



شرح جان شرحه شرحه بازگو

ده زکات روی خوب، ای خوب‌رو

(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. در عین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذايمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۲۳

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۰ تیرماه ۱۴۰۱

برنامه شماره ۱-۹۲۳

اجرا : آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۱ ژوئیه ۲۰۲۲ - ۱۰ تیرماه ۱۴۰۱

گنج حضور Podcast
Search:
Parviz Shahbazi
or
Ganje Hozour





برنامه ۱-۹۲۳
بخش اول
برنامه ویژه پیغامهای تلفنی

Studio : 001 747 7779650

Parviz Shahbazi





ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم مرجان از استرالیا با سخنان آقای شهبازی	۵
۲	خانم نسترن ۲۱ ساله از اصفهان	۱۰
۳	خانم ریحانه از استرالیا با سخنان آقای شهبازی	۱۴
۴	خانم سرور از گلستان با سخنان آقای شهبازی	۲۰
۵	سخنان آقای شهبازی	۲۷
۶	خانم سارینا از مشهد با سخنان آقای شهبازی	۲۸
۷	سخنان آقای شهبازی	۳۳
۸	خانم نرگس با سخنان آقای شهبازی	۳۴
۹	خانم فرزانه از اصفهان	۴۰
۱۰	خانم سمیه از گیلان	۴۲
۱۱	خانم ماهک از گیلان با سخنان آقای شهبازی	۴۶
۱۲	آقای علی از دانمارک با سخنان آقای شهبازی	۴۷
۱۳	خانم بیننده و فرزندانشان (بی بی مریم و ...) و همسرشان از تاجیکستان	۵۱
۱۴	سخنان آقای شهبازی	۵۶
۱۵	آقای علی از ونکوور با سخنان آقای شهبازی	۵۷
۱۶	خانم سارا از آلمان	۵۹
۱۷	سخنان آقای شهبازی	۶۳
۱۸	خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۶۴
۱۹	خانم مریم از اورنج کانتی	۶۹
۲۰	خانم فرخنده از روستای نجف آباد	۷۱
۲۱	خانم آیدا از روستای نجف آباد با سخنان آقای شهبازی	۷۳
۲۲	خانم مریم از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۷۶
۲۳	خانم مریم از فولادشهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۸۰



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۴	آقای فمهران از کرج	۸۵
۲۵	خانم پارمیس از کرج	۸۹
۲۶	آقای صادق از روستای ایلام	۹۱
۲۷	خانم زرین و خانم تیارا از زرین شهر اصفهان	۹۶
۲۸	آقای مهدی از اصفهان	۹۸
۲۹	خانم پروین از اصفهان	۹۹
۳۰	خانم افسانه از لرستان با سخنان آقای شهبازی	۱۰۰
۳۱	سخنان آقای شهبازی	۱۰۲
۳۲	آقای فرشاد از خوزستان	۱۰۴
۳۳	خانم پوری از تهران با سخنان آقای شهبازی	۱۰۷
۳۴	آقای بیننده با سخنان آقای شهبازی	۱۱۲
۳۵	آقای عارف از اصفهان	۱۱۶
۳۶	آقای شاهپوری از بدرعباس	۱۱۸
۳۷	خانم اکرم از قزوین با سخنان آقای شهبازی	۱۲۱



۱- خانم مرجان از استرالیا با سخنان آقای شهبازی

فضاگشایی و حس ارزشمندی

من برای کار مراقبت از بیماران کرونایی، دو روز است که به شهری دور از سیدنی به سفر آمدم. امروز غروب بعد از کار باوجود خستگی، مستقیم به باشگاه و بعد از آن به فروشگاه‌ای برای خرید رفتم. از آن فروشگاه به‌اندازه یک ماه اقامتم در این شهر، خرید کلی کردم و پس از حساب کردن به هتل رفتم.

در حال جاسازی خریدهایم بودم که متوجه شدم قسمت درپوش پمپ مایع دستشویی که از آن فروشگاه خریده بودم شکسته و غیرقابل استفاده بود.

معمولاً در این شرایط، پرسنل فروشگاه به راحتی جنس را پس گرفته و یکی دیگر را به مشتری می‌دهند. با همین تصور به فروشگاه برگشتم. همان پرسنلی را که اجناسم را حساب کرده بود دیدم و شرایط را برایش توضیح دادم. او با خوش‌رویی گفت حتماً این کار را انجام می‌دهیم و جنس را تعویض می‌کنیم. این‌جا باید بگویم که در مدت دوازده سال اقامتم در این کشور، هرگز از کادر فروش یا مدیریت، بدرفتاری ندیده بودم.

ناگهان یک پرسنل دیگر با تفنگ قضا به سمت ما آمد. نگاهی به من انداخت و با لحنی طلبکارانه گفت: «ما نمی‌توانیم این کار را بکنیم و باید با مدیر مشورت کنیم. ایشان در حال حاضر در تایم (time) استراحت هستند و باید یک ربع صبر کنید تا برگردند.»

همان لحظه پرسنل دیگری از کنار ما رد می‌شد. پرسید که جریان چیست؟ آن زن حرف خود را تکرار کرد و با نگاه، اشاره کرد که طرف مقابل، او را تأیید کند، و او نیز صحبت همکار خود را تأیید کرد.

بسیار گرسنه و خسته بودم. آن لحظه دو راه داشتم. راه آسان این بود که سر پنج دلار پول، یا یک ربع زمانم، و یا برخوردن به تریج قبای غرور من‌ذهنی‌ام، با داد و فریاد، قانون و تبصره را سر آن زن خراب کنم و چیزی را که می‌خواستم پس بگیرم و بروم.

و راه دیگر، همان صدایی که هرروز با کلام و عمل به او یادآوری و اثبات می‌کردم که چقدر عزیز و لایق و باارزش است، حالا در درون، با من گفت‌وگو می‌کرد.



بر هر چه همی‌لرزی می‌دان که همان ارزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۰۹)

گفت: «مرجان عزیزم، تو خیلی می‌ارزی. خدایت تو، اعصاب تو و سلامت روان تو، خیلی بیش‌تر از یک مایع دستشویی می‌ارزد. تو باارزش‌تر از این هستی که گوهر عشق درون خود را با بحث کردن تباه کنی، یا حتی یک ربع وقت خودت را تلف کنی. این یک ربع را می‌توانی صرف استراحت جسم خودت کنی. ارزش تو در حفظ آرامش روح خودت و اطرافیانت است.»

همان لحظه به سمت قفسه مایع دستشویی راه افتادم. نگاهی دوباره به قیمت آن انداختم. پنج دلار بود. نیرویی در درونم گفت: پول زور نده، برو از حقت دفاع کن و حقش را بگذار کف دستش.

مفروش خویش ارزان، که تو بس گران‌بهای

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۰)

آن صدا باز گفت: مرجان عزیزم، حق تو نیروی خدایت توست، حق تو آرامش روح توست. از این جواهر مراقبت کن. تو با این پول، احساس لیاقت و ارزشمندی خود را می‌خری. بهای انرژی غنی روح و روان خود را می‌پردازی، که جداً خیلی می‌ارزد.

خدای تو از جنس فراوانی و ثروت و برکت است. تو هم از همان جنسی. پس «چون غفور است و رحیم، این ترس چیست؟»

با اقتدار و حس فراوانی زندگی، آن را برداشتم. به سمت آن زن رفتم و جنس را حساب کردم. آن زن با تعجب به من نگاه می‌کرد. از او تشکر کردم و با آرامش به او گفتم: با پنج دلار، پانزده دقیقه از عمرم را خریدم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! شاهکار کردید. خُب آن شعر برنندگان را می‌خواهید بخوانید؟

خانم مرجان: بلی، واقعاً چه سعادت‌ی بالاتر از این‌که چند بیت از مولانا برنند شده برای ما.

همچو مستی، کو جنایت‌ها کند

گوید او: معذور بودم من ز خود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵)



گویش لیکن سبب ای زشتکار از تو بُد در رفتن آن اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی اختیارت خود نشد، توش راندی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

مثلاً در همین شرایطی که امروز برای من اتفاق افتاد، مصداق این بیت همین است که من می‌توانستم به راحتی خُب رفتار بدی به آن زن نشان بدهم و داد و فریاد راه بیندازم و به قول من‌ذهنی‌ام حقم را پس بگیرم از او و اختیار خودم را، اختیار خشمم، اختیار خودم را بدهم دست آن خانم.

ولی خُب این را انتخاب نکردم و یک‌جور دیگر رفتار کردم، که فکر می‌کنم واقعاً توی هر لحظه از زندگی، توی هر اتفاق ریز و درشت زندگی باید این کار را بکنیم، و اختیار خودمان را به دست خودمان داشته باشیم، و این با هر لحظه فضاگشایی میسر می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین. این سه بیت را لطف کنید هر سه بیتش را برای ما معنی کنید، که واقعاً این سه بیت به شما کمک کرده است‌ها مرجان خانم. واقعاً کمک کرده است.

خانم مرجان: بله واقعاً.

آقای شهبازی: بیخودی نیست، بیخودی هم نیست که شما این را برند کرده‌اید. راستی این کلمه برند را می‌دانید ما از چه کسی یاد گرفته‌ایم؟

خانم مرجان: نه، از چه کسی؟

آقای شهبازی: از خانم آیدا اصفهان. بله ما از ایشان یاد گرفتیم. خیلی هم، فکر نمی‌کردیم باید به‌کار ببریم ولی خُب وقتی ایشان مجوزش را صادر کردند، ما چرا به‌کار نبریم؟ بفرمایید سه بیت را یواش بخوانید، معنی کنید.

خانم مرجان: بله چشم.



همچو مستی، کو جنایت‌ها کند گوید او: معذور بودم من ز خود (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵)

می‌گوید مثل یک مستی که شراب می‌خورد و می‌رود جنایت می‌کند، و بعدش وقتی بازخواست می‌شود و باید جریمه‌اش را بپردازد، می‌گوید که من معذورم. من عذر خواسته‌ام.

آقای شهسازی:

من ذهنی یعنی این‌طوری عمل می‌کند. شما هم اگر عصبانی می‌شدید در این فروشگاه، که واقعاً هم این‌قدر متداول است در، حالا شما استرالیا هستید، همین‌طور آمریکا. شما یک جنس را می‌توانید ببرید بیرون بیاورید پس بدهید، باید پس بگیرند. البته اگر آن را باز نکرده باشید و استفاده نکرده باشید، ولی حتی بعد از استفاده هم پس می‌گیرند، و شما، موجه بود که من ذهنی شما را مجبور کند شما عصبانی بشوید، بعد هم بیایید بگویید حقم بوده، حقم را باید بگیرم، ولی شما این کار را نکردید.

پس من ذهنی مثل مستی عمل می‌کند که می‌رود جنایت می‌کند، بعد می‌گوید که من معذورم به این دلایل، دلایل ذهنی. بفرمایید.

خانم مرجان: می‌گوید من معذورم، چون که تقصیر آن شراب بوده، تقصیر من نبوده که. بعد می‌گویند به او که:

گویش لیکن سبب ای زشتکار از تو بُد در رفتن آن اختیار (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

به او می‌گوید که ای کسی که کار اشتباه می‌کنی! آن رفتن اختیار از، این که اختیار از دست تو خارج شد، آن دست خودت بود کاملاً، از تو بود «در رفتن آن اختیار».

بعد بیت بعدی می‌گوید:

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی اختیارت خود نشد، توش راندی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)



آن حالت از خود بیخود شدن و این که اختیارت از دست رفت، آن خود به خود این اتفاق نیفتاد، همه اش مسئولی. یعنی در واقع کلاً می‌گوید که مسئول هر کاری که می‌کنی، مسئول هشیاری تو، حتی هر کاری که کسی با تو می‌کند، و جهان به تو نشان می‌دهد، همه اش مسئولش خودت هستی، و هیچ کس دیگری نیست.

آقای شهبازی:

آفرین. مردم می‌توانند به ما ناسزا بگویند و این دست شماسست که فضا را باز کنید، رد شوی بروی، یا بایستی بجنگی. اگر بایستی بجنگی، می‌روی به حالت مستی و بیخودی و اختیارت را از دست می‌دهی، بعد هم توجیه می‌کنی، و تقلید می‌کنی. این جا ما تقلید می‌کنیم. کسی یک کار زشتی می‌کند، ما باید جوابش را بدهیم، که مناسب او است، داریم تقلید می‌کنیم.

فضاگشایی بکنیم، دست می‌زنیم به صنع، با آفریدگاری خودمان.

آفرین مرجان خانم. عالی! عالی!



خانم نسترن: سلام استاد، خدایات. نسترن هستم، ۲۱ ساله.

آقای شهبازی: سلام خانم نسترن، خوبید شما؟

خانم نسترن: بله استاد، خیلی خوب. فکرم را هم نمی‌کردم که بتوانم این قدر شاد زندگی کنم. ممنونم.

نجات انسان به این است که فضا را باز کند، فضاگشایی یعنی توجه نکردن به هیچ چیزی و توجه را متمرکز کردن روی خود و قطع توجه و نظارت به چیزهایی که ما را به گورستان و جبرِ ذهنی می‌برد.

هرکسی مسئول حضور خودش است و باید به حضور زنده شدنش را برعهده بگیرد و منتظر کسی نباشد و یا توقع از کسی نداشته باشد.

فضارا در اطراف خواسته‌هایمان باز کنیم، دست از یقه دیگران برداریم و مهربانانه‌تر و عاشق‌تر با خود و جهان پیرامون خود می‌توانیم برخورد کنیم. درواقع با فضاگشایی می‌توانیم بوی عشق را متوجه شویم.

در غزل ۲۲۷۹ جناب مولانا دارند که:

از لذت بوهای او، وز حُسن و از خوهای او
وز قُلِّ تَعَالُوهای او جان‌ها به درگاه آمده
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

مرتب باید پیغام بالا را بگیریم، یعنی فضا را باز کنیم تا از ستم‌گری من‌ذهنی و جهان به لطف و رحمت و بخشش خداوند راه پیدا کنیم.

با فضاگشایی به درک بی‌نیازی و ساکن در این لحظه ابدی می‌شویم، درواقع با فضاگشایی دیگر نمی‌توانیم از یک انسان گدایی کنیم.

و گدای محبت، توجه، تأیید و نگاه بشر باشیم، زیرا که به‌جای آن به لطف و نگاه نور خدا در خود آگاه می‌شویم و حس کامل بودن تمام بعد ما را فرامی‌گیرد.



هر اتفاق، هر وضعیت، چه می‌تواند خوب باشد و چه می‌تواند بد باشد، انسان سریعاً می‌تواند پیغام به‌سوی «بالا بیاید» و این پایینی من‌ذهنی را رها کند.

در دفتر ششم، بیت ۳۱۷، جناب مولانا دارند که

هم‌چنان جملهٔ نعیم این جهان بس خوش است از دور پیش از امتحان (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۶)

می‌نماید در نظر از دور آب چون روی نزدیک، باشد آن سراب (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۷)

خواستن و به‌دست آوردن و کنترل کردنِ فرم و وضعیت‌های این جهان مانند آن سرابی است که در انتهای جاده بر اثر گرما تشکیل شده و از دور خود را مانند آبی نمایان می‌کند.

حال چه‌کسی به‌سمت سراب می‌رود؟ کسی‌که تشنه شده‌است و می‌پندارد آن سراب، آب است و به‌سوی آن می‌دود و غافل از این‌که آن تنها یک توهم بود و بعد از سراب تازه متوجه می‌شود، الکی برای آن دویده است و تنها تلاش بیهوده و کارافزایی کرده‌است. و در آخر از کردهٔ خود پشیمان است و دیگر دچار اشتباه نمی‌شود.

حال چه چیزی سراب و چه کسی تشنه است؟

سراب همانیدگی‌هایی هستند که در این جهان که خود را زیبا، دوست‌داشتنی، ابدی و ازلی و نجات‌دهنده نشان می‌دهند و تشنه کسی است که سیرایی از به‌دست آوردن همانیدگی‌های توهمی ندارد و مُدام در حال دویدن و تلاش کردن برای به‌دست آوردن است و اصطلاحاً خود را از همانیدگی‌هایش سیر کند.

حال بزرگ شده‌ایم و در هر سنی هستیم، الآن به خودمان می‌آییم و می‌گوییم چه فریبی خوردم! گول خورده‌ام! و بعد شروع به ملامت کردن و به‌دست نیاوردنِ این سراب‌های پوچ و بیهوده، دچار دردهای ذهنی و دردهای فیزیکی می‌شویم و مقصر را بقیه می‌دانیم.

جناب مولانا این‌جا می‌فرمایند، در دفتر پنجم بیت ۴۱۰۵



همچو مستی، کو جنایت‌ها کند
گوید او: معذور بودم من ز خود
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵)

گویدش لیکن سبب ای زشتکار
از تو بُد در رفتن آن اختیار
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی
اختیارت خود نشد، توش راندی
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

مانند مستی به دنبال سرابِ همانیدگی‌ها گشتیم و در آخر به خود که می‌آییم می‌گوییم، دست خودم نبود و باز هم
این‌جا جناب مولانا دارند که

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اندر اتقوا
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار
دور کن آلت، بینداز اختیار
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰)

با اختیار مولانایی، اختیار می‌کنیم به دنبال دویدنِ همانیدگی‌ها را دیگر تعطیل کنیم، چون در این سراب تنها
درس بزرگی که می‌گیریم این است که چه به دست بیاوریم و چه به دست نیاوریم همگی آفل هستند و هرچیزی
مربوط به این جهان است یک روزی تاریخ انقضا دارد و از بین می‌رود.

می‌توانیم با ارزش‌ترین چیزی که در زندگی داریم را به زندگی بسپاریم، زیرا که خود زندگی هستیم و بیرون هم
زندگی، و در آخر با بخشیدنِ زیباترین چیزهایمان به زندگی، یعنی بخشیدنِ زندگی به زندگی، لقاح حضور در ما
به وجود می‌آید و آن‌گاه می‌فهمیم قربانی کردن خواسته‌هایمان از بیرون و درون شروعِ زندگی زنده است.



در غزل ۱۵۷۴، جناب مولانا دارند که

چون دلو مسافران چاهیم
کان یوسف خوش خصال خواهیم

چون آینه، نقش خود زداییم
چون عکس چنان جمال خواهیم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷۴)

خیلی ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین.

خانم نسترن: استاد اگر اجازه بدهید، در آخر هم این شعر را بخوانم.

آقای شهبازی: بله، برند خودتان هست؟ نه؟

خانم نسترن: بله استاد، برند من و جناب مولانا است.

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

در شکر غلطید ای حلواییان
همچو طوطی، کوری صفرایان
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۲۹)

نیشکر کوبید، کار این است و بس
جان برافشانید یار اینست و بس
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۳۰)



۳- خانم ریحانه از استرالیا با سخنان آقای شهبازی

خانم ریحانه: سلام استاد، خوب هستید؟ ریحانه هستم از استرالیا.

اگر اجازه بدهید یک متنی را نوشتم که با شما و دوستان به اشتراک بگذارم.

به دلیل بی‌دقتی در مورد مسئولیتی که در انجام کار معنوی برعهده‌ام گذاشته شده بود، باعث کارافزایی برای خودم و دوستان عشقی‌ام شدم، اما اشتباهم را پذیرفتم و اعلام کردم که در اسرع وقت آن را درست می‌کنم و تحویل می‌دهم.

چند ساعتی من‌ذهنی‌ام با ابزار پندار کمال مرا به بازی گرفت. پندار کمالی که باعث شد هم خودم و هم دوستان عشقی‌ام را قضاوت و سرزنش کردم. هرچوری بود، خودم را مجبور کردم که اشتباهم را درست کنم.

برای درست کردن آن باید به متن هفت برنامه رجوع می‌کردم. در همه این برنامه‌ها یک بیت زیبایی از مولانا و حدیث مربوط به آن مدام برایم تکرار می‌شد.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ شَنَاوِیْ خُوشِ سُرُشْتِ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ»

«بهشت در چیزهایی ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات.»

(حدیث)

جدیداً هر بیتی که در سرم می‌آید و یا جایی اتفاقی می‌بینم و یا می‌شنوم، ساده از کنارش نمی‌گذرم. یک قدم عقب می‌آیم و ناظر خودم می‌شوم که چرا این بیت در این لحظه برایم آمده؟ جالب است که بگویم هرکدام از این ابیات که در زمان‌های مختلف برایم می‌آمدند، پیغامی در مورد کار یا فکری که همان زمان می‌کردم برایم داشت. این بار هم با دیدن این بیت و حدیث مربوط به آن ساده رد نشدم.

دیدم چند ساعت پیش زندگی مرا بی‌مراد کرده بود. در ذهنم از خودم می‌پرسیدم که چرا باید این اتفاق می‌افتاد و چراهای دیگر.



جواب تمام چراهایم را داد. «بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده.» منظور از چیزهای ناخوشایند یعنی دقیقاً چیزهای ناخوشایند من‌ذهنی که می‌تواند حتی انجام کار معنوی باشد، هرکاری که من‌ذهنی از انجام آن بیزار است.

بیت زیبای مولانا که می‌گوید:

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

و در آخر متوجه موضوع مهم دیگری هم شدم که زندگی حتی با کارافزایی من‌ذهنی‌ام هم به من ریحانه درس می‌دهد. پس چه خوش‌سعادت است آن کسی که با فضاگشایی اجازه می‌دهد خداوند از شراب خودش در هر شرایطی او را سیراب کند.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین. شما بیت برنَد ندارید؟

خانم ریحانه: برنَد که، من نمی‌دونستم که برنَد من می‌شود یا نه؟

آقای شهبازی: همین بیت خیلی، بیت

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو ای خوش‌سرشت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

این خیلی بیت خوبی هست، شما هم این را بگیرید، برنَد کنید.

خانم ریحانه: من آقای شهبازی خیلی با این بیتی هست که می‌گوید، تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌ای، من از اول که این را شنیدم خیلی واقعاً لذت بردم از این، یک حس دیگری بهش داشتم.

آقای شهبازی: آفرین، پس مال شما آن است. خیلی خوب پس آن بیت را بخوانید.

خانم ریحانه: بله، چشم.



تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌ای
در سبب، از جهل بر چَفْسیده‌یی
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳)

با سبب‌ها از مُسَبِّب غافلی
سوی این روپوش‌ها زان مایلی
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۴)

چون سبب‌ها رفت، بر سر می‌زنی
رَبِّنا و رَبِّناها می‌کنی
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۵)

رَبِّ می‌گوید: برو سوی سبب
چون ز صُنعم یاد کردی؟ ای عجب
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۶)

گفت: زین پس من تو را بینم همه
ننگرم سوی سبب و آن دَمَدَمه
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۷)

گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کار توست
ای تو اندر توبه و میثاق، سُسْت
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم
رحمتم پُرست، بر رحمت تنم
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا
از کَرَم، این دَم چو می‌خوانی مرا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)



آقای شهبازی: آفرین، عجب، عجب برندی دارید شما. شما می‌شود این را یک خلاصه به ما توضیح بدهید؟

خانم ریحانه: بله. می‌گویند که از بچگی تو دنبال سبب‌ها بودی.

آقای شهبازی: سبب‌های ذهنی. سبب‌هایی که من ذهنی در ذهن ایجاد می‌کند. به این دلیل باید این کار را بکنم، این سبب این کار می‌شود، علت و معلول‌های ذهنی. ذهن با شرطی‌شدگی‌ها و علت و معلول‌ها کار می‌کند. بله، از طفلی، بفرمایید.

خانم ریحانه: بله، تو از بچگی دنبال سبب‌های من ذهنی بودی و از این سبب‌ها همه‌اش دچار مشکلات می‌شدی و از من مُسَبَّب غافل بودی، از من دور بودی. من را اصلاً فراموش کرده بودی و دنبال سبب‌هایی که از من ذهنی بود، بودی و من را فراموش کرده بودی.

بعد می‌گویند که ببخشید من دیگر این کار را نمی‌کنم، من فقط تو را به یاری خودم می‌آورم و از تو همه‌چیز را می‌خواهم.

آقای شهبازی: یعنی انسان می‌گوید. انسان می‌گوید. انسان بالاخره متوجه می‌شود، مُسَبَّب یک کس دیگری هست، نه ذهن ما یا ذهن‌های دیگر. پس:

گفت: زین پس من تو را بینم همه

ننگرم سوی سبب و آن دَمدمه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۷)

ننگرم سوی سبب وان دمدمه ذهن. یعنی دمدمه‌ها، افسون ذهن. بله، رب چه می‌گوید؟

خانم ریحانه:

گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کارِ توست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

می‌گویند این‌که می‌آیی و می‌روی و قول می‌دهی که دیگر نروی، کارت هست.

گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کارِ توست

ای تو اندر توبه و میثاق، سُسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)



آقای شهبازی: یک بیت را جا نینداختید؟

ربّ می‌گوید برو سوی سبب؟

ربّ چه می‌گوید؟

ربّ می‌گوید: برو سوی سبب

آن را هم بخوانید.

چون ز صنعم یاد کردی؟ ای عجب

خانم ریحانه: بله ببخشید،

**ربّ می‌گوید: برو سوی سبب
چون ز صنعم یاد کردی؟ ای عجب**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۶)

می‌گوید برو به همان سبب‌های من‌ذهنی بچسب، چرا الآن به یاد من افتادی؟ با من چکار داری؟ تا الآن که همه‌اش دور همان‌ها بودی، بعد می‌گوید که از این به بعد من دیگر این کار را انجام نمی‌دهم، دیگر تو را فقط می‌پرستم و از تو می‌خواهم همه چیز را.

و می‌گوید که بله «رُدُّوا لِعَادُوا» کار توست، این تویی که می‌آیی و می‌گویی ببخشید من غلط کردم، دیگر این کار را انجام نمی‌دهم، فقط همه‌چیز را از تو می‌خواهم، همه‌چیز را در تو می‌بینم. بعد برمی‌گردی، می‌روی. این کار تو هست.

بعد می‌گوید اشکالی ندارد، من همین را هم قبول دارم، همین که مثلاً می‌آیی هم اشکالی ندارد. من از بزرگی‌ام،

**لیک من آن ننگرم، رحمت کنم
رحمتم پُرسِت، بر رحمت تنم**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

من آن را نگاه نمی‌کنم، اشکالی ندارد، رحمت می‌کنم، به تو می‌بخشم، چون که رحمتم زیاد است، پُر است. می‌بخشم همه این‌ها را به تو.



ننگرم عهد بدت، بدهم عطا
از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

عهد بد تو، بدقولیات را نگاه نمی‌کنم، چشمم را می‌بندم رویش از گرم، از این‌که همین الآن داری من را صدا می‌کنی. این دم به تو می‌دهم.

