



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 ۱-۹۳۳ ■ ■ ■

برنامه ۱-۹۳۳ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۱۶ سپتامبر ۲۰۲۲ - ۲۵ شهریور ۱۴۰۱



Podcast گنج حضور

Search:

Parviz Shahbazi

or

Ganje Hozour

برنامه ۱-۹۳۳
بخش اول
برنامه ویژه پیغامهای تلفنی

Studio : 001 747 8880380

Parviz Shahbazi

کلیه حضور



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم فاطمه از تهران	۵
۲	سخنان آقای شهبازی	۶
۳	آقای حسن از اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۷
۴	خانم اکرم از تهران با سخنان آقای شهبازی	۱۵
۵	آقای شیرزاد از لرستان	۱۹
۶	خانم فخری از مریند با سخنان آقای شهبازی	۱۸
۷	آقای شیرزاد از لرستان	۲۱
۸	خانم قدسی از تهران	۲۲
۹	خانم مهدیه و مادرشان از نظرآباد با سخنان آقای شهبازی	۲۵
۱۰	سخنان آقای شهبازی	۲۹
۱۱	خانم نرگس و دخترشان خانم رها از بندرعباس	۳۰
۱۲	خانم مهرسا ۶ ساله و مادرشان از کرج با سخنان آقای	۳۲
۱۳	آقای علیپور	۴۶
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	۴۸
۱۴	خانم فرزانه	۴۹
۱۵	خانم مرجان از استرالیا	۵۱
۱۶	خانم الهام از شیراز با سخنان آقای شهبازی	۵۴
۱۷	خانم طاووس از تهران	۵۹
۱۸	خانم عارفه از تهران با سخنان آقای شهبازی	۶۳
۱۹	خانم سارا و مادرشان از آلمان	۶۷
۲۰	سخنان آقای شهبازی	۷۰
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	۷۵
۲۱	خانم فرخنده از جوزان نجف آباد	۷۶



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۲	خانم پروین از اصفهان	۷۸
۲۳	خانم اکرم از نجف آباد	۸۰
۲۴	آقای صادق و همسرشان از ایلام با سخنان آقای شهبازی	۸۲
۲۵	خانم پریسا از کانادا	۹۰
۲۶	خانم معصومه از میانه	۹۲
۲۷	خانم مهسا و آقای احسان از کرج	۹۴
۲۸	خانم پریراد از شیراز	۹۹
۲۹	آقای مهران از کرج	۱۰۳
-	پایان بخش سوم	۱۰۵



من هشت سال است آقای شهبازی برنامه را نگاه می‌کنم، روی خودم کار می‌کنم.

چهار سال اول با شما تماس می‌گرفتم، مرتب سعی می‌کردم حداقل هر دو ماه یک‌بار این‌ها تماس بگیرم ولی دیگر متأسفانه دیگر حالا، متأسفانه که نه، خوشبختانه این‌قدر خط‌ها شلوغ شد و این‌ها دیگر نشد تماس بگیرم. الآن مدت‌ها بود که آرزویم این بود که من بتوانم با شما تماس بگیرم، فقط بگویم ممنون، سپاسگزارم، دستتان درد نکند.

من خیلی نتیجه‌ها از برنامه شما دیدم، خیلی چیزها در زندگی‌ام تغییر کرد. حتی این برنامه را وقتی می‌گذارم در خانه، فقط دارد پخش می‌شود من هم دارم کارهایم را می‌کنم، روی بچه‌هایم بسیار تأثیر گذاشته.

تأثیرش به آن صورت بوده که الآن اگر من یک‌هوا، مثلاً یک لحظه، یک غیبت یا یک کلمه یک حرف بی‌ربطی از دهنم دریاید، بلافاصله بچه‌ها به من تذکر می‌دهند با این‌که آن‌ها اصلاً نگاه نمی‌کنند ولی من فقط دارم نگاه می‌کنم.

خلاصه این‌قدر نتیجه‌ها از این برنامه دیدم، این‌قدر معجزه‌ها دیدم، اصلاً قابل گفتن نیست.

الآن بعد از مدت‌ها فقط می‌خواهم از شما تشکر کنم، سپاس می‌گویم، از دوست‌های عزیز که پیغام‌های معنوی‌شان فوق‌العاده عالی هست فوق‌العاده، و همه‌اش به‌خاطر زحمتهایی هست که شما می‌کشید و کاری هست که آن‌ها روی خودشان انجام می‌دهند. مزاحمتان نمی‌شوم آقای شهبازی، من عاشقانه شما و این برنامه را دوست دارم.



این نمونه پیغام خیلی خوبی بود. پس خواهش می‌کنم پیغام‌ها خلاصه باشد فقط تغییرتان را، پیشرفتتان را یا ابیاتی که روی شما اثر گذاشته، برخی ابیات مولانا هستند که یک موقعی شما خواندید، واقعاً این دیوار بتنی به اصطلاح من ذهنی ترک برداشته و نور آمده خُب آن‌ها را بگویید. آن‌ها را هم لابد حفظ هستید دیگر.

این است که از این‌که پیغام‌های طولانی بخوانید یک هفت، هشت دقیقه طول بکشد، خواهش می‌کنم از آن‌ها پرهیز کنید تا همه بتوانند بیایند روی خط، به علاوه این پادکستی (podcast) که آگهی‌اش را به اصطلاح روی صفحه می‌بینید، این‌ها مجانی هستند.

در واقع این‌ها برنامه‌های صوتی هستند. شما می‌توانید لینکش را در تلگرام پیدا کنید، در وبسایت ما، جاهای مختلف پیدا کنید، می‌توانید دانلود کنید در گوشی‌تان، هر جور گوشی داشته باشید آیفون یا گوشی‌های دیگر و از آن استفاده کنید.



۳- آقای حسن از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

از اصفهان نصف جهان خدمتتان زنگ می‌زنم. بله، شما آذری‌ها که می‌فرمایید اصفهان نصف جهان است اگر تبریز نباشد، ولی خب ما اصفهانی‌ها می‌گوییم که:

اصفهان را نیمه خوانند از جهان

صد جهان من دیده‌ام در اصفهان

البته خب، حالا می‌شود هم گفت آن تبریزی که همیشه نماد فضای یکتایی بوده که مولانا مثال می‌آورد، شاید از آن جهت هم گفته‌اند. به هر صورت این، همه جای ایران به قول معروف سرای من است. چه سعادتی، من سه‌سالی هست که فکر می‌کنم نتوانستم با شما تماس بگیرم و خیلی خوشحال شدم الان و ذوق‌زده.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید این گنج حضور روی شما چه تأثیری گذاشته با اشعار مولانا؟

آقای حسن: تأثیرش که خیلی خوب است، همین‌که آدم این دوستانی که می‌آیند پشت خط این قدر قشنگ توضیح می‌دهند، کودکان عشق که چقدر می‌شود از آن‌ها یاد گرفت.

آن ابیات را که تکرار می‌شود خیلی مؤثر است، واقعاً مؤثر است و تأثیرهای فوق‌العاده‌ای می‌گذارد، تأثیرهایش را می‌بینیم. چیزی که عیان است به قول معروف دیگر نیازی به بیان ندارد.

ولی چیزی که من خیلی الان برایم جالب بود، یک چند روز، یک چند وقت قبل، من همین‌طور که برنامه زنده چون این‌جا صبح زود است دیگر، من گوش می‌کردم، این من‌ذهنی‌ام می‌گفت آقا این‌ها را، چند بار تکرار کرده جناب آقای شهبازی و همین‌طور تکیه داده بودم سرم روی دیوار، حالت خواب به من دست داد. درحالی‌که همین‌طور شما داشتید آن ابیات و آن مسائل آن غزل را توضیح می‌دادید.

بعد در عالم رؤیا دیدم مثل این‌که یک جلسه‌ای هست یک جایی خیلی وسیع هست و شما داشتید صحبت می‌کردید، همین حرف‌ها را، مثل این‌که دیزاین (designed) شد یعنی روی آن تصویر، و من گفتم چه جالب جناب آقای شهبازی حضوری الان این‌جا دارند توضیح می‌دهند برایمان. یک کمی دقت بیش‌تری کردم و همان مطالب را راجع به من‌ذهنی و فضاگشایی و همه آن مسائلی را که بارها شما توضیح دادید و چقدر هم زیبا و چقدر با کار فراوان این‌ها، این کالکشن (collection) را شما تهیه می‌کنید.



در هر صورت یک کمی که دقت کردم در همان عالم رؤیا دیدم که یک آقایی با محاسن سفید و لباس‌های سنتی خیلی باوقار دارند می‌آیند در جلسه و آنجا شما صحبتتان را قطع کردید، متوقف کردید و آن آقا آمد نشستند در آن صدر مجلس و دیدم که دارند ایشان ادامه می‌دهند، همان حرف‌هایی که شما می‌زدید را، همان اشعار را، همان غزلیات را، همان مباحث را ادامه دادند.

بعد من یادم افتاد که یک‌بار شما فرمودید که اگر من یک زمانی با مولانا روبرو بشوم، من سکوت می‌کنم، من حرف نمی‌زنم، من گوش می‌کنم فقط.

بعد من کنجکاو شدم، گفتم جناب آقای شهبازی را من ببینم، دیدم که بله شما در جمعیت نشستید و دارید همان صحبت‌هایی که شما همه را حفظ هستید، فوت آب هستید همه را، دارید گوش می‌کنید با دقت تمام. و آنجا من به خودم آمدم گفتم که وای من چه خطری *** که از خواب حقیقتش پریدم، یعنی از خواب ذهنم شاید بوده.

پریدم و گفتم نه، این ابیات چقدر تأثیرگذار هستند و هرچه هم که تکرار بشوند، تکراری نیستند. این‌ها باید آن قدر خوانده بشوند که در جان بشوند نه فقط حفظ بشوند و این‌ها باید به جان بنشینند یعنی دیگر فقط حفظ کردن آن نیست.

حفظ کردن شاید ده بار آدم بخواند حفظ بشود، ولی آنجا من به این ارزش این کار شما واقعاً پی بردم، خیلی ممنونیم از شما. بیشتر از این صحبت نکنم وقتتان را بگیرم، وقت دوستان را بگیرم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، حالا این مطلبی که شما می‌گویید، بسیار مهم است چون ممکن است مورد اعتراض خیلی از بینندگان باشد.

شما در به اصطلاح زندگی‌تان به طور سنتی دیده‌اید که خیلی چیزها را دستور داده‌اند ما تکرار کنیم، مثلاً در دین گفته‌اند شما هر روز باید نماز بخوانید آن هم چندین بار و همین چیزها را تکرار کنید.

شما تا حالا از خودتان پرسیدید که چرا این کار را کرده‌اند؟ یعنی چه این؟ بعد هم گفته‌اند این کار «ستون دین» است. برای چه این را، برای چه تکرار کنیم دیگر؟ همه را حفظ هستیم دیگر؟

آقای حسن: دقیقاً بله، این قدر که به جان و دل آدم بنشیند، واقعاً دیگر با زندگی، با خدا یکی بشود. این حقیقت این قضیه هست، بله کاملاً درست است. بله این واقعاً این خواب یا حالا رؤیای خیلی کوتاهی که بود این‌ها، خیلی روی من تأثیر گذاشت و دیگر از آن ذهنیت آمدم بیرون.



این‌ها ده‌ها هزار بار هم اگر تکرار بشوند کهنه نمی‌شوند، قدیمی نمی‌شوند و باید این قدر ما تکرار کنیم که واقعاً به دل و جانمان بنشینند، نه این‌که فقط حفظشان بشویم، حفظ شدن آن شاید به‌تنهایی دردی را دوا نکند.

و خیلی از شما سپاس‌گزاریم، واقعاً خیلی سخت است. این کالکشن‌ها را که آدم، این‌ها را که شما، این ابیات را که این قدر قشنگ با هم می‌چ (match) می‌کنید، سرچ (search) می‌کنید و ابیاتی را که از مثنوی واقعاً چاشنی این غزل‌ها می‌کنید واقعاً تأثیرگذار هست و خیلی سخت هم هست، به این راحتی نیست.

شما به دلیل تجربه بالایی که دارید استادانه این کار را می‌کنید و ما واقعاً از شما سپاس‌گزار هستیم. هرچقدر هم سپاس‌گزاری کنیم واقعاً آن قانون جبران رعایت نمی‌شود.

آقای شهبازی: پس شما به هر حال باز توصیه می‌کنید پس از آن خواب و بیداری، این درواقع بیدار شدن از خواب است، اگر کسی متوجه بشود که این تکرار است که تأثیر دارد، نه این‌که ما می‌دانیم. خیلی از بینندگان ممکن است مثل آن حالت قبلی شما بگویند آقا این‌ها را که ما می‌دانیم، یک چیز جدیدی بگویید.

