم چیست؟ بافته شده از همانیدگی‌های ما. با گلیم نمی‌توانید خداوند را ببینید، با گلیم نمی‌توانید خورشید را ببینید، جلوی خورشید را می‌گیرد. یک نوری می‌آید، یک چیزی، همین نور من‌ذهنی است، نشت نور است، خود نور نیست. توجه می‌کنید؟ گلیم پرده پندار است؛ در پرده پندار نباید بمانید.

برای همین می‌گوید «لوله‌ها بر بند». لوله‌ها همین گره‌های گلیم است، این‌ها را یکی یکی باید ببندید. «لوله‌ها بر بند و» یعنی لوله‌ها را ببند، پُر کن این فضای درون را از خُم خداوند. «لوله‌ها بر بند و پُر دارش ز خُم»، «گفت: غُضُّوا عَنْ هَؤُلَاءِ»، یعنی گفت پرهیز کنید، چشم‌هایتان را ببندید از هواهای یعنی از خواهش‌ها و خواستن‌های من‌ذهنی برحسب این گره‌های گلیم یا پتو. «أَبْصَارُكُمْ» یعنی چشم‌هایتان را ببندید از این‌ها.

نمی‌گویند پول نداشته باش، توجه کنید، تفسیر غلط نکن. نمی‌گویند پول نداشته باش، خانه نداشته باش، همسر نداشته باش، بچه نداشته باش، نمی‌دانم تقریح نکن، مسافرت نرو، غذا نخور، سکس نداشته باش، هیچ‌کدام از این‌ها را نمی‌گویند. می‌گویند این‌ها را نیاور مرکزت، گلیم را جلوی چشم‌ت نگذار، خورشید را نمی‌بینی. اگر خورشید را نبینی، یعنی خداوند را نبینی، فکر خلاق نمی‌کنی، فکرهای تکراری من‌ذهنی را تکرار می‌کنی.

پس شما فکرهای هویت‌دار نکنید. از کجا می‌فهمید فکر هویت دارد؟ برای این‌که حالتان را بد و خوب می‌کند و شما را در حال من‌ذهنی نگه می‌دارد. هی مدام می‌خواهید حال من‌ذهنی را خوب کنید، متوسل می‌شوید به یکی از گره‌های پتو، ها! پولم امروز زیاد شده، حالم خوب شد! همسرم به من نگاه خوبی کرد، حالم خوب شد! ولی حال شما بعد از دو دقیقه بد می‌شود دوباره. در گلیم حال بد و خوب به هم وصل‌اند، این دوتا قطب است.

یادتان است؟ گفت دوتا روستا هست، ولی در هر کدام مایه خوبی نیست. در دو ده اندرون قابلی نیست، جدیداً خواندیم.

جان بجهان و هم بجه، سر بمکش، سرک بنه گرچه درون هر دو ده، نیست درون قابلی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۹۲)

سرک بنه: تسلیم شو، سر فرود آور.

دو ده یعنی دوتا قطبی که در ذهن هست. همسرم به من نگاه خوبی می‌کند، من خوشحال می‌شوم. نگاه بد می‌کند، غمگین می‌شوم. پولم زیاد می‌شود، خوشحال می‌شوم. پولم کم می‌شود، بعد غمگین می‌شوم. الآن یک فکر ترسناک افتاد توی ذهنم، ترسیدم، حالم بد شد. بعد یکی آمد گفت بابا نگران نباش، این درست می‌شود،



حالم خوب شد. این‌طوری نمی‌شود، این همین گلیم است دیگر. حال بد به خوب وصل است، هر چیزی که خوب است ممکن است دو سه روز دیگر بد بشود.

اگر شما به سرمایه‌های مادی‌تان خوشحالید، خب الآن این‌ها هستند، ممکن است یک موقعی از دستتان بروند و می‌روند اگر با آن‌ها همانیده بشوید، برای این‌که خداوند یا زندگی تحمل نمی‌کند شما در مرکزتان اجسام را بگذارید. این اجسام ممکن است اموالتان باشد، ممکن است باور باشد، ممکن است درد باشد. هیچ‌کدام از این‌ها را نمی‌پذیرد، یواش‌یواش با شما رفتار می‌کند.

چون جفا آری، فرستد گوشمال تا ز نقصان واروی سوی کمال (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۸)

گوشمال: گوشمالی، تنبیه، تأدیب
وارفتن: برگشتن، بازگشتن

همین‌که یک چیزی را بگذاری مرکزتان و جفا بکنی به‌جای وفا به خداوند بگویی من از جنس تو هستم، فوراً گوش تو را می‌پیچاند تا ول کنی از این گلیم و این چیزی که گذاشته‌ای مرکزت، بروی عدم را بگذاری مرکزت. بله این‌طوری است.

♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦



۱۰- آقای عباس از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای عباس]

آقای عباس: با اجازه‌تان یک متنی آماده کردم، بخوانم خدمتتان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای عباس: [کنترل برقراری تماس]

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

ذوالمین: صاحب منت‌ها، صاحب عطاها، از صفات خداوند

چه زمانی خداوند احوال ما را می‌پرسد؟ وقتی گنج حضور را تماشا می‌کنیم، صحبت‌های جناب شهبازی را گوش می‌کنیم و متقاعد می‌شویم که من‌ذهنی خروب است، خداوند آن زمان احوال ما را می‌پرسد. زمانی که خودمان را با دیگران مقایسه نمی‌کنیم و نمی‌خواهیم برتر و یا پست‌تر از کسی باشیم، چون خداوند با کسی قابل مقایسه نیست.

تو بر این دکان زمانی صبر کن
تا گزارم فرض و خوانم لَمْ یَكُنْ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۰۶۰)

فرض: چیز واجب
گزارم فرض: نماز بخوانم. مراد زنده شدن به زندگی و اقرار به از جنس خدا بودن است.

مقایسه نکردن احوال‌پرسی خداوند از ما است. زمانی که ناز نداریم و ابیات را تکرار می‌کنیم و متوجه این می‌شویم که تنها راه نجات ما از ذهن و این گنده‌پیر من‌ذهنی فقط همنشینی با بزرگان به کمک آقای شهبازی است، آن موقع هم خداوند دارد احوال ما را می‌پرسد. زمانی که قانون جبران را رعایت می‌کنیم و دنبال چیزی به‌رایگان نیستیم و برای هر چیزی تلاش می‌کنیم، چون چیزی که مفت و مجانی به‌دست می‌آید، مفت و مجانی هم از بین می‌رود.

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

میزان: ترازو، مقیاس، معیار
بیع و شری: خرید و فروش، معامله

در زمان انجام قانون جبران هم باز هم خداوند از ما احوال‌پرسی می‌کند. اگر خودمان را با خط‌کش ذهن اندازه‌گیری نکنیم، خداوند باز هم احوال ما را می‌پرسد، چون من‌ذهنی لیاقت و صلاحیت این را ندارد که بتواند گنج حضور ما را اندازه‌گیری بکند. قرآن و بزرگان هزاران بار به ما گفته‌اند که ای اهل ضروان، فریب این خروب و هزارچهره را نخورید. ما چطور باز هم از او می‌پرسیم که آیا پیشرفت معنوی داشتیم یا خیر؟ طرح این سؤال به کلی اشتباه است.

**تو سفر کردی ز نطفه تا به عقل
نی به گامی بود، نی منزل، نه نقل**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۷۹)

**سیر جان بی‌چون بُود در دور و دیر
جسم ما از جان بیاموزید سیر**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۸۰)

**سیر جسمانه رها کرد او کنون
می‌رود بی‌چون نهان، در شکل چون**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۸۱)

وقتی روزانه روی خودمان کار می‌کنیم بدون توجه به قرین، وقتی برنامه‌های تلفنی را گوش می‌کنیم، یادداشت‌برداری می‌کنیم، وقتی در بین این‌همه انسان ما برگزیده شده‌ایم برای کار کردن روی خودمان، نباید این را دست‌کم بگیریم. چون در دنیای مادی هم زمانی که ما احوال‌پرسی از کسی می‌کنیم، یعنی رابطه ما با آن شخص خوب است. پس همین یک مثال جزئی هم یعنی رابطه ما با خداوند خوب است. خداوند به ما امید دارد که به گنج حضور دست پیدا کنیم، وگرنه حال ما را نمی‌پرسید.

و در آخر اگر خداوند احوال ما را پرسیده، باید جریده روی خودمان کار کنیم و نخواهیم کسی را عوض کنیم. چون تنها کسی که در دنیا باید عوض بشود فقط شخص خود ما هستیم. به لطف زندگی، خداوند به واسطه مولانا و آقای شهبازی احوال همه ما را پرسیده‌است. باید به خودمان ببالیم و لایق این احوال‌پرسی باشیم.

**بی‌نهایت حضرت است این بارگاه
صدر را بگذار، صدرِ توسّ راه**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

جناب شهبازی، تمام شد.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای عباس]



۱۱- سخنان آقای شهبازی

وقتی آقایان به این برنامه زنگ می‌زنند، واقعاً من خوشحال می‌شوم. برای این‌که آقایان، یعنی ما آقایان ناموس داریم، پندار کمال داریم. ممکن است ببینیم همسرمان، خانمان به برنامه گوش می‌کند و واقعاً رفتارش بهتر شده، مهربان‌تر شده، هر روز تغییر می‌کند، ما می‌گوییم که ما خودمان بلدیم. ما از نردبان پندار کمال، ما آقایان نمی‌آییم پایان. باید بیاییم پایین. همین گرفتار کرده ما را.

باید ناموس را بگذاریم کنار که به من برمی‌خورد بیایم بنشینم یک برنامه‌ای را گوش بدهم یا مثلاً مولانا بخوانم، من خودم از مولانا بیشتر می‌دانم و نه من نمی‌آیم! اصلاً کسر شأن من است بروم پیش خانم بنشینم بگویم به این برنامه گوش کنیم! دوستان از این نردبان بیایید پایین، باید بیایید پایین، اگر آقا هستی بیایید پایین.

اگر می‌بینید یک کسی یک برنامه‌ای گوش می‌کند حالش بهتر شده، کمتر اشتباه می‌کند، کمتر دعوا می‌کند، کمتر ستیزه دارد، غصه می‌خورد، خب برو تو هم گوش بده. نگو بلدم، می‌دانم، نمی‌دانم ما! اصلاً شما یک پروفیسور دهر هم باشید که فقط چیزهای ذهنی را می‌بینید. ما باید به صنع دست بزنیم، یعنی در هر لحظه خود زندگی فکر می‌کند از طریق ما، یک فکر جدید می‌کند، هر لحظه در کار جدید است. توجه می‌کنید؟

این‌طوری نیست که من بلدم! من استادم! کی استاد است؟ هیچ‌کس استاد نیست. اگر آن‌طوری باشد که کامپیوتر هم استاد است دیگر، اینترنت هم استاد است! استاد نداریم ما اصلاً. استاد فقط یک نفر است، آن هم خود زندگی است، خداوند است. خودش را به صورت خلاق از همه بیان می‌کند در این لحظه. هیچ‌کس نباید در نردبان پندار کمال بایستد. «چون خدا با توست، چون جویی بشر؟» آقای چیز امروز گفتند، آقای یوسف.

**مهر من داری چه می‌جویی دگر؟
چون خدا با توست، چون جویی بشر؟**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۵۱)

شما باید بگویید «از همه نومید گشتم ای خدا».

**کز همه نومید گشتم ای خدا
اول و آخر تویی و منتها**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۳)

در جهات مختلف رفتم،



از هر جهتی تو را بلا داد تا بازگشت به بی‌جهات (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

بی‌جهات: موجودی که برتر از جا و جهت است، عالم الهی

باید فضا را باز کنم. در مسیرهای مختلف رفتم، همه درد کشیدم، «از همه نومید گشتم ای خدا»، همین. شما می‌توانید نصف‌بیت‌ها را حفظ کنید، اگر تمام بیت را نمی‌توانید حفظ کنید. اما «حق همی‌گوید: نظرمان بر دل است».

حق همی‌گوید: نظرمان بر دل است نیست بر صورت که آن آب و گل است (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۴)

خداوند چه می‌گوید؟ می‌گوید من فقط، اگر دل تو، مرکز تو از جنس من باشد، من به آن نگاه می‌کنم، از جنس جسم باشد، نگاه نمی‌کنم. نصف‌بیت یاد بگیرد. «حق همی‌گوید: نظرمان بر دل است». دیگر حفظ کردن این کاری دارد؟! پس تکرار کنید. حق یعنی خداوند می‌گوید، نظرمان بر دلی است، مرکزی است که باز شده باشد، از جنس عدم باشد. هر دلی که از جنس من باشد، من به آن نگاه می‌کنم. خانم‌ها، آقایان، این مشکل است فهمیدنش؟

«ای دلا، تو دلا، منظور حق آنکه شوی»، «تو دلا»، داری به دل خودت می‌گویی، «تو دلا منظور حق آنکه شوی»، یعنی دل من، موقعی نظرگاه خداوند می‌شوی، مگر نمی‌خواهید دلتان نظرگاه خداوند باشد؟ «که چو جزوی تو به‌سوی کل روی»

ای دلا منظور حق آنکه شوی که چو جزوی سوی کل خود روی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۳)

یعنی مثل جزو که جزو خداوند از جنس او است، آلت است، باید به‌صورت او به‌سوی او بروی. «می‌رود بی‌چون نهان در شکل چون»، «می‌رود بی‌چون نهان در شکل چون». همه بیت را نمی‌خواهید، همین نصف‌بیت را حفظ کنید. «می‌رود بی‌چون نهان، در شکل چون»، اگر با چون می‌روید، با هشپاری جسمی می‌روید، به‌سوی خدا نمی‌روید، به‌سوی جسم می‌روید. مردم وقتشان را تلف می‌کنند در کارهای بیهوده، مشغول ژاژ می‌شوند. «می‌رود بی‌چون نهان در شکل چون».



**سیرِ جسمانه رها کرد او کنون
می‌رود بی‌چون نهان، در شکلِ چون**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۸۱)

همین‌طور که خداوند در این چون، در این چیزی که کیفیت دارد دیده می‌شود، بی‌چون دارد راه می‌رود، بی‌چون دارد خودش را بیان می‌کند. شما هم باید بی‌چون بروید، باید به یک جایی برسید که بگویید که «از همه نومید گشتم ای خدا»، «چون خدا با توست، چون جویی بشر؟»، چون خدا با من است، چگونه بشر بجویم؟

**مهرِ من داری چه می‌جویی دگر؟
چون خدا با توست، چون جویی بشر؟**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۵۱)

این‌ها را به خودتان تلقین کنید. نصف‌بیت‌ها را مثل ضرب‌المثل برای خودتان بسازید، از همین برنامه یاد بگیرید بنویسید. بله، هی بگویید «حق همی‌گوید نظرمان بر دل است»، «می‌رود بی‌چون نهان در شکلِ چون» و این‌ها را بگویید. چندانیش را با هم ترکیب کنید شما خردمندید، می‌فهمید جریان چیست.



۱۲- آقای علی از دانمارک

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: اگر اجازه بفرمایید یک پیغامی است به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله بله بفرمایید.

آقای علی: عنوانش «توقع و انتظار» است.

یکی از صورت‌هایی که ما را در طلسم من‌ذهنی نگه می‌دارد و مانع‌رهایی از این طلسم می‌شود، توقع و انتظار از جهان بیرون از جمله افراد دیگر است. ما چون دنبال زندگی در بیرون می‌گردیم، فکر می‌کنیم اگر توقعاتمان برآورده شود به آرامش و شادی می‌رسیم، درحالی‌که این توهم است. این نیازمندی به دنیا نیاز حقیقی ما نیست، بلکه این‌ها نیازهای روان‌شناختی است.