ببخشید اگر اشتباه معنی کردم جایی را.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین. آفرین. پس خداحافظی می‌کنم با شما. کار دیگر ندارید که! این برند را شما هر دفعه بخوانید لطفاً برای ما و جا بیندازیم. خیلی ممنون.

خانم ریحانه: چشم حتماً. خداحافظ.



۴- خانم سرور از گلستان با سخنان آقای شهبازی

نقشه گنج

نقشه مطرح شده در برنامه‌های ۹۲۱، ۹۲۲ و ۹۲۳ گنج حضور، به منزله نقشه گنجی است که ما را هدایت می‌کند تا به گنج درونمان دست پیدا کنیم.

این نقشه دو مسیر را به ما نشان می‌دهد: مسیر هشیاری حضور و هشیاری جسمی.

در ما دو نوع هشیاری وجود دارد. هشیاری حضور که اصل و ذات ماست که با فضاگشایی می‌توانیم به آن زنده شویم و قدم به سرزمین عشق بگذاریم و وارد وادی عشق شویم که جناب مولانا با استفاده از آیات ۱۰ الی ۱۳ سوره بلد، آن را «گذرگاه سخت» خوانده است.

هشیاری دیگر، هشیاری جسمی و ذهنی است که برای شناخت جهان و بقای ما بوده و باید مدت آن کوتاه می‌بود، یعنی هشت تا ده سال با ما بود و ما آن را رها می‌کردیم. ولی چون آگاه نیستیم، من‌ذهنی را ادامه می‌دهیم.

من‌ذهنی کاهل است و بد می‌بیند، دید جسمی دارد و چون از طریق همانیدگی‌ها می‌بیند ما را به اشتباه می‌اندازد.

«وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ. فَلَا اقْتَحَمَ الْعَقَبَةَ. وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْعَقَبَةُ. فَكُّ رَقَبَةٍ.»

(قرآن کریم، سوره بلد (۹۰)، آیات ۱۰ الی ۱۳)

(آیه ۱۰) «و دو راه پیش پایش نهادیم؟»

که این دو راه، یکی فضاگشایی و دیگری رفتن به ذهن است.

(آیه ۱۱) «و او در آن گذرگاه سخت قدم نهاد»، یعنی انسان من‌ذهنی فضا را باز نکرد، چون ذهن و من‌ذهنی فضا بند، دردمند و دردساز است.

(آیه ۱۲) «و تو چه دانی که گذرگاه سخت چیست؟»

گذرگاه سخت، فضاگشایی است که من‌ذهنی از آن می‌ترسد، من‌ذهنی از فضاگشایی گریزان است.

(آیه ۱۳) «آزاد کردن بنده است.»



آزاد کردن بنده، آزاد کردن هشیاری حضور از من ذهنی است، فقط با تسلیم و فضاگشایی است که می‌توانیم هشیاری را از بند و زندان ذهن آزاد کنیم.

تیتريهای نقشه را می‌خوانم و درمورد هر تیتري شرح کوتاهی می‌خوانم.

- توانایی انتخاب در این لحظه:

ما در این لحظه توانایی انتخاب داریم که در اطراف اتفاقی که ذهن در این لحظه نشان می‌دهد، فضاگشایی کنیم یا فضا را ببندیم، که با من ذهنی به جای فضاگشایی، فضا بندی می‌کنیم.

- ذهن و فکرهای همانیده:

با فضا بندی، ما گرفتار ذهن و من ذهنی می‌شویم و همانیدگی در ما به وجود می‌آید. «همانیدن» یعنی همان چیز را درست کردن، یعنی هشیاری یک چیز جدیدی درست می‌کند که از فکر ساخته شده، که به صورت یک تصویر ذهنی است و مرتب عوض می‌شود، اسمش «من ذهنی» است، هشیاری آن را به جای خودش می‌گیرد، فکر می‌کند من ذهنی خودش است.

- هشیاری جسمی:

مقاومت و قضاوت و دیدن بر حسب چیزهای آفل و گذرا. وقتی به ذهن می‌افتیم، هشیاری جسمی پیدا می‌کنیم و در ما مقاومت و قضاوت به وجود می‌آید. مقاومت یعنی از اتفاق این لحظه چیزی خواستن. همیشه من ذهنی از اتفاق، زندگی و خوش بختی می‌خواهد و مرتب اتفاقات را قضاوت یعنی خوب و بد می‌کند.

- من ذهنی، زمان مجازی، مرکز جسمی:

با همانیده شدن، ما هشیاری جسمی پیدا می‌کنیم و من ذهنی تشکیل می‌شود، مرکز ما که عدم بود تبدیل به جسم می‌شود و ما به زمان مجازی گذشته و آینده می‌افتیم.

- پندار کمال:

ما با من ذهنی گرفتار پندار کمال می‌شویم. تمام من‌های ذهنی «پندار کمال» دارند. پندار کمال من ذهنی می‌گوید همه چیز باید کامل باشد، اول از همه خودم باید کامل باشم، اطرافیانم، از جمله همسر، فرزند، پدر و مادر و دوستانم باید کامل باشند، باید هر کاری را به طور کامل انجام دهم که این امکان ندارد.



پندار کمال باعث ناامیدی ما خواهد شد، باید به صورت حضور ناظر پندار کمال را در خودمان شناسایی کنیم. هر من ذهنی مرض پندار کمال دارد و مرتب ایراد می‌گیرد و انتقاد می‌کند. هرکسی که ایراد می‌گیرد، انتقاد می‌کند، می‌خواهد بگوید «من می‌دانم و این چیزی که می‌بینم مطابق بینش من نیست و من آن را دوست ندارم.»

- شرطی‌شدگی‌ها و سبب‌های ذهنی، جهت‌های فکری و بی‌مرادی، به حساب نیاوردن خود، جبر ذهن:

من ذهنی «پندار کمال» دارد، این پندار کمال مجبور می‌کند حتماً به کام‌های این جهانی و مرادهای جسمی برسد که آن پندار را تأمین بکند. این پندار یعنی رفتن به ذهن، درواقع فرمانده ما و تعیین‌کننده سرنوشت ماست، درحالی‌که تعیین‌کننده سرنوشت ما بی‌نهایت خداوند است، زنده شدن به اوست.

لحظه به لحظه که فضا گشوده‌تر می‌شود، خداوند فکر و عمل ما را تعیین می‌کند و خردش به فکر و عمل ما می‌ریزد، درحالی‌که در «پندار کمال»، شخص برحسب همانیدگی‌ها می‌داند و قبول ندارد که نمی‌داند، به احتمال زیاد دیگران را هم قبول ندارد و با همین فکرهای خودش قانع است که از همه بهتر می‌داند، و با پندار کمال به شرطی‌شدگی‌ها و سبب‌های ذهنی می‌افتد، که سبب‌های ذهنی همان علت و معلول‌هایی است که در ذهن انسان برقرار می‌شود. بعد به جهت‌های فکری می‌رود و از آن‌ها مراد می‌طلبد، که بی‌مراد می‌شود.

من ذهنی در حالت بی‌مرادی به کاهلی و جبر ذهن گرفتار می‌شود و دیگر خودش را به حساب نمی‌آورد. چون همیشه در زیر پندار کمال است، خودش عاجز می‌شود، فکر می‌کند که اصلاً در کنترل خودش نیست، چراکه می‌بینید پریدن از یک فکر به فکر دیگر در اختیارش نیست.

به نظر می‌آید من ذهنی، زیر پندار کمال، خودمختاری دارد. ما به عنوان شخص با من ذهنی، درست است که خودمان را مطرح می‌کنیم، می‌خواهیم خودنمایی کنیم، ولی این‌که بخواهیم یک چیزی را واقعاً عوض کنیم، سرنوشت خودمان به دست خودمان باشد، این‌طور نیست.

می‌بینیم کسی یک کاری می‌کند، ما عصبانی می‌شویم، می‌خواهیم نشویم، نمی‌توانیم. عصبانی و ناراحت می‌شویم، می‌رنجیم و زیر پندار کمال، به نظر می‌آید مجبوریم این‌طوری زندگی کنیم.

- مسبب تصویر ذهنی:

تعیین روش و مسیر زندگی به وسیله حوادث و دیگران، پرستش فکرها و حوادث، درد، کمیابی، تخریب در درون و بیرون و سایر عوارض من ذهنی.



در حالت جبرِ ذهن، به نظرِ ما و با دیدِ من‌ذهنی، مسبب، خداوند نیست، تصویرِ ذهنی است که ما در پندار کمال ساخته‌ایم. درحالی‌که مسبب همیشه خداوند است.

با من‌ذهنی و پندار کمالی که در ما وجود دارد، می‌گوییم تعیینِ روش و مسیرِ زندگی به‌وسیلهٔ حوادث و دیگران صورت می‌گیرد، یعنی دیگران هستند که گرفتاری و مشکلات برای من به‌وجود می‌آورند که همان به‌حساب نیاوردن خود و عدم مسئولیت‌پذیری است که به پرستشِ فکرها و حوادث می‌انجامد.

ما در من‌ذهنی فکرپرست و دردپرست هستیم. تمام دست‌آوردهای من‌ذهنی که درد، کم‌یابی، تخریب بیرون و درون و عوارض دیگر است، این راه نیست. همهٔ آن‌ها که من‌ذهنی دارند این راه را می‌روند که به درد منتهی می‌شود. ما از هم‌دیگر تقلید می‌کنیم، می‌دانیم کسانی که راه درد را می‌روند، من‌ذهنی دارند.

من‌های ذهنی روی هم اثر می‌گذارند، ما انسان‌ها روی هم اثر می‌گذاریم، چه بخواهیم چه نخواهیم از طریق قرین، من‌ذهنی روی من‌ذهنی دیگر اثر می‌گذارد، بدون این‌که حرف بزند. این فضای درد اثر می‌گذارد. پس ما در انتخاب قرین باید بسیار دقت کنیم و از کسانی که من‌ذهنی دارند دوری کنیم. یکی از موانعِ عدم تبدیل، اثرات قرین است.

فیزیک مدرن می‌گوید ناظر، جنسِ منظور را تعیین می‌کند. یعنی وقتی کسی پهلوی ماست، می‌خواهد ما را از جنس خودش بکند. ما اگر من‌ذهنی داریم با یکی قرین می‌شویم، ناظر هستیم، او را می‌خواهیم از جنس خودمان بکنیم. بستگی دارد که چه کسی قوی‌تر است، ما روی هم اثر می‌گذاریم، باید این را بدانیم، شاید قرین نمی‌گذارد تبدیل شویم.

مسیر هشیاری حضور، که مسیر رسیدن به خداوند و مسیر تبدیل است:

- فضاگشایی، مرکز عدم:

با توجه به گفتار بالا متوجه شدیم که هشیاری جسمی جز درد چیزی برای ما ندارد، پس باید این هشیاری دردآلود و حزن‌انگیز را کنار بگذاریم و از حق انتخاب خود استفاده کنیم و «اولین قدم» را درست برداریم یعنی به‌عنوان «حضور ناظر» در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی کنیم و از آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، زندگی نخواهیم و با فضاگشایی مرکزمان را عدم کنیم، در این حالت هشیاری ما عوض می‌شود.

- هشیاری نظر:



به حساب آوردن خود، که من ذهنی تعیین کننده مسیر زندگی درون و بیرون من نیست، بلکه خودم هستم.

وقتی در اثر فضاگشایی، هشیاری‌ام از هشیاری جسمی به هشیاری نظر تبدیل می‌شود، در این حالت مرکز عدم شده و زندگی، خداوند، قدم به مرکز گذاشته، پس خودم را به حساب می‌آورم.

به حساب آوردن خود بدین معنی است که من ذهنی تعیین کننده مسیر زندگی درون و بیرون من نیست، یعنی سرنوشت من، دست خودم است. تمام توان و همه امکانات درون و بیرون را با حداکثر توان، برای رهایی از من ذهنی به کار می‌گیرم.

- فضاگشایی و کاربرد قانون قضا و کُن فکان:

پس با فضاگشایی خودم را زیر قانون «قضا و کُن فکان»، و در اختیار خداوند قرار می‌دهم تا هرگونه که صلاح می‌داند روی من کار کند و از بند و دام ذهن نجاتم دهد.

در این حالت دیگر در جبر ذهن نیستم، بلکه جبر دیگری مرا اداره می‌کند که همان زندگی یا خداوند است.

- صُنْع یا آفریدگاری خداوند:

خارج شدن از جبر ذهن، شادی بی سبب، حال خوب، ساختارهای موفق و بی درد، عمل بدون ایجاد مقاومت در بیرون و درون، فراوانی و سایر دست‌آوردهای صنع.

وقتی مرکز عدم است، صُنْع یا آفریدگاری خداوند می‌آید یعنی ما آفریننده می‌شویم و بی سبب شاد هستیم و داریم از جبر ذهن خارج می‌شویم. جبر ذهن واقعاً جبر مرگ است، که من مجبورم این‌طوری زندگی کنم تا بمیرم و از این جهان بروم.

اما با گشوده شدن فضا، من قدرت این را پیدا می‌کنم که از زیر یوغ من ذهنی رها شوم. با رها شدن از من ذهنی، شادی بی سبب می‌آید، عالم خوب می‌شود، ساختارهای موفق و بی درد و عمل بدون مقاومت در بیرون ایجاد می‌شود، مخصوصاً فراوانی به زندگی ما می‌آید، مرکز ما عدم شده و هشیاری ما به هشیاری نظر تبدیل می‌شود.

وقتی این نعمت‌ها به زندگی ما می‌آید، پرهیز می‌کنیم که دیگر به ذهن نرویم. با نظارت بر ذهن، ذهن ما ساده و بی‌من می‌شود، و چون ورق سفیدی در اختیار خداوند قرار می‌گیرد تا هرچیز که در این لحظه لازم است، روی آن



بنویسد. در این حالت دیگر ذهن بر ما تسلطی ندارد و ما از من‌دهنی رها و آزاد شدیم، به‌شرطی که بتوانیم این نقشه را موبه‌مو در خودمان اجرا کنیم. با به اجرا درآوردن آن، حتماً گنج را یافته‌ایم، یعنی به زندگی زنده شده‌ایم:

وقت آن آمد که من عریان شوم نقش بگذارم، سراسر جان شوم (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۳)

ای عَدُوّ شرم و اندیشه بیا
که دریدم پرده شرم و حیا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۴)

(برگرفته از برنامه ۹۲۲ گنج حضور)
ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی، عالی. خانم سرور. واقعاً خوشا به حالمان که شما همچون پیغامی می‌دهید. خوشا به حال همه.

خانم سرور: همه بیانات زیبای شما بود آقای شهبازی، واقعاً این متن را از برنامه ۹۲۲ من تهیه کردم. همه‌اش مال شما بود. من واقعاً من چیزی بلد نیستم. واقعاً نمی‌دانم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید. نه، همین‌که جمع‌آوری می‌کنید، بعد به‌صورت ساده‌شده تحویل می‌دهید، که همه می‌توانند بفهمند، این پیغام شما را همه می‌توانند بفهمند، اگر بخواهند زندگی‌شان را نجات بدهند. از دست من‌ذهنی برهانند. خیلی خوب بود.

خانم سرور: خواهش می‌کنم. سلامت باشید. ممنونم از شما.

آقای شهبازی: بله، پیغام خیلی عالی بود. ما می‌دانیم که زندگی یا خداوند به هر موجودی یک سیستم بقا داده. شما نگاه کنید مثلاً زنبور یک‌جوری آمده هشیاری‌اش یک‌چیزی تنیده، یک سیستمی که می‌تواند آن را به‌اصطلاح در این جهان نگه دارد. شیر همین‌طور، روباه همین‌طور و حشرات همین‌طور، درخت همین‌طور. انسان هم یک سیستم بقا دارد که به‌عنوان امتداد خدا می‌تند. همه‌چیز امتداد زندگی‌ست، همه‌چیز! هیچ‌چیز نیست که در او زندگی یا خداوند نباشد و آن هشیاری در هر موجودی یک سیستمی تنیده که با آن در این جهان زندگی می‌کند.



در انسان درواقع هشیاریست، یعنی امتداد خودش است که در شکم مادرمان ما را می‌سازد، یعنی ما خودمان بدنمان را می‌سازیم، در شکم مادرمان، بعد در آنجا و در بیرون من‌ذهنی‌مان را می‌سازیم. درمورد انسان فرق این است که این من‌ذهنی برای مدت کوتاهی باید عامل بقا باشد. درعین‌حال که همه‌چیز یک عامل بقا درست می‌کند، آن را هم اداره می‌کند، یعنی هرچیزی در اختیار «قضا و کُن‌فکان» هست، او می‌گوید «بشو و می‌شود»، در این لحظه. ما در من‌ذهنی‌مان هم همین‌طور.

ولی الآن می‌دانیم این من‌ذهنی، به‌مدت کوتاهی با چیزهایی که یاد گرفته باید عامل بقا باشد، بعداً اختیار به یک سیستم دیگری، یک هشیاری دیگری داده می‌شود که اسمش هشیاری نظر است و این هشیاری نظر در ما هست، فقط این غبار فکرها و دردها نمی‌گذارد، یعنی آن سیستم به‌زودی مسلط می‌شود، می‌خواهد اختیار را به‌دست بگیرد.

یعنی من‌ذهنی باید هفت‌هشت سال، ده سال یک‌کارهایی می‌کند، بعداً یک هشیاری دیگری اختیار را به‌دست می‌گیرد و ما این‌قدر به این سیستم بقای من‌ذهنی چسبیدیم و با روش‌های مخربش که نمی‌گذاریم آن سیستم بهتر حتی برای بقا، کار خودش را انجام بدهد.

بگذاریم کار خودش را انجام بدهد، گرد و خاکِ ذهن را بخوابانیم، غبارِ ذهن است که مولانا می‌گوید، غبارِ ذهن، غبارِ ذهن. غبارِ ذهن یعنی مرتب ما می‌رویم به جهت‌های فکری ناامید می‌شویم، مأیوس می‌شویم، به نتیجه نمی‌رسیم، بی‌مراد می‌شویم، درد راه می‌اندازیم، ناله می‌کنیم. این ناله‌های ما، وای چه می‌شود؟ چرا این‌طوری شدم؟ این‌ها همه غبارِ ذهن است. این‌ها نمی‌گذارند این هشیاری اصلی ما اختیار را به‌دست بگیرد.

و حالا، با تکرار ابیات مولانا می‌گوییم، شما برند دارید، برند دارید، حالا به شوخی می‌گوییم، واقعاً شما یک چندتا بیت را تکرار کنید، بگویید این‌ها ابیات من است و یواش‌یواش به تعدادشان اضافه کنید، برسانید به صدتا که هر روز این چندتا را تکرار کنید.

این صدتا را پنجاه بار تکرار کنید هرکدام را. خواهید دید که یواش‌یواش این ابیات در درون شما به هم پیوند می‌خورند، مثل چراغ روشن می‌شوند و شما خودتان دیگر آن هشیاری‌تان را، آن موتور اصلی‌تان را به‌کار می‌اندازید. خودتان باید به‌کار بیندازید، ولی تکرار ابیات به شما کمک می‌کند.



۵- سخنان آقای شهبازی

هیچ چیز به اندازه تکرار این ابیات به شما کمک نخواهد کرد. الآن من متجاوز از بیست سال است که با شما دوستان دارم کار می‌کنم، می‌دانم چه کسی پیشرفت کرده، چه کسی نکرده. یک عده‌ای همین‌طور سطحی بیت را لغت معنی می‌کنند، یادشان می‌رود. یک عده‌ای تکرار می‌کنند، تکرار می‌کنند، مثل همین خانم سرور.

چرا می‌گذارم خانم سرور پیغامش را کامل بخواند؟ برای این‌که خوب درک کرده، ساده هم می‌نویسد. ساده‌نویسی، ساده‌گویی، به‌طوری که طیف مردم از صفر کلاس سواد تا چه می‌دانم صد کلاس سواد، بتوانند بفهمند. مشکل‌نویسی، مشکل‌گویی، نه!

شما فرض کنید که با یک کودک هفت‌ساله صحبت می‌کنید، ولو این‌که استاد دانشگاه هستید، باید او بفهمد. مسئولیت انتقال اطلاعات به‌عهده گوینده است، نه شنونده، اگر شنونده متوجه نمی‌شود، گوینده بلد نیست. این اصل مسلم روان‌شناسی به‌قول معروف این‌جا می‌گویند NLP.

NLP یک مکتبی بود تازگی‌ها، به‌وجود آمد، مثلاً سی سال پیش، خیلی، هم براساس ریاضیات بود هم براساس روان‌شناسی.

البته این‌جا این مکاتب به‌وجود می‌آیند و یواش‌یواش دُمده می‌شوند. خیلی چیز خوبی بود، موقعی که آمد خیلی‌ها به آن رو آوردند، NLP.

بعد به‌هرحال یکی از قضایای آن، قضیه داشت، مثل هندسه قضیه دارد، یکی‌اش این بود، که مسئولیت انتقال اطلاعات (communication) به‌عهده ارائه‌کننده است نه شنونده.

آیا ما می‌گوییم آقا، سوادتان را ببرید بالا، خوب درست بفهمید من چه می‌گویم. و آن موقع به مشکل‌ترین صورت ارائه می‌کنیم. خانم سرور به ساده‌ترین صورت. من خواهش می‌کنم شما هم به ساده‌ترین صورت ارائه کنید.

این را هم بگویم، توجه کنید! من به هیچ‌کس نمی‌توانم بگویم شما زیاد زنگ می‌زنید، کم زنگ می‌زنید. من این‌جا نشستم هرکسی زنگ می‌زند، البته جواب می‌دهم. فقط خواهش من این است که حوالی پنج دقیقه پیغام را نگه دارید تا به همه نوبت برسد، که نمی‌رسد. ولی واقعاً نمی‌توانم بگویم چه کسی زنگ بزند، چه کسی زنگ نزند. این هم بر اصلی استوار است که من دخالت در کار شما نمی‌کنم. خُب البته شما چون بلدید چکار کنید.



۶- خانم سارینا از مشهد با سخنان آقای شهبازی

خانم سارینا: می‌خواستم یک پیغامی با دوستان به اشتراک بگذارم. متن ننوشته‌ام، فقط چند تا بیت در مورد قرین که خیلی روی من تأثیر گذاشته که من‌های ذهنی اطراف، حالا دوست باشد چه فامیل باشد و حتی چه خانواده، می‌توانند مانع راه بشوند.

و کنکورم را که دادم، خب دوستان معنوی هستند خیلی رُک و راحت بگویم، فامیل خیلی دوست دارند بیایند خانه‌مان، حالا مهمانی می‌گیرند، پارتی می‌گیرند، می‌رقصند، ولی همه‌شان درد دارند، همه‌شان حسادت دارند، رنجش دارند نسبت به گذشته که این هم می‌تواند روی ما تأثیر بگذارد.

و مهمانی‌هایشان را اصلاً نمی‌روم، نمی‌خواهم وقتم را هدر بدهم. شاید لازم باشد اعتراف کنم که من هیچ دوستی ندارم، به‌غیر از خودم، به‌غیر از استاد معنوی‌ام که شما هستید، به‌غیر از دوستان معنوی‌ام، دوست دیگری ندارم.

در مهمانی‌ها شرکت نمی‌کنم، مگر این‌که مثلاً حالا می‌آیند خانه‌مان و حتی آن‌موقع هم حواسم هست که شاید فقط یک سلام و علیک خیلی مختصری باشد و وارد بحث‌هایشان نشوم. حالا می‌تواند بحث‌های سیاسی باشد، مذهبی یا هرچیز دیگری.

و مطمئن هستم امتحان بعدی که می‌شوم، هرچند که ما اتفاقات را که خدا می‌آورد را نمی‌توانیم پیش‌بینی کنیم، ولی خب چه‌طوری بگویم، منتظر بودند که من کنکورم را بدهم و این‌طور که مادرم می‌گفت که مثلاً بیایند خانه‌مان و این‌ها.

و با اجازه‌تان اگر اجازه بدهید، بیت‌هایی که کمکم می‌کنند را برای دوستان بخوانم.

این را هم بگویم من دو سال پیش که با یک پسر هم‌هویت شدم، ذهنم خیلی می‌گوید که مثلاً سال کنکور خیلی این پسر به تو کمک کرده، مثلاً نمی‌خواهی بروی و حالش را بپرسی، مثلاً صحبتی یا چیزی؟ ولی خب، چون خدا لطف کرد، منت گذاشت و من را با این برنامه آشنا کرد، نمی‌خواهم وقتم را هدر بدهم.

این پسر از نظر تحصیلات خیلی عالی هست، تیپ و قیافه‌اش بسیار عالی‌ست، خوش‌تیپ و زیباست ولی من نباید وقتم را هدر بدهم. آن دو سال پیش خیلی درد کشیدم و واقعاً صندوق جوحی خیلی اذیتم کرد. با هر لطفی که داشته، دوست ندارم بازم وقتم را هدر بدهم.



ای سنایی گر نیابی یار، یار خویش باش
در جهان هر مرد و کاری، مرد کار خویش باش

هریکی زین کاروان مر رخت خود را رهنند
خویشان را پس نشان و پیش بار خویش باش

حس فانی می‌دهند و عشق فانی می‌خرند
زین دو جوی خشک بگذر، جویبار خویش باش

می‌کشند دست دست این دوستان تا نیستی
دست دزد از دستشان و دستیار خویش باش

این نگاران نقش پرده آن نگاران دلند
پرده را بردار و دررو با نگار خویش باش

با نگار خویش باش و خوب خوب اندیش باش
از دو عالم بیش باش و در دیار خویش باش

رو مکن مستی از آن خمری کز او زاید غرور
غره آن روی بین و هوشیار خویش باش
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۴)

فریاد که در رهگذر آدم خاکی
بس دانه فشاندند و بسی دام تنیدند
(فروغی بسطامی، دیوان اشعار، غزل ۲۲۶)



حق ذات پاک الله الصمد
که بود به مار بد از یار بد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۴)

مار بد جانی ستاند از سلیم
یار بد آرد سوی نار مقیم
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۵)

از قرین بی‌قول و گفت‌وگوی او
خو بدزد دل نهان از خوی او
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

چون‌که او افکند بر تو سایه را
دزد آن بی‌مایه از تو مایه را
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۷)

مس را که زر کنند یکی علم دیگر است
زین‌ها که می‌کنی نشود زر، بهل مکن

هنگامه‌هاست در ره هر جا مایست رو
بی‌گاه گشت روز تو خود مُشغل مکن
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۴۵)

باد گوید: پیکم از شاه بشر
که خبر خیر آورم، گه شور و شر
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۹۲)

زآنکه مأمورم، امیر خود نیم
من چو تو غافل ز شاه خود کیم؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۹۳)



گر سلیمان وار بودی حال تو
چون سلیمان، گشتمی حمّال تو
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۹۴)

عاریه ستم، گشتمی مُلک گفت
کردمی بر راز خود من واقفت
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۹۵)

لیک، چون تو یاغیی، من مُستعار
می‌کنم خدمت تو را روزی سه چار
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۹۶)

پس چو عادت سرنگونی‌ها دهم
ز اسپه تو یاغیانه بر جهّم
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۹۷)

تا به غیب ایمان تو محکم شود
آن زمان کایمانت مایه غم شود
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۹۸)

آن زمان، خود جملگان مؤمن شوند
آن زمان، خود سرکشان بر سر دوند
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۹۹)

آن زمان، زاری کنند و افتقار
همچو دزد و راهزن در زیر دار
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۷۰۰)

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین. خانم سارینا شما می‌دانید چقدر پیشرفت کردید دیگر نه؟ آن یک سال پیش، دو سال پیش شما آن قدر تندتند حرف می‌زدید و اصلاً آرامش نداشتید الان این قدر زیبا، با تأنی و به اصطلاح با طمأنینه دارید شعر می‌خوانید. چقدر آرام شدید.



