



ده زکات روی خوب، ای خوب رو شرح جان شرح شرح بازگو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. در عین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذایمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۳۲

برنامه ۱-۹۳۲ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۹ سپتامبر ۲۰۲۲ - ۱۸ شهریور ۱۴۰۱

Podcast گنج حضور
Search:
Parviz Shahbazi
or
Ganje Hozour

برنامه ۱-۹۳۲
بخش اول
برنامه ویژه پیغامهای تلفنی

Studio - 001 747 8880070

Parviz Shahbazi

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	آقای حسین و همسرشان و دخترشان خانم سارا و پسرشان امیرحسین از کرج با سخنران آقای شهبازی	۵
۲	خانم لیلا از شیراز	۹
۳	سخنان آقای شهبازی	۱۴
۴	آقای بصیرا فانوس و فرزندشان از افغانستان	۱۵
۵	خانم عصمت از فرانکفورت	۱۹
۶	آقای بیننده با سخنان آقای شهبازی	۲۰
۷	خانم ارغوان و پدرشان و آقای امین برادرشان از گلپایگان	۲۳
۸	خانم آرزو از اردبیل	۲۷
۹	خانم فروزنده از اهواز با سخنان آقای شهبازی	۲۹
۱۰	خانم شیرین از کرج با سخنان آقای شهبازی	۳۲
۱۱	خانم بیننده از مشهد با سخنان آقای شهبازی	۳۵
۱۲	سخنان آقای شهبازی	۳۸
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۹
۱۳	خانم بهار از اورنج کانتی	۴۰
۱۴	خانم سارینا از مشهد	۴۲
۱۵	خانم دینا از ونکوور	۴۵
۱۶	خانم ماهک	۴۸
۱۷	خانم زرین از زرین شهر اصفهان	۵۰
۱۸	خانم تیارا و خانم یکتا از زرین شهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۵۲
۱۹	خانم سارا از آلمان	۵۴
۲۰	خانم اکرم از نجف آباد	۵۶
۲۱	آقای پویا از آلمان	۵۹
۲۲	خانم یلدا از آلمان	۶۲



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۳	خانم فرخنده از جوزان نجف آباد	۶۵
۲۴	خانم نرگس از نروژ	۶۷
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۷۰
۲۵	آقای نیما از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۷۱
۲۶	خانم پروین از اصفهان	۷۶
۲۷	خانم پریسا از کانادا	۷۸
۲۸	آقای نصرالله از نجف آباد اصفهان	۸۶
۲۹	خانم فرزانه	۹۰
۳۰	خانم اسما از امارات	۹۳
۳۱	خانم بیننده از آلمان	۹۶
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۹۹



۱- آقای حسین و همسرشان و دخترشان خانم سارا و پسرشان امیرحسین از کرج با سخنان آقای شهبازی

آقای حسین: سلام جناب شهبازی، خدا قوت خسته نباشید. یک جورایی باور نمی‌کردیم بتوانیم نفر اول بگیریم چون دو، سه سال بود موفق نشدیم تماس بگیریم.

آقای شهبازی: سلام علیکم، بله ببخشید، یک نفس عمیق بکشید، از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای حسین: از کرج تماس می‌گیریم. حسین هستم. عارضه خدمتان که از بیننده‌های برنامه قشنگ گنج حضور هستیم. از حضرت عالی، کلیه دست‌اندرکارانی که در خارج از کشور و در ایران هستند به‌خاطر تمام زحماتی که می‌کشند سپاس‌گزاری می‌کنیم. (CD) سی‌دی‌ها را می‌گیریم استفاده می‌کنیم، بچه‌ها در خانه، خودم، و به‌خاطر این‌که روشن شده‌ایم، نه خود من، کل اعضای خانواده‌ام، روشن شدیم از این‌که روشن شدیم و از دنیا و پندار و از ذهن آمدیم بیرون، سپاس‌گزاریم از حضرت عالی و بقیه دوستانی که تماس می‌گیرند.

از دوستانی که از اهواز تماس می‌گیرند، از پزشکی که در کردستان هست تماس می‌گیرد، از حسین آقایی که حضرت عالی هم می‌گویی حسین آقا، از خانم بهار، از سرکار خانم خادمی، از بقیه کسانی که تماس می‌گیرند، پهلوانی می‌کنند، بنده سپاس‌گزار همه‌شان هستم.

بچه‌ها هم می‌خواهند صحبت کنند، دارند آماده می‌شوند. اگر اجازه بفرمایید.

آقای شهبازی: بله بله، خواهش می‌کنم.

خانم سارا: سلام آقای شهبازی، سارا هستم چهارده‌ساله از کرج. یک شعر آماده کردم از مولانا، دیوان شمس که بخوانم با معنی‌اش، یک بیت.

پیش از تو خامان دگر، در جوش این دیگ جهان

بس برتپیدند و نشد، درمان نبود الا رضا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

ای انسانی که در جعبه‌های فکرها گم شده‌ای، خودت را پیدا کن و آگاه باش، قبل از تو نیز انسان‌های خام و کم‌تجربه دیگری بودند.

و مولانا این جهان را به دیگی بزرگ تشبیه کرده‌است که انسان‌های کم‌تجربه در جوشش این دیگ بزرگ که این دنیا باشد به بالا و پایین پریده‌اند و خود را به زمین و زمان زدند تا چیزی را که دوست دارند، اتفاق بیفتد. اما نشد و هیچ چاره‌ای به‌جز موازی بودن با اتفاق این لحظه و توکل به خدا نبود.



آقای شهبازی: آفرین، عالی، عالی. درضمن این غزل شماره ۲۰ هست، می‌دانید دیگر.

همسر آقای حسین: سلام آقای شهبازی خسته نباشید. از برنامه‌تان خواستم تشکر کنم. حقیقتاً من غافلگیر شدم، الآن چیزی در دسترس ندارم بخوانم. سه سال است ما زحمت می‌کشیم زنگ بزنی صدای شما را بشنویم، موفق نمی‌شویم. امشب به پسرم گفتم بگیر شماره را اولین نفر ان‌شاءالله موفق می‌شوی و تماس برقرار می‌شود، که این سعادت نصیب ما شد.

خیلی خوشحال شدم. ممنون از برنامه و از بچه‌هایی که تماس می‌گیرند. ما واقعاً لذت می‌بریم، خیلی برنامه مفیدی هست، خیلی واقعاً انسان‌ساز است. ان‌شاءالله که تداوم داشته باشد.

آقای شهبازی: ممنونم، خیلی زیبا.

آقای امیرحسین: سلام آقای شهبازی، من می‌خواستم از برنامه خیلی خوبتان تشکر کنم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، من هم از شما تشکر می‌کنم که نگاه می‌کنید به این برنامه. شعر بلد هستید بخوانید؟

آقای امیرحسین: الآن شعر در دسترس ندارم، گوشی را می‌دهم به بابام.

آقای حسین: جناب شهبازی این‌ها همه‌شان استرس گرفتند، ولی من الآن یک غزلی اگر اجازه بدهید بخوانم. وقت که داریم، وقتان تمام نشده؟

آقای شهبازی: وقت پنج دقیقه تمام شده، ولی خانواده حالا هفت دقیقه هست، بفرمایید.

آقای حسین: در این دو دقیقه من سعی می‌کنم یک غزلی، غزل شماره ۲۲۸۳

ساقی فرخ رخ من جام چو گلنار بده

بهر من ار می ندهی، بهر دل یار بده

ساقی دلدار تویی، چاره بیمار تویی

شربت شادی و شفا زود به بیمار بده

باده در آن جام فکن، گردن اندیشه بزن

هین دل ما را مشکن، ای دل و دلدار بده



«ان شاء الله بتوانیم واقعاً گردن اندیشه را بزنیم.»

باز کن آن میکده را، ترک کن این عربده را
عاشق تشنه زده را از خُمِ خمار بده

جان بهار و چمنی، رونق سرو و سمنی
هین که بهانه نکنی، ای بُتِ عیار بده

پای چو در حيله نهي، وز كفِ مستان بجهي
دشمن ما شاد شود، کوریِ آغيار بده

غم مده و آه مده، جز به طرب راه مده
آه ز بی‌راه بود، ره بگشا بار بده

ما همه مَخمور لقا، تشنه سغراق بقا
بهر گرو پیش سقا، خرقة و دستار بده

تشنه دیرینه منم، گرم دل و سینه منم
جام و قدح را بشکن، بی حد و بسیار بده

خود مه و مهتاب تویی، ماهی این آب منم
ماه به ماهی نرسد، پس ز مه ادرار بده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۳)

سپاس‌گزارم، از تمام بزرگوarانی که زحمت می‌کشند به‌خصوص حضرت‌عالی که بیدار کردید ما را که در پرده پندار خوابیده بودیم سالیان سال. خدا را شکر شش، هفت سال هست که ما بیدار شدیم و این برنامه را هم‌چنان دنبال می‌کنیم.



ای به قول یکی از این دوستان که تماس گرفته بود جناب شهبازی شما نمی‌دانید که چقدر سخت است تلفن گرفتن با شما، آن‌هایی که می‌گیرند چندتا خط دارند، راست می‌گویند این‌هایی که می‌گیرند چندتا خط دارند. ولی ما دیگر شانس بگیریم سری اول به اصطلاح موفق بشویم وگرنه دیگر می‌مانیم تا سه سال دیگر. تنتان سالم باشد، دلتان شاد باشد، خداوند حافظ خیرتان باشد، خدا حافظ شما.

آقای شهبازی: خیلی ممنونم، خدا حافظ شما. خیلی زیبا.

خب همین‌طور خواهش می‌کنم آن اثری را که ابیات مولانا روی شما گذاشته، درس مولانا گذاشته، همین را به‌طور خلاصه بگویید خیلی خوب می‌شود، تا یک به اصطلاح پیغام طولانی را بخوانید.

پیغام‌های طولانی را معمولاً در این پیغام‌های عشق که هم می‌نویسیم و هم صاحب پیغام می‌خواند، به خدمت شما ارائه می‌کنیم. این‌جا به‌طور خلاصه بفرمایید این برنامه و دانش مولانا چه اثری روی شما گذاشته است.

۲- خانم لیلا از شیراز

خانم لیلا: سلام آقای شهبازی، لیلا هستم از شیراز تماس می‌گیرم.

من اولین بار که تماس گرفتم، خب چون خیلی غافلگیر شدم، مطلبی آماده نداشتم، کمی از تجربیاتم برایتان گفتم. حالا می‌خواستم امشب یک مطلبی آماده کردم به نام «آوازِ غولان یا کارافزایان»، این را خدمتتان بخوانم.

آقای شهبازی: عالی، بفرمایید.

خانم لیلا: آره من یک خُرده مثلاً طولانی‌تر نوشتم، ولی الآن چون وقتم کم است خلاصه‌اش را می‌خوانم، حالا بقیه‌اش دیگر در تلگرام ان‌شاءالله برود. ممنونم از این‌که وقت را به من دادید.

هر طرف غولی همی خواند تو را کای برادر راه خواهی؟ هین بیا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶)

طی کردن راه معنویت و زنده شدن به زندگی، راه پرفراز و نشیبی است و پیمودن این راه بدون راهنما غیرممکن هست، زیرا در این راه آوازِ غولان از هر طرف ما را احاطه کرده‌اند که راه می‌خواهی؟ بیا. و باعث کارافزایی و مانع‌سازی می‌شوند.

قطع این مرحله بی هم‌رهی خضر مکن ظلمات است بترس از خطر گمراهی

(حافظ، غزلیات، غزل ۴۸۸)

من شعرها را که می‌خوانم آقای شهبازی، سعی می‌کنم شاعرش را فعلاً نگویم اگر ایرادی نداشته باشد، چون می‌خواستم خلاصه بشود.

آقای شهبازی: چرا نمی‌خواهید بگویید؟ نه، شاعرش را هم بفرمایید. اتفاقاً شاعرش مهم است، بله اگر حتی شمارهٔ غزلش را هم دارید، بگویید. این را باید همهٔ ما باید رعایت کنیم.

خانم لیلا: باشه چشم. شمارهٔ غزل هم، غزل قبلی «هر طرف غولی همی خواند تو را»، مثنوی مولوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶ هست، و الآن این «قطع این مرحله بی هم‌رهی خضر مکن»، غزل شمارهٔ ۴۸۸ حافظ هست.

بنابراین در این دوره‌ای که لحظه‌به‌لحظه از سرتاسر دنیا بر سرعت آوازِ غولان افزوده می‌شود، خداوند هم هدیه‌ای به‌نام برنامهٔ بی‌نظیر «گنج حضور» برای ما فرستاده که راه شناسایی آوازِ غولان را به ما نشان می‌دهد.



باشد که سپاس‌گزار خداوند و دست‌اندرکاران این برنامه به‌خصوص آقای شهبازی عزیز با اجرای زیبایش و اشعار مولانا باشیم و با نهایتِ کار کردن بر روی خودمان، قدردان زحمات این بزرگواران باشیم.

آقای شهبازی عزیز بارها فرموده‌اند در این راه معنوی، تعهد، مسئولیت و تکرار زیاد لازم و ضروری است، زیرا از هر طرف آواز غولی ما را می‌خواند و اگر در این راه عظیمِ نهایتِ کوشش و تلاش در تکرار نداشته باشیم، حرکتِ ما را متوقف می‌کند. در این راه باید گوش کر شود، چشم کور شود، زبان لال شود و در نهایت ذهن خاموش شود. آیا می‌شود؟

مولانای جان در دفتر سومِ مثنوی داستان زیبایی از آواز غول بیان می‌کند. داستان از این قرار است، هنگامی که کراهسی با مادرِ خود به سرِ چشمه برای آب خوردن می‌رود، اسبانی هم با نگهبانانشان برای آب خوردن به آن‌جا می‌آمدند. نگهبانان دائم برای اسبان سوت می‌زدند تا آب بخورند.

کراهسب که در حالت طبیعی بدون سوت آب می‌خورد، با صدای سوتِ نگهبانان پریشان می‌شود و به این طرف و آن طرف نگاه می‌کند. می‌ترسد و از آب خوردن باز می‌ایستد.

مادر می‌پرسد چرا آب نمی‌خوری و پریشانی. به مادر گفت که از صدای سوت نگهبانان می‌ترسم.

و جواب مادر:

گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این کارافزایان بُدند اندر زمین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۸)

هین تو کار خویش کن ای ارجمند
زود، کایشان ریشِ خود بر می‌کنند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۹)

ریش برکندن: تشویش بی فایده کردن

ترس و نومیدیت دان آواز غول
می‌کشد گوشِ تو تا قعرِ سَفول

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷)



در راه معنویت، غولان در هر لباسی و هرجایی سروصدا به پا می‌کنند و مانع‌سازی‌های فراوانی برای دور کردن ما از خوردن آبِ زندگانی به وجود می‌آوردند. پرسروصداترین آواز غول، من‌ذهنی خودمان است که هم با صدای سوتِ غولان دنیا و هم با صدای سوتِ فکرهای ذهنش، دست از خوردن آبِ زندگانی می‌کشد و راه کوتاه را بر خود دراز می‌کند.

آواز غولان در لباس‌های رنجش، خشم، ترس، ناامیدی، حسادت، غیبت، انتقاد، شرم، سبب‌های ذهنی، احساس حقارت، حس نقص، پندار کمال و غیره.

آواز غول در لباس ترس و ناامیدی که به ما می‌گوید در این راه معنوی سختی زیاد است، در توان تو نیست برگرد یا می‌گوید این همه روی خودت کار کردی، هنوز به حضور نرسیدی.

آواز غول در لباس شرم، وقتی احساس بی‌لیاقتی، کوچک شدن جلو من‌های ذهنی می‌کنی. تو سواد آن‌چنانی، ماشین و خانه آن‌چنانی و غیره نداری. این بانگ و آواز، احساس حقارت، احساس ناقص بودن برای رسیدن به مرادهای جهانی در ما تقویت می‌کند.

آواز غول در لباس حسادت و انتقاد که موفقیت دیگران را نتوانیم ببینیم و خشک‌کوثر باشیم.

آواز غول در لباس خشم که هر لحظه از بیرون و درون، ما را به واکنش و ستیزه‌وامی دارد.

آواز غول در لباس قرین‌ها، کسانی که از کنار شما رد می‌شوند و باعث ناراحتی و خشم شما شوند.

قرین‌هایی که اهل غیبت، دروغ، حرف مفت زدن، چاپلوسی و انتقاد هستند و اگر ما با آن‌ها همراه نشویم، از ما ناراحت می‌شوند.

آواز غول در لباس تنبلی، کاهلی و جبر من‌ذهنی که هر لحظه به یک بهانه‌ای اجازه نمی‌دهد ما با مسئولیت و تکرار و تعهد روی خودمان کار کنیم و می‌گوید زندگی من جبری هست و نمی‌توانم آن را تغییر بدهم.

**هرکه ماند از کاهلی بی‌شکر و صبر
او همین داند که گیرد پای جبر**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)



و اما یکی از دام‌های پُرمطراقِ غولِ من‌ذهنی، پندار کمال است. وقتی که خود را با دیگران در زمینهٔ دانش، زیبایی، ثروت و هرچیز دیگری مقایسه می‌کنیم و نسبت به دیگران احساس برتری می‌کنیم. به به و چه چه و تعریف و تمجیدهای من‌های ذهنی آوازِ غولانی هستند که راهِ آبِ حیاتِ ما را می‌زنند.

راهم مزن به وصف زلالِ خضر که من از جام شاه جرعه کشِ حوضِ کوثرم

(حافظ، غزلیات، غزل ۳۲۹)

به قول بزرگی چون حافظ، با توصیفات زیبایان از شراب زلال، زنده‌کننده و سبزتان که از جهان بیرون من را ندا می‌کند، «راهم را مزن».

این تعریف و تمجیدهای من از من‌ذهنی برای کسی که شراب حوض کوثر نوشیده، ارزشی ندارد.

آواز غولان در لباس مذهب به جای یکتاپرستی، ما را به بت‌پرستی‌های متعدد سوق می‌دهد؛ مثل برتری‌پرستی، مکان‌پرستی، زمان، باور، فرقه و خرافه‌پرستی و غیره که فقط مربوط به فضای جهان بیرون می‌شود و فرسنگ‌ها از فضای درون ما که اصل ماست، فاصله دارد.

آواز غول در لباس علم به جای این‌که در خدمت رفاه، صلح و آرامش همهٔ موجودات باشد، در خدمت یک سری افراد سودجو برای برتری‌جویی در کشتار همهٔ موجودات درآمده‌است.

بهتر است که مالک خود اندر پرهیزکاری باشیم و اختیارمان را به دست آواز غولانی که در هر لحظه و در هر لباس از دورترین و نزدیک‌ترین نقاط ما را فرامی‌خوانند که بیایید به سوی ما، ندهیم. اگر هم قدرت پرهیز از آوازه‌های غولان نداریم، اختیار از من‌ذهنی دور کنیم و به دست بزرگانی چون مولانا بدهیم.

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)

اتقوا: تقوا پیشه کنید، پرهیز کنید.



زینهار: برحذر باش، کلمه تنبیه

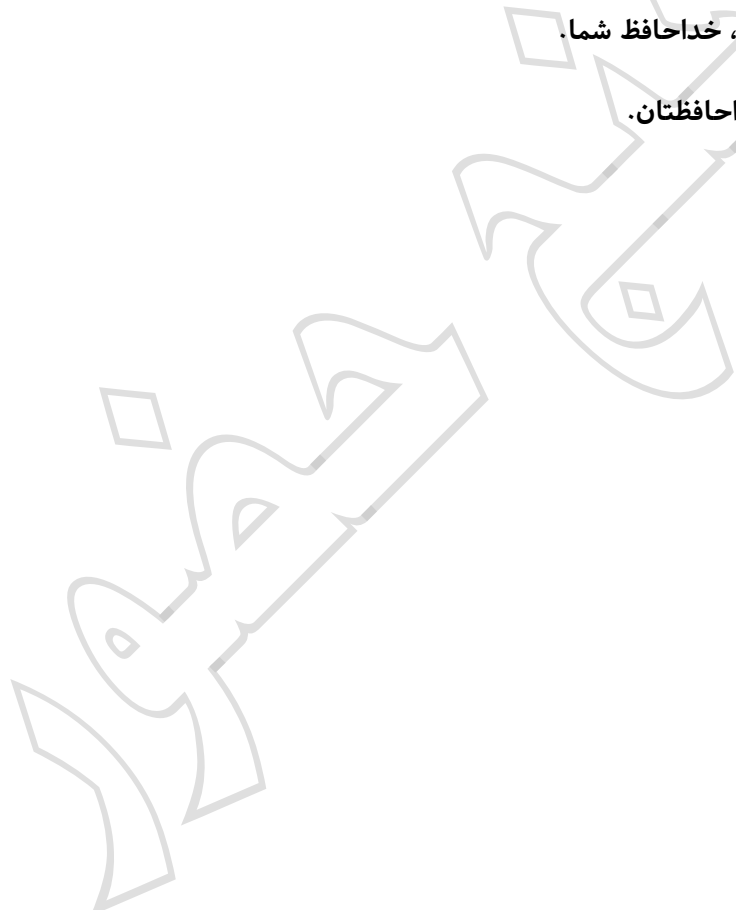
ممنونم آقای شهبازی از این‌که وقتتان را گرفتم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. آفرین، آفرین خیلی خوب بود. فرمودید از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم لیلا: لیلا هستم، از شیراز تماس می‌گیرم. ممنونم، ممنونم خیلی لطف کردید، از زحمتهای شما هست آقای شهبازی. واقعاً ما نمی‌دانیم چطوری از شما سپاس‌گزاری کنیم. امیدوارم بتوانیم با کار کردن روی خودمان قدردان زحمات شما باشیم. خیلی زحمت کشیدید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خداحافظ شما.

خانم لیلا: خدا نگهدارتان، خداحافظتان.





۳- سخنان آقای شهبازی

واقعاً من هم نمی‌دانم از شما چجوری تشکر کنم، از مادران و پدرانی که روی بچه‌هایشان کار می‌کنند، شعر مولانا یاد می‌دهند و فیلم آن‌ها را می‌گیرند برای ما می‌فرستند.

می‌خواستم بدانید که این خوانش‌های بچه‌های شما روی بزرگسالان اثر می‌گذارد. نه تنها روی شما، خودشان، بلکه روی عموم اثر می‌گذارد.

یک آدم پنجاه‌ساله عاقل من ذهنی وقتی صدای یک کودک چهار، پنج‌ساله را می‌شنود که شعر عالی مولانا را می‌خواند و او معنی‌اش را نمی‌داند به خودش می‌آید، می‌فهمد که یک اشکالی دارد، باید فرهنگ کشورش و حرف بزرگان را بفهمد که متوجه نمی‌شود.

تو چه دانی، تو چه دانی که چه کانی و چه جانی؟ که خدا داند و بیند هنری کز بشر آید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۲)

این ابیات مولانا کلاً در زندگی من معجزه‌ای کرده، چون بسیار با این ابیاتش معنای خاصی در درون من هر بار که می‌خوانم باز می‌شود. حال زیادتر وقت دوست‌ها را نمی‌گیرم. می‌خواهم قانون جبران را، این قانونی که نوشته‌ام را برایت بخوانم.

فضاگشا باشم، حواسم به مرکز خودم باشد، لحظه‌به‌لحظه زندگی کنم. در این لحظه باشم به گذشته نروم، به آینده نروم، لحظه را کاملاً زندگی کنم یعنی.

قانون جبران را مراعات کنم، هم از نگاه مادی هم از نگاه معنوی.

قانون جذب، قانون جذب را هم مراعات کنم. قانون جذب را مولانا قَسَمِ دیگری تشریح می‌کند.

می‌گوید:

هر جنس سوی جنسش زنجیر همی دَرَد من جنس کیم کاینجا در دام گرفتارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۵۸)

اگر درست ما قانون جذب را هم مراعات نکنیم به طرف دیگری می‌رویم.

یکی هم قانون مزرعه، قانون مزرعه هم، همین سه قانونی که در قانون کائنات هست، همین سه قانون کلاً با هم رابطه صمیمی دارند.