توقع و انتظارات ما از دیگران یا از اتفاقات عموماً برآورده نمی‌شود، درنتیجه در ما رنجش، کینه و تنفر ایجاد می‌شود. هر رنجشی پرونده‌ای را در ما باز می‌کند. چون ذهن قادر به بستن این‌ها نیست ما شروع به ناله و شکایت می‌کنیم. با سبب‌سازی، اتفاقات و دیگران را مانع رسیدن به انتظاراتمان می‌دانیم، درنتیجه شروع به مسئله‌سازی و دشمن‌سازی می‌کنیم.

همه این‌ها سبب می‌شود که دردهای زیادی در ما ذخیره شود. دردها باعث ایجاد خرابی در چهار بُعد ما می‌شود. همچنین باعث به هم خوردن روابط ما از جمله روابط خانوادگی و جدایی می‌شود. اگر خوب دقت کنیم همه این‌ها از داشتن انتظار و توقع از دیگران و اتفاقات نشأت می‌گیرد. درواقع از نیازمندی ما به جهان بیرون به وجود می‌آید.

در مقابل این نیازمندی مصنوعی یک نیازمندی حقیقی وجود دارد و آن نیاز به خدا و زندگی است. این نیازمندی حقیقی در اکثر مواقع به‌خاطر دردهای زیادی است که در ما ایجاد شده و ما مجبور می‌شویم ناز کردن را کنار بگذاریم و به زندگی رو بیاوریم.

اگر این اتفاق مبارک بیفتد امکان آن وجود دارد که ما صورت‌های مختلف طلسم من‌ذهنی را در خود شناسایی کنیم و از آن‌ها آزاد شویم. که البته این کار مستلزم تمرکز روی خود و توجه به ابیات و کار مداوم است. در ادامه اگر اجازه بفرمایید آقا یک تعداد ابیات است با ابیات جناب مولانا به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم، بله بله.



آقای علی:

آدمی آمد به دنیا بی‌نیاز
چون‌که از ذات صمد دارد نواز
لیک در غرقاب دنیا این صمد
گشت آلوده به خصلت‌های بد
مادر اوصاف پست و ناروا
که بشر را کرده پُرکین و دغا
انتظار است و توقع از کسی
که کند جمله کسان را ناکسی
انتظارت ناخن پُرزهر دان
که خراشد سینه را تا عمق جان
هر توقع صحبت نااهل دان
که نشیند با تو در دُورِ زمان
چون برآورده نگردد انتظار
تو شوی آزرده، پُرکین و نزار
بعد از آن پرونده‌سازی می‌کنی
کار کوتاه را درازی می‌کنی
غافلی از این‌که هر پرونده‌ای
باز شد، سازد تو را خربنده‌ای
بندگی خر مبارک بادت
این‌چنین پستی تو را می‌شایدت



آن‌چنان مَسند رها کردی غنی
تا که گردی پیش خر تو منحنی

قدر آن جاه و مقام و منزلت
که خدا دادت ندانستی، دلت

گشت مایل سوی اَسفل سافلین
ز آن بهشت و جایگاه مستغین
(علی موسوی)

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

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

در مقابل آدمی دارد نیاز
به خداوندِ رحیمِ چاره‌ساز

فرق بسیارست بین این نیاز
با نیاز تو به خلق فتنه‌ساز
(علی موسوی)

وین نیاز ارچه که لاغر می‌کند
صدر را چون بدر انور می‌کند
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۸)

و آن نیازت می‌کند دل را سیاه
آبرویت می‌برد در پیش شاه

شه بگوید سِرّ الله الصّمد
چون ندانستی تَبّه کردی تو خود؟



حیف این سرمایه‌ی عمری که من
دادمت کردی تلف بهر ثمن
قدر زر زرگر بداند ای لبیب
طفل بخشد زر به جوزی ای حبیب
(علی موسوی)

جز نیاز و جز تضرع راه نیست
زین تقلب هر قلم آگاه نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۸۲)

پیش یوسف نازش و خوبی مکن
جز نیاز و آه یعقوبی مکن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۰۸)

تمام شد آقا، خیلی ممنون.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! علی آقا خبر دارید که شاعر خوبی شدید شما؟ ماشاءالله. خیلی جالب است. [خنده
آقای شهبازی].

آقای علی: خبر داریم آقا. همین‌جوری بعضی وقت‌ها می‌آید دیگر آقا. [خنده آقای علی].

آقای شهبازی: آفرین بر شما، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]



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

جنت: بهشت
إله: إله، الله، خداوند

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

جنت المأوی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

شما می‌توانید این دو بیت را حفظ کنید و هر موقع می‌بینید که نیاز به کسی دارید چیزی بگیرید، این را برایتان بخوانید که پیغمبر فرموده که اگر بهشت می‌خواهی از من، من ضامن هستم تو را به بهشت ببرم به شرط این‌که از کسی چیزی نخواهی. بله، این را بخوانید، دیگر پرونده باز نکنید، چون می‌روید یک چیزی می‌خواهید به شما نمی‌دهند، پرونده باز می‌کنید، پرونده رنجش، هر رنجش یک پرونده‌سازی است که وقتی باز شد، دیگر نمی‌توانی ببندی.

این مطلب را خوب به‌خاطر بسپارید. وقتی درد ایجاد شد، درد را فقط خداوند شفا می‌دهد. این پرونده آن زیر درحالی‌که شما آگاه نیستید می‌خواهد بسته بشود، ذهن می‌خواهد این را ببندد، ولی نمی‌تواند ببندد و در نتیجه شما ممکن است صدتا پرونده باز داشته باشید. این‌ها همان لوله‌ها هستند که می‌گفت «لوله‌ها بربند و پُر دارش ز خُم»

لوله‌ها بربند و پُر دارش ز خُم گفت: غُضُّوا عَنْ هَؤُلَاءِ أَبْصَارَكُمْ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۷۱۴)

غُضُّوا عَنْ هَؤُلَاءِ أَبْصَارَكُمْ: دیدگانتان را از هوی و هوس فروبندید.

لوله‌هایت را ببند، از خُم خداوند خُمَت را پُر کن. خب لوله‌ها را نمی‌توانی ببندی، اگر هر روز یک رنجش، لوله جدید، انرژی‌ای که زندگی به شما می‌دهد، از آن‌جا می‌رود بیرون، نبستی. شما باید لوله جدید باز نکنی، پرونده جدید باز نکنی، توقعت را از مردم صفر کنی، «چون خدا با توست، چون جویی بشر؟»



مهر من داری چه می‌جویی دگر؟ چون خدا با توست، چون جویی بشر؟ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۵۱)

فضا را باز کن با فکر خلاق برای خودت کار کن، هرچه می‌خواهی خودت بخر یا خودت به‌دست بیاور یا فقط کمک فکری بگیر، کار کن، قانون جبران را انجام بده، از کسی توقع نداشته باش. خیلی خطرناک است این، خیلی خطرناک است.

دوباره می‌گویم شما پرونده را باز می‌کنید نمی‌توانید ببندید. چه کسی می‌بندد؟ فضا را باز می‌کنی، خود خداوند. این این‌طوری طرح شده، خوب دقت کنید. طرح خداوند یک‌جوری است، نمی‌توانی با آن مقابله کنی. به‌سادگی می‌رنجی، ولی رنجش را نمی‌توانی از بین ببری. چه کسی می‌برد؟ با فضاگشایی، خود زندگی. این را گذاشته که حتماً بیایی به‌سوی او.

هر سویی رفتم ناامید شدم ای خدا، «از همه نومید گشتم ای خدا». سعی کردم رنجش‌هایم را ببخشم، نتوانستم. الآن موقعی است که فضا را باید باز کنی، از او کمک بگیری و باید این کار را بکنی. نکنی چه می‌شود؟ صدتا پرونده باز، انرژی‌ای که خداوند به شما می‌گوید از آن لوله‌ها می‌رود بیرون، به هیچ‌جا نمی‌رسی.

شما می‌گویید من می‌خواهم حال خوب داشته باشم، حال خوب تو از آن لوله‌ها می‌رود بیرون، چه‌جوری می‌خواهی داشته باشی؟! باید لوله‌ها را ببندی، این‌جا یک انباشتگی حضور باشد، جنس خودت باشد، که ما آمده‌ایم خودمان خودمان بشویم، خودمان را بشناسیم چه کسی هستیم که از جنس او هستیم، به صورت ذات اصلی‌مان روی خودمان قائم بشویم و جدا بشویم از جهان.

اگر شما پرونده باز داشته باشید، صدتا رنجش داشته باشید، نمی‌توانید. توجه کنید شما اگر درد داشته باشید در مرکزتان، نمی‌توانید به خداوند دسترسی پیدا کنید، او هم نمی‌تواند. یادتان است؟ گفت نظرم بر دل بی‌درد است. مردم از دم شکایت می‌کنند، اگر شکایت می‌کنی بدان که خداوند به دل شما نظر نمی‌کند. ما فکر می‌کنیم که خداوند هم مثل آدم است، اگر شکایت کنیم، برویم آقا من بدبخت هستم، بیچاره هستم، تو را خدا رحم کن، می‌گوید بیا بابا این صد دلار را بگیر، دست از سر ما بردار!

نه، هر چقدر شکایت کنی، وضعت بدتر می‌شود. شما می‌گویید وضع را باید تحمل کنم؟ نه، فضا را باز کن یک کاری بکن، یک فکر خلاق بکن، یک عملی انجام بده که برحسب صنع او باشد، برحسب فکر او باشد، برحسب ژاژ نباشد، برحسب فکرهای همانیده نباشد. شما درد دارید در مرکزتان؟ هر فکری می‌کنید با درد آلوده است.



خداوند هم نمی‌تواند به آن دل نگاه کند، نمی‌تواند کمک کند. «رحمت اندر رحمت» است، ولی شما نمی‌گذارید، او چه‌جوری به شما کمک کند؟! «حق همی گوید: نظرمان بر دل است»

حق همی گوید: نظرمان بر دل است
نیست بر صورت که آن آب و گل است
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۴)

شما دل را پاک نمی‌کنید. «طَهْرًا بَیَّتِ بِلانِ پاکی است».

طَهْرًا بَیَّتِ بِلانِ پاکی است
گنج نور است، ار طلسمش خاکی است
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۴)

طَهْرًا بَیَّتِ: خانه‌ام را پاک کنید.

دستور داده که خانه من را هر روز تمیز کنید، یعنی دل شما خانه من است، هر روز باید جارو کنید. خانه من را تمیز کنید، معنی‌اش همین است دیگر. «گنج نور است، ار طلسمش خاکی است» یعنی همین طلسم‌های درد و این‌ها را که می‌خوانید شما، خانه را کثیف می‌کنید عین مرغ خانگی. مثل مرغابی باش، نه مثل مرغ خانگی که می‌رود خانه‌اش را کثیف می‌کند، ها! این فضل‌هایش را آن‌جا می‌اندازد. شما این کار را نکن. درست است؟ خانه را تمیز نگه‌دار، بگذار او نظر کند. وقتی خورشید نظر می‌کند، این همانیدگی‌ها از چشم شما می‌افتد. «در دلش خورشید چون نوری نشاند»، وقتی نور می‌نشاند «پیشش اختر را مقادیری نماند».

در دلش خورشید چون نوری نشاند
پیشش اختر را مقادیری نماند
 (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۵)

اختر: ستاره، در این‌جا مراد همانیدگی‌ها هستند.

آن موقع همانیدگی‌ها از چشم شما می‌افتد، چشم شما نمی‌افتد ها! هُل داده می‌شود به حاشیه، از مرکز می‌رود بیرون، آن موقع خداوند یا زندگی به دل شما نگاه می‌کند و شما را نجات می‌دهد. وگرنه می‌مانید با صدتا پرونده باز، صدتا لوله باز. شما فرض کنید یک آب از آن‌ور می‌آید، از لوله می‌رود بیرون، این‌جا که حوض شما است جمع نمی‌شود که! حوضی دارید که در تهش، در کنارهایش همه‌اش لوله است، آب از آن‌ور وارد حوض می‌شود ولی چیزی نمی‌ماند!



۱۴- خانم پروین از استان مرکزی با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: با اجازه یک پیغام نوشته بودم استاد، در مورد چند موضوع مشترکی که در دو غزل دو برنامه اخیر هست ۱۰۵۸ و ۱۰۵۹ و داستان صوفی و رنجور و داستان ذوقی که شما روی آن خیلی تأکید داشتید.

آقای شهبازی: بله، بله. بفرمایید.

خانم پروین: با اجازه. مولانا در غزل ۲۲۸۲ از برنامه ۱۰۵۸ می‌فرماید که خداوند تنها بزم، جشن و شادی دارد و زندگی غم و غصه و عزا ندارد. اگر ما فضا را باز کنیم و خداوند به مرکز ما بیاید، تمام ذرات وجود ما به رقص و پاکوبی درمی‌آیند، یعنی هماهنگ با موسیقی کائنات عمل می‌کنند و انعکاس آن در بیرون، در بیرون نیز به صورت شادی، ذوق و لذت اصیل زندگی ظاهر می‌شود.

در این حالت، عشق، خرد، ذوق و صنع زندگی به فکر و عمل ما می‌ریزد و تمام کارهای ما با لذت حضور انجام می‌شود. همچنین مولانا می‌فرماید که فرمان خرم‌شاهی خداوند این است که ما در هر لحظه خرم، شاد و زنده به او باشیم و این فرمان تغییرناپذیر است. بنابراین شادی و آرامش ما نباید به اتفاقات بیرونی وابسته باشد. اگر هر لحظه آرامش و شادی خود را به ذهن و همانندگی‌ها می‌سپاریم، درحقیقت از فرمان خرم‌شاهی خداوند دور شده‌ایم.

فرمان خرم‌شاهیت در خون دل توقیع شد
کف کرد خون بر روی خون از جزم تو پا کوفته
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۲)

در داستان صوفی و رنجور نیز مولانا فرمودند که تمام اجزای وجود انسان برای شادی آفریده شده‌است و اگر غم و ناامیدی بر ما غلبه کرد، باید از خود بپرسیم چه چیزی ما را از آن فرمان الهی دور کرده‌است.

چون فرو گیرد غمت، گر چستی‌ای
ز آن دم نومید کن و ا جستی‌ای
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۲۴)

گفتی‌اش: ای غصه منکر به حال
راتبه انعام‌ها را ز آن کمال
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۲۵)



گر به هر دم نهات بهار و خرمی ست همچو چاش گل تنت انبار چیست؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۲۶)

چاش: غلّه پاک کرده، خرمن کوفته، در این جا مطلق خرمن

غم و ناامیدی نشانه این است که ما به ذهن و همانندگی‌ها پناه برده‌ایم و شادی و آرامش را از چیزهای فانی و گذرا می‌خواهیم، در نتیجه نعمت‌های الهی یعنی شادی، آرامش، عشق و خردی را که خداوند در وجود ما به ودیعه نهاده است، نادیده گرفته‌ایم. مولانا در غزل ۲۴۷۱ از برنامه ۱۰۵۹ نیز می‌فرماید:

هست سماع، چنگ نی، هست شراب، رنگ نی صد قدح است بر قدح آن که قدح چشید، نی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)

می‌فرماید سماع، شادی و شراب حقیقی وجود دارد، اما ما آن را در جای نادرست جست‌وجو می‌کنیم. ما در من‌ذهنی شادی و شراب را از چنگ و رنگ یعنی از فرم‌ها، همانندگی‌ها و اتفاقات بیرونی می‌خواهیم، درحالی‌که این‌ها شراب‌های ذهنی و توهمی هستند، نه شراب حضور و فضای گشوده‌شده.

بنابراین هرچه با فضاگشایی، تسلیم و رها کردن همانندگی‌ها از شراب‌ها و شادی‌های وابسته به ذهن که بر پایه زیاد شدن همانندگی‌ها بنا شده‌اند، فاصله بگیریم، به عشق، بزم و شراب اصیل زندگی و خداوند نزدیک‌تر می‌شویم و زندگی ما از رنج، غم و درد به رقص، خرمی و شادی بی‌سبب تبدیل می‌شود.