خانم سارینا: قبلاً نمی‌توانستم، آرام صحبت کنم اما الآن برعکس شده، نمی‌توانم تندتند حرف بزنم. یعنی واقعاً نمی‌توانم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.

خانم سارینا شما شعر برنند ندارید که دائماً بخوانید؟ و یک بیت، دو بیت برای ما بخوانید که خیلی کمک کرده و دوست دارید؟

خانم سارینا: یک ماه مانده به کنکورم، یک بیتی بود که خب پذیرشش برای ذهنم خیلی قابل قبول نبود، ولی این قدر تکرار کردم که دست از حرف‌هایش برداشت و آن این بود که ما برنامه گنج حضور را نگاه نمی‌کنیم که به‌قولی حتی دردهایمان مثلاً از بین برود.

بلکه هدف این است که به خدا زنده شویم و یک کم پذیرش سخت بود که از خدا چیزی نخواهیم و حتی آن هدفی که داریم حالا چه مادی، چه معنوی، آن را خود خدا در ذهنمان آورده و یک کم پذیرش سخت بود، مخصوصاً یک ماه کنکورم. و این قدر خواندم بیت‌هایش را که حالا می‌خواهم مثلاً یکی را بگویم، می‌گوید:

از خدا غیر خدا را خواستن
ظن افزونیست و کَلّی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

مهر من داری چه می‌جویی دگر؟
چون خدا با توست، چون جویی بشر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۵۱)

یک چند تا بیت دیگر هم کمکم می‌کرد. آرامش می‌دهد بیشتر به من، خواستم آن‌ها را بخوانم، می‌گوید:

کور از خلقان طمع دارد ز جهل
من ز تو، کز توست هر دشوار، سهل

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۰)



آن یکی کورم ز کوران بشمرید
او نیاز و جان و اخلاصم ندید
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۱)

کورم از غیر خدا، بینا بدو
مقتضای عشق این باشد بگو
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۳)

تو که بینایی، ز کورانم مدار
دایرم برگرد لطف ای مدار
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۴)

حالا این بیت‌هایی بود که گفتم بخوانم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا. این‌ها را بردارید برند کنید، هر دفعه بخوانید برایمان.

خانم سارینا: بله. چشم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. عالی، عالی. آفرین، آفرین. پس خداحافظی می‌کنم با شما.

۷- سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی: مورد سارینا یک الگوی بسیار جالبی‌ست. پیشرفت ایشان، تغییر ایشان و روش زندگی‌ای که در پیش گرفته‌اند.

به نظر می‌آید واقعاً در سنین پایین‌تر یعنی زیر بیست سال، به محض این‌که بینندگان این اشعار را می‌خوانند، فوراً به عمل درمی‌آورند. و هرچه سن بالاتر می‌رود، این عایق بین خواندن مولانا و عمل زیادتر می‌شود. مثل این‌که در یک اتاق مولانا را می‌خوانند، یک اتاق دیگر عمل می‌کنند، اصلاً این‌ها با هم هیچ ارتباطی ندارند. باید کاری کنیم که هرچه می‌خوانیم، یک درصد بزرگش را به عمل دربیاوریم.

◆ ◆ ◆ پایان بخش اول ◆ ◆ ◆



۸- خانم نرگس با سخنان آقای شهبازی

ابتدا می‌خواستم چند چراغ کمک‌کننده از برنامه تلفنی جمعه هفته قبل را با دوستانم به اشتراک بگذارم.

توضیحی از این بیت که ارائه کردید:

چون فدای بی وفایان می‌شوی از گمان بد بدان سو می‌روی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۸)

این‌که زندگی به ما می‌گوید آیا من را به‌عنوان فضای گشوده‌شده، دست‌کم گرفته‌ای؟ که به‌خاطر وضعیتی که فکرت نشان می‌دهد یا تحریک قرینی فضا‌بندی می‌کنی و به شرطی‌شدگی و واکنش ذهنی می‌افتی.

تو در هر شرایطی که هستی فضا‌گشایی کن. من ذهنی تو من را انگار دست‌کم گرفته، من قرار هست تو را تبدیل کنم، نه من ذهنی‌ات.

لیک من آن ننگرم رحمت کنم رحمتم پر است بر رحمت تنم (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

چراغ دیگر تجربه جناب آقای حسام از مازندران، برایم خیلی کمک‌کننده بود، شکه اگر در چالشی در سرازیری ذهن افتادیم، خود را سانسور نکنیم و به پندار کمال نرویم و با یاران معنوی چالش خود را مطرح کنیم و اجازه ندهیم من ذهنی ما به ما آسیب بزند.

چراغ دیگر از خانم سحر که گفتند من ذهنی برای پیشرفت، دید مادی دارد، ولی در چالشی که در فوت پدرشان داشته‌اند از آرامش و سکونی که نتیجه کار روی خودشان بود، حیرت‌زده شده بودند و این آرامش، بزرگ‌ترین ره‌آورد کار روی خود است.

چراغ دیگر، پیام آقای نیما که فرمودند مرور قانون اساسی ما را به این لحظه به‌صورت اتوماتیک‌وار یعنی نقطه انتخاب وارد می‌کند.



چراغ دیگری از برنامه گذشته نیز برایم روشن‌گر بود، چراغ آرام رفتن جویبار. به این معنی که در کار معنوی مانند جویی باید آرام و پیوسته باشیم. عجله در رسیدن به حضور با من‌ذهنی، با حریص شدن در خواندن ابیات زیاد منجر به برداشت سطحی می‌شود، یا حرص در خواندن بیش‌تر و حفظ کردن ذهنی که منجر به تأمل کم‌تر و دخالت در روند کار روی خود می‌شود. در صورتی‌که در مسیر کار کردن روندی به‌صورت «کُنْ فِکَان» باید درپیش گرفت.

همین‌طور با عجله خود باعث ایجاد مقاومت در اطرافیان نشویم، بلکه با پنهان‌پری و نرم و آرام رفتن، از آلوده شدن جوی، پرهیز کنیم. چراکه وقتی مقاومت در اطراف ایجاد می‌کنیم، باعث واکنش‌های قرین‌های من‌ذهنی شده و اگر این مقاومت به ما برگشت بخورد و ما را به واکنش وادارد، باعث ناامیدی ما می‌شود. که حضرت مولانا می‌فرماید:

جاهدُوا فینا بگفت آن شهریار جاهدُوا عَنَّا نگفت ای بی‌قرار (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۵۸)

چراغ دیگر، چراغ صبر و تأخیر انداختن در جواب بود.

همکارم به من ایمیلی زد در وسط روز کاری، که امشب باید سرورهای (server) مشتری‌ها را شبانه آپدیت (update) کنی، و من می‌دانستم این کار تا نصف شب طول خواهد کشید.

خواستم همان لحظه جواب دهم و بگویم: «در یک نصف روز نمی‌توانم برنامه‌ریزی برای این کار بکنم و امشب کار شخصی دارم و باید چند روز زودتر اطلاع می‌دادید.»

با این چراغ جواب را به تأخیر انداختم، بعد دیدم این پاسخ بوی ناشکری و شکایت دارد و پاسخ مثبت دادم، بعد دیدم برای این کار زودتر به محل خانه رسیدم و همین‌طور به کارهای عقب‌افتاده‌ام رسیدم، و با آن کار شبانه، ساعت کاری خود را پر کردم.

چراغ دیگر، فضاگشایی در برابر افکار و اتفاقات پی‌درپی بود که مطرح کرده بودید، که اگر ما بر اثر اتفاقات پی‌درپی در یک روز خسته می‌شویم، این به‌علت مقاومت ماست.



پس یک روز تمرکز کردم که وقتی انرژی بالایی دارم، چه فکری یا چه رویدادی انرژی من را پایین می‌آورد؟ یا به عبارت دیگر به چه صورت مقاومت می‌کنم؟

مثلاً بعد از ظهر بعد از اتمام کلاس زبانم، باید در جلسه‌ای شرکت می‌کردم. بعد از پیاده شدن از اتوبوس، یک دفعه حس کردم خسته شدم. بازنگری کردم دیدم دوتا فکر آمد که من را خسته کرد، چون در من مقاومت ایجاد کرد.

یکی این‌که اگر به جلسه دیر برسم همکارم مثل همیشه یا جلسه قبلی، جلسه را کنسل می‌کند و یک رنجش از همکارم یا توقع را دیدم.

فکر دیگر که اگر برسم خانه، همسرم تأیید و توجهی به خاطر لباسی که پوشیده‌ام نخواهد کرد و در ذوقم خواهد خورد. باز توقع و رنجش را شناسایی کردم و این‌که «چون فدای بی‌وفایان می‌شوی؟».

تا انرژی‌ام پایین می‌آمد، متوجه مقاومتی می‌شدم، سریع برمی‌گشتم، می‌دیدم فکری آمده، رد شده و من را بی‌انرژی کرده و می‌دیدم یا از تأیید خواستن است یا از رنجیدن است، یا از قضاوت است یا نفی می‌کردم و حال و انرژی‌ام برمی‌گشت.

مثلاً در شرکت یک مشتری بودم، یک آن احساس خستگی کردم، نظارت کردم دیدم، کارمندی از کنارم رد شده و به‌طور اتوماتیک‌وار، بر اثر شرطی‌شدگی قبلی از حرکتش خوشم نیامده و به آن مقاومت کرده‌ام. وقتی بازنگری کردم و نفی کردم باز سر حال شدم.

تا می‌بینم دلم گرفته، می‌بینم در پس‌زمینه من‌ذهنی‌ام، تشنه‌وار یک خوشی از وضعیت، یا یک آدم یا یک رابطه می‌خواسته و شناسایی می‌کنم و برمی‌گردم و این خوشی را درون خودم پیدا می‌کنم و دلم باز می‌شود و با خودم یک نوشیدنی می‌خورم و لذت می‌برم.

در قسمت دوم پیامم می‌خواستم به سه بیتی که از تکرار آن، در این هفته‌ها سود بردم اشاره کنم:

در هر آن کاری که میل است بدان

قدرت خود را همی بینی عیان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۵)



در هر آن کاری که میل نیست و خواست
اندر آن جبری شدی، کین از خداست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۶)

کار آن کارست ای مُشتاق مَسْت
کاندر آن کار، ار رَسَد مرگت، خوش است
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸)

از تکرار این سه بیت در طول این دو هفته سود بسیار بردم.

این بیت کمک می‌کرد ببینم کجا به سمت ایجاد درد بیشتر دارم جذب می‌شوم؟ کجا به خود اهمیت نمی‌دهم؟ مثلاً کجا به واکنش می‌خواهم دربیایم؟ یا ارزش خودم را زیر پا می‌خواهم بگذارم؟ کجا می‌توانم فرصتی برای پیشرفت داشته باشم، ولی به‌خاطر شرطی‌شدگی‌های قبلی، کشش به‌سمت همانندگی یا درد دارم و نه پیشرفت و شادی و راحتی؟

همین‌طور کمک می‌کرد ببینم، قبل از تصمیم‌گیری در این لحظه، کجا دارم به قضاوت کشیده می‌شوم و تصمیم براساس تجربه‌ها و قصه من ذهنی می‌خواهم بگیرم؟ نه تازگی این لحظه، در نتیجه قدم اول را درست برمی‌داشتم. مثلاً یک روز صبح اینرسی (inertia) ذهنم وادارم می‌خواست بکند که از خانه کار کنم. ولی وقتی این بیت را تکرار کردم که،

در هر آن کاری که میل است بدان
قدرت خود را همی بینی عیان
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۵)

در هر آن کاری که میل نیست و خواست
اندر آن جبری شدی، کین از خداست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۶)

کار آن کارست ای مُشتاق مَسْت
کاندر آن کار، ار رَسَد مرگت، خوش است
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸)



از جا کنده شدم و به دفتر کارم رفتم و نکات بیش‌تری یاد گرفتم و بیش‌تر مشغول‌تر بودم.

و یا بعد از ظهری ذهنم می‌گفت کلاس زبانت را آنلاین شرکت کن، با تکرار این بیت از جا کنده شدم و حضوری در کلاس شرکت کردم و سطح یادگیری در کلاس برایم بیش‌تر بود.

همین‌طور با تکرار این بیت، در هنگام ناهار در محل کارم، برای اولین بار به باشگاه ورزشی محل کارم رفتم تا آغازی برای برنامه ورزشی در محل کارم باشد.

خلاصه این بیت در کنده شدن از اینرسی (inertia) ذهن و به‌جنبش درآمدن، خیلی به من کمک کرد. وقتی چیزی می‌خواهد به مرکز مایند یا شخص یا همانندگی جدیدی، می‌گویم این انتخاب را دارم که جبر عشق را بیاورم و مرکز را عدم نگه دارم و حداقل پایین‌تر نزوم و از چاه بالاتر بیایم و می‌گویم:

در هر آن کاری که میل است بدان

قدرت خود را همی بینی عیان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۵)

در هر آن کاری که میل نیست و خواست

اندر آن جبری شدی، کین از خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۶)

کار آن کارست ای مُشتاقِ مَسْت

کَاندَر آن کار، اَر رَسَدِ مرگت، خوش است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸)

در کار همانش خودت را قدرت‌مند می‌دانی و می‌گویی این کار قسمت است، ولی می‌توانم به مرکز عدم وفادار بمانم و مرکز را جسم یا شخص نکنم، اگر هم شد عذرخواهی کنم و واهمانش را انجام بدهم و برگردم.

ممنون استاد ببخشید یک کم طولانی شد.

آقای شهیازی: خیلی زیبا، آفرین آفرین. پس شما هم ابیات برند (Brand) خودتان را پیدا کردید.

خانم نرگس: بله، این سه بیت خیلی خوب بود.



آقای شهبازی: آفرین، همین یک بار دیگر تکرار کنید این بردتان را.

خانم نرگس:

در هر آن کاری که میل است بدان

قدرت خود را همی بینی عیان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۵)

در هر آن کاری که میل نیست و خواست

اندر آن جبری شدی، کین از خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۳۶)

کار آن کارست ای مُشتاق مَسّت

کَاندَر آن کار، ار رَسَد مرگت، خوش است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸)

آقای شهبازی: آفرین، عالی عالی، خداحافظی می‌کنم.



۹- خانم فرزانه از اصفهان

در ماجرای زندگی در دو حالت واهمانش و فضاگشایی یا همانیده‌شدن و فضا‌بندی قرار داریم، که در فضا‌بندی دست به شطرنج‌بازی کردن با زندگی زده‌ایم و در فضاگشایی تخته تخته‌نرد برای تاس‌انداز هستیم. از آنجایی که در حال آموزش دیدن از جناب مولانا هستیم. می‌گویند:

ای شه شطرنج فلک، مات مرا، بُرد تو را
ای ملک آن تخت تو را، تخته این نرد مرا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳)

ای زندگی، باخت برای من و برنده تو هستی. ای زندگی، این تخت توست و تاس‌انداز تو هستی و تخته این تخته‌نرد من هستم. این بیت به ما می‌آموزد که در برابر زندگی به جای شطرنج‌بازی کردن و مقاومت، برای ادامه تصرف اسب و پیل، مات شو و بگو بازی تعطیل.

همه وضعیت‌ها را زندگی به وجود می‌آورد، چراکه تنها از هر جهت ما را به سمت خالی‌شدنِ مرکزمان از همانیدگی‌ها می‌کشد و حالا در این ماجرا هرچقدر هم که بازی کنیم برنده اوست.

رفتن به ذهن و فکر پشت فکر، شروع به شطرنج‌بازی کردن ما با زندگی است که چطور و چگونه برنده شوم و حالا با رعایت خاموشی ذهن و توجه به خداگونه‌ی، شطرنج‌بازی کردن را تعطیل می‌کنیم.

جناب مولانا می‌گوید بیاموز که بگویی «تخته این نرد مرا». ای انسان تو تخته تخته‌نرد شو! بگذار زندگی در این فضا تاسش را بیندازد و تو تنها ناظر باش و در برابر هر اتفاق، تنها فضا را باز کن که تو فرزند تاس‌انداز هستی. در بازی شطرنج مدام با زدن مهره‌های حریف و تصرف خانه‌های مهره او در تلاش برای مات کردن هستیم، و در این‌جا مدام با تخریب انسان‌ها و تلاش‌های ذهنی برای هرچه بیش‌تر بهتر و زدن مهره انسان‌ها، خداگونه‌ی آن‌ها را در نظر نمی‌گیریم و فقط می‌خواهیم آن‌ها را مات کنیم. که حالا به ما می‌گوید تو تخته تخته‌نرد باش، خود فضای گشوده‌شده باش، که در قضاوت بُرد یا باخت به سر نمی‌برد و تنها فضاگشاست.

گر تو مُقامر زاده‌ای، در صرفه چون افتاده‌ای؟
صرفه‌گری رسوا بُود، خاصه که با خوب ختن
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۹۵)



ای انسان، تو که فرزند قمارباز، فرزند تاس‌انداز هستی، پس چطور به علت کم‌پایی اندیشی می‌ترسی که ببازی؟ که مبدا ضرر کنی یا چیزی از دست بدهی. آنچه که می‌ترسیم از دست برود در کم‌پایی اندیشی آن به‌سر می‌بریم و این صرفه‌گری تو و رسوایی توست، چراکه آن خوب ختن و فراوانی اندیش را نمی‌بینیم و با این اوضاع فراوانی دیگران را هم محدود کرده‌ایم.

آنچه که به‌سبب آن در حال درد کشیدن هستیم، قطعاً با آن همانیده‌ایم و به‌نسبت عمق درمان، در چاه آن همانیدگی فرو رفته‌ایم و تنها راه، رفتن در دلو جناب مولانا و آموزش‌های معنوی است که دیده‌ایم، که فارغ از غذاهای موفقیت‌های من‌ذهنی، برتر درآمدن و نعمت‌های من‌ذهنی است که در نتیجه، دلمان را بین انگشتان خدا قرار می‌دهیم و نه در بین کشش‌های خواسته‌هایمان و از چاه بیرون کشیده می‌شویم.

در جای دیگر جناب مولانا به ما می‌گویند پیروزی، ظفر و برنده شدن تنها در فضاگشایی کردن در اطراف اتفاق این لحظه در جهت خالی‌شدن مرکزمان از همانیدگی‌ها و خواسته‌هاست و پیروزی و تلاش برای دستیابی به طمع که در ذهن پنهان شده‌است، نیست.

هر که را فتح و ظفر پیغام داد

پیش او یک شد مُراد و بی‌مُراد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵۹)

هر که پایندان وی شد وصل یار

او چه ترسد از شکست و کارزار؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۰)

چون یقین گشتش که خواهد کرد مات

فوت اسپ و پیل هستش تُرّهات

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۱)

حال که تنها راه همین فضاگشایی، در اطراف واهمانش‌های زندگی است، پس چنین انسان فضاگشا قطعاً از شکست‌های ذهن نمی‌ترسد، چرا که فضاگشایی در خزانه صُنع را باز می‌کند و حالا که مهره‌های شطرنج زده می‌شود، این زده شدن جدی نیست و رها می‌کند.



خانم سمیه: سلام آقای شهبازی، خدا قوت. سمیه هستم از گیلان تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: سلام علیکم. خانم سمیه خوب هستید شما؟

خانم سمیه: متشکرم. خیلی خیلی اول تشکر می‌کنم از برنامه‌های عالی اخیر. واقعاً برنامه‌ها هریک مثل یک جواهر بودند که راه را برای ما هموارتر کردند.

ما یک‌جوری بودیم که با دردها و فکرهای من‌ذهنی آتش گرفته بودیم، بعد داشتند با بیل آن آتش را خاموش می‌کردند، نه تنها آتش ما خاموش نمی‌شد، بلکه دست و پایمان هم می‌شکست.

یعنی کلاً انگار راه را اشتباه رفته بودیم، ولی خب برنامه‌های اخیر آمدند حسابی روشن کردند چراغ را برای ما. مرسی از همه دوستانی که پیام می‌دهند. واقعاً پیام‌ها همه‌شان عالی هستند. دستشان درد نکند. یک متنی نوشتم، با اجازه‌تان می‌خوانم.

**علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای ذودلال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)**

چرا پندار کمال این‌همه آسیب‌زننده هست؟

چون من از وضعیت این لحظه، از آن چیزی که هست، توقع کامل بودن دارم. از انسان‌ها توقع کامل بودن دارم. از خودم توقع فضاگشایی کامل دارم، از خداوند هم توقع بهترین اتفاقات را دارم.

و همه این موارد من را به‌جای آوردن به این لحظه، به زمان روان‌شناختی می‌برد تا سعی کنم آن چیزی که هست را ذهناً کامل کنم.

ولی آیا می‌شود؟ نه. مطمئناً نه. چون زندگی با قانون جنگل کار می‌کند، نه پارک ذهنی، و وظیفه من برای کارگاه خدا شدن، پذیرفتن آن چیزی است، که هست.



ما همین جا هستیم در آغوش خدا. اصلاً فقط همین لحظه وجود دارد و آن چیزی که ذهن از گذشته و آینده نشان می‌دهد، توهم است.

تنها کاری که می‌توانیم انجام بدهیم، آمدن تمام و کامل به این لحظه است. با آمدن به این لحظه وارد جوی آب فضای یکتایی می‌شوی و خدا به تو عقل و خرد برای برخورد با چالش‌ها را می‌دهد.

اگر این لحظه به زمان بروی و هزار اما و اگر بیاوری آن اتفاقات را خلق می‌کنی. چون تو از جنس خالق هستی.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

پس این‌جا در خودت حاضر باش، آینه خودت باش به خودت نگاه کن. جایی برای رفتن نیست. کاری برای انجام دادن نیست. تو کامل‌جانی. همه‌چیز در تو است. فقط دست از پریدن از فکری به فکری بردار. و آن فکری که هست را ناظر باش.

همیشه یک فکر هست، یا اتفاق است که فکر آن در سرت می‌آید و یا فقط فکر است. به هر حال ناظر آن باش. بدون قضاوت، بدون ستیزه بدون مقاومت. آن ناظر خاموش اصل تو است.

چطور تا اکنون فکر کردی، فکر خود تویی؟ تو چیزی که می‌آید و می‌رود و گذار بودن آن را با ثابت بودن خود درک کردی، با خودت اشتباه گرفته بودی. حال هیچ ایرادی ندارد. برگرد و از اصل خویش به‌علت عدم آگاهی عذرخواهی کن و از این پس، ناظر آگاه ذهن خود باش.

این است راه رهایی تو، ناظر باش و مولانا بخوان و گنج حضور گوش بده و روی خودت کار کن. بدون حضور ناظر، هیچ موفق نخواهی شد و در ذهن درجا می‌زنی.

«پس به این لحظه بیا و ناظر باش»

موج بر وی می‌زند بی‌احتراز

خفته، پویان در بیابان دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۴۰)



خفته می‌بیند عطش‌های شدید آب، اقرب منه من حبل الوريد (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۴۱)

موج دریای یکتایی، هر لحظه به تو می‌زند، تو در آغوش خدا هستی، ولی چون در خواب فکرها فرو رفته‌ای، در طلب خدا به این فکر و آن فکر می‌پری. و از شدت دوری از او، در ذهن به درد افتادی، در حالی که خدا از خودت به تو نزدیک‌تر است، چرا که او توست و تو اوئی.

جمله تلوین‌ها ز ساعت خاسته‌ست رست از تلوین که از ساعت برست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۰۷۴)

همه حال و احوال تو در این لحظه، به خاطر فکر کردن به همانیدگی‌ها و چیزهایی هست، که فکر می‌کنی با کنترل آن‌ها، زندگی‌ات را کنترل می‌کنی و خودت را نجات می‌دهی.

ولی آگاه شو و دست از کنترل و پریدن از فکری به فکر دیگر بردار و به این لحظه ابدی بیا و ناظر ذهنت باش، تا از دست زمان روان‌شناختی که توهم است، رهایی یابی و اصل خودت را در این لحظه ببینی.

چون ز ساعت، ساعتی بیرون شوی چون نماند، محرم بی‌چون شوی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۰۷۵)

اگر فضا را در اطراف فکر این لحظات بگشایی، یعنی ناظر افکارت باشی و به گذشته و آینده نروی و به آن چیزی که ذهنت از زمان نشان می‌دهد بی‌توجه باشی، در این صورت به اصل خودت، یعنی خدا زنده خواهی شد.

بده یک جام، ای پیر خرابات مگو فردا، که فی التأخیر آفات (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۶)



این لحظه یک وضعیت و یا یک فکر داری، آن را بپذیر، به آن به صورت ناظر نگاه کن. آن فکرها تو نیستی، فقط یک قدم است و همین قدم است که باید نیکو برداری، یعنی کاملاً ناظر بدون مقاومت و قضاوت باشی (و فضاگشایی کنی).

اگر به زمان بروی، دچار آفت و تله ذهن خواهی شد. پس با ناظر ذهن شدن به این لحظه بیا و گذشته و آینده را رها کن.

**صوفی ابْنُ الْوَقْتِ باشد ای رفیق
نیست فردا گفتن از شرط طریق**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳)

**تو مگر خود، مرد صوفی نیستی
هست را از نسیه خیزد نیستی**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۴)

زمان روان‌شناختی تله ذهن است تا جلوی زنده شدن تو به خدا را بگیرد، این لحظه ناظر بر ذهن شو و فضاگشایی را به زمان مجازی آینده موکول نکن، توهم کامل بودن نداشته باش و نگو حالم خوب شود، پولم زیاد شود، خانه بخرم و کامل شوم تا بتوانم کاملاً به این لحظه بیایم و ناظر ذهنم باشم و فضاگشایی کنم، نه.

آن چیزی که هست را بپذیر و شرط و شروط نگذار.