در دگر جای مولانا می‌گوید:

هر اندیشه که می‌پوشی درون خلوت سینه نشان و رنگ اندیشه ز دل پیداست بر سیما

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۴)

قانون مزرعه یک قانونی هست که اگر هر تخی را در زمین بکاریم، وقت آخر ثمره او را می‌گیریم.



همه آدم‌ها را شناسایی کنم، حاضر و ناظر ذهن خود باشم، شناسایی کنم بر نگاهِ عدم.

قضاوت نکنم، مقاومت نکنم. باید ترس، خشم، کینه را صفر نگه دارم چون این‌ها ممانعت می‌سازند که ما را به گذشته یا به آینده ببرند. کلاً بر من‌ذهنی خود نیروی راد باشم. بر مثال برخی فعالات را من‌ذهنی ما انجام می‌دهد که در فایده ما، در ذهن نشان می‌دهد که در فایده ماست، اما درحقیقت در ضرر ماست.

دانه به دانه به من‌ذهنی خود می‌گویم بعضی وقت‌ها در کارها مداخلت نکن. یک تک مثالی‌ست یک اتفاقاتی می‌افتد مداخلت می‌کند، می‌بینیم در آینده که بسیار در دام بزرگی می‌افتد.

دومین خاطر زیاد نمی‌توانمش کرد، کاری را که نمی‌توانی. مثلاً ما یک غذا را می‌خوریم، هضم غذا را چه کسی صورت بر ما می‌دهد؟ هشیاری، خدا در درون ما هست. خون ما را بر مثال چطور، شش‌های ما را تمامش را، یا تنفس ما را چطور صورت می‌دهی؟ مگر تو قادر هستی؟ تو می‌توانی؟

یک بار اگر خداوند این کارهای ما را درست انجام ندهد، سیستم تمام اعضای بدن ما برهم می‌خورد. تو اصلاً این کارها را نمی‌کنی پس خیر دیگر آرام بگذار. در کارهای خداوند مداخلت نکن. حاضر و ناظر ذهن خود باشم. در قانونی که نوشته کردیم، خدایا من نادان هستم، جاهل هستم، همه وقت بر کمک تو نیاز دارم چون نمی‌توانم این زندگی خود را تحت کنترل خود بگیرم، حالا این صلاحیت را ندارم. ببینم که این پروردگار همیشه وقت کارهای مرا انجام می‌دهد.

کار مرا چو او کند، کار دگر چرا کنم چون که چشیدم از لبش یاد شکر چرا کنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۰۴)

جناب مولانا می‌فرماید.

یکی یک سؤالات خاصی که برای من داشتید که هدف خودم در این دنیا چه هست؟ آیا آمدم دنبال پولی، دنبال یک موقعیتی برسم یا بر خانواده خود نیز قدرت خود را نشان بدهیم؟ آیا حقیقتاً اصل زندگی ما به‌خاطر چه هست؟ هر روز سؤال می‌کنم از خود.

آیا ما دنبال پول هستیم، دنبال قدرت هستیم، دنبال چه هستیم؟ هر روز دیگر پرسان می‌کنم، مانعات خاصی در ذهنمان می‌شود، فعالات خاصی انجام می‌شود.



خب یکی قانون پول گنج حضور را ماه بر ماه بریزم. برنامه را از اول تا آخر ببینم، اما متأسفانه یک کمی ... چیز است قانونم مشکلاتی دارم. بر مثال گنج حضور را از اول تا آخر برنامه را نمی‌توانم به دلیل از این‌که من کارگر هستم، کار می‌کنم، ولی همه روزه می‌بینم.

یکی پول گنج حضور است که اگر بر مثالک پنج، ده روز پایین بالا می‌شود ولی انجامش می‌دهم.

آقای شهبازی: بله آفرین، از کجا زنگ می‌زنید شما

آقای بصیرا فانوس: از افغانستان زنگ می‌زنم، شهر ... تشکر، زنده باشی جناب آقای پرویز شهبازی، مدت چهار سال و نیم شد که این برنامه را می‌بینم. بیننده بسیار خوش هستم. این برنامه را که می‌بینم کلاً آرام شدم، یک آرامش خاصی به من دست می‌دهد و خصوصاً کلاً که ابیات مولانا را می‌خوانم.

چگونه این استرس، اضطراب، خشم، در درون انسان‌ها موج می‌زند، در درون من. بعضی وقت‌ها خشمگین می‌شوم دیگر، کلاً این ابیات مولانا یک ... خاصی دارد. مثال از این‌که مثال انسان‌ها در طیاره نشسته هستند، فرض مثال یک حادثه خیلی ناگوار می‌آید پیش و ... و سیستم را که می‌زند باز می‌شود، فضا باز می‌کند.

زمانی که ابیات‌های مولانا را می‌خوانم تمام استرس یا خشم یا بر مثال که عصبانی می‌شوم، کلاً یک زمینه خاصی در درون ما آن زمان پیدا می‌شود، اما تکرار معجزه می‌کند. هر بار که این‌ها را می‌خوانیم تکرار که باربار کرده را ایستم، ده بار و بیست بار و صد بار و حتی هزار بار، می‌فهمیم معنای درست را و همین که مولانا می‌گوید:

غیر نطق و غیر ایما و سجّل صد هزاران ترجمان خیزد ز دل

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۰۸)

ایما: اشاره کردن

سجّل: در اینجا به معنی مطلق نوشته

زمانی که ما درست سکوت کنیم، سکون باشیم، به گذشته نرویم به آینده نرویم، فضا را درست باز کنیم، باز می‌فهمیم لذت و انگیزه‌ای که مولانا از کدام سر این ابیات را برای ما آورده‌اند. دیگر وقت دوست‌ها را نمی‌گیرم. خوشحال شدم جناب آقای پرویز شهبازی که صدایت را شنیدم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، ممنونم شما می‌فرمایید کارگر هستید، کارگر چه هستید؟ ساختمان؟



آقای بصیرا فانوس: من مُحصِل هستم پانزده اقتصاد، هم کار می‌کنم. دکان دار ... به آن خاطر من دگر یک سیری قاعده و قانون داریم که باید برویم پول حلال به دست بیاوریم، کار بکنیم، دنبال کار که کردیم پول به دست می‌آوریم مسئولیت‌های خاصی دارم. به آن خاطر بعضی وقت‌ها چون جایی که هستیم برق نداریم که تلویزیون گرفته باشیم و دگر به آن خاطر نمی‌توانیم این برنامه را ببینیم، ولی خیلی کوشش می‌کنم که ببینمت، زمزمه را داشته باشم.

این جا ماهی‌گلاب بچهام هست می‌خواهد یک بیت از مولانا بخواند.

ماهی‌گلاب: سلام

گر صورت بی صورت معشوق ببینید
هم خواجه و هم خانه و هم کعبه شماید

(مولانا، دیوان شمس، غزل ۶۴۸)

۵- خانم عصمت از فرانکفورت

سلام عرض می‌کنم آقای شهبازی، عصمت هستم از فرانکفورت مزاحمتان می‌شوم، خواستم باز هم تشکر کنم از همهٔ محبت‌های شما. من درست ژانویه (January) بود، نه ماه پیش بود تماس گرفتم.

آن موقع هم کرونا داشتم، الان هم کرونا دارم با اجازه‌تان، و خواستم از شما تشکر کنم و از این‌که من را به خودم بیدار کردید، آن اعتمادبه‌نفسی که من اصلاً نداشتم، واقعاً صفر بود، به من دادید.

من یادم می‌آید، می‌خواهم به شما بگویم که من یادم می‌آید من قدیم‌ها که سرکار می‌رفتم، در زندگی‌ام، در هر کیفی که داشتم، در هر کشویی بود من یک ماتیک، مداد چشم، پودر، نمی‌دانم از این چیزها که ظاهرهم را تزیین کنم بود. یعنی نمی‌شد در یک کیف، در یک چمدان، در کشوی سرکارم این‌ها نباشد، و نمی‌شد که مثلاً یک بار دست‌شویی بروم، بیایم این لبم را پررنگ نکنم، چشمی نکشم.

و خیلی کمبود اعتمادبه‌نفس داشتم، دوست داشتم مردم من را توجه کنند و بگویند خوشگلی، قشنگی، نمی‌دانم از این چیزهای چه می‌گویند به آن، ولی با کمک شما، من الان فکرش را می‌کنم، می‌بینم چقدر تغییر کرده‌ام، چقدر اعتمادبه‌نفسم بیشتر شده و اصلاً احتیاجی به این چیزهای ظاهری ندارم که بخواهم خودم را به مردم بقبولانم. و خیلی ساده ولی تمیز نه این‌که مردم حالشان بد شود ولی تمیز، به خودم چه می‌گویند، با خودم راه می‌آیم و خوش‌حالم و از این‌که این راه را دارم.

و آن موقع‌ها اگر دربارهٔ مملکتی حرف می‌زدند، هرکسی حرف می‌زد، من می‌خواستم از خودمان، نشان بدهم که ما مملکت‌مان این است و کمبودهایی بود که اصلاً نمی‌شد نشان داد، زجر بود برایم یعنی هر همکاری حرف ایران را می‌زد یا رئیس‌جمهوری را می‌زد، من بالا، پایین می‌آمدم و منقلب می‌شدم. و مدام مریض بودم از این بیمارستان به آن بیمارستان؛ دردهایی به من می‌آمد که اصلاً اسم‌هایش را هم بلد نبودم. که بعداً خدایی شد و از برنامهٔ شما یاد گرفتم که مردم هم اجازه دارند نظر بدهند، مردم هم عقیده دارند، و از این نظرها و خیلی چیزهای دیگر. ولی شانس آوردم شماره را گرفت، خوشحالم ولی حرف‌های زیادی بود برای گفتن ولی متأسفانه یادم رفته و باز هم از شما تشکر می‌کنم و روی ماهتان را از این راه دور می‌بوسم. قربان محبتتان.

آقای شهبازی: ممنونم، خواهش می‌کنم، ان‌شاءالله کرونای شما هم خوب شود، سالم بشوید، دوباره برگردید.

خانم عصمت: بله من باز آن موقع هم که زنگ زدم برنامهٔ ۸۹۸ بود، کرونا داشتم و این‌دفعه هم با این برنامه، ولی شاید هم می‌گویم شانس کرونا، کرونا همه‌چیزش هم بد نبود، برای من خیلی خوب بود. قربان خدا بروم، روی ماهتان را می‌بوسم، خداحافظ.

۶- آقای بیننده با سخنان آقای شهبازی

سلام، آقای شهبازی من نتوانستم درک کنم که خانواده را چگونه باید از مرکز برداشت. وقتی می‌گویید خانواده در مرکز نباشد یعنی چه؟ یعنی عشقی آدم به عزیزانش دارد چکار باید بکند؟ چجوری؟ من عیال، فرزندان، این‌ها را چکار بکنم؟ حالا مال و منال و جاه و این‌ها را درک می‌کنم، فرزند و عیال و خانواده و این‌ها چطور باید در مرکز نباشند؟ این را برای من توضیح بدهید که کسی که در مرکز هست چگونه هست؟ کسی که نیست چگونه هست؟ این را برای من و هزاران نفر مثل من توضیح بدهید خیلی ممنون.

آقای شهبازی: شما برنامه را چجوری گوش می‌کنید؟ همه برنامه را گوش می‌کنید یا جسته و گریخته، بعضی موقع‌ها گوش می‌کنید؟

آقای بیننده: متأسفانه من خیلی وقت نیست که آشنا شدم با این گنج حضور. هنوز نفهمیدم خانواده را از مرکز برداشتن به چه معناست. این را خواهش می‌کنم برای من توضیح بدهید.

آقای شهبازی: شما فقط یک برنامه را درست گوش بدهید جواب سؤالتان را می‌گیرید. همین برنامه ۹۳۲ را یک بار گوش کنید، خودتان می‌فهمید و این مطلب ساده‌ای است، اشکال در گوش کردن شما و استفاده در برنامه گنج حضور است. این‌جا جای صحبت شماست درواقع. هزاران نفر متوجه می‌شوند، وقتی که ما خدمت شما عرض می‌کنیم که بیایید برنامه را از اولش گوش بدهید. همه‌اش را گوش بدهید. با حوصله و تأنی و صبر گوش بدهید. با تعهد گوش بدهید. این‌ها را باید رعایت کنید. شما برنامه را نباید با فکر و طرز فکر خودتان گوش بدهید. این طوری که بنده خدمت شما عرض می‌کنم، گوش بدهید.

فقط یک برنامه را درست گوش بدهید متوجه می‌شوید. چشم، من باز هم برنامه‌های دیگر صحبت می‌کنم، یعنی هر برنامه اولش یک ساعت، یک ساعت و نیم راجع به همین سؤال شما من صحبت می‌کنم. درست است؟ شما پس برنامه را عرض می‌کنم، باید بنشینید، حوصله کنید، یک قلم و کاغذ بردارید این شعرهای مولانا را هم من الآن نشان می‌دهم، این‌ها را هم یادداشت کنید. باید زحمت بکشید، وقت بگذارید تا این دانش را یاد بگیرید. به آن صورتی که شما گوش می‌کنید نمی‌توانید یاد بگیرید.

این چیزی نیست که با سؤال کردن بتوانید یاد بگیرید، با تأنی و با به‌اصطلاح چه می‌گویند مثل مراقبه و که من چه کسی هستم و چکار دارم می‌کنم و برای چه آمده‌ام و چجوری دارم فکر می‌کنم و منبع فکرم چیست و راجع به چه فکر می‌کنم الآن فکرهایم چه هست؟ این را باید و درضمن باید خودتان برای خودتان مهم باشید که خودتان را درست کنید.



و از پندار کمال هم بیرون بیایید که من اشکالی ندارم و اگر هم داشته باشم خیلی کم است. خلاصه اگر علاقه‌مند به مولانا هستید باید وقت بگذارید و یک کمی تأمل کنید، صبر کنید تا مطلب دستتان بیاید.

آقای بیننده: بله حالا معذرت می‌خواهم، معذرت می‌خواهم امکانش نیست الان توضیح بدهید که کسی که در مرکز خانواده هست و آن کسی که نیست چه تفاوت‌هایی دارد؟ این را خواهش می‌کنم یک کم توضیح بدهید.

آقای شهبازی: بله؛ در مرکز گذاشتن خانواده یا چیز دیگر هم‌اش یکی است، شما باید در مرکز گذاشتن را متوجه بشوید، همانیدن را متوجه بشوید. شما اگر معنی همانیده، همانیدن یعنی این‌که انسان وقتی می‌آید به این جهان امتداد خداوند است و از جنس اوست. او از جنس عدم است حالا همین عدم هم که می‌گوییم ما، درست ذهن نمی‌فهمد.

انسان وقتی می‌آید به این جهان که امتداد خدا است، از جنس هشیاری است، حس هویت تزریق می‌کند به چیزی که در ذهنش می‌تواند تجسم کند، فرق نمی‌کند این جنس پول باشد یا همسرش باشد هر دو را جسم می‌بیند و به هر دو این‌ها حس هویت تزریق می‌کند. همین‌که حس هویت تزریق می‌کند، این چیز در ذهنش حس وجود پیدا می‌کند و آن می‌شود عینک دیدش، می‌شود مرکزش. بنابراین اول که مرکز ما عدم بود از جنس خدا بود، عوض می‌شود، جسم می‌شود. می‌شود مثلاً همسر ما، پول ما، مقام ما، باور ما، درد ما.

بنابراین این‌که شما این طوری سؤال می‌کنید، این سؤال به این علت است که شما درست متوجه نشدید، ببخشید این حرف را می‌زنم، که این همانیدن یعنی چه؟ فرق نمی‌کند اصلاً از نظر قانون زندگی یا خدا چیزی نمی‌تواند مرکز ما باشد مگر خدا.

بنابراین شما می‌گویید که ما چجوری خانواده را نگذاریم؟ فرق نمی‌کند شما با همسران یا با بچه‌تان همانیده بشوید یعنی آن مرکزتان باشد یا پولتان هر دو یکی است. چون ما چیزها و آدم‌ها را جسم می‌کنیم بعد می‌گذاریم مرکزمان، آن می‌شود عینک دیدمان. یعنی آن هشیاری، امتداد خدا، یک عینکی در این جهان می‌زند، درحالی‌که با عینک خودش باید ببیند که نور بی‌رنگ است و ما باید با نظم زندگی یا خدا زندگی کنیم، نه نظم من‌درآورده خودمان که در چند روز یاد گرفتیم این‌جا که همه‌اش هم براساس هرچه بیشتر بهتر است. نظمی که در این‌جا پس از ورود ما ایجاد می‌کنیم غلط است.

تمام موجودات عالم براساس نظم خداوند زندگی می‌کنند غیر از انسان و انسان من‌ذهنی. انسان یک من‌ذهنی درست کرده، آن یک نظم خاصی دارد که غلط است، آن نظم برای باقی ماندن و این‌هاست که آدم بتواند خودش را زنده نگه دارد و آن نظم به‌درد زندگی نمی‌خورد. همان نظم من‌درآورده دخالت در نظم خداست.



بنابراین شما باید یواش‌یواش از ده، دوازده‌سالگی که رد شدیم نظم من‌درآورده من‌ذهنی را یواش‌یواش کنار بگذارید با اشعار مولانا و دوباره خداوند را بیاورید به مرکزتان که نور بی‌رنگ است. عینکتان همان عینکی بشود که از اول خداوند در روز آست در چشم شما زده.

اگر بخواهید عینک‌های مادی بزنید فرق نمی‌کند، عینک مادی عینک ساخته‌شده براساس همسرتان، بچه‌تان باشد یا پולتان، هردو یکی است، هردو عینک جسمی است. این عینک، این دید، این نظم، این جور فکر کردن، این جور عمل کردن سبب درد می‌شود و تخریب می‌شود. کما این‌که هم می‌بینید در سطح شخصی، هم خانواده، هم در جامعه و هم در جهان به‌طور کلی ما راه من‌درآورده من‌ذهنی را داریم می‌رویم. می‌گوییم این نظمی است که پس از این‌که وارد این جهان شدیم با فکر غلطمان که براساس هرچه بیشتر بهتر است ایجاد کردیم.

این نظم دارد ما را تخریب می‌کند به‌سوی نابودی می‌برد. هرچه زودتر این نظم غلط من‌ذهنی را باید عوض کنیم، دوباره برگردیم به نظم خداوند. نظمی که همه جهان، همه کائنات براساس آن دارند کار می‌کنند. ما از آن نظم خارج شدیم، برای همین است که داریم هم خودمان را و هم بدنمان را، هم خانواده‌مان را، همه‌چیز را داریم تخریب می‌کنیم، تمام زمین را داریم تخریب می‌کنیم. ما باید از این خواب تخریب من‌ذهنی بیدار شویم.

شما یک برنامه را همین ۹۳۲ را یک بار کاملاً گوش دهید و شعرهایش را هم بخوانید و یک برنامه را یک ماه گوش دهید، فقط روی آن تمرکز کنید، خواهید دید که همه‌چیز را می‌فهمید.

آقای بیننده: آقای شهبازی یک بار فرمودید که روزی ده، پانزده ساعت کار می‌کنم، ما نگران شدیم شما الآن سنتان یک کم بالا رفته، خواهش می‌کنم مراقب سلامتی خودتان باشید آقای شهبازی. شما یک تکه جواهر هستید. الهی عمر شما به بلندی آفتاب باشد. مواظب سلامتی‌تان باشید.

آقای شهبازی: شما لطف دارید. ممنونم، لطف دارید، چشم، چشم.



۷- خانم ارغوان و پدرشان و آقای امین برادرشان از گلپایگان

خانم ارغوان: سلام آقای شهبازی. آقای شهبازی من آمدم برایتان بیت بخوانم.

آقای شهبازی: شما از کجا آمدید؟

خانم ارغوان: من ارغوان مخلصی هستم از گلپایگان.

آقای شهبازی: بله، خانم ارغوان بفرمایید.

خانم ارغوان:

یار در آخر زمان کرد طَرَبِ سازی
باطنِ او جَدِّ جِدِّ، ظاهرِ او بازی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

أَنْصِتُوا را گوش کُنِ خاموش باش
چون زبانِ حَقِّ نَگشتی گوش باش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)

أَنْصِتُوا یعنی که آبت را به لاغ
هین تَلَفِ کَمِ کُنِ که لبْخُشک است باغ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹)

لاغ: هزل، شوخی، در اینجا به معنی بیهوده است.

آقای شهبازی: آفرین آفرین.

خانم ارغوان: می‌خواهم الآن معنی فارسی آن را بگویم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم ارغوان: انصتوا یعنی این که خاموش باش تا به زندگی و خدا یا به حضور خوب زنده نشدی هیچ چیزی نگو،

بگذار من بیایم در زبانت که حرف بزنی.

آقای شهبازی: آفرین آفرین. خیلی زیبا. خب کس دیگر هم هست صحبت کند بعد از شما؟



خانم ارغوان: بله، بابایم.

پدر ارغوان: سلام علیکم.

آقای شهبازی: سلام خوب هستید؟

پدر ارغوان: وقتتان بخیر جناب شهبازی خسته نباشید.

آقای شهبازی: ممنون. خیلی ممنون که زحمت می‌کشید واقعاً این شعرها را به بچه‌هایتان یاد می‌دهید.

پدر ارغوان: لطف دارید. و همه زحمت‌ها را شما می‌کشید. و ارغوان هم خیلی شما را دوست دارد. خودش الآن نشست گرفت تا بالاخره خیلی از اول برنامه داشت می‌گرفت دیگر الآن موفق شد و با شما صحبت کرد. من اگر اجازه داشته باشم یک متن کوتاهی بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

پدر ارغوان: عرض شود خدمتان اول این که شکرگزاری و سپاس‌گزاری کنم بابت این برنامه انسان‌ساز و این که رعایت قانون جبران مادی و معنوی را بکنم.

و دو این که بیان پیشرفت معنوی علی‌رغم این که ذهن مرتب القا می‌کند که پیشرفت کمی داشتم، اما از هفت سال قبل در ابتدای روآوردن به این برنامه، بنده مصرف شدید داروهای ضدافسردگی داشتم و مشروبات الکلی می‌خوردم. و عرض کنم خدمتان که روآوردن شدید به جمع‌های دوستانه و حتی یک لحظه هم بدون درد زندگی نمی‌کردم. و مرتباً ریب‌المنون برای من اتفاقات ناگوار بزرگ و کوچک پیش می‌آورد تا بالاخره بتواند کمی من را بیدار کند، که خدا را شکر حداقل الآن فقط می‌دانم که نمی‌دانم و پر از اشکال هستم.

و این «می‌دانم» که هنوز هم گاهی اوقات بالا می‌آید و چه بلاهایی که سر من نیاورده، و این که واقعاً باورپذیر نیست که این‌گونه یک انسان بتواند تغییر کند. البته در فضای گشوده‌شده و بی‌نهایت زندگی همه‌چیز ممکن است و همین‌طور که خداوند فرموده با کن‌فکان کار می‌کند نه با علت‌ها و سبب‌های ذهنی. و شرط تسلیم و گشودن فضا در هر لحظه و هر قدم است.

در عجب‌هاش به فکر اندر روید
از عظیمی وز مهابت گم شوید

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۸)



جز که لا اُحصی نگوید او ز جان کز شمار و حد برون است آن بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۱۰)

مهابت: بزرگی و شکوه، عظمت، هیبت
لا اُحصی: به شمار در نمی‌آورم

و چه عجیبی و شگفتی‌ای بزرگ‌تر از این تغییرات و فضای بی‌نهایت. که واقعاً از عظمت و بزرگی این فضای بی‌نهایت انسان چنان همانیدگی‌هایی از جنس باور و درد و پول و کینه و رنجش و غیره، که همه دوستان می‌دانند بقیه همانیدگی‌ها و دردها را، کم کم می‌اندازد با این که با این سال‌ها زندگی کرده و بسیار سفت و محکم شده بودند.

برای خود من بسیار این‌ها سفت و محکم شده بودند و اصلاً برایم باورپذیر نبود که بتوانم این‌ها را بیندازم یک روزی، حالا یا این که اصلاً ضعیف بشوند در درون من. و امکان این کار از طریق ذهن صفر بود واقعاً، ولی خب امکان‌پذیر شد.