مطلب مشترک بعدی این بود که ما به‌جای پرستیدن صورت اشخاص، باید زندگی را در آن‌ها ببینیم و همه هنرها، زیبایی‌ها، دانش، موفقیت‌ها و صفات نیک را از آن خداوند بدانیم نه از شخص.

مولانا در داستان دقوقی به ما می‌آموزد که هر زیبایی، هر هنر، هر دانش، هر موفقیت و هر صفت نیکی از خداوند است، نه از اشخاص. اگر ما اشخاص را به‌خاطر شخصیتشان ستایش کنیم، دچار بت‌پرستی شده‌ایم.

زآنکه خود ممدوح، جز یک بیش نیست کیش‌ها زین روی، جز یک کیش نیست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۲۴)

بنابراین، هرگاه کسی کار خارق‌العاده‌ای انجام می‌دهد، درحقیقت این زندگی است که خود را از طریق او بیان و تجربه می‌کند. پس مدح و ستایش ما باید به زندگی و خداوند بازگردد نه به شخص.



دان که هر مدحی به نور حق رود بر صُور، و اشخاص عاریت بود (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۲۵)

صُور: صورت‌ها
عاریت: قرضی

مولانا همچنین بیان می‌کند که من ذهنی مانند انعکاس ماه در آب است. همان‌گونه که تصویر ماه خود ماه نیست، من ذهنی نیز سایه و انعکاسی از زندگی است، نه حقیقت آن. بنابراین هر بتی که ذهن به ما نشان می‌دهد و ما آن را اصل می‌پنداریم، باید ما را به یاد ماه حقیقی یعنی خداوند بپردازد تا از پرستش سایه به‌سوی اصل حرکت کنیم.

در حقیقت مادح ماه است او گرچه جهل او به عکسش کرد رو (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳۰)

مسئولیت ما این است که مرکزمان را از بت‌های ذهنی خالی کنیم، تا خداوند بتواند خود را از طریق ما بیان کند. در این حالت، اشخاص برای ما اصل نیستند، بلکه فقط زندگی است که از این قالب انسانی می‌تابد. این همان دین یکتایی و منظور همه پیامبران است.

گر هزاران‌اند، یک کس بیش نیست چون خیالات عدداندیش نیست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵)

مولانا در غزل ۲۴۷۱ برنامه ۱۰۵۹ نیز همین معنا را از زاویه دیگر بیان می‌کند.

در قدم روندگان شیخ و مرید بی‌عدد در نفسِ یگانگی شیخ نه و مرید نی

آن‌که میان مردمان شهره شد و حدیث شد سایه بایزید بُد، مایه بایزید نی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۷۱)



در این‌جا نیز می‌فرماید که ما نباید از کسی بت بسازیم و یا خود بت دیگران شویم، بلکه باید هر لحظه با فضاگشایی اجازه دهیم همان نور واحد از وجود ما جاری شود، در این صورت متوجه می‌شویم که جدایی‌ها ساخته من‌ذهنی است و همه ما درحقیقت از یک جنس و یک زندگی هستیم.

ما در من‌ذهنی تنها سایه‌ها را می‌بینیم و می‌پرستیم، یعنی تصویرهای ذهنی‌ای را که از انسان‌ها ساخته‌ایم، نه حقیقت وجودی آن‌ها را. این تصویرها از جنس مفهوم و مواد ذهنی هستند، اما مایه انسان‌ها را که همان زندگی است، نمی‌بینیم. ما زمانی می‌توانیم مایه دیگران را ببینیم که خود نیز به آن مایه زنده شویم، یعنی به‌جای تمرکز بر تصویرهای ذهنی و سخن گفتن درباره آن‌ها، زندگی را در وجود خود بشناسیم و تجربه کنیم. تا زمانی که در سایه‌ها زندگی می‌کنیم، جنگ، جدایی و تفرقه ادامه دارد، اما هنگامی که مایه و اصل را در خود و دیگران ببینیم، جدایی از بین می‌رود و یگانگی و وحدت ایجاد می‌شود.

بت‌پرستی چون بمانی در صور صورتش بگذار و در معنی نگر (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۹۳)

گفت هر یک‌تان دهد جنگ و فراق گفت من آرد شما را اتفاق (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۱)

فراق: دوری

ممنون استاد. یک مطلب دیگر مانده بود منتها آن را دیگر هفته دیگر ان‌شاءالله می‌خوانم.

آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی خوب بود! پروین خانم خیلی خوب بود! پیغامتان را بفرستید پست کنیم. ممنونم هم به من، هم به پشتیبانی لطفاً هر دو بفرستید. عالی، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

آقای شهبازی: خیلی خوب بود! ماشاءالله دوستانمان، غزل‌ها و مثنوی‌ها را با هم ترکیب می‌کنند، یک چیز زیبایی درمی‌آورند، خوب گوش کنید. خواهش می‌کنم استفاده کنید.



۱۵- خانم مینا از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مینا]

خانم مینا: آقای شهبازی یک پیغامی آماده کردم در مورد من‌ذهنی، با اجازه‌تان بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم مینا: خب پیغام این است که یک تعریف دیگری از من‌ذهنی است که من نوشتم که می‌توانیم بگوییم ذهن که خمیرمایه زندگی داخلش نیست، می‌توانیم به آن بگوییم من‌ذهنی.

ذهن به‌تنهایی ماهیت بدی ندارد، می‌تواند برای تصمیم‌گیری، هدف‌گذاری، تجزیه و تحلیل مسائل، برنامه‌ریزی، تحقیقات و فعالیت‌های مختلف و غیره به‌کار گرفته بشود. اما این ذهن باید از فضای حضور کمک بگیرد، بدون فضای هشیاری خراب‌کاری می‌کند.

پس من‌ذهنی همان ذهنی است که به‌تنهایی و بدون حضور خداوند می‌خواهد تمام مسائل را خودش حل کند. چه‌بسا ذهن‌های زیادی که سال‌ها به دنبال پول دَویدند، شاید به آن رسیدند، ولی چون فضای حضور به آن‌ها کمک نکرد، آرامش آن‌ها هم گرفته شد، به‌سمت بیماری رفتند، بهای سنگین دادند و به پول رسیدند.

حالا بیاییم بررسی کنیم این مثال را. وقتی من تصمیم می‌گیرم پولدار بشوم، اگر ذهن من بدون فضای هشیاری در این تصمیم دخیل بشود و پول را در مرکزش بگذارد و همانیده بشود.

[تماس قطع شد]



۱۶ - آقای شهرام از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای شهرام]

آقای شهرام: من استاد راجع به ابیاتی که در داستان دقوقی خوانده بودید در دفتر سوم، یک پیامی آماده کردم با نام «خداوندان دل»، می‌خواهم بخوانم با اجازه‌تان.

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

آقای شهرام:

نی، دل اندر صدهزاران خاص و عام
در یکی باشد، کدام است آن کدام؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۰)

چونکه دل غیب است خواهی زو مثال
زو بجو که با دل استش اتصال
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۹۵)

ما توی آن بیت دفتر سوم خواندیم که مولانا گفت این دل خیلی کمیاب است، این دل در صد هزاران «خاص و عام» فقط در یکی هست، بگو کدام است.

این جا دل غیب است، دل را نمی‌توانی از آن تصویری داشته باشی. اگر می‌خواهی از دل خبر داشته باشی، از آن که با دل اتصال دارد جویا شو. دفتر ششم، ۱۲۹۵:

چونکه دل غیب است خواهی زو مثال
زو بجو که با دل استش اتصال
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۹۵)

خداوندان دل داند دل چیست
چه داند قدر دل هر بی‌روانی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۲۲)

هر کسی دل را نمی‌داند و نمی‌شناسد، حالا می‌فهمیم، در ابیات بعدی هم می‌خوانیم که در همین قصه هم به ما گفته بود. «خداوندان دل»، آن صاحب‌دل‌ها می‌دانند فقط که دل چیست. «دل تو این آلوده را پنداشتی» گفت.

دفتر اول ۱۶۷۸:



صاحب ده پادشاه جسم‌هاست
صاحب دل، شاه دل‌های شماست
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۷۸)

صاحب‌دل آن است که به دل‌ها فرمانروایی می‌کند. دفتر دوم ۸۳۶ تا ۸۳۸ یک ابیاتی دارد که اهل تصوف می‌گویند:

باز این دل‌های جزوی چون تن است
با دل صاحب‌دلی کو معدن است
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۸۳۹)

پس دل عالم وی است ایرا که تن
می‌رسد از واسطه این دل به فن
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۸۳۶)

دل عالم، آن «صاحب‌دل» است. در آن ابیات خبر و سنی خواندیم که

سر کشیدی تو که من صاحب‌دل
حاجت غیری ندارم، واصلم
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۱)

دل، تو این آلوده را پنداشتی
لاجرم دل ز اهل دل برداشتی
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۳)

یک قصه‌ای از دفتر پنجم هم که قبلاً خواندید جناب‌عالی هم در حمله سلطان محمد خوارزمشاه سبزواری، آنجا هم خیلی راجع به دل ابیات عالی داریم که خیلی ارتباط تنگاتنگی با ابیات این قصه‌ها دارد. این‌جا گفته بود:

دل، تو این آلوده را پنداشتی
لاجرم دل ز اهل دل برداشتی
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۳)

آنجا دفتر پنجم ۸۷۱ می‌گویند:

تو دل خود را چو دل پنداشتی
جست‌وجوی اهل دل بگذاشتی
 (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۷۱)



پنداشتن: تصور کردن، خیال کردن، فرض کردن.

همین‌طور که توی این قصه گفت:

تو همی گویی: مرا دل نیز هست
دل فراز عرش باشد، نی به پست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۵)

آن دلی کز آسمان‌ها برتر است
آن دل آبدال یا پیغمبر است
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۸)

آبدال: اولیاءالله، گروهی از اولیاء که صفات زشت بشری را به اوصاف نیک الهی بدل کرده‌اند.

آقای شهبازی: بله.

آقای شهرام: حالا غرض من از این پیغام این است که مولانا در حین ارتباطی که توی قصه‌ها می‌شود جست‌وجو کرد و این ابیات با همدیگر، می‌گوید که تو باید دل آن صاحب‌دل را به‌دست بیاوری.
اگر دل آن را به‌دست بیاوری، این‌جا خواندیم دیگر، «حق همی‌گوید نظرمان بر دل است»، آن‌جا می‌گوید «من ز صاحب‌دل کنم، بر تو نظر». و این‌جا خواندیم:

ریزه دل را بهل، دل را بجو
تا شود آن ریزه چون کوهی از او
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۷۱)

اگر او را بجوید، این دل اصلی، دل صاحب‌دل را بجویی، دلت از او یک کوهی می‌شود، آن «ریزه دل تو» به یک کوهی تبدیل می‌شود. و این‌چنین دل‌ریزه‌ها را پس دل مگو. و در داستان دفتر پنجم می‌خوانیم که

صاحب دل جو اگر بی‌جان نه‌ای
جنس دل شو گر ضد سلطان نه‌ای
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۹۰۲)

و خداوند می‌گوید که

من ز صاحب‌دل کنم در تو نظر
نی به نقش سجده و ایثار زر
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۷۰)



گر ز تو راضی‌ست دل، من راضی‌ام ور ز تو مُعرض بُود، اِعراضی‌ام (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۸۲)

مُعرض: روی برگرداننده، پشت‌کننده، اعراض‌کننده
اعراض: نسبت به چیزی کراهت داشتن، آن را نپذیرفتن و از آن روی برگرداندن

اگر او از دست راضی است، من هم راضی هستم. اگر او از دست اعتراض دارد، ناراضی است، من هم ناراضی هستم.

ممنونم، من وقتی هم تمام است استاد، می‌خواستم همین را بگویم که ما ان‌شاءالله که بتوانیم دلمان را وقف کنیم بر این «خداوندان دل».

آقای شهبازی: آفرین!

آقای شهرام: «ما چو روباهیم و پای ما کرام» این خداوندان دل هستند، این بزرگان هستند، بتوانیم دل این بزرگان را به دست بیاوریم. ان‌شاءالله که همین‌طوری که جنابعالی دل مولانا را این‌جوری شاد کردید و به دست آوردید، ما هم توفیق داشته باشیم بتوانیم دل این بزرگان را به دست بیاوریم. از آن صاحب‌دل نگاه می‌کنند به ما، اگر راضی باشد ان‌شاءالله از ما هم خداوند می‌گوید من هم راضی هستم. بله:

روبَها، این دُم حیلَت را بَهِل وقف کن دل بر خداوندان دل (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۱)

هِلیدن: وا گذاشتن، رها کردن

خیلی متشکرم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! عالی، عالی! آقای شهرام عالی! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای شهرام]



خیلی خوب بود. یادم رفت از ایشان خواهش کنم بفرستند پیغامشان را. ان شاء الله می‌فرستند.

امر حق را باز جو از اصلی امر حق را درنیابد هر دلی (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۲۹)

«امر حق» یعنی فرمان‌های ایزدی را از واصلان بجو، کسانی که وصل به زندگی هستند. «امر حق را باز جو از اصلی»، «امر حق را» دوباره می‌گوید «درنیابد هر دلی». هر دلی که از جنس من‌ذهنی است، امر حق را، امر خداوند را، فرمان خداوند را پیدا نمی‌کند. این مهم است شما واقعاً وقف کنید دلتان را همین‌طور که ایشان گفتند، «وقف کن دل بر خداوندان دل»، تو بیا دلت را بسیار به صاحبان دل.

و تشخیص صاحب دل سخت است و این مسئولیت شما است. شاید یکی از مهم‌ترین و مشکل‌ترین مسئولیت‌ها که ما داریم پیدا کردن کسی است که واصل است، یعنی به خداوند وصل است، و این مولانا است. مولانا است و به نسبت‌هایی شما عاشقان. شما عاشقان که به این برنامه زنگ می‌زنید، به این برنامه گوش می‌کنید، خواهش می‌کنم خودتان را دست‌کم نگیرید.

شما کسانی هستید که وصل هستید. من‌های ذهنی وصل نیستند. آن‌هایی که درد دارند در مرکزشان، درد پخش می‌کنند وصل نیستند، از دیدن آن‌ها عصبانی نشوید، بلکه یاد بگیرید. شکر کنید که شما وصل هستید، شما برحسب درد فکر نمی‌کنید، درد پخش نمی‌کنید، آن‌ها می‌کنند، آن‌ها می‌شوند معلم شما. اگر کسی به شما ناسزا می‌گوید، زور می‌گوید، با من‌ذهنی‌اش می‌خواهد غلبه کند، شما فضا را باز کنید یاد بگیرید و خدا را شکر کنید که دارید یاد می‌گیرید و شما آن‌طوری نیستید.



۱۸ - خانم مینا و آقای مهران از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مینا]

خانم مینا: مینا هستم آن موقع قطع شد.

آقای شهبازی: پس شما دوباره گرفتید آفرین آفرین! [خنده آقای شهبازی] چه جوری گرفتید؟

خانم مینا: بله ما با شش تا گوشی تقریباً همزمان داریم می‌گیریم. [خنده خانم مینا]

آقای شهبازی: بله ماشاءالله بله، بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم مینا: آقای شهبازی تا این‌جا گفتم که این یک تعریف دیگری از من‌ذهنی گفتم که ذهنی که خمیرمایه زندگی داخلش نیست.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم مینا: حالا یک مثالی هم آوردم که حالا این‌جا بگویم اول که مثلاً من با این ذهن بدون خمیرمایه زندگی تصمیم می‌گیرم پولدار بشوم. اگر ذهن من بدون فضای هشیاری در این تصمیم دخیل بشود و پول را در مرکزش بگذارد و همانیده بشود، این صحبت‌ها را می‌کند، می‌گوید پول الویت اول است، اگر به پول نرسی بدبخت می‌شوی، نکند پولدار نشوی؟ باید مثل فلانی که کلی ثروت جمع کرده و سه‌تا خانه خرید، تو هم سه‌تا خانه بخری.