همیشه گریه باقی می‌ماند، چون این تله ذهن است، تو لایقی که به خدا زنده شوی، با هر میزان دردی که داری.

پس در اطراف فکری که هست، فضا را باز کن، یعنی ناظر بدون قضاوت و مقاومت آن باش. و بدان که زمان روان‌شناختی فقط توهم بوده، حقیقت ندارد.



۱۱- خانم ماهک از گیلان با سخنان آقای شهبازی

**علتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای دُودلال**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

ای من‌ذهنی متکبر، در جان تو، هیچ بیماری و دردی بدتر از پندارکمال، وجود ندارد. چراکه پندارکمال تو را مجبور به مقایسه و تقلید می‌کند تا از جهان و همانیدگی‌ها و انسان‌ها زندگی بخواهی؛ ولی خداوند تو را نسبت به آن‌ها بی‌مراد می‌کند تا متوجه شوی به‌جای مرادخواهی از همانیدگی‌ها باید اصل خود یعنی عدم را، در مرکزت بگذاری.

**گر ندانی ره، هر آنچه خر بخواست
عکس آن کن، خود بُود آن راهِ راست**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۵۵)

اگر راه راست را تشخیص نمی‌دهی، برعکس آنچه عمل کن که من‌ذهنی درخواست می‌کند. زیرا برخلاف میل من‌ذهنی عمل کردن خود راه راست است.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! خوب اگر راه را نمی‌دانیم یک بار دیگر بخوانید چه کار باید بکنیم؟ گر ندانی ره،

ماهک: باید برعکس راه‌هایی که من‌ذهنی پیشنهاد می‌کند را برویم. یعنی راهی که من‌ذهنی می‌گوید اشتباه است و برعکس آن راه درست‌ترین راه است و راه راست است.

آقای شهبازی: چشم‌ماهک خانم ما این کار را انجام می‌دهیم. شما لطف کنید یک بار دیگر بیت را بخوانید.

**گر ندانی ره، هر آنچه خر بخواست
عکس آن کن، خود بُود آن راهِ راست**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۵۵)

آقای شهبازی: بله، ماهک خانم می‌گویند که اگر راه را نمی‌دانی هرچه که من‌ذهنی می‌خواهد، عکس آن را انجام بده آن می‌شود راه راست.



۱۲- آقای علی از دامنارک با سخنان آقای شهبازی

با درود و تقدیم احترام و با سپاس فراوان از آقای شهبازی عزیز و همراهان محترم گنج حضور.

از چاه شور این جهان، در دَلو قرآن رو، برآ ای یوسف آخر بهر توست این دلو در چاه آمده (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۷۹)

بیت فوق بیانگر این روشنگری مهم است که ما به تدریج که با چیزهای این جهان، هم‌هویت شده‌ایم بیش‌تر در قعر چاه فکر و دردهای حاصل از آن‌ها فرو رفته‌ایم.

به دلیل غفلت و ناآگاهی و عدم توجه به راهنمایی‌های عرفا و همچنین تقلید از جمع، ماندن در تاریکی چاه این دنیا برایمان عادی شده است.

مرغ، کآب شور باشد مسکنش او چه داند جای آب روشنش؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۷۲۴)

ای که اندر چشمه شور است جات تو چه دانی شطّ و جیحون و فرات؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۷۲۵)

با خواندن این اشعار متوجه می‌شویم که علت همه درد و رنجی که کشیده‌ایم، نوشیدن از آب شوری‌ست که این جهان به ما داده است و ما فکر کرده‌ایم که این بهترین آبی‌ست که می‌توانیم بنوشیم.

اهل دنیا زآن سبب اعمی دل‌اند شاربِ شورابه آب و گل‌اند (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۱۵)

ولی پس از آشنایی با این آموزه‌ها چشم دلمان با نور پرده‌سوز این ابیات روشن شده است و خود را درون چاهی تاریک و عمیق یافته‌ایم. ولی خوش‌بختانه دلو آویزان در چاه را هم دیده‌ایم که می‌توانیم به آن متوسل شویم و از چاه بیرون بیاییم.



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

آن رسن بگرفتم و بیرون شدم شاد و زفت و فربه و گلگون شدم (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۲)

همه ما تجربه کرده‌ایم که در این لحظه با فضاگشایی و درست برداشتن قدم اول، توانسته‌ایم به این رسن چنگ بزنیم و خودمان را از چاه ذهن بالا بکشیم. و اگر این فضاگشایی‌ها به میزان قابل توجهی تکرار شود، کمتر به درون چاه می‌افتیم.

ولی گاهی اوقات در مقابل اتفاق، درست فضاگشایی نمی‌کنیم و ذهن ما را فریب می‌دهد. یعنی درحالی‌که در چاه افتاده‌ایم فکر می‌کنیم قدم را درست برداشته‌ایم و این حالت ممکن است ساعت‌ها طول بکشد.

برای روشن شدن این مطلب، مثالی از تجربه شخصی‌ام می‌آورم.

در سفری که این هفته به همراه خانواده داشتم، در یکی از روزها همسرم یک تور چندساعته با کشتی را پیشنهاد داد، ولی من خیلی تمایل به رفتن به این تور را نداشتم، با این وجود با آن‌ها همراه شدم. به خیال خودم فضاگشایی کردم، ولی در طول این چند ساعت در یک گوشه‌ای از کشتی نشسته بودم و هیچ حضور مؤثری در آن‌جا نداشتم. پس از برگشتن از تور هم در حال و هوای خودم بودم، ولی در همه این مدت، من ذهنی‌ام بود که فرمان را به دست گرفته بود و خودش را به جای پذیرش اتفاق جا زده بود.

صد هزاران سال ابلیس لعین بود آبدال امیرالمؤمنین (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۶)

پنجه زد با آدم از نازی که داشت گشت رسوا، همچو سرگین وقت چاشت (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۷)



با خواندن این ابیات و مراقبه، متوجه شدم که فریب من‌ذهنی‌ام را خورده‌ام و پس از اندکی کدورت، با عذرخواهی از همسرم به اشتباه خودم اعتراف کردم.

اگر این ابیات را نمی‌دانستم چه بسا مثل سابق در مواجهه با این قبیل اتفاقات، خودم را کاملاً حق‌به‌جانب می‌دانستم و من‌ذهنی همچنان یکه‌تاز میدان بود.

خدا را شکر که این روشنگری‌ها در اختیارمان قرار گرفته است و فهمیده‌ایم که ما در اصل، همان هشیاری بی‌فرم هستیم و وقتی دچار قبض و سیه‌رویی می‌شویم، زود متوجه این حالت می‌شویم و در تدارک برگشت به حالت اصلی‌مان یعنی انبساط و فضاگشایی واقعی برمی‌آییم.

**در سیاهی، زنگی زان آسوده است
کو ز زاد و اصل، زنگی بوده است**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۱۸)

**آنکه روزی شاهد و خوش‌رو بود
گر سیه گردد، تدارک‌جو بود**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۱۹)

**مرغ پرنده چو ماند بر زمین
باشد اندر غصه و درد و حنین**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۲۰)

متنم تمام شد جناب شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا بود.

علی آقا: ما هم می‌توانیم برند داشته باشیم؟

آقای شهبازی: بله بله، هرکسی برند می‌تواند داشته باشد. چقدر هم خوب است که برند دارید شما. بفرمایید بله.

آقای علی: خواهش می‌کنم. عرض کنم این دو بیت که:



اگر نه عشق شمس الدین بُدی در روز و شب ما را
فراغت ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را

بت شهوت برآوردی دمار از ما ز تابِ خود
اگر از تابش عشقش نبودی تاب و تب ما را
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱)

خیلی ممنون جناب شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین این هم برند شماست. خیلی زیبا بود. برندگان هم خیلی عالی بود علی آقا. خیلی ممنون.

آقای علی: خواهش می‌کنم. مال جناب مولاناست دیگر. شاهکارهای ایشان است.



۱۳- خانم بیننده و فرزندان‌شان (بی‌بی مریم و ...) و همسرشان از تاجیکستان

خواستم تشکر کنم از همه اعضای محترم گنج حضور و از پیام‌هایی که آن‌ها به ما می‌رسانند. استاد در بی‌مرادی:

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حَفَّتِ الْجَنَّةُ شَنُو اِی خُوشِ سَرِشْت
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

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

بِتِ مَن ز در درآمد، به مبارکی و شادی
به مراد دل رسیدم، به جهان بی‌مرادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲)

استاد بزرگوار، اگر که از من به گذشته از خرده نظر کنم همان بی‌مرادی‌هایی که من داشتم، قلاووز بهشت شد. قلاووز بهشت شدند همان خواسته‌هایی که من ذهنی من می‌خواست، من می‌خواستم (با آن‌ها باشم؟) راهنمای بهشت شد و این برنامه را به من میسر کرد. من راهنمای بزرگ‌ترین بی‌مرادی‌ها را می‌دانم و من استاد می‌خواستم از درگاه خداوند طلب داشتم که به من استادی باشد که (برساند به من پیغام را؟) و هروقتی که بی‌مراد می‌شدم و تنها در خانه بودم، در خانه ما کتاب‌های دینی بسیار بود و من می‌گرفتم استاد آن را می‌فشردم که تصادف چیست؟ و آن وقت می‌دانستم استاد پیغام بود. هرچه آید می‌گفتم جواب این حالت من است و اتفاقاتی که به من روی می‌دهد و باور کنید الآن هم من پیغام‌هایم را می‌گرفتم و با آن‌ها گریه می‌کردم. بعد این‌که شما این شعر و بیت‌ها را از بی‌مرادی‌ها خواندید، من استاد این بی‌مرادی را من به مراد رسیدن می‌دانم، استاد.

درحقیقت قلاووز بهشت هست. من بسیار، این را هر لحظه استاد تکرار می‌کنم و در زندگی هروقت که بی‌مراد می‌شوم، این به مراد رسیدن می‌دانم این را.

بِتِ مَن ز در درآمد، به مبارکی و شادی
به مراد دل رسیدم، به جهان بی‌مرادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲)



لذت بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نام او قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بُود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰)

ما استاد، لذت بی‌کرانه را نمی‌شناختیم. فکر می‌کردیم در این دنیا لذتی نیست، همه از مصنوعه هستند. وقتی که بی‌مراد می‌شدیم استاد از ما از خود نیست، از پندار کمال نیست، از این دنیا، از همه بیگانه می‌شدیم، از درون خود نمی‌شناختیم استاد جان.

همان را به سبب شما و به سبب برنامه شما و به سبب چه پیغام‌هایی می‌دادند. این‌ها را ما، هر لحظه پیغام‌ها را ما می‌گیریم استاد و این

«لذت بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نام او»، ما هر وقت شکایت می‌کردم از خودی، تا آن وقتی که استاد باخبر شدیم که شکایت از پندار است، از هر چه شکایت شما می‌گفتید که حتی از هوا گرم است، از...، از تمام چیز استاد ما هر لحظه ذهن ما شکایت داشت. برای همه ما دفاع بودیم، برای همه دنیا به ما عکس‌العمل خویش را می‌رساند، استاد بزرگوار.

و اگر شما راضی باشید استاد، من هم می‌خواستم که با خودم یک برّند، یک چیز، انتخاب کنم اگر اجازه باشد.

از دفتر ششم، بیت ۵۶۰:

کز تناقض‌های دل، پُشتم شکست بر سرم جانا بیا می‌مال دست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۶۰)

زیر دست تو سرم را راحتی‌ست دست تو در شکر بخشی آیتی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۶۱)

سایه خود از سر من برم‌دار

بی‌قرارم، بی‌قرارم، بی‌قرار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۶۲)



خواب‌ها بیزار شد از چشم من
در غمت، ای رشک سرو و یاسمن
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۶۳)

ای ز تو ویران دُکان و منزل
چون ننالِم؟ چون بیفشاری دلم
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۰)

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! خیلی خوب.

مادر بی‌بی مریم: اگر راضی باشید بی‌بی مریم هم با شما صحبت کنند.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید. ممنونم.

مادر بی‌بی مریم: با شما خداحافظ.

آقای شهبازی: خداحافظ.

خانم بی‌بی مریم، نه‌ساله، از تاجیکستان.

من می‌خواهم از برنامه ۹۲۱ غزل ۲۸۴۲ را برای شما قرائت کنم.

بِتِ من ز در درآمد، به مبارکی و شادی
به مرادِ دل رسیدم، به جهانِ بی‌مرادی

تو بپرس چون درآمد؟ که برون نرفت هرگز
که درآمد و برون شد، صفتی بُود جمادی

غلطم، مگو که: چون شد؟ ز چگونگی برون شد
تو چگونه‌ای، ولیکن تو ز بی‌چگونه زادی



چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟
نگر اوّلین قَدَم را که تو بس نکو نهادی

همه بی‌خودی پسندم، همه تن چو گل بخندم
به طرب میان ببندم، که چنین دَری گشادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲)

خانم بی‌بی‌مریم: والسلام، استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! آفرین! کسی دیگر می‌خواهد صحبت کند.

خانم بی‌بی‌مریم: استاد، انگبین. می‌خواهد با شما صحبت کند.

خانم انگبین: السلام‌علیکم، آقای شهبازی استاد بزرگوار

آقای شهبازی: سلام خواهش می‌کنم، خوب هستید؟

خانم انگبین: خوبم آقای شهبازی، سلامتی‌تان چطور است؟ منتظر آوازه‌ای شما بودم. من متنی آماده نکردم
آقای شهبازی، می‌خواهم غزلی را برای شما قرائت نمایم اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بله. بفرمایید.

بِتِ من ز در درآمد، به مبارکی و شادی
به مرادِ دل رسیدم، به جهانِ بی‌مرادی

تو بپرس چون درآمد؟ که برون نرفت هرگز
که درآمد و برون شد، صفتی بُود جمادی

غلطم، مگو که: چون شد؟ ز چگونگی برون شد
تو چگونه‌ای، ولیکن تو ز بی‌چگونه زادی



چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟
نگر اوّلین قَدَم را که تو بس نکو نهادی

همه بی‌خودی پسندم، همه تن چو گل بخندم
به طرب میان ببندم، که چنین دَری گشادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲)

والسلام آقای شهبازی.

آقای شهبازی اگر وقت هست پدرم می‌خواستند با شما صحبت کنند

پدر بی‌بی مریم: سلام علیکم.

آقای شهبازی: سلام خوب هستید ماشاءالله به همسر شما و بچه‌های شما..

پدر بی‌بی مریم: ماشاءالله زندگی، به‌جای ستایش من حرف می‌زنم چون‌که ستایش خواب رفت دیگر من به‌جایش صحبت می‌کنم، نمی‌خواهم صحبت را دراز کنم.

آمد بهار جان‌ها ای شاخ تر به رقص آ
چون یوسف اندر آمد مصر و شکر به رقص آ
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۹)

خدا را شکر استاد. من خیلی خُرسند هستم که کودکان با ابیات مولانا زندگی می‌کنند و دست پیدا می‌کنند. مشغولیت می‌گذرانند، زحمت برای شما، برای برنامه... که کودکان چه بگویم، زیر سایه درخت مولانا و شما پرورش یافته شدند، هزار رحمت استاد. تشکر برای شما و زیاد وقت‌تان را نمی‌گیرم.

آقای شهبازی: ممنونم خواهش می‌کنم.



۱۴- سخنان آقای شهبازی

خیلی زیبا، از تاجیکستان.

خانواده تاجیکستانی می‌بینید که واقعاً وقتی دانش، حقیقی می‌شود چقدر یک‌دلی و عشق کار می‌کند.

شما می‌بینید که وقتی مولانا وارد یک خانواده می‌شود مهم نیست که کجاست. این خانواده مولانایی می‌شود، عشقی می‌شود، خداگونه می‌شود و در هر کشوری باشد می‌بینید که این‌ها باهم جمع می‌شوند و چون یکتایی کار می‌کند.

عالی بود، عالی عالی.

ما باید با دانش بزرگان و براساس دانش بزرگان، با هم متحد بشویم که می‌توانیم بشویم.

مخصوصاً در آن قسمت خاورمیانه کسانی که فارسی صحبت می‌کنند، حیف است که ما این دانش را کنار بگذاریم و از آن استفاده نکنیم و براساس آن متحد نشویم.



۱۵- آقای علی از ونکوور با سخنان آقای شهبازی

سلام می‌کنم به آقای شهبازی عزیز و همهٔ دوستان گنج حضور، سپاسگزار همه با پیام‌های بسیار زیبایشان هستیم.

«دایرهٔ کارافزا»

هر همانندگی ما و یا هر دردی در ما دایره‌وار تکرار می‌شود تا بالاخره بتوان از دایره خارج شویم. حال راحل این خروج، صبر است و فضاگشایی و تسلیم.

از لحاظ ذهنی دایره هیچ ابتدا و هیچ انتهایی ندارد ولی اختیار ما پیدا کردن انتهای دایره است، و راحل خارج شدن از دایرهٔ تکراری وقتی است که کمی فاصله بگیریم، کمی تأمل و صبر کنیم.

این را با مثالی از زندگی خودم بیشتر واضح می‌کنم. در اختلاف نظرهایی که در زندگی پیش می‌آید، بعضی اوقات به‌جای کمی صبر و تأمل، زبان و افکار من بلافاصله به‌کار می‌آید و بعد از صحبت متوجه می‌شوم که این صحبت‌ها باعث سوءتفاهم شده و تازه مسئله کمی پیچیده‌تر شده و باید بعد از این، کارافزایی انجام شده را سعی کنم با جملهٔ منظوم این نبوده و منظوم این جمله بود، سعی بر تصحیح خود کنم و این دایرهٔ اتفاق است که همیشه در آن وارد می‌شوم و مدام تکرار می‌شود و می‌توان به این حالت، نام «دایرهٔ کارافزا» را داد. ولی به‌جای این‌که اول حرف بزنم کافی است کمی صبر کنم و تأمل کنم، کمی از این «ناموس صد من حدید» را ناظر شوم و با فضای باز به اختلاف نظر نگاه کنم تا وارد «دایرهٔ کارافزا» نشوم. این «دایرهٔ کارافزا» در همهٔ امور زندگی این دنیایی با داشتن من ذهنی وجود دارد.

گفت حق که بندگان جُفت عَوْن

بر زمین آهسته می‌رانند و هَوْن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۴)

هَوْن: نرمی، آرامی

پس راحل خارج شدن ما از «دایرهٔ کارافزا» به کمک خدا امکان دارد و هر لحظه باید کمک پروردگار را در نظر بگیریم و با تأمل و صبر و فضای باز بتوانیم از «دایرهٔ کارافزا» بیرون بیاییم.

و در آخر هم استاد من هم یک بیت را خیلی دوست دارم.



آقای شهبازی: برند بکنید علی آقا، اگر دوستش دارید مالِ خودتان بکنید.

آقای علی: دوتا بیت بود یکی‌اش را سارینا خانم فکر کنم برند کردند. حالا من دوتا را می‌خوانم اما خُب یکی‌اش را سارینا خانم زودتر برند کردند.

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

و آن یکی:

از خدا غیر خدا را خواستن
ظَن افزونی‌ست و، کَلّی کاستن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

بسیار سپاسگزارم استاد، خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: ببینید شما که برند کردید،

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

یک بیت بعدی هم دارد، آن را هم اضافه کنید باهم یک‌جا ثبت کنید و مالِ خودتان باشد. آن هم بیت خوبی است.

آقای علی: آن را ندارم الآن، چشم من آن را حفظ می‌کنم، حتماً.

آقای شهبازی: عالی. علی آقا «دایره کارافزایی» را مطرح کردند. که اگر ما واقعاً وارد این دایره نشویم و درواقع این «دایره کارافزایی» حیطه من‌ذهنی است. تا زمانی‌که فضاگشایی می‌کنیم و فضا گشوده‌شده، وارد دایره نمی‌شویم، این دایره در حالت انقباض ما است.



لیلی زیبا را نگر، خوش طالبِ مجنون شده وان کهربای روح بین در جذبِ هر کاه آمده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

این بیت ما را از طرفی نسبت به ناتوانی من‌ذهنی در شناسایی عشق آگاه می‌کند و از طرفی ما را به این حقیقت مزدگانی می‌دهد که آن لیلی که ما در اصل عاشقش هستیم، خودش دنبال ما آمده و خواهان ماست.

ذهن رابطه حقیقی انسان با زندگی را نمی‌بیند ولی مولانا حقیقتی را که از چشم ذهن پوشیده شده برای ما روشن می‌کند: انسان مجنون است و زندگی لیلی. انسان عاشق زندگی است. و زندگی لیلی‌ای که خواهان و طالب مجنون است.

یک پیغام این است که مثل یک عاشق بی‌عرضه و نادان نباشیم. بد تفسیر نکنیم اتفاقاتی را که قضا و کن‌فکان به‌وجود می‌آورد. بد تفسیر کردن یعنی آنجوری که من‌ذهنی تفسیر می‌کند.

تفسیر من‌ذهنی به دشمنی و ستیزه با زندگی منجر می‌شود. او می‌گوید به من ظلم کردی، نباید با من این کار را می‌کردی. ستیزه با یک انسان دیگر یا با یک وضعیت، مثلاً ستیزه درونی با کامپیوتری که خراب شده، معادل ستیزه با زندگی است.

هرگاه اتفاق مطابق با میل من‌ذهنی نمی‌افتد، او می‌رنجد. به همین سادگی! من‌ذهنی دائماً و به‌راحتی دچار این تفسیر می‌شود که زندگی دشمن من است، و گرنه اتفاق را آنجوری که من خوشم می‌آمد ایجاد می‌کرد.

انسان بیدار یک بار به‌طور قطع و یقین شناسایی می‌کند که تفسیری که ذهنش آن را می‌گوید مانع بین او و زندگی می‌باشد.

وقتی تفسیر من‌ذهنی کنار می‌رود، ما آماده می‌شویم برای دیدن لیلی، «لیلی زیبا را نگر!» این دشمن تو نیست، بلکه لیلی زیبا است، هشیاری کل است که آمده دنبال تو و با صداقت و شادی دارد تو را صدا می‌کند، می‌خواهد تو را از این جسم مرده که از فکرهای کهنه ساخته شده و پر از نیازمندی است جدا کند.



در همه اتفاقات و حال‌ها «لیلی زیبا را نگر» تو مجنون هستی.

تو در اصل عاشق من ذهنیات و خواسته‌هایش نیستی، بلکه تو عاشق لیلی، عاشق زندگی هستی. و این زندگی خودش با خوشی و خرمی طالب ماست. ما باید فقط مجنون خوبی باشیم یعنی با لیلی همکاری کنیم، زبان لیلی را یاد بگیریم و به زبان خودش با او حرف بزنیم.

زبان لیلی، زبان قاعده و شرط و شروط و سخت‌گیری نیست، زبان ذهن نیست. زبان لیلی انبساط، فضاگشایی، شادی، فراوانی و خلاقیت است. زبان لیلی نیستی است. زبان لیلی برای ما جدید است و آن را نمی‌شناسیم. هرچقدر درباره‌اش حرف بزنیم باز هم با ذهنمان نمی‌شناسیم.

ولی یک راه داریم: تسلیم، فضاگشایی، جدی نگرفتن حرف‌ها و تفسیرهای ذهن و نوبه‌نو از فضای گشوده پیغام گرفتن.

پس هر دردی که زندگی برای من ذهنی‌ام ایجاد کرده در حقیقت لطف بوده، لیلی می‌خواسته من از همانیدگی‌ها برجهم و به سوی او بروم، از جنس او شوم. ولی من با بی‌عرضگی من ذهنی‌ام کارهای لیلی را بد برداشت کردم. این بیت می‌گوید زود به تو برنخورد، بی‌خودی قهر نکن، حرف لیلی را درک کن و آنجوری باش که او می‌خواهد. تو مجنونی، تو به‌عنوان انسان عاشق زندگی هستی ولی از روی نادانی زندگی را در اجسام گذرا جست‌وجو کردی. ولی ببین که خود زندگی آمده دنبال تو. بگذار زندگی ایرادهایت را نشان بدهد، آن ایرادها را ببین و با خوشحالی یاد بگیر.

ذوق و طلب ما برای بیدار شدن از خواب ذهن نشان ذوق و طلب خود زندگیست که در جست‌وجوی ماست. و زندگی بین انسان‌ها هیچ فرقی نمی‌گذارد. او هر انسانی را می‌خواهد.

قدر این بخت و اقبال را می‌دانی؟

اصل خود جذب است، لیک ای خواجه‌تاش
کار کن، موقوف آن جذبه مباش
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷)



مولانا می‌گوید نمی‌توانی با ذهنت راه‌های بیداری را تعیین کنی، اصل جذب است که از طرف زندگی می‌آید و ورای سبب‌سازی ذهن تو است. اما تو در این حال به‌طور مستمر کار کن، و فعال باش.

این کار کردن معادل مراقب بودن است. یعنی در هر دم و بازدم، دائماً مراقب بودن و فضاگشایی اطراف ذهن. در فضای گشوده‌شده زندگی ما را پرورش می‌دهد و قدم‌به‌قدم به فکر و عمل ما جاری می‌شود.

و این فضاگشایی معادل عمل کردن به همه آموزش‌های گنج حضور است. این‌که بدون انتظار کمال از خودمان قدم این لحظه را در حد توانمان نیکو برداریم.

گر مراقب باشی و بیدار تو
بینی هر دم پاسخ کردار تو
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰)

چون مراقب باشی و گیری رَسَن
حاجت ناید قیامت آمدن
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۱)

تو مراقب شو و آگه، گه و بی‌گاه که ناگه
مَثَلِ کُحْلِ عَزِیزی شِه ما در بصر آید

چو در این چشم درآید، شود این چشم چو دریا
چو به دریا نگرد او همه آبش گهر آید

نه چنان گوهر مرده که نداند گهر خود
همه گویا، همه جویا، همگی جانور آید
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۲)

کُحْلِ عَزِیزی: نوعی سرمه برای تقویت چشم



وقتی با مراقبت و به ذهن نرفتنِ مُستمر فضاگشایی ما قوی‌تر می‌شود، مثل یک کاه سبک شده‌ایم و به آسانی از روی فکرهای همانیده بلند می‌شویم. در این حالی که ما به‌عنوان هشیاری و روح زندگی سبک‌تر می‌شویم، کهربای زندگی ما را بیشتر و بیشتر جذب می‌کند.

لیلیِ زیبا را نگر، خوش طالبِ مجنون شده
وان کهربای روح بین در جذبِ هر کاه آمده
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

با عشق و احترام، سارا از آلمان



۱۷- سخنان آقای شهبازی

خُب این پدیده که ما از هم‌دیگر یاد می‌گیریم می‌بینید که چقدر کار می‌کند. ولی مولانا در برنامه ۹۲۳ به ما فرمودند که وقتی «دَلُو» آویزان شد در چاهی که ما افتادیم و راه بیرون آمدن نداریم، باید سوار «دَلُو» بشویم که بکشند ما را بیاورند بالا.