چون ذهن یا من‌ذهنی دنبال چیز جدید از نظر فرم است، از نظر فرم، شکل، و جالب، خبر جدید، مثلاً چه شده؟ جنگ شده؟ صلح شده؟ خلاصه مخصوصاً به چیزهای منفی خیلی علاقه‌مند است. چیز دیگری نیست! ما یک خوابی داریم به‌نام خواب من‌ذهنی، باید از این خواب بیدار بشویم و تکرار این ابیات همین‌طور که شما نماز هم می‌خوانید، نماز را به تکرار می‌خوانید بلکه به معانی این نماز بیدار بشوید. آن هم گفته‌اند که، نگفتند همه را جمع کنید یک‌جا بخوانید، گفتند صبح، بعدازظهر، عصر، شب، هر موقع شد شما این‌ها را به خودتان تلقین کنید، این کلمات را.

حالا یک کسی ممکن است مدیتیشن‌های (meditation) خاصی داشته باشد. حالا این ابیات هم همین کار را می‌کند. وقتی شما تکرار می‌کنید یا به قول شما ترکیب می‌کنید این‌ها را، مخصوصاً این ترکیب خیلی مهم است. هر بیتی یک ذره، مثل جرثقیل می‌ماند، شما را می‌آورد بالا. یک‌دفعه که مثلاً پنجاه بیت را با هم می‌خوانید شما، با هم ترکیب می‌کنید، می‌بینید که آمدید از این همانندگی‌ها و جاذبه آن‌ها بالا.

این است که تکرار لازم است، ترکیب‌های جدید لازم است، شما باید بتوانید ابیات را خودتان ترکیب کنید. بگویید هان! من این، این انتخاب شما هم خیلی مهم است. اگر بتوانید انتخاب کنید، بگویید من ده‌تا بیت را انتخاب می‌کنم از این مثلاً دویست‌تا بیتی که شهبازی خوانده، من این‌ها را مثلاً ده روز می‌خواهم پشت‌سرهم تکرار کنم. تکرار کنید نتیجه‌اش را هم ببینید، نتیجه‌اش عالی خواهد بود. چیز دیگر می‌خواهید بگویید؟



آقای حسن: خیلی ممنون از شما. نه، همه حرف‌ها را، صحبت‌های عالی را شما می‌فرمایید. یک بیتی هم هست که از حافظ هست:

یک قصه بیش نیست غم عشق وین عجب! کز هر زبان که می‌شنوم نامکرر است

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۹)

یعنی این‌ها همه یک قصه است به نظر این بنده، بنده کوچک شما، که واقعاً به هر زبان با تمام این داستان‌ها که در این مثنوی که شما این قدر زحمت می‌کشید و بیان می‌کنید یا حتی ابیات بزرگ‌های دیگر، من جسارتاً وقتتان را هم خیلی می‌گیرم، ولی در حافظ هم که نگاه می‌کنیم، می‌بینیم همه یک قصه است، همه یک داستان هست و چقدر جالب است که نامکرر است، هرچقدر هم که ما بشنویم برایمان تازگی دارد. ممنون از شما.



۴ - خانم اکرم از تهران با سخنان آقای شهبازی

سلام من اکرم هستم از تهران. از سال ۱۳۹۸ تقریباً سه سال است دارم برنامه شما را دنبال می‌کنم. خیلی خیلی من دنبال حقیقت بودم که برای چه آمدم به این دنیا، برای چه داریم زندگی می‌کنیم و آخرش چه می‌شود؟ خیلی این‌ور آن‌ور می‌رفتم، هیچ چیزی ته دل من را خوشحال نمی‌کرد، تا این‌که با برنامه شما آشنا شدم و گم‌شده خودم را پیدا کردم.

خیلی واکنشی بودم آقای شهبازی، با این‌که روی خودم کار می‌کردم، با این‌که می‌دانستم باید حسادت نداشته باشم، کینه نداشته باشم، این چیزها را خب از روی کتاب‌های مذهبی تقریباً یاد گرفته بودم، ولی نمی‌دانستم که یک چیزی در وجود خود من هست و آن مانع است.

آن چیزی که من را به واکنش می‌کشاند، مثلاً از یکی از آیات قرآن یاد گرفته بودم که از گذشته و آینده باید دست بکشم، ولی نمی‌دانستم این را هر لحظه باید پیاده کنم، بعضی موقع‌ها یادم می‌رفت.

تا این‌که با برنامه شما آشنا شدم و فهمیدم که هر لحظه باید مواظب باشم. این آن خارپشتی است که می‌رود خودش را پنهان می‌کند و هرازگاهی یک تیری می‌اندازد و من باید مواظب آن تیرها باشم.

خیلی مواظب رفتارم بودم، ولی بعضی موقع‌ها به خودم حق می‌دادم، می‌گفتم که من تقصیر نداشتم، او آن حرف را زد که من ناراحت شدم و عصبانی شدم، نمی‌دانستم که نباید عصبانی بشوم در هیچ شرایطی.

بعضی شعرها را حفظ هستم. مطلبی ننوشتیم که از روی مطلب بخوانم، فقط همین‌طوری شماره را گرفتم، گفتم هرچه پیش آید خوش آید، هرچه به ذهنم رسید، همان را می‌گویم.

آقای شهبازی: خیلی خوب آفرین، همین‌طوری باید بگویید. این قسمت از برنامه باید هرچه که دلتان می‌خواهد، به دلتان می‌آید بگویید، پیشرفتتان را بگویید، یک چند بیت هم اگر به قول شما و بعضی از دوستانمان برند (Brand) دارید، شما هم می‌گویید برند؟ برند دارید؟ می‌دانید برند چیست؟

خانم اکرم: بله، بله، بعضی از دوستان عزیز شعرهایی خواندند که برنشان شده. من از همان برندها خیلی استفاده می‌کنم. مثلاً:

**هرچه از وی شاد گردی در جهان
از فراق او بیندیش آن زمان**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)



همچو مستی، کو جنایت‌ها کند
گوید او: معذور بودم من ز خود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

این بیت‌ها خیلی به من کمک می‌کند.

تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌ای
در سبب، از جهل برچفسیده‌یی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳)

چفسیده‌یی: چسبیده‌ای

در سبب‌ها از مُسَبِّب غافلی
سوی این روپوش‌ها ز آن مایلی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۴)

چون سبب‌ها رفت، بر سر می‌زنی
رَبِّنا و رَبَّنَا می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۵)

رَبِّ می‌گوید: برو سوی سبب
چون ز صُنْعَم یاد کردی؟ ای عجب!

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۶)



گفت: زین پَسْ من تو را بینم همه
نَنگرم سوی سبب و آن دَمَدَمه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۷)

گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کار توست
ای تو آندَر توبه و میثاق سُسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

لیک من آن ننگرم، رحمت کُنم
رحمتم پُر است، بر رحمت تَنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

نَنگرم عهد بدَت، بدهم عطا
از کَرَم، این دَم چو می‌خوانی مرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

ببخشید با لُکنت خواندم، چون که از روی متن نخواندم.

آقای شهمازی: آفرین، عجب برندهایی دارید شما، آفرین، آفرین.

خانم اکرم: نه، برندهای دوستان عزیز هست، من استفاده می‌کنم از برندهایشان. استفاده می‌کنم از همه گفته‌های دوستان و از شما خیلی تشکر می‌کنم، چون راه اصلی و راه مستقیم را از طریق این برنامه یاد گرفتم و سه سال است دارم روی خودم کار می‌کنم، ولی می‌خواهم بگویم که ذهن یعنی هم من ذهنی به این راحتی‌ها نیست از بین بردنش.

من الآن سه سال است پیوسته دارم برنامه را نگاه می‌کنم. خیلی کار سختی است خیلی، خیلی باید آدم مواظب باشد، چون همان‌طور که شما می‌فرمایید روی زمین مین‌گذاری ما داریم راه می‌رویم. باید مواظب این مین‌ها باشیم.

از هر طرف هم یک موضوع ناشناخته‌ای پیش می‌آید که همان لحظه متوجه نمی‌شویم، بعد از این‌که گذشت و ما در دامش افتادیم، بعد از این‌که یک کمی بگذرد متوجه می‌شویم که افتادیم، از آن راه مستقیم افتادیم پایین.



من تايم را نگه نداشتم، بيش‌تر از اين وقت شما را نمي‌گيرم آقای شهبازی خیلی از شما ممنونم، خیلی سپاس‌گزارم و قانون جبران را هم کم‌وبیش رعایت می‌کنم و همین‌جا متعهد می‌شوم که بهتر و بیش‌تر دنبال کنم این برنامه را و بیش‌تر روی خودم کار کنم.

مجمع‌التحقیق



واقعاً من هرچه در این برنامه، نه سال که برنامه را دنبال می‌کنم و گوش می‌کنم استاد، نتوانستم کلمه‌ای بالاتر و بهتر از پدر را برای شما انتخاب کنم، چون آدم‌های بزرگ بسیار نیستند. واقعاً هر استادی با آمدن استاد بعدی حس و حال او کمتر می‌شود، ولی پدر هر روز برایم باعشق‌تر می‌شود. شما پدر عزیز توانستید هزاران بچه را در کیلومترها دورتر تربیت کنید و راه عشق ورزیدن و درست زندگی کردن را به ما نشان بدهید.

می‌گویند پدر و مادر باید سایه‌شان روی سر بچه‌هایشان باشد و همیشه از نزدیک بچه‌هایشان را کنترل کنند و عشق بدهند، ولی من فهمیدم عشق پاک، عشق بدون حس مالکیت بیشتر و باکیفیت‌تر جواب می‌دهد. شما علاوه بر این که حس اصلی پدر بودن را به من چشاندید، خواهر و برادرهای عزیز دیگری را هم در این برنامه برای من به ارمغان آوردید، خواهرهای عزیز دوست‌داشتنی‌تر از جان مثل خواهر عزیزم پریسا، سمیرا بایسته، یلدا، سمانه، زهره، سارا، سعیده، مریم، فریبا خادمی، سرور و لادن و لیلا، مادر سوئدی‌ام، طاهره خانم، مادر عزیزم و بقیه عزیزانی که الآن حضور ذهن نیست تک‌تک اسم ببرم و برادرهای عزیز و عزیزتر از جان مثل پویا، نیما، صادق ایلانی، شاپور، حسین و برادرهایش، باقر و فرشاد، مهران که هروقت دلتنگ می‌شوم، به چارق ایاز خودم نگاه می‌کنم، اگر دنیا را از سر عدالت هم تقسیم کنند، من خیلی کم بردم که شاید بدهکار باشم و بدهکار هم می‌شوم. دیگر آدم چه می‌خواهد از خدا.

برادرم، پدرم، اصل و فصل من عشق است که خویش عشق بماند، نه خویشی نسب

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۴۹)

من وقتی خدا شاهد است صدای هرکدام از این عزیزان را می‌شنوم احساس می‌کنم این‌ها مثل کوه پشت من هستند. درست است می‌گویند:

از خدا غیر خدا را خواستن ظن افزونیست و کلی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

ولی من با این عشق‌ها می‌توانم به این مرحله برسم. یاران معنوی بهترین هدیه‌های خدا هستند سر راه من، چه می‌خواهم دیگر از خدا.



ترازو گر نداری، پس تو را زو ره زَند هرکس یکی قلبی بیاراید، تو پنداری که زر دارد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۳)

من ترازو نداشتم، با این برنامه، با این جمع معنوی عاشق توانستم ترازویم را بشناسم و شناسایی کنم رمه‌ها و گاو و گوسفندانی که درونم بودند و هر لحظه مشغول چَرا از محصولات کشاورزی مردم بودم. با این دوستان توانستم شناسایی کنم.

الآن هم کار مهمی نمی‌کنم، فقط بالای کوه می‌نشینم و می‌بینم که چطور مشغول چریدن از محصولات دیگران هستم، فقط من شناسایی می‌کنم، فعلاً تا جایی که گوسفندان خودشان را دیگر با نگاه کردن به من و چیزی نگفتن من و نگاه هشیارانه من خودشان دیگر می‌فهمند، می‌روند می‌خورند و برمی‌گردند. نیازی نیست دیگر با آن‌ها دعوا کنم، چون با هر سنگی که من برای یک گوسفند می‌اندازم، بقیه گله هم که سر جای خودشان بودند، متفرق می‌شوند، هر کدام محصولی دیگری از مردم را [می‌برند].

خدایا شکر، خدایا شکر برای این برنامه. شکر لفظی نیست. همین‌که من هر روز متعهدانه برنامه‌های روز چهارشنبه، تلفن‌های جمعه را هر روز می‌نویسم و گوش می‌کنم و تا حد امکان به عمل درمی‌آورم، دارم قانون جبران را چه مادی چه معنوی در حد توانم انجام می‌دهم، ولی وقتی سازنده من در قرآن گفته پدر عزیز اگر هزار بار تو را برگردانند در دنیا همان انسان می‌شوی و مولانای جان هم می‌گوید:

گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کارِ توست ای تو اندر توبه و میثاق سست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

هر روز در طول شبانه‌روز فضای حضور را حس می‌کنم. دوباره کشیده می‌شوم به ذهن و این کار صدها، شاید هزاران بار تکرار بشود. نباید خودم را سرزنش کنم و نباید این سرزنش نکردن هم یک تله ذهن بشود برای سستی در مسئولیت و گفت:

گفت: مُفَتِّیْ ضرورت هم تویی بی ضرورت گر خوری، مجرم شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)



این را دیگر خودم باید شناسایی کنم و صادقانه با خودم روراست باشم. شما در برنامه ۹۲۹ فرمودید یارانی که از فضای گشوده شده پیام می‌دهند، هزاران سِر را در من بیدار می‌کنند.