پس تا این‌جا چندتا الگو توی من فعال شد، ترس از پولدار نشدن و مقایسه کردن. بعد من وارد عمل می‌شوم، می‌گویم من صبح تا شب باید سرکار بروم، به کار بچسبم، اگر کسی خواست مانع کار کردنم بشود با او برخورد جدی بکنم.

پس من وارد کار می‌شوم و بعد از مدتی کار کردن سخت، بدنم شروع می‌کند به آلارم دادن، آلارم خستگی و ضعف زیاد. اما من جدی نمی‌گیرم و ورزش نمی‌کنم، ذهنم فرسوده و خسته می‌شود اما باز هم جدی نمی‌گیرم، روی خودم کار معنوی نمی‌کنم. فرزندم یا همسرم از این‌که من تمام وقتم را برای کار می‌گذارم خسته می‌شوند. اما من باز هم جدی نمی‌گیرم و هیچ‌چیز را از کسب درآمد مهم‌تر نمی‌دانم. پس بدنم به‌مرور زمان خمیده و ضعیف می‌شود، به‌مرور سلامت جسم و روانم را از دست می‌دهم.

آقای شهبازی: آفرین.



خانم مینا: روابطم خراب می‌شود. به پول می‌رسم و هزاران نعمت را از دست می‌دهم. به پول می‌رسم ولی هزاران نعمت دیگر از دست می‌دهم.

حالا من ماندم و ثروت و یک زندگی پوچ. و باید کل آن پول را دوباره بدهم که سلامتی از دست رفته را به دست بیاورم. دارو بخرم، به روان‌شناس مراجعه کنم، شاید هدیه‌های گران‌قیمت بخرم برای به دست آوردن دل همسر و فرزند. پس در یک دور باطل گیر می‌کنم و بهای سنگین می‌دهم یا مالیات می‌پردازم. این مالیات چیست؟ عمر و سلامتی و پول من است.

اما ذهنی که هسته داخلی‌اش هشیاری حضور است، چندتا الویت اصلی دارد، ورزش کردن، تغذیه سالم، کار معنوی، کسب درآمد و حالا چیزهای دیگر. پس هیچ‌کدام از این موارد فدای مورد دیگر نمی‌شود و من در نهایت سلامت روح و جسم، کسب درآمد هم می‌کنم.

عقل جزوی گاه چیره، گه نگون عقل کلی ایمن از ریب‌المنون (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۵)

نگون: سرنگون
ریب‌المنون: حوادث ناگوار روزگار

آقای شهبازی پیغام من تمام شد. و با اجازه می‌دهم به مهران. ممنونم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم از شما. کس دیگری هم می‌خواهد صحبت کند؟

خانم مینا: بله بله گوشی را می‌دهم به مهران.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مینا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مهران]

آقای شهبازی: بالاخره شما یاد گرفتید اول باید خانم صحبت کنند.

آقای مهران: آره دیگر خیلی وقت است دیگر برایم جا افتاده. [خنده آقای مهران]

آقای شهبازی: آفرین، این خیلی چیز مهمی بود، بی‌نظیر است. بله آفرین، آفرین! پیشرفت بزرگی است. ممنونم، بفرمایید.



آقای مهران: خیلی ممنون. آقای شهبازی یک پیغامی نوشتم، حالا خیلی مختصر است، به نام «توجهت را نجات بده».

آقای شهبازی: آفرین.

آقای مهران: ما به عنوان امتداد زندگی یا هشیاریِ نظر تنها باشنده‌ای هستیم که آگاهانه متوجه بودن خودش است. این متوجه بودن تنها سرمایه ما است. ما نمی‌توانیم در یک لحظه توجهمان را در دو سوی صرف کنیم. بنابراین طبق آموزهای مولانا و بزرگان ما دو حالت را می‌توانیم تجربه کنیم.

حالت اول خواب‌الودگی است. در این حالت توجه ما در فکرها، وضعیت‌ها و اتفاق این لحظه می‌رود. نتیجه و سرانجام این حالت این است: اتلاف انرژی زندگی، کارافزایی، مغایر بودن خواست ما با زندگی یا «يَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ» و تحت فشار قرار دادن بدن و دیگر ابعاد مادی که منجر به بیماری‌ها می‌شوند و ایجاد درد و تقویت خوی فرعونی در جهان.

حالت دوم حالت بیداری است. در این حالت توجه ما در این لحظه معطوف و مستقر می‌شود. در این حالت فکرها، وضعیت‌ها و اتفاقات در حال رخداد هستند، اما توجه ما در آن‌ها به تله نمی‌افتد. در این حالت فضای وجودمان گشوده می‌شود و ما شاهد یا زبان زندگی می‌شویم. سرانجام این حالت این موارد است: ذخیره انرژی، نورافزایی، مُعَافِ «يَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ» یا این‌که خواست و فکر زندگی با خواست و فکر ما یکی می‌شود. آبادانی و سازندگی و سالم ماندن تمام ابعاد مادی. این حالت تمام آن رخدادها و حادث‌ها را متأثر از زندگی می‌کند. مولانا آثار زندگی در حادث‌ها را شکر و صبر می‌نامد.

عاشقِ صنَعِ توام در شکر و صبر

عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

توجه ما در چارچوب قانون ناظر و منظور است. ما به عنوان ناظر جنس منظورها را تعیین می‌کنیم. اگر این ناظر یا توجه روی کمیابی باشد، کمیابی‌ها توسعه پیدا می‌کنند و اگر روی فراوانی باشد، فراوانی‌ها توسعه پیدا می‌کنند. ما باید توجه زنده‌مان را از فکرها و اتفاق این لحظه نجات بدهیم. زمانی که توجه ما با فکرها یکی می‌شوند، باید در آن لحظه صبر و توبه کنیم و دست به هیچ عملی نزنیم تا به آرامی زندگی فضا را باز کند و به این لحظه که وطنمان است بازگردیم.



قبض دیدی، چاره آن قبض کن
ز آنکه سرها جمله می‌روید ز بُن
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

قبض: گرفتگی، دل‌تنگی و رنج
بُن: ریشه

بسط دیدی، بسط خود را آب ده
چون برآید میوه، با اصحاب ده
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

اصحاب: یاران

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! خلاصه و مفید، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مهران]



۱۹- سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی: بله راجع به اولویت‌های، خواسته‌های ضروری ما، باید توجه کنیم که واقعاً سلامتی ما باید اولین اولویت ما باشد. شما اگر جوان هستید، یا هر سنی ما، مهم‌ترین اولویت ما که به اصطلاح شماره یک است، سلامتی ما است، باید حفظ کنید. سلامتی جسمی و سلامتی روانی.

سلامتی جسمی را باید ورزش کنید، باید غذای خوب بخورید، مواظب باشید سمی وارد این بدن نشود. شما این‌ها را بهتر می‌دانید. ولی سلامتی روحی شما هم بسیار مهم است. این برنامه به شما کمک خواهد کرد، مولانا کمک می‌کند. پس سلامتی را فراموش نکنید. سلامتی را فدای پول نکنیم.

دومی پول است، امور مالی شما است. شما چه زن باشید چه مرد، باید از نظر مالی روی پای خودتان بایستید. تعداد زیادی از مردم که خانم‌ها باشند به امید این‌که یک آقای می‌آید آن‌ها را می‌گیرد و با آن‌ها ازدواج می‌کند زندگی‌شان را تأمین می‌کند، می‌مانند بدون این‌که مهارت‌های لازم را در خودشان ایجاد کنند و دوران جوانی را به بازی و سرگرمی می‌گذرانند، ولی این امید واهی است. بعضی موقع‌ها آن آقای که گیرتان می‌آید ممکن است زندگی با آن سه ماه، چهار ماه بیشتر طول نکشد، آدم دعوا می‌کند جدا می‌شود. مخصوصاً اگر با من‌ذهنی ازدواج می‌کند. پس بنابراین باید شما مواظب پولتان باشید. باید پول خودتان را خودتان در بیاورید.

و سومی خانواده است. خانواده بسیار بسیار مهم است. ولی بدون پول نمی‌شود خانواده گرمی را داشت. فکر پول را بکنید. مولانا یا معنویت نمی‌گوید شما پول نداشته باشید، می‌گوید عشق پول نداشته باشید. پول را در مرکزتان نگذارید. عشق پول ما را کور و کر می‌کند. ولی پول می‌تواند در حاشیه باشد بدون این‌که با آن همانیده بشویم ما. برایش کوشش می‌کنیم.

شما هر کسی هستید، مخصوصاً جوان‌ها، باید بگویید که من باید چیزهایی یاد بگیرم که از نظر مالی روی پای خودم باشم، هرچه زودتر بهتر. پانزده شانزده سالگی حتی، می‌توانید کار کنید این‌ور آن‌ور، توجه می‌کنید؟ پدرتان میلیارد است به آن امید نباشید. توجه می‌کنید؟ گاهی اوقات میلیون‌ها دلار می‌رود همین‌طوری و شما می‌مانید بدون پول. بدون پول نمی‌توانید زندگی کنید.

پس باید مهارت‌های کافی مثل کامپیوتر، این روزها ای‌آی (AI)، (هوش مصنوعی: Artificial Intelligence)، و هرچه که لازم است یاد بگیرید. یک حرفه‌ای که از آن پول در بیاورید. باید، باید یاد بگیرید. به امید واهی عمرتان را تلف نکنید، از نظر مالی باید روی پای خودتان باشید، چه زن چه مرد.



۲۰- خانم دیبا از کرج همراه با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دیبا]

خانم دیبا: اشاره می‌خواهم بکنم به یک بیت خیلی مهمی که در برنامه ۱۰۵۷ و ۱۰۵۸ و ۱۰۵۹ توضیح دادید شما و این بیت خیلی من را به قول معروف حیران کرد واقعاً. ابیات مولانا خودش واقعاً هر یک بیتش یک کتاب است، یک درس است. [صدا واضح نیست]

آقای شهبازی: خانم دیبا صدایتان هی قطع و وصل می‌شود، ببخشید.

خانم دیبا: الان بهتر شد صدا؟

آقای شهبازی: الان بهتر شد، آری آفرین!

خانم دیبا: اشاره به یک بیت خیلی مهمی می‌خواهم بکنم. که می‌گویم همه بیت‌های مولانا واقعاً مهم هستند، اگر با دل و جان بخواهیم تعمق کنیم، فکر کنیم، ببینیم چه می‌گوید، دل بدهیم به آن. دفتر ششم بیت ۱۸۳۰ که مولانا می‌فرماید:

با کپی‌خویان تَهْتک‌ها چه کرد؟
با نَبی‌رویان تَنَسُّک‌ها چه کرد؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۳۰)

کپی‌خو: بوزینه‌صفت
تَهْتک: پرده‌دري
تَنَسُّک: پارسایی، زهد و ورزیدن

آقای شهبازی: آفرین.

خانم دیبا: این دوتا کلمه «تَهْتک» و «تَنَسُّک» خیلی من را حیران کرد، یعنی خیلی فکر کردم، چون کلمه، حرف «ت» که بیشتر توکل و تشکر و خیلی کلمه‌های زیبایی را می‌سازند. مولانا با این بیت هنرنمایی خودش را، حس موسیقی.

تَهْتک‌ها همین کارهایی است که ما با من‌ذهنی می‌کنیم. معنی‌اش هم یعنی پرده‌دري‌ها، رسوایی‌ها و توقع داشتن‌ها، عدم قدردانی، در این لحظه نبودن، همه‌اش شکایت کردن، همه‌اش از کسی چیزی خواستن و اصلاً مرکز خودمان را، درون خودمان را، آن لوله‌ها را نمی‌بندیم و پُر خُم نمی‌شویم، پر از شراب الهی نمی‌شویم. و در مقابل آن می‌گوید با «نَبی‌رویان» یعنی با بزرگان، پیغام‌آوران، تَنَسُّک‌ها چه کرد. تَنَسُّک‌ها که همین کلمه پارسایی



است و رستگاری یک انسان است، که در زمانی به پارسایی ما می‌رسیم که به معنای واقعی «اَنْصِتُوا» را یاد بگیریم.

امرهایی که در برنامه ۱۰۵۹ شما از زبان مولانا فرمودید، امر «قُمْ» برخیزیم. امر «اَنْظُرُوا» ناظر ذهنمان باشیم. امر «فَسْتَقِم» استقامت کنیم و ناامید نشویم، این‌ها را ما بشنویم. حکم «انْبِساط» را بشنویم و با حکم «يَفْعَلُ اللّٰهُ مَا يَشَاءُ» با فضاگشایی سخن‌های مفیدی را که ضرورت دارد، آن‌ها را بگوییم. به ذهن نرویم، ذهن جای خطرناکی است.

«... وَ يَفْعَلُ اللّٰهُ مَا يَشَاءُ.»

«... خدا هرچه خواهد همان می‌کند.»

(قرآن کریم، سوره ابراهیم (۱۴)، آیه ۲۷)

«کپی‌خو» به معنی بوزینه‌خویی است، کسی که من‌ذهنی دارد و کپی‌خو است دائماً خودش را مقایسه می‌کند با دیگران و در تقلید است.

این دو واژه «تَهْتِك» و «تَنَسُّك» به راحتی به ما نشان می‌دهد که ما وقتی در مقایسه و تقلید هستیم یعنی داریم زندگی خودمان را نابود می‌کنیم و زندگی می‌آید ما را تنبیه می‌کند و ما شروع به شکایت می‌کنیم، در صورتی‌که مولانا می‌گوید:

**چون جفا آری، فرستد گوشمال
تا ز نقصان واروی سوی کمال**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۸)

گوشمال: گوشمالی، تنبیه، تأدیب
نقصان: کمی، کاستی
وارفتن: برگشتن، بازگشتن

ما هر جایی که درد می‌کشیم یا یک چیزی در ما دارد من‌ذهنی‌مان را بالا می‌آورد، باید سریع از زندگی کمک بگیریم.

دوباره کلمه تَهْتِك و تَنَسُّك، تَهْتِك‌های من‌ذهنی‌کپی‌خو که در لجبازی، ناشکری، زیاده‌خواهی است، زندگی را برای ما سیاه می‌کند، جهنم می‌کند و ما باید این را از تَنَسُّك‌های انسان فضاگشا، تَنَسُّك یعنی پارسایی، رستگاری، فضاگشایی، انسانی که فضاگشایی را بتواند درک بکند، ذهنش را خاموش بکند و بسپارد دست خرد



کل، عقلِ کل خودش را، چو «جزوی سوی کل رَوی». انسان فضاگشا همیشه در سپاس و شکرگزاری و خاموشی و این لحظه است و دنیا برای او بهشت است.