به ما هم گفت که کسی که می‌کشد باید بیرون از چاه باشد، درون چاه نباشد نمی‌تواند، پس این دو مطلب را رعایت می‌کنیم. یکی این‌که در تهِ چاه همانندگی سوار دَلُو که آویزان شده بشویم، دَلُو آویزان شده در این‌جا الآن یکی خود مولانا است، یکی هم پیغام‌های شما.

شما اگر به پیغام‌های پیغام‌دهندگان توجه نکنید درواقع یوسفی هستید که «دَلُو» را می‌بینید ولی پایتان را نمی‌گذارید داخلش بنشینید بکشند شما را بالا.

و شما این انتخاب را بکنید، اوّل شُکر بکنید که همچون دَلُو آمد! وقتی آدم تهِ چاه است، هیچ راهی هم ندارد بیايد، بالا وقتی دید یک نفر یک طنابی انداخت، یک سطلی، چیزی انداخت که آدم درونش بنشیند، خُب اول شُکر می‌کند، قدر این دَلُو را، سطل را می‌داند و می‌نشیند در آن، محکم این طناب را می‌گیرد.

در برنامه ۹۲۳ گفت این «عُرْوَةُ الْوُثْقَى» است. یعنی این‌که ما از هم‌دیگر یاد می‌گیریم فضا را باز کنیم. این فضای گشوده‌شده تا زمانی‌که هست همین آن ریسمانی که ما باید محکم بچسبیم مثل آن کسی که تهِ چاه وارد دَلُو می‌شود محکم طناب را می‌گیرد که دیگر نیفتد.

و اگر محکم بگیرد نیفتد دوباره تهِ چاه، پایش نلغزد، می‌کشند آدم را بالا یعنی روی زمین، از چاه می‌آید بالا. و خیلی از شما بینندگان از چاه همانندگی بیرون آمدید.

پیغام‌ها بسیار بسیار قدرتمند و سودمند هستند خواهش می‌کنم استفاده کنید، در دَلُو بنشینید.

◆◆◆ بخش سوم ◆◆◆



**جمله استادان پی اظهار کار
نیستی جویند و جای انکسار**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۸)

**لاجرم استاد استادان صمد
کارگاهش نیستی و لا بود**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۹)

**هر کجا این نیستی افزون‌تر است
کار حق و کارگاهش آن سر است**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۰)

هرگاه این سه بیت را می‌خواندم برای من یادآور این بود که من باید اقرار کنم نقص دارم تا خدا و زندگی روی من کار کند. امروز در طی خواندن ابیات برنامه ۹۲۲، جنبه دیگری از این سه بیت برایم باز شد.

این‌که خود را بشکنی فقط برای این نیست که خدا ما را تبدیل کند، بلکه با انکسار و شکستن خود در برابر زندگی، محل اظهار زندگی هم می‌شویم. یعنی انگار انسان تبدیل می‌شود به یک محل و یا کارگاهی که استاد استادان به صورت فعالانه در آن جا [صدا قطع می‌شود] به ورود عشق و خرد می‌پردازد. البته شاید هردو این موارد درحقیقت یک چیزی را می‌گویند، ولی هرکدام در دو سطح مختلف هشیاری ما اتفاق می‌افتند.

وقتی هشیاری ما به‌خاطر دردها و همانندگی‌های زیاد پایین است، با شکستن خود در برابر زندگی اجازه می‌دهیم که استاد استادان به درون ما بیاید و دردها و هم‌هویت‌شدگی‌ها را بگیرد و به این ترتیب، زندگی در کارگاه ما کار می‌کند تا ما از خواب ذهن بیدار شویم و دردهای ما با نور حضور زندگی از بین بروند.

اما وقتی هم که سطح هشیاری انسان بالاتر رفت، خدا در کارگاهش را نمی‌بندد و تعطیل نمی‌کند و بگوید این انسان تبدیل شد، خُب دیگر بس است. تازه کار جدید در کارگاه خدا شروع می‌شود. این کارگاه جدید محل و جایگاه دریافت عشق و خرد می‌شود و چنین انسانی مرتب تبدیل شده و عمیق‌تر می‌شود. هم سطح هشیاری او مرحله به مرحله بالاتر می‌رود و هم عشق و خردی که از زندگی می‌گیرد را به بقیه هم می‌دهد و کارگاه شروع به تولید محصولات خوب و عالی می‌کند.



اما نکته این‌جاست که در این کارگاه برای این‌که استادِ استادان صمد کار کند، شخص هم‌چنان باید در حالتِ نسبی و انکسار باقی بماند و بالا نیاید و نگوید که خودم بلدم چطور کارگاه را راه ببرم، بلدم چطور هشیاریِ خودم را تبدیل کنم، بلدم چطور عشق بپراکنم، تا به تبدیل دیگران کمک کنم.

جز خضوع و بندگی و اضطرار اندرین حضرت ندارد اعتبار (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)

در حالتِ تواضع و شکست و انکسار، مایی که کارگاه زندگی شده‌ایم تبدیل به چنگی می‌شویم که زندگی ما را می‌نوازد و اسرار خود را از طریق ما که کارگاه او شده‌ایم فاش می‌کند.

چون چنگم از زمزمه خود خبرم نیست اسرار همی‌گویم و اسرار ندانم

مانند ترازو و گزم من که به بازار بازار همی‌سازم و بازار ندانم

در اصبع عشقم چو قلم بی‌خود و مضطر طومار نویسم من و طومار ندانم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۸۷)

در آن موقع با باز شدنِ فضای درونِ ما، ما تبدیل به ترازویی می‌شویم که همه‌چیز در آن به‌درستی سنجیده می‌شود، تعادل به زندگی ما می‌آید، دیدِ نظر پیدا می‌کنیم. این ترازو که همان فضای بازشدهٔ درون است، می‌داند چه درست است و چه نیست. قدرتِ سنجش سره از ناسره را دارد. در بازارِ جهان این ترازوی فضای یکتایی همه‌چیز را به تعادل درمی‌آورد و درست می‌سنجد.

ما هم وقتی فضای درونمان باز شود، همان کار را می‌کنیم. اما خاموش هستیم و با ذهن هیچ نمی‌دانیم. چون قلم در دستان عشق قرار می‌گیریم، او می‌گوید چه بنویس و ما می‌نویسیم اما ذهن خاموش شده است و هیچ نمی‌داند.



خفته از احوال دنیا روز و شب چون قلم در پنجهٔ تقلیب رب (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۳)

وقتی کاملاً با زندگی موازی هستیم و اجازه می‌دهیم هر قدم را لحظه‌به‌لحظه زندگی بردارد و ما تسلیم هستیم و راضی، در آن وقت از احوال دنیا و چند و چون آن خارج می‌شویم و به خواب حضور می‌رویم. در این موقع زندگی خودش ما را meditate (مدیتیت) می‌کند و ما مانند قلمی در پنجهٔ زندگی هستیم.

دوباره این کلمه نمی‌دانم اهمیت پیدا می‌کند. این‌که من نمی‌دانم زندگی چطور روی من کار می‌کند. تنها تسلیم او هستم تا چرخ آسیای من را بچرخاند.

لبیک لبیک ای کرم سودای تُست اندر سرم
ز آب تو چرخ می‌زنم مانند چرخ آسیا

هرگز نداند آسیا مقصود گردش‌های خود
کاستون قوت ماست او یا کسب و کار نانا

آبیش گردان می‌کند او نیز چرخ می‌زند
حق آب را بسته کند او هم نمی‌جنبد ز جا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱)

این است معنی بیرون پریدن از ذهن، این است معنی نکو نهادن قدم در این لحظه.

چه چگونه بد عدم را چه نشان نهي قدم را
نگر اولین قدم را که تو بس نکو نهادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

قدم نکویی که ما را در این لحظه، در آغوش زندگی می‌اندازد و زندگی خودش ما را مدیتیت (meditate) می‌کند، نه این‌که منی باشد که بخواهد مدیتیشن (meditation) کند بلکه خداست که خودش ما را مدیتیت (meditate) می‌کند.



زندگی خودش قرآن درون ما را می‌خواند و ما تسلیم هستیم و ذهن را تعطیل می‌کنیم که زندگی هرآن‌گونه که خواست ما را بخواند، او می‌داند و من نمی‌دانم، آنصِتوا، «زمانی که قرآن خوانده می‌شود خاموش باشید و گوش فرا دهید باشد که رستگار شوید.» خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی

آقای شهبازی: خیلی زیبا پریسا خانم، عالی، عالی، عالی. ببخشید شما شعر برند (Brand) ندارید؟

خانم پریسا: بله آقای شهبازی چندین تا دارم، اگر اجازه بفرمایید البته، با اجازه‌تان یک، چهار بیتش را می‌خوانم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم پریسا: خیلی ممنون. این ابیات از دفتر ششم هست فکر می‌کنم، خیلی دوست دارم.

بنگر این کشتی خلقان غرق عشق
ازدهایی گشت گویی حلق عشق
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۲۳)

ازدهایی ناپدید دلربا
عقل هم‌چون کوه را او کهربا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۲۴)

عقل هر عطار کاگه شد ازو
طبله‌ها را ریخت اندر آب جو
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۲۵)

رو کزین جو برنیایی تا ابد
لَمْ يَكُنْ حَقًّا لَهُ كُفْوًا أَحَد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۲۶)

آقای شهبازی: آفرین. این آسیاب هم شما خیلی می‌خوانید، این آسیاب برند (Brand) شما نیست؟

خانم پریسا: بله، بله آقای شهبازی. این ابیات را در پیامم آورده بودم.

آقای شهبازی: همین سه بیت آخر، بله، بخوانید ببینیم این آسیاب را، دوباره.

خانم پریسا: بله، بله با اجازه‌تان.



لبیک لبیک ای کرم سودای تُست اندر سرم
ز آب تو چرخ می‌زنم مانند چرخ آسیا

هرگز نداند آسیا مقصود گردش‌های خود
کاستون قوت ماست او یا کسب و کار نانبا

آبیش گردان می‌کند او نیز چرخ می‌زند
حق آب را بسته کند او هم نمی‌جنبد ز جا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱)

آقای شهبازی: به به، «او هم نمی‌جنبد ز جا». پس آب بسته شد، تکان نباید بخوریم. درست است؟

خانم پریسا: بله، بله.

آقای شهبازی: دیدیم داریم مقاومت می‌کنیم و آب زندگی بسته شد، فضا را نمی‌توانیم باز کنیم، تکان نباید بخوریم. شما می‌فرمایید، درست است؟

خانم پریسا: بله، شما و مولانا می‌فرمایید. بله، بله درست می‌فرمایید. اتفاقاً این غزل ۲۸۴۲ که می‌گفت که اولین قدمت را نگاه کن که بس نکو می‌گذاری.

چه چگونه بُد عدم را چه نشان نهي قدم را
نگر اولین قدم را که تو بس نکو نهادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

آقای شهبازی: آفرین

خانم پریسا: و شما فرمودید همیشه در این لحظه ما اولین قدم را برمی‌داریم. حالا این قدم اگر با فضاگشایی باشد، این قدم، قدم نکوست. اگر فضا بندی و مقاومت باشد، این قدم، قدم درستی نیست و الآن شما فرمودید که وقتی که می‌بینیم مقاومت و قضاوت داریم و این نمی‌آید که ما را خوب بچرخاند، ما اصلاً نباید کاری بکنیم در آن لحظه.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، عالی، عالی.

خانم پریسا: خیلی ممنون از شما.



این کیست این؟ این کیست این؟ در حلقه ناگاه آمده این نور اللّٰهی ست این از پیش الله آمده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

برنامه شماره ۹۲۳ و غزل شماره ۲۲۷۹ از دیوان شمس مولانا.

آگاهی از مرکز عدم و هشیاری جدیدی قابل دسترسی برای انسان، هشیاری‌ای که مطابق انتظارات و سبب‌سازی‌های ذهنی کار نمی‌کند.

آگاهی از هشیاری جدیدی با دیدی متفاوت از دید ذهن. دیدی بدون مقاومت و قضاوت و متفاوت از جهان فرم.

رحمتی، بی‌علتی، بی‌خدمتی آید از دریا مبارک ساعتی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴)

آگاهی از حضور هشیاری جدیدی بدون هیچ‌گونه علل و اسباب ذهنی در لحظه مبارک تسلیم و فضاگشایی در برابر اتفاق این لحظه.

هشیاری‌ای که بس دولت و نیک‌بختی به‌همراه دارد و چاره‌بداختری و چاره‌درد و پایان قصه غصه است.

آگاهی و قرین شدن با هشیاری‌ای که با نور الهی و شناسایی خود، روشن می‌سازد که واکنش در برابر اتفاق این لحظه است که آسیب‌زننده است نه اتفاق این لحظه.

یار را با یار چون بنشسته شد صد هزاران لوح سیر دانسته شد (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۴۱)

لوح محفوظیست پیشانی یار راز کونینش نماید آشکار (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۴۲)



آگاهی و قرین شدن با هشیاری‌ای که راز دو جهان درون و بیرون را آشکار می‌سازد. راز زنده شدن به زندگی و ثبات و استقرار مرکز عدم و جنسیت اصلی خود. ثبات و استقرار تحت تأثیر نیروی شگفت‌آور قرین.

آگاهی از هشیاری‌ای که خوی فراوانی و حُسن و زیبایی زندگی مثل خرد، حس امنیت، قدرت و هدایت و بوی شادی و طراوت زندگی را به همراه دارد.

آگاهی از هشیاری‌ای که کیمیاگری می‌کند، هرگونه فکر همانیده را به حقیقت تبدیل می‌کند.

هرگونه هیجان منفی چون خشم و ترس و حسادت را به حقیقت تسلیم و فضاگشایی، و هرگونه پندار کمال و دانستن‌های ذهنی را به حقیقت ندانستن و سکوت.

آگاهی جان از چنان هشیاری‌ای است که سعادت و دولت و نیک‌بختی و دوری از آن، رنج و دردی بی‌پایان و سبب غفلت.

جُور دوران و هر آن رنجی که هست

سهل‌تر از بُعد حق و غفلت است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۵۶)

زانک این‌ها بگذرند، آن نگذرد

دولت آن دارد که جان آگه بَرَد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۵۷)

والسّلام، خدائگه‌دارِ شما.



بنده آنم که مرا، بی‌گناه آزرده کند چون صفتی دارد از آن مه که بیازرد مرا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳)

زندگی هر لحظه از طریق یک شخص یا یک رویداد و یک اتفاق در حال دادن پیغام و آگاهی به ماست تا خود را از میان آلودگی‌ها و ناخالصی‌های وجود ما بیرون بکشد.

چقدر انسان‌ها سر راه ما قرار گرفته که از یک حرف، یک نگاه یا رفتار به عمل آن‌ها به رنجش و خشم، درد و مقاومت و ستیزه افتادیم! و با چه انسان‌هایی به‌خاطر بروز چنین رفتارهایی قطع ارتباط کردیم و اگر هم چاره‌ای جز زندگی کردن در کنار آن‌ها نداشته‌ایم، با کینه و نفرت به زندگی ادامه دادیم.

چرا؟ چون ما را مورد تأیید و توجه خود قرار نداده‌اند؟ یا فکر کردیم که ما را دوست ندارند، وگرنه فرق نمی‌گذاشتند. یا از ما خواسته‌اند که یک عادت غلط را کنار بگذاریم، یا روش اشتباه زندگی خود را تغییر دهیم یا تجدیدنظر در اخلاق ناپسند خود کنیم. خواسته‌اند که توجهمان روی خودمان باشد، نه دیگران.

و به ما برخورده چون آن‌ها را بدخواه خود دانسته و عاملی سر راه پیشرفت خود و با ناآگاهی تمام، اختیار و هدایت خود را به خشم‌ها، رنجش‌ها و دردها سپرده‌ایم که برای ما تعیین کنند که چگونه زندگی کنیم، یعنی مالکیت و اختیار را به‌دست رنجش‌ها و دردها داده‌ایم.

اختیار آن را نکو باشد که او مالک خود باشد اندر اتقوا (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

در صورتی‌که در هر واقعه و اتفاق یا هر بنده‌ای که باعث آزردن ما شده، انتخاب زندگی بوده که باید از طریق آن‌ها پیغام می‌گرفتیم. این‌که داوطلب فضاگشایی باشیم، نه فضابندی و رنجش و درد و غم.

پیغام این‌که خورشید می‌خواهد از درون ما طلوع کند و با تابش ازلی خود ما را تبدیل کند.



پس با نگره داشتن دردها، رنجش‌ها، نگرانی‌ها، پشیمانی‌ها و احساس گناه‌ها با ابر فضا بندی در مقابل تابش خورشید زندگی قرار نگیریم.

تمام رفتارهای انسان‌ها و وقایع و اتفاقاتی که برای ما می‌افتد، هدفی جز بی‌مراد کردن ما ندارد و نخواهد داشت.

برای قرین در این فضا، خدا از طریق یک انسان، یک اتفاق، وارد عمل شده تا پیغام خود را به ما برساند و ما را آزاد کند که متوجه شویم که من ذهنی خواهنده داریم و باید بی‌مراد شویم که این چیزی که می‌خواهیم و به‌خاطرش رنجیدیم، این را چه کسی می‌خواهد؟ آیا به‌عنوان زندگی می‌خواهیم؟

با [صدا نامشخص] این شخص یا واقعه‌ای باشیم که باعث رنجش ما شده.

چون این شخص با [صدا نامشخص] واقعه، صفت و نشانه‌ای از زندگی دارد که می‌خواهد ما را از عیب خود آگاه کند و این‌که جهان نمی‌تواند مراد ما باشد و ما فقط از طریق فضای گشوده‌شده به مراد اصلی خود خواهیم رسید.

بت من ز در درآمد، به مبارکی و شادی

به مراد دل رسیدم، به جهان بی‌مرادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

ممنونم استاد.



۲۱- خانم آیدا از روستای نجف آباد با سخنان آقای شهبازی

خانم آیدا: آیدا هستم، شانزده ساله.

آقای شهبازی: بله آیدا خانم خوبین شما؟

خانم آیدا: بله خیلی ممنون استاد، خوب، ممنون از شما.

آقای شهبازی: می‌بینید که بقیه مردم هم برند (Brand) دارند فقط شما نیستید.

خانم آیدا: چه استاد؟

آقای شهبازی: برند دارند، شعر می‌خوانند، مگر نمی‌بینید شعر می‌خوانند. هرکسی یک شعری می‌خواند برای خودش.

خانم آیدا: بله، بله، بله استاد.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

خانم آیدا: ممنونم. استاد چند روز پیش که داشتم یک کتابی را مطالعه می‌کردم، به یک قسمتی از آن رسیدم که برای این‌که بفهمند تأثیر خشم و درد چقدر هست بر روی انسان؟ خون افرادی که بعد از چند دقیقه ترس و خشم شدید را تجربه کرده بودند، به خوکچه‌های هندی تزریق کردند و این خوکچه‌های هندی بعد از چند دقیقه می‌میرند، یعنی هلاک می‌شوند و وقتی که می‌میرند، انسان‌ها آن لحظه متوجه می‌شوند که تأثیر خشم و درد و آن فشار چقدر بوده که یک حیوان را می‌کشد.

بعد استاد از این فهمیدم که چقدر یک فکر، این وقتی یک خوکچه هندی را بلافاصله می‌کشند، چطور می‌تواند ما را به‌مرور زمان به هلاکت برساند. این خشمی که ایجاد شده یا دردی که ایجاد شده از یک فکر بوده دیگر، پس ما باید مواظب فکرهايمان باشیم. خیلی هم باید مواظب فکرهايمان باشیم که داریم چه فکری الآن می‌کنیم؟ این فکر چه تأثیری دارد؟ چکار می‌خواهد با ما بکند؟ این فکر ما خردمندانه است، می‌خواهد به ما کمک کند که ما از فضای درد ذهن نجات پیدا کنیم؟ یا این فکر از خود زندان ذهن می‌آید و می‌خواهد ما را به‌تدریج بکشد؟ همان‌طور که وقتی ما از رفتن یک انسان را قضاوت می‌کنیم و خشمگین می‌شویم. این یک فکر است، فکر قضاوت است و ما را به‌مرور زمان هم چهار بُعدمان را خراب می‌کند.



و دلیل این‌که افراد زود می‌میرند، سخته می‌کنند، افسرده می‌شوند، فکر است و هیچ‌چیزی غیر از این نمی‌تواند باشد، پس ما باید مواظب فکرهايمان باشیم. استاد، من از این خیلی درس گرفتم و خواستم در برنامه بگویم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین!

خانم آیدا: ممنونم.

آقای شهبازی: آفرین! آفرین! شما ویدئو هم به ما می‌فرستید دیگر، نه؟

خانم آیدا: بله، استاد. بله.

آقای شهبازی: آفرین! خب، صحبت دیگری ندارید. خداحافظی کنیم. برند (Brand) چه می‌شود؟ شერთان؟

خانم آیدا: ممنونم.

آقای شهبازی: یک شعر می‌خوانید برای خودتان که می‌گویید این برندم است. ندارید؟

خانم آیدا: بله، چشم! چرا استاد، خیلی دارم. برند زیاد دارم به قول شما.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم آیدا:

دیگ‌های فکر می‌بینی به جوش
اندر آتش هم نظر می‌کن به هوش
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۰۲)

یک کسی که آن‌قدر به فکرهای دردآور و دردآمیزی و درد را در خودت زیادتر می‌کنی، می‌توانی به مراجعه کردن به فضای گشوده‌شده، از آن آتش کم کنی و حال خودت را خوب کنی.

آقای شهبازی: یک بار دیگر، قطع شد. نفهمیدیم شعر را.

خانم آیدا: چشم!

دیگ‌های فکر می‌بینی به جوش
اندر آتش هم نظر می‌کن به هوش
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۰۲)

آقای شهبازی: آفرین!



خانم آیدا: استاد، آمد صدام؟

آقای شهبازی: بله، بله، بله.

خانم آیدا: ممنونم استاد.

آقای شهبازی: همان یک دانه بود یا باز هم دارید؟

خانم آیدا: استاد، من این دفعه این را خواندم ولی دفعه‌های بعد می‌خواهم درباره فکر شعر زیاد بنویسم و در برنامه بخوانم.

آقای شهبازی: آفرین! آفرین! خیلی خوب، خدا حافظ می‌کنم.

خانم آیدا: ممنون

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین!

خانم آیدا: ممنونم.



۲۲- خانم مریم از کانادا با سخنان آقای شهبازی

«اهمیت قرین»

جان سَر برخوان دَمی فهرست طِب
نارِ علَّت‌ها نظر کن مُلْتَهَب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۶)

زآن همه غُر‌ها درین خانه رَه است
هر دو گامی پُر ز کژدم‌ها چَه است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۷)

باد، تَن‌دست و چراغِ اَبَتری
زو بگیرانم چراغِ دیگری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۸)

مولانا می‌گوید: ای جان من! لحظه‌ای به فهرست همانیدگی‌هایت نظر ببنداز، ببین چرا درون تو پر از آتش است و این‌همه تعارض، درونت را شعله‌ور و ملتهب کرده است؟ چرا ذهنت خاموش نمی‌شود؟ نگاه کن ببین که این همانیدگی‌ها در درون تو خانه کرده و از هر کدام به دیگری راهی‌ست. هر قدم که برمی‌داری چون براساس همانیدگی‌ها این قدم را برمی‌داری، راحت کج است و تو را به چاه همانیدگی دیگری می‌اندازد. بادی که ناشی از گرفتار شدن تو در جبر ذهن به‌دستور قضا و کن‌فکان می‌وزد و تو را به این سو و آن سو می‌کشد، تند است و غبار همانیدگی‌ها بر روی چراغ هشیاری تو می‌نشیند و تو دوباره با چراغ ذهنت راه را اشتباه می‌روی. زود باش همانیدگی‌ها را ببنداز تا چراغ هوشیاری‌ات روشن شود.

راست چو شَقَّهٔ عَلمت رقص کنانم ز هوا
بالِ مرا بازگشا خوش خوش و مَنُورِد مرا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳)

جناب مولانا می‌گوید آن‌قدر باید راستین باشی که همانند پرچم با باد زندگی به هرطرفی که زندگی می‌خواهد حرکت کنی و با آهنگ زندگی رقص‌کنان باشی. بال من از وقتی که همانیده شدم، بسته شده. آرام‌آرام به بال‌های من قدرت پرواز بده و اجازه نده دوباره به ذهن بروم. به من کمک کن که بدون این‌که دنبال علت دردهایم



بگردم، آن‌ها را ببندازم. این خیلی نکته مهمی‌ست، چون وقتی می‌خواهی فهرست همانیدگی‌هایت را نظری ببندازی، ذهن تو به دنبال سبب و علت می‌برد و دوباره در چاه ذهن می‌افتی.

مدت‌هاست که در خانه من مهمان‌ها در حال رفت‌وآمد هستند. در خود که نگاه می‌کنم، اثرات قرین را به وضوح می‌بینم و این نشان عدم توانایی من در فضاگشایی‌های مکرر است.

از قرین بی‌قول و گفت‌وگوی او

خو بدزد دل نهان از خوی او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

از زمان آشنایی با گنج حضور تغییرات زیادی در من صورت گرفته است. من ذهنی بی‌قرار و مضطرب داشتم، کاملاً تحت کنترل ذهن بودم. هر موقع عوعو می‌کرد، می‌دویدم تا آرامش کنم؛ حالا به عوعوی ذهنم نگاه می‌کنم. کس اصلی من روشن‌تر و واضح‌تر شده، به حرف‌های ذهنم گوش نمی‌دهم. هر موقع که حرف می‌زند که من را بترساند یا به شک‌وگمان ببندازد، این بیت‌ها را با خود زمزمه می‌کنم:

آنچه گوید نفس تو کاینجا بدست

مَشْنَوْش چون کار او ضد آمده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶)

تو خلافت کن که از پیغمبران

این چنین آمد وصیت در جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۷)

این روزها ذهنم دوباره عوعو می‌کند، قرین اثر خودش را روی من می‌گذارد. از صحبت کردن زیاد خیلی زود خسته می‌شوم. ترجیح می‌دهم که خاموش باشم و گنج حضور گوش دهم و مولانا بخوانم. در این حالت است که ذهنم خاموش می‌شود. از شلوغی و سروصدا و صحبت کردن زیاد ذهنم بی‌حوصله می‌شود و درون من را مَشْنَوْش می‌کند. این لحظه نیاز به فضاگشایی دارم، باید با آهنگ زندگی برقصم.