یار را با یار چون بنشسته شد صد هزاران لوح سِر دانسته شد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۴۱)

ولی باید من مواظب تله ذهنم باشم، پدر عزیز که هر هفته وقتی می‌خواهم یک پیام آماده کنم، با توجه به رشدی که در هفته آن‌چنان زیاد نیست یا شاید اصلاً رشدی نکرده باشم، ذهن چون عادت کرده به هر هفته و باید یک پیام آماده کند، شاید بروم دنبال مطالبی از خودم دور بشوم. مطالب *** که ممکن است اصلاً رشد نکرده باشم، منافق‌وار چیزی به دست بیگانگی به وجود بیاید برای من، چون هر چیزی در این دنیا هوشمند است و من هم دچار دوگانگی می‌شوم. من خودم در این نه سالی که با این برنامه هستم...

آقای شهمازی: مثل این که قطع شد.



۶- خانم فخری از مریلند با سخنان آقای شهبازی

من فخری هستم از مریلند زنگ می‌زنم. این دفعهٔ سوم است که، سومین بار است که من با شما تماس می‌گیرم. نزدیک ده سال است که من بینندهٔ برنامهٔ شما هستم، ولی می‌خواهم امروز اقرار کنم که تا به حال، یعنی جزو آن شاگرد تنبل‌های شما هستم، خیلی خیلی جدی نمی‌گرفتم. همین‌جوری گوش می‌کردم برنامه را و خیلی به‌طور جدی روی خودم کار نمی‌کردم. ولی خب اخیراً با این پیام‌هایی که از دوستان می‌شنوم و با واقعاً مداومتی که دارم در برنامه، بیشتر سعی می‌کنم روی خودم کار کنم.

و چیزی که خیلی روی من تأثیر گذاشته که واقعاً الآن به‌طور معجزه‌آسا می‌بینم، واقعاً تأثیر شگرفی دارد، همین فضاگشایی است که شما می‌فرمایید و یا همان تسلیم به زبان دیگر، که فضاگشایی که به‌اصطلاح برند برنامه گنج حضور است.

من این فضاگشایی را انجام می‌دهم و واقعاً نتیجه‌اش بی‌نظیر است. می‌خواهم به دوستان بگویم، به شنونده‌های گنج حضور، اصلاً معجزه می‌کند، واقعاً معجزه می‌کند و همین‌طور که شما می‌فرمایید کاری لازم نیست بکنیم ما. در مشکلات روزمره، در برخوردهایی که می‌بینیم، مشکلاتی که پیش می‌آید فقط کافی است که سکوت کنیم. فقط کافی است سکوت کنیم و فضاگشایی کنیم و آن وقت خودش راه باز می‌شود برای آدم و نتیجه‌اش را می‌بیند آدم.

من یک آدم، خیلی من‌ذهنی سفت و سختی داشتم آقای شهبازی، خیلی مقاومت می‌کردم، واکنش نشان می‌دادم به هر چیزی که می‌دیدم، بلافاصله واکنش نشان می‌دادم و خب هیچ وقت هم نتیجهٔ خوبی نمی‌گرفتم. حالا با این رویه‌ای که پیش گرفتم واقعاً معجزات آن را می‌بینم. خیلی خوشحال هستم و خیلی زنگ زدم تشکر کنم به‌خاطر این قضیه که یاد گرفتم از شما. بیش‌ترین چیزی که یاد گرفتم و فکر می‌کنم کاری هم لازم نیست واقعاً آدم بکند، فقط فضا را باز کند، فقط سکوت کند و خودش راه باز بشود برای آدم.

بله، همین را خواستم بگویم امروز با دوستان گنج حضور در میان بگذارم و این‌که واقعاً تأسف می‌خورم که حالا چرا زودتر، حدود ده سال است که من شنوندهٔ این برنامه هستم، چرا من زودتر، من در حدود شصت سالم هم هست، خب با این مشکلاتی که گفتم داشتم، با این خصوصیات اخلاقی که داشتم، خودم را همیشه ناراحت، همیشه می‌رنجیدم، همیشه رنجیده بودم. و خب ذهن آدم خراب، جسم آدم مریض می‌شود. همهٔ مسائل پیش می‌آید در آدم. ولی خب حالا با این مسئله می‌بینم که واقعاً عجب معجزه‌ای است، عجب معجزه‌ای است. و همین



توصیه می‌کنم به پدر و مادرهای جوان، واقعاً فضاگشایی کنند، زن و شوهرهای جوان با هم فضاگشایی کنند و نتیجه خوب آن را ببینند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.

خانم فخری: بله، معجزه می‌کند واقعاً. واقعاً معجزه می‌کند.

آقای شهبازی: چه توصیه خردمندانه‌ای. آفرین.

خانم فخری: خواهش می‌کنم، ما از شما خیلی یاد می‌گیریم واقعاً آقای شهبازی. خیلی البته من که می‌گویم، جزو شاگرد تنبل‌ها هستم. ولی خب واقعاً استفاده می‌کنیم دیگر، در زندگی روزمره‌مان استفاده می‌کنیم از این درس‌های شما.

آقای شهبازی: پس شما توصیه می‌کنید می‌گویید که ده سال جدی نمی‌گرفتید، هرکسی که با مولانا ارتباط برقرار می‌کند از طریق این برنامه، وقت را تلف نکند، همان اول جدی باشد و عقل خودش را بگذارد کنار و عقل مولانا را بگیرد.

یک عده‌ای هم در این راه واقعاً پیشرفت کردند. در این بیست و چند سالی که بنده خدمتتان بوده‌ام، یک عده‌ای واقعاً پیشرفت کردند، به آن‌جا رسیدند البته رسیدنی در کار نیست، ولی حاضر هستند. حرف‌هایی که می‌زنند واقعاً خلاق هست.

و به این‌ها هم گوش کنند و از این ذهنیت که فقط یک نفر، دو نفر می‌دانند بیایند بیرون. ما از هم‌دیگر یاد می‌گیریم. شما ملاحظه فرمودید که ما از این کودکان عشق چقدر چیز یاد می‌گیریم. نمی‌دانم شما یاد می‌گیرید یا نه، خود من تأثیر می‌پذیرم.

خانم فخری: بله بله. از این بچه‌های کوچک آدم یاد می‌گیرد که چقدر درک بالایی دارند در سنین پایین واقعاً. این اشعار مولانا را چگونه واقعاً این‌ها را تحلیل می‌کنند. تحلیل می‌کنند واقعاً، بی‌نظیر است.

آقای شهبازی: ما باید طرز فکرمان، طرز تلقی‌مان عوض بشود. اگر عوض نمی‌شود، یعنی ما اگر هنوز در همان ذهنیت هستیم که من پنجاه سالم است، این بچه ده‌ساله، دوازده‌ساله چه می‌فهمد، از این باید بیایم بیرون. و از این‌که آمدم بیرون، دوباره از ذهنیت دیگری هم که یک عده‌ای اصلاً نمی‌فهمند، بیایم بیرون. فقط من می‌فهمم، هرچه این‌ها می‌دانند من می‌دانم، اصلاً این حوزه دانستن ذهنی نیست. حوزه تأثیرپذیری است که زندگی



یا خداوند از هر وسیله‌ای، از هر وضعیتی در این لحظه استفاده می‌کند روی ما اثر سازنده بگذارد. می‌خواهد یک چیزی به ما بگوید. ما اگر گوش‌هایمان باز باشد، چشم‌هایمان باز باشد این پیغام را می‌گیریم.

شما بعضی موقع‌ها بهترین پیغام را حتی از دشمنانتان می‌گیرید، ظاهراً دشمنانتان هستند، می‌خواهند چیزهای بدی پشت‌سر شما بگویند، یک دفعه می‌بینید همان پیغام سبب تغییر شما می‌شود اگر پذیرا باشید.

ولی اگر همان‌طور که من ذهنی به‌طور قطعی قبول کرده که من عاقل‌ترین هستم، آن دیگر بسته است در را. هیچ پیشرفتی نمی‌کند. در این برنامه می‌بینید که انواع و اقسام آدم‌ها پیغام می‌دهند، بچه‌ها می‌دهند، نوجوانان می‌دهند میان‌سالان می‌دهند، آن‌هایی که سنشان یک خُرده رفته بالا آن‌ها هم می‌دهند.

پس بنابراین از همه می‌شنوید شما، ولی باید گوش باز داشته باشید که من در این لحظه چه چیزی یاد می‌گیرم، نه این‌که به چه کسی چه چیزی می‌توانم یاد بدهم. اگر بخواهم ایراد بگیرم این قضیه ایرادگیری که در ما هست راه را می‌بندد و کار را عقب می‌اندازد. بله خیلی ممنون.

خانم فخری: بله دقیقاً درست می‌فرمایید آقای شهبازی، همین‌طور که می‌فرمایید من هم یک تجربه‌ای دارم از همین مسئله که به‌قول فرمایش شما، دشمنان آدم بعضی وقت‌ها می‌شوند بهترین دوست آدم، یعنی واقعاً چیزهای خوبی به آدم یاد می‌دهند.

من یک تجربه‌ای هم دارم مثلاً در محیط کارم داشتم دوستانی که خب من را اذیت کردند، واقعاً لطمه به من زدند، آزار رساندند و خب خیلی به من صدمات جدی زدند، ولی خب آن موقع خیلی برخورد بدی با آن‌ها داشتم و ناراحت بودم از دستشان و خب دشمن واقعاً تلقی می‌کردم.

بعداً که برگشتم، بعد از این‌که حالا یک مدتی که گذشت و بعداً نشستیم حالا، بیشتر هم تأثیرات همین برنامه گنج حضور بود روی من، که من را وادار کرد که به فکر کردن که حالا چرا این‌جوری برخورد می‌کنند، بعد فهمیدم این‌ها شاید پیغامی بوده که خداوند می‌خواسته به من بدهد، یک فرستاده‌ای بودند از طرف خدا، که خدا به من بگوید تو مواظب خودت باش، تو باید فضاگشایی کنی، تو باید درست رفتار کنی، برخورد کنی، ببینی شاید می‌خواهد من را امتحان کند خدا. این است که واقعاً حالا می‌گویم دیگر خیلی چیزها یاد گرفتم و واقعاً من خیلی از شما تشکر می‌کنم. خیلی از شما ممنون هستم.

آقای شهبازی: من هم از شما ممنون هستم.



پیام قطع شد. نمی‌دانم چند دقیقه از پیام را توانستم بخوانم که بقیه‌اش را ادامه بدهم.

آقای شهنازی: من یادم نیست دیگر، ولی من به‌نظم به‌اندازه کافی صحبت کرده بودید. شما باز هم اگر مطلبی دارید، بفرمایید در عرض دو دقیقه.

آقای شیرزاد:

ممنون پدر عزیز این برای زنگ زدن خُب این مسیر خیلی مسیر مهمی است، باید توجه کنید که این بچه‌هایی که در این مسیر هستند، بگذارند کسانی که پنج، شش سال است می‌خواهند زنگ بزنند و آخر وقتی می‌خواهند پیام بدهند، خیلی ناراحت می‌شویم ما، می‌گوییم چرا نمی‌گذارید قدم اولی که باید جبران کنند که به‌نظر من برای وقت یک کم رعایت نمی‌کنند دوستانمان.

چون این برنامه را می‌خواهید هم خودتان هم دوستان عزیزی که واقعاً سطح سوادشان بالاست، از معلومات بالایی باز می‌کنند. زیاد نمی‌خواهد دیگر شعرها را بخوانند، به‌نظر من بگذارند این عزیزان تجربه‌هایشان را بگویند خیلی بهتر می‌شود. حالا خودتان هم بهتر می‌دانید. ممنون از شما استاد عزیز.

آقای شهنازی: خواهش می‌کنم.

آقای شیرزاد: برند من هم، برند من هم که همیشه می‌خوانم و با آن واقعاً سر حال می‌شوم همین بیت:

برادرم، پدرم، اصل و فصل من عشق است
که خویش عشق بماند، نه خویشی نسب

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۴۹)



۸- خانم قدسی از تهران

انشاءالله که همیشه سلامت و پرتوان باشید. با تشکر از حضرت مولانا و شما عزیز بزرگوار و تمام عزیزانی که به برنامه کمک می‌کنند.