آن لجاج کفر، قانون کپی ست
و آن سپاس و شکر، منہاج نبی ست
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۲۹)

کپی: بوزینه
منہاج: راه روشن و آشکار، روش
ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! چه بیتی را گرفتید! ممنونم از شما که دوباره آوردید به،

خانم دیبا: من از شما ممنونم، من از شما ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دیبا]



۲۱- سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی: بله

با کی‌خویان تَهْتک‌ها چه کرد؟ با نبی‌رویای تَنَسُّک‌ها چه کرد؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۳۰)

کی‌خو: بوزینه‌صفت
تَهْتک: پرده‌داری
تَنَسُّک: پارسایی، زهد ورزیدن

مولانا می‌خواهد شما تأمل کنید که بوزینه‌صفتان یعنی من‌های ذهنی که تقلید می‌کنند از هم، این‌ها پرده‌داری می‌کنند، رسوایی به بار می‌آورند. «تَهْتک» یعنی با من‌ذهنی پیش رفتن و پرده‌داری، رسوایی، بگوئیم بی‌ادبی‌ما در مقابل خداوند، اصلاً «من» را بالا آوردن در این لحظه، و زیر پا گذاشتن فرمان‌های ایزدی، این‌ها که «من» می‌گویم این‌طوری باشد»، این مغایر با به‌قول ایشان «يَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ» است. یعنی خداوند در این لحظه آن چیزی که صلاح ما است و آن چیزی که لازم است انجام می‌دهد. ما با ذهنمان با همه این‌ها مخالفت می‌کنیم. اصلاً خودِ اعتراض و مقاومت، مقاومت با من‌ذهنی که من‌ذهنی را بالا می‌آورد «تَهْتک» حساب می‌شود، بی‌ادبی حساب می‌شود. در مقابل خداوند است، این‌ها همه در مقابل زندگی است. درست است؟

اصلاً آخرسر با من‌ذهنی از این نردبان من و مایی این‌قدر بالا می‌رویم می‌گوئیم آقا من خدا هستم! حتی آن هم ما را راضی نمی‌کند. دیگر مراحل سقوط و نابودی خودمان را خودمان طی می‌کنیم. برای همین می‌گوید خوب ببینید. مخصوصاً تَهْتک‌های رسوایی و پرده‌داری و بی‌ادبی و «من» داشتن آدم‌ها را در شکل افراط، در آن سمت بی‌نهایت ببینید. مثل بعضی شاهان، مثل بعضی ممکن است رئیس‌جمهورها یا به‌اصطلاح آدم‌هایی که گفتند آقا دیگر این قدرت مال من است و کس دیگر همچون قدرتی ندارد و من خدا هستم. ببینید که آخر و عاقبت آن‌ها چه‌جوری شده. بله؟

این دیدن خیلی آموزنده است. یک کسی را که بروید تاریخ صد سال گذشته ببینید که آن کسی که واقعاً خدا بود چه به سرش آمد؟ ما باید پند بگیریم که «تَهْتک» نکنیم. از طرف دیگر ببینید آن‌هایی که پرهیز کردند و من‌شان را بالا نیاوردند، بی‌ادبی نکردند، شکایت نکردند، ناله نکردند، درد پخش نکردند، تسلیم شدند، هر لحظه یاد گرفتند، این‌ها چه هستند؟ این‌ها همه «تَنَسُّک» است، با آن‌ها چه کرد؟ تَنَسُّک‌ها با آن‌ها چه کرد؟ آن‌ها آزاد شدند، راحت شدند، توجه می‌کنید؟ بیت عالی را آوردند ممنونم.

♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦



۲۲- سخنان آقای شهبازی

بله همین‌طور که قبلاً عرض کردم می‌توانید از این ابیاتی که روی صفحه می‌گذارم، می‌توانید عکس بگیرید با تلفنتان، که این عکس‌ها را نگه دارید، هر کدام به دلتان می‌نشیند، بعداً در تلفنتان است می‌توانید نگاه کنید و تکرار کنید.

۲۳- خانم رخشان از تهران همراه با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم رخشان]

خانم رخشان: یک متن کوتاهی نوشتم.

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

خانم رخشان: با اجازه‌تان، در مورد نیاز نوشتم که توی برنامه ۱۰۵۹ صحبت شد.

آقای شهبازی: بله بله.

خانم رخشان: در این درس آقای شهبازی در مورد سه شرطی که مولانا تأکید داشتند که اگر در انسان باشد، دعای خوبان و دعای حضرت حق درباره‌اش مستجاب می‌شود، صحبت کردند. ۱- نیاز، ۲- صدق، ۳- حضور. نیاز. آیا احساس نیاز من به خداوند کامل و درست است؟ آقای شهبازی، یک کلمات مثل استکمال تعظیم، مخصوصاً استکمال نیاز چیست؟ یعنی نیاز کامل داشتن. استکمال نیاز یعنی باور قلبی به این‌که مسبب همه اسباب او است. پس اگر راست می‌گوییم، نگاه و نیازم را از روی سبب‌ها بردارم.

نه سببها و اثرها مغز و پوست؟

چون بجویی، جملگی آثار اوست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۱۷)

آیا اولویت من در زندگی، زنده شدن به خداوند است؟ می‌دانم نیاز اول و نیاز اصلی‌ام این است، «چون که صد آمد، نود هم پیش ماست». آیا اطمینان قلبی به کافی و وافی بودن خداوند دارم و در عمل آن را ثابت می‌کنم؟

کافیم، بدهم تو را من جمله خیر

بی‌سبب، بی‌واسطه یاری غیر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

اگر این نیاز را واقعاً درک می‌کنم، پس هم‌وغم و وقت و انرژی و پولم را



در این راه صرف می‌کنم. اگر نیازم واقعی است، از قول به فعل می‌رود و در عمل این نیاز را عرضه می‌کنم، من نیاز به فضاگشایی دارم. پس با تکرار هر روزه ابیات و گوش دادن به برنامه به خودم کمک می‌کنم که فکرها را آرام‌تر شود و فضای بین فکرها را احساس کنم.

ضرورت ندارد با ذهنم به دنبال راه حل‌ها بروم. نیاز من دست یافتن به آرامش زیر فکرها و دیدن شادی بی‌سبب در درونم است، که از قبل در من به ودیعه گذاشته شده. و من مطمئنم اگر شاد باشم دیگر درد را جذب نمی‌کنم، بلکه خوبی‌ها و زیبایی‌ها را که کم نیستند جذب می‌کنم.

صورت اقبال شکرریز گفت: شکر چو کم نیست، شکایت چرا؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۷)

اقبال: بخت، کنایه از تجلی خداوند

پس دست پیدا کردن به این شادی به این شادی درونی نیاز من است. آقای شهبازی همین بود.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، پیغام عالی بود. بفرستید.

خانم رخشان: یک تجربه کوچکی دارم می‌توانم بگویم؟ وقت هست بگویم؟

آقای شهبازی: وقت داریم، بله بله، بفرمایید.

خانم رخشان: آقای شهبازی این‌که واقعاً این شادی درونی باعث می‌شود که یعنی شکر آدم زیاد بشود و خوبی‌ها را جذب کند، این برایم یک تجربه‌ای داشتم. چند وقت پیش توی یک جمعی قرار گرفتم که سال‌ها بود ندیده بودمشان، بنا به شرایط و من خیلی خوشحال بودم از این‌که داشتم به این جمع می‌رفتم، ولی خب می‌دانستم که توی این جمع همیشه حرف‌های مثلاً آزاردهنده و این‌ها زیاد زده می‌شود، ولی من این‌قدر خوشحال بودم، با خودم تصمیم گرفتم که نشنوم، مثلاً فقط همان لذت ببرم از جمع.

وقتی رفتم توی آن جمع قرار گرفتم، اصلاً هیچ‌چیز بدی ندیدم، آن‌قدر به من خوش‌گذشت و خوشحال بودم و احساس کردم هیچ‌چیز بدی هم گفته نشد، گفتم خدایا شکرت دیگر بقیه هم انگار عوض شدند.

بعد از چند روز که گذشت مادرم با من صحبت می‌کرد، می‌گفت آری من به فلانی گفتم چرا این حرف را به دخترم زدی، به فلانی گفتم چرا این‌جوری گفته‌ای؟ بعد تازه من شنیدم انگار. دیدم آن شادی همان شادی معمولی، اصلاً باعث شد من نشنوم آن بدی‌هایی که گفته بودند به من، حرف‌های تکه و این‌ها انداخته بودند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



خانم رخشان: من متوجه نشده بودم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم رخشان: بعد مامانم به من گفت که این‌ها را گفتند و این‌ها، تازه یادم آمد! ولی باز هم ناراحت نشدم، خوشحال شدم و گفتم چه جالب که این شادی حالا معمولی که من داشتم، باعث شد این قدر به من خوش گذشت و خوشحال بودم. اگر آن شادی بی سبب را آدم دست پیدا کند پس دیگر فقط چیزهای خوب می بیند و شکر می کند دیگر، چقدر عالی بود، یعنی خیلی ذوق کردم از این که واقعاً آن شادی بی سبب اگر بیاید دیگر چه می شود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم رخشان: خیلی عالی بود این تجربه برایم.

آقای شهبازی: والله خانم رخشان، می گوید اگر بیاید نه، آمده. اگر آن شادی و آن حضور نیامده بود، چون شما حالا با هشیاری جسمی اندازه می گیرید نمی بینید، اگر آن نیامده بود:

در دلش خورشید چون نوری نشاند

پیشش اختر را مقادیری نماند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۵)

اختر: ستاره، کنایه از همانیدگی‌ها

ولی خورشید زندگی وقتی خودش را مستقر می کند در مرکز ما، دیگر حرف‌هایی که مردم می زنند باید به ما بر بخورد، دارای بار الکتریکی است به قول معروف، حتماً باید روی ما اثر کند، اثر نمی کند، اصلاً ما نمی شنویم. خیلی حرف‌ها را آن موقع این ذهن می تواند فیلتر کند و اصلاً شما نشنوید. یا بشنوید و آن بار را نداشته باشد، آن وزن را نداشته باشد، آن بر خورندگی را نداشته باشد. توجه می کنید؟ یعنی هیچ چیز به شما بر نمی خورد، چون شما به او زنده هستید.

و وقتی به او زنده هستید، دیگر چیز بیرونی روی شما حالا چه خوب چه بد، اثر نمی کند. شما شادی خودتان را دارید و آن هم یک حرف‌هایی است که می شنوید و دیگر اگر ناموستان در کار بود، پندار کمالتان در کار بود، به شما بر نمی خورد. وقتی چیزی به شما بر نمی خورد، یعنی خورشید یا خداوند نورش را مستقر کرده در مرکزتان. خوشا به حالتان.



نه شما آن دفعه هم همین‌طور پیغام‌هایی که می‌گویید، پیغام‌های شاد و از فراوانی صحبت می‌کنید و آزادگی صحبت می‌کنید، ممنونم از شما.

خانم رخشان: شما محبت دارید آقای شهبازی. یک دانه هم آقای شهبازی این بیت:

**چون شمس تبریزی کند در مُصَحَفِ دل یک نظر
اِعرابِ او رقصان شده هم جَزمِ تو پا کوفته**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۲)

مُصَحَف: کتاب، قرآن
اِعراب: علایمی که روی حروف مختلف در زبان عربی می‌گذارند، تا درست و مطابق قواعد عربی خوانده شود.
جَزم: علامت سکون در دستور زبان عربی

این را شما داشتید توضیح می‌دادید، یک لحظه من این را فهمیدم، یعنی حسش کردم که یعنی وای چه می‌شود اگر اعراب او رقصان شده، یعنی دیگر من آن رنجش‌ها، مشکل‌ها، غم و غصه‌ها را دیگر نمی‌توانم بخوانمشان، این‌جوری چیز می‌شود اصلاً ذهن من انگار می‌میرد.

آقای شهبازی: ببینید الان اعرابتان رقصان شده بود دیگر.

خانم رخشان: چقدر شادی‌آور است این واقعاً این بیت، خیلی خوب است.

آقای شهبازی: اعرابتان رقصان شده، وقتی خداوند خودش را مستقر می‌کند، قوانین من‌ذهنی به‌هم می‌ریزد. اولین کاری که در ذهن ما می‌کنیم، این است که فوراً دست به سبب‌سازی می‌زنیم. توجه می‌کنید؟

مثلاً دوستان یک چیزی می‌گویند اصلاً به شما هم مربوط نیست‌ها! ولی ذهن به‌اصطلاح چه می‌گویند، کنج‌کاو و ضعیف، نه شما، به‌طور کلی من‌ذهنی واکنش نشان می‌دهد، می‌گوید حتماً راجع به من دارند حرف می‌زنند. یک من‌ذهنی که این‌جا نشسته، آن‌ور مجلس دو نفر با هم درگوشی صحبت می‌کنند، می‌گویند راجع به من حرف می‌زنند، هی خودش را مطرح می‌کند. بابا جان چه کسی راجع به شما حرف می‌زند؟ نه راجع به من حرف می‌زدید، فلان حرف را که زدید منظورتان به‌طور کلی نبود، منظورتان من بودم.

شما در حالت‌های پیشرفته من‌ذهنی این مطلب را می‌بینید که در مردم اجرا می‌شود. شما یک مهمانی هست، مردم با هزار جور تفسیر و رنجش از آن‌جا می‌روند بیرون. دیدی چه به من گفت؟ دیدی چه زد؟ و یک نفر هم می‌رود آزاد می‌رود، آزاد هم می‌آید بیرون، هرچه می‌خواهند بگویند، به او بر نمی‌خورد. این نشانه‌های حضور است بله.



خانم رخشان: خیلی عالی است. ممنون از شما که این‌ها را برای ما رمزگشایی می‌کنید، ان شاءالله که همیشه سلامت و پایدار باشید. قدردانتان هستیم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، آن بیت را شما همیشه بخوانید، حالا که بیت‌ها را می‌خوانید شما.

زشت باشد روی نازیبا و ناز سخت باشد چشم نابینا و درد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۰۷)

این را می‌خوانید برای خودتان؟

خانم رخشان: این را زیاد راستش نخواندم، خیلی قشنگ است.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] یک من‌ذهنی که قیافه زشت دارد، حالا تمثیل قیافه ظاهر را می‌گوید، ولی من‌ذهنی که به اصطلاح قیافه زشتی دارد نسبت به من اصلی، ناز هم می‌کند، یعنی احساس بی‌نیازی می‌کند به خداوند. این شبیه این است که یک کسی چشم نداشته باشد، کور باشد، اصلاً کور مادرزاد باشد، هیچ چشمی نداشته باشد، چشمش درد هم بکند، این دیگر خیلی سخت است. حالا برود به دکتر چشم بگوید آقا من چشم ندارم، اما چشمم درد می‌کند. [خنده آقای شهبازی] اگر ببیند و درد بکند، می‌گویم آقا، خیلی خب شما این همه خدمت کردی، دیدی الآن درد می‌کنی، می‌روم به چشم‌پزشک قطره می‌گیرم، پول خرج می‌کنم. نه می‌بینی، فایده‌ای داری، آن موقع درد هم می‌کنی، این دیگر خیلی سخت است.

این من‌ذهنی واقعاً همین‌طور است، احساس نیاز نمی‌کند به خداوند، احساس نیاز برای تغییر نمی‌کند، این مشکل‌ترین کارش است. ناز یعنی احساس نیاز کردن. مثل این‌که تشبیه‌اش این است، یک خانمی خیلی زشت باشد، بعد بعد از مدت‌ها یک خواستگار آمده، یک مرد برازنده‌ای هم هست، یک دفعه نگاه می‌کند و می‌گوید که من با آدم‌هایی مثل شما حرف نمی‌زنم. خب [خنده آقای شهبازی] این‌که نمی‌شود که خانم، یک ذره فکر کن. خانم رخشان: [خنده خانم رخشان] واقعاً من‌ذهنی همین است دیگر جلوی مولانا و این برنامه ناز می‌کند که فکر می‌کند احتیاج ندارد.

آقای شهبازی: بله بله، ممنونم خانم رخشان.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم رخشان]



۲۴- خانم دینا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دینا]

خانم دینا: استاد، راجع به این داستان‌های اخیری که شما برایمان توی برنامه‌ها خواندید، هم داستان «رنجور و صوفی» هم داستان «دقوقی»، من خودم خیلی درس‌های عملی یاد گرفتم.

آقای شهبازی: بله.

خانم دینا: مثلاً توی داستان «صوفی و رنجور» همان اول وقتی که آن رنجور سیلی می‌زند به صوفی، واقعاً همان واکنشی که صوفی نشان می‌دهد درست است یک کمی حزم تویش هست ولی به‌هرحال می‌بینیم که مولانا دارد به ما نشان می‌دهد که این حزم درواقع یک نوع استدلال است. چون که صوفی آن‌جا دارد به‌هرحال قضاوت می‌کند آن رنجور را از اول.

و می‌گوید این یعنی به‌خاطر آن استدلال‌های ذهنی‌اش است، به‌خاطر آن باورهایی که دارد درواقع سیلی نمی‌زند یا واکنش جدی یا شدیدی نشان نمی‌دهد. و این مورد را درواقع می‌خواهم بگویم که وقتی که من یک دردی یا یک هیجانی را در خودم می‌بینم یا به‌هرحال در اثر واکنش دیگران این هیجان یا درد در من بالا می‌آید، من باید حواسم باشد که من دارم به درد ارتعاش می‌کنم و هر فکر و عملی هم که انجام می‌دهم مخرب است. و واقعاً من این را تجربه کردم. ولی این داستان‌ها خیلی واقعاً کمک کردند و خیلی می‌توانم بیشتر ببینم خودم را وقتی یک هیجانی در من بالا بیاید، حداقل کاری انجام ندهم.