و همین‌طور که حضرت رسول فرموده بیان شکر و سپاس این نعمات و برکات از زبان و بیان ذهن ممکن نیست و فقط با زنده شدن در فضای گشوده‌شده زندگی خود می‌تواند بیان شکر و سپاس این نعمات را از طریق ما بیان کند.

جانست چون شعله، ولی دودش ز نورش بیشتر چون دود از حد بگذرد در خانه ننماید ضیا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶)

مولانا می‌فرماید جانی است که دودش ز نورش بیشتر است، و این دود همین فکرهای همانیده و اندیشه‌های برخواسته از من‌ذهنی است. و زمانی که این دود بیش از حد می‌شود دیگر نوری در خانه باقی نمی‌ماند. و زمانی که این دود بیش‌تر می‌شود در ترازوی خداوند و زندگی خود را نشان می‌دهد.

از ترازو کم کنی من کم کنم
تا تو با من روشنی من روشنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)



و تا زمانی که روزن باز شود و این دود خارج شود و نور زندگی از روزن به درون ما بیاید و روشنی بخش درون و بیرون ما گردد ان شاء الله. ممنونم و سپاس‌گزار.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

پدر ارغوان: ببخشید اگر که اجازه بدهید امین هم، پسر ده، یازده‌ساله صحبت کنند، ببخشید عذرخواهی می‌کنم وقت دوستان هم گرفتم. خیلی متشکرم.

آقای امین: سلام خوب هستید آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: سلام. بله آقای امین شما چطور هستید؟

آقای امین: خوبم مرسی ممنون. من می‌خواستم یک بیت شعر برای شما بخوانم با معنی آن.

آقای شهبازی: بله بله. بفرمایید.

آقای امین:

جمله خَلقان، سُخره اندیشه‌اند ز آن سبب خسته‌دل و غم‌پیشه‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۹)

حالا می‌خواستم معنی آن را برایتان بگویم. همه انسان‌ها مسخره اندیشه‌هایشان هستند. مسخره من‌ذهنی‌ها و به‌خاطر همین سبب همیشه ناراحت و ناشر هستند.

آقای شهبازی ممنون بابت برنامه خیلی خوبتان. کارم تمام شد و خدا نگاه‌دار.

آقای شهبازی: ممنونم عالی بود آقای امین، خداحافظ.

۸- خانم آرزو از اردبیل

سلام، من آرزو هستم از اردبیل زنگ زد. می‌خواستم یک شعر بخوانم.

چند شب پیش این شعر را در خواب شما فرمودید و من سعی کردم این شعر را حفظ بشوم و من این را می‌خوانم.

روزها فکر من این است و همه شب سُخْنَم
که چرا غافل از احوالِ دلِ خویشْتَم

از کجا آمده‌ام، آمدنم بهر چه بود؟
به کجا می‌روم آخر نمایی وطنم

مانده‌ام سخت عجب کز چه سبب ساخت مرا
یا چه بوده است مُرادِ وی از این ساختنم

آنچه از آن عالمِ علویست من آن می‌گویم
رخت خود باز بر آنم که همان‌جا فِکَنَم

مرغ باغِ مَلْکوتَم نِیم از عالمِ خاک
چند روزی قفسی ساخته‌اند از بدنم

کیست آن گوش که او می‌شنود آوازم
یا کدام است سخن می‌کند اندر دهنم

کیست در دیده، که از دیده برون می‌نگرد
یا چه جان است نگویی که منش پیرهنم

تا به تحقیق مرا منزل و ره نمایی
یک دم آرام نگیرم، نفسی دم نزنم

مِی وَصَلَمَ بِچِشَانِ تا دَرِ زَنَدَانِ اَبَدِ
به یَکِی عَرَبِدَه مَسْتَانَه به هَم دَرشِکِنَم

من به خود نَامَدَم این جا که به خود باز رَوَم
آن که آوَرَد مرا، باز بَرَد تا وطنم

تو مِیَنَدَار که من شعر به خود می گویم
تا که هشیارم و بیدار، یکی دَم نَزَم

(منسوب به مولانا)

این بیت که الآن می خواهم بگویم این را شما در خواب، به من گفتید.

از کجا آمده‌ام، آمدنم بهر چه بود؟
به کجا می روم آخر، نمایی وطنم

امیدوارم که از این به بعد بتوانم شعرها را حفظ کنم. من از بچگی خیلی دوست داشتم شعر حفظ کنم، ولی نمی توانستم. خدا را هزاران بار شکر می کنم که توانستم به برنامه شما وصل بشوم. نه الآن، از اولین روزی که به این برنامه نگاه می کنم هر روز سؤال هایی که این آقای که پرسیدند از ***، این سؤال ها را که پرسیدند، جوابش را انگار شما در این شعر گفتید به من.

از شما ممنونم آقای شهبازی، خیلی خوشحالم که توانستم وصل بشوم به برنامه و با شما صحبت کنم و همین طور تشکر می کنم از همه آن هایی که در این برنامه کمک می کنند.

سعی می کنم قانون جبرانم را هم عمل کنم به قانون جبران، هم مالی هم معنوی. بعضی وقت ها بالا پایین می رود این جبران معنوی، ولی سعی می کنم زود خودم را جمع و جور کنم. ممنونم.

۹- خانم فروزنده از اهواز با سخنان آقای شهبازی

سلام علیکم. آقای شهبازی، فروزنده هستم از اهواز تماس می‌گیرم. خدا را شکر که توانستم با شما تماس بگیرم. سپاسگزارم آقای شهبازی. من سالیان سال است که گوش می‌دهم به برنامه گنج حضور. دوست داشتم که اشتباه صحبت نکنم همیشه، برای همین معمولاً تماس نمی‌گرفتم و فکر می‌کردم، البته که خوب حرف نمی‌زنم، ولی امروز تصمیم گرفتم که تماس بگیرم.

من خیلی سال است که گوش می‌دهم به برنامه‌های شما، خیلی خیلی زیاد روی من اثر گذاشته به لحاظ ادامه زندگی، چون زندگی سختی داشتم، ولی درسته که خیلی متعهد نبودم، یعنی از لحاظ تعهد خیلی من، آدم متعهدی به برنامه نبودم.

با این‌که می‌دانستم خیلی برنامه تأثیرگذاری است، ولی همیشه فکر می‌کردم، پندار کمالم به من این‌جوری می‌گفت که یک راه‌هایی هست که تو هنوز آن‌ها را امتحان نکردی و متأسفانه خیلی از تایم‌هایی که می‌توانستم بیشتر تمرکز کنم روی برنامه برای رشد معنوی بیشترم، باعث شد که راه‌های دیگری را بروم و خیلی آسیب ببینم.

خیلی دوست داشتم بگویم که من الآن از سال نود و هشت خیلی متعهدانه، حالا همین خیلی متعهدانه‌اش هم که می‌گویم، می‌خواستم به دوستانم بگویم، خیلی متعهدانه هم همیشه من ذهنی خیلی جاها نمی‌گذارد که این تعهد کامل باشد، چون فکر را می‌برد به جاهای مختلف، مخصوصاً روی دیگران.

مثلاً من خیلی زیاد، راهنمایی می‌کردم دیگران را درحالی‌که فکر می‌کردم، خودم خیلی می‌دانم. اتفاق‌هایی برایم در زندگی افتاد که همه‌شان نشان داد که، یعنی مرتب هم نشان می‌دهد ولی من هنوز هم «حَبْر و سَنِي» کردن دیگران را دست بر نمی‌دارم.

امروز تماس گرفتم بعد از خیلی مبارزه با خودم که تعهدم را ابراز کنم بیشتر به دوستان بگویم که واقعاً عاجزانه می‌خواهم، نگذارند خیلی تایم را از دست بدهند، چون من مثلاً ابتدای سی‌سالگی شاید با این برنامه آشنا شدم، ولی پنجاه‌سالگی دارم این را متوجه می‌شوم.

خیلی دوست داشتم، مثلاً دوستانی که دارند، که این همه دارم از پیام‌هایشان لذت می‌برم، بگویم کاملاً حواسشان به خودشان باشد چون خیلی خیلی مودیان، من ذهنی باعث می‌شود، آدم از برنامه دور بشود.



الآن خیلی فکر کنم صحبت کردم. فقط خواستم بگویم، من خیلی روی سببها کار می‌کنم، خیلی روی پندار کمالم کار می‌کنم. سعی می‌کنم خیلی پیشیمان نباشم ولی الآن تنها افسوس من این است که چرا همان سی‌سالگی که به این برنامه گوش دادم، متعهد نبودم.

ولی حالا به قول شما ملامت هم یکی از بازی‌های من ذهنی است که سعی می‌کنم آن به من غلبه نکند. من مزاحم وقتتان نمی‌شوم، آقای شهبازی، فقط خواستم بگویم که خیلی خیلی از شما سپاسگزارم چون نمی‌دانید، دارید چه کاری برای انسان‌های دورافتاده‌ای مثل من، تنها و خیلی دردمند انجام می‌دهید.

من هر شب از شما سپاسگزاری می‌کنم، از تمام دوستان متشکرم، از تمام کسانی که به شما کمک می‌کنند. زیاده‌گویی کردم فقط خواستم صدای شما را بشنوم و تعهدم را در واقع به برنامه اعلام کنم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا صحبت کردید. این را عرض کنم که صحبت کردن با اشتباه، یعنی وسط صحبت، اشتباه کردن، جمله را غلط گفتن هم خیلی خوب است. شما نباید بترسید که زنگ می‌زنید به یک برنامه ممکن است اشتباه بکنید. این قسمتی از آن پندار کمال است. ما می‌دانیم بعضی مواقعها تُپق زدن، اشتباه کردن، صحبت را زیباتر می‌کند. اصل، این است که این صحبت از جای زیبایی بلند بشود، همین حضور.

حالا بیرون چجووری ادا می‌شود، گاهی اوقات خیلی روان ادا می‌شود، گاهی اوقات هم با تُپق زدن و اشتباه کردن، هردو زیباست. شما هر جور صحبت کنید زیباست، ولی می‌خواستم آخرسر از شما بپرسم که آن سه بیتی را که اخیراً خیلی خواندیم، می‌گوییم فقط تمرکز ما روی خودمان باشد، شما حفظ هستید دیگر نه؟

خانم فروزنده: بله، بله، مرتب هم تکرار می‌کنم.

آقای شهبازی: بخوانید ببینیم.

خانم فروزنده:

تا کنی مَر غیر را حَبَر و سَنی
خویش را بدخو و خالی می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدتی بنشین و، بر خود می‌گری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)



مردۀ خود را رها کرده‌ست او مردۀ بیگانه را جوید رفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

آقای شهبازی: بله، آفرین، آفرین. دیگر الآن «حَبْر و سَنی» نمی‌کنید دیگران را؟

خانم فروزنده: بله، البته، من سعی کردم که منفی نگویم، ولی دیگر کسی اطرافم نمانده، یعنی من تمام عزیزانم را می‌شود گفت، تقریباً از دست دادم که حبر و سنی می‌کردم. الآن یک موقع شروع کردم که آدم بیرون به آدم‌های غریبه یا دوستان.

ولی درواقع الآن کسی دیگر کنارم نیست که حبر و سنی‌شان کنم، ولی خُب فکر کردم این پیام شاید خیلی برای دوستان خوب باشد. کسانی که الآن شاید چندین سال است یا کم‌تر از چندین سال است گوش می‌دهند، که بدانند که هیچ راهی وجود ندارد.

یعنی من خیلی راه‌ها را رفتم، خیلی چیزها را تجربه کردم، ولی واقعاً هیچ راهی به‌جز چیزهایی که شما یا مولانا می‌گوید وجود واقعاً ندارد، یعنی باید همه چیزش را آدم از دست بدهد تا به این مثلاً نقطه برسد که واقعاً دردناک می‌شود.

....خود آدم سخت می‌شود، ولی من الآن، هنوز ناامید نیستم، یعنی من واقعاً تنها امیدم بعد از خدا به اشعار مولانا و تعهد بی‌نظیر شماست دیگر. همه‌چیز را دارم یک جوری از شما یاد می‌گیرم. یعنی یک پنجاه‌ساله که سعی می‌کند خیلی روی حرف‌هایش نماند. ان‌شاءالله که سعی خودم را بیش‌تر می‌کنم.

من مرتب هم پیام در تلگرام، حالا تا اگر خیلی نخواهم مثلاً فکر کنم باید کامل باشم و کمال‌گرایی را بگذارم کنار می‌فرستم، ولی به‌رحال خواستم که پیامم شاید تأثیرگذار باشد، حتماً بگویم.

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

خانم فروزنده: سپاسگزارم آقای شهبازی، خدانگهدارتان.



۱۰- خانم شیرین از کرج با سخنان آقای شهبازی

خانم شیرین: نزدیک سه سال است با برنامه‌تان آشنا شدم، می‌خواستم از شما تشکر کنم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. یک نفس عمیق بکشید، عجله هم نکنید، بله آرام صحبت کنید.

خانم شیرین: باشد خیلی ممنونم، خیلی وقت است، بار دوم است با شما تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.

خانم شیرین: تقریباً، تقریباً پارسال هم یک بار دیگر تماس گرفتم.

آقای شهبازی: بله.

خانم شیرین: آقای شهبازی من اول از شما تشکر می‌کنم، بعد از همه دوستانی که پیغام می‌فرستند و زحمت می‌کشند، بعد معذرت‌خواهی می‌کنم از شما، از همه دوستان چون من خیلی کم‌کاری می‌کنم آقای شهبازی، البته ایرادهای خودم را می‌بینم، مشکلم از کاهلی است، از قرین‌هایی که دارم، از پندار کمالم است.

آقای شهبازی من قبلاً معنی پندار کمال را نمی‌فهمیدم. فکر می‌کردم پندار کمال یعنی این‌که خودت را کامل بدانی. من هم می‌گفتم، من که پندار کمال ندارم، یعنی خودم را کامل نمی‌دانم، بعداً فهمیدم که یک معنی دیگرش می‌تواند این باشد که اصلاً خودم را به حساب نمی‌آورم، یعنی از بچگی این‌جوری بودم، همیشه احساس حقارت می‌کردم، حتی الان هم نمی‌توانم پیغام عشق، یک پیام بنویسم و برای پیغام عشق بفرستم و بخوانم است.

این‌جوری است که، خیلی پندار کمال دارم که ممکن است مثلاً بد حرف بزنم، مثلاً بلد نیستم خوب متن بنویسم، مثلاً خودم را خیلی احساس حقارت می‌کنم و دست‌کم می‌گیرم همیشه، بعدش هم یک چیزی خیلی ناامیدم آقای شهبازی، شما می‌گویید با ذهنتان اندازه نگیرید پیشرفتتان را. ولی من هم‌ااش می‌گویم هیچ پیشرفتی نکردم.

آقای شهبازی: ولی شما باز هم با ذهنتان، با ذهنتان اندازه می‌گیرید.

خانم شیرین: بله، بله، همه‌اش ذهنم ناامیدم می‌کند، با بقیه مقایسه می‌کند، با دوستانمان یلدا خانم، مثلاً بقیه، مثلاً به من می‌گوید می‌خواهی تماس بگیری که چه بگویی؟ تو که پیغام خوبی نداری، می‌خواهی مثلاً از دردهایت بگویی؟ می‌خواهی درد پخش کنی؟ پیغام قشنگی نداری، تو که هیچ چیزی نیستی، دو سال است هیچ پیشرفتی نکردی.

حالا آقای شهبازی از روزهای اول تا حالا پیشرفت هم کرده‌ام خدا را شکر، مثلاً عضویتم را بیش‌تر کرده‌ام.



همین‌که انگار یک چیزی آقای شهبازی روزهای چهارشنبه از خواب بیدارم می‌کند، گوشم را می‌کشد، می‌کشاند پای برنامه، هرچند پای برنامه خوابم می‌برد، ولی می‌گویم اشکال ندارد.

لنگ و لوک و خفته‌شکل و بی‌ادب سوی او می‌غیژ و، او را می‌طلب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۸۰)

دوست دارد یار، این آشفستگی کوشش بیهوده به از خفتگی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۱۹)

احساس می‌کنم آقای شهبازی من ذهنی‌ام خیلی قوی است، ولی می‌خواهم گوش بدهم، این قدر گوش بدهم تا مثل آن قطره‌آبی که می‌ریزد روی سنگ، این دل سنگ من آب بشود، سوراخ بشود آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین، این‌ها همه پیشرفت است خانم گفتید، همین‌هایی که می‌گویید شما الان پیشرفت است، همین‌که به برنامه می‌توانید گوش بدهید، این را برای همه عرض می‌کنم،

اگر کسی متعهدانه، حتی غیرمتعهدانه به این برنامه گوش می‌کند، این خودش پیشرفت است، یعنی یعنی اگر من ذهنی تمام‌عیار، پندار کمال به اصطلاح داشت آن‌جا نظم می‌داد به شما و رئیس شما بود، شما نمی‌توانستید به این برنامه گوش بدهید اصلاً.

هرکسی به این برنامه می‌تواند گوش بدهد و مدتی پایش بنشیند، ولو این‌که حوصله‌اش سر می‌رود، خسته می‌شود، یا یک نیرویی او را می‌کند، همان قدر که گوش می‌دهد، پیشرفت کرده، آن بیداری حضور است. اگر شما می‌توانید تحمل کنید، شعر مولانا را بخوانید، این پیشرفت است.

اگر نمی‌توانید تحمل کنید آن نشان می‌دهد که پیشرفتی در کار نیست و پس بنابراین شما پیشرفت کرده‌اید که به این برنامه گوش می‌کند. این هم عرض کنم که در ابتدا چون ما من ذهنی داریم و پندار کمال داریم، پندار کمال به‌طور خلاصه یعنی من می‌دانم.

اگر شما آدم‌ها را، حالا خودتان را احتمالاً نمی‌توانید کاملاً زیر نظر داشته باشید، ولی دیگران را نگاه کنید، تقریباً به هرکسی که نگاه می‌کنید ولو این‌که بگوید نمی‌دانم، در درونش فکر می‌کند می‌داند و این دانستن متأسفانه در راه عرفان ضرر می‌زند.



این دانستن یک مفیدی دارد که انسان می‌تواند کارش را در بیرون پیش ببرد، این قدر اعتماد به نفس پیدا کند که بتواند زندگی کند، این دانستن، ولی این دانستن و حس دانستن را نباید اعمال کنی به راه عرفان.

همین الآن توضیح می‌دادم که این نظمی که من ذهنی ایجاد می‌کند برای ما که فرداً در اختیار آن هستیم ما، این نظم غلط است، با نظم زندگی نمی‌خواند و باید این نظم را یواش یواش ما عوض کنیم.

ولی در ابتدای کار ما را من ذهنی می‌کند از پای برنامه، این هم نباید ناامید کننده باشد، این هم طبیعی است. اگر نکند غیرطبیعی است، برای این که ما عادت کردیم به یک سری صحبت‌ها و به نظم خاصی که فکر می‌کنیم درست است. اول که مولانا می‌گوید نه این‌ها غلط است، ما زیاد خوشمان نمی‌آید، می‌گوییم مولانا بلد نیست.

یواش یواش که ما به اصطلاح این بیت‌ها را می‌خوانیم و در زندگی مان به کار می‌بریم، می‌بینیم کارهای مشکل ما دارد آسان می‌شود. ما مسئله درست نمی‌کنیم، ما مانع درست نمی‌کنیم، رفتار مردم با ما عوض می‌شود. ما رفتارمان عوض می‌شود. یواش یواش ایمان می‌آوریم، باور می‌کنیم که این راه درست است، راه قبلی من درست نبود. باید صبر کنید. برای همین این همه می‌گوییم صبر، صبر، صبر. هیچ چیزی مهم‌تر صبر نیست.

هیچ تسبیحی ندارد آن درج صبر کن، الصبر مفتاح الفرج

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۶)

هیچ عبادتی بهتر از صبر نیست که ما یواش یواش خودمان را متقاعد کنیم که آن نظم قبلی من، عقل قبلی من خوب نبود، این یکی که تازه دارم پیدا می‌کنم یواش یواش بهتر است و آن زمان لازم را بگذارم. مثل قانون مزرعه است، امروز شما یک درخت سیب الآن می‌کارید، می‌گویید من دو ساعت دیگر میوه می‌خواهم، همچو چیزی نیست. باید صبر کنی با همان سرعت قضا و کن‌فکان که خدا برایش تعریف کرده، طبیعت تعریف کرده، این به شما میوه بدهد.

درضمن در این زمان هم باید مواظبش باشی، باید مثلاً آب بدهی، نور بدهی، کود بدهی. خلاصه بیایی سر بزنی تا این درخت سیب، سیب بشود. خُب خیلی زیبا بود.

خانم شیرین: خیلی سپاسگزارم آقای شهبازی خیلی خوشحال شدم با شما صحبت کردم، من اصالتاً کرمانشاهی هستم، ولی از کرج زنگ می‌زنم. ببخشید، خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: کرج زنگ می‌زنید، خوشحال شدم، خدا حافظ شما.

۱۱- خانم بیننده از مشهد با سخنان آقای شهبازی

خانم بیننده: خسته نباشید آقای شهبازی. من از مشهد زنگ می‌زنم، هفت سال هم هست که، اجازه بدهید تلویزیون را قطع کنم، مثل این‌که قطع شد، آره، خسته نباشید. از مشهد زنگ می‌زنم، هفت سال هم هست که پای برنامه هستم.

آقای شهبازی: تلویزیونتان خاموش نشده خانم.

خانم بیننده: بله، بله، این باتری‌اش ضعیف است کنترل، زدم قطع شد. خوشبختانه گرفت و الآن یک کم هول شدم.

آقای شهبازی: خُب یک نفس عمیق بکشید.

خانم بیننده: بله، اتفاقاً هفته قبل یک پیام دادم به شما که گفتید که مطرح کنم در برنامه شاید یکی کمک کند. من گفتم که هفت سال است که پای برنامه هستم، به‌خاطر این معضل، یعنی پای برنامه نشستم و به برنامه گوش دادم. یک روز که دیگر از همه‌جا ناامید شده بودم و شوهرم که لب به سیگار نمی‌زد، یک‌دفعه دیدم که با تریاک سروکار دارد.

آن هم باز گفت به‌خاطر این‌که بیماری دارم، ناراحتی دارم، به‌خاطر قلبش و این‌ها. بالاخره خودش را آلوده کرد، ولی خُب فقط همین مسئله را دارد اگر نه از نظر اخلاقی، رفاه مالی، این‌ها هیچ مشکلی ندارم، ولی خُب از هر جهتی، می‌گویم خدا

از هر جهتی تو را بلا داد
تا بازکشد به بی‌جهات

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

همین جور با هرچه که همانیده شده‌ام، مجازاتم را گرفتم، یعنی واقعاً سرم خورد به سنگ.

تا به دیوار بلا ناید سرش
نشود پند دل آن گوشِ کرش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)



خلاصه بگویم که واقعاً این معضلات و این‌ها خیلی من را درگیر کرده و یک چیزی هم که مطرح کردم گفتم که من می‌آیم باغ، در خانه شهر دلم پیش این است. می‌گویم یک اتفاقی برایش نیفتد، چون تا حالا خیلی اتفاقات در باغ افتاده، از نردبان افتاده، از درخت افتاده، مشکلات این‌جوری خیلی پیش آمده.

باز با من هم ناسازگاری می‌کند. واقعاً می‌مانم که چجوری با او رفتار کنم. باز می‌گویم این بابِ صغیر من است. این می‌خواهد که من خم بشوم، این می‌خواهد که من یک کم تواضع داشته باشم.

دیگر واقعاً گفتم که مطرح کنم شاید یکی کمکم کند، یک مشکل شبیه من داشته باشد، ولی خُب پای برنامه نشستم، خیلی نوشته‌ام. فکر کنم سی‌تا، چهل‌تا من از این سال‌نامه‌ها پُر کردم که یعنی اول‌ها این‌قدر هول می‌شدم که از صبح تا شب من پنج برنامه، یعنی مرتب بیدار بودم.

پنج برنامه را پشت‌سرهم نگاه می‌کردم و بلد نبودم که ضبط کنم و این‌ها که از رویِ خاطر جمع‌ی استفاده کنم. باور می‌کنید این‌ها تمام را من می‌نوشتم. تمام صحبت شما را، برنامه‌ها را من همه را یادداشت می‌کردم.