دو سال پیش من با برنامه تماس گرفتم و ده سال است که عضو برنامه هستم و قانون جبران را برای برنامه و برای خودم هم، انجام می‌دهم. آقای مهندس از خدا می‌خواهم که همیشه به برنامه متعهد باشم و مرا از من‌ذهنی نجات بدهد.

الآن هشتاد و سه سالم هست و از برنامه و آموزش شما خیلی یاد گرفتم که خودم را با کسی مقایسه نکنم، قضاوت نکنم، به کسی کاری نداشته باشم و حواسم به خودم باشد. عیب‌های خودم را ببینم و رفع کنم. از کسی توقع ندارم، فقط خدا، فقط خدا.

**گفت پیغمبر که جنت از اله
گر همی‌خواهی، ز کس چیزی مخواه**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

**چون نخواهی، من کفیلم مر تو را
جنتُ المأوی و دیدارِ خدا**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

**مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رفو**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

این ابیات طلایی :

**تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی
خویش را بدخو و خالی می‌کنی**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)



مُتَّصِلُ چُون شد دِلَت با آن عَدَن
هین بگو مَهراس از خالی شدن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۷)

اَمَر قُل زین آمدش کای راستین
کَم نخواهد شد بگو دریاست این

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۸)

اَنْصِتُوا یعنی که آبت را به لاغ
هین تَلَف کَم کُن، که لبْخُشک است باغ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹)

ابیات طلایی دفتر پنجم بیت ۳۱۹۶ تا ۳۱۹۹.

چُون سبب‌ها رفت، بَر سَر می‌زنی
رَبِّنا و رَبِّناها می‌کُنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۵)

صبر آرد آرزو را نه شتاب
صبر کن واللهُ اَعْلَمُ بالصَّواب

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۰۰۳)

صبر کُن تا دَررسد یک مُژده‌یی زان مَه‌لِقا
صبر کُن تا رو نماید ابرِ گوهردارِ من

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۷۱)

این دو ره آمد در رَوش یا صبر یا شُکرِ نِعَم
بی شمعِ رویِ تو نتان دیدن مر این دو راه را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱)

از قَرینِ بی‌قول و گفت‌وگویِ او
خو بدزد دلِ نهان از خویِ او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)



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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

هر چه از وی شاد گردی در جهان
از فراق او بیندیش آن زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)

ز آنچه گشتی شاد، بس کس شاد شد
آخر از وی جست و، همچون باد شد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۸)

از تو هم بجهد، تو دل بر وی منه
پیش از آن کو بجهد، از وی تو بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۹)

ابیات کلیدی دفتر سوم بیت ۳۶۹۷ و ۳۶۹۹.

در پایان از جوانان و نوجوانان و کودکان عشق و همه عزیزانی که با پیام‌های معنوی خود موجب آگاهی ما می‌شوند، تشکر و قدردانی می‌کنم. آقای مهندس عزیز، از شما و همکارانتان به‌خاطر زحماتتان سپاس‌گزارم، سپاس از شما.



۹- خانم مهدیه و مادرشان از نظرآباد با سخنان آقای شهبازی

مادر مهدیه خانم: سلام آقای شهبازی، خداقوت به شما و همکارانتان. خیلی وقت بود می‌خواستم زنگ بزنم نمی‌توانستم. مهدیه دلتنگتان شده. خدا را شکر می‌کنم که امشب موفق شدم. گوشی را می‌دهم به مهدیه.

آقای شهبازی: سلام علیکم، خیلی ممنون، زحمت کشیدید.

خانم مهدیه: سلام آقای شهبازی، خدا را صدهزار مرتبه شکر و سپاس. ممنون از زحمتهایی که شما برای ما می‌کشید، از شما خیلی خیلی ممنون و سپاس‌گزارم عزیزترینم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. حالتان خوب است؟

خانم مهدیه: خدا را شکر عزیزترینم، من فقط این هفته نتوانستم چهارشنبه برنامه را درست ببینم، یک خُرده کسالت داشتم، اما خُب خدا را شکر قسمت بود که بخش دوم را توانستم ببینم. خدا را شکر.

از این همه زحمتهایی که شما برای ما می‌کشید و این غزل‌ها را می‌خوانید و بیت‌هایی که می‌خوانید، من خیلی دوست داشتم غزل‌ها را همه را می‌توانستم حفظ کنم و برای خودم بخوانم، روی خودم پیاده کنم، اما خب نمی‌شود خیلی زیاد هستند. کسی هم نیست برایم بنویسد بلافاصله.

خیلی غزلیات کُکم کرده، خیلی برایم آموزنده بوده، بیدارکننده بوده، عالی بوده، مخصوصاً این دو بیتی که هفته پیش خواندید که می‌گوید:

زآن عَوانِ مقتضی که شهوت است دل اسیرِ حرص و آز و آفت است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۴)

گفتم خدای من، ما وقتی می‌دانیم این من‌ذهنی این‌قدر برای ما دردسرساز است و زندگی ما را تبدیل به جهنم کرده، روزگار ما را سیاه کرده، چرا پس ما زودتر از خواب بیدار نمی‌شویم و این من‌ذهنی را نمی‌شناسیم و این را نمی‌اندازیمش که برویم به خداوند زنده بشویم؟

فقط اوست، همه چیز فقط اوست، اول و آخر هم فقط اوست، زندگی ما فقط اوست و خداوند برای ما کافی‌ست.

یک غزلی انتخاب کردم برای شما بخوانم، بعد از آن هم یک دو بیتی دیگر هم برای شما بخوانم و خداحافظی کنم. خیلی جالب بوده.



به نام خدا

غزلی از دیوان شمسِ مولانا از برنامه ۹۳۰ که خیلی برای من زیبا بود و خیلی هم بیدارکننده.

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

در مصرِ ما یک احمقی نک می‌فروشد یوسفی
باور نمی‌داری مرا، اینک سویِ بازار شو

بی‌چون تو را بی‌چون کند، روی تو را گلگون کند
خار از کُفت بیرون کند، و آنکه سویِ گلزار شو

مَشْنو تو هر مکر و فُسون، خون را چرا شویی به خون؟
همچون قدح شو سرنگون، و انگاه دُردی‌خوار شو

در گردشِ چوگانِ او چون گوی شو، چون گوی شو
وز بهرِ نُقلِ کرکسش، مُردار شو مردار شو

آمد ندایِ آسمان، آمد طبیبِ عاشقان
خواهی که آید پیشِ تو، بیمار شو، بیمار شو

این سینه را چون غار دان، خلوتگه آن یار دان
گر یارِ غاری، هین بیا، در غار شو، در غار شو

تو مردِ نیک ساده‌ای، زَر را به دزدان داده‌ای
خواهی بدانی دزد را، طَرّار شو، طَرّار شو



خاموش، وصف بحر و در کم گوی در دریای او خواهی که غواصی کنی، دم‌دار شو، دم‌دار شو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۳۳)

دُرِدی‌خوار: آن که ته‌نشین شراب را می‌خورد.

تُقَل: در اینجا طعمه، غذا.

یارِ غار: مجازاً دوست بسیار صمیمی.

دَم‌دار: کسی که بتواند نفس را در سینه حبس کند.

تقدیم به شما استاد عزیز و بزرگوارم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین آفرین. خانم مهدیه شما یک کمی از خودتان بگویید که چجوری شد و این‌ها که یک مدتی بینا بودید بعد نابینا شدید و این‌ها، در چه سنی؟ بعد چه شد که حالتان این‌قدر خوب شد؟

خانم مهدیه: بله، من در هشت‌سالگی بودم که بینایی‌ام را به‌مرور زمان از دست دادم. وقتی که آمدم نظرآباد دیگر اصلاً هیچ‌چیز دیگر برای من زیبا نبود، همه‌چیز برای من، اصلاً دنیا شده بود برای من عینِ جهنم. خانه‌مان برای من عینِ جهنم بود.

اصلاً هرجایی، خانه‌ای می‌رفتم انگار که بگویید می‌خواستند من را بگیرند و فقط بزنند من را. گفتم خدایا من دیگر از این دنیا خسته شدم، از این وضع و روزگاری که دارم خسته شدم.

می‌دانید که من خودم مشکل ژنتیکی دارم. این‌قدر خسته شده بودم از مریضی و از بیمارستان و از دوا و دکتر که دیگر حتی شب‌ها خوابم نمی‌برد، روزها خوابم نمی‌برد.

هر روز داخل حیاط می‌نشستم، گریه‌زاری و مثل این دیوانه‌ها ببخشیدها عریده می‌کشیدم، جیغ و داد می‌کردم. تا این‌که یک روزی آمدم داخل اتاق نشستم گفتم خدایا، یا جانم را بگیر راحت‌تر کن، یا یک راهی جلو پایم بگذار. دیگر خسته شدم، نمی‌توانم تحمل کنم.

بعد از آن که من پیاده‌روی کردم آمدم داخل اتاق، دیدم تلویزیون روشن است، گفتم بابا این تلویزیون چیست؟ تلویزیون را که دیدم بابا گفت این برنامه گنج حضور است.

گفتم ببخشید، این آقا چه کسی هستند؟ گفتند: آقای پرویز شهبازی. گفتم: ای جان! همان لحظه برنامه را شنیدم، این برنامه گذشته بود:



اگر تو عاشقی غم را رها کن عروسی بین و ماتم را رها کن

تو دریا باش و کشتی را برآنداز تو عالم باش و عالم را رها کن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

گفتم بگذار خدایا، همان لحظه شما فرمودید برای هرکسی ممکن است پیغام بیاید. همان لحظه احساس کردم که یکی آمد به من گفت مهدیه این برنامه، این برنامه است که تو را نجات می‌دهد. فکرت را، مغزت را، تمام روح و روانت را شستشو می‌دهد.

گفتم پس این را ول نمی‌کنم تا آخر عمر. تا می‌خواهم این برنامه را گوش می‌دهم. برای همین زندگی من بهشت شد دیگر. بیدار شدم، به خودم آمدم گفتم پس این برنامه دیگر همه چیز من است، زندگی من است، پس خدایا، تو هم کمکم کن، یاری‌ام بده، کمکم کن این برنامه را تا آخر عمرم ادامه بدهم.

به آرامش رسیدم، به شادی رسیدم. آقای شهبازی، این برنامه کاری کرد برای خواهرهایم عزیز شدم. حالا خواهرهایم زنگ می‌زنند می‌گویند برایم غزل بخوان. الان دیگر برای خودم، چقدر دوست‌های خوب پیدا کردم! چقدر دوست‌هایم دوست دارند فقط زنگ بزنند غزل برایشان بخوانم یا غزل برایشان بفرستم حتی!

آقای شهبازی: آفرین آفرین آفرین، خیلی موفق شدید. آفرین آفرین

خانم مهدیه: ممنون، ببخشید من می‌خواهم همیشه با این برنامه باشم. بعد این دو بیتی هم که می‌فرماید:

از خدا غیر خدا را خواستن ظن افزونی ست و، کَلّی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

و می‌گویم من هم از خدا جز خدا هیچ چیز نمی‌خواهم، فقط خودش را می‌خواهم و خودش را می‌خواهم و خودش را می‌خواهم. در این دنیا هیچ چیز دیگر برایم مهم نیست غیر از این که به خدا زنده بشوم، والسلام.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین، عالی، عالی.



خیلی خوب بود. آفرین بر خانم مهدیه. خُب مثال و نمونه بسیار بسیار خوبی‌ست برای همه اگر، بچه می‌دانید هشت، نه سال دیده، بعد چشم‌هایش را از دست داده شما دیگر تجسم کنید چه می‌شود؟

آن شخص توانسته با مولانا این قدر شاد بشود و خوش‌بخت بشود و احساس مفید بودن بکند و حتی به کسانی که حال روحی‌شان خوب نیست به آن‌ها کمک کند، یعنی همین پایداری حال و خوش بودن به دیگران کمک می‌کند. شخصی که چشم دارد، دست دارد، پا دارد، جوان است حالا همه چیز دارد حالش بد است. فقط یک یادآوری این‌که مهدیه این قدر خوشحال است، این چرا خوشحال است؟ چه چیزی خوشحالش می‌کند؟

پس خوش‌حالی و شادی و خوش‌بختی از آن چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد نمی‌آید. ما می‌آییم به این جهان به عنوان امتداد خدا که پس از یک مدتی به بی‌نهایت او زنده بشویم حالا این وسط ذهن یک چیزهایی را نشان می‌دهد از جمله:

برخی از اعضای بدنمان یا کل بدنمان حالا یک نقصی این بدن داشته باشد به کجا برمی‌خورد؟ چرا علت می‌شود که بعضی‌ها ناخوش‌بخت بشوند؟ برای این که در سبب‌سازی من‌ذهنی هستند، برای این‌که فکر می‌کنند اگر این را نداشته باشند بدبخت می‌شوند. پس بپرس اگر آن‌هایی که آن را دارند پس چرا بدبخت‌اند؟

پس یک چیز بزرگی را ما از دست می‌دهیم وقتی که سبب خوش‌بختی را در ذهنمان جست‌وجو می‌کنیم. هر چیزی که ذهن نشان می‌دهد ممکن است لازم باشد، خوب باشد ولی نبودنش یک موقعی نباید سبب حس بدبختی بشود.