چون این مورد را مولانا توی داستان آن «تُرک و درزی دزد» هم دقیقاً نشان داد. که آن وقتی که آن تُرک دچار هیجان می‌شود، ناراحت می‌شود از این‌که می‌گوید این زندگی یا پارچه بقیه مردم دزدیده شده یا زندگی بقیه دزدیده شده و می‌خواهد کمک کند، دیدیم که در آخر تمام زندگی خودش دزدیده شد و هیچ کمکی هم نتوانست بکند.

و همه این‌ها دارد نشان می‌دهد که درواقع وقتی که ما به درد ارتعاش می‌کنیم، وقتی که به‌هرحال ما می‌دانیم که همانیده هستیم، در مرکز ما درد هست. درست است که داریم روی خودمان کار می‌کنیم، ولی هنوز به درد ارتعاش می‌کنیم، مخصوصاً وقتی که در معرض قرین‌های دیگر قرار می‌گیریم. ولی این داستان‌ها خب این مورد را به ما خیلی نشان داده.



یک مورد دیگری هم که واقعاً خیلی برای من کاربرد عملی داشته، همان قسمتی بود که توی داستان دقوقی راجع به «تصوراتِ مردِ حازم» خواندیم. این را من واقعاً در خودم تجربه می‌کنم وقتی که در من‌ذهنی هستم، می‌بینم که همین‌که مولانا می‌گوید:

آن‌چنان کز فقر می‌ترسند خلق

زیر آب شور رفته تا به حلق

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۵)

جمله‌شان از خوفِ غم در عینِ غم

در پی هستی فتاده در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۷)

واقعاً این‌ها همه‌اش نشان می‌دهد که یک مرکز همانیده و آلوده وجود دارد که ما را دچار این ترس و اضطراب می‌کند. و گرنه وقتی که من زندگی شخصی خودم را نگاه می‌کنم، می‌بینم که واقعاً

هیچ روزی کم نیآمد روزی‌ام

چیست این ترس و غم و دلسوزی‌ام؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۶۴)

همیشه زندگی از من مراقبت کرده و این‌ها دارد یک ایرادی را در من نشان می‌دهد همه این ابیات. خیلی درست است، خیلی درواقع استاد درس‌های عملی توی این داستان‌ها هست. توی آن داستان «کشیش پیر» که درواقع نتیجه‌گیری داستان رنجور و صوفی و قاضی است، آن هم خیلی واقعاً درس‌های آموزنده‌ای دارد. مخصوصاً آن قسمت آخرش که خیلی روی من تأثیر می‌گذارد، وقتی آن بیت را می‌خوانم که می‌گوید که راجع به این‌که ما همه‌اش داریم تقلید می‌کنیم از دیگران و می‌گوید این تقلید این

از کپی‌خویان کفران که دریغ

بر نبی‌خویان نثار مهر و میغ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۲۸)

کپی‌خو: بوزینه‌صفت
که: کاه
مهر: خورشید
میغ: ابر

بعد آهان این بیتی که می‌گوید «با کپی‌خویان تَهْتک‌ها چه کرد؟»



با کپی‌خویان تَهْتک‌ها چه کرد؟ با نَبی‌رویان تَنَسُّک‌ها چه کرد؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۳۰)

کپی‌خو: بوزینه‌صفت
تَهْتک: پرده‌دري
تَنَسُّک: پارسایی، زهد ورزیدن

یعنی همین مصرع واقعاً خیلی روی من تأثیر می‌گذارد که واقعاً وقتی که من به‌عنوان «کپی‌خو» یا کسی که کفر می‌کند، کسی که مرکزش آلوده است، هنوز میل به همانیدگی دارد، این واقعاً چه پرده‌دري، چه آبروریزی از این بیشتر که من واقعاً به منظورم از زندگی زنده نشوم، با توجه به این‌که حالا این‌همه آگاهی هم هست. و خیلی واقعاً آموزنده است. ولی استاد، توی برنامه ۱۰۵۹ این بيتي هم که خواندید، باز واقعاً خیلی برایم جالب بود که می‌گوید:

سر کشیدی تو که من صاحب‌دلم حاجتِ غیري ندارم، واصلم (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۱)

حاجت: نیاز
واصل: کسی یا چیزی که به دیگری متصل شود، رسنده، عارفی که از جهان و جهانیان منقطع گشته و به حقیقت رسیده‌است.

آقای شهبازی: بله.

خانم دینا: وقتی که شما این بیت را می‌خواندید، حقیقتش من اصلاً این را به خودم نمی‌گرفتم این بیت را. ولی همین چند بار که گوشش می‌دادم و با خودم تکرار می‌کردم این بیت را، واقعاً متوجه شدم که یک دام پنهانی درواقع من در من‌ذهنی گرفتارش هستم و آن بی‌نیازی است. و این را واقعاً هم توی این داستان‌ها، می‌گویم که این داستان‌ها خیلی خوب به من نشان می‌دهند که آینه این داستان‌ها که من کجا هستم؟

و این بیت واقعاً به من نشان داد وقتی که من که می‌گویم «حاجتِ غیري ندارم، واصلم» «من صاحب‌دلم»، من دیدم وقتی که من به‌عنوان من‌ذهنی بالا می‌آیم که واکنش نشان می‌دهم، می‌گویم می‌دانم، وقتی یک اتفاقی توی بیرون می‌افتد و من به آن واکنش نشان می‌دهم، آن همان صاحب‌دلي من را نشان می‌دهد. یعنی نشان می‌دهد که من می‌گویم نیازی به عقلِ کُل، به عقلِ زندگی ندارم و من با من‌ذهنی‌ام می‌دانم، من خودم به آن دریا واصل شدم. بیت بعدش هم داشت می‌گفت:



آن‌چنانکه آب در گل سرکشد

که منم آب و چرا جویم مدد؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۲)

درواقع همان داستان است. می‌گویند که تو توی من ذهنی مثل آن آبی هستی که توی گل است. تو بدون آن آب، بدون آن دریا اصلاً هیچ‌چیزی نیستی. اگر الآن هم به‌عنوان من ذهنی عمل می‌کنی، به‌خاطر این است که آن آب، آن نم به تو می‌رسد.

و واقعاً من متوجه شدم که چشم اسفندیار من همین یکی‌اش این است که دیدم که بی‌نیازم. و این بی‌نیازی را تو این دیدم که من هنوز روی دیگران تمرکز می‌کنم و آن‌جا است که باعث می‌شود که من قضاوت بکنم. وقتی که روی دیگران تمرکز می‌کنم و حواسم از خودم بیرون می‌رود، خودبه‌خود می‌خواهم خودم را نشان بدهم. یعنی خیلی قرین رویم تأثیر می‌گذارد مخصوصاً توی محیط کار یا جاهایی که به‌هرحال قرین‌های مختلفی هستند. به‌هرحال این داستان استاد، این داستان‌ها واقعاً خیلی خیلی زندگی‌ام را عوض کرده، خیلی به من کمک کرده، خیلی از شما ممنونم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم دینا: و همین دیگر. می‌خواستم همین مطلب را بگویم که آینه این بیت‌ها خیلی کمک می‌کند.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دینا]



۲۵- سخنان آقای شهبازی

در داستان دفتر ششم، رنجور و صوفی و قاضی، این‌ها می‌تواند در یک نفر باشد و شما هر سه مرحله را باید در خودتان ببینید. رنجور یا مریض، همین من‌ذهنی است، من‌ذهنی خام که تحت سلطه همانیدگی‌های مرکز است. بنابراین طبیب می‌گوید که هرچه که دلت، یعنی دل فعلیات که من‌ذهنی است خواست، انجام بده. و طبیب می‌داند که این به اصطلاح سیلی‌باره است. کسی که مرکز همانیدگی دارد، درد هم دارد، درد ایجاد خواهد کرد و درد او را بیدار خواهد کرد.

توجه کنید که هیچ من‌ذهنی نیست که به وسیله درد تا حدودی بیدار نشود. اما در شخص شما این مریض که مرکز من‌ذهنی است، تبدیل به یک آدم دیگری می‌شود به نام صوفی. صوفی حزم دارد، یعنی از مریضی من‌ذهنی، ما یک مرحله میانی‌ای داریم که صوفی هست که حزم دارد.

حزم انواع اقسام جنبه دارد در ما، مثلاً شما می‌گویید عاقبت‌اندیشی، عاقبت‌اندیشی حزم است. خیلی راحت به وسیله ذهنتان می‌گویید که اگر من، همان‌طور که صوفی در این‌جا، اگر کسی به من بدی می‌کند، من عین آن بدی را بکنم آخرش چه می‌شود؟ یا این حزم است که این فکر و عملی که من الان می‌کنم آثارش شش ماه دیگر، یک سال دیگر چه می‌شود؟ این را می‌توانید حدس بزنید. یا این فکر و عملی که من دارم می‌کنم، من خودم خلق کردم؟ خلاقیت و صنع خودم است یا حضورم است؟ یا نه، یکی دیگر به من گفت بکن، من دارم تقلید می‌کنم، از خودم چیزی نگذارم. همه این‌ها را می‌توانید به حساب حزم بگذارید، «حزم و استدلال»، درست است؟

اما این حزم، مولانا می‌خواهد با مثال‌های مختلف می‌گوید این پس، این مرحله میانی است. الان بیشتر مردم در حزم هستند، اصلاً شما زندگی‌تان برسد به پنجاه به شصت، اتوماتیک شما آدم حازمی می‌شوید، می‌گویید این کار را نکنم، آن کار را نکنم. یک بیزینس‌من (مالک کسب و کار: Businessman) مثلاً، یک بیزینس‌من ضرر می‌کند حساب می‌کند می‌بیند خب این ضرر به من خورد، دیگر من نمی‌روم دنبالش فرض کن.

من یک مثال زنده بزنم، من، می‌دانید ما یک شرکت مدیکال (پزشکی: medical) داریم، پزشکی داریم و ما صادر می‌کنیم. بیشتر به اصطلاح قدرتمان در صادرات بود، مخصوصاً بوده، قدیم که من خودم توی این کار بودم عملاً، من در مکزیک بودم برای دیدن چندتا مشتری، یک مشتری بود گفت من می‌آیم شما را از هتل برمی‌دارم صبحانه برویم خانه‌ما. گفتیم باشد، خب ما را برد خانه‌اش و زن و بچه و یک خانه خوب و احترام و فلان و این‌ها، دیگر با همسرشان ما آشنا شدیم و نمی‌دانم حرف زدیم و فلان، دیگر برداشت ما را برد، یک ذره هم گرداند و آورد گذاشت هتل، ما خداحافظی کردیم.

برگشتم آمریکا، یک سفارش دوازده‌هزاردلاری برای ما گذاشت. گفت من پولش را یک ده روز دیگر بدهم، الآن دستم تنگ است. ما گیر کردیم توی این خانواده و فلان و محبتی که کرده بودند و صبحانه و فلان. بعد گفتیم، ما اول پولمان را می‌گیریم بعد حمل می‌کنیم. گفتیم باشد، بفرست. آقا فرستادیم، این دوازده‌هزار دلار را ایشان هم می‌گفت فردا، پس فردا، یک ماه دیگر، دو ماه دیگر، یک سال گذشت نداد، بالاخره نداد. هم ما حساب کردیم که اگر ما برویم شکایت کنیم توی مکزیک، این نزدیک بیست هزار دلار برای ما هزینه دارد، از طریق چه می‌دانم سفارت و فلان و این‌ها هم هیچ راهی پیدا نکردیم این پول را بتوانیم بگیریم. خب یاد گرفتیم دیگر، گفتیم ضرر کردیم، اشتباه کردیم. درست است؟

دیگر نرفتیم شکایت کنیم توی مکزیک، جای غریب وکیل بگیریم و این‌همه زحمت برای دوازده‌هزار دلار که ما مثلاً ناموس داریم کسی پول ما را نمی‌خورد. نه، پول ما را می‌خورند همین‌طور که خوردند و ندادند، ما هم به‌رحال اشتباه کردیم. فهمیدیم که باید یک چیزی یاد بگیریم، یاد گرفتیم.

در مورد صوفی هم همین است، یک بیزنس من به‌خاطر تجربه زیاد حزم دارد. یعنی حساب می‌کند که این ضرری که به من خورده بهتر است که دنبال جبرانش نروم، کسی پولم را خورده. یعنی مقدار زیادی پول را معمولاً می‌خورند توی این بیزینس‌ها، شما می‌بینید نمی‌توانید بگیرید، اگر بگیرید سه برابر باید خرج کنید، پس این را دوباره می‌بخشی دیگر.

ولی این مرحله در مورد معنویت، مرحله حزم، حزم یک چیز ذهنی است. باید به مرحله قاضی برسی. قاضی چه می‌گوید؟ قاضی می‌گوید من رضا دارم.

گفت قاضی: واجب آیدمان رضا

هر قفا و هر جفا کارد قضا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۵۷۷)

قفا: پشت‌گردن، در این‌جا منظور پس‌گردنی خوردن است.
جفا: جور، ستم، آزار و اذیت

از مرحله حزم باید خارج بشوی، به مرحله فضاگشایی و رضا برسی. پس حزم یک مرحله میانی است که شما باید داشته باشید. مولانا می‌گوید این حزم را اگر نداشته باشید نمی‌توانید از مریض بپريد به قاضی، چنین چیزی نمی‌شود. اول باید حزم داشته باشید. این در مورد هر همانیدگی است. شما مثلاً پول را در نظر می‌گیرید، پول در مرکز ما است، همانیده هستید، رنجور هستید. تا زمانی که پول در مرکز ما است بیمار هستید، کور و کر هستید. درست است؟ عشق چیزها ما را کور می‌کند.



یک دفعه حزم می‌کنیم که آیا این قدر خسیس هستم من، این قدر سر پول دعوا می‌کنم، به بچه‌ام پول نمی‌دهم، به همسرم پول نمی‌دهم، یک چیزی را نمی‌خرم، همه‌اش به حساب بانکی‌ام نگاه می‌کنم، همه‌اش می‌خواهم پولم زیاد بشود، این درست است؟ یک دفعه همین طوری حزم می‌کنی، دوراندیشی می‌کنی، استدلال می‌کنی، می‌گویی نه، بابا من هرچه می‌خوانم می‌بینم می‌گویند پولت را برای خودت خرج کن، برو مسافرت، یک غذای خوبی بخور، مدت‌ها است من غذای خوب نخوردم، بروم پولم را خرج کنم غذای خوب بخورم. یواش یواش استدلال می‌کنی این چیزها را درست می‌کنی، ولی هنوز عاشق پول هستی، به خودت فشار می‌آوری.

مرحله بعدی این است که یک دفعه مثلاً می‌بینی یک قسمتی از پولت رفت، می‌نشینی می‌گویی ها! این مرکز بوده، این را باید هل بدهم بروم به حاشیه. پول را هل می‌دهی به حاشیه، مرکزت فضا گشوده می‌شود، مرکزت شفاف می‌شود، در مورد پول موفق شدی.

حالا می‌روی دوباره از اول می‌گویی آقا رنجوری از بین نرفته، هنوز مریضم، با خانواده من همانیده هستم، با بچه‌ام، با همسرم، با پدرم، با مادرم، با مویم، با خوشگلی‌ام، با جوانی‌ام، با علمم، یکی یکی همین طوری می‌آیی به حزم، از مرحله حزم

به قاضی. همه را دوباره می‌روی از مرحله بیماری، حزم، قاضی. اگر در مرحله صوفی بایستی، تمام آن قصه دارد می‌گویند در مرحله صوفی و حزم نایست، هی قاضی توضیح می‌دهد به او. این‌ها همه در یک نفر است، مریض، حزم، قاضی. مریض، حزم، قاضی، یکی یکی همانیدگی‌ها.