دیدم که باز هم این‌جوری پیشرفت نمی‌کنم. از آن گفتم این من‌ذهنی من است، می‌گویند که تو این‌ها را بنویس و چون تحمل داری، پای برنامه می‌نشین، یک قوت قلبی بود که من بنشینم پای برنامه، ولی قانون جبران هم واقعاً رعایت کردم. تا همین الان رعایت می‌کنم، ولی موفق نمی‌شدم که پیام بدهم، آن پندار کمالم بود.

گفتم پیام‌هایی که تو می‌خواهی بدهی چیست؟ غیر از این‌که دردت را بگویی، غیر از این‌که راه‌کار بخواهی بگیری. باز هم یا موفق نمی‌شدم تماس بگیرم یا همین تماسی هم که، به من می‌گفت که نه تو ایراد داری، پر از ایرادی.

چرا می‌خواهی تماس بگیری؟ دیگر حالا اتفاقاً نمی‌دانم خدا خواست که به شما وصل شدم. و خیلی حرف‌هایی، چون این‌قدر من مطلب نوشته‌ام که بیان کنم. الان فی‌البداهه دارم همین‌جور فقط حرف می‌زنم. واقعاً هر وقت هم تایم تمام شد، شما بفرمایید که من قطع کنم آقای شهبازی.

در زندگی زیاد موفق نیستم. الان پسر تحصیلات بالا دارد، ولیکن خُب بیکار است. فکر می‌کنم که من مقصرم، یا هرچه که پیش می‌آید فکر می‌کنم من مقصرم. چون شوهرم همیشه انگشتِ نشانه را طرف من می‌گذارد.

این‌قدر من را ملامت می‌کند برای هر چیز کوچک و بزرگ، تربیت بچه‌ها یا هر چیز من را ملامت می‌کند. واقعاً فکر می‌کنم من خیلی مقصرم و چون پای برنامه هم می‌نشینم از من خیلی توقع دارد که قبول کنم که تقصیر من است. واقعاً دیگر من ماندم.

آقای شهبازی: خیلی خُب. شما، شما خودتان هم فکر می‌کنید تقصیر شماست؟



خانم بیننده: خیلی من هم مقصرم، ولی خُب چون سرزنش‌گر است، حتی با بچه‌ها، با دیگران هم فکر می‌کنم مثلاً او یک مقدار سهم خودش است که این‌طوری است، ولی خُب من هم قبول می‌کنم واقعاً مقصر بودم. صبور نبودم زیاد.

آقای شهبازی: آهان، سخت‌گیر بودید.

خانم بیننده: می‌گویم آن پندار، یعنی مهمان برایم می‌آمد، می‌خواستم تمام و کمال. الآن هم حتی باور می‌کنید آقای شهبازی سه سال است که در باغیم، باغ گرفتیم، من هنوز یک مهمانی درست و درمان ندادم. چون هر دفعه فکر می‌کنم به مهمانی، که من یک مهمانی بدهم، اولاً که می‌گویم که نکند که فکر کنند که من می‌خواهم مثلاً به رخ بکشم یک چیزی را، خودم را نشان بدهم. این یک مسئله‌ای است.

مسئله دوم می‌گویم باید تمام و کمال باشد. پذیرایی این‌جوری باشد، این‌جوری باشد. اگر ناهار باشد این‌طوری باشد، شام باشد این‌طوری. برای خودم این‌قدر سخت می‌گیرم که مهمان سرزده را باور می‌کنید انگار دوست ندارم. دلم می‌خواهد از قبل، از یک هفته قبل کارهایم را انجام بدهم، ولی این برایم خیلی سخت است؛ یعنی این پندار کمال نمی‌گذارد که من تقریباً یک کم عادی کار کنم.

آقای شهبازی: خیلی خُب، خیلی خُب، دیگر پس می‌دانید چه چیزی شما را اذیت می‌کند، پندار کمال. حالا شعرهای مربوط به پندار کمال را بخوانید. تأمل کنید، ببینید چه چیزی را باید شما عوض کنید که خودتان از خودتان راضی باشید. بگوئید دیگر رفتار من عالی شد الآن. منتها این از پندار کمال‌تان نیاید، واقعاً از فضاگشایی بیاید و ملامتی هم در کار نباشد.

خانم بیننده: من شعرها را همه را هرچه حفظ بودم، نمی‌توانم بیان ... (قطع شد)



۱۲- سخنان آقای شهبازی

قطع شد. خُب.

بله، بهترین روش این است که اگر دو نفر با هم زندگی می‌کنند بگویم به‌طور استاندارد زن و شوهر هستند، واقعاً هر دو به برنامه گوش کنند و روی خودشان کار کنند، روی رابطه کار کنند، ملامت نکنند، نه خودشان را ملامت کنند نه طرف مقابل را. این تنها راه است، وگرنه پناه بردن به مشروب و مواد مخدر و فرار کردن و، این‌ها چاره کار نیست.

همین بیت قبل را که داشتیم می‌گوید: «سرسخت‌ترین و بدترین دشمن شما همین من‌ذهنی شماست که بین دو پهلویتان قرار دارد.» همین‌طور این سه بیت می‌گوید: اگر نفس در درون، من‌ذهنی خودت در درون راه شما را نزند، من‌های ذهنی بیرون نمی‌توانند شما را اذیت کنند.

ولی مردم درحالی‌که من‌ذهنی درونشان راهشان را می‌زند و اذیتشان می‌کند و سبب فریب خوردنشان می‌شود، فرار می‌کنند. از خودشان که نمی‌توانند فرار کنند، هر جا می‌روند این من‌ذهنی و بدترین دشمن خودشان را با خودشان می‌برند و پندار کمالشان می‌گوید که من اشکالی ندارم.

الآن دوا آمده، یک موقعی دسترسی به بزرگی مثل مولانا نبود، الآن در نوک انگشتانتان است، همین ریموتان (remote: کنترل) را فشار می‌دهید، این ابیات جان‌بخش را می‌بینید. می‌گوید آن من‌ذهنی اقتضاکننده که شما را می‌برد به سبب‌سازی ذهن که از جنس شهوت است، مرکزتان اسیر آفت است ضرر و زیان است. به‌خاطر آن مأمور مخفی، همین من‌ذهنی شما که در درون خود شماست، دزد و تباہ شدید. به این علت است که عوانان بیرون، من‌های ذهنی بیرون می‌توانند به شما لطمه بزنند.

اول باید آدم روی خودش کار کند، درست کند خودش را، اگر درست نکند با آن من‌ذهنی که نظم غلط خودش را دارد، هر جا برود در عذاب است. و خاصیت‌های خودش را دارد، اشکال ایجاد می‌کند گردن دیگران می‌اندازد، خودش را دانا می‌داند درحالی‌که بزرگ‌ترین دشمنش خودش است برای این‌که نمی‌داند، کسی که نمی‌داند فکر می‌کند می‌داند و بقیه مردم را متهم می‌کند که شما نمی‌دانید.

مشکلی داریم، ما باید این مشکلمان را حل کنیم. مولانا کاملاً توضیح داده. نه تخریب راه است نه فرار راه است، جایی نمی‌توانیم فرار کنیم. همین الآن شعرهایش را نشان می‌دهم می‌گوید که کسی که دشمنش سایه خودش است، به کجا فرار کند؟! یعنی نشان دادم قبلاً. می‌گوید آدم دشمن داشته باشد می‌تواند از دستش فرار کند ولی سایه خودش دشمنش است، از دستش کجا باید فرار کند؟ هر جا می‌رود سایه هم می‌آید.



پس بنابراین کارش باید «خیزخیز» باشد، هر لحظه از خواب ذهن بیدار بشود بداند که از چه جنسی است، از جنس من ذهنی نیست، این من ذهنی دشمن است. این هم این طوری طرح شده که انسان به مقصودش برسد. تا من ذهنی با ماست ما نمی‌توانیم مرکزمان را از جنس خداوند بکنیم. این آنجا را اشغال کرده، اسمش فرعون است من ذهنی است نفس است.

دیگر از این آشکارتر نمی‌گوید که، این لحظه دو جور اقتضا داریم ما؛ یا فضا را باز می‌کنیم از جنس آلت می‌شویم از جنس زندگی می‌شویم نظم زندگی را می‌رویم، یا نه فضا را می‌بندیم از جنس پندار کمال می‌شویم از جنس من ذهنی می‌شویم، آن موقع اقتضای فکرهای ذهنی می‌آید، ما دنبال آن می‌رویم.

اگر دنبال اقتضای ذهن برویم، در ذهنمان در درمان گم می‌شویم، نمی‌توانیم راه را پیدا کنیم. این که برویم خودمان را بی‌هوش کنیم هشیاری مان را بیاوریم پایین یا مشروب بخوریم مواد مصرف کنیم، بدتر می‌شود. آن که چاره کار نیست. یعنی شما دارید از هشیاری جسمی ذهنی می‌روید به هشیاری درختی که از آنجا ما خیلی فاصله گرفتیم. ما راه به سوی بالا داریم، فقط! یعنی از روی من ذهنی باید بپریم.

«قُلْ تَعَالَوْا كَفْت رَبُّ» یعنی خداوند گفته بیا بالا! پایین نرو! پایین حیوان است درخت است نبات است جماد است، از آنجا ما رد شدیم. یک عده‌ای مشروب می‌خورند برونند درخت بشوند، هشیاری نباتی بگیرند. ممکن است یک ساعت بی‌هوش باشند ولی همان دردها درحالی که تقویت شده‌اند برمی‌گردند، از بین نمی‌روند! تا بالاخره آدم را زمین می‌زنند.



پایان بخش اول





۱۳- خانم بهار از اورنج کانتی

خانم بهار: من یک پیامی آماده کردم در رابطه با طلب راستین. یعنی چطور طلبی طلب واقعی است.

آقای شهبازی: یک کمی بلندتر صحبت کنید بی‌زحمت.

خانم بهار: روی اسپیکر بود آوردم بیرون از آن.

آقای شهبازی: آفرین یک کمی هم آرام‌تر صحبت کنید. بله بفرمایید.

خانم بهار: در مسیر رشد و کمال معنوی طلب ما دست‌خوش تغییر و گذر از مراحل می‌شود:

مرحله یک یا مرحله طلب زندگی از جهان: زمانی است که هشیاری عمدتاً هشیاری جسمی است، به دنبال زندگی و خوشبختی در جهان بیرون هستیم. هرچه که در بیرون طلب می‌کنیم، برای این طلب می‌کنیم که داشتن آن را معادل تجربه حال خوبی می‌دانیم.

به عبارت دیگر خانه، کار، همسر، بچه را می‌خواهیم چون فکر می‌کنیم داشتن آن‌ها حال ما را بهتر می‌کند. این طلب کم‌کم ما را دچار درد و رنج و نامرادی می‌کند.

در این زمان است که شاید با مسیر معنوی آشنا بشویم و کم‌کم از طلب چیزهای بیرونی دست بکشیم و مطلوبات معنوی را هدف قرار بدهیم تا درد و رنج را کم کنیم.

این مرحله دوم از مراحل طلب است که آن را مرحله طلب بدون صدق هم می‌توان نامید. نکته مهم این است که اگرچه نسبت به مرحله قبلی یک قدم جلوتر آمده‌ایم اما هنوز به دنبال حال خوب هستیم. فقط این بار وسیله آن تغییر کرده و از طریق معنویت می‌خواهیم به حال خوب برسیم.

در این مرحله اگر در حال خوشی معنوی باشیم و در اثر قرین یا نامرادی از بسط به قبض برویم، ممکن است خودمان یا دیگران را ملامت کنیم، دچار ناامیدی بشویم، حتی از طلب بشینیم. در این مرحله ما یک من‌ذهنی معنوی ساخته‌ایم.

عاشقِ حالی، نه عاشقِ بر منی

بر امیدِ حالِ بر من می‌تنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸)



مولانا در دفتر دوم از بیت ۲۹۷۵ حالِ چنین طالبی را به حالِ کسی تشبیه می‌کند که شتری گم نکرده ولی وقتی جست‌وجوی فردی را می‌بیند که واقعاً شترش گم شده، ادعا می‌کند که او هم شترش گم شده، به طمع این‌که اگر شتر پیدا شد نفعی نصیب او بشود.

در این‌جا فردی که شترش واقعاً گم شده، در طلب شتر خود صدق دارد ولی فردی که تظاهر به گم کردن شتر می‌کند کسی است که طلب او صدق و راستی ندارد و بیش‌تر از کسی که با شور و اشتیاق در طلب راستین است تقلید می‌کند.

این فرد کم‌کم از فردی که طلب حقیقی دارد تأثیر می‌پذیرد و می‌فهمد که طمع کردن به شتر دیگری برای او حجاب شده و او گم کرده خودش را از یاد برده و طلب او که طلب کاذب بوده به طلب راستین تبدیل می‌شود.

چون بدیدش یاد آورد آن خویش بی طمع شد ز اُشتران یار و خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۹۵)

بنابراین تلاش در این مسیر می‌تواند ما را به مرحله سوم که مرحله طلب راستین است رهنمون شود. در این مرحله جوینده راه حقیقت، موقوف حال و ابن‌الوقت نیست و در هر حالی، در هر موقعیتی که ذهنش نشان می‌دهد به دنبال فرارفتن از هشیاری جسمی، فضاگشایی و تبدیل است.

تنها چنین طلبی است که قدرت دارد ما را از اینرسی و چسبندگی ذهنی برهاند. از آنجایی که جریان مداوم افکار و ذهن نیروی جاذبه قوی دارد، طلب ما باید از این نیرو قوی‌تر باشد تا بتوانیم زندگی فرای ذهن را تجربه کنیم.

تو به هر حالی که باشی می‌طلب آب می‌جو دایماً ای خشک‌لب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۹)

این سه مرحله که گفتم با سه نوع هشیاری بیان شده در داستان سه ماهی، یعنی ماهی احمق، ماهی نیمه عاقل و ماهی عاقل نیز مطابقت می‌کند.

ممنونم آقای شهبازی

آقای شهبازی: خیلی زیبا. آفرین عالی. خداحافظ

غمناک نباید بود از طعنِ حسود ای دل شاید که چو وابینی، خیر تو در این باشد

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

تکه، کنایه و یا هر بدگویی و تهمت‌ی که من‌های ذهنی به ما نسبت می‌دهند، می‌تواند برایمان جنبه‌ی خیر داشته باشد، به شرط آن‌که به‌جای واکنش و مقاومت نشان دادن به حرف‌های آن‌ها، فضا را باز کنیم و ببینیم پیغامی که زندگی از طریق آن‌ها به ما می‌دهد چیست و چه تغییر و اصلاحی در رفتار خود باید ایجاد کنیم.

ما درین انبار، گندم می‌کنیم گندم جمع آمده، گم می‌کنیم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷)

می‌نیشیم آخر ما به هوش کین خلل در گندم است از مکر موش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۸)

موش تا انبار ما حُفره زده‌ست وز فَنَش انبار ما ویران شده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹)

اول ای جان دفع شرّ موش کن وآنگهان در جمع گندم جوش کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰)

ممکن است کسی که سال‌ها در حال تمرین معنوی روی خودش است، بعد از مدتی به‌خاطر پندار کمال و یا هر دلیل دیگری، از برنامه‌ی گنج حضور و این جمع عاشقانه و زیبا دست بکشد. این همان گندم دزدیدن موش است و به نوعی مکر شیطان. این‌گونه است که فرد زحمات چند ساله‌اش را به باد می‌دهد و دوباره می‌شود همان آدم قبلی با کوله‌باری از درد.



در دل من آن دعا انداختی صد امید اندر دلم افراختی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۳۲)

قبل از آشنایی با برنامه گنج حضور، چه در زمینه مادی و چه معنوی، بسیار ناامید بودم و حتی اگر تمام شرایط برایم فراهم می‌شد، باز هم می‌گفتم که دیگر هیچ امیدی نیست و این کارها به من نیامده و من لیاقت آن را ندارم. ولی خدا را شکر در حال حاضر ممکن است اهدافی داشته باشم که بخواهم یک ماه بعد، یک سال بعد و یا حتی چند سال بعد به آن‌ها برسم، برایشان تلاش می‌کنم، ناامید نمی‌شوم و به آینده و توهمات ذهنی نمی‌روم.

حَزْم، سُوء الظَّن گفته‌ست آن رسول هر قدم را دام می‌دان ای فَضول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸)

حَزْم آن باشد که چون دعوت کنند تو نگویی: مست و خواهان من‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰)

دعوت ایشان، صغیر مرغ دان که کند صیّاد در مکمن نهران

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۱)

از وقتی که با برنامه گنج حضور آشنا شدم، دست از رفیق‌بازی برداشته‌ام. چند روز پیش مادرم اصرار می‌کرد که کنکورت را داده‌ای و بیا برویم شمال، چند روز بعد از آن نیز یکی از دوستان شمالی‌ام که در رشت سکونت دارد، خیلی اصرار می‌کرد که بیا شهر ما چون جاهای دیدنی زیادی دارد، شماره همدیگر را هم که داریم، حتماً به من زنگ بزن تا بیایم ببینمت. ذهنم می‌گفت تو که کنکورت را داده‌ای و سرت خلوت شده‌است، واقعاً می‌خواهی دست رد به دعوت دوستت بزنی؟

به حرف‌های ذهنم توجه نکردم و به مادرم گفتم: نه، به مسافرت نمی‌آیم.

من از این خانه پُر نور به در می‌نروم من از این شهر مبارک به سفر می‌نروم



منم و این صنم و عاشقی و باقی عمر
من از او گر بکُشی جای دگر می‌نروم

نشنوم پند کسی، پند مده جان پدر
من پدر یافته‌ام، سوی پدر می‌نروم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۵۳)

ترجیح می‌دهم در اتاق خودم خلوت کنم، بیت بخوانم و به برنامه گنج حضور گوش دهم و وقتم را نیز هدر ندهم.

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

۱۵- خانم دینا از ونکوور

با اجازه‌تان پیامم را با موضوع «بازگشت» به اشتراک می‌گذارم.

من بارها و بارها مستطیل افسانه من‌ذهنی را در برنامه گنج حضور و با اشعار مختلف مولانا دیده‌ام، نمی‌دانم شاید برای ذهنم تکراری شده بود یا این‌که ذهنم می‌گفت من این‌ها را می‌دانم و دیگر توجه کافی به این شکل‌ها نمی‌کرد.

وقتی آقای شهبازی مطرح فرمودند که اگر مثل قدیم دیگر روی خودتان کار نمی‌کنید و روی ابیات تأمل ندارید، یعنی در ذهن هستید و طلب واقعی هم ندارید. این سؤال من را به خودم آورد و از خودم پرسیدم: دینا آیا تو طلب ذهنی داری یا طلب زندگی؟ از کجا می‌فهمی که داری روی خودت کار می‌کنی؟ آثارش در تو چیست؟ تلویزیون را روشن کردم، آقای شهبازی این بیت را از برنامه ۹۳۱ برایم خواندند:

**گویند مردگان که چه غم‌های بیهده
خوردیم و عمر رفت به وسواس هر فنی**

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع ۴۳)

می‌فرمایند کسانی که می‌میرند متوجه می‌شوند که در این جهان فریب همانیدگی‌ها را خورده‌اند و این‌که عمرشان را در وسواس هر فن که همان کشش همانیدگی‌هاست به هدر داده‌اند و تبدیل را تجربه نکرده و این تنها حسرتشان است. دیدم مولانا چه تمثیل جالب و دقیقی آورده، وسواس هر فنی! وسواس یعنی میل شدید به انجام کاری. دوباره به مستطیل افسانه من‌ذهنی برمی‌گردم، لحظه‌ای خودم را می‌بینم که افکارم از مرکز همانیده‌ام می‌آید، می‌بینم که این افکار پشت سرهم نه تنها هیچ قدرت و حس امنیتی به من نمی‌دهند، بلکه وجودم را پر از ترس، رنجش و نگرانی کرده‌اند. وسواس من‌ذهنی‌ام را با دلایل کاملاً موجه‌اش، برای در این حالت ماندن و قضاوت کردن و مانع دیدن و مسئله ساختن و در نهایت دشمن‌سازی می‌بینم. این شکلی که ذهنم در برابرش مقاومت داشت، برای لحظه‌ای آینه‌ام شد و دیدم چطور در نقش‌ها و باورهایی که ذهنم برایم ساخته فرورفته‌ام و آحول و کج‌بین شده‌ام و این نقش‌ها و باورها را قبله‌ام کردم و هیچ مسببی را نمی‌بینم.

**قبله کردم من همه عمر از حَوَل
آن خیالاتی که گم شد در اجل**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۵۳)

حسرت آن مُردگان از مرگ نیست ز آنست کاندِر نقش‌ها کردیم ایست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۵۴)

ما ندیدیم اینکه آن نقش است و کف کف ز دریا جُنبد و یابد علف

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۵۵)

این‌جا هم دوباره مولانا به من گوشزد می‌کرد که حسرت انسان‌های مرده این بوده که چرا دچار وسواس هر فنی که همان کشش من‌ذهنی‌شان به همان‌دگی‌ها بوده، شده‌اند، و محو نقش و کف شده‌اند و از دریایی که این کف را به وجود آورده، دور مانده‌اند.

خوشبختانه خواندن این ابیات ذهنم را آرام می‌کند و ارتعاش ابیات مولانا به من این آگاهی را می‌دهد که می‌توانم این لحظه خودم را اصلاح کنم، می‌توانم این لحظه به این نقش‌ها بمیرم و متوجه کوری و کژی‌بینی من‌ذهنی‌ام باشم، و لا کنم هر آنچه را که از ذهنم می‌گذرد و بدانم توهمی بیش نیست و اجازه دهم که فقط بگذرند و اسیر توهم فکر و خیال نشوم و بدانم این‌ها آفل هستند و خدای من نیستند.

هرچه اندیشی، پذیرای فناست آنکه در اندیشه ناید، آن خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۷)

می‌بینم چقدر لطف و رحمت زندگی بی‌انتهاست! به محض این‌که ذره‌ای لطیف می‌شوم و فضا را باز می‌کنم و احساس نیاز واقعی‌ام را به زندگی نشان می‌دهم، نه به چیزهایی که ذهنم نشان می‌دهد، صدای زندگی را با گوش جانم می‌شنوم که می‌گوید ای مرد کار، ای کسی که در هر دردی و هر وضعیتی که داری به ما امیدوار هستی، در وجود تو یک عدم‌بینی هست که حُسن ظن دارد و خوب فکر می‌کند، امید خوش دارد. آن را برای تبدیل شدن به من به‌کار بگیر.

به من امید می‌دهد و می‌گوید به هر وضعیتی که رسیدی یا در هر وضعیتی که الآن هستی فقط فضا را باز کن و این ماجرای ذهن را رها کن و بالا بیا. می‌گوید این لحظه اگر قصد تبدیل یعنی خواندن مرکز عدم وجودت را کرده‌ای یا می‌خواهی از ارتعاش مرکزهای عدم‌شده کمک بگیری، من چشم عدم تو را به تو پس می‌دهم تا جوهر بسیار عظیمی که از جنس من است را در وجودت بخوانی.



آمد از حضرت ندا کای مرد کار
ای به هر رنجی به ما امیدوار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۵)

حُسنِ ظَنِّ است و، امیدی خوش تو را
که تو را گوید به هر دم برتر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۶)

هر زمان که قصد خواندن باشدت
یا ز مُصحفها قِرائتِ بایدت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۷)

من در آن دم وادهم چشم تو را
تا فرو خوانی، مُعظّم جوهرها

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۸)

والسلام. ممنونم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین. عالی عالی.

انسان برای زنده شدن به اصل خود و باز کردن فضای درونش به این گزینه‌ها نیاز دارد:

۱- لا کردن من‌ذهنی

لا کردن به معنای این است که با نه گفتن به ذهن، جلوی آن را بگیریم و به افکار ذهنی و همانیده، نه بگوییم.

برای مثال (من حتماً باید در این درس نمره خوبی داشته باشم تا از بقیه تأیید و توجه بگیرم).