۱۱- خانم نرگس و دخترشان خانم رها از بندرعباس

من ده سال است که برنامه شما را می‌بینم، گوش می‌دهم و در این ده سال واقعاً تأثیر گذاشته. البته یک مقدار هیجان زده‌ام.

آقای شهنازی: یک نفس عمیق بکشید.

خانم نرگس: برای اولین بار است که دارم تماس می‌گیرم خدمتتان. عرض کنم به حضورتان که ده سال است که برنامه‌تان را نگاه می‌کنم. واقعاً تأثیرگذار بوده در زندگی‌ام. تمام ترس‌هایم خدا را شکر رفته، منیتم خیلی کم‌تر شده.

واقعاً آدمی بودم که خیلی کنترل‌گر بودم. آرامش نداشتم. خوابم درست نبود و خیلی، خدا را شکر خیلی تغییر کردم.

ترس از تنهایی داشتم خیلی زیاد. همه‌اش کابوس می‌دیدم. یعنی جوری بود که من تلویزیون را روشن می‌گذاشتم، چراغ‌ها را روشن می‌گذاشتم. نمی‌توانستم تنها بمانم در خانه واقعاً.

واقعاً شما ما را نجات دادید. این برنامه را آجی عزیزم اوّل آشنا شده بود. طاهره جان و رها را فکر کنم خیلی کلیپ‌هایشان را می‌فرستند.

آقای شهنازی: بله، بله خانم رها. آفرین.

خانم نرگس: بله، من از طریق ایشان آشنا شدم و قانون جبران را رعایت کردم هر ماه. واقعاً تأثیرگذار بود و هم‌چنان دارم ادامه می‌دهم.

فقط می‌خواهم بگویم بینندگان عزیز واقعاً ناامید نشوید. این برنامه واقعاً شفا بخش است. تمام بیماری‌ها را شفا می‌دهد به نظر من. من که واقعاً نتیجه گرفتم. خدا را شاکرم که خیلی تأثیر گذاشته، جناب مهندس. واقعاً خدا را شکر خیلی آرامش دارم.

آقای شهنازی: چه خوب. آفرین، آفرین.

خانم نرگس: سلامت باشید. من گوشه‌ای را می‌دهم برای رها که صحبت کنند.

آقای شهنازی: خیلی ممنون.



خانم نرگس: خیلی خوشحال شدم. ممنون از تمام زحماتتان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم ممنون از شما.

خانم نرگس: خواهش می‌کنم. گوشی حضورتان.

خانم رها: الو سلام آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله، سلام خانم رها. خوب هستید؟

خانم رها: بله، شما خوب هستید؟

آقای شهبازی: بله، من هم خویم. بگویید الان چند سالتان شده؟

خانم رها: ده.

آقای شهبازی: ده سال. آفرین، آفرین. خیلی خب بفرمایید.

خانم رها:

شیرین چو شکر تو باش شاکر
شاکر هر دم شکر ستاند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.



من مهرسا هستم، شش سال دارم از کرج.

آقای شهبازی: به به! آفرین، آفرین، بفرمایید.

خانم مهرسا: می‌خواهم برایتان یک شعر بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

خانم مهرسا:

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

لیلی زیبا را نگر، خوش طالب مجنون شده
و آن کهربای روح بین در جذب هر گاه آمده
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۷۹)

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

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

اگر تو عاشقی غم را رها کن
عروسی بین و ماتم را رها کن

تو دریا باش و کشتی را برانداز
تو عالم باش و عالم را رها کن



(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۰۵)

نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي رَسِيدَهُ اسْت
غَم بِيَشْ وَ غَم كَم رَا رَهَا كُن

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۰۵)

عشق برد جوبه جو تا لب دریای هو
کهنه خران را بگو آسکی ببع کِمَدَه وَر

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۵)

آقای شهبازی: آفرین.

خانم مهرسا: خدا حافظ آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنونم، خیلی زیبا، خیلی. یک بار دیگر سنتان را بگویید.

خانم مهرسا: شش سال دارم.

آقای شهبازی: شش سالتان است، آفرین. واقعاً ما می‌گوییم شما چه کسی هستید؟ از کجا رسیدید؟ بله ممنونم، خیلی زیبا. خب مادرتان اگر می‌خواهند صحبت کنند بدهید صحبت کنند.

آقای شهبازی: سپاس از شما واقعاً، که این همه زحمت می‌کشید و به کودک عشقتان این‌ها را یاد می‌دهید و واقعاً شعری که ایشان خواندند باید از ایشان بپرسیم، شما از کجا رسیدید؟ از مهرسا نمی‌پرسید؟ این غزل در مورد خود تو است.

مادر خانم مهرسا: بله، ایشان خودشان هم می‌گویند، از او بپرسیم؟

آقای شهبازی: نه بپرسید، منظورم این است که از او، می‌گوید: «این کیست، این این کیست این» ما هم می‌پرسیم واقعاً این مهرسا کیست؟ از کجا رسیده؟

مادر خانم مهرسا: واقعاً «این نور الهی ست این، از پیش الله آمده».

آقای شهبازی: واقعاً هم همین‌طور است.

مادر خانم مهرسا: آقای شهبازی از سه سالگی واقعاً شعر می‌خواند مهرسا، از سه سالگی. من اصلاً قصد یاد دادن به او نداشتم، به مهرسا قصد یاد دادن شعر نداشتم. چهار سال است من با برنامه آشنا شدم، بعد من غزل‌ها را



می‌خواندم، می‌نشست، یک‌بار هم خدمتتان عرض کردم این را، در آشپزخانه مشغول کار بودم، بعد یک بیتی را می‌خواندم دیدم او دارد بازی می‌کند، مهرسا پشت‌بند من این بیت را تکرار کرد و دیدم بیت‌های بعدی.

بعد دیدم این بچه انگار پتانسیل این را دارد، خودش این‌ها را یاد گرفته بهتر از من می‌خواند. و آن موقع بود که من واقعاً گفتم او معلّم من است. آن قدر قشنگ، چون من این بیت‌ها را می‌خواند خیلی حالم دگرگون می‌شود، خیلی حالم عوض می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین. این همان موردی است که می‌گوییم ما می‌توانیم از بچه‌هایمان یاد بگیریم. بچه وقتی بچه عشقی باشد آتش‌فشان معناست. واقعاً! شما دیگر خیالتان راحت است که این بچه بیش‌ازحد من‌ذهنی نخواهد داشت. ایشان جهان‌فرم را می‌شناسد، چیزها را می‌شناسد، هشیاری جسمی به‌وجود می‌آورد ولی نه بیش‌ازحد. این عشق است که تنظیم می‌کند. یعنی این وصل بودن با خدا، به زندگی بگوییم، این بالانس و توازن را حفظ می‌کند. توازن را آن نیرو و آن آگاهی حفظ می‌کند. ما می‌خواهیم توازن را با نظم من‌ذهنی‌مان حفظ کنیم. من‌ذهنی‌مان نمی‌تواند توازن و به‌اصطلاح آن ترازو را حفظ کند، به‌هم می‌ریزد.

چون من‌ذهنی دائماً «ظنّ افزونی» دارد، هرچه بیش‌تر بهتر دارد، درنتیجه توازن به‌هم ریخته می‌شود. ما بچه‌هایمان را تربیت می‌کنیم با من‌ذهنی بسیار قوی. به‌طوری که در ده‌سالگی شروع می‌کنند به غصه خوردن، دیگر آن بازی و آن شوخی و، نمی‌دانم آن به‌قول شما پتانسیل زنده شدن به زندگی کور می‌شود. بله بفرمایید، ببخشید.

مادر خانم مهرسا: دقیقاً همین‌جوری است آقای شهبازی. من این‌چنین تجربه‌ای در زندگی شخصی‌ام دارم. یک پسر بیست‌ساله دارم و مهرسا که شش سال دارد. مهرسا را چهار سال است با برنامه آشنا شدم، خدا را شکر، مهرسا تقریباً با عشق آشنا شده، با برنامه وقتی من آشنا شدم.

ولی پسر را با من‌ذهنی بزرگش کردم. و فرق این دوتا واقعاً در زندگی من مشهود است و ملموس است، این بچه با آن بچه. و پسر یک وقت‌هایی به من پرخاش می‌کند، یک وقت‌هایی تندی می‌کند، من اصلاً ناراحت نمی‌شوم، اصلاً به خودم نمی‌گیرم چون می‌گویم خُب من خودم با درد این بچه را بزرگش کردم.

آن موقع درد داشتم و آن درد تزریق شده به بچه و زمان می‌برد که من تغییر کنم و این بچه من هم تغییر کند. و این بزرگ شده و دیگر مثل مهرسا نیست. و این دوتا تغییراتشان واقعاً ملموس است در زندگی‌ام. خیلی مهم است.



«عجب بختی»، بیت برندمان (Brand) را گفتید آقای شهبازی، من هم بخوانم این را:

عجب بختی که رو بنمود ناگاهان هزاران شکر ز معشوق لطیف اوصاف خوب بوالعجب ما را

در آن مجلس که گردان کرد از لطف او صراحی‌ها گران‌قدر و سبک‌دل شد دل و جان از طرب ما را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱)

آقای شهبازی فرمودید از تغییراتتان بگویید، من هم واقعاً نمی‌دانم چه تغییری کردم؟ نمی‌دانم حالا من ذهنی‌ام چقدر کوچک شده، کجا هستم، «مدانید که چندید»، ولی همین قدر که حالم خیلی خوب است خدا را شکر، به لطف شما، به لطف این برنامه، به لطف مولانا، باید هر لحظه سپاس‌گزار زندگی باشیم که واقعاً، عجب بختی رو بنمود به ما ناگاهان هزاران شکر. و این‌که خدا را شکر حالم خوب است، آواز می‌خوانم، کلاس آواز می‌روم، غزل‌های مولانا را با آواز می‌خوانم.

و این‌که یک بیت مولانا امروز، راجع به این می‌خواهم صحبت کنم، می‌خواهم صحبت‌هایم یک‌خنده طولانی نشود. آقای شهبازی یک بیت مولانا باعث شد که من سبک تغذیه‌ام را عوض کردم. بعد سبک تغذیه‌ام را کلاً عوض کردم و پانزده کیلو کاهش وزن داشتم.

من حدود بیست کیلو اضافه وزن داشتم، پانزده کیلو کاهش وزن داشتم در این مدت و این‌که حالم خیلی خوب شده، سبک شدم. این بیت مولانا واقعاً باعث تغییر من در سبک غذایی‌ام شد و فکر کنم که من، فکر کردم به این‌که واقعاً یک فکر عمیق که، این مولانا اگر این بیت را گفته، به یک جنبه از زندگی ما مربوط است. گفته:

قُوتِ اصْلِیِّ بشر، نورِ خداست قوتِ حیوانیِ مر او را ناسزا است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۳)

این‌جا مولانا می‌گوید که این قوت حیوانی، منظور این‌که قوت، همین این غذای همانندگی‌ها است که ما همانند می‌شویم با انسان‌ها، چیزها، باورها و از این‌ها هویت می‌خواهیم؛ یک جنبه این بیت به این برمی‌گردد و یک جنبه این است که غذای، همین قوت، غذایمان را می‌گوید.



به خوراک غذا می‌گوییم، خوراک حیوانی برای انسان ناشایست است. و من با این بیت زندگی‌ام را تغییر دادم و گیاه‌خوار شدم، از گوشت‌خواری رهایی پیدا کردم، از غذاهای ناسالم، و کاهش وزن داشتم. و خیلی این‌جا ابیات زیادی نوشتم در این مورد، من واقعاً برداشت من از این ابیات این بوده و سبک زندگی‌ام را تغییر داده. که این مولانا می‌گوید:

وز قِرانِ سبزه‌ها با آدمی دلخوشی و بی‌غمی و خرّمی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۹۵)

و این‌ها واقعاً در زندگی من و در من مشهود شده، «دلخوشی و بی‌غمی و خرّمی».

می‌گوید:

چون قِرانِ مرد و زن، زاید بشر وز قِرانِ سنگ و آهن، شد شرّ

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۹۳)

وز قِرانِ خاک با باران‌ها میوه‌ها و سبزه و ریحان‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۹۴)

وز قِرانِ سبزه‌ها با آدمی دلخوشی و بی‌غمی و خرّمی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۹۵)

وز قِرانِ خرّمی با جانِ ما می‌بزاید خوبی و احسانِ ما

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۹۶)

قابلِ خوردن شود اجسامِ ما چون بر آید از تَفَرُّج، کامِ ما

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۹۷)



بعد ابیات زیادی نوشتم آقای شهبازی در این مورد تغذیه، و این ابیات باعث شد من تغذیه‌ام را، سبک تغذیه‌ام را عوض کردم. می‌گویند:

معدۀ را خُو کن بدان ریحان و گُل تا بیایی حکمت و قوتِ رُسُل

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۵)

این‌جا مولانا می‌گوید، برداشت من این‌جوری است، می‌گویند، «قوتِ رُسُل»، غذای پیامبران، فرستادگان خدا، ریحان و گُل است. گل همان یعنی همان میوه‌ها که اول گل هستند، بعد به‌صورت شکوفه هستند و بعد تبدیل به میوه می‌شوند.