حالا، یک اتفاق جالبی می‌افتد، اگر پنج شش تا همانیدگی اساسی را شما از طریق حزم و قاضی چیز کنید، خودتان را رها کنید، یک دفعه همه این فرومی‌ریزد، همه من‌ذهنی، شما راحت می‌شوید.



۲۶- خانم آیدا از نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آیدا]

خانم آیدا: در قرآن کریم، سوره بقره، آیه ۱۹۵ داریم: «خویش را به دست خویش به هلاکت میندازید.»
من چطور به دست خودم، خودم را به هلاکت می‌اندازم؟ چطور آرامش را از خودم سلب می‌کنم؟ ما باید خودمان را از زیر فشارهای من‌ذهنی خارج کنیم تا بستری از آرامش را برای خودمان فراهم کنیم.
همچنین وقتی خودمان را از زیر فشار دردها و هیجانات منفی من‌ذهنی خارج می‌کنیم، به‌صورت اتوماتیک فضا باز می‌شود. اما آیا من بستری از آرامش را برای خودم فراهم کرده‌ام؟ آیا من بلد هستم که بدن و ذهنم را از زیر فشار انقباضات من‌ذهنی خارج کنم؟ آیا من بدنم را به‌خاطر فکرهای همانیده زیر فشار قرار می‌دهم؟ من چطور می‌توانم خودم را از زیر فشار من‌ذهنی خارج کنم؟ یک: از خوف غم عین غم نشوم.

جمله‌شان از خوف غم در عین غم

در پی هستی فتاده در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۷)

یعنی چه؟ یعنی به‌خاطر اتفاقی که می‌خواهد بیفتد یا نیفتد، از همین الآن شروع به غم خوردن نکنم. ما حتی از یک لحظه بعد خود هم خبر نداریم پس چرا از ترس به غم و درد افتادن، از همین الآن ببریم و بدوزیم و درد بکشیم؟

من‌ذهنی موتوری است که هر لحظه از ترس غم و اتفاقات آینده از همین الآن غم می‌خورد. این‌که ما از آینده می‌ترسیم و از همین الآن شروع به غم خوردن می‌کنیم، چه ضرری به ما می‌زند؟ اولین ضرر این است که باعث می‌شود زندگی ناب و همراه با شادی و آرامش این لحظه را از دست بدهیم و هیچ‌وقت در این لحظه حاضر نباشیم، درواقع این همان کاری است که سنایی اسمش را خودبه‌خود شکل دیو کردن می‌گذارد. می‌فرماید تو یک چیزی در سرت درست می‌کنی که این تو را اذیت می‌کند، خب این کار را نکن. روی کمبود و چیزهای بد و منقبض‌کننده توجه نکن.

خودبه‌خود شکل دیو می‌کردند

وز نهیبش غریو می‌کردند

(حکیم سنایی)

نهیب: فریاد بلند برای ترساندن، نَشَر
غریو: فریاد، بانگ بلند



دومین ضرر این است که چون که ما خالق هستیم، پس وقتی در مورد آینده فکرهای مخرب می‌کنیم، آن چیز را خلق می‌کنیم و به جای استفاده از صنع خلاقانه و شیرین، لحظات آینده را هم با خلق مخرب من‌ذهنی خراب می‌کنیم، چون روی کمبود تمرکز می‌کنیم، همان را به وجود می‌آوریم.

جناب مولانا می‌فرماید انسان‌ها نه این لحظه را با شادی و آرامی زندگی می‌کنند و نه آینده خوبی برای خود خلق می‌کنند، به خاطر این که از خوف غم در عین غم هستند، در نتیجه نه دنیای خوبی دارند و نه آخرت خوبی.

از حادثه جهان زاینده مترس

وز هرچه رسد، چو نیست پاینده مترس

این یک دم عمر را غنیمت می‌دان

از رفته میندیش و ز آینده مترس

(مولوی، دیوان شمس، رباعیات، رباعی ۹۷۶)

دومین مورد برای فراهم کردن بستری از آرامش این است که شناسایی کنم چه چیزی در مرکز من است که من را بی‌قرار می‌کند و به درد می‌اندازد؟ همان را شناسایی کنم و از مرکز خارج کنم.

بزن آتشی که داری به جهان بی‌قراری

بشکاف ز آتش خود دل قبه دُخانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۵)

قُبّه دُخانی یعنی همان مرکز پر از درد. سومین عامل که آرامش ما را به هم می‌ریزد، فکر پشت فکر است. اصلاً من‌ذهنی خودش از فکر پشت فکر درست شده است. با سرعت پریدن از فکری به فکر دیگر، آرامشی برای ما نمی‌ماند. برای رها شدن از فکر پشت فکر، اول باید شناسایی کنیم که من چرا سرعت فکرها این قدر زیاد کرده‌ام؟

گاهی اوقات تندتند فکر کردن به این خاطر است که ما فکر می‌کنیم در این همانی‌دگی‌ها زندگی هست. به همین خاطر سرعت فکرها را بیشتر می‌کنیم. چون که در فکری زندگی را نمی‌یابیم سریع به فکر دیگر می‌پریم تا این زندگی را پیدا کنیم. پس در این مورد اگر به خود بقبولانیم که در این همانی‌دگی‌ها زندگی و شادی وجود ندارد و ما در حال جست‌وجوی سراب هستیم، سرعت فکرها کند می‌شود و ما آرام می‌شویم.

گاهی اوقات هم تندتند فکر کردن ما به این علت است که ما مسئله، مشکل یا دردی داریم که می‌خواهیم سریع از دستش خلاص شویم و آن را حل کنیم، به همین علت سرعت فکرها را بالا می‌بریم.



اما جناب مولانا در این مورد می‌گوید اصلاً فکر پشت فکر است که مسئله اصلی تو است. تو در فکرها دنبال راه حل درد هستی، درحالی‌که همین فکر کردن ایجادکننده درد تو است. تو همین مسئله را با تندتند فکر کردن درست کرده‌ای، حالا می‌خواهی با همین تندتند فکر کردن حلش کنی، مگر می‌شود؟ پس شفای تو در کُند کردن سرعت فکر تو است تا جایی که موتور ذهن تو کاملاً بایستد و شفای واقعی در تو بیدار شود.

جویی ز فکرت، داروی علّت فکر است اصل علّت‌فزایی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۳۴)

جویی: می‌جویی، جست‌وجو می‌کنی.
علّت‌فزایی: حالت و عمل چیزی که بیماری و رنجوری افزایش دهد.

استاد من خیلی وقت است وقتم تمام شده.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. خیلی خب. اگر باقی‌مانده‌ای بود که در آینده بیا باید بخوانید. عالی بود پیغام، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آیدا]



۲۷- خانم لیلا از استرالیا همراه با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لیلا]

خانم لیلا: با اجازه‌تان. دربارهٔ قصهٔ رنجور. تیتراژ این قصه: «حکایت آن رنجور که طبیب در او امیدِ صحت ندید.»
مولانا با ظرافتی خارق‌العاده در همان تیتراژ داستان، ناامیدی را از کسانی که می‌گوییم امکان ندارد به حضور زنده شوند، گردن می‌زند و رنجور در اواسط داستان شفا می‌گیرد.

ناامیدی را خدا گردن زده‌ست چون گناه و معصیت طاعت شده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۶)

ناامیدی‌ها به پیشِ او نهید
تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)

پس هیچ‌کس را قضاوت نکنیم و تمرکزمان روی خودمان باشد.

سَيِّئَاتِم چون وسیلت شد به حق
پس مَزَن بر سَيِّئَاتِم هیچ دَق
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۰۵)

سَيِّئَات: گناهان، اشتباهات
دَق: کوفتن، طعنه زدن، نکوهش کردن

رنجور احساسِ نیاز و اضطراب به طبیب یعنی زندگی کرد. طبیب را فقط یک صورت ندید و به پیش او رفت.

نیست صورت، چشم را نیکو بمال
تا ببینی شَعْشَعَهُ نور جلال
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۸)

وین نیاز، ار چه که لاغر می‌کند
صدر را چون بدر انور می‌کند
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۸)

صدر: سینه، قلب

رنجور مثل صوفی ادعای می‌دانم و درویشی نداشت و به بیماری خود اعتراف داشت.



لاف تو محروم می‌دارد تو را
ترک آن پنداشت کن، در من درآ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۳)

لاف: ادعا
پنداشت: پندار، فکر کردن

رنجور پندار کمال نداشت و می‌دانست نقص دارد، برای همین به پیش طبیب رفت.

هر که نقص خویش را دید و شناخت
اندر استکمال خود، دو اسبه تاخت
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲)

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

یقین داشت که طبیب که نماد زندگی است، دواي درد او را می‌داند. خودش را به‌دست طبیب سپرد تا نبضش را بگیرد.

هر مرض دارد دوا، می‌دان یقین
چون دواي رنج سرما، پوستین
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۰۴)

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

ذوالمین: صاحب منت‌ها، صاحب عطاها، از صفات خداوند

رنجور اعتراف به عجز خود داشت که به پیش طبیب رفت.

هر کجا دردی، دوا آنجا رود
هر کجا فقری، نوا آنجا رود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۲۱۰)

حاکم است و، یَفْعَلُ الله مَایَشا
او ز عین درد انگیزد دوا
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۱۹)



هر که باشد شاه دردش را دوا
گر چو نی نالد، نباشد بی‌نوا
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۶۷)

وقتی رنجور به عجز خود اعتراف کرد، زندگی آن طبیب حقیقی را برای رنجور آورد. آن‌ها مرض ما را می‌دانند و ما را مداوا می‌کنند.

شیرمردانند در عالم مدد
آن زمان کافغان مظلومان رسد
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۳)

بانگ مظلومان ز هر جا بشنوند
آن طرف چون رحمت حق می‌دوند
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۴)

آن ستون‌های خلل‌های جهان
آن طبیبان مرض‌های نهان
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۵)

طبیب پیر حقیقی بود و نورش به رنجور تابید. بدون پیران، رفتن این راه امکان ندارد.

معجزاتی و کراماتی خفی
بر زند بر دل ز پیران صفی
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۰۰)

خفی: پنهان
صفی: برگزیده، ممتاز، باصفا

که درونشان صد قیامت نقد هست
کمترین آنکه شود همسایه مست
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۰۱)

در این‌جا مولانا از این‌که چقدر قرین شدن و همنشین بودن با این بزرگان مهم است را می‌آورند.

پس جلیس‌الله گشت آن نیکبخت
کو به پهلوی سعیدی بُرد رخت
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۰۲)



جَلِيسُ اللَّهِ: همشدين با خدا
رَخْت بُردن: منتقل شدن، سفر کردن

گر اثر بر جان زند بی واسطه

متصل گردد به پنهان رابطه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۰۴)

برزند از جان کامل معجزات

بر ضمیر جان طالب چون حیات

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۰۸)

رنجور بسیار هم شاکر بود و به طیب گفت خدا خیرت بدهد، جانِ عمو. حال رنجور بهتر شده بود و دلش به رفتن لب جوی یعنی به شست‌وشو و فضای گشوده میل کرد.

گفت: رَوَ هین خیر بادَت جانِ عم

من تماشای لب جو می‌روم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۲۷)

رنجور شنونده خوبی بود. در طی آن‌همه سؤال و جوابی که بین قاضی و صوفی شد، حتی یک کلمه حرف نزد.

اَنصِتُوا را گوش کن، خاموش باش

چون زبان حق نگشتی، گوش باش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)

اَنصِتُوا: خاموش باشید، ذهنتان را خاموش کنید.

و جالب این‌جا است، قاضی رأی به نفع رنجور داد و به صوفی گفت باید به رنجور پول هم بدهی، یعنی او را لایق هدیه دانست.

گفت قاضی: سه درم تو خرج کن

آن سه دیگر را به او ده بی‌سخن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۵۶۲)

من نمی‌گویم مرا هدیه دهید

بلکه گفتم لایق هدیه شوید

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۷۴)



و در انتها رنجور از نوری که از دل طبیب ستارخو به او خورده بود، زشتی رفتارِ صوفی و قیل و قال‌های بیهوده را متوجه شد و قید همه‌چیز را زد و فضا باز شد و خودش را از ننگِ این نزاع رها کرد.

گفت: هر شش را بگیرد ای دو خصم من شوم آزاد بی‌خرخاش و وصم (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۵۶۷)

خرخاش: مجادله و گفت‌وگو
وصم: ننگ و عار، شتاب

یک زمان کار است، بگزار و بتاز کار کوتاه را مکن بر خود دراز (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

گزاردن: انجام دادن، ادا کردن

ای لقای تو جوابِ هر سؤال مشکل از تو حل شود بی قیل و قال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۷)

لقا: دیدار، در این‌جا مراد دیدارِ خداوند است.

ممنونم استاد.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم لیلا]

آقای شهبازی: خب این پیام‌ها بسیار خوب‌اند، منتها باید شما دوباره بخوانید این‌ها را و گوش بدهید. پیام‌ها پخش می‌شوند، ما پُست می‌کنیم در وب‌سایت، در تلگرام، در خیلی جاها. و همین آپ ما را شما دانلود کنید، می‌توانید دسترسی کنید به پیام‌هایی که جدا شده‌اند، واقعاً همین سر پیام یک نفر می‌توانید بروید آن را می‌توانید دانلود کنید. و دانلود معمولاً به وسیلهٔ دسک‌تاپ (صفحه نمایش رایانه: Desktop) است. اگر شما می‌خواهید برنامه‌های گنج حضور را دانلود کنید، از طریق تلفن نمی‌توانید، ولی از طریق وب‌سایت ما می‌توانید دانلود کنید و بریزید توی این هارد درایوهای (حافظهٔ الکترونیکی: hard drive) کوچک اگر می‌خواهید، اگر اینترنتان ضعیف است، و از این‌جا گوش کنید.

اجازه بدهید من این گل هم ببینم می‌توانم عوض کنم و یک گل دیگر بگذارم، اگر این زیبا باشد. [تعویض گلدان استودیو] حالا یک کمی هم این را ما نگاه کنیم، این را بگذاریم این‌ور.



۲۸- خانم شیوا از آمریکا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شیوا]

خانم شیوا: یک مطلبی داشتم می‌خواستم به اشتراک بگذارم با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم شیوا: یا رب، چه طلسمی است که من را از آن بهشت درون دور کرده‌است؟ این روزها با اتفاقاتی که در اطرافم می‌گذرد، بیش از گذشته حضور ترس را در خودم احساس می‌کنم. ترس از آینده، ترس از دست دادن، ترس از ناامنی و ترس از این‌که مبدا زندگی آن‌طور که ذهنم می‌خواهد پیش نرود. این شرایط نشان داد که هنوز آرامشم به شرایط بیرونی وابسته است، نه به حضور خداوند در درونم. «دل نظرگاه خدا، و آنگاه کور؟»

دل نباشد غیر آن دریای نور دل نظرگاه خدا، و آنگاه کور؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۹)

وقتی این بیت را می‌خوانم، از خودم می‌پرسم اگر دل جایگاه تجلی خدا است، آیا با ترس، وابستگی، قضاوت، مقاومت و رنجش این نظرگاه را تیره و کور نمی‌کنم؟ آیا هر بار که ذهنم از آینده می‌ترسد یا می‌خواهد همه‌چیز را کنترل کند، از این فضای پاک دور نمی‌شوم؟ در این مدت متوجه شدم که بسیاری از دعا‌های من هم از روی ترس بوده.

بیشتر از این از خدا می‌خواستم شرایط بیرونی را تغییر دهد تا ذهن من آرام شود، اما کم‌کم دارم یاد می‌گیرم که قبل از این‌که دنیا تغییر کند، من تغییر کنم. در برنامه بارها شنیدیم که فضولی نکنیم، نه در زندگی دیگران و نه حتی در کار زندگی. هرچه بیشتر می‌خواهم همه‌چیز را مطابق میل ذهنم درست کنم، بیشتر رنج می‌کشم.