در این صورت ما با تأیید و توجه دیگران همانیده هستیم و فکر می‌کنیم بدون آن‌ها مایی وجود ندارد، اما نه! آگاه

باش که تو از جنس عدم و حضور هستی پس به افکار همانیده و من‌ذهنی‌ات نه بگو

گر ندانی ره، هر آنچه خر بخواست عکس آن کن، خود بُود آن راه راست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۵۵)

۲- خودداری از قرین شدن با من‌ذهنی

انسان ممکن است هر روز با هزاران نفر صحبت و رفت و آمد کند و ممکن است این انسان‌ها روی او تأثیراتی بگذارند.

وقتی ما با انسانی قرین می‌شویم از او تأثیر می‌پذیریم و ممکن است این تأثیرات ما را به من‌ذهنی بکشاند.

وقتی ما با انسانی که در خواب ذهن به سر می‌برد قرین شویم، افکار همانیده آن فرد روی زندگی ما تأثیر می‌گذارد،

پس از قرین شدن با من‌های ذهنی و افکار همانیده آن‌ها دوری کن و خودت را با فضاگشایی، با مرکز عدم و

هشیاری حضور قرین کن.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)



۳- قانون مزرعه

کار کردن روی خود و قانون مزرعه به معنای برداشت اعمال کارهاست، یعنی ما اگر بخواهیم به خدا زنده و مرکزمان را عدم کنیم، باید روی خودمان کار کنیم.

این طور نیست که افکار ذهنی داشته باشیم، همانندگی داشته باشیم و انتظار داشته باشیم که به خدا زنده شویم.

برای رسیدن به مرکز عدم و هشیاری نیاز است مرکزمان را با فضای گشوده شده قرین کنیم و مدام ناظر افکارمان باشیم و روی خود کار کنیم، عجله هم نداشته باشیم.

با انجام این کارها در مزرعه دنیا، کشتی می‌کاریم که در آخرت که این لحظه است مرکز عدم و شادی بی‌سبب و زنده شدن به خدا را برداشت می‌کنیم.

اصل خود جذب است، لیک ای خواجه‌تاش

کار کن، موقوف آن جذبه مباش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷)

زآنکه ترک کار چون نازی بُود

ناز کی در خورد جانبازی بُود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۸)

نه قبول اندیش، نه رد ای غلام

امر را و نهی را می‌بین مدام

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۹)

آقای شهبازی: خیلی زیبا ماهک خانم، این را یک ویدیو درست کنید به ما بفرستید، الان چند سالتان شده؟ شما باید سن خود را هم بگویید تا بینندگان بدانند.

خانم ماهک: چشم، الان سیزده ساله هستم.

در بُن چاهی همی بودم زبون
در همه عالم نمی‌گنجم کنون

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۳)

آفرین ها بر تو بادا ای خدا
ناگهان کردی مرا از غم جدا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۴)

آفرین‌ها بر استاد نازنین باد که با تفسیرهای زیبایشان ابیات مولانا را به خوبی توضیح می‌دهند و طلب‌های من‌ذهنی را به ما نشان می‌دهند و ما را از درد همانیدگی‌ها و غم آن‌ها جدا می‌کنند.

من نشستم ز طلب، وین دل پیچان نشست
همه رفتند و نشستند و دمی جان نشست

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۱۳)

لحظه‌ای وجود ندارد که خداوند برکاتش را شامل حال ما نکند و این فقط از طریق تدبیر و خرد الهی است نه تدبیر من‌ذهنی، اتفاق این لحظه برای فضاگشاییست که هزار برکت به ما برسد ولی ما چون از طلب نشسته‌ایم یا وجود نداریم غایب هستیم یا درحال قضاوت و مقاومت کردن و بستن فضای درون هستیم.

وقتی از درون بسته شویم از بیرون نیز بسته می‌شویم و ناامید و بی‌حوصله می‌شویم، حالمان بد می‌شود و این‌جاست که می‌بینیم از طلب نشسته‌ایم و دچار طلب من‌ذهنی شده‌ایم، این‌جاست که حواسمان را به اولین قدم بیاندازیم.

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲)



وقتی در اولین قدم تسلیم شویم و عقل من‌ذهنی را خاموش کنیم و فضای درون را با صبر، شکر و پرهیز باز کنیم و دست از طلب‌های من‌ذهنی برداریم آن وقت که با این فضای گشوده‌شده که اتحاد ما با خداست مسئله بیرونی ما هم حل می‌شود و مسائل زندگی شروع به سروسامان گرفتن می‌کند.

ستیزه کاری است که من‌ذهنی ما را از طلب می‌نشانند و تنها وظیفه ما این است که از من‌ذهنی به فضای یکتایی مهاجرت کنیم و دائماً در پی باز کردن فضای درون باشیم.

چون جنس اصلی ما فضای ابدی و بی‌نهایت است. این فضای گشوده‌شده همان عشق است، همان وحدت با خداست، همه‌چیز است و وقتی وارد این فضا شویم خود خواهیم دید که مسائل بیرونی هم یکی یکی روبه‌راه می‌شود.

گنجینه گنج پادشاهی دل تست وان مظهر الطاف الهی دل تست

مجموعه مجموع کمالات وجود
از دل بطلب که هر چه خواهی دل تست

(شاه نعمت‌الله ولی، رباعیات، رباعی ۴۸)



۱۸- خانم تیارا ۱۱ ساله و خانم یکتا ۷ ساله از زرین شهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی

سلام استاد، خدقوت، تیارا هستم ۱۱ ساله.

استاد، متنی از برنامه شماره ۹۳۲ آماده کردم که با اجازتان می‌خوانم.

**فکر آن باشد که بگشاید رهی
راه آن باشد که پیش آید شهی**

**شاه آن باشد که از خود شه بود
نه به مخزن ها و لشکر شه شود**

(مثنوی ، دفتر دوم ، ابیات ۳۲۰۷ و ۳۲۰۸)

فکر سازنده از فضای گشوده شده می‌آید که راهی را باز کند. راه آن راهی نیست که من ذهنی نشان می‌دهد، راه آن است که شاه زندگی نشان می‌دهد، یعنی ما تبدیل بشویم، مثل یک خورشید از مرکزمان طلوع کنیم. شاه آن است که براساس ذات خودش شاه باشد. ما باید به ذات خودمان قائم بشویم، از جهل جدا بشویم تا به جهان تسلط پیدا کنیم، تا جهان نتواند ما را جذب خودش کند.

**من غلام آن که او در هر رباط
خویش را واصل نداند بر سِماط**

(مثنوی ، دفتر اول ، بیت ۳۲۵۹)

می‌گوید: من غلام آن انسان هشیاری نظر هستم که در هر وضعیت در من ذهنی گیر نکند، فکر نکند که واصل شده‌است به سِماط یعنی فضای یکتایی، به خداوند تبدیل شود. ما باید خیلی از وضعیت‌هایمان را ترک کنیم تا ما یک روزی واقعاً به خداوند زنده بشویم و هیچ همانندگی در مرکزمان نماند.

**جستجویی از ورای جستجو
من نمی‌دانم تو می‌دانی بگو**

(مثنوی ، دفتر اول ، بیت ۲۲۱۱)



ما هیچ وقت باور نمی‌کنیم که حضور و خدا را ما به صورت جسم و تصویر تصور می‌کنیم و می‌رویم دنبالش و در ذهن می‌مانیم.

اگر ما فضا را باز کنیم، از طریق ارتعاش می‌توانیم مردم را آگاه کنیم، پس بنابراین جستجو از طریق فکرهای همانیده نمی‌شود.

سلام استاد، یکتا هستم.

عمر رفت و تو منی داری هنوز
راه بر ناایمنی داری هنوز

زخم کآید بر منی آید همه
تا تو می‌رنجی منی داری هنوز

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

«از تسبیح جماد تا سرایرده سبحان»

هر که او نعره تسبیح جماد تو شنید تا نبردش به سرایرده سبحان ننشست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۱۳)

مولانا در این بیت می‌گوید هر انسانی که نعره تسبیح کردن یا عبادت کردن جماد تو را شنید، یک تحولی در درونش رخ داد. و آن تحول این است که آن انسان دیگر از پا ننشست تا زندگی او را به سرایرده سبحان بُرد. سرایرده سبحان نماد گنج حضور یا فضای یکتایی است. این گنج، این فضای یکتایی که همان یک زندگی است، پشت پرده‌هاست، یعنی از دید ذهن پنهان است. مولانا در این بیت تکان‌دهنده شنیدن نعره تسبیح جماد را ارتباط می‌دهد به پدید آمدن یک طلب و پویایی شدید برای زنده شدن به زندگی.

هر که او نعره تسبیح جماد تو شنید تا نبردش به سرایرده سبحان ننشست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۱۳)

حال این نعره تسبیح جماد چیست؟ و چرا شنیدنش در انسان این چنین طلبی را برای وصل شدن به زندگی ایجاد می‌کند؟

نعره تسبیح جماد یک نمادی است برای هر آنچه که توسط من‌ذهنی و مرکز جسم پرست انسان تولید می‌شود. نعره تسبیح جماد، خدایی است که من‌ذهنی می‌سازد، دینی است که من‌ذهنی می‌سازد. نعره تسبیح جماد جسم پرستی، رنگ پوست پرستی، سکس پرستی، قدرت پرستی و به طور کلی پرستیدن چیزهای جامد و آفل توسط انسان است.

این‌که مولانا می‌گوید «نعره تسبیح جماد تو» نشان می‌دهد که من‌ذهنی هم کارگر زندگی است و مأموریتی دارد. مأموریتش این است که با ایجاد درد و تخریب به انسان بفهماند که باید من را رها کنی و به سرایرده سبحان بروی. نعره تسبیح جماد «نفس زنده‌ای» است که هر کاری می‌کند «سوی مرگی می‌تند». از هر جهتی می‌رود به درد می‌رسد.



من‌ذهنی خدایی می‌سازد که جنگ راه می‌اندازد. من‌ذهنی راه علم را می‌رود، راه آزادی را می‌رود، راه سرکوب را می‌رود ولی همه این راه‌ها به جنگ و بی‌ثباتی می‌رسند.

هر انسانی در زندگی شخصی خودش این نعره تسبیح جمادش را شنیده. هر انسانی تجربه کرده که یک موتوری در درونش دائماً درد و مسئله تولید می‌کند. کارش ایجاد ناامیدی، ترس و نگرانی است. او به راحتی در راه معنوی هم درد می‌سازد. او می‌تواند شعر مولانا را هم جوری تفسیر کند که درد درست شود. برای مثال نگرانی از این ایجاد می‌کند که چرا به حضور زنده نشده‌ام. در یک جمله کارش تخریب در همه امور است.

در جمع بشر هم به خوبی می‌توانیم نعره تسبیح جماد را بشنویم. انسان طبیعت را خراب کرده. انسان هر راهی را رفته، باز هم از جنگ و محدودیت سر درآورده.

به تاریخ نگاه کن، به زندگی شخصی خودت نگاه کن و نعره تسبیح جماد را بشنو. هر چقدر بیشتر نسبت به مخرب بودن او آگاه شوی دوستی او را رها می‌کنی، متوجه می‌شوی که این من در ذهن ساخته شده، این تصویر ذهنی که برپایه جدایی بنا شده، این دوست تو نیست، باید حتماً از او جدا شوی.

این بیت حقیقتاً مثل یک انفجاری از عشق و آگاهی عمل می‌کند.

می‌گوید تو بیا فضا را باز کن و در سکوت درونت این صدای نعره تسبیح جماد را در خودت و در انسانیت بشنو. وقتی دیدی که این چقدر مخرب و زشت است دیگر کار کردن روی خودت و فضاگشایی را رها نمی‌کنی، از پا نمی‌نشینی تا این‌که زندگی تو را به خودش زنده کند و همه کارهای تو را به دست بگیرد.

این بیت روشن‌کننده طلب در انسان است. می‌گوید اگر زشتی این من‌ذهنی را ببینی، دیگر دست از طلب برای رفتن به سراپرده سبحان بر نمی‌داری.

هر که او نعره تسبیح جماد تو شنید تا نبردش به سراپرده سبحان نشست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۱۳)

خیلی ممنونم از وقتی که به من دادید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا بود سارا خانم. خیلی ممنون. عالی.

توجه دانی که چه کانی و چه جانی که خدا داند و بیند هنری کز بشر آید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۲)

ما چون واقعاً به اصل جنس اصلی خودمان که همان خدایت است، ایمان و یقین پیدا نکرده‌ایم، طلب واقعی نداریم که تبدیل شویم. چون اگر واقعاً یقین پیدا کنیم، حتی یک لحظه در این خصوص درنگ نخواهیم کرد.

هرکه نفس خویش دید و شناخت اندر استکمال خود دو اسبه تاخت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲)

زان نمی‌پرد به سوی ذوالجلال کو گمانی می‌برد خود را کمال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۳)

آری همه ما یک نقص و عیب داریم، آن زیاد ماندن در ذهن و من‌ذهنی ساختن است. همین یک عیب باعث بیماری‌ها و عوارض زیادی در روح ما می‌شود. مثل یک سرماخوردگی که تب، گلودرد، عفونت سینه و گلو، بدن‌درد و غیره را به همراه دارد، من‌ذهنی هم مقایسه، حسد، کینه، خشم، پندار کمال، حرص، شهوت و هزاران درد و عوارض دیگر را به دنبال دارد.

چون ما خداییمان را فراموش کرده‌ایم. به چیزهای آفل و همانیگی‌های فانی و توهمی چسبیده‌ایم و به آن‌ها راضی شده‌ایم. ما فوق این‌ها هستیم. ما خودمان خالق همه چیز هستیم ولی خودمان از این خبر نداریم و دل خوش کرده‌ایم به این دنیای فانی و همانیگی‌ها.

تو ز کرّنا بنی آدم شهی هم به خشکی هم به دریا پا نهی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۳)



که حَمَلْنَاَهُمْ عَلَى الْبَحْرِىٰ به جان
از حَمَلْنَاَهُمْ عَلَى الْبَرِّ، پیش ران

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۴)

مر ملایک را سوی بر، راه نیست
جنس حیوان هم ز بحر آگاه نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۵)

تو به تن حیوان به جانی از ملک
تا روی هم بر زمین هم بر فلک

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۶)

تا به ظاهر مِثْلُکُمْ باشد بشر
با دلِ یُوْحَىٰ إِلَیْهِ دِیدَهُور

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۷)

قالب خاکی فتاده بر زمین
روح آن گردان بر این چرخ برین

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۸)

ما همه مرغابیانیم ای غلام
بحر می‌داند زبان ما تمام

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۹)

آری ایمان و یقین داشتن به این موضوع محکم‌ترین ریسمانی است که ما را از فضای ذهن بیرون می‌آورد. ما با خواندن مکرر اشعار مولانا و گوش کردن متعهدانه به برنامه گنج حضور، با توضیحات بسیار جامع و عالی آقای شهبازی عزیز، هشیاری‌مان بالا می‌رود.

و می‌فهمیم که هشیارانه در لحظه بودن، بدون دخالت ذهن و فضاگشایی در اتفاقات لحظه، خودمان را در جذبه و عنایت خدا قرار می‌دهیم و آرام‌آرام به جنس اولیة خودمان تبدیل می‌شویم.

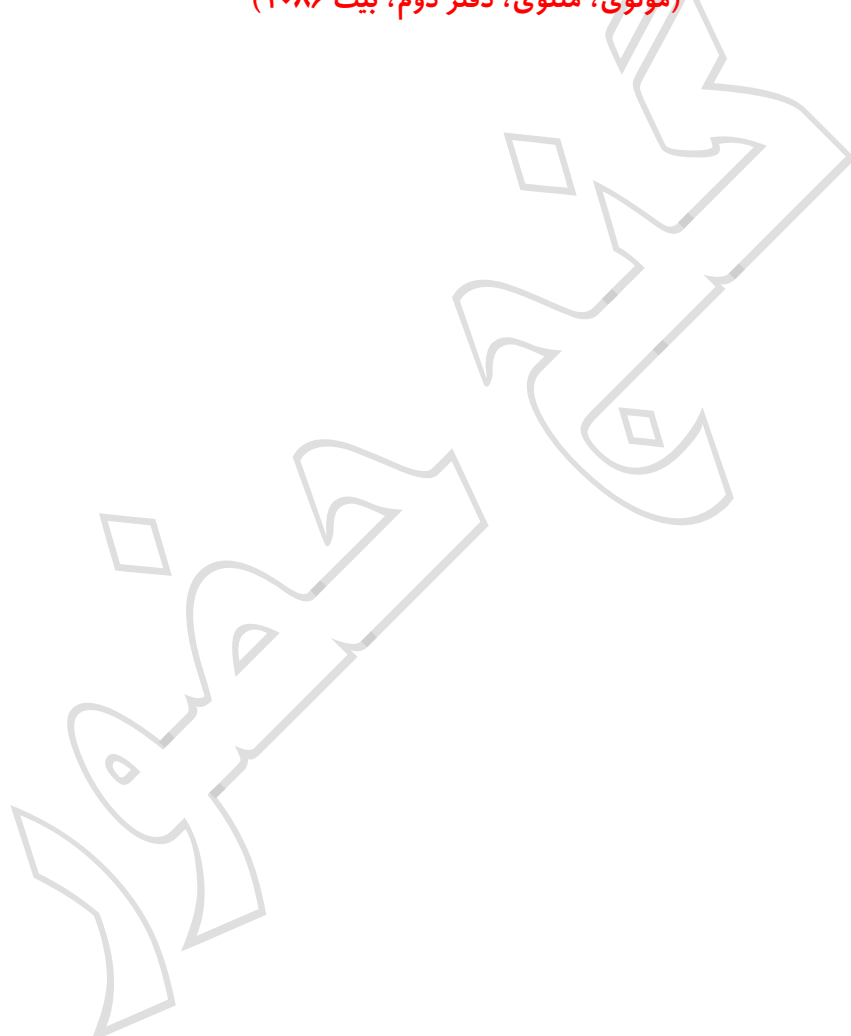


کشت نو کارید بر کشت نخست
این دوم فانی است و آن اول درست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۵)

تخم اول کامل و بگزیده است
تخم ثانی فاسد و پوسیده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۶)



«پرده‌های جهل»

چشم او یَنْظُرُ بِنورِ اللَّهِ شده پرده‌های جهل را خارق بده

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۸۰)

چشم انسانی که به نور خداوند یا به نور حضور نظر می‌اندازد و ناظر می‌شود، پرده‌های جهل را شکافنده می‌شود.

چشم او یَنْظُرُ بِنورِ اللَّهِ شده پرده‌های جهل را خارق بده

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۸۰)

پرده جهل نه، پرده‌های جهل! یعنی پرده‌های نادانی! یعنی به صورت خودبه‌خودی از وقتی که ما در یک خانواده تماماً نه عشقی بزرگ می‌شویم، پرده‌هایی در مقابل نگاهمان به زندگی و به اطرافیانمان و به جهانمان به وجود می‌آید. پس همه‌مان پرده‌ها داریم در برابر خودمان. در مرحله بعد مولانا می‌گوید تازه این پرده‌ها، پرده‌های نادانی و جهل هم هستند!

از خود می‌پرسم پرده‌های جهل من چیستند؟ پرده جهل من این است که وضعیت شادی اکنونم را به فشار کاری گره زده‌ام. یعنی چون فشار کاری خیلی بالا است، من دیگر نمی‌توانم شاد و شکرگزار باشم. پرده جهل من این است که قدرت آفرینندگی‌ام را به حقوقی که می‌گیرم گره زده‌ام. چون حقوق کم است، پس دیگر انرژی‌ای برای من در راه خلاقیت در کارم نمی‌ماند. پرده جهل من این است که وقتی کسی را قضاوت می‌کنم، در مقابل چشمانم برداشت‌های غلط ذهنم رژه می‌روند که با واقعیت در تضادند و تنها برای من پرده‌ای و جداکننده‌ای از انسان‌های دیگر ایجاد می‌شود.

پرده جهل کسی این است که اسلحه‌اش را برمی‌دارد و یک دفعه بی‌دلیل به کشوری حمله می‌کند. پرده جهل می‌تواند این باشد که کسی تا سرحد مرگ بر روی نظرات خودش پافشاری می‌کند. پرده جهل می‌تواند ندیدن نعمت‌های خدا در زندگی‌مان باشد. یک باد پاییزی، یک باران پاییزی، یک زیبایی بی‌نظیر پاییزی نعمت‌هایی هستند که آدمی اگر پرده جهل داشته باشد نمی‌تواند ببیندشان. پرده جهل می‌تواند این باشد که من حرف مولانا را آن‌جور که دلم می‌خواهد تفسیر کنم. پرده جهل می‌تواند این به تاراج بردن حریصانه منابع کره زمین توسط



انسان‌ها باشد. پردهٔ جهل می‌تواند این باشد که برای مشکلی که الان در زندگی با آن مواجه‌ام تنها آن راه‌حلی که ذهن به من نشان می‌دهد را راه‌حل نهایی بدانم.

پردهٔ جهل می‌تواند این باشد که با خود بگویم که من دیگر استاد معنوی شده‌ام و به آموزش مولانا نیازی نیست. پردهٔ جهل می‌تواند غمی باشد که با خود حمل می‌کنم. پردهٔ جهل می‌تواند این باشد که ندانیم که در این لحظه اولین قدم را باید نیکو برداریم. پردهٔ جهل می‌تواند این باشد که ندانیم بی‌مراد شدن یعنی دارد واهمانش اتفاق می‌افتد برایمان. پردهٔ جهل می‌تواند این باشد که ابیات مولانا را بی‌آن‌که بفهمیم و عمل کنیم، بازگو کنیم تا خودنمایی کنیم.

پردهٔ جهل می‌تواند حس تنفری باشد که پایین تا بالايمان را دارد می‌سوزاند. پردهٔ جهل می‌تواند آن ندای مسموم ذهن باشد که می‌گوید کارها آن‌طور که من می‌گویم باید پیش بروند. پردهٔ جهل می‌تواند زیر ذره‌بین گذاشتن رفتار دیگری به‌جای رفتار خودمان باشد. پردهٔ جهل می‌تواند حسد من باشد. پردهٔ جهل می‌تواند کم‌بینی و کوچک‌بینی من باشد. پردهٔ جهل می‌تواند یا تحقیر بیهودهٔ خود یا بالا بردن بیهودهٔ خود باشد. پردهٔ جهل می‌تواند این تلاش ما برای «تر» شدن باشد، باهوش‌تر، کتاب‌خوان‌تر، پول‌دارتر، خوشگل‌تر، خوش‌هیكل‌تر و «تر»های دیگر.

خلاصه که پردهٔ جهل، پردهٔ جهل، پردهٔ جهل و پردهٔ جهل. برای پردهٔ جهل پایانی متصور نیست.

چشم او یَنْظُرُ بِنُورِ اللَّهِ شَدِه پرده‌های جهل را خارق بَدِه

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۸۰)

جهان طورست و من موسی که من بی‌هوش و او رقصان
ولیکن این کسی داند که بر میقاتِ من گردد

برآمد آفتابِ جان که خیزید ای گران جانان
که گر بر کوه برتابیم، کمین ذراتِ من گردد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۲)



در تمام مثال‌های بالا یک هویت و ویژگی مشترک مستتر و پنهان بود. آن این‌که پرده جهل دید درست ما را که همان دیدن از طریق قوانین باثبات الهی است می‌پوشاند و کافر می‌شویم. قوانین قراردادی ما در این دنیا در مقابل قوانین الهی مثل قانون جبران محلی از اعراب ندارند.

مولانا اما تنها ایمان نمی‌گذارد. می‌گوید مزده که نه تنها می‌توانی تمام پرده‌های جهل را «خارق» یعنی شکاف‌دهنده شوی، بلکه چشمت می‌تواند نور دیگری هم پیدا کند. می‌توانی معنای پنهان در پس بیت‌های مولانا را بفهمی تنها و تنها اگر فضا را در مقابل اتفاق این لحظه بی‌قید و شرط بگشایی و بیت‌ها را چندصد بار تکرار کنی.

چشم او یَنْظُرُ بِنورِ اللَّهِ شده پرده‌های جهل را خارق بده

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۸۰)

پرده جهل می‌تواند این باشد که از طلب نشستگی باشی. مراقب باش که اگر این‌طور باشد، سنت خدا را فراموش کرده‌ای.