هر اتفاقی که قضا برایم پیش می‌آورد باید بپذیرم و تسلیم باشم. از تمام مهمان‌ها چه فکر باشند، چه اتفاق و چه افراد مختلف باید بدون هیچ چشم‌داشت و توقعی و بدون زندگی خواستن از آن‌ها پذیرایی کنم. ذهنم این روش را قبول نمی‌کند، می‌خواهد وقت داشته باشد تا گنج حضور گوش دهد، مولانا بخواند و بعد خاموش شود؛



وآلا خسته و بی‌قرار خواهد بود که این ناشی از پندار کمال ذهن من است که می‌خواهد شرایط آن‌طور باشد که او می‌خواهد. گنج حضور گوش دهد و ابیات مولانا را تکرار کند.

ذهن من ناموس‌پرست است و اگر نمی‌خواهد شکایت کند، به‌خاطر نگه داشتن حیثیت بدلی‌اش پیش دیگران است. من آن را می‌بینم که آرام نمی‌شود، گاهی من را وادار به زبان آوردن شکایت می‌کند اما به‌محض شکایت سمن‌زار رضا بسته می‌شود. انقباض تمام بدنم را می‌گیرد و بسته شدن فضا را می‌فهمم، می‌فهمم که پذیرایی‌ام خوب نبوده است و فضا را به‌موقع باز نکرده‌ام.

تا که ناموسش به پیش این و آن

نشکند، بربست این او را دهان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۳۷)

اندرون می‌شوردش هم زین سبب

او نیارد توبه کردن این عجب

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۳۸)

شکایتش هم از پندار کمال می‌آید، او می‌خواهد همه آن‌جور که او می‌خواهند رفتار کند. حالا که من در معرض قرین‌های مختلف هستم، باید با آگاهی از اثرات قرین بر روی خودم از زندگی کمک بطلبم و این لحظات را تمرین فضاگشایی کنم.

زاری می‌کن، چو زورت نیست هین

چونکه کوری، سر مکش از راه‌بین

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۰)

تو کم از خرسی نمی‌نالی ز درد؟

خرس رست از درد چون فریاد کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۱)

ای خدا سنگین دل ما موم کن

نالۀ ما را خوش و مرحوم کن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۲)



آقای شهبازی: مریم خانم عالی عالی آفرین.

خانم مریم: من راستش از قرین، وضعیتم یک‌جوری هست که خودم را در معرض قرین می‌بینم و این پندار کمال ذهنم را هم دارم می‌بینم و باید خیلی فضاگشایی کنم تا دیگران روی من اثر نگذارند. چون من هم واقعاً همان‌طور که سارینا جان گفتند من خودم دوست خودم هستم. بجز یاران معنوی و شما که استاد من هستید و یاران معنوی که دوستان من هستند من دوست دارم همراهش با خودم باشم. تنها باشم.

ممنون از این چیزهایی که به ما آموزش می‌دهید، ارزش‌مندهایی که به ما آموزش دادید و ما واقعاً هردفعه، هر شعری که می‌خوانیم یک دریچه‌ای باز می‌شود.

حالا اگر اجازه دهید من هم یک برندی را برای خودم بگویم. من هر روز این را با خودم چندین بار می‌خوانم و واقعاً حیرانم، واقعاً حیرانم.

پس تو حیران باش بی‌لا و بلی
تا ز رحمت پیش‌آیدت مَحْمِلِی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۴۸)

چون ز فهم این عجایب کودنی
گر بلی‌گوی، تکلف می‌کنی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۴۹)

ور بگویی: نی، زند نی گردنت
قهر بر بندد بدان نی روزنت
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۵۰)

آقای شهبازی: البته شما با پریسا صحبت کرده‌اید، ممکن است برند ایشان هم باشد این، اولین بار ایشان آشکار کردند.

خانم مریم: حالا اگر قبول کنید برند چند نفر باشد، از شما ممنون می‌شوم.

آقای شهبازی: هیچ اشکالی ندارد برند چند نفر باشد. عالی عالی.



۲۳- خانم مریم از فولادشهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی

این کیست این؟ این کیست این؟ در حلقه ناگاه آمده
این نورِ اَللّٰهیست این، از پیشِ اَلله آمده

این لطف و رحمت را نگر، وین بخت و دولت را نگر
در چاره بداختران با روی چون ماه آمده
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

قبل از ورودم به مسیر معنوی با من‌ذهنی حسابی انس گرفته بودم و در نیاز و درد و رنج و استرس و اضطراب و نگرانی ناآگاه ادامه می‌دادم، تا با آشنایی با برنامه گنج حضور و جناب مولانا همان دردهای زیاد من‌ذهنی به‌مرور وادارم کرد تا دنبال راه چاره باشم و وقت آن رسید که تجدیدنظرها‌ی اساسی در دیدگاه‌های خود داشته باشم. من تمام فرصت‌های طلایی خود را از دست داده بودم و به دست‌آویز مطمئنی نیز نرسیده بودم و بیهوده تا قبل از آشنایی با برنامه، ناآگاه به دور خودم چرخیده بودم.

عشق و خدا و مرکز عدم باعث می‌شوند که حصارهای من‌ذهنی فروریزد و من انسان از زندان خودبینی رها شوم و در وجود دیگران گسترش پیدا کنم، تا بدان‌جا که با کل هستی یکی می‌شود و عشق خود را به همه موجودات نثار می‌کند، کسی را نمی‌آزارد و حتی راضی به آزار کسی هم نمی‌شود، چون آزار هرکس آزار خود اوست. قوانین عشق است، عشق سوزاننده و گدازنده هر ناخالصی است.

هدف جناب مولانا این است که آدمی به درجه‌ای از روشن‌بینی برسد که صلح، دستورالعمل زندگی او باشد.

چه داند جزو، راه کُل خود را
مگر هم کُل فرستد رهنمونم

بکش ای عشق کلی جزو خود را
که این جا در کشاکش‌ها زبونم

ز هجرت می‌کشم بار جهانی
که گویی من جهانی را ستونم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۲۰)



انسان در نقطه‌ای قرار دارد که به‌طور عمیقی نیازمند فهم کل است و برای رسیدن به این فهم باید دایره تفکرات خود را از محدودیت‌ها که توسط من‌ذهنی ساخته شده‌اند، نجات دهد و خود را از همانیدگی‌هایی که درگیرش کرده، با جزئیات بی‌ارزش و یا کم‌ارزش رهانیده و اصل ماجرا فضای یکتایی، رحمت عام خداوند را درک کرده تا بتواند به دانش کمال دسترسی پیدا کند.

بدون چنین دانشی هرگز انسان مقصود و منظور آمدن و رفتن خود را نخواهد فهمید و در درد ناآگاهانه با من‌ذهنی به‌سر خواهد برد.

هر لحظه که تسلیمم در کارگه تقدیر آرام‌تر از آهو بی‌باک‌تر از شیرم

هر لحظه که می‌کوشم در کار کنم تدبیر
رنج از پی رنج آید، زنجیر پی زنجیر
(شاعر ناشناس)

کسی که تسلیم است، از اتفاق تاریک من‌ذهنی شجاعانه خارج می‌شود و سراپا تسلیم آن ناشناختنی لایتنای است. کسی که در نیاز نیست و از بند غیر رهیده است، آزاد است و در همانیدگی‌ها به‌سر نمی‌برد.

تسلیم زمانی است که تنها و تنها از آن خداست، برای اوست، و به‌سوی اوست، بی‌خواهش و بی‌آرزوست. معنای تسلیم محض همین است. پادشاه اقلیم وجود خود است، به اسارت هیچ‌کس نمی‌رود و همواره آزاد مطلق را بنده است.

تسلیم حقیقی شبیه خدایی‌اش است، این‌گونه می‌شود که شیطان هرکسی را می‌تواند بفریبد جز مخلصین را و مخلصین همواره در تسلیم هستند.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آن بیتی که خواندید، «**زنجیر پی زنجیر**»، گفتید غزل ۲۸۶، شما مطمئن هستید این را؟ از کجا می‌گویید شما؟

خانم مریم: نمی‌دانم، در گوگل سرچ کردم استادجان و از آن‌جا اطلاعات گرفتم.

آقای شهبازی: یعنی این بیت‌ها را دوباره بخوانید لطفاً.



خانم مریم: بله چشم.

هر لحظه که تسلیمم در کارگه تقدیر
آرام‌تر از آهو بی‌باک‌تر از شیرم

هر لحظه که می‌کوشم در کار کنم تدبیر
رنج از پی رنج آید، زنجیر پی زنجیر
(شاعر ناشناس)

آقای شهبازی: بله شما این را خودتان تحقیق کردید که این از غزل ۲۸۶ است یا در یک جایی دیدید، پس این مطمئن نیستید این را؟

خانم مریم: نه مطمئن نیستم ولی خب تاجایی که حالا اطلاعات گرفتم از اینترنت حالا نمی‌دانم، چون اشعار جناب مولانا همین‌که اولین بیتش را استادجان می‌زنید، می‌آید بالا و بعد آدرس بیت را هم به من می‌دهد و بیش‌تر آدرس‌ها تا الآن درست بوده، آدرس‌هایی که گرفتم از ابیات جناب مولانا.

آقای شهبازی: خب این را پس شما یک تحقیقی بکنید ببینید این دو بیت از غزل ۲۸۶ است به ما هم بگویید.

خانم مریم: بله چشم استاد جان حتماً، بعد استاد جان یک برّند هم دارم اگر فرصت هست بگویم.

آقای شهبازی: بله، بله برّندتان را هم بفرمایید.

خانم مریم: ممنونم، این خیلی قشنگ است برای من استادجان و واقعاً به من کمک کرده تا امروز.

محو می‌باید نه نحو، اینجا بدان
گر تو محوی بی‌خطر در آب ران
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۱)

آب دریا مرده را بر سر نهد
ور بود زنده، ز دریا کی رهد؟
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۲)



این قدر این را تکرارش کردم که دیگر در ذهنم واقعاً مانده و به من کمک می‌کند، همان معنای تسلیم شدن است.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، برندگان را یک بار دیگر بخوانید پس.

خانم مریم: چشم، به روی چشمم استادجان.

محو می‌باید نه نحو، اینجا بدان
گر تو محوی بی‌خطر در آب ران
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۱)

آب دریا مرده را بر سر نهد
ور بود زنده، ز دریا کی رهد؟
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۲)

و معنای تسلیم است استادجان، این‌که اگر تسلیم بشویم، مقاومت نکنیم، قضاوت نکنیم، حالت همان مرده هست که آن واکنشی ندارد، قضاوتی نمی‌کند، تسلیم است و آب دریا می‌آورد و او را می‌گذارد در ساحل ولی هرچقدر، دست و پا بزنیم، قضاوت کنیم، مقاومت کنیم، حالت این است که بیشتر در من‌ذهنی و همانیدگی‌هایمان غرق می‌شویم و بیشتر مجبوریم هی دست و پا بزنیم و بیشتر هم غرق بشویم. ولی وقتی که تسلیم بشویم حکایت همان مرده است که آب دریا می‌آورد و خب پرتش می‌کند در ساحل، و این تسلیم شدن را برای من تداعی می‌کند، این دو بیت زیبا و ابیات برند هستند برایم.

آقای شهبازی: آفرین، می‌دانید از کدام قصه است دیگر این، نه؟

خانم مریم: آدرسش را استاد جان منظورتان هست؟

آقای شهبازی: نه، یک قصه‌ای هست که این بیت از آن است.

خانم مریم: آها نمی‌دانم.

آقای شهبازی: بله، داستان نحوی و کشتی‌بان. نحوی نماد من‌ذهنی است، صرف و نحو بلد است و کشتی‌بان هم که ناخداست و ناخدای کشتی ما خداست، زندگی است یا انسان‌های به‌حضور زنده مثل مولانا هستند. نحوی که حرف‌زدن بلد است و قواعد حرف بلد است و دستور زبان بلد است، وارد کشتی می‌شود که برود دریا و خیلی



هم افاده داشته، وقتی وارد می‌شود از ناخدا می‌پرسد که نحو بلدی؟ صرف و نحو بلدی یعنی حرف زدن را بلدی؟ درست می‌توانی حرف بزنی؟ او می‌گوید که «لا»، نه، بلد نیستم. می‌گوید پس نصف عمرت بر فناست.

بعد کشتی راه می‌افتد و وسط دریا دچار طوفان می‌شود، بعد ناخدا رو می‌کند به نحوی می‌گوید که شنا، بلدی؟ می‌گوید نه، می‌گوید پس تمام عمرت بر فناست، برای این‌که الآن کشتی می‌خواهد غرق بشود. این نشان می‌دهد که کسی که فقط حرف زدن یاد می‌گیرد، وسط دریا حوالی چهل سالگی دچار طوفان می‌شود اگر با حرف زدن و باور کردن و جدی گرفتن خودش پیش برود. دائماً ناخدا چه می‌خواهد مولانا باشد، چه خداوند به ما این لحظه می‌گوید تو شنا کردن در من را بلدی؟ ما می‌گوییم نه ما فقط حرف می‌زنیم. ولی حیف که خدایا تو حرف زدن بلد نیستی، مثل من خوب نمی‌توانی حرف بزنی، خدا هم وسط‌های کار می‌گوید خیلی خوب، کل عمرت پس بر فناست، این بیت از آن است که شما خواندید، که آخر سر کشتی‌بان می‌گوید «محو می‌باید نه نحو، اینجا بدان»، بیتان را دوباره بخوانید:

خانم مریم:

محو می‌باید نه نحو، اینجا بدان
گر تو محوی بی‌خطر در آب ران
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۱)

آب دریا مرده را بر سر نهد
ور بود زنده، ز دریا کی رهد؟
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۲)

آقای شهبازی: آفرین، آب دریا، یکتایی که ما در آن شنا می‌کنیم، کسی که محو است، نیست است به قول پریسا خانم، فضا را باز می‌کند، این را بر سر می‌نهد. اگر بگوید می‌دانم، و بیاید بالا و تکبرش را نشان بدهد از آب دریا نمی‌تواند برهد، بالاخره غرق خواهد شد.



۲۴- آقای مهران از کرج

آقای مهران: زنده باشید، ممنونم. آقای شهبازی من امروز پیغام خاصی آماده نکردم، فقط یک تجربه‌ای داشتم که آن را می‌خواستم خدمتتان بگویم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای مهران: والا امروز یک اتفاق جالبی برای من افتاد. من در مورد یک بیتی هم هست، البته بیت را اول می‌گویم در مورد قانون جبران.

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

استاد من امروز تصادف کردم با ماشین، یک تصادف خیلی جزئی بود و آن شخص، یک شخصی از پشت به من زد و من هم در توقف بودم و به ماشین جلویی زدم و ایشان مقصر اصلی بودند، نفری که از عقب به من زدند و من کار واجب داشتم و همه کارم به هم ریخت و خیلی یک لحظه عصبانی شدم، گفتم رادیاتم هم سوراخ شد و ماشین خاموش شد و همه کارم به هم ریخت.

یک ربع، بیست دقیقه اول، خیلی فضا بسته شد، بعد چراغ‌ها آمد، اما بعد از یک ربع، بیست دقیقه که ماشین را بردیم کنار، چون وسط اتوبان بودیم، خاموش کردیم، خلاص کردیم، بردیم کنار با آن شخصی که زده بود از عقب و من یک لحظه به پذیرش رسیدم و گفتم که باید این اتفاق می‌افتاد و هرچقدر جلوتر می‌رفت، آن گرمای ساعت یک و دو و وسط اتوبان، خودروی خاموش، واقعاً یک پذیرش عمیقی داشتم آن لحظه به لطف شما، به لطف مولانا و زندگی که این الآن وقتی من چنین تجربه‌ای را دارم، پس نشان می‌دهد که این ابیات و زحمات شما بر روی من و امثال من خیلی دارد کار می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای مهران: و من تسلیم و پذیرش را در آن لحظه تجربه کردم و حالا دلیل این قانون جبرانی که می‌خواستم خدمتتان بگویم را هم در لابه‌لای این اتفاقات خدمتتان عرض می‌کنم که چرا من به قانون جبران رسیدم و زندگی برای من چجوری تصمیم گرفت که این قانون جبران را رعایت کنم.



حقیقتش رادیات که سوراخ شد، آن بنده خدا گفت برویم، رادیات را عوض کنیم، ببینیم مشکلش چیست؟ ما رفتیم پیش رادیاتورساز، حالا، بماند این که چقدر ما گشتیم یک رادیاتورساز باز پیدا کنیم، چون جمعه ظهر همه بسته‌اند و ما شاید دیگر دو ساعت طول کشید یک شخصی، یک مغازه‌دار رادیاتورساز پیدا کنیم که بتواند کار ما را انجام دهد. دو ساعت ما گشتیم در وسط گرما و هم‌چنان پذیرش و تسلیم خدا را شکر با من بود و ما پیدا کردیم یک رادیاتورسازی را و ایشان به من گفتند که رادیاتور شما می‌تواند با یک جوش حل بشود. یک جوش خیلی کوچک، یک پیچ سوراخ کردند و می‌تواند حل بشود و نیازی نیست شما این را عوض کنید، اما شما حق این را دارید که این رادیاتور را عوض کنید و ایشان باید تمام و کمال این مبلغ را پرداخت کند، مبلغ رادیاتور را.

و من گفتم خُب رادیاتورم یک مقدار کهنه بوده و گفتم اگر ایشان کل مبلغ را پرداخت کند، من این حق را دارم که ایشان کل مبلغ را پرداخت کند از نظر قانون مادی، اما از نظر قانون جبران این رادیاتور کهنه است و من به‌عنوان قانون جبران باید یک بخشی از این مبلغ را پرداخت کنم. چون درست است که قانون الآن با من است صددرصد، ولی من می‌دانم که این رادیاتور من کهنه است و تعویض این یک بخشی‌اش کردن این شخص است و من یک بخشی از آن مبلغ را به‌عهده گرفتم، با این که آن شخص را می‌توانستم کامل موظف کنم به پرداخت کل مبلغ رادیاتور.

آقای شهبازی: آفرین

و نمی‌دانم آن لحظه‌ای که من تصمیم گرفتم این مبلغ را به‌عهده ایشان برسانم نفهمیدم که چه شخصی، یعنی نفهمیدم که زندگی چجوری آمد و برای من چنین تصمیمی گرفت و من همان‌جا بیان کردم و گفتم که آقا این (n) تومانش، حالا این (n) مبلغش کردن من و نفهمیدم که زندگی چجوری از کجا آمد و این سخن را گفت، در صورتی که من ذهنی می‌گفت، خُب خیلی عالی شد، رادیاتور که کهنه بوده، الآن نو می‌شود و ایشان مثلاً یک سوراخ خیلی کوچک بوده، می‌تواند تعویض بشود و شما هم یک رادیاتور سالم می‌توانی بگیری بدون هزینه، اما خُب من واقعاً نفهمیدم که این تصمیم را چجوری زندگی برای من گرفت که آن زرنگ‌بازی من ذهنی را کنار زد.

آقای شهبازی: آفرین

آقای مهران: و اگر اشکال ندارد یک تجربه دیگر هم بگویم و زیاد وقت نمی‌گیرم.

آقای شهبازی: بفرمایید.



آقای مهران: در غزل ۱۲۴۷ دیوان شمس از برنامه ۷۵۴:

زین سپس ما را مگو چونی و از چون درگذر چون ز چونی دم زند آنکس که شد بی‌چون خویش؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۷)

این بیت مربوط به داستان یونس هست که یونس موقعی که از شکم ماهی بیرون می‌آید و فضای یکتایی را تجربه می‌کند، به این بیت می‌رسیم که می‌گوید از این به بعد شما دیگر از من نپرسید که حالت چطور است؟ من واقعاً نمی‌توانم بگویم حال چطور است. حال من حالی نیست با ذهن استدلال بشود و ما بتوانیم در ذهن بگنجانیم.

و این بیت مربوط می‌شد به محیط شغلی من، من فروشنده یک سری محصولات هستم که باید به فروشگاه‌ها بروم و این کار را انجام بدهم و ما خیلی سال است با مشتری‌ها صحبت می‌کنیم و همیشه حال من را که می‌پرسند مشتری‌ها، من در جواب می‌گویم که من خیلی خوبم. من عالی‌ام، اما خُب آن شخص، عالی بودن من را به این شکل پاسخ می‌دهد که پولت زیاد شده؟ یا مثلاً ارثی گِیرت آمده؟ چه خبر شده که این قدر حالت خوب است؟ یعنی این که مثلاً من می‌گویم عالی هستم، من خیلی خوبم، برای هیچ من ذهنی نمی‌تواند آن حالت بی‌سبب بودنش مشخص بشود و همیشه می‌گویند که حتماً در بیرون شما به یک چیزی رسیدید که الآن حالتان خوب است و من هم به چالش کشیده می‌شدم، می‌گفتم: نه، ربطی ندارد می‌گفتند: نه، آره، بالاخره شما یک ارثی به تو رسیده، نمی‌دانم یک پولی به دست آوردی. حقوقت زیاد شده، ولی خُب من آخر نتوانستم کسی را متقاعد کنم در این قضیه و به این بیت رسیدم که:

زین سپس ما را مگو چونی و از چون درگذر چون ز چونی دم زند آنکس که شد بی‌چون خویش؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۷)

حالا ما به یک بی‌چونی خیلی نسبی و اندکی رسیدیم و واقعاً موقعی که کسی حالمان را می‌پرسد، من به‌شخصه به این نتیجه رسیدم که بگویم خوبم، مرسی، نه بیش‌تر از این که بگویم من عالی‌ام، من شادی بی‌سبب دارم و واقعاً نباید بیان بشود، چون که این‌ها همه‌اش تجربیات درونی است که ما به‌خاطر جناب مولانا و شما به این ادراک درونی رسیده‌ایم و از شما ممنونم و به‌قول خودتان برندم را هم می‌خوانم و با شما خداحافظی می‌کنم.



من که خَصَمِ هم منم، اندر گُریز
تا ابد کارِ من آمد خیز خیز
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۰)

و این بیت هم یعنی که همیشه یک دشمنی، یک خصمی در ما هست که ما در گریز از آن هستیم می‌گوید:

من که خَصَمِ هم منم، اندر گُریز
تا ابد کارِ من آمد خیز خیز
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۰)

یعنی ما افتان‌وخیزان به هر شکلی که شده، در گریز از این خصم هستیم و هیچ تا زمانی که در این تن هستیم ما را رها نخواهد کرد. ممنونم از شما.

آقای شهبازی: عالی عالی، آفرین، خداحافظ.



۲۵- خانم پارمیس از کرج

خانم پارمیس: خسته نباشید، من پارمیس هستم، از کرج تماس می‌گیرم.

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

خانم پارمیس: آقای شهبازی من متنی آماده نکردم، فقط خواستم تماس بگیرم و برند (Brand) خودم را بخوانم برایتان.

آقای شهبازی: به به به، بفرمایید.

خانم پارمیس: من به خاطر این که با خشم و کبر خیلی همانندگی داشتم و هنوز هم دارم، می‌خواستم که ابیاتی که مربوط به خشم هستند را خدمتتان بخوانم.

آقای شهبازی: چند وقت هست که برنامه را گوش می‌کنید؟

خانم پارمیس: من تقریباً حدود ده سالی هست که آشنایی دارم، اما شش، هفت سال است که دارم به طور جدی گوش می‌کنم و متعهدانه.

آقای شهبازی: آفرین، اولین بار است زنگ می‌زنید، نه؟

خانم پارمیس: بله آقای شهبازی، اولین بار است که تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: خیلی خُب، بفرمایید.

خانم پارمیس: قسمت نشده بود تا الآن و من این تماس را مدیون خانم بهار هستم، که بسیار من را تشویق کردند که تماس بگیرم و خیلی از ایشان سپاس‌گزارم و همین‌طور از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم پارمیس:

جمله خشم از کبر خیزد، از تکبر پاک شو
گر نخواهی کبر را، رو بی تکبر خاک شو



خشم هرگز برنخیزد جز ز کبر و ما و من
هر دو را چون نردبان زیر آر و بر آفلاک شو

هر کجا تو خشم دیدی، کبر را در خشم جو
گر خوشی با این دو مارت، خود برو ضحاک شو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۹۸)

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا، عجب برندی (Brand) دارید شما! آفرین.

خانم پارمیس: ممنونم، سپاس‌گزارم، ممنون از شما.



۲۶- آقای صادق از روستای ایلام

آقای صادق: سلام آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله بله، سلام علیکم.

آقای صادق: من از ایلام زنگ می‌زنم، از یکی از روستاهای ایلام. خدمت همهٔ دوستان هم سلام عرض می‌کنم. می‌خواستم دربارهٔ یکی از پیشرفت‌هایم که با استفاده از این برنامه بوده، توضیحاتی بدهم.

آقای شهبازی: بفرمایید بله.

آقای صادق: خواهش می‌کنم.

در روستای ما مردم معمولاً چه مرد و چه زن، در اوقات فراغت، در دسته‌های چند نفری در محافل عمومی روستا، در مغازه‌ها یا در کوچه‌ها، مخصوصاً در ایامی که کار نیست می‌نشینند و با هم از هر دری سخنی و وقت را می‌گذرانند و مخصوصاً امروزه که وسایل کشاورزی پیش‌تر شده و کار هم سریع‌تر انجام می‌شود، وقت این محافل‌ها هم پیش‌تر شده است.

من هم جزو یکی از آن دسته‌ها بودم و در مکانی مشخص می‌نشستیم و می‌گفتم و می‌خندیدیم و درواقع خوش‌گذرانی می‌کردیم.

حالا ما چه می‌گفتم و به چه می‌خندیدیم؟ ما هرچند به‌ندرت بحث‌های مفید هم می‌کردیم، اما واقعیت این است که نود درصد وقت ما به مسخره کردن دیگران و غیبت و تهمت و دروغ و قضاوت و این چیزها سپری می‌شد و گاهی هم زبان شکایت باز می‌شد و از زمین و زمان شکایت می‌کردیم.

ما به‌قول خودمان خوش‌گذرانی می‌کردیم و لذت می‌بردیم و تازه اعتقاد هم داشتیم که این دورهمی‌ها هم برای جسم ما، هم برای روح ما مفید است و ما را سالم نگه می‌دارد، اما من نمی‌دانستم که این‌ها همه زهرمار هستند و همه‌اش کارافزایی و اتلاف وقت است و اصراف است.

یا تو پنداری که تو نان می‌خوری

زهر مار و کاهش جان می‌خوری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۵۷)



این آموزش به من فهماند که شرکت در این جلسات را محدود کنم و در انتها ترک کنم، زیرا این از دسیسه‌های من‌ذهنی بود و ما را به بیگاری گرفته بود و به موجود غیرمفید تبدیل شده بودیم. من تصمیم گرفتم که شرکت در آن‌ها را ترک کنم.