زندگی از من آگاه‌تر است و شاید وظیفه من فقط این باشد که دل را پاک نگه دارم تا زندگی از طریق آن جاری شود. این روزها به من نشان دادند که آرامش از کنترل کردن دنیا به‌دست نمی‌آید، آرامش از تسلیم شدن به خرد زندگی به‌دست می‌آید. و من در این شرایط به‌جای پخش کردن ترس، دلم را به حضور، عشق و مهربانی می‌سپارم. چون اگر دل نظرگاه خدا است، پس هرچه این دل شفاف‌تر شود، نور زندگی بیشتر از طریق آن به جهان خواهد تابید.

تمام شد آقای شهبازی.



آقای شهبازی: خیلی خیلی خوب خانم! از کدام شهر آمریکا زنگ می‌زنید؟

خانم شیوا: من از نیوجرسی.

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

خانم شیوا: خواهش می‌کنم، ممنون از زحمتهای شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم شیوا]

کلاس حضور



امروز این شعر مطرح شد که «با کپی‌خویان تَهْتک‌ها چه کرد؟»

با کپی‌خویان تَهْتک‌ها چه کرد؟ با نبی‌رویان تَنَسُّک‌ها چه کرد؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۸۳۰)

کپی‌خو: بوزینه‌صفت
تَهْتک: پرده‌دری
تَنَسُّک: پارسایی، زهد ورزیدن

یعنی با بوزینه‌صفت‌ها، من‌های ذهنی که از همدیگر تقلید می‌کنند و این پرده‌دری، این رسوایی، این بی‌ادبی چه کرد؟ یکی از بی‌ادبی‌های بسیار بسیار واضح و مهم که ما در مقابل خداوند می‌کنیم، این است که به‌جای خودش چیزها را از او می‌خواهیم. شما وقتی چیزها را از خداوند می‌خواهید، یعنی با چیزها همانیده شده‌اید و چیزها را گذاشته‌اید مرکزتان. شما هیچ موقع نمی‌توانید درست بشوید، دسترسی پیدا نمی‌کنید به او و او هم این چیزها را به شما نخواهد داد، برای این‌که «دل نظرگاهِ خدا، و آنگاه کور؟»

دل نباشد غیر آن دریای نور دل نظرگاهِ خدا، و آنگاه کور؟ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۹)

یعنی دل ما، مرکز ما، جایی که خداوند نظرش را می‌اندازد، آن موقع توی انسان آن‌جا را کور می‌کنی با گذاشتن چیزی در آن‌جا و خواستن آن؟ چقدر بی‌ادبی است که حالا یک چیزی را گذاشتی مرکزت به‌جای او که هیچ! این را متوجه نمی‌شوی، بعد دم‌به‌دم هم همان چیز را می‌خواهی، خودش را نمی‌خواهی. این خداوند خیلی لطف می‌کند که واقعاً گذشت می‌کند. [خنده آقای شهبازی]

بس دعاها کآن زیان است و هلاک وز کرم می‌نشنود یزدان پاک (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰)

یعنی همه دعا‌های ما تقریباً سبب هلاکت و نابودی ما است و زیان ما است و از روی بخشش و کرم، بزرگواری، خداوند آن دعاها را نمی‌شنود. ولی باید متوجه بشویم از این ابیات. «دل» هی بخوانید این تکه‌ها را شما، از خودتان بپرسید «دل نظرگاهِ خدا، و آنگاه کور؟» ترجمه هم بکنید. دل من جایی است که خداوند چشم‌هایش را دوخته آن‌جا، این‌جا را می‌توانم من کور کنم؟ کور کنم یعنی یک چیزی آن‌جا بگذارم، یک عینک به‌اصطلاح یک



عینک، یک همانیدگی که برحسب آن ببینم، به‌وسیله او نبینم. وقتی به‌وسیله او نمی‌بینی، داری دل را کور می‌کنی. یادمان باشد دوباره، عشق چیزها ما را کور و کر می‌کند، عشق چیزها ما را کور و کر می‌کند.

حاج حضور



۳۰- خانم اکرم از خوزستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اکرم]

خانم اکرم: آقای شهبازی، من تماس گرفتم فقط از شما تشکر کنم بابت برنامه خیلی خوبتان. این برنامه خیلی به من کمک کرده و من فقط می‌خواستم قانون جبران را رعایت کنم و از شما تشکر کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم خانم، لطف دارید. ممنونم که نگاه می‌کنید، توجه می‌کنید.

خانم اکرم: سلامت باشید.

آقای شهبازی: بله کمک کرده به شما، در زندگی‌تان چه کمک‌هایی کرده؟

خانم اکرم: خیلی، من توی زندگی‌ام خیلی‌خیلی تغییر ایجاد شده. من کلاً خیلی آرام شده‌ام، دیگر عصبانی نمی‌شوم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اکرم: هیچ‌چیز را کنترل نمی‌کنم. نگاهم به مردم، به دوست، به همه‌چیز، به طبیعت، به همه‌چیز عوض شده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اکرم: و خیلی‌خیلی از شما ممنونم دستتان را می‌بوسم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم اکرم: واقعاً از شما ممنون هستیم که شبانه‌روز دارید برای ما تلاش می‌کنید و من یعنی از صبح تا شب فقط منتظر این هستم که مثلاً فرصتی پیش بیاید و برنامه شما را گوش کنم و یک خلوتی برای خودم بگذارم، بتوانم به چیزهای شما فکر کنم و بتوانم فقط یعنی که برنامه را فقط گوش ندهم، یعنی تمرکز هم ببینم مثلاً من این چیزی که گوش کردم چه یاد گرفتم؟ چه کار باید کنم؟ و چطور توی زندگی‌ام به‌کار ببرم؟ و خدا را شکر روزبه‌روز هی بهتر و بهتر می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خب.

خانم اکرم: سلامت باشید، زنده باشید.

آقای شهبازی: چیز دیگر می‌خواهید بگویید یا تمام شد صحبتتان؟

خانم اکرم: همین، فقط می‌خواستم از شما تشکر کنم.

آقای شهبازی: ممنونم، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اکرم]



۳۱- خانم زهرا از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهرا]

خانم زهرا: پیامی داشتم در مورد برنامه ۱۰۵۹ اگر اجازه بدهید به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم. بله.

خانم زهرا:

نکته اول: ما آموختیم دو نوع غم در جهان وجود دارد، غم عشق یا وحدت مجدد هشیارانه با زندگی و دیگری غم همانیدگی‌ها. موضوع مهمی که جناب مولانا در این غزل زیبا به ما متذکر شدند، این است که در زندگی اکثر ما انسان‌ها جایگاه این دو نوع غم عوض شده. یعنی غم همانیدگی‌ها جایگزین غم عشق که اصل و منظور ما است گردیده و ما به دلیل سحر و طلسم من‌ذهنی و دل‌مشغولی‌های دنیوی این موضوع را نمی‌فهمیم و متأسفانه در آتش این غم کاذب می‌سوزیم و درد می‌کشیم تا عمرمان پایان یابد.

نکته دوم: زندگی به عنوان «مَسَبِّ الْأَسْبَاب» هر لحظه بر روی ما کار می‌کند و ما را به جهات گوناگون می‌کشاند و اتفاقات را با توجه به ماهیت درونی و سطح هشیاری ما برایمان به وجود می‌آورد، ولی متأسفانه از این مهم نیز بی‌خبریم و مدام به دنبال استدلال و سبب‌سازی با من‌ذهنی و فکر پشت فکر هستیم.

نکته سوم: در زندگی تنها یک شیخ و مراد است و آن خود زندگی است و یا بزرگان همچون مولانا که با او به وحدت رسیده‌اند.

نکته چهارم: خداوند قوانین و فرمان‌ها و سنت‌هایی برای ما وضع کرده که باید با رعایت آن‌ها سطح هشیاری خود را ارتقا دهیم و از این طریق به زندگی زنده شویم. به اختصار به این قوانین اشاره می‌کنم.

— قانون اَنْصِتُوا یا خاموشی ذهن.

— قانون استغفار و برگشت به سوی خداوند در این لحظه.

— قانون تسلیم و پذیرش و مرده بودن در برابر حکم زندگی.

— قانون انبساط و فضاگشایی.

— قانون یا امرِ غُضُّوا یعنی چشم‌پوشی از نارواها و یا همان همانیدگی‌ها.

— قانون یا امرِ اَنْظُرُوا. ناظر و شاهد بودن در این لحظه و این‌که در هر حالتی که هستید فقط به سوی او رو کنید.



— قانون یا امرِ لَا تُلْقُوا یعنی این‌که خود را با ذهن به هلاکت نیفکنید.

— قانون یا امرِ سَارِعُوا یا شتاب در مردن به من‌ذهنی.

— قانون یا امرِ فَاسْتَقِمْ یا استقامت، تداوم و تعهد در راه معنوی و فضاگشایی.

— قانون یا امرِ قُمْ یعنی قیامت در این لحظه و بلند شدن از قبرِ من‌ذهنی و دادن هشدار، بیم و تذکر به خود و تمرکز و کار بر روی خود، نه دیگران.

نکته پنجم: هر جزوی در این جهان فقط برای شادی و لذت اصیلِ زندگی خلق شده، ولی در پیچ درد و غم همانیدگی‌ها به تله افتاده و دچار کفران و کپی‌خویی شده‌است. ولی خبر خوب این است که ما می‌توانیم با ناظر و شاهد بودن در این لحظه و درد هشیارانه کشیدن و حزم و فضاگشایی و رعایت قوانین الهی که ذکر شد، این کپی‌خویی را به نبی‌خویی تبدیل کنیم و در نتیجه این جزوِ جداشده از جنس زندگی شود و به‌سوی کُلِ خود رود و عیدِ وصال فرا رسد.

نکته ششم: ما آموختیم شیرِ زندگی هر لحظه ما را به بیشه اتفاقات و قضا و قدرِ الهی می‌برد و ما به‌جای تمرکز روی این لحظه و یادگیری از اتفاقات مشغول به حل و فصل مسائلمان با سبب‌سازی ذهنی و غوطه‌ور شدن در غم‌ها و دردها و حتی خوشی‌های سطحی هستیم.

نکته هفتم: خداوند در ازای عطایا و بخشش‌های فراوانی که به ما داده، دلی پاک همچون آب و منبسط مانند دریا از ما می‌خواهد که از هر گونه آلودگی، دُرد و دردی عاری باشد، دلی که از حيله و نیرنگ و روباه‌بازی من‌ذهنی به دور باشد، دلی که صدق و نیاز حضور داشته باشد.

تنها این دل است که نظرگاه خداوند است، این دل است که دعاهایش نیز مستجاب است. این دل است که رحیم است و بردبار، یاری‌گر است و اصلاح‌کننده. دلی که سلام حق را می‌گیرد و بر تمام عالم سلامت‌ها نثار می‌کند.

دل نباشد غیر آن دریای نور دل نظرگاه خدا، و آنگاه کور؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۹)

نکته هشتم: ما آموختیم که هیچ‌گاه خود را برای گذشته ملامت نکنیم و تنها از آن یاد بگیریم، چراکه هر عملی از ما سر زده، مطابق با همان سطح از هشیاری ما بوده‌است.

نکته نهم: من یاد گرفتم که علامت درد یعنی نقصی در من هست که باید روی خودم کار کنم و آن را رفع نمایم.



و نکته آخر این که: هر کدام از ما یک چراغ هستیم، نه قاضی و قضاوت‌کننده، پس با خود و دیگران مهربان باشیم.

تمام شد جناب شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی خیلی خوب! آفرین! اسمتان را یک بار دیگر بگویید اسمتان را؟

خانم زهرا: زهرا هستم از تهران.

آقای شهبازی: زهرا خانم از تهران. اولین بار است زهرا خانم یا قبلاً هم آمدید؟

خانم زهرا: نه، من چندین بار است تماس گرفتم جناب شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی خوب بود، خیلی خوب بود! آفرین! این را بفرستید پیامتان را ما پُست کنیم، عالی بود!

خانم زهرا: چشم حتماً، به روی چشم. ممنون از شما جناب شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهرا]

آقای شهبازی: عرض می‌کنم اگر پنج دقیقه شش دقیقه صحبت کنید، نوبت می‌رسد به کسانی که پشت خط هستند، پیام‌های عالی دارند یا هیچ موقع زنگ نزدند، الآن می‌خواهند زنگ بزنند. بله الآن دیگر وقتان تمام شده، یک تلفن دیگر می‌گیرم از حضورتان مرخص می‌شوم، ببینیم کی می‌خواهد صحبت کند.



۳۲- خانم اکرم از قزوین

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اکرم]

خانم اکرم: [کنترل کیفیت صدا] پیغام بنده در مورد این بود که انسان گوهر درخشان کائنات است. وقتی که انسان به زندگی زنده بشود، یک خورشیدی است که می‌تواند خیلی روشن بشود و روشنایی‌بخش تمام هستی بشود. و ما در همین تن هم می‌توانیم بشکافیم «همی شکاف تو کف را که» به آب رسی

همی شکاف تو کف را که تا به آب رسی
به کف بحر بمنگر که آن حجاب کند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۲۱)

و با این فضای گشوده‌شده می‌توانیم یاد بگیریم عاشق دانه‌های شهوتی نباشیم، بلکه عاشق صنع زندگی باشیم و دائماً در شکر و صبر باشیم.

عاشقِ صنْعِ توأم در شکر و صبر
عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

شکر و صبر: در این جا کنایه از نعمت و بلا است.
گبر: کافر
صنْع: آفرینش
مصنوع: آفریده، مخلوق

نگاه نکنم. نگاه نکنم به این دانه‌های شهوتی، نگاه نکنم به جهان بیرون. اگر هم نگاه کردم، منظور من آن یک زندگی باشد.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم
او بهانه باشد و، تو مَنظَر
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

مَنظَر: جای نگریستن و نظر انداختن

فرمان برخیز را وقتی می‌شنوم، بگویم باید روی گور خودم بلند شوم، بایستم، قائم به ذات بشوم و به خودم هشدار بدهم که مواظب باش، مواظب باش به خواب ذهن نروی، دوباره چُرت نزن، برخیز. برخیز و فقط به خودت بیم بده.



وقتی که آقای شهبازی، ما به خودمان بیم می‌دهیم، این ناخودآگاه واقعاً یک روشنایی در ما ایجاد می‌شود، به اطرافیان ما هم سرایت می‌کند. دیگر آن الگوهای قدیمی کم‌کم کم‌رنگ می‌شود، حرف دیگران جمع می‌شود و سکوت و سکون جاری می‌شود. این‌جا است که زندگی شیوه‌های شیرین خودش را می‌آورد.

هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد شیرین‌تر و نادرتر، ز آن شیوه پیشینش (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷)

بله اگر زندگی در ما زنده بشود، ما می‌توانیم به زیباترین شکل ممکن حرکت کنیم، تازگی را یاد بگیریم و بشکفیم.

ز نقش‌های زمین و ز آسمان مندیش که نقش‌های زمین و زمان حجاب کند (مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۲۱)

تا می‌توانیم جریده باشیم، سکون خودمان را نگه داریم و بدانیم که به خدا زنده شدن یک چیز فردی است، یک چیز فردی است. برحسب نقش‌ها فکر نکنیم، عمل نکنیم تا غبار افکار من‌های ذهنی پاک بشود.

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

هله: از ادات تنبیه، آگاه باش!

خاموش بشویم تا ان‌شاءالله زندگی غبار همانیدگی‌ها را از جان تک‌تکمان پاک کند. ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

خانم اکرم: شکر وجود نازنینتان و شکر وجود تک‌تک یاران متعهد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اکرم]

آقای شهبازی: عالی! خب برنامه امروز در همین‌جا به پایان رسید. با تشکر از شما که به این برنامه توجه فرمودید و با تشکر از همکاران اتاق فرمان با شما تا برنامه آینده خداحافظی می‌کنم. خدا نگهدار.

♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