معدۀ را خُو کن بدان ریحان و گُل تا بیایی حکمت و قوتِ رُسُل

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۵)

خویِ معدۀ زین که و جو باز کن خوردنِ ریحان و گُل آغاز کن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۶)

معدۀ تن، سوی کِهْدان می‌کشد معدۀ دل سوی ریحان می‌کشد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۷)

هر که کاه و جو خورد، قربان شود هر که نورِ حق خورد، قرآن شود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۸)

بیت ۲۴۷۸ از دفتر پنجم مثنوی بود این ابیات. بعد دوباره بیتهای از دفتر چهارم هم نوشتم،

زین خورش‌ها اندک اندک باز بُر کین غذایِ خَر بُود، نه آن حُر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۵۶)



تا غذای اصل را قابل شوی
لقمه‌های نور را آکل شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۵۷)

عکس آن نورست، کین نان نان شده‌ست
فیض آن جان‌ست، کین جان جان شده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۵۸)

چون خوری یک بار از ماکول نور
خاک ریزی بر سر نان و تنور

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۵۹)

دفتر چهارم بیت ۱۹۵۶ تا ۱۹۵۹.

می‌گوید، «چون خوری یک بار از ماکول نور»، من برداشتم این‌جوری است که این غذای نور که، میوه‌ها، سبزی‌ها، همه این گیاهان کلاً با نور خورشید پخته می‌شوند، این را می‌گوید اگر بخوری یک لقمه از این ماکول نور، «خاک ریزی بر سر نان تنور». بعد،

قوت اصلی را فراموش کرده است
روی، در قوت مرض آورده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۱)

نُوش را بگذاشته، سَم خورده است
قُوتِ علّت را چو چَرِبِش کرده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۲)

قُوتِ اصلیِ بشر، نورِ خداست
قوتِ حیوانی مر او را ناسزا است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۳)



دفتر دوم بیت ۱۰۸۱. بعد آقای شهبازی از شاهنامه هم، از شاهنامه جناب فردوسی هم چند بیتی نوشته‌ام، راجع به داستان ضحاک است که این‌جا هم به خوراک انسان اشاره شده. اگر وقت دارم این را بخوانم اگر نیست برای هفته‌های آینده ان‌شاءالله بخوانم.

آقای شهبازی: می‌خواهید بخوانید حالا اسم شاهنامه هم آمد.

مادر خانم مهرسا: بخوانم؟

آقای شهبازی: بله. دو، سه بیت است، می‌دانم طولانی نیست، چند بیت آن‌جا هست. خلاصه‌اش را اگر بخوانید، همان‌جایی است که می‌گوید، شیطان به صورت آشپز ظاهر شد. بله بفرمایید.

مادر خانم مهرسا: این‌جا می‌گوید که، ضحاک ابتدا می‌گوید:

یکی مرد بود اندر آن روزگار
ز دشت سواران نیزه گذار

گرانمایه هم شاه و هم نیک مرد
ز ترس جهاندار با باد سرد

که مرداس نام گرانمایه بود
به داد و دهش برترین پایه بود

پسر بد مر این پاکدل را یکی
کش از مهر بهره نبود اندکی

جهانجوی را نام ضحاک بود
دلیر و سبکسار و ناپاک بود

چنان بد که ابلیس روزی پگاه
بیامد به سان یکی نیک‌خواه



دل مهتر از راه نیکی ببرد
جوان گوش گفتار او را سپرد

بدو گفت پیمان‌ت خواهم نخست
پس آنگه سخن برگشایم درست

جوان نیک‌دل گشت فرمانش کرد
چنان چون بفرمود سوگند خورد

که راز تو با کس نگویم ز بن
ز تو بشنوم هر چه گویی سخن

بدو گفت جز تو کسی کدخدای
چه باید همی با تو اندر سرای

چو ضحاک بشنید اندیشه کرد
ز خون پدر شد دلش پر ز درد

به ابلیس گفت این سزاوار نیست
دگر گوی کاین از در کار نیست

بدو گفت گر بگذری زین سخن
بتابی ز سوگند و پیمان من

(فردوسی، شاهنامه)

آقای شهبازی این‌جا می‌گوید، مرداس پدر ضحاک بود. بعد ابلیس آمد و با او یک پیمانی بست و او را به اصطلاح فریب داد که همان نماد من‌ذهنی است. این‌جا مرداس که اسم پدر او بود، نماد هشجاری ضحاک است. بعد ضحاک، یعنی ابتدا مرد نیک‌سرشتی بوده، ترس از جهاندار داشته، داد و دهش می‌کرده است.



یعنی همانندگی‌هایش را می‌داده و یک انسان نیکی بوده که ابلیس بر او سایه‌اش را می‌اندازد و به او می‌گوید که پدرت را باید بکشی، که همان هشیاری حضور او بود باید بکشی. بعد ایشان می‌گویند که من نمی‌توانم این کار را بکنم.

بعد یک چاهی می‌کند ابلیس برای پدر ضحاک که ایشان می‌گوید:

مر آن پادشا را در اندر سرای
یکی بوستان بود بس دلگشای

گرانمایه شبگیر برخاستی
ز بهر پرستش بیاراستی

سر و تن بشستی نهفته به باغ
پرستنده با او ببردی چراغ

بیاورد وارونه ابلیس بند
یکی ژرف چاهی به ره بر بکند

پس ابلیس وارونه آن ژرف چاه
به خاشاک پوشید و بسترد راه

به چاه اندر افتاد و بشکست پست
شد آن نیک‌دل مرد یزدان‌پرست

آقای شهنازی: بله، شما قرار بود که، می‌فهمم این طولانی است، قرار بود که شیطان دوباره به‌صورت خالی‌گر یا آشپز می‌آید، آن‌جا را بخوانید. به‌نظرم منظورتان آن بود درست است؟

مادر خانم مهرسا: بله، بله، بعد از این‌که پدرش را می‌کشد، دوباره ابلیس، بله این‌جا را می‌خوانم:



چو ابلیس پیوسته دید آن سخن
یکی بند بد را نو افگند بن

بدو گفت گر سوی من تافتی
ز گیتی همه کام دل یافتی

اگر همچنین نیز پیمان کنی
نیچی ز گفتار و فرمان کنی

«جوانی برآراست از خویشتن»، این دفعه ابلیس یک فنّ دیگری به ضحاک می‌زند:

جوانی برآراست از خویشتن
سخنگوی و بینا دل و رایزن

همیدون به ضحاک بنهاد روی
نبودش به جز آفرین گفت و گوی

بدو گفت اگر شاه را در خورم
یکی نامور پاک خوالیگرم

چو بشنید ضحاک بنواختش
ز بهر خورش جایگه ساختش

کلید خورش خانه پادشا
بدو داد دستور فرمانروا

فراوان نبود آن زمان پرورش
که کمتر بد از خوردنی‌ها خورش



ز هر گوشت از مرغ و از چارپای
خورشگر بیاورد یک یک به جای

به خویشش بپرورد بر سان شیر
بدان تا کند پادشا را دلیر

سخن هر چه گویدش فرمان کند
به فرمان او دل گروگان کند

آمد به عنوان یک آشپز، از خودش کلید آشپزخانه ضحاک را گرفت و برای او غذاهایی پخت. ابتدا می‌گوید:

خورش زرده خایه دادش نخست
بدان داشتش یک زمان تندرست

می‌گوید، ابتدا برای او تخم مرغ داد.

بخورد و بر او آفرین کرد سخت
مزه یافت خواندش ورا نیک‌بخت

چنین گفت ابلیس نیرنگ‌ساز
که شادان زی ای شاه گردنفرز

که فردات از آن گونه سازم خورش
کز او باشدت سربه‌سر پرورش

برفت و همه شب سگالش گرفت
که فردا ز خوردن چه سازد شگفت

خورش‌ها ز کبک و تذرو سپید
بسازید و آمد دلی پر امید



شه تازیان چون به نان دست برد
سر کم خرد مهر او را سپرد

سیم روز خوان را به مرغ و بره
بیاراستش گونه گون یک سره

به روز چهارم چو بنهاد خوان
خورش ساخت از پشت گاو جوان

بدو اندرون زعفران و گلاب
همان سالخورده می و مشک ناب

چو ضحاک دست اندر آورد و خورد
شگفت آمدش زان هشیوار مرد

بدو گفت بنگر که از آرزوی
چه خواهی بگو با من ای نیک‌خوی

(فردوسی، شاهنامه)

مادر خانم مهرسا: آقای شهبازی خیلی طولانی است.

آقای شهبازی: بله، بله، اجازه بدهید به همین جا بسنده کنیم.

مادر خانم مهرسا: اول به او تخم مرغ داد، بعد گوشت.

آقای شهبازی: بله همین گوشت‌ها را می‌خواستیم، من هم فکر کردم این‌جا را می‌خواهید بخوانید. خب پس همین خلاصه کنیم بقیه را و مردم می‌روند می‌خوانند که داستان ضحاک را بخوانند، متوجه می‌شوند که شیطان به صورت آشپز آمده و خب غذاهای گوشتی به او داده بله. شما این را می‌خواستید بگویید. درست است؟

مادر خانم مهرسا: بله دقیقاً.



آقای شهبازی: خیلی خب، بعدش هم دیگر اگر اجازه بدهید.

مادر خانم مهرسا: بعد می‌گوید:

از آن پس برآمد ز ایران خروش
پدید آمد از هر سوی جنگ و جوش

سیه گشت رخشنده روز سپید
گسستند پیوند از جمشید

بر او تیره شد فرّه ایزدی
به کژی گرایید و نابخردی

(فردوسی، شاهنامه)

می‌گوید همین ایران که نماد همین جسم انسان است دیگر، می‌گوید انسان که افراط می‌کند در گوشت‌خواری و این‌ها، انواع بیماری‌ها به او غالب شده، که وقتی انسان اولیه اول گیاه‌خوار بوده، انسان‌های باستانی، و فردوسی هم به همین اشاره می‌کند، منظور از طرح این داستان است.

می‌گوید که ضحاک ابتدا اصلاً یک مرد نیک‌سرشتی بوده که شیطان اول آمد هشیاری‌اش را کُشت و بعد به‌عنوان آشپز او شد به او گوشت را خوراند، چون مزه آن خوشش آمد، بعد می‌گوید دو مار از دوشش روئید و آمد.

بعد می‌گوید که در ایران، که نماد همان جسم انسان است، که جنگ و خروش و انسان سنگ‌دل می‌شود و جنگ‌جو می‌شود و ستیزه‌جو می‌شود. من برداشتم این است آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی خب.

مادر خانم مهرسا: خیلی ممنون و انشالله که همه دوستان بروند، البته من توصیه‌ام این است بروند مطالعه بکنند. ببخشید طولانی شد.

آقای شهبازی: خب حالا به همین جا بَسَنده کنیم، بله خیلی هم طولانی شد. حالا به احترام فردوسی گذاشتم شما حرف بزنید، امیدوارم بینندگانمان ببخشند. من دیگر با شما خداحافظی می‌کنم.



ابیاتی خانم هدیه خواندند از شیراز در مورد تنهایی انسان بود، هم بسیار زیبا بود و هم با لذت خواندند. این بود که زمانی قضا و قدر چنین می‌خواهد که ما از خلق جدا کند یا خلق را از ما دور کند.

بسیار در پرورش روح ما مهم است و بسیار بسیار به پختگی ما در زندگی کمک می‌کند. ولی اگر واقعاً یاری آن یگانه نیروی توان‌بخش نباشد تحمل آن بسیار سخت است.

ریاضت عمل بسیار سختی است ولی اگر اجباری برای انسان پیش بیاید دست یاری حضرت دوست هم پشت سر ماست و آنچه بنده تجربه کردم از این نمونه بود. واقعاً نمی‌دانم اگر برایم پیش نیامده بود چه می‌شد و اکنون چگونه آدمی بودم. ولی این‌که برایم اتفاق افتاد یکی از بزرگترین الطاف حضرت حق بود.

اگرچه در ظاهر بسیار سخت بود، ولی به خدا قسم خداوند لذتی در آن قرار می‌دهد، لذتی در همان تحمل رفتارهای غیرانسانی، غیردوستانه‌ای که آشنایان با تو، با انسان دارند، که بالاترین لذت دنیایی است. مولا علی می‌فرماید «بزرگ‌ترین لذت، لذت گذشتن از لذت‌هاست».

بزرگ‌ترین لذت، لذت گذشتن از لذت‌هاست، و من این لذت را تجربه کردم.

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

واقعاً اندیشه مولانا در نوشتن مثنوی و غزلیات شمس قابل ستایش است. که این بزرگوار تجارب عرفانی خود را به زیباترین صورت به آدم‌ها تقدیم کرده.

زمانی که قضا و قدر می‌خواهد انسان را از خواب ذهن بیدار کند و هم‌هویتی‌هایش را به او نشان دهد، یعنی زمان و مکان را از او بگیرد و آدم‌هایی که گرفتار زمان و مکان هستند از او جدا کند، اتفاقی برای او پیش می‌آورد. اتفاق به ظاهر بد.

بد بودنش از نگاه ذهن است و من‌ذهنی. ولی آدمی که این اتفاق برایش می‌افتد به حکمت پروردگاری آن را بد نمی‌بیند. البته ممکن است آدم اول استقامت نشان بدهد ولی یواش‌یواش چشم بیداری‌اش باز می‌شود. و آن صورت سکه را می‌بیند.



وقتی چهره‌های پنهان آشنایان و دوستان و مردم برایش آشکار می‌شود، به اهمیت موضوع پی می‌برد. و گویی تازه آگاه می‌شود که به‌وسیله همین اتفاق به‌ظاهر بد دارد به چه آگاهی‌ها و واقعیت‌هایی پشت پرده پی می‌برد و لذت دیدن این دشمنان به‌ظاهر دوست برای او خیلی اهمیت دارد.

و با این تجربه‌ای که عملی از این موضوع داشتیم عرض می‌کنم که مولانا با آگاهی تمام می‌گوید که

ور ریاضت آیدت بی‌اختیار سر بینه، شکرانه ده، ای کامیار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۷)

آن‌قدر ریاضت اجباری مهم است که می‌توانم عرض کنم که یکی از بزرگ‌ترین عنایت پروردگار است. و در مقابلش ریاضت اختیاری است که خیلی سخت و ناممکن است. مثل ریاضت شیخ محمد سررزی، که در مثنوی از او یاد شده.

واقعاً سخت است که انسان به آن بینشی برسد که خودش خود را در موقعیت ریاضت قرار بدهد. و شاید هرکسی مرد چنین زحمت و محرومیتی نباشد. و مسئله دیگرش این است که انسان به آن یقین برسد که لازم است مثلاً چند ماه و چند سال خودش را ریاضت بدهد.

ریاضت برای سرکوبی نفس انسان بسیار واجب است، البته به فرمایش بزرگان.

انشاءالله این ابیات مولانا وقتی عملاً آن را تجربه می‌کنیم لذتی می‌بریم که مگو و می‌پرس. و آن زمان ارزش مولانای بزرگ و ارزش کار خود ما هم برایمان روشن می‌شود.

آن رفت کز رنج و غمان، خم داده بودم چون کمان بود این تنم چون استخوان در دست هر سگ‌ساره‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۳۹)

ابیاتی مولانا دارد که بسیار کمک‌کننده است و ما تا تجربه نکردیم ساده می‌گیریم.

انصتوا را گوش کن، خاموش باش چون زبان حق نگشتی، گوش باش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)



حق قدم بر وی نهد از لامکان آنگه او ساکن شود از کُن فکان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱)

اگر ما این ابیات را تجربه بکنیم و با عجله به دنبال حقایق دیگر بگردیم شامل آن بیت مولانا می‌شویم که،

در میان روز گفتن: روز کو؟ خویش رسوا کردن است ای روز جو؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۴)

این خورشید حقایق است. اگر در ذهن ما حضرت حق پا بگذارد دیگر به ذهن ما خطور نمی‌کند که ما ناحق بکنیم. و اگر ناحق می‌کنیم و حقی که بر دمه ما است انجام نمی‌دهیم شامل همان بیتی می‌شویم که

در میان روز گفتن: روز کو؟ خویش رسوا کردن است ای روز جو؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۴)

چون من الآن اظهار می‌کنم که حضرت حق در ذهن من پا گذاشته، اگر گذاشته پس دیگر ناحق کردن من نادیدن روز است با این‌که من در روز قرار دارم.

در حقیقت خودم دارم حقیقت را می‌گویم ولی عملاً انجام نمی‌دهم.

◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇



جناب مولانا در دفتر سوم بیت ۸۳۹ دارند که

جهد بی توفیق خود کس را مباد در جهان والله اعلم بالسداد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۹)

الهی که در این جهان کسی گرفتار تلاش بیهوده نشود و خداوند به راستی دانایتر است. ممکن است که ما انسان‌ها در این دام جهد بی‌توفیق بیفتیم. درست است که جناب مولانا می‌گوید: «جهد کن تا این طلب افزون شود»، اما جهدی که من‌ذهنی براساس طرح و نظم و سرعت خود می‌خواهد انجام بدهد، خون به خون شستن است و کاری انجام نمی‌شود. پس می‌گویند که فضای گشوده‌شده است که بهتر می‌داند و طلب را افزون می‌کند.

در برنامه ۹۳۳ دارند که «از همان جا که رسد درد، همان جاست دوا»، گاهی اصلاً توجه نمی‌کنیم که عامل درد از چیست و نسبت به این بی‌توجهیم که عامل هرچه هست را باید بی‌قید و شرط رها کنیم و از همین رهایی، او شفا می‌دهد، یعنی هوشیاری روانه به سمت ذهن نمی‌شود. درواقع ادامه دادن به عامل دردساز موجب می‌شود که درد، هوشیاری و خردی که زندگی با قرین شدن به ما ارتعاش می‌کند را بدزد.

استاد شهبازی می‌گویند بعد از گذشت تقریباً سه سال از دیدن برنامه امکان این هست که ترازوی حضور غلبه بر هوشیاری جسمی کند ولی اگر این‌گونه نیست و حضور جسمی هنوز غالب است، امکان دارد ما در دردهای مختلف من‌ذهنی مانده‌ایم که جهدمان همراه با همانیدگی یا من‌ذهنی است و هشیاری که از زندگی ارتعاش می‌شود روزنی برای ورود پیدا نمی‌کند.

زندگی می‌گوید او از راه خوشی می‌آید یعنی ما باید شاد شویم و راضی شویم. در این وضعیت است که زندگی می‌تواند به ما کمک کند و امکان تغییر و کارکردن بر روی ما امکان پذیر است چراکه شادی و خوشی از فضاگشایی و عدم‌کردن مرکز می‌آید و ما کارگاه حق شده‌ایم.

درحالی‌که جهد بدون قبول مسئولیت برای حفظ ترازو و آینه بی‌توفیق است، یعنی جهدی است که در آن عمل نیست و من‌ذهنی به‌جای زندگی اختیار را به‌دست گرفته است. حالا جناب مولانا درجایی دیگر دارند که

گر رسیدی مستی‌ای بی جهد تو حفظ کردی ساقی جان، عهد تو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۸)



می‌گوید اگر مستی بدون جهد من‌ذهنی تو، بدون دخالت دانستن تو، به تو برسد، زندگی این را برای تو حفظ می‌کند یعنی هیچ‌گاه ارتباط ما با زندگی قطع نمی‌شود. چرا قطع نمی‌شود؟ چون ما زندگی را از هرچه که ذهن نشان می‌دهد، نمی‌خواهیم و ذهن را رها کرده‌ایم و تنها با ناظر شدن بر ذهن به زندگی پناه می‌بریم.

می‌گویند که از چیزها زندگی را مخواه، چراکه ما عشق به چیزها پیدا می‌کنیم و این محبت، چشم عدم‌بین و گوش عدم‌شنو را کور و کر می‌کند و صدای زندگی که می‌گوید: «من هستم که کار می‌کنم و نه تو»، را نمی‌شنویم و با این جهد بیهوده ممکن است درگیر ناامیدی شویم، دست از طلب برداریم و همین‌طور درگیر بازگشت به حالت قبل که جناب مولانا می‌گویند «نُکس» شویم و ترازو برهم بخورد و پاداشی هم نمی‌گیریم.

درجای دیگر جناب مولانا می‌گویند:

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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

با کاهلی ما در من‌ذهنی می‌بینیم که مدام در زیر درد هستیم و هوشیاری این‌قدر ضعیف شده که همه ابعاد ما را دربرگرفته است و ما در جبر من‌ذهنی فرو رفته‌ایم و تشخیص‌رهایی و شناسایی را نمی‌دهیم یعنی این جریان مدت‌ها به طول می‌انجامد تا سرِ ما به دیوار بلا بخورد. کارکردن با همین کاهلی من‌ذهنی جهد بی‌توفیق را در ما به همراه دارد که شکر و صبر از ما می‌رود.



در برنامه ۹۳۳ سه بیت بسیار قدرتمند نظم را جلب کردند.

این ابیات چنان ارتعاش قدرتمندی دارند که با یادآوری و تکرار آنها، شهادت و اقتدار زندگی در درون شروع به ارتعاش می‌کند.

ابیاتی که در صورت عمل به آنها می‌توانیم «حیدروار» با تکیه بر قدرت الهی، همانندگی‌هایمان را بی‌واهمه بیندازیم.

وقت آن آمد که حیدروار من
مُلک گیرم، یا پردازم بدن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۲)

برجهید و بانگ برزد کای کیا
حاضرَم، اینک اگر مردی بیا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۳)

در زمان بشکست ز آواز، آن طلسم
ز هر می‌ریزد هر سو قسم قسم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۴)

حیدر: شیر، لقب حضرت علی(ع).

پردازم بدن: یعنی جانم را از دست بدهم.

این سه جواهر از دفتر سوم، از دل حکایتی بسیار آموزنده و کاربردی بیرون کشیده شده‌اند.

حکایت مسجدِ مهمان‌کش:

حکایتی از مردی عارف که در مسیر سلوک و زنده شدن به زندگی، از بانگ تهدیدات نفس و القائات و سوسه‌گران دلسرد نشده، بیمی به خود راه نمی‌دهد و در نهایت به گنج حضور دسترسی پیدا می‌کند.

هر یک از ما می‌توانیم در زندگی خود، از این داستان الگوبرداری کرده و مانند آن مرد عمل کنیم.



داستان از این قرار است:

در اطراف شهر ری مسجدی بود که هر کس شبانه به آن مسجد می‌رفت، با شنیدن صداهای هولناک، از ترس درجا می‌مُرد.

مردم حومه از این مسجد بسیار بیمناک بودند. تا این‌که شبی، مردی غریب از راه رسیده و بی‌واهمه از کشته‌شدن، سراغ آن مسجد را می‌گیرد.

آن مرد باوجود مخالفت‌های مردم آن حوالی، درنهایت با اطمینان کامل، شبانه وارد آن مسجد می‌شود. در آن‌جا دراز می‌کشد تا چرتی بزند، که ناگهان صدای هولناکی چند بار به گوشش می‌رسد. صدایی تهدیدآمیز که تو کشته خواهی شد.

آن مرد نه‌تنها از این بانگ نترسید، بلکه خوشحال هم بود. از این جهت، با اطمینان خاطر بلند شد و فریاد زد که من نمی‌ترسم و آماده‌مرگم.

در همان لحظه بر اثر نعره‌جانانه او، طلسم آن مسجدِ مهمان‌کش شکسته و از هر طرف انبوهی از طلا به‌سوی او سرازیر شد.

مسجد، سمبل فضای درون ما انسان‌ها، و شب می‌تواند سمبل شبِ ذهن باشد، و زرِ سمبلِ رزق معنوی. در شبِ تاریکِ ذهن، زمانی که نعره‌سهمگین ترس و ناامیدی وجودمان را فرامی‌گیرد، مانند آن مردِ علی‌وارِ فضا را باز کنیم و در درون فریاد بزنیم که:

وقت آن آمد که حیدروار من ملک گیرم، یا بپردازم بدن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۲)

مولانا در این بیتِ بیدارکننده به ما امکانِ نترسیدن از ندایِ شیطان را یاد می‌دهد، صدایی حرص‌آلود که در درونمان بی‌وقفه ما را تهدید می‌کند و از انداختنِ همانیدگی‌ها ما را به وحشت می‌اندازد.

ندایی که منجر به ناامیدی می‌شود.

برجهید و بانگ برزد کای کیا حاضرَم، اینک اگر مردی بیا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۳)



به محض این‌که صداهای هولناک را از درون می‌شنویم، وقت آن است که برجهیم! یعنی بدون تأخیر فضا را باز کنیم، از آن صدا نترسیم و با شهامت روی پای زندگی بلند شویم.

این بار ما نعره جانانه «لاضریر» را می‌کشیم و از هیچ ازدست‌دادنی نمی‌ترسیم. مولانا این اطمینان را به ما می‌دهد که هرگز بر گوهر وجود ما ضرری وارد نمی‌شود.

بیت بعدی بسیار مهم است و نکته‌ای اساسی را بیان می‌کند.

در زمان بشکست ز آواز، آن طلسم زر همی‌ریزید هر سو قسم قسم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۵۴)

پس باید بدانیم که به محض این‌که ما با نیروی زندگی، حیدروار بر این ترس غلبه می‌کنیم و سروصدای ذهن را جدی نگیریم، طلسم جبرِ ذهن شکسته می‌شود و ما از جنس همان زرِ خالصِ هشجاریِ حضور می‌شویم و لایقِ پاداش بی‌کرانِ معنوی.



۱۶ - خانم الهام از شیراز با سخنان آقای شهبازی

«تمرکز روی خود»

از زمانی که تمرکز را روی خودم گذاشتم احساس رهایی بیش‌تری دارم. آقای شهبازی عزیز به من فرمودند: «خدا نمی‌خواهد که اطرافیان تو، همسر یا خانواده‌تو به این برنامه‌گوش بدهند، چون زندگی دارد از آن‌ها برای امتحان تو استفاده می‌کند.» این صحبت ایشان خیلی به من کمک کرد. کاملاً درست فرمودند.

همه ما براساس تجربه‌هایی که داشتیم وقتی برای بار اول به این برنامه‌گوش کردیم، یک نیرویی ما را شدیداً جذب این برنامه کرد که حتی توصیفی برای آن نداریم و می‌گوییم نمی‌دانیم چه شد ولی می‌خکوب شدیم. انگار زندگی ما را وصل کرد برای یک لحظه.

مطمئناً همان زندگی اگر بخواهد اطرافیان ما را وصل کند، همان‌طور که ما را جذب و می‌خکوب کرد می‌تواند آن‌ها را هم می‌خکوب کند، ولی او می‌داند کی و چه زمان این کار را کند، اما من نه!

با همه وجود به این درک رسیدم که فقط باید به مرده من ذهنی خودم را پردازم و دست از سیال دیگران بردارم و دیگر نخواهم برای آن‌ها خدایی کنم. هرچند که ذهن هم بی‌کار نمی‌نشیند، اما دیگر می‌بینمش و به او می‌گویم که این‌جا خوراکی برای تو نیست، من باید فقط و فقط هرچند سخت تمرکز روی خودم باشد.

ای جان مرگ اندیش رو ای ساقی باقی درآ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۴)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

مرده خود را رها کرده‌ست او
مرده بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)



در گوی و در چهی ای قَلتَبان دست وادار از سِبَالِ دیگران

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۵)

این همانیدگی آن‌قدر برای من مخرب است که من را از خودم غافل می‌کند، نمی‌گذارد عیب‌ها و همانیدگی‌هایم را ببینم و بشناسم. وقتی روی خودم متمرکز می‌شوم می‌بینم افکارم چگونه براساس چیزهای آفل با هم در جنگ و ستیزند، بهتر می‌توانم آن‌ها را شناسایی کنم. دیگر این بار مسئولیت ذهنی که از کنترل و می‌دانم و خدایی کردن است، جان نمی‌خواهم به‌دوش بکشم. خدایا شکرت! شکر به‌خاطر این شناسایی و سبک شدن از این بار توهمی. همانیدگی دیگری که به من کمک کرد، همانیدگی دیگری که به کمک هدیهٔ عزیزم از شیراز شناسایی کردم و بسیار برای من رهایی‌بخش بود، دیدن آبرو و ناموس بدلی‌ام بود و این‌که چطور نمی‌توانم به قرین بد «نه» بگویم.

من ذهنی من با برجسب‌های غلط معنوی از قبیل این‌که تو باید همیشه مراقب باشی دیگران از دست تو ناراحت نشوند، من را در تله‌ای انداخته بود که همیشه ترس از این داشته باشم که دیگران راجع به من چه فکری می‌کنند. همیشه به دلیل این ترس که دیگران از دست من ناراحت نشوند مطابق خواسته‌های آن‌ها عمل می‌کردم. اما اصلاً فکر نمی‌کردم اشتباه است، چون من ذهنی معنوی من می‌گفت احترام به دیگران کاری معنوی‌ست. اما درواقع این احترام، احترام به خواسته‌های من‌ذهنی آن‌ها بود، احترام به تأیید باورهای ذهنی آن‌ها بود.

مثلاً باوجود این‌که می‌دانستم که اگر در این جمع حضور داشته باشم، به‌دلیل درد بسیاری که در اطرافیان من هست، من نیز در اثر قرین با آن‌ها دچار درد می‌شوم، اما من ذهنی به‌دلیل ایجاد احساس گناه و عذاب وجدان با برجسب‌هایی چون: خانواده‌ات هستند، این قدر برایت زحمت کشیده‌اند می‌خواهی آن‌ها را ناراحت کنی، هشیاری مرا پایین می‌آورد و برخلاف میل به خواستهٔ او عمل می‌کردم و در آن جمع شرکت می‌کردم.

و من ذهنی دوباره کارش را آغاز می‌کرد و وقتی آن‌جا بودم به من حس عذاب وجدان دیگری می‌داد و می‌گفت ای کاش نیامده بودی! ببین همه‌اش از درد می‌گویند. و سرزنش و ملامت را آغاز می‌کرد. و این‌گونه من در تلهٔ من‌ذهنی حبس می‌شدم به‌خاطر حس یک ناموس و آبروی بدلی که به اشتباه فکر می‌کردم درست است.

با اجازه‌تان من می‌خواهم پیام هدیهٔ عزیز را بخوانم که چطور به من کمک کرد.

پیام هدیه جان:

«نه گفتن»



ما وقتی داخل من ذهنی هستیم می‌آییم آبرویی برای خود می‌سازیم و آن را در مرکزمان قرار می‌دهیم و کارهای زیادی می‌کنیم که از این آبرو محافظت کنیم و دوست داریم که نیک‌نامی ما حفظ شود و مورد توجه و تأیید دیگران قرار بگیریم. مثلاً یکی از دوستانمان به ما تلفن می‌زند و می‌گوید می‌آیی به خانه ما؟ و شاید در آن موقع کارهای زیادی داشته باشیم، یا اصلاً دوست نداشته باشیم به آنجا برویم و می‌خواهیم به او بگوییم: «نه»

اما من ذهنی خودش را نشان می‌دهد و می‌گوید: «مبادا به او بگویی نه! شاید از دست تو ناراحت بشود، گناه دارد.» و یا بگوید که چقدر تو بدجنس هستی و باهات قهر کند و تو تنها بمانی و تصویرهای زیادی می‌آورد که اگر بروی آنجا به تو خوش می‌گذرد. و فکر پشت فکر، و کم‌کم هشیاری ما پایین می‌آید تا به هدفش برسد. همه این‌ها به‌خاطر این بود که نیک‌نامی من ذهنی ما حفظ بشود.

ما باید ابزاری داشته باشیم که بفهمیم این آبرو یک آبروی مصنوعی الکی‌ست که ما خودمان ساختیمش و این ابزار برنامه گنج حضور و اشعار جناب مولانا هستند که به ما می‌گویند خودت را به حساب بیاور، کارافزایی نکن، این آبرو و باورهایی که ساختی از مرکزت بیاور بیرون و خدا را به‌جایش قرار بده و کاری به تأیید و توجه دیگران نداشته باش.

تو اگر دوست نداری کاری را انجام بدهی یا جایی بروی با جدیت بگو: «نه!» و بدون این‌که بروی به ذهنت همان‌جا قضیه را ببند و کارافزایی نکن. چون اگر ما دوست نداشته باشیم به یک جایی برویم و اگر آنجا برخلاف تصویرهایی باشد که اول من ذهنی نشان ما می‌داد و می‌گفت اگر به آنجا بروی به تو خوش می‌گذرد، با چراها و اگرهای خودمان، خودمان را ملامت می‌کنیم و دوباره هشیاری‌مان را به تله من ذهنی می‌اندازیم. پس باید ما این را یاد بگیریم که این باور را از مرکزمان بیرون بیاوریم و آن را رها کنیم و کاری به تأیید و توجه دیگران نداشته باشیم.

**دل را تمام برکن ای جان، ز نیک نامی
تا یک به یک بدانی اسرار را تمامی**

**ای عاشق الهی ناموس خلق خواهی؟
ناموس و پادشاهی در عشق هست خامی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۵۶)



تفسیرش این است که ای جان! تو اگر بخواهی اسرار را بدانی یعنی زنده شدن به خدا را بخوانی، باید دست از نیک‌نامی و آبروی من‌ذهنی برداری. درغیر این صورت باید خام من‌ذهنی باقی بمانی و هشیاریات را به تله من‌ذهنی بیندازی.

این بود پیغام زندگی توسط هدیه‌اش به من. الهی شکر از هدیه عزیز سپاسگذارم که چشم کور و گوش کر مرا بینا کرد. به من آموخت که هیچ‌چیز در این دنیا ارزشش بالاتر از «مرکز عدم و مراقبت و حفظ آن» نیست.

گاهی اوقات اطرافیان ما هرچند نزدیک پدر، مادر، خواهر، برادر، همسر ندانسته خون‌آشام هشیاری ما هستند، چراکه در معرض ایبات بیدارکننده مولانا نیستند و براساس شرطی‌شدگی‌هایی که سال‌ها زندگی می‌کردند و ما نیز از آن‌ها یاد گرفتیم و راه آن‌ها را پیش می‌رفتیم عمل می‌کنند.

اما اکنون که زندگی چنین شفاف به من می‌گوید: رها کن آن شرطی‌شدگی‌ها را! نباید با برچسب‌های معنوی از قبیل: آن‌ها خانواده من هستند ناراحت می‌شوند و هزاران فکری که با عذاب‌وجدان همراه است سعی کنید براساس الگوهای فکری آن‌ها عمل کنیم و پیش برویم. نه این‌که از آن‌ها متنفر باشیم یا آن‌ها را سرزنش کنیم و به چشم دشمن به آن‌ها نگاه کنیم، نه! بلکه وقتی توجه ما فقط و فقط روی خودمان باشد و کمتر قرین باورهای شرطی‌شده آن‌ها شویم می‌توانیم از طریق ارتعاش عشق در برابر آن‌ها فضاگشا باشیم. مطمئناً خود زندگی به ما می‌گوید که چگونه عمل کنیم.

مهم‌ترین چیز حفظ آن مرکز عدم است نه ترس این‌که آیا مورد توجه من‌های ذهنی اطراف قرار می‌گیریم یا نه. ببخشید آقای شهبازی من فکر می‌کنم وقتی تمام شده. یک مقدار بیت‌هایی هستند که درباره همین نوشته هست، ولی می‌توانم به پیغام عشق بفرستم این‌ها را.

آقای شهبازی: خیلی ممنون بله، الان بیش‌تر از ده دقیقه شده. آری، دیگران هم پشت خط هستند، خیلی عالی ولی پیغام خیلی خوب بود.

خانم الهام: ببخشید عذرخواهی می‌کنم، ولی به من خیلی کمک کرد دوست داشتم دوستان هم واقعاً این پیغام هدیه جان را بشنوند.

آقای شهبازی: هدیه را بله بله. پس شما هم دارید کمک می‌کنید ما بفهمیم که ما می‌توانیم از دیگران حتی بچه‌ها یاد بگیریم، درست است؟

خانم الهام: بله صد در صد. خیلی خیلی زیاد.



آقای شهبازی: بله، خیلی ممنون. شما خودتان بچه دارید؟

خانم الهام: خیلی ممنون آقای شهبازی.

نه آقای شهبازی، نه من بچه ندارم.

آقای شهبازی: خب می‌توانید سنتان را بگویید؟

خانم الهام: بله من الان سی و پنج سالم است.

آقای شهبازی: بله، هدیه می‌دانید چند سالش است؟

خانم الهام: هدیه شانزده سالش است.

آقای شهبازی: شانزده سالش است، بله. پس یک آدم سی و پنج ساله از یک آدم شانزده ساله، مطلب مهمی را

می‌تواند یاد بگیرد، درست است؟

خانم الهام: بله آقای شهبازی، خیلی خیلی به من کمک می‌کند، نه تنها هدیه جان بلکه همه بچه‌ها یعنی وقتی که

بعضی وقت‌ها من فیلم‌هایشان را می‌بینم زمان‌هایی هست که آنقدر احتیاج دارم، آنقدر کلام‌هایشان به من

کمک می‌کند که اصلاً شاید اگر خودم بنشینم کل مثنوی را بخوانم واقعاً نمی‌توانم به همچنین درکی برسم.

آقای شهبازی: آفرین

خانم الهام: خدا را شکر به خاطر وجود تک‌تکشان و زحمات‌های شما

آقای شهبازی: بله بله. ما باید این واقعاً این سوءتفاهم را از بین ببریم. هرکسی برای خودش باید حل کند. چون

این سوءتفاهم در ما جاافتاده که اولاً من می‌دانم چطور من می‌توانم با یک به اصطلاح کسی که نمی‌داند طرف

بشوم و پیشش بنشینم و چیزی از او یاد بگیرم. اگر هم یاد بگیرم آن شخص یک بچه نیست، یک کسی نیست

که مثلاً پانزده، شانزده سالش است.

این طرز تفکر مال من ذهنی است و این طرز فکر و سبک من ذهنی