ترک کن این جبر جمع مَنبَلان تا خبر یابی از آن جبرِ چو جان (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۸)

آیا می‌بایست می‌رفتم به آن‌ها می‌گفتم که همه شما اشتباه می‌کنید و وقت را هدر می‌دهید و می‌توانید به‌جای این هدر دادن و غیبت کردن‌ها، مفید باشید؟ نه.

مولانا به من گفته تو فقط روی خودت کار کن و کاری به کسی هم نداشته باش.

تا کنی مرغیر را حَبَر و سَنی خویش را بدخُو و خالی می‌کنی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

آیا جدایی از آن‌ها و محدود کردن شرکت در آن جلسات کاری بود که در عرض چند روز انجام می‌شد؟ نخیر. جدا شدن از آن گروه‌ها و همچنین من‌ذهنی خودم، کار ساده‌ای نبود و نیاز به زمان داشت.

اندک اندک آب، بر آتش بزن تا شود نار تو نور، ای بوالْحَزَن (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۳)

اولین کاری که کردم این بود که وقتی از کنار آن‌ها رد می‌شدم و مرا صدا می‌زدند، هر روز به بهانه‌ای می‌گفتم کمی کار دارم، امروز کمی حالم خوش نیست و از این حرف‌ها. گاهی هم در حد چند دقیقه می‌رفتم، اما سعی می‌کردم که در آن چند دقیقه دهان آن‌ها را به غیبت باز نکنم و گاهی هم موفق نمی‌شدم. بیشتر مواقع‌ها به بهانه‌ای رد می‌شدم.

چون مبارک نیست بر تو این علوم خویشان گولی کن و بگذر ز شوم (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۷۴)



می‌دانستم که اگر در جمع آن‌ها بمانم، حتماً بدون شک دوباره به آن بحث‌ها، به آن کارافزایی‌ها، کشیده می‌شوم و دوباره عادت می‌کنم.

مولانا در دفتر ششم بیت ۶۹۶ به من گفته بود:

چون نباشد قوتی پرهیز به

در فرار لایطاق آسان بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۹۶)

کم‌کم دکان من به روی آن‌ها بسته شد و دکان آن‌ها هم به روی من بسته شد و این بازار که بد و بدتر از زهر بود، داشت کم‌کم تعطیل می‌شد و جالب این‌جاست که هر روز که از تعارفات آن‌ها و دعوت‌های آن‌ها هم کمتر می‌شد و الآن که دارم این متن را عنوان می‌کنم باید ادعا کنم که تقریباً بطور کامل خودم را از آن جمع مضر و غیرمفید کنار کشیده‌ام. بدون این‌که با آن‌ها هم دشمنی داشته باشم و آن‌ها هم با من دشمنی ندارند، بلکه با هم دوست هم هستیم. در همه مراسمات رسمی، شادی و غم آن‌ها شرکت می‌کنم. در کارهای عمومی روستا با هم کار می‌کنیم، اما درواقع دیگر عضو آن‌ها در ایامی که کارافزایی می‌کنند و جلسه تشکیل می‌دهند، نیستم.

یادم هست یک روز، یکی از آن‌ها به من گفت: خوش به حالت و من خیلی دوست دارم مثل تو باشم، کارهای خودت را انجام می‌دهی و کاری به کار کسی هم نداری و من هم هیچ‌چیز نگفتم.

حالا من به‌جای شرکت در آن جلسه‌های غیر مفید، وقتم را با گروه جدید می‌گذرانم. مولانا می‌خوانم، به برنامه گوش می‌دهم، پیغام‌های دوستان را گوش می‌دهم، کار می‌کنم، کشاورزی می‌کنم، سبزی‌کاری می‌کنم، کارهای خانه را می‌کنم، به فقرا کمک می‌کنم و به‌هرصورت سعی می‌کنم که فرد مفید باشم و این یک پیشرفت بسیار خوبی برای من بود، که از آن جمع‌ها کنده شدم و به این جمع معنوی وصلم که هرکدام سعی می‌کنیم به هم کمک کنیم و تجربه‌های ارزشمند خود را با هم به اشتراک می‌گذاریم و بابت این برنامه که باعث این چنین تغییرات مثبتی می‌شود، بسیار سپاس‌گزارم.

من خیلی خیلی جریمه پرداخت کردم، تا فهمیدم که نباید جریمه پرداخت کنم. من واقعاً خیلی درد کشیدم تا فهمیدم که نباید درد بکشم و تشخیص‌دهنده هم خودم هستم و این را هم بگویم که هرچه از آن جمع‌ها فاصله می‌گرفتم، درواقع از من‌ذهنی خودم هم فاصله می‌گرفتم، چون غذای من‌ذهنی من که درد بود، مصیبت و دروغ



و مسخره کردن دیگران و به این‌ها عادت کرده بود، آن غره‌ها دیگر غذایش بسیار کم شده بود و با مشغول شدن من به زندگی شخصی خودم، او هم کم‌کم ساکت شده و قدرتش هم دارد کم‌کم، کم می‌شود.

من نمی‌گویم در عرض چند روز این اتفاق افتاد، بلکه درحد چند سال بود و می‌بایست یواش‌یواش از آن جمع بیرون می‌کشیدم، طوری که من ذهنی خودم هم نفهمد.

هرچند این کار سال‌ها طول کشید، اما من بسیار خوش‌حالم که الان با این خانواده گنج حضور هستم. که این خانواده همه شکر دارد.

در این بازار عطاران مرو هر سو چو بی‌کاران به دکان کسی بنشین که در دکان شکر دارد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۳)

و این یک پیشرفت خیلی خیلی خوب بود. و در پایان این را هم بگویم که مرا به یاد خاطره‌ای انداخت که به‌طور خلاصه آن را هم بگویم.

من سال‌ها پیش، ریش و سبیل بلند داشتم. مدت‌های زیادی ریش و سبیل بلند داشتم تا این‌که یک‌دفعه هوس کردم و خیلی هم دوست داشتم که ریش و سبیل را با تیغ بزنم. آیا این کار در سطح روستا که مردم سال‌های سال مرا با ریش و سبیل بلند دیده بودند آسان بود؟ نه. بلکه خیلی هم سخت بود. و چه‌بسا اگر یک‌دفعه این کار را می‌کردم، مردم مرا مسخره می‌کردند و شاید هم بد می‌شد و می‌خندیدند و چه‌بسا من مجبور می‌شدم دوباره ریش بلند بگذارم تا از شر آن‌ها خلاص بشوم.

اما یادم هست که آن‌زمان یک فکری به سرم زد. این را هم بگویم با این برنامه آشنا نبودم و اصلاً با مولانا و دیگر بزرگان هم تقریباً آشنا نبودم. فکری که به سرم زد این بود که طوری کم‌کم از ریشم کوتاه کنم که خیلی معلوم نشود. بار اول کمی از آن کوتاه کردم، هیچ اتفاقی نیفتاد. بار دوم کمی کوتاه‌ترش کردم و چون این اندازه از اندازه قبلی کمی کوتاه‌تر بود، باز هم کسی متوجه نشد. تا این‌که یادم است ریشم داشت از نصف اندازه واقعی قبلی کم‌تر می‌شد و کسی متوجه نشد و من از درون خوش‌حال می‌شدم، بازی‌ام داشت می‌گرفت.

حالا وقت بینندگان را نگیرم، سه سال طول کشید تا این‌که من ریش و سبیلم نزدیک به صفر شده بوده و برای مردم هم عادی جلوه می‌کرد.



و یادم هست وقتی اولین بار ریش و سبیل را با تیغ زدم، مردم در داخل روستا، حتی برای یک نفر هم غیرعادی جلوه نکردم و به آرزویم هم رسیدم.

حالا وقتی من آن عکس‌های خودم که ریش و سبیل بلند داشتم و عکس‌هایی که با تیغ می‌زنم را کنار هم می‌گذارم، به خودم می‌گویم باید این‌طور تغییر کنی که مردم آن تغییر را ببینند، بدون این‌که زمان تغییر را بفهمند. و باید در بین مردم بود و تغییر کرد و چه بسا اگر من خودم را از چشم مردم پنهان می‌کردم و در خانه و در کنجی می‌ماندم و کم‌کم ریشم را کوتاه می‌کردم، موفق نمی‌شدم.

این بود که مردم تغییر مرا می‌دیدند، اما درواقع هم نمی‌دیدند. و فهمیدم که رها شدن کار می‌خواهد، صبر می‌خواهد و پیوسته کار کردن می‌خواهد. به یک‌روزه مقدور نیست و ما قدرتش را هم نداریم.

مولانا چه زیبا در دفتر ششم، ابیات ۱۴۱۱ می‌فرماید:

هر که را بینی یکی جامه درُست
دان که او آن را به کَسب و صبر جُست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۱)

هر که را بینی برهنه و بینوا
هست بر بی‌صبری او آن گوا

(مولوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۲)

خسته نباشید آقای شهبازی، ببخشید طولانی هم شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! خیلی زیبا! پس خداحافظی می‌کنم با شما.

آقای صادق: خواهش می‌کنم، امری ندارید، خداحافظ شما.

آقای شهبازی: عالی، خیلی خوب.

◆◆◆ بخش چهارم ◆◆◆



۲۷- خانم زرین و دخترشان از زرین شهر اصفهان

از چاه شور این جهان، در دلو قرآن رو، برآ ای یوسف، آخر بهر توست این دلو در چاه آمده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

این جهان پر از چاله و چاه‌های پر از آب شور است. اگر ما در وضعیتی هستیم که راه را نمی‌دانیم و نمی‌بینیم، برای این است که از چاله به چاه افتاده‌ایم و دائماً در حال خوردن آب شور هستیم و هرچه بیش‌تر از این آب شور می‌خوریم، بیش‌تر تشنه می‌شویم.

چاه‌های آب شور زیاد هستند مانند حسادت، قضاوت، غرور، خشم، خودبرتربینی، ترس، قیاس و غیره، و با افتادن در هر کدام از این چاه‌ها، راه ورود را برای چاه دیگر باز کرده‌ایم مانند این‌که از آب شور حسادت بخوریم ولی ریشه آن در چاه قیاس و مقایسه باشد.

پس دقیق شویم ببینیم این ابیات به چه همانندگی ما اشاره دارد و ما عملاً «دلو قرآن» یا همان فضاگشایی را بگیریم و هم‌هویت‌شدگی را شناسایی کنیم و بیندازیم.

مولانا می‌گوید ای یوسف! یعنی اشاره به ما دارد که هر لحظه این دلو در اختیار توست و ما می‌توانیم اختیار کنیم که دلو را بگیریم و از چاه من‌ذهنی بیرون بیاوریم یا این‌که در چاه من‌ذهنی و هشیاری جسمی بمانیم. ولی در چاه ماندن نه تنها به خودمان ضرر می‌زنیم بلکه با قرین شدن به فرزندانمان و اطرافیانمان نیز آسیب می‌رسانیم.

پس حال که این دلو برای ما از طریق مولانا و بزرگان و کسانی که به زندگی زنده شده‌اند آویزان شده، پس آن را بگیریم و عملاً روی خودمان کار کنیم تا بتوانیم انرژی زندگی را در این لحظه بگیریم و در این لحظه است که انرژی زندگی با کیفیت بالا در جریان است.

پیام خانم تیارا یازده ساله از زرین شهر اصفهان

صد خمار است و طرب، در نظر آن دیده که در آن روی نظر کرده بُود دزدیده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۸)



من ذهنی با فکرها یک جسم جدید درست می‌کند که کسی را عین خودش درست کند ولی ما می‌دانیم نمی‌تواند کسی عین خودش درست کند چون خودش از جنس این جهان نیست.

ما از جنس جسم نیستیم، ما از جنس خدا هستیم. وقتی هشیاری می‌رود در خواب من ذهنی و می‌خواهد برگردد که قرار است برگردد، راه را نمی‌تواند پیدا کند چون دارد از دید من ذهنی نگاه می‌کند.

دید من ذهنی بسیار با دید اصلی هشیاری فرق می‌کند، مثلاً وقتی آمده‌ایم به این جهان و بعد رفته‌ایم به یک من ذهنی. من ذهنی دیدش محدود است، او انرژی خیلی بدی دارد.

سرنوشت ما این است که یواش یواش از این خواب من ذهنی بیدار بشویم و راهمان را پیدا کنیم و همین‌طور دوباره برگردیم به آن بی‌نهایت و آن حس ابدیت را بگیریم.

هم‌هویت‌شدگی‌ها به ما می‌گویند تو از جنس جسم هستی و ما هم قبول می‌کنیم، ولی باید به حرف آن گوش ندهیم و ادامه دهیم چون ما از جنس عدم و خدا هستیم.



۲۸- آقای مهدی از اصفهان

هرچه فضا گشوده‌تر بشود گل حضور هم شکوفاتر می‌شود و این‌که خدا را شکر، داریم سعی می‌کنیم که در هر لحظه این خار ذهن را از خود بکنیم.

خوشبختانه توسط جناب مولانا و شما استاد عزیز داریم درس می‌گیریم که چطور دردی که در درون ما هست را بتوانیم مسلط شویم روی آن.

استاد عزیز جناب مولانا در دفتر سوم، بیت ۲۷۲۱ دارند:

روز روشن، هرکه او جوید چراغ
عین جُستن، کوریش دارد بلاغ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۱)

ور نمی‌بینی، گمانی برده‌ای
که صباح‌ست و تو اندر پرده‌ای
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۲)

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

و خدا را شکر و افتخار می‌کنیم که داریم تمام سعی خودمان را می‌کنیم که بتوانیم ذهن خودمان را خاموش کنیم که زندگی به‌جای من‌ذهنی بتواند حرف بزند و داریم سعی خودمان را می‌کنیم که به‌دنبال زندگی نگردیم با ذهن.



این کیست این، این کیست این؟ در حلقه ناگاه آمده این نور اللّٰهی ست این، از پیش اللّٰه آمده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

انسان آفتابی‌ست که در ذرهٔ جسم پنهان شده، تحت جاذبهٔ اجسام، ته چاه همانیدگی افتاده و با وابستگی و پرستش (؟...) جلوی طلوع خورشید زندگی را گرفته‌است. با فضاگشایی در اطراف اتفاقات، برداشتنِ درستِ اولین قدم، با بخشندگی و رواداشت، وقتی مرکز عدم شود، نور اللّٰهی ناگهان بر دل آگاه و حاضر می‌تابد.

بزرگانی که بالاتر از محدودهٔ جاذبهٔ زمین ذهن رفته‌اند، برای (؟...) درست دیدن را نشان می‌دهند. ما با شک و ترس و تهدید، سوار شدن به «دلو» و نجات را به تأخیر می‌اندازیم و کار کوتاه را بر خود دراز (؟....) می‌داریم. وضعیت‌ها را جدی گرفته‌ایم و با علاقه به اتفاقاتِ آفل چسبیده‌ایم، حتی به بدعهدی اقلامِ ذهنی عادت کرده‌ایم. «دستگیرهٔ محکم» به صفر رساندنِ هر خواسته است. تکبر، حس بی‌نیازی و حس کامل بودنِ من‌ذهنی، با ماندن در خزان همانیدگی در غیابِ زندگی به خواب رفتیم. در خواب هرچقدر هم آب بنوشیم، سیراب نخواهیم شد. با درک توهم‌بودنِ جهان و بیدار شدن از خواب همانیدگی (؟...) نجات می‌شویم.

دلا چند باشی، تو سرمست گفتن چو در عین آبی، چه مست سَرابی؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۱۷)

چون از اول در ذهن زندگی کرده‌ایم، در همانیدگی احساس آسودگی می‌کنیم ولی ما مرغ خانگی نیستیم، گورستانِ ذهن جای زندگی ما نیست، باید از کنار این مردگان عبور کنیم.

ای مُرده را کنار گرفته که جان من آخر کنار مُرده کُند جان و جسم سرد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۶۹)

خود با خدای کن که ازین نقش‌های دیو خواهی شدن به وقت آجل بی‌مرادِ فرد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۶۹)



۳۰- خانم افسانه از لرستان با سخنان آقای شهبازی

گفتم که: عهد بستم، وز عهد بد برستم
گفتا: چگونه بندی چیزی که من شکستم؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۸۶)

ما به خودمان می‌گوییم دیگر فهمیده‌ام راه معنویت را، دیگر فهمیده‌ام زنده شدن به خدا چگونه است و با خدا عهد می‌بندم و متعهد می‌شوم که این راه را بروم.

مولانا می‌فرماید ما فکر می‌کنیم اگر عهد با خدا ببندیم، دیگر داریم هر لحظه زنده می‌شویم. می‌فرماید خیر، این‌طور نیست. ما تعهد با خدا در ذهن می‌بندیم.

آیا با عهدمان به قدر کافی روی خودمان کار می‌کنیم؟

آیا قضاوت و مقاومت صفر می‌کنیم؟

آیا هم‌هویت‌شدگی‌هایمان را شناسایی و آن‌ها را «لا» می‌کنیم؟

مولانا از زبان خداوند می‌فرماید، درست است تو فهمیدی باید فضا را باز کنی و تسلیم بشوی، قانون جبران مادی و معنوی را رعایت کنی، ولی آیا واقعاً این کارها را انجام می‌دهی؟

در برابر اتفاق این لحظه تسلیم می‌شوی؟ یا در ذهن با من عهد بستی؟

عَلَّتِي بَتَّرَ ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای دُودَلال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

من ذهنی ما را فریب می‌دهد، می‌گوید نگاه کن داری به کمال می‌رسی، اصلاً تو به حضور رسیدی، بعد یک دفعه در برابر اتفاق این لحظه خشمگین می‌شویم، عصبانی می‌شویم، آه و ناله و شکایت می‌کنیم و ناسزا می‌گوییم.

مولانا می‌فرماید چیزی به نام تعهد کامل وجود ندارد. تعهد کامل دست ما نیست، فقط دست خداوند است.

ما باید فقط و فقط کار کنیم. ما از ضعف اراده عهدمان را می‌شکنیم، عصبانی می‌شویم بعد پشیمان می‌شویم. من ذهنی پندار کمال به ما می‌گوید ببین، چرا این همه وقت می‌گذاری؟ تو که همه را می‌دانی، نیاز به این همه وقت



گذاشتن نیست، دیگر نیاز نیست مولانا بخوانی و ابیات را تکرار کنی. درواقع من ذهنی پندار کمال ما را به عقب می‌اندازد.

تا من بلند باشم، پستم کُند به داوَر
چون نیست کرد، آنگه بازآوَرَد به هستم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۸۶)

وقتی من بلند می‌شوم به‌عنوان من ذهنی و می‌گویم من می‌دانم، کارگاه خداوند را می‌بندم و فضا را باز نمی‌کنم و تسلیم نمی‌شوم، خداوند هم هر لحظه نتیجه اعمالم را جلوام می‌گذارد.

ولی وقتی به اتفاق این لحظه بله می‌گویم، واکنش نشان نمی‌دهم خودم را به رخ دیگران نمی‌کشم، درواقع به عهدم که با خدا بستم وفادارم، آن‌جاست که فقط بندگی خداوند را می‌کنم.

نمی‌شود با ذهن بگویم خدایا عاشقتم، من بنده‌ات هستم، ولی به اتفاق بله نگوییم و فضاگشا نباشیم و درواقع بنده من ذهنی‌مان باشیم. من با این لحظه آشتی می‌کنم و تسلیم می‌شوم و با عهدم با خدا وفادار می‌مانم.

تا من بلند باشم، پستم کُند به داوَر
چون نیست کرد، آنگه بازآوَرَد به هستم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۸۶)



۳۱- سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آن بیت را یک بار دیگر بخوانید، همین اخیراً خواندید.

خانم افسانه: چشم،

تا من بلند باشم پستم کند به داوَر
چون نیست کرد آنگه بازآورد به هستم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۸۶)

آقای شهبازی: بله، شماره‌اش را می‌دانید؟

خانم افسانه: شرمنده نه، الآن یادداشت نکردم.

استاد شهبازی: بعد از این خواهش می‌کنم پیغام می‌دهید شماره ابیات را یادداشت بکنید.

خانم افسانه: چشم، چشم، چشم.

آقای شهبازی: آفرین، ممنونم، خداحافظ.

خانم افسانه: ببخشید، یک سؤالی از حضورتان داشتم، از خدمتتان.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم افسانه: می‌خواستم ببینم امکانش هست قطعه موسیقی ما خدمت شما ارسال کنیم؟ یعنی برای برنامه گنج حضور.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم افسانه: اگر هست می‌شود آدرسش را، نمی‌دانم چطور باید بفرستم، کجا باید بفرستم.

آقای شهبازی: شما آدرس تلگرام ما را نمی‌دانید؟

خانم افسانه: بله دارم آن را.

آقای شهبازی: خُب همان‌جا بفرستید.



خانم افسانه: همان‌جا بفرستم؟ گفتم شاید یک جایی دیگر باشد.

آقای شهبازی: نه، نه. هرکسی که موسیقی دارد، هم شما هم هر کس دیگری موسیقی قابل پخش دارد، معمولاً موسیقی‌ای باید باشد که عرفانی باشد، شعر مولانا باشد، حافظ باشد، این‌جور چیزها، با سازهای ایرانی هم زده شده باشد.

ما بیش‌تر به این علاقه‌مندیم و موسیقی سنتی ایرانی باشد. مخصوصاً اگر تار در آن باشد، بله، بفرستید به ما. منتها باید موسیقی اصلاً انتقاد در آن نباشد. بعضی موقع‌ها دوستان می‌فرستند، البته جوان هستند، ولی یک شکایتی، یک چیزی را می‌خواهند بگویند که ما آن‌ها را نمی‌توانیم پخش کنیم. مثل این‌که قطع هم شدند.

حالا یک توضیح کلی، موسیقی که می‌فرستید یا خودتان ساز می‌زنید و می‌خوانید خُب این یک موضوع دیگری است، همان هم ما می‌توانیم پخش کنیم. یا یک چند نفر ساز می‌زنند، شما می‌خوانید، یا شما یکی از آن هنرمندان ساززن هستید و یک نفر آواز می‌خواند، یا همه‌تان می‌خوانید، بله، همه را می‌توانیم پخش کنیم.

به آدرس تلگرام بفرستید، ولی دیگر اختیار را بدهید به ما که پخش کنیم یا نکنیم، اگر نکردیم شما ناراحت نشوید.



۳۲- آقای فرشاد از خوزستان

«می‌دانم من ذهنی»

در برنامه ۹۲۲ آقای شهبازی فرمودند ما باید نداستن و نمی‌دانم را به خودمان یاد بدهیم. برای این کار باید ابتدا شناسایی کنیم که چه کارهایی و چه حرف‌هایی و چه فکری در ما براساس می‌دانم است. موارد زیر را در خود شناسایی کرده‌ام که براساس می‌دانم است.

۱- من به همه پیام‌ها با دقت و با تمرکز بالا گوش نمی‌کنم.

۲- من به جای تمرکز و توجه به محتوای پیام، به نویسنده پیام توجه می‌کنم.

۳- در خانواده از دیگران کمک نمی‌خواهم و اگر نظری دارند، با تمام وجود گوش نمی‌کنم و قضاوت می‌کنم که این‌ها بلد نیستند و یا می‌گویم که سنشان از من کوچک‌تر است.

۴- به طور اتوماتیک، در حرف زدنم «می‌دانم» نهفته است. در گفت‌وگو با دیگران همه تمرکز روی این است که فقط حرف خودم را بزنم و طرف مقابل هرچه بگوید، من یک جوابی دارم. یکی از بهترین راه‌های یادگیری نمی‌دانم، تقویت مهارت گوش کردن است.

۵- یک نفر چیزی به من یاد می‌دهد، تشکر و قدردانی از زحماتش نمی‌کنم. چون پندار کمالم می‌گوید تو خودت بلد بودی این‌ها را.

۶- وقتی با کار روی خود پیشرفت می‌کنیم و حالمان خوب می‌شود، در این مرحله باید خیلی مراقب لغزش خود به خاطر تکبر و غرور «من می‌دانم» باشیم، چون بسیار محتمل است و در کمین است.

زین کمین، بی‌صبر و حزمی کس نجست

حزم را خود، صبر آمد پا و دست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

چجوری ممکن است لغزش کنیم؟

این‌که فکر کنیم آدم معمولی نیستیم و با دیگران که من ذهنی دارند فرق داریم و بیش‌تر از آن‌ها می‌دانیم. بنابراین وقتی آن‌ها اشتباه می‌کنند ایراد می‌گیریم و نصیحت می‌کنیم که باید فلان‌طور عمل کنید.



یا مثلاً در خانواده و فامیل مدام حرف‌های قشنگ بزنیم و تمرکزمان روی بقیه باشد که چکار می‌کنند تا برویم نصیحت کنیم و الگوی عمل به آن‌ها بدهیم.

**حَزَم آن باشد که ظَنّ بد بَری
تا گریزی و شوی از بد، بَری**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷)

**حَزَم، سوء الظن گفته‌ست آن رسول
هر قدم را دام می‌دان ای فضول**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸)

- ۷- این‌که به‌طور مطلق و با قاطعیت صحبت می‌کنم و می‌گویم اصلاً معلوم است که باید فلان‌طور عمل کرد.
- ۸- می‌گویم کارهای من باید دقیق باشد و سخت‌گیری می‌کنم. پارک ذهنی دارم و اگر پارک ذهنی‌ام خراب شود، اوقات تلخی می‌کنم.
- ۹- اشتباه خودم و دیگران را نمی‌پذیرم. خودم مولانا گوش می‌دهم، انتظار دارم بقیه هم طبق آموزه‌های مولانا عمل کنند. بنابراین اگر کسی اشتباه کرد، سریع درستش را یادآوری می‌کنم. درستی که از نظر من درست است.
- ۱۰- از ته دلم از کسی عذرخواهی نمی‌کنم، چون معلوم است که همیشه حق با من است، من که اشتباه نمی‌کنم.
- ۱۱- هیچ‌وقت نشده که کسی را تشویق و تحسین کنم، فقط ملامت و کوچک کردن، تا بگویم من بلدم.
- ۱۲- برای مثال خواهر یا برادر کوچک‌ترم شروع به یادگیری چیزی می‌کنند که من آن را بلد هستم. من چون پندار کمال دارم، پیشرفت آن‌ها را ملامت می‌کنم و می‌گویم این‌که چیزی نیست.
- ۱۳- می‌گویم خیلی وقت است که روی خودم کار می‌کنم و کافی است. من پیشرفته هستم.
- ۱۴- خیلی به جزئیات و رفتار دیگران توجه می‌کنم.
- ۱۵- این‌که هر کار کوچک و ساده‌ای را که انجام می‌دهم، انتظار دارم خیلی بزرگ جلوه کند و فکر می‌کنم که کار بزرگی انجام داده‌ام.