هر که استاد به کاری، بنشست آخر کار کار آن دارد آن کز طلب آن نشست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۱۳)

بی‌کلید این درگشادن راه نیست بی‌طلب نان سنت الله نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

خفته هزار غم خورد از بهر هیچ چیز
در خواب، گرگ بیند، یا خوف رهزنی

در خواب، جان ببیند صد تیغ و صد سان
بیدار شد، نبیند زان جمله سوزنی

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع ۴۳)

از ترجیع بسیار تأثیرگذار ۴۳، این دو بیت بیش از ابیات دیگر روی من اثر گذاشت. این دو بیت مسئله‌سازی و دشمن‌سازی ذهن را خیلی به من نشان داد. این دو بیت می‌گوید کسی که در ذهن به خواب رفته و خانه مرکزش پر از دود شده، به خاطر هیچ چیز غم می‌خورد. این جهان مادی و این همانی‌گی‌ها که در خواب ذهن این قدر جدی به نظر می‌آیند و انسان‌ها به خاطرش خودشان و هم‌دیگر را می‌دزدند از نظر حضرت مولانا هیچ چیز است، وهم است.

خفته هزار غم خورد از بهر هیچ چیز
در خواب، گرگ بیند، یا خوف رهزنی

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع ۴۳)

در خواب ذهن ما یا گرگ می‌بینیم یا خوف راهزن داریم. ما سر کار جدید می‌رویم، به جای حضور در این لحظه و اولین قدم را درست برداشتن دائم می‌ترسیم. فکر می‌کنیم هر لحظه ممکن است ما را اخراج کنند، هر رفتار رئیس‌مان را به ضرر خودمان تعبیر و تفسیر می‌کنیم. ما فضا را باز نمی‌کنیم زندگی با زندگی ارتباط برقرار کند، بلکه یک بافت لرزان با دشمنان بیرونی‌اش ارتباط برقرار می‌کند.

خفته هزار غم خورد از بهر هیچ چیز
در خواب، گرگ بیند، یا خوف رهزنی

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع ۴۳)

تا زمانی که ما من‌ذهنی داریم هر جایی برویم، هر کاری بکنیم و با هر کسی ارتباط برقرار بکنیم مبتنی بر بد دیدن و ترس است. این بیت به روشنی می‌گوید این گرگ‌هایی که در ذهن می‌بینی، این‌که فکر می‌کنی وضعیت و اتفاق



این لحظه به ضرر تو است، این‌که فکر می‌کنی انسان‌ها با تو مشکل دارند و به تو آسیب می‌زنند، همه خواب است.

در خواب، جان ببیند صد تیغ و صد سنان بیدار شد، نبیند زان جمله سوزنی

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع ۴۳)

در این بیت حضرت مولانا می‌گوید من ذهنی در توهمات و خیالاتش فکر می‌کند دیگران صد تیغ و سنان دستشان است. ما در خوابِ ذهن بدترین فکرها را دربارهٔ انسان‌های اطرافمان می‌کنیم، اما اگر از خوابِ ذهن بیدار شویم می‌بینیم که حتی یک سوزن هم دست کسی نیست.

در خواب، جان ببیند صد تیغ و صد سنان بیدار شد، نبیند زان جمله سوزنی

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع ۴۳)

ما ازدواج می‌کنیم، اما زندگی با زندگی ارتباط برقرار نمی‌کند. ازدواج ما در من ذهنی بیش‌تر شبیه میدان جنگ است. هرکسی در سنگر خودش قایم شده، دیگری را دشمن می‌بیند، هر حرف و کار دیگری را گلوله‌ای خطرناک تعبیر می‌کند و آماده است در وقت مناسب به دیگری شلیک کند. ما ازدواج نمی‌کنیم که عشق الهی را پخش کنیم. دوتا «می‌دانم» و بافت پردرد با هم وارد رابطه می‌شوند، هر لحظه می‌خواهند به همدیگر ثابت کنند برتر هستند و هر لحظه نگران هستند نکند طرف مقابل آسیبی به آن‌ها بزند.

در خواب، جان ببیند صد تیغ و صد سنان بیدار شد، نبیند زان جمله سوزنی

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع ۴۳)

حضرت مولانا می‌گوید اگر فضا را یک لحظه باز کنی می‌بینی چیزی تو را تهدید نمی‌کند، اصلاً تویی وجود ندارد که بخواهد ضرر بخورد، خدا که آسیبی نمی‌بیند. ترس از زخم خوردن، ترس از انسان‌ها همه مال وقتی است که ما به صورت من بالا آمده‌ایم. اگر به صورت من بالا آمدیم از کارگاه خدا خارج شدیم، پس در کارگاه شیشه‌گری هستیم. در کارگاه شیشه‌گری هر چیزی می‌تواند ما را تهدید کند، کوچک کند و به ما آسیب بزند.



هر فکرِ دردآلودی، هر ترسی از کسی یا وضعیتی می‌گوید به خوابِ ذهن رفتی، بیدار شو، وارد کارگاهِ خدا شو و ببین که این توهماتِ تو واقعی نیست. تو از ترکیب من می‌دانم و درد یک طنابِ توهمی ساخته‌ای، این طناب را به دور گردن هشیاریات انداخته‌ای و داری به‌خاطر این توهمات خودت را می‌کشی. بیدار شو و ببین که حتی یک سوزن هم دستِ مردم نیست. مجبور نیستی صبح تا شب از من‌ذهنی دفاع کنی و با عالم و آدم بجنگی که جلوِ کوچک شدن این بافت ضررزننده را بگیری. بیدار شو و ببین دلیلی برای ترس وجود ندارد، همهٔ مسائل زاییده این بافت ضررزننده است.

مرسی آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. خیلی زیبا. ویدئو کنید بفرستید. ممنونم.

گفت لقمان صبر هم نیکو دمیست
که پناه و دافع هر جا غمیست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۲)

صبر را با حق قرین کرد ای فلان
آخر والعصر را آگه بخوان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۳)

صد هزاران کیمیا حق آفرید
کیمیایی همچو صبر آدم ندید

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۴)

در این‌جا مولانا از صبر به‌عنوان نیکوترین و خوش‌ترین دم زنده‌کننده زندگی، امن‌ترین پناهگاه انسان و دفع‌کننده غم و اندوه هر جا که هست یاد می‌کند. در اول سوره‌العصر اشاره می‌کند که

«إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ»

«همانا انسان در زیان است»

(قرآن کریم، سوره‌العصر (۱۰۳)، آیه ۲)

آن هم به‌خاطر شتاب‌زدگی و بی‌صبری، و در آخر سوره اشاره می‌کند که انسان‌های صبور قرین و همنشین خداوند هستند، پس از آن‌که صبر پیشه می‌کنند هرگز زیان نمی‌بینند. با بی‌صبری و فکرهای همانیده و دود ناشی از آن‌هاست که فضای درون ما بسته می‌شود، در تنگنا افتاده، بی‌قرار و ناآرام می‌شویم و درصد زیادی از هوشیاری ما شکار من‌ذهنی می‌شود. در صورتی‌که اگر فضا را باز کنیم دیگر پدیده تحول و تبدیل خود را از طریق ذهن پیش نمی‌بریم. با صبر می‌توانیم کارسازترین ابزار ذهن را که مقاومت است از او بگیریم و هوشیاری از دست‌رفته خود را برگردانیم و به‌جای تبدیل زندگی به رنجش، خشم و ترس آن را زندگی کنیم.

صبر به‌عنوان کیمیایی بی‌نظیر که انسان مثل آن هرگز ندیده، ما را تماشاگر ذهن خود می‌کند که این تماشاگر هم ما هستیم و هم خدا، یعنی قرین و همنشین خدا شدن. صبر ما را متوجه می‌کند که ناظر ذهن خود بوده، از اشکال‌تراشی، انتقاد و سؤال و جواب کردن پرهیز کنیم. چون وقتی سؤال نکنیم و صبر کنیم، تمام مجهولات زودتر کشف می‌شود.



ولی اگر با شتاب‌زدگی عمل کنیم، مقصود ما دیرتر حاصل می‌شود و هر کار آسانی در اثر بی‌صبری دشوارتر و پیچیده‌تر خواهد شد. پرنده صبر از همه پرندهگان تیزتر پرواز می‌کند و زودتر ما را به منزل مقصود می‌رساند و تمام ضرر و زیانی که در زندگی به ما می‌رسد از سر بی‌صبری و عجله است.

و کلید تمام قفل‌هایی که ذهن به تمام ابعاد وجود ما زده است، چیزی جز صبر نیست.

چون نپرسی زودتر کشف شود

مرغ صبر از جمله پاران‌تر بود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۷)

ور بپرسی دیرتر حاصل شود

سهل از بی‌صبریت مشکل شود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۸)



۲۴- خانم نرگس از نروژ

خانم نرگس: نرگس هستم. می‌خواستم یک پیغام برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم نرگس: با اجازه‌تان، این عنوان پیغام هست تسبیح جماد.

هر که او نعره تسبیح جماد تو شنید
تا نبردش به سراپرده سبحان ننشست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۱۳)

در هفته‌های گذشته شاهد تسبیح جماد در خود بودم، این‌که من ذهنی من چطور به من ضرر می‌زند و من را به مثلث برمودای درد و غم می‌کشد، همانندگی با پول، ماشین، همسر، فرزند و مادیات قابل مشاهده است و حداقل خوشی هرچند ظاهری دارد، ولی زهرناک‌تر از همه همانندگی با غم است.

ای بسا سرمست نار و نارجو
خویشتن را نور مطلق داند او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶)

جز مگر بنده خدا، یا جذب حق
با رهش آرد، بگرداند ورق

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۷)

تا بداند کآن خیال ناریه
در طریقت نیست الا عاریه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۸)

آقای شهبازی: گفتید بدترین همانندگی‌ها، همانندگی با درد است، درست است؟ درست شنیدم؟

خانم نرگس: بله غم، این‌جا من غم را به‌کار بردم.

آقای شهبازی: غم، غم را به‌کار بردید، خیلی خوب.



خانم نرگس: بله. مادر بزرگ من خدایا مرز قرآن خوان و نوحه سرای قهاری بودند. ایشان طبق مراسم و باورهای مذهبی بسیار علاقه به نوحه خوانی و گریه کردن داشتند.

از سرگرمی‌های کودکی من این بود که پای سخنان سوزناک ایشان بنشینم. حتی مادر من نیز وقتی خواهر و برادرانم در خانه دعوا می‌کردند به اتاقی می‌رفت و شروع به گریه و نوحه سرایی می‌کرد. و من هم که کودک کوچک خانه بودم کنار مادرم زانو می‌زدم و همراه گریه ایشان گریه می‌کردم.

حال بعد از سی سال با پیشرفت علم و تکنولوژی و آموزش‌های مولانا و گنج حضور این الگوی غم و نوحه سرایی من ذهنی را بیش‌تر در خود تماشا می‌کنم.

جمله خَلقان، سُخره اندیشه‌اند ز آن سبب خسته‌دل و غم‌پیشه‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۹)

در هفته‌های گذشته بنا به اتفاقاتی که در خانواده‌ام افتاده بود این موتور غم‌سازی در من روشن شده بود و دائماً در سَرَم در حال نوحه سرایی بود. در خودم دیدم که من ذهنی غم‌پیشه قهاری دارم که با بالا آمدن دردها شروع به گذشته رفتن می‌کند و نوحه سرایی می‌کند.

دارم یاد می‌گیرم با بالا آمدن دردهای نهفته در خودم به پندار کمال نروم که به من حس حقارت بدهد که تو لیاقت زنده شدن به زندگی را نداری، بلکه شکرگزار هستم از این‌که به شکر وجود جناب آقای شهبازی و گنج حضور و یاران معنوی می‌توانم به شناسایی دردهای ذخیره‌شده در درونم پردازم.

خود با من ذهنی کار معنوی کردن باعث ناامیدی است، این‌که ببینی یک موتور غم‌ساز در تو اتوماتیک‌وار کار می‌کند و مثل خوره وجودت را می‌خورد و دائم به دنبال درد و مسئله و غصه‌ها است که مثل یک مثلث برمودا اگر شروع به کار کند تو را به خود می‌کشد.

خدا را شکر برای حضور آموزش‌های گنج حضور و ابیات مولانا و یاران معنوی که وقتی این موتور شروع به کار کردن می‌کند، می‌توانیم دست یاران و برنامه گنج حضور بزنییم و مانند گذشته خود را در این دردها غرق نکنیم و بیرون بیاییم و نظاره‌گر این من ذهنی غم‌پیشه باشیم. من اعتراف به ناتوانی خود می‌کنم و خدا را هزاران مرتبه شکر می‌کنم که در این مسیر هستیم.



یک بدست از جمع رفتن یک زمان مکر شیطان باشد، این نیکو بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۶)

با نور حضور قرین‌های معنوی و آموزه‌های مولانا و گنج حضور می‌توانیم با شناسایی انرژی حضور خود را پس بگیریم و به سلامت روح و جسم برسیم.

شاد باش و فارغ و ایمن که من آن کنم با تو که باران، با چمن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲)

من غم تو می‌خورم تو غم مخور بر تو من مشفق‌ترم از صد پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳)

شناسایی دیگر که در خودم کردم این است که با فضاگشایی به قسمت‌های مختلف من‌ذهنی خودم نگاه کنم نه با ملامت. شناسایی این‌که با ذهن شروع به کار معنوی می‌کنیم تا این‌که کم‌کم توانایی فضاگشایی پیدا کنیم. دارم یاد می‌گیرم که آموزش‌های مولانا را تابلویی راهنما برای مسیر در نظر بگیرم و اولاً خود این آموزش‌ها سبب جدایی نشود و مهم‌تر این‌که دیگران گنج حضور نگاه نمی‌کنند، پس این دید باعث جدایی در من بشود، پس آن وقت فرق من با شخصی که یک باورپرست و یا مذهب‌پرست هست چیست؟ از قسمت دیگر تسبیح جماد در من، زمانی را به یاد می‌آورم که طبق الگوهای مخرب مذهبی فکر می‌کردم هرچه بیش‌تر نوحه و گریه کنم و خود را برای گناهان ملامت کنم توبه‌ای همراه با تنبیه خود داشته باشم، توبه‌ای با پشیمانی و ملامت بهتر است و آن روی سکه چنین توبه‌ای طغیان بود، یعنی باز به گناه کشیده شدن، ولی در این راه معنوی یاد می‌گیریم که با فضاگشایی نقص را در من‌ذهنی ببینیم و

نامیدی‌ها را به پیش او نهید تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)



در این برنامه درمورد از طلب نشستن به علت جنسیت درد صحبت کردید، این را بارها در خود احساس کرده بودم و می‌دیدم که وقتی دردها بالا می‌آیند طوری کور و کر می‌شوم که دیگر گویا موجی می‌زند و من را به خود می‌برد. اگر دست استاد نازنین نبود و یاران معنوی معلوم نبود در کدام بیابان همانندگی جان سپرده بودم.

آفرین ها بر تو بادا ای خدا
ناگهان کردی مرا از غم جدا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۴)

گر سر هر موی من یابد زبان
شکرهای تو نیاید در بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۵)

و همین‌طور

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه
صدر را بگذار صدر توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

خانم نرگس: ممنون آقای شهبازی. خیلی می‌خواستم از برنامه‌ای که اجرا کردید تشکر کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، عالی، خداحافظ شما.



پایان بخش دوم



۲۵- آقای نیما از کانادا با سخنان آقای شهبازی

لیستِ پرهیز

جناب آقای شهبازی در برنامه ۹۳۲ فرمودند که بر روی کاغذ بنویس که چه کارهایی در قدیم انجام می‌دادی و الآن انجام نمی‌دهی که سبب مردن به من ذهنیات شود.

از چهار مرغ ابراهیم، خروس که نماد شهوت جنسی است، در زندگی من از همه پررنگ‌تر بوده‌است. به طوری که هنوز که هنوز است، صدای قوقولی‌اش را در قعر وجودم می‌شنوم، با این تفاوت که اکنون به آن آگاهم و نمی‌گذارم هشیاری‌ام را بدزدد. این قلاش و اوباش را اکنون با ذکر خدا در شیشه می‌کنم و نمی‌گذارم (انشاءالله، ان‌شاءالله) مرا از راه رجعت به اصل وجودی‌ام باز بدارد. (انشاءالله، ان‌شاءالله)

لازم به ذکر است که خروس و کلاً شهوت‌رانی از خوشی‌های این جهانی، شاید از سخت‌ترین چالش‌های انسان باشد. زیرا جهان و حتی هورمون‌های بدن هم انسان را شرطی می‌کنند که باید این نیازها ارضا شود.

با برنامه‌ی گنج حضور و آموزش‌های مولانا و اساتید مقرب یاد گرفتم که هر خوشی که از بیرون به درون می‌ریزد، شادی بی‌سبب نیست و از همانیدگی‌ای سرچشمه می‌گیرد.

شادی باید از مرکز عدم من، از فضای بی‌نهایت گشوده‌شده و آسمان باز، بی‌سبب به جهان بریزد. هم به فکر و هم به عمل.

حال لیستِ پرهیز:

در نوجوانی این‌قدر فیلم‌های پورن یا همان مربوط به شهوت جنسی دانلود کرده بودم که یک آرشیو در بین دوستانم به نام خودم داشتم. تاثیرات مخرب این رفتار را شاید هنوز که هنوز است با خود می‌کشم و دلبر بردبار است که بار را کامل باید از من ببرد.

اکنون از هرگونه صحنه‌ی فیلمی و یا عکس، نوشته و هرگونه چیزی که به تحریک این حس می‌انجامد پرهیز و اتقوا می‌کنم؛ یعنی می‌ترسم که همین دوزار حضوری که جمع کرده‌ام را بدزدد. مثل سگ می‌ترسم و می‌دانم که سپر لازم را برای مقابله با بالا آمدن این آتش را ندارم. البته این را نیز می‌دانم که سرکوب کردن با پرهیز کردن فرق دارد. با ذهن و سبب‌سازی ذهنی خودم را نمی‌توانم از این شهوت برهانم، بلکه می‌گذارم استادِ استادانِ صمد، بر روی من کار کند. هر موقع هم که امتحاناتش می‌آید، زردرو و لب‌گزان، از معرکه‌ی خرگیان با ذکر و گریه به خودش پناه می‌برم و می‌گویم امتحان ما مکن ای شاه بیش:



شہوت ناری به راندن کم نشد
 او به ماندن کم شود، بی هیچ بُد
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۰۳)
 تا که هیزم می‌نهی بر آتشی
 کی بمیرد آتش از هیزم‌کشی؟
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۰۴)
 چونکه هیزم باز گیری، نار، مُرد
 زآنکه تقوی، آب، سوی نار بُرد
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۰۵)

خدای نکرده اصلاً قصدم نصیحت نیست، بلکه به‌عنوان قانونِ جبران می‌خواهم بیان کنم که لطفِ خدا چگونه به من فرصتِ دوباره داد که من بی‌عقل، پند دل را با گوش گرم بشنوم.

فرصتِ دوباره زندگی کردن را داد وقتی که حتی شب قبل از امتحان میان‌ترم به‌جای درس خواندن به جایی بروم برای چند ساعت خوشیِ زودگذر؛ طوری که با ترمز دستی وسط اتوبان با هیجانِ رفع آن نیاز کذایی، بی‌پچم و عمود بر لاین حرکت ماشین‌ها شوم و شانس بیاورم که هیچ ماشینی با ۱۰۰ کیلومتر سرعت از وسط مرا شقه نکند.

یا این‌که در کشوری غریب، در یکی از همان مکان‌های خروس‌پرور خفتِ نشوم و پول‌هایم را کامل از من نذرند. یا حتی باز هم در کشوری غریب همراه خانواده، نصف شب از هتل خارج شوم و به خانه‌ی دیگری بروم برای خروس‌پراکنی. به‌طوری که نه شماره تلفنی داشتم و نه آدرس مشخصی و فقط برای پدرم نیم‌چه آدرسی بگذارم که اگر صبح برنگشتم به پلیس زنگ بزنند برای رفتن به آن آدرس! آری، آتشِ این خروس وقتی هیزم بر رویش می‌گذاری، این چنین انسان را مسخ می‌کند.

یا حتی برای خوشی‌های زودگذر، تمامی درآگ‌های مخدر و روانگردان را طوری مصرف کنی انگار داری آجیل می‌خوری. جوری که فقط یک مورد از آن‌ها برای یک تولد به مرگ کافی است.

این لیست، بسیار طویل است. شاید کسانی هم بودند که می‌توانستند از این موارد بگویند، ولی الآن در این جهانِ فرم نیستند، پس خداوند لطف کرد، مولانا آمد و با آن زبانِ شیرینش با عشق و با مهربانی گفت:



تو خوش و خوبی و کان هر خوشی تو چرا خود منت باده کشی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴)

ولی من باز گوش نکردم و این بزرگوار با سخنانِ آقای شهبازی به من باز فرمود:

دان که هر شهوت چو خمرست و چو بنگ پرده‌ی هوشست و عاقل زوست دنگ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۲)

آگاهی و شادی بی‌سبب، خاموشی و ذوق آفرینش را که تجربه کنی، ابر دو چشمانت که سیل بر روی صورتت جاری کند، هیچ از او نمی‌خواهی جز خودش. البته باید به خروس این تن بمیری تا به سیمرغِ نورش زنده شوی. ان‌شاءالله.

استغفار و عذرخواهی از زندگی برای جدا دیدن خود حتی از خویشانِ عشقی و صدای خروس را شنیدن از اعماق لایه‌های ذهنی را دیدن و پذیرفتن و انکار نکردن. به قول خانم سعیده، ناظر آرام بودن و صبر کردن که این مراد خروس را به حُفَّتِ الْجَنَّتِ تبدیل سازد. آن موقع است که به قول خانم سارینا، انسان‌ها را چون «انسان» هستند دوست می‌دارم. بی‌خروس. از سی مرغ به وحدتِ سیمرغ.

آن‌هایی که مرا نمی‌شناسند شاید مرا به یاهوگویی و یا این‌که این طرف عشق و حالش را کرده حالا برای ما آدم شده، متهم کنند و آن‌هایی هم که می‌شناسند به دیوانگی و از راه بدر شدن. ملالی نیست که:

در این دریا که من هستم، نه من هستم نه دریا هم نداند هیچ‌کس این سر، مگر آن کو چنین باشد

(عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۲۶۴)

هرگونه خدا را شکر گویم و از شما آقای شهبازی نازنین تشکر کنم که این حقیرِ پلید را «آدم» کردید و تربیت، کم است.

همه را بیازمودم، ز تو خوشترم نیامد
چو فروشدم به دریا، چو تو گوهرم نیامد



سر خُنْبهَا گشادم، ز هزار خُمِ چشیدم
چو شرابِ سرکشِ تو به لب و سرم نیامد

چه عجب که در دل من گل و یاسمن بخندد؟
که سَمَن بَری، لطیفی چو تو، در برم نیامد

ز پیتِ مرادِ خود را دو سه روز ترک کردم
چه مراد ماند زان پس که میسرم نیامد؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۷۰)

- خُنْب: ظرفی که شراب و امثال آن در آن ریزند، خُم

- شرابِ سرکش: قوی و تند، شرابی که با آب آمیخته نباشد

- سَمَن بر: کسی که بدنی لطیف، سفید، و خوشبو دارد.

آقای شهبازی: خیلی موثر. آفرین، آفرین. من مطمئنم صحبتِ شما روی جوانانی به سن و سالِ شما اثرِ خیلی زیادی می‌گذارد تا حتی صحبتِ من. چون سنِ من با شما خیلی فرق دارد. شما یک بار دیگر سنتان را بگویید آقا نیما.

آقای نیما: من ۳۳ سالم است بزرگوار.

آقای شهبازی: ۳۳ سال، بله. در همان سن‌ها هست که انسان واقعاً یا می‌تواند عوض شود و خیلی پیشرفت کند، مثل شما. شما الان خیلی در خدمتِ زندگی هستید. به همه اعلام کنم که آقای نیما واقعاً خیلی کمک می‌کنند. کمکشان هم برای خدمت به همه‌ی شماست. به فردِ من نیست.

همان‌طور که من هم در این راه برای شما، حالا برای زندگی یا بگویم برای خدا، هرچه اسمش را می‌گذارید کار می‌کنیم، همه با هم کار می‌کنیم. نیما خیلی زحمت می‌کشد، و مشخص است که انسان وقتی می‌رود پایین و می‌آید بالا، این بالا آمدن هشیارانه است. و من مطمئنم که شما یعنی دیگر به بهترین حالتان دارید می‌رسید و موردِ احترام و موردِ ارزش همه هستید. این‌طوری نیست که یک نفر رفته اشتباه کرده، وقتی برمی‌گردد به این صورت.

این اصطلاح «ان‌شاءالله» گفتنِ شما خیلی مهم است که شما نمی‌گویید من می‌کنم! هرکسی می‌گوید: «من»، من خودم این کار را انجام می‌دهم، او در آن‌جا نیست. ولی کسی که می‌لرزد وقتی حرف می‌زند مواظب است که من



ذهنی‌اش نگوید: من، من می‌کنم، او یک چیزی فهمیده‌است. او دیگر احتمالاً موردِ فریبِ شیطان و من‌ذهنیِ خودش قرار نمی‌گیرد. منم منم نمی‌گوید.

شما نگاه کنید چقدر ماشاءالله شما متواضع شده‌اید و توکل دارید. مثل بید می‌لرزید به قولِ مولانا، که مبادا دوباره آدم پایش بلغزد بیفتد آن‌جا، ولی اگر من‌ذهنی بود، همین‌طوری می‌رفت: می‌کنم، می‌زنم، می‌شکنم... خب، بله! می‌توانم! می‌توانم موقعی درست است که هر لحظه فضاگشا باشی.

چقدر خوب شناختید. بله، خوشی‌هایی که از بیرون به درون می‌ریزد، واقعاً فانی است و هیچ ارزشی ندارد، و خوشی‌هایی که از درون به بیرون می‌ریزد مهم است. و شما این را شناختید و عمل کردید. فقط فهمیدن نیست. عمل کردید و الآن هم موضوع پرهیز را می‌گفتید. پرهیز به این شدت و به این سادگی و روشنی بیان کردن از یک جوان سی‌وسه‌ساله خب خیلی عالی است. اگر من بیایم بگویم، می‌گویید که شما رفتید همه‌کار کردید حالا به ما می‌گویید پرهیز کنید!

چقدر زیبا فرق بین پرهیز و محرومیت را بیان کردید. فشار محرومیت به یک جوانی مثل شما بدون فضاگشایی، خردکننده است. منظور از پرهیز واقعاً فشار محرومیت نیست. فرق این دوتا باید معلوم شود. ممنونم، نمی‌خواهم وقت شما یا بقیه را بگیرم. عالی بود، عالی، عالی...

آقای نیما: قربانتان بروم. مرسی. فدایتان بشوم.

آقای شهبازی: آقا نیما، این را یک ویدیو بکنید. ویدیو بکنید یک جوری، حالا خودتان بلدید. عالی، عالی.

من نشستم ز طلب، وین دل پیچان ننشست همه رفتند و نشستند و دمی جان ننشست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۱۳)

در دل ما جنس پویایی وجود دارد که در جست‌وجوی یکی شدن با اصل وجودی ماست؛ پس علت کم شدم طلب چیست؟ تبدیل و عمیق‌تر شدن انتهایی ندارد. دل‌سردی، ناامیدی و خستگی از کار روی خود، کار من‌ذهنی است. مرکز مادی که خداوند ذهنی خلق کرده و در زمان به دنبال وصال اوست. درجا می‌زنیم یا پست‌تر می‌رویم ولی تلقین می‌کند که به جلو می‌رویم. و تمام کوشش ما این است که این من‌ذهنی را نگه داریم و اسم این را طلب گذاشته‌ایم.

بنده زمان هستیم. به‌مرور با اشتیاق اولیه کار نمی‌کنیم. چون به‌علت عجله ذهن با خطکش ذهنی پیشرفت را اندازه‌گیری می‌کنیم و ناامید می‌شویم.

هُوی هُوی باد و شیرافشان ابر در غم ماَند، یک ساعت تو صبر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۵)

فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ نَشْنِيدهَاي؟ اندر این پستی چه بر چفسیده‌ای؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۶)

ترس و نومیدیت دان آواز غول می‌کشد گوش تو تا قعر سُفول

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷)

ما در خواب ذهن هستیم. هر انسان عاقل از دشمن فرار می‌کند. دشمن درون ما من‌ذهنی است که سایه ماست و روش این فکر پشت فکر و به تله انداختن نور زندگی است. فکر چگونه تبدیل شدن، حل مسائل، حس پارک ذهنی و ناموس و حس وجود.



عقده را بگشاده گیر ای منتهی عقده‌یی سخت‌ست بر کیسه تھی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰)

کار بیهوده را کنار بگذاریم، یک زمان کار است تا اداره امور را به استاد زندگی بسپاریم و هر فکری را قیچی کنیم. ما قدم اول را در روز الست درست برداشتیم. با همان شوق و ذوق و انگیزه روز الست الآن هم قدم اول را با فضاگشایی که همان ذکر خداوند است درست برداریم تا زندگی قرین ما شود.

گفتم وانما که چون زنده کنی تو مرده را زنده کن این تن مرا، از پی اعتبار من

مرده‌تر از تنم مجو زنده کنش به نور هو تا همه جان شود تنم، این تن جان‌سپار من

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۹)

۲۷- خانم پریسا از کانادا

در دفتر سوم مثنوی از بیت ۴۰۳۶، مولانا واقعه غزوه بدر که بین قوم قریش و سپاه اسلام صورت گرفت را بیان می‌کند و سپس در ادامه نتیجه‌گیری می‌کند که مشابه این جنگ در درون ما چگونه در حال اتفاق افتادن است و چگونه می‌توانیم از آن درس بگیریم.

در این واقعه، سران قریش عزم جنگ با حضرت رسول را می‌کنند، اما ابتدا مردد بودند، چراکه از حمله طایفه دیگری به نام بنی کنانه می‌ترسیدند. شیطان در قلب سران طایفه قریش وارد می‌شود و خود را به صورت سراقه، از بزرگان طایفه بنی کنانه نشان می‌دهد و می‌گوید نگران نباشید، ما شما را در جنگ با حضرت رسول حمایت می‌کنیم. این چنین است که جنگ سر می‌گیرد، اما درست قبل از شروع جنگ، شیطان سپاه فرشتگان را می‌بیند که به یاری سپاه حضرت رسول می‌آیند، پس می‌ترسد، پا پس می‌کشد و به قوم قریش می‌گوید من هلاکت را می‌بینم و به شما کمکی نمی‌دهم. در نهایت جنگ درمی‌گیرد و قوم قریش شکست عظیمی از سپاه اسلام می‌خورند. مولانا درست در ادامه این داستان در دفتر سوم مثنوی، از بیت ۴۰۵۳ می‌فرماید که نفس و شیطان هردو از یک جنس هستند، اما خود را به دو صورت نشان داده‌اند، مانند فرشته و عقل کل و خود زندگی که آن‌ها نیز یکی بوده‌اند، و بهر حکمت زندگی دو صورت شدند.

نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند**در دو صورت خویش را بنموده‌اند**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

چون فرشته و عقل، که ایشان یک بُدند**بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

پس ما هم در درون خود یک دشمنی داریم که مانع این است که از عقل زندگی استفاده کنیم و دشمن جان و دین و ایمان ما است.

دشمنی داری چنین در سِرِّ خویش**مانع عقل ست و، خصم جان و کیش**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)



شاید ارتباط این ابیات با داستان قریش و جنگ آنها با حضرت رسول در این است که در آن اتفاق تاریخی، شیطان به وسوسه قوم قریش پرداخت و به آنها وعده و وعید داد که بر سپاه اسلام پیروز می‌شوند. در درون ما هم نفس ما مرتب چیزها را جور دیگری به ما نشان می‌دهد و وعده‌های دروغین به ما می‌دهد. راست را دروغ و دروغ را راست نشان می‌دهد. حقیقت را پنهان می‌کند و دروغ و توهم و خیالاتِ واهی را به جای حقیقت به ما جا می‌زند.

زشت‌ها را نغز گرداند به فنّ
نغزها را زشت گرداند به ظنّ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۱)

کارِ سحر این‌ست کو دم می‌زند
هر نفس، قلب حقایق می‌کند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۲)

آدمی را خر نماید ساعتی
آدمی سازد خری را، و آیتی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۳)

این‌چنین ساحر درون توست و سِرّ
إِنَّ فِي الْوَسْوَاسِ سِحْرًا مُّسْتَتِرًّا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۴)

یعنی من‌ذهنی و نفس انسان با فنی که دارد، زشت‌ها را زیبا نشان می‌دهد و زیبایی‌ها را زشت جلوه می‌دهد. کارش این است که در هر لحظه حقایق را وارونه کند. با سحر و جادویی که دارد یک لحظه انسانی را خر می‌کند و خری را انسان کرده و مهم جلوه می‌دهد. این چنین ساحری در درون ما مخفی و پنهان است، و در وسوسه‌گری‌های او سحری پنهان شده‌است.

این قسمت از ابیات بیان‌گر لحظاتی است که با وسوسه شیطان و من‌ذهنی و با سحر شدن توسط وسوسه‌های او، اشتباه می‌بینیم، قضاوت می‌کنیم، به انسان درست‌کاری تهمت می‌زنیم و یا در عوض انسان من‌ذهنی را بسیار



فرد با خدا و به حضور رسیده‌ای می‌بینیم. همه این‌ها از سحر و جادویی است که من‌ذهنی کرده‌است و باعث شده که اشتباه ببینیم و به خطا بیفتیم.

در داستان جنگ قریش و حضرت رسول هم، قوم قریش به دلیل وسوسه‌های شیطان اشتباه دیدند و خطا کردند. شیطان جنگ با حضرت رسول را بر آن‌ها سهل و آسان نشان داد. من‌ذهنی هم دقیقاً همین کار را با ما می‌کند. مشکل‌سازی و مانع‌سازی و دشمن‌سازی را در دید ما سهل و آسان کرده‌است. به نظرمان می‌رسد که حالا ایرادی هم ندارد اگر با یک نفر تند برخورد کنیم و او را اذیت کنیم. به نظر می‌رسد که دشمن‌سازی و مانع‌سازی در خانواده و جامعه و محل کار و در روابط خود با دیگران، حالا خیلی هم اشکالی ندارد. درحالی‌که همه این‌ها درد می‌دهد، هم به ما و هم به دیگران.

بر تو او، از بهر دنیا و نبرد آن عذاب سَرمدی را سهل کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۸)

یعنی نفس و من‌ذهنی ما به‌خاطر خواسته‌های دنیایی و همانیدگی‌های ما و همچنین جنگ و ستیز و لجاج با خود زندگی، آن عذاب همیشگی و جاودان دور بودن از خدا را برای ما سهل و آسان می‌کند. وقتی ما در من‌ذهنی به جنگ و ستیز با دیگران می‌پردازیم و عملاً با فضا بندی از خدا و مرکز عدم هم دور می‌شویم، من‌ذهنی تمام این دوری‌ها و دردها را برای ما سهل و آسان نشان می‌دهد. درحالی‌که هیچ کدام از این‌ها آسان نیست. ایجاد درد در خود و دیگران عواقب زیادی دارد.

چه عجب گر مرگ را آسان کند او ز سحرِ خویش، صد چندان کند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۹)

سحر، گاهی را به صنعت گه کند باز، کوهی را چو گاهی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۰)

مولانا می‌گوید اصلاً عجیب نیست که من‌ذهنی مرگ در ذهن را ساده و آسان نشان می‌دهد. او از فن و سحری که دارد صدها برابر آن را هم در چشم ما وارونه نشان می‌دهد. گاهی را کوه نشان می‌دهد و کوهی را گاه. من‌ذهنی



بی‌ارزش و همانندگی‌ها را از خود زندگی با ارزش‌تر نشان می‌دهد، و خود زندگی و زنده شدن به خدا را در نظر ما کوچک نشان می‌دهد.

نکته مهم این است که ما هرچه که بلا در بیرون بر سرمان می‌آید و هر موقع انسان‌های دیگر و من‌های ذهنی به ما آسیبی وارد می‌کنند، همه از نفس و من‌ذهنی خود ما حاصل می‌شود.

گر نه نفس از اندرون راحت زدی رهزنان را بر تو دستی کی بُدی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

اهمیت این بیت این قدر زیاد است که باید با طلا آن را قاب کرد. یعنی اگر من‌ذهنی ما از درون راه ما را نزنند، دیگران دسترسی به ما ندارند که بخواهند به ما آسیبی برسانند. به عنوان مثال اگر ما هر لحظه فضاگشا باشیم و هر لحظه ناظر ذهن خود باشیم، هر لحظه مراقب باشیم که کاری نکنیم که در خود و دیگران ایجاد درد کند، آن وقت من‌های ذهنی دیگر به ما دسترسی ندارند که بخواهند ما را به ذهن بکشانند و برای ما مسئله و مشکل و مانع و دشمن درست کنند. این خود ما هستیم که مسئولیم و باید مراقب این نفس و من‌ذهنی درون خود باشیم.

در خبر بشنو تو این پند نکو بَيْنَ جَنْبَيْكُمُ لَكُمْ اَعْدَى عَدُو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۶)

طُمطراقِ این عدو مشنو، گریز کو چو ابلیس است در لَجِّ و ستیز

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۷)

تو این اندرز خوب را که در یکی از احادیث شریف آمده است بشنو و به آن عمل کن که «سخت‌ترین دشمن شما در درون شماست». جلال و شکوه و فرّ و کَرّ این دشمن را نشنو و از او فرار کن، چراکه این نفس و من‌ذهنی مانند ابلیس با تو در جنگ و ستیز است.

این دشمنی که این‌چنین در جان ما پنهان شده است، مثل یک سوسمار حمله می‌کند و سپس به سوراخی فرار می‌کند.



یک نفس حمله کند چون سوسمار پس به سوراخی گریزد در فرار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۶)

در دل، او سوراخ‌ها دارد کنون سر ز هر سوراخ می‌آرد برون

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۷)

این من‌ذهنی الآن در دل و جان ما سوراخ‌های زیادی دارد، و هر بار سرش را از یک سوراخ بیرون می‌آورد. هر کدام از این سوراخ‌ها هم به‌نحوی با یکی از همانیدگی‌های ما مرتبط می‌شوند. یک بار از سوراخ همانیدگی با پول می‌آید. یک بار از سوراخ همانیدگی با همسر می‌آید. یک بار از سوراخ همانیدگی با شغل می‌آید. یک بار از سوراخ همانیدگی با درد حسادت می‌آید. یک بار از سوراخ همانیدگی با درد رنجش و کینه می‌آید. یک بار از سوراخ خشم نهفته می‌آید.

مخصوصاً وقتی کسی مدتی روی خودش به‌لحاظ معنوی کار می‌کند و مرکز خود را عدم می‌کند، این دیو و من‌ذهنی نمی‌تواند هر لحظه آشکار باشد. به‌جای آن، می‌رود و در یکی از این سوراخ‌ها مخفی می‌شود و سپس به‌یک‌باره سر از سوراخ درمی‌آورد، یک حمله‌ای به ما می‌کند و دوباره سریع می‌رود پنهان می‌شود. به همین خاطر است که نام پنهان شدن دیو و من‌ذهنی از آدمیان و در سوراخ رفتن او خُنوس شده‌است. خُنوس یعنی آشکار شدن و سپس پنهان گشتن.

نام پنهان گشتن دیو از نفوس واندر آن سوراخ رفتن، شد خُنوس

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۸)

که خُنوسش چون خُنوس قُنْفُذست چون سر قُنْفُذ ورا آمد شد است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۹)

در این‌جا قُنْفُذ یعنی خارپشت. این آشکار شدن و سپس پنهان شدن من‌ذهنی مانند خُنوس خارپشت است، که یک لحظه سرش را بیرون می‌آورد و از دم مار گازی می‌گیرد و دوباره خیلی سریع سر خود را به داخل می‌برد و



پنهان می‌شود. مار که دردش آمده خود را به این طرف و آن طرف می‌زند و هرچقدر بیش‌تر حرکت و جنب‌وجوش می‌کند، خودش را بیش‌تر به خارها می‌زند و بدنش سوراخ‌سوراخ می‌شود تا هلاک شود.

که خدا آن دیو را خناس خواند کو سر آن خارپشتک را بماند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۰)

می‌نهان گردد سر آن خارپشت دم به دم از بیم صیاد درشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۱)

تا چو فرصت یافت سر آرد برون زین چنین مگری شود مارش زبون

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۲)

خدا دیو من‌ذهنی ما را هم خناس یعنی آشکارشونده و سپس بسیار پنهان‌شونده خواند، چون مثل سر آن خارپشت می‌ماند، که از ترس صیاد درشت که می‌تواند خود زندگی باشد، مرتب پنهان می‌شود. در انسانی که تا حدودی به خدا زنده شده‌است و پرهیز می‌کند، نور زندگی می‌تابد و خارپشت هم فرار می‌کند از نور حضور. اما همین انسان اگر لحظه‌ای غافل شود و اتصالش از زندگی قطع شود و ناظر ذهنش نباشد، آن وقت خارپشت درد و من‌ذهنی فرصتی پیدا می‌کند تا سر را بیرون بیاورد، یک لحظه دردی به او بدهد و سپس دوباره پنهان و مخفی شود. اگر انسان در این لحظه بی‌صبر باشد، ممکن است خود را به خارهای من‌ذهنی بزند و آسیب و زیان زیادی ببیند.

به‌عنوان مثال یک لحظه اگر هشیاری ما تیز نباشد و ناظر ذهن خود نباشیم، ممکن است حرفی بزنییم و کاری بکنیم که به یک انسان دیگر بر بخورد و باعث رنجش در او شویم و خود ما هم مقداری آزرده‌خاطر شویم. این همان گرفتن دم مار توسط خارپشت بلا است. حالا نفس ما از درون راه ما را زده‌است، و دست من‌های ذهنی دیگر به ما رسیده‌است. در این حالت ممکن است آن انسان دیگر که او هم من‌ذهنی دارد، بخواهد درد بیش‌تری را در ما ایجاد کند و به مسئله‌سازی و مشکل‌سازی و مانع‌سازی بپردازد. اگر ما با صبر و فضاگشایی عمل نکنیم، همین مسئله که در ابتدا کوچک است، می‌تواند به مسئله بزرگ‌تری تبدیل شود و درد و دشمنی زیادی را ایجاد کند. این‌جا هست که مار که نماد ما است، از دست یک خارپشت کوچک زبون شده و به خارهای بلاي خارپشت خودش را می‌زند تا بمیرد.



حالا که من‌ذهنی این‌قدر حيله‌گر است و هر بار از یک سوراخی می‌تواند بیرون بیاید و آسیبی به ما برساند، و هم‌چنین سحر و جادوی فراوانی دارد که نیکی را به ما زشت نشان می‌دهد و زشتی را در چشم ما زیبا می‌کند، ما چطور می‌توانیم از دست آن رها بشویم؟

مولانا چاره را در پناه بردن به خود زندگی و انسان عارف کامل زنده به حضور می‌داند.

اندر آن عالم که هست این سحرها

ساحران هستند جادویی‌گشا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۵)

اندر آن صحرا که رُست این زهرِ تر

نیز رویده‌ست تریاق ای پسر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۶)

گویدت تریاق: از من جو سپر

که ز زهرم من به تو نزدیک‌تر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۷)

گفت او، سحرست و ویرانی تو

گفت من، سحرست و دفع سحر او

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۸)

در آن عالمی که سحر و جادوی من‌ذهنی و دیو هست، ساحران دیگری نیز هستند که جادوگشا هستند، یعنی سحر و جادوی من‌ذهنی را خنثی می‌کنند. این‌ها انبیا و اولیا و بزرگان و انسان‌های زنده به حضور هستند.

در همان صحرائی که این زهر تازه و تر من‌ذهنی و دردهای آن رویده‌است، در همان صحرا تریاق یا پادزهر هم رویده‌است. پادزهر آن توسط انسان‌های زنده به حضور به ما داده می‌شود. کافی است خود را در معرض ارتعاش عشقی آن‌ها قرار دهیم و اجازه بدهیم بر روی ما کار کنند.

تریاق یا پادزهر می‌گوید «از من برای خودت سپری درست کن، و بدان که من از زهر من‌ذهنی به تو نزدیک‌تر هستم. گفت و کلام من‌ذهنی و دیو، سحر است و ویرانی تو، درحالی‌که گفت و کلام و ارتعاش من، سحری است که دفع‌کننده سحر من‌ذهنی است.»



پس درست است که دیو و من‌ذهنی سوراخ‌های زیادی دارد و هر بار سرش را از یکی از این سوراخ‌ها بیرون می‌آورد و به ما درد می‌دهد، اما ما هم تنها و بی‌کس و بی‌حامي نیستیم. بزرگان معنوی و انسان‌های زنده به حضور با ارتعاش عشقی خود برای ما سپری را تهیه کرده‌اند که از درد من‌ذهنی در امان بمانیم.

خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی و ببخشید طولانی شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی جامع بود، خیلی عالی. عالی بود. حتماً این را ویدئو می‌کنید برای ما، نه؟ خیلی ممنونم زحمت کشیدید. عالی بود.

پیغام بسیار مؤثری بود، امیدوارم اگر درست نشنیده‌اید یا می‌خواهید دوباره بشنوید، خب در پیغام‌ها هست در وبسایت ما، تلگرام و جاهای دیگر گذاشته می‌شود، از آن استفاده کنید.



۲۸- آقای نصرالله از نجف‌آباد اصفهان

با سلام و عرض ادب و احترام و خدا قوت خدمت استاد بزرگوارم جناب آقای شهبازی نازنین. تا قبل از آشنایی با برنامه گنج حضور فکر می‌کردم باید رفتار دیگران و اطرافیان، دوستان، اعضای خانواده، همسر و غیره را زیر نظر داشته باشم. به محض دیدن اشکال یا ایرادی فوری درصددِ تذکر و نصیحت برمی‌آمدم. به نظر خودم به خودم می‌بالیدم که یقین کار بسیار خوبی و رفتار انسانی انجام داده‌ام. ولی از زمانی که با این برنامه آشنا شدم فهمیدم نباید کسی را «حبر و سنی» و نصیحت کنم و نورا فکن را روی خودم قرار دهم و اگر هم می‌خواهم روی رفتار کسی اثرگذار باشم، ابتدا باید از درون خودم را اصلاح کنم و دائم حواسم به خودم باشد نه دیگری. عمری به ما آموخته بودند که امر به معروف و نهی از منکر یکی از فضایل مهم دینی است، دروغا که در اشتباه بودم و باید درون خودم را اصلاح کنم و تمرکز روی خودم باشد.

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی
خویش را بدخُو و خالی می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

حَبْر: دانشمند، دانا

سَنی: رفیع، بلند مرتبه

دراصل من‌های ذهنی خودم را رها کرده بودم و تمرکز روی من‌های ذهنی دیگران بود.

مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

فهمیدم برای دیگران نباید نوحه بخوانم و گریه کنم، باید بنشینم و به حال خودم گریه کنم و نوحه بخوانم.

دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدّتی بنشین و، بر خود می‌گری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)



این قسمت پیام تمام شد و یک چندتا مطلب دیگر شما فرمودید روی کاغذ بنویسید. الآن هم آقا شما اشاره کردند که چه کارهایی قبلاً می‌کردید و حالا نمی‌کنید، اگر اجازه دارم و وقت دارم آقای شهبازی چند موردش را بگویم.

آقای شهبازی: بله همه را بگوئید، همه را بگوئید آقای نصرالله. این‌ها، این به اصطلاح روشن‌گری‌ها بسیار مهم هستند که وقتی ما تجربه می‌کنیم، دیگر روشن می‌شود برای ما چه اشتباهی کردیم و الآن آن کارها را نمی‌کنیم، باید بگوئیم. همان با گفتارمان دیگران متوجه می‌شوند آن اشتباه را نمی‌کنند.

پریسا خانم هم خوب گفتند. گفتند این ساحر است، این دیوی که در مرکز انسان زندگی می‌کند به نام من‌ذهنی، ساحر هم هست، یعنی سحر می‌کند و خوبی‌ها را بد نشان می‌دهد، بدی‌ها را خوب نشان می‌دهد، خیلی عوض می‌کند.

بنابراین وقتی شما تجربه‌تان را به‌طور کامل می‌گوئید که من این را در این سن متوجه شدم، البته سن شما خیلی بالا نیست، ولی به‌هرحال، به‌هرحال نوجوانان، جوانان، بین بگوئیم زیر سی سال، آن‌ها می‌شنوند. ممکن است قبول نکنند به‌خاطر پندار کمالشان، ولی این ته مغزشان هست که یک‌دفعه من یک همچین چیزی را از یک آدم تجربه‌دیده‌ای شنیده‌ام، نکند این اشتباهی که همین الآن کردم به آن موضوع مربوط می‌شود. بله بفرمایید ببخشید.

آقای نصرالله: خواهش می‌کنم آقای شهبازی عزیز. حقیقت امر این است که من پنجاه‌ونه سالم است و یک‌سری باورهایی که داشتم و کارهای غلطی که انجام می‌دادم الآن با شهادت می‌گویم. آقای شهبازی شما فرمودید یک‌بار، یک‌بار من زنگ زدم آن اوایل شاید مثلاً پنج، شش سال پیش بود، بعد یک چند کلمه‌ای صحبت کردم و گفتم آقای شهبازی یک تغییرات کوچولویی این‌جوری پیدا کردم، شما فرمودید: «پهلوانی کردید.» این کلمه شما را من یاد نمی‌رود هیچ‌موقع که فرمودید شما پهلوانی کردید، یعنی زورتان به من‌ذهنی خودتان در این حد رسیده. این برای من این‌جوری تجلی کرد و بسیار عالی بود.

باور بفرمایید که جناب شهبازی من در این سن پنجاه‌ونه‌سالگی یک‌سری مطالب زیادی از شما یاد گرفتم و ان‌شاءالله که سعی می‌کنم روی خودم پیاده کنم، ولی این نکاتی که حالا عرض می‌کنم واقعاً انجام می‌دادم. حالا کم‌و‌زیاد داشت ولی من هفت، هشت تا آن را نوشتم، اگر اجازه بفرمایید بخوانم.



یکی این‌که آقای شهبازی یکی از موارد خیلی مهم این بود که غیبت کردن؛ من حقیقتاً خُب در ناموسم بود غیبت می‌کردم، ولی با آموزه‌های شما و مولانای عزیز فهمیدم که این غیبت کردن غیر از این‌که اثر منفی روی خودم می‌گذارد و واقعاً زندگی‌ام را می‌ریزد به‌هم، افکارم را می‌دزد هیچ اثر دیگری ندارد.

بنابراین این غیبت را سعی کردم، یعنی واقعاً سعی می‌کنم نود درصد دیگر گذاشتم کنار. گاهی بعضی موقع‌ها باز هم «رُدّوا لَعَادوا» می‌آید پیش، ولی ناظر هستم که این کار را نکنم. یعنی اگر هم انجام بدهم یک وقتی، سعی می‌کنم سریع متوجه می‌شوم و ناظر ذهنم هستم برمی‌گردم.

مطلب دوم نورافکن را روی دیگران قرار داده بودم. من سعی می‌کردم مثلاً همین‌طور که الآن خواندم در این متن، دیگران را مثلاً نگاه می‌کردم ببینم چه کسی عیبی دارد، اشکال دارد، افتخار می‌کردم که نصیحتش دارم می‌کنم. فکر می‌کردم کار خیلی خوبی می‌کنم، ولی الحمدلله دیگر این مورد را هم خیلی خیلی کم شده یا به صفر رسیده.

مورد سوم قضاوتِ دیگران را می‌کردم و حالا الحمدلله این به برکت وجود نازنین شما و مولانا گذاشتم کنار. سعی می‌کنم دیگر قضاوت، کاری به دیگران نداشته باشم، حواسم به خودم باشد.

و فضاگشایی هم، مورد بعدی‌اش فضاگشایی بود. من فضاگشایی‌ام خیلی کم بود، البته حالا نسبتاً بیشتر شده ولی همین الآن هم اشکال زیاد دارم ولی سعی می‌کنم ناظر ذهنم باشم و این فضاگشایی را مرتب در ذهنم مرور می‌کنم. ابیاتی هم هست من الآن فرصت نیست بخوانم، این‌ها را انجام می‌دهم.

مورد بعدی مقایسه می‌کردم زندگی‌ام را خیلی چیزها را مقایسه می‌کردم. ولی دیگر از مقایسه دست برداشتم به‌برکت همین برنامه و وجود شما و این مقایسه نکردن خیلی آرامش به من داده آقای شهبازی واقعاً.

یعنی دیگر اصلاً کار ندارم چه کسی چکار می‌کند، چه دارد چه ندارد، اصلاً این نقل مجلس بود هر جا می‌نشستم، اگر در مجالسی هم بنشینم که وقتی می‌بینم از این صحبت‌ها هست و این‌ها، سعی می‌کنم کناره بگیرم دوری کنم یا به بهانه‌ای آن جلسه را ترک کنم یا منحرف کنم حداقل کاری که می‌کنم، آن جمع را منحرف کنم از این صحبت‌ها.

مورد ششم نگرانی، نگران بودم همیشه آقای شهبازی. همیشه چون درونم آرامش نداشتم همیشه نگران آینده بودم ولی دیگر الآن اصلاً خودم را رها کردم در دل خدا به‌قول خودمان، اعتماد کردم به خدا می‌گویم هر اتفاقی که بیفتد چه اتفاق خوب و چه اتفاق به‌زعمان بد، دیگر رها کردم یعنی به زعم من بد است. همان اتفاق بد هم می‌بینم خدا پیامی برای من دارد در این.



یکی هم حسادت است. حسادت را دیگر اصلاً واقعاً گذاشتم کنار. خیلی راحت شدم آقای شهبازی. البته نداشتم خیلی کم داشتم قبلاً هم، ولی همین مقدار را هم کنار گذاشتم.

مورد بعدی، هرانسانی برای خودش ریشه در زمین دارد، مثل درخت تنومند و یا یک نهال کوچک. این‌ها ریشه دارند در زمین. پس بنابراین ما نباید با کسی کار داشته باشیم، حواسمان به دیگری باشد.

این است که با آموزه‌های شما فهمیدم چه انسان پیر یا چه یک بچه کوچک، این برای خودش ریشه دارد مثل همان نهالی می‌ماند که توی زمین ریشه دارد؛ پس دلیلی ندارد که تمرکز را روی دیگران بگذارم، حتی اعضای خانواده‌ام واقعاً. واقعاً این را یاد گرفتم کاری به کسی نداشته باشم به‌خصوص اعضای خانواده.

و مورد بعدی و آخر هم رعایت قانون جبران بوده. من این قانون جبران را واقعاً به‌عینه جناب آقای شهبازی حالا چه مادی و چه معنوی، بسیار در زندگی‌ام اثرگذار بوده و برکتش را دیدم به‌خصوص رعایت قانون جبران مادی این برنامه خیلی در زندگی‌ام تأثیر مثبت داشته.

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



سلام استاد فرزانه هستم. با اجازه شما مطلبی آماده کردم، به اشتراک می‌گذارم.

تسلط من‌ذهنی بر ما انسان‌ها یعنی بی‌اختیار بالا آمدن رفتارهای مختلف من‌ذهنی ما که شامل بُخل، تنگ‌نظری و حسادت، رنجش، حبر و سنی کردن و دیگر چیزها می‌باشد و یا دسترسی من‌های ذهنی دیگر به ما که همه این‌ها را جناب شهبازی و جناب مولانا به ما آموزش داده‌اند که حالا جناب مولانا به ما می‌گویند:

«شاه آن باشد که از خود شه بود»

می‌گویند ای انسان تو بسیار گران‌بها هستی و تسلط هر وضعیت و عامل ذهنی بر تو عجیب است و به واسطه تسلط من‌های ذهنی بر ما درگیر فضا‌بندی می‌شویم، چراکه عقل جزوی در ما به‌کار گرفته می‌شود، حالا می‌گویند این چیزی که این کارها را می‌کند، دشمنی بزرگ در درون خود توست.

گر نه نفس از اندرون راهت زدی رهزنان را بر تو دستی کی بُدی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

این نفس را اگر بی‌اختیار و بدون ناظر رها کنیم، عقل جزوی به‌کار می‌افتد و عمل عقل جزوی همیشه مخالف طرح قضا و کُن‌فکان است. با این مخالفت، ما انسان‌ها به مقاومت و ستیزه دست می‌زنیم و من‌های ذهنی خودمان و یا من‌های ذهنی بیرون و جمع بر روی ما اثر می‌گذارد و در نتیجه هشیاری روانه می‌شود به جهات، چراکه من‌ذهنی درون ما و بیرون به هم‌دیگر راهی پیدا می‌کنند، درواقع با راه زدن نفس از درون، ما بی‌عقل می‌شویم، فکرهای ما دیگر از خرد کل نمی‌آید و از تقلید و فکرهای از پیش تعیین شده ریشه می‌گیرد، پس در این‌جا حتی به‌اندازه خیلی کم هم فضاگشایی کردن و عدم کردن مرکز این تسلط من‌ذهنی را به خاموشی او سوق می‌دهد، چراکه طلب آهسته باید باشد و پی‌درپی.

زان عَوانِ مُقْتَضی که شهوت است دل اسیرِ حرص و آز و آفت است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۴)

عَوان: مأمور
مُقْتَضی: خواهش‌گر

نفس مأمور اقتضاکننده رفتن ما انسان‌ها به سبب‌سازی است، یعنی به‌علت کشش‌هایی که دارد، مدام برای حفظ آن‌ها راه‌هایی به ما نشان می‌دهد که بیا به سمت این برو و آن برو تا این اتفاق بیفتد و در نتیجه عمل مرکز ما هم می‌شود هرچه بیش‌تر بهتر و ضرر و زیان رساندن به خود و دیگران.

حالا به‌جای مأمور اقتضاکننده رفتن به سبب‌سازی، فضاگشایی اقتضا می‌کند که این نظم پارکی فکرهای از پیش ساخته شده که شامل رنجیدن، ترسیدن و یا نگرانی‌ست را کاملاً واژگون کنیم و بر خرد فضای گشوده‌شده توکل کنیم.

زان عوانِ سِرِّ، شدی دزد و تباه تا عوانان را به قهرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۵)

این مأموری که در ما مخفی است و هم‌چون ساحرهای وسوسه‌گر است، ما را به دزدی و تباهی می‌کشاند و به همین واسطه من‌های ذهنی به این درد پنهان ما هم راه پیدا می‌کنند و یا ما دردی می‌دهیم به دیگران و در این صورت تنبیه می‌شویم.

یعنی چه که دزدی می‌کنیم و تباه می‌شویم، من‌ذهنی چیزی جز درد، ترس، نگرانی ندارد و هر بار که بالا می‌آید شادی بی‌سبب زندگی و آرامش را می‌بلعد و ما در دردهای مختلف فرو می‌رویم، ولی جناب مولانا به ما می‌گویند ای انسان، حالا اگر همه این‌ها را در خود می‌بینی بر این شرایط ناظر باش، نترس، قضاوت و مقاومت نکن، و صبر کن تا از این نفس رها شوی.

ای برادر، صبر کن بر درد نیش تا رهی از نیشِ نفسِ گبرِ خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۲)

درد نیش: کنایه از مجاهده با نفس و ریاضت است.

و همین‌طور می‌گویند:

طُمطراقِ این عدو مشنو، گریز کو چو ابلیس است در لَجِّ و ستیز

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۷)



طُمرِاق: سروصدا، نمایش شکوه و جلال، آوازه، خودنمایی

می‌گویند سروصدایی که ذهن‌ت ایجاد می‌کند را جدی مگیر که من‌ذهنی برای دشمنی و ستیزه و یا اعمالِ خود
لج‌باز است و ادامه می‌دهد.

تو تنها در برابرِ حرف‌هایش هم‌چون این‌که تو را ناامید می‌کند که پیشرفت نکردی و یا حضور را اندازه می‌گیرد،
فضاگشایی کن، آن‌ها را جدی نگیر.

من هم به خود گفتم این را شناسایی کن چطور درگیرِ «من این‌ها را می‌دانم» شده‌ای که وضعیت خود را می‌سنجی.
ما انسان‌ها در حال آموزش هستیم و باید صبر کنیم.

«بی‌نهایت حضرت است این بارگاه»

و حالا می‌گویند تو تنها پی‌درپی فضا را باز کن.

این تائی از پی تعلیم توست
که طلب آهسته باید بی‌سُکُست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۰۶)

بی‌سُکُست: بی‌وقفه، ناگسسته



۳۰- خانم اسما از امارات

خانم اسما: دیگر داشت خوابم می‌برد، یک دفعه صدایتان را شنیدم، از خواب پریدم.

آقای شهبازی: خیلی خُب، خیلی خُب ببخشید.

خانم اسما: ان شاءالله که خوب باشید.

آقای شهبازی: آنجا چه ساعتی است الان در امارات؟

خانم اسما: الان سه دقیقه مانده به یک، یک نصف شب.

آقای شهبازی: خُب خیلی هم دیر نیست برای.

خانم اسما: نه، من مریضم، دیگر داشتم درد آگاهانه هم‌زمان می‌کشیدم و به برنامه شما هم گوش می‌دادم. گفتم برای این‌که قانون جبران را رعایت کنم. درست است حرف زیادی ندارم برای گفتن، ولی گفتم باید زنگ بزنم. اگر خدا بخواهد برقرار می‌شود تماس، نخواهد نمی‌شود.

آقای شهبازی: خیلی خُب، بفرمایید حالا پیغامتان را.

خانم اسما: می‌خواستم در مورد اثر قرین حرف بزنم یک مقداری که چقدر قرین می‌تواند مهم باشد در زندگی‌مان. من خودم خیلی مثلاً قرین‌های، خودم انتخاب می‌کردم که قرین‌های نامناسبی را در واقع انتخاب می‌کردم در طول روز، مثلاً مدام در اینستاگرام بودم، در سوشال مدیا (Social Media)، بودم چیزهای منفی نگاه می‌کردم. یا بعضی وقت‌ها مثلاً دردودل‌های بقیه را می‌شنیدم یا با کسانی که من ذهنی بودند بحث می‌کردم مدام.

و وقتی دیدم احساس کردم یک حالت اعتیادگونه پیدا کردم و نمی‌توانم کنترلش کنم این را. مثلاً پیش می‌آمد ساعت‌ها در این مسائل منفی بودم و، و این حال را بد می‌کرد، در واقع انرژی‌ام را می‌آورد پایین. به خاطر این شروع کردم به نوشتن، مثلاً در طول روز من با چه چیزهایی قرین می‌شوم، می‌نوشتم. مثلاً می‌نوشتم گنج حضور، نمی‌دانم اینستاگرام، هر چیزی، هر قرینی داشتم در طول روز می‌نوشتم و سعی می‌کردم برای روز بعد مواظب‌تر باشم، مراقب‌تر باشم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.

خانم اسما: و این حالا نمی‌گویم من کامل عالی شده همه‌چیز، ولی کم‌کم دارم این چیز را ایجاد می‌کنم و این‌که چیزی که خیلی الان باید مواظب باشم این است که تعهد ندارم و مدام مثلاً یک مدت روی خودم کار می‌کنم



دوباره بی‌خیال می‌شوم، یک مدت کار می‌کنم دوباره بی‌خیال می‌شوم. و چیزی که من را ترغیب می‌کند شعری که من را ترغیب می‌کند دوباره بلند بشوم این است که می‌گوید:

هر نفس نو می‌شود دنیا و ما
بی‌خبر از نو شدن اندر بقا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۴۴)

پس تو را هر لحظه، مرگ و رجعتی است
مصطفی فرمود: دنیا ساعتی است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۴۲)

بعضی وقت‌ها در اوج من‌ذهنی که می‌روم، دوباره نگاه می‌کنم می‌بینم که این خوشی‌های خشک حالم را خوب نمی‌کند، این‌ها خشک هستند و من دوباره در عمق من‌ذهنی رفتم و همه‌جا تاریک انگار شده، ولی این شعر وقتی که مثلاً یادم می‌آید و می‌گویم من دوباره باید استغفار کنم، دوباره باید بلند بشوم و این کار را می‌کنم، این خُب خوب است، ولی از یک زمانی به بعد دیگر باید آن تعهد را قوی‌تر بکنم و متعهد بشوم به هر چیزی.

چیزی که درواقع کمک می‌کند ما بفهمیم که چه چیزهایی درونمان هست، درواقع چه تاریکی‌هایی درونمان هست، اطرافمان است درواقع دنیای بیرون ماست. می‌توانیم همان بگوییم «قانون آینه‌ها» این‌که هرآنچه در بیرون هست درواقع در درون توست که دارد رخ می‌دهد در درون تو.

و این خیلی کمک می‌کند که ما تشخیص بدهیم چه درون من می‌گذرد، مثلاً این‌که من مدام یک‌سری دوست‌هایی پیدا کرده بودم که به نسبت مثلاً یک قرارهایی که می‌گذاشتیم متهد نبودند. اولش مدام با خودم، بعضی وقت‌ها به آن‌ها می‌گفتم، بعضی وقت‌ها هم با خودم در ذهنم همه‌اش ملامتشان می‌کردم، می‌گفتم چرا متعهد نیستند این‌ها؟ چرا مثلاً آن عهدی را که مثلاً بستند اجرا نمی‌کنند؟ بعدش کم‌کم متوجه شدم درواقع این بی‌تعهدی درون خودم است که آن‌ها دارند نشان من می‌دهند.

و هر بار که سعی می‌کردم یک مثلاً قولی را به یک کسی داده بودم سعی می‌کردم مثلاً شناسایی کنم ببینم چه قول‌هایی را زیر پا گذاشتم و آن قول‌ها را به اجرا بگذارم. دقیقاً در دنیای اطراف و بیرون من، انسان‌ها متعهد می‌شدند به نسبت؛ یعنی واقعاً «یکی بود یکی نبود غیر از خدا هیچ‌کس نبود»، همه‌اش دارند به تو نشان می‌دهند که همه‌چیز درون تو است، این‌ها دارد می‌گذرد.

آقای شهبازی: آفرین.



خانم اسما: ببینم چه یادم می‌آید.

آقای شهبازی: خُب به من بگوید شما امارات زندگی می‌کنید، اهل کدام قسمت ایران هستید؟

خانم اسما: من کردستان. مادرم کردستان، پدرم امارات.

پیغام‌های تلفنی



۳۱- خانم بیننده از آلمان

سلامتی چیست؟

دعا کردن برای سلامتی آن‌گونه که من از گنج حضور یاد گرفتیم:

اخیراً در برنامه ۹۳۰ و ۹۳۱ گنج حضور دو جمله نورانی را یادداشت کردم. شکر که در این لحظه هشیار بودم چون از این جملاتِ طلایی در برنامه گنج حضور فراوان است.

این‌که من واقعاً موقع گوش فرادادن یا خواندن متن برنامه یا گوش کردن به پیام‌های دوستان آن‌قدر در لحظه باشم که نور نکته‌ها را بگیرم، جای قدردانی و سپاس فراوان دارد.

و اما جملاتی که نسخه بیماری‌هاست:

در برنامه ۹۳۰، سلامتی یعنی روزبه‌روز به عشق زنده‌تر شدن. در برنامه ۹۳۱، ما مریض من‌ذهنی هستیم.

پس سقام عشق، جان صحت است رنج‌هایش حسرت هر راحت است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۹۴)

که این دو نکته طلایی ترجمه ساده و مختصر این بیت است. یعنی ما اگر مریض عشق بشویم این خود جان سلامتی است که هر سلامتی حسرت این بیماری را دارد. و همچنین:

خود من جعل الهموم همّاً از لفظ رسول خوانده استم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵۷)

«هر کس همه غمش زنده شدن به خدا باشد، خدا همه غم‌های او را برطرف می‌کند.»

در خود و در پیرامون مشاهده کرده‌ایم که درحالی‌که سلامت هستیم نگران بیمار شدن هستیم، نگران این هستیم که اگر فلان بیماری را بگیرم چکار کنم؟ چه می‌شود؟

اگر این‌گونه باشد یعنی غم ما غم عشق نیست و این طرز نگاه خودش به‌تنهایی بیمارکننده است. یعنی ما با من‌ذهنی خودمان، خودمان را مریض می‌کنیم. درحالی‌که اگر غم زنده شدن به خدا در وجود من و در مرکز من ریشه بدواند، خود همین یک آگاهی شفابخش است. دیگر گردن غم اشکسته می‌شود.



همین‌طور که در ترجیع ۴۳ در برنامه ۹۳۱ آموختیم که خانه ما، مرکز ما با فکر و خیال‌های ذهنی، پر از دود شده است. در یک محوطه دودآلود نه می‌شود تنفس کرد و نه می‌توان دید.

یک مرکز دودآلود با این چشم ظاهراً سالم چه می‌بیند؟ جز یک لیست بلندبالا از توهماتِ مثل درد و رنج و کمبود و زشتی‌ها، نقص‌ها، عیب‌ها، اشکالات و فرق‌ها.

یعنی ما با این مرکز دودآلود چشم سالم خود را کور می‌کنیم از دیدن همه برکاتی که همین الآن نقد، در دسترس ما است.

پیش چشمت داشتی شیشه کبود ز آن سبب عالم کبودت می‌نمود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۹)

در آب تیره بنگری، نی ماه بینی، نی فلک خورشید و مه پنهان شود چون تیرگی گیرد هوا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶)

چشم داری تو به چشم خود نگر منگر از چشم سفیهی بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴۳)

سفیه بی‌خبر من‌ذهنی ماست.

برنامه گنج حضور امکان نگاه دیگری را می‌آموزد، دید عدم‌بین که می‌فرماید:

کورم از غیر خدا، بی‌نا بدو مقتضای عشق این باشد بگو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۳)

پس چه بسا ظاهراً نابینایانی که خیلی بیناتر از من که چشم فیزیکی سالمی دارم می‌بینند.

دیده‌ای خواهی که باشد شه‌شناس تا شناسد شاه را در هر لباس

(منسوب به مولانا)



فقط با دیدِ عدم‌بین است که می‌توان در هر اتفاقی خدا را دید. برای دیدنِ خدا چشم فیزیکی لازم نیست. اما چشمی که زیبایی‌ها را می‌بیند، خوبی‌ها را می‌بیند، عیب‌ها را نمی‌بیند، یا فضا برایشان به راحتی باز می‌کند، فراوانی را می‌بیند، چشمی که پرهیز می‌کند، چشمی که دنبال انتقاد کردن نیست، این چشم را عاشقان در فضای گشوده این لحظه تجربه می‌کنند.

پس سقامِ عشق، جانِ صحت است رنج‌هاش حسرتِ هر راحت است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۹۴)

پس در این بیت معنی سلامتی برای ما مشخص می‌شود. نتیجه این‌که من اگر با دید عدم و هشیاری حضور زندگی کنم این خودش دعاست. بدن من هم حتماً درست کارش را انجام می‌دهد، چون من مزاحمش نمی‌شوم. دود نمی‌کنم و اگر من با آگاهی که دارم به‌عنوان شکرگذاری از این مجموعه معجزه‌آسا مراقبت کنم، دیگر هرچه آمد خوب است. چه اسمش سلامتی باشد یا مریضی.

اگر من در امور مورد علاقه خودم تلاشم را با حضور ناظر انجام بدهم، نتیجه‌اش برای من هرچه باشد خوب است. چون عقل کل و قضا و کن‌فکان در کار است و من نمی‌دانم. پس همه‌چیز همان‌طور که هست، هست. در پایان چند بیت کلیدی را به اشتراک می‌گذارم.

دم او جان دهدت رو ز نَفَخْتُ بپذیر کار او کُنْ فیکون است نه موقوف علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

از خدا غیر خدا را خواستن ظَنُّ افزونی‌ست و کَلِّ کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

گوشِ بی‌گوشی درین دم بر گشا بهر رازِ یَفْعَلُ اللهُ ما یَشا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۶)

و در پایان



کورم از غیر خدا، بینا بدو
مقتضای عشق این باشد بگو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۳)



پایان بخش سوم