۱۶- من کوچک‌ترین موفقیتی که به دست می‌آورم را همه‌جا تعریف می‌کنم.

۱۷- وقتی به من می‌گویند تو بلد نیستی و نمی‌دانی، سریع می‌خواهم واکنش نشان دهم و ثابت کنم که می‌دانم.

۱۸- لحن گفت‌وگوی دیگران مرا قلقلک می‌دهد.

۱۹- بیت‌ها را که می‌خوانم می‌گویم این را که بلدم و رد می‌شوم. بعد از آن، همان بیت را توسط آقای شهبازی یا دوستان دیگر می‌شنوم و متوجه می‌شوم که این بیت چقدر نکته داشت که من توجه نکردم.

این‌ها مواردی بودند که من در خودم دیدم. از خودم پرسیدم که اصلاً علتش چیست که من این قدر تأکید دارم به می‌دانم؟ چرا؟ به چه چیزی می‌خواهم برسم؟ چه چیزی را می‌خواهم ثابت کنم؟ چرا من نیاز دارم به این‌که به خودم و دیگران ثابت کنم که من می‌دانم؟

جوابی که به‌منظرم رسید این بود که علتش این است که من خودم را دوست ندارم و ذاتاً احساس ارزش نمی‌کنم، بنابراین نیاز دارم به حساب بیایم، نیاز دارم که دیگران به من ارزش بدهند. این همه سروصدا و ادعا و انتقاد و ملامت، فقط برای این‌که بگویم من هم هستم و با مقایسه تصویر ذهنی خودم، احساس برتری کنم.

این‌ها نشان می‌دهد که من ذهنی مثل یک خانواده است. یک عضو پندار کمال است، یک عضو ناموس من ذهنی است، یک عضو می‌دانم است، یک عضو حس بی‌ارزشی و ناتوانی و جبر است، یک عضو دردها هستند و این‌ها با هم هستند. زندگی در این خانواده یعنی مورد تجاوز قرار گرفتن، مثل غلام هندو.

راه‌هایی از می‌دانم من ذهنی و خانواده‌اش، کوچک کردن خود است. این‌که بگوییم من نمی‌خواهم کس باشم، نمی‌خواهم دوست داشته بشوم، من معشوق نیستم، عاشق هستم.

ترک معشوقی کن و، کن عاشقی

ای گمان برده که خوب و فایقی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۹)

اجازه ندهیم این خانواده من ذهنی به ما القا کند که ما باید به حساب بیایم و ارزش از بیرون قرض کنیم. ما خود ارزش هستیم، فقط الآن زیر همانیدگی‌ها پنهان شده، ما باید آن را به‌کار بگیریم و این فقط با فضاگشایی انجام می‌شود. ارزش ذهنی موقتی و تقلبی است و هیچ‌وقت ما را راضی نمی‌کند، چون ذهن ذاتاً ارزش ندارد.



یوسف‌ا، آمد رَسَن، دَرَزَن دو دست
از رَسَن غافل مشو، بیگه شده‌ست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۷)

حَمْدُ لِلّٰه کاین رَسَن آویختند
فَضْل و رحمت را به هم آمیختند
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۸)

ما غافلانه در چاهِ ذهن به خواب رفتیم و بی‌خبر آن‌جا را وطن خود می‌دانیم. حالا مولانا و بزرگان دین و معرفت، انسان‌های به حضور رسیده، آمده‌اند و ما را صدا می‌کنند و دَکَوی به این چاه انداخته تا با چنگ زدن به ریسمان زندگی، خود را در دلو انداخته و از مَهْلَکَه و تاریکی چاه ذهن، بیرون بیاوریم تا با ظهور هوشیاری حضور، از رحمت و بخت و دولت و اقبال زندگی برخوردار شویم.

این کیست این، این کیست این؟ در حلقه ناگاه آمده
این نورِ اَللّٰهی ست این، از پیشِ اَللّٰه آمده

این لطف و رحمت را نگر، وین بخت و دولت را نگر
در چاره بَدَاختران، با روی چون ماه آمده
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۷۹)

بَر آمدن آفتابِ زندگی از مرکز همانیده با قَدَمِ نیک یا فضاگشایی در این لحظه، که چاره دردِ بَدَاختران یا من‌های ذهنی است، با "لا" کردن همانیدگی‌ها از قبیل پول، مقام، حرص ورزیدن در انواع شهوات. یعنی مرتباً به خود بگوییم، من این‌ها نیستم، من از جنس فضای گشوده هستم تا کم‌کم نور زندگی از سیاهی شبِ ذهن بالا بیاید و راه بر ما آشکار گردد.

تا نَخوانی لا و اِلَّا اَللّٰه را
در نیابی مَنهَج این راه را
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۴۱)



با گذر از چندی و چونی ذهن، از کشش و جاذبه جهان همانندگی درامانیم و از هیولایِ ذهن آزاد می‌گردیم تا در فضای گشوده، بی‌مقاومت و قضاوت، در جاذبه و عنایتِ زندگی، قرار بگیریم.

ای لولیان لالا با لا پَریده بالا
وارسته زین هیولا، فارغ ز چون و چندی
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۴۸)

و این رهایی فقط با دید زندگی و عقل «ما زاغ البَصَر» ممکن است. چشمی که نلغزد و طغیان نکند.

دیده ما چون بسی علّت دروست
رو فنا کن دید خود در دید دوست
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱)

دید ما را دید او نِعَمَ العَوَض
یابی آندر دید او کُلَّ غَرَض
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۲)

برای تغییر دیدن از مرکز همانیده به مرکز عدم، باید از شمع و نور هدایت مولانا و یاران زندگی بهره بگیریم تا جان زندگی را از گورستان همانیدگی‌های آفل و بی‌وفا، از دست من‌های ذهنی خود و جهان همانیدگی برهانیم.

هین مدو آندر پی نفسِ چو زاغ
کو به گورستان بَرَد، نه سوی باغ
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۱۲)

گر روی رو، در پی عنقای دل
سوی قاف و مسجد اقصای دل
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۱۳)

ما یاد بگیریم که در مسیر معنوی، چیزی نمی‌دانیم و از هیچ چیزی زندگی نمی‌خواهیم و به وقت ابتلائات و امتحانات زندگی، صبر و توکل و اعتماد به زندگی را پیشه خود کنیم زیرا غیرت زندگی، مانع بازگشت ما به ذهن است و این درد دارد.



نامیدی و یأس و ملامت و سؤال از ابزار شیطان است. فقط باید در مراقبه و پرهیز باشیم و در این راه بی‌انتهای با فضاگشایی قدم برداریم و با وجود خطا، بازگردیم. بازگشت و عذرخواهی با فضاگشایی و شناسایی در خاموشی ذهن، تا آینه دل، از سلطه زنگارهای همانندگی با فرم‌ها، نقش‌ها، آدم‌ها و اجسام، آزاد و رها گردد.

مَبْرُ اومید که عمرم بشد و یار نیامد
به گه آید وی و بی‌گه، نه همه در سحر آید

تو مراقب شو و آگه، گه و بی‌گاه که ناگه
مَثَلِ کُحَلِ عَزِیزی شِه ما در بصر آید
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۲)

در این مسیر پرفراز و نشیب از تهدیدها و قضاوت‌های جدا شدن از اطرافیان و جمع نهراسیم و از سویی به سویی کشیده نشویم تا سختی‌ها و رنج‌ها با صبر و درد هشیارانه و توکل و لطف خدا، به گنج حضور تبدیل شود.

این جفای خلق با تو در جهان
گر بدانی، گنج زر آمد نهان
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۲۱)

و در آخر،

یا رَبِّ، مرا پیش از آجَل فارغ کن از علم و عمل
خاصّه ز علم منطقی در جمله افواه آمده
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۷۹)

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. شما بیت برند (brand) ندارید ؟

خانم پوری: من اولین جلسه‌ای که تماس گرفته بودم با شما، ابیات مولانا را در زمینه اتصال با کائنات و این‌که تمام موجودات هستی هماهنگ هستند و این انسان است که در واقع در این سمفونی زندگی، سازش کوک نیست و ناهماهنگ است و من همیشه وقتی که حالا گل، گیاه، حیوانات، هر چیزی را نگاه می‌کنم این ابیات تو ذهنم هست که :



جمله ذرات عالم در نهان
با تو می‌گویند روزان و شبان
(منسوب به مولانا)

ما سَمِیعیم و بَصیریم و خوشیم
با شما نامحرمان ما خامُشیم
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۰۱۹)

چون شما سوی جَمادی می‌روید
مَحرم جان جَمادان کی شوید؟
(مولانا، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۰۲۰)

از جَمادی عالم جانها رَوید
غُلغل آجَزی عَالَم بشنَوید
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۰۲۱)

و این‌که همیشه مثلاً نگاه می‌کنم، می‌بینم که فقط این انسان است که در طبیعت دارد خرابکاری می‌کند و اگر واقعاً این ابیات مولانا را انسان‌ها بشنوند، به آن زنده بشوند، یک جهانی داریم که پر از صلح و آرامش است.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین.

خانم پوری: یک بیت دیگر هم هست،

نام دیوی رَه بَرَد در ساحری
تو به نام حق پیشیزی می‌بری؟
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۰۲)

این‌که ساحران، همه می‌خواهند کاری را انجام بدهند، این است که نام شیطان را می‌برند ولی ما انسان‌ها در کارهایی که انجام می‌دهیم، غافل از یاد خدا هستیم و خدا را فقط برای همانیدگی‌هایمان می‌طلبیم.

آقای شهبازی: بیت را دوباره بخوانید بی‌زحمت.



نام دیوی ره بُرد در ساحری تو به نام حق پیشیزی می‌بری؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۰۲)

که همان که جادوگران نام شیطان را صدا می‌کنند ولی ما انسان‌ها در چیزهای خیلی کوچک و نه‌چیز فقط یاد خدا می‌افتیم که حالا مثلاً پولمان زیاد بشود، همانندگی‌هایمان زیاد بشود ولی در زنده شدن به خدا که منظور آفرینش هست، اصلاً آن منظور را در نظر نمی‌گیریم که باید تبدیل بشویم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خداحافظ شما، عالی.



۳۴- آقای بیننده با سخنان آقای شهبازی

جناب من یک طرحی آماده کردم از ابیات مولانا می‌خوانم تا جایی‌اش که بشود.

من متعهد به تبدیل هستم. من متعهد به تغییر هستم. من من‌ذهنی نیستم. من متعهد به تسلیم، پذیرش اتفاق این لحظه پیش از قضاوت هستم. من از اتفاق این لحظه هیچ چیز نمی‌خواهم. این اتفاق می‌افتد من فقط باید فضا را باز کنم. توجه و تمرکز را فقط روی خودم می‌گذارم، این قانون است. من متعهد به فضاگشایی در هر لحظه هستم.

قانون جبران: هرکسی یک کاری، یک لطفی می‌کند برای من، من هم عوضش را به همان اندازه یا بیشتر جبران می‌کنم.

گفت پیغمبر که جَنَّت از اله
گر همی‌خواهی، ز کس چیزی مخواه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

عَلَّتِ بَتر ز پندارِ کمال
نیست اندر جان تو ای دُودَلال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

از دل و از دیده‌ات بس خون رود
تا ز تو این مُعْجَبی بیرون رود
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵)

عَلَّتِ ابلیس، اَنَا خیری بده‌ست
وین مرض، در نفس هر مخلوق هست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶)

تصویر ذهنی کامل که ما در ذهنمان درست کردیم، تمام فعالیت‌هایی که ما با من‌ذهنی می‌کنیم، برای کامل کردن پندار کمال است. باید درد هشیارانه بکشیم تا این خودخواهی از ما بیرون برود.

گر بروید، ور بریزد صد گیاه
عاقبت بر روید آن کِشْتَه‌اله
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۷)



کِشَتِ نو کارید بر کِشَتِ نخست
این دوم فانی است و آن اوّل دُرست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۸)

کِشَتِ اوّل کامل و بگزیده است
تخم ثانی فاسد و پوسیده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۹)

هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد
شیرین‌تر و نادرتر زان شیوه پیشینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷)

هر زمان دل را دگر میلی دهم
هر نفس بر دل دگر داغی نهم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۹)

كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ
كُلُّ شَيْءٍ عَنْ مُرَادٍ لَا يَحِيدُ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰)

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

حکم حق گسترد بهر ما بساط
که: بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

از قرین بی‌قول و گفت‌وگوی او
خو بدزد دل نهان از خوی او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)



عدم امید ماست، مرکز عدم ستایش واقعی است. ستایش واقعی امکان کمک زندگی به ماست و کمک زندگی جذبه و عنایت خدا به ماست.

یار در آخر زمان کرد طَرَب سازی
باطن او جدِّ جد، ظاهر او بازی

جمله عشاق را یار بدین علم گشت
تا نکند هان و هان، جهل تو طنّازی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

یار خداست. این لحظه آخر زمان است. با فضاگشایی طرب‌سازی می‌کند. باطن او فضاگشایی، هرچه را ذهن نشان می‌دهد بازی است.

خداوند این زمان روان‌شناختی گذشته و آینده را به پایان رسانده. انسان نباید چیزی را در مرکز بگذارد و با تغییر کردن آن بالا و پایین بشود.

اگر نه عشق شمس‌الدین بُدی در روز و شب ما را
فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟

بت شهوت برآوردی، دَمار از ما ز تاب خود
اگر از تابش عشقش، نبودی تاب و تب، ما را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱)

اگر امکان تسلیم و فضاگشایی برای ما وجود نداشت و ما همه‌اش از اتفاق این لحظه زندگی می‌خواستیم، در این صورت ما نمی‌توانستیم نجات پیدا کنیم و بدبخت می‌شدیم در جهل.

من ذهنی همه‌اش از تابش هشیاری جسمی می‌خواهد و سم‌های من ذهنی دمار از روزگار ما درمی‌آورد، در حالی‌که ما با فضاگشایی به انرژی و گرمای خدا دسترسی داریم.



گفت: بهر شاه، مبذول است جان

او چرا آید شفیع اندر میان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۵۹)

لی مَعَ اللَّهِ وقت بود آن دم مرا

لا یَسَعُ فیهِ نَبیُّ مُجْتَبیٰ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۶۰)

«برای من لحظه فنا وقتی بود که تنها با خدا باشم به نحوی که هیچ پیامبر برگزیده‌ای ...»



تخیل‌ها را آن صمد، روزی حقیقت‌ها کند تا دررسد در زندگی، اشکال گمراه آمده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

جناب مولانا در این بیت می‌فرماید خیالات و توهمات من‌ذهنی را آن صمد، یعنی خداوند بی‌نیاز، وقتی ما فضاگشایی کنیم در فضای گشوده‌شده محو می‌کند و این خیالات من‌ذهنی و خواسته‌های مکرر من‌ذهنی، ما را به نیازمندی می‌کشاند اما با فضاگشایی پی‌درپی و باز کردن فضا در اطراف این خیالات و خواسته‌های من‌ذهنی، ما هم می‌توانیم به مقام صمد بودن و بی‌نیازی برسیم یعنی وقتی فضا را باز کنیم خداوند در ما طلوع می‌کند و یک روزی بالاخره این خیالات را به حقیقت خودش تبدیل می‌کند.

و در اصل ما آمده‌ایم به این جهان تا با رفتن در من‌ذهنی نیازمندی را تا یک سنی تجربه کنیم و بعد از آن دوباره برگردیم به سمت بی‌نیازی.

اما ما در من‌ذهنی باور داریم که باید به این نیازمندی ادامه بدهیم اما جناب مولانا راه ترک نیازمندی و رهایی از خیالات من‌ذهنی را به ما داده که ما با هربار فضاگشایی در اطراف یک خواسته و خیال من‌ذهنی حس بی‌نیازی می‌کنیم و تا زمانی که در این خیالات و اشکال من‌ذهنی هستیم و حقیقتاً به زندگی زنده نشده‌ایم گمراهیم، چون حرف‌ها و راه‌های من‌ذهنی بی‌مصرف است و آوازِ غول است که فقط ما را در چاه همانیدگی‌ها غرق می‌کند.

در گویّ و، در چّه‌ی ای قَلَتَبان دست وادار از سِبَالِ دیگران (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۵)

چون به بُستانی رسی زیبا و خوش بعد از آن دامان خَلقان گیر و کَش (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۶)

جناب مولانا می‌گوید همه من‌های ذهنی در گودال و چاه درد و رنج هستند و ای کسی که در چاه ذهن هستی، دست بکش از سبیل انسان‌ها و با آن‌ها کاری نداشته باش، فضاگشایی کن و روی خودت کار کن و تمرکزت را



بگذار روی خودت تا هر وقت از من ذهنی آزاد شدی و به بستان زیبای حضور و فضای یکتایی رسیدی بعد از آن دامن خلقان را بگیر و ببر به سمت فضای یکتایی.

نی سیم و، نه زر، نه مال خواهیم
از لطفِ تو پر و بال خواهیم

نی حاکمی و، نه حکم خواهیم
بر حکمِ تو احتمال خواهیم

ای عمر عزیز، عمرِ ما باش
نی هفته، نه مه، نه سال خواهیم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷۴)

جناب مولانا در این ابیات به زبان بی‌زبانی گوش‌زد می‌کند دیگر چیزی نخواه با من ذهنی هرچه خواستی کافی است. نه زر، نه سیم، نه مال و نه هیچ همانندگی‌ای در مرکز نگذار چون همانندگی‌ها پر و بالت را می‌بندند و فقط و فقط از زندگی لطفش را می‌خواهیم و می‌خواهیم به ما پر و بال بدهد تا از همانندگی‌ها و خواسته‌های من‌ذهنی آزاد بشویم و ای زندگی و خداوند در این لحظه این تو هستی که حاکمی و حکم‌کننده‌ای و حکم تو فضاگشایی‌ست و من نه می‌خواهم حاکمیت کنم و نه می‌خواهم با من‌ذهنی نظری بدهم یا حکم بدهم و یا قضاوت کنم بلکه من تسلیم می‌شوم و حکم تو را انجام می‌دهم و ای خداوند حکم تو را می‌پذیرم و فضا را باز می‌کنم تا لطف و خرد تو در این لحظه در فکر و عمل من بریزد. و در آخر

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



۳۶- آقای شاهپوری از بندر عباس

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای شاهپوری: به نام عشق و زندگی.

از بندرعباس سلام و عرض ادب و احترام دارم خدمت شما عزیز بزرگوار.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای شاهپوری: و یار نیک و خوش‌کلام و همگی عزیزان مرتبط با گنج حضور و تمامی باشندگان عالم.

آقای شهبازی: بله، خوب هستید شما؟

آقای شاهپوری: خدا را شکر بله، به لطف شما خوب، الحمدالله.

آقای شهبازی: این پیغام‌ها خوب بوده امروز، شما خوشتان آمده؟

آقای شاهپوری: بسیار عالی، بسیار عالی! دست شما درد نکند. همه‌اش نتیجه زحمات‌های شماست دیگر، خدا را شکر. بسیار عالی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بفرمایید.

آقای شاهپوری: بله، خواهش می‌کنم.

بسیار سپاس‌گزارم و قدرشناسی صادقانه می‌کنم از شما عزیز بزرگوار بابت همه زحمات‌ها و تلاش‌های عاشقانه‌تان، در تهیه، اجرا و پخش ۹۲۳ برنامه زنده‌کننده و انسان‌ساز که با همت والای شما تحت تأثیر پیغام‌های خدایی مولانا و آموزه‌های این بزرگ، چه اصحاب و یاران باوفایی که همان نجوم و ستارگان راهنما هستند، در مسیر رهروان اصیل راه عشق و زندگی می‌درخشند. درود بر شما و همگی این نجوم تابناک.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای شاهپوری:

گفت پیغمبر که: اصحابی نجوم
رهروان را شمع و، شیطان را رُجوم
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۶۵۶)

غزل بسیار زیبای ۲۲۷۹ که غزل اصلی برنامه این هفته یعنی ۹۲۳ بود، به زیبایی بیان کرد و به ما گفت که بپرسیم از خودمان و تأمل و تعمق کنیم که این کیست یا چیست که چنین غوغایی به پا کرده و چنین تغییر و تبدیلی به وجود می‌آورد؟!



این کیست این، این کیست این؟ در حلقه ناگاه آمده
این نور اللّهیست این از پیش الله آمده

این لطف و رحمت را نگر، وین بخت و دولت را نگر
در چارهٔ بداختران با روی چون ماه آمده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

جناب آقای شهبازی عزیز، ده سال قبل در برنامهٔ عالی ۴۲۵ هم، با غزل ماقبل این غزل یعنی غزل ۲۲۷۸، شما و مولانای بزرگ به ما گفتید تعمق کنید، تأمل کنید، از خود بپرسید به بام توجه کنید.

این‌گونه بود ابیات یک و دو، غزل ۲۲۷۸ که فرمود:

این کیست این، این کیست این؟ شیرین و زیبا آمده
سرمست و نعلین در بغل، در خانهٔ ما آمده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۸)

خانه در او حیران شده، اندیشه سرگردان شده
صد عقل و جان اندر پیاش بی‌دست و بی‌پا آمده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۸)

بله این کیست؟!

این شیرین زیبا گنج حضور است که سال‌هاست با مولانا با صداقت و عاشقانه بدون هیچ چشم‌داشتی به خانهٔ ما آمده و ما را به خودمان، به اصلمان که همان عشق و زندگی‌ست فرا می‌خواند.

در خودمان بنگریم که چگونه استقبال کرده‌ایم؟ امیدوارم شکرگزار و قدرشناس باشیم و با فضاگشایی و صبر و پرهیز آگاهانه، قدردان این لطف و رحمت زندگی و نیک‌بختی‌ای که از طرف زندگی به ما رو کرده باشیم.

و با الهام از بیت دوم غزل ۲۲۷۹، در لطف و رحمت بنگریم، در بخت و دولت بنگریم که از آن سبب‌ساز ازل با ما همراه آمده تا ما را به اصل خود زنده کند و ان‌شاءالله همان‌طور که بیت ششم غزل گفت: ببینیم و بدانیم که،

تخیل‌ها را آن صمد، روزی حقیقت‌ها کند
تا دررسد در زندگی، اشکال گمراه آمده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)



بو کز اشاراتش جهان کرد زندگی را خوش بیان وان یوسف گم‌گشته‌مان بینیم که از چاه آمده (آقای شاهپوری)

و یقین داشته باشیم که همان‌طور که حافظ عزیز هم در برنامه اشاره کرد،

زان پس ز ما نور خدا تابد بر آفاق ای فتی آن نور عشق است و صفا کز ما درین راه آمده (آقای شاهپوری)

پس بر ماست که،

از بهر این، هم‌چون هلال گردیم نه که بدر خیال کز وهم پندار کمال در ماه بی‌گاه آمده (آقای شاهپوری)

و ان‌شاءالله با الهام از بیت ۴۲۷ دفتر اول، که در برنامه داشتیم،

رویم از سایه آفتابی بیابیم و در دامن مولانا بتابیم (آقای شاهپوری)

دامن مولانا و برنامه گنج حضور را محکم بگیریم، بر خود بتابانیم و آن را هرگز رها نکنیم تا با استشمام درونی
مدام بوی عشق و زندگی، مست و شادان در خدائیت اصیل و جاودانگی جاری گردیم.

ان‌شاءالله شاد و پاینده باشید جناب آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: ممنونم، عالی، زحمت کشیدید، خداحفظ

آقای شاهپوری: خواهش می‌کنم، خدانگهدارتان باشد، خیلی خوش‌حال شدم، ان‌شاءالله شاد و تندرست باشید
همیشه، خدانگهدارتان.



۳۷- خانم اکرم از قزوین با سخنان آقای شهبازی

استاد امروز اصلاً خیلی خوشحال شدم، خیلی خوشحالم صدای گرم شما را می‌شنوم، خیلی خوشحالم استادی مثل شما دارم. مهربان، باتعهد، باعشق و خدا را شکر که قسمت شد این وقت شب پیغام عشق از زبان ما هم جاری بشود.

امشب شب قدر آمد، خامش شو و خدمت کن
تا هر دل الهی ز الله ولهی یابد
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۹)

این کیست این، این کیست این؟ در حلقه ناگاه آمده
این نور الهی ست این، از پیش الله آمده
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

آینه هستی چه باشد؟ نیستی
نیستی بر، گر تو ابله نیستی
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۰۱)

ما بدانستیم ما این تن نه ایم
از ورای تن، به یزدان می‌زی‌ایم
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰)

زیرکی بفروش و حیرانی بخر
زیرکی ظن است و حیرانی نظر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۷)

آقای شهبازی تجربه در مورد فضاگشایی، این‌که مهرسا دختر من اصلاً علاقه‌ای به شعر ندارد. من اول مقاومت می‌کردم و بعد فضاگشایی کردم. الان به‌جای یک مهرسا من دوتا، دوازده‌تا مهرسا دارم که آقای شهبازی این شعرها را می‌خوانند:

زیرکی بفروش و حیرانی بخر
زیرکی ظن است و حیرانی نظر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۷)

آقای شهبازی به من آموزش می‌دهند.



بنده این آیم و این میر آب
بنده‌تر از من دل حیران من
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۱۴)

بی مرادی شد قلاووز بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ شَنُوای خوش‌سُرسشت
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

آقای شهبازی واقعاً بهشت زیر این بی‌مرادی‌هاست. بی‌مرادی خوشحال‌کننده هست. به قول شما زیر این بی‌مرادی‌ها یک هدیه‌های ارزنده‌ای هست.

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

آن رَسَن بگرفتم و بیرون شدم
شاد و زَفْتُ و فَرَبِه و گُلْگُون شدم
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۲)

آقای شهبازی من هر بار با شما صحبت می‌کنم، واقعاً با تمام وجودم احساس شما را می‌گیرم، صلاً هول می‌شوم. در صورتی‌که چندین بار من این مطالب را خواندم و در آخر می‌خواهم این آیه را بگویم که سوره شمس جزء سی آیه (۹ و ۱۰) تقدیم حضورتان.

«قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا. وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا»

«و هر کس آن را پاک گردانید رستگار شد و هر که آلوده‌اش ساخت، بدبخت شد.»

(قرآن کریم، سوره شمس، آیه‌های ۹، ۱۰)

اصلی‌ترین کار ما، کار روی خود است. پاک کردن نفس خود از آلودگی‌هاست. آقای شهبازی گفتید که از درون چاه به وسیله ابیات مولانا بیایید بالا و این درست نیست که شما ته چاه بمانید و آن چاه را با این ابیات تزیین کنید. دیگر بس است. بیایید بیرون، از این چاه بیایید بیرون و بالا فضاگشایی کنید و این‌که قدم اول و آخر ما فضاگشایی است. و آقای شهبازی با تمام وجود من دوستان دارم. با اجازه شما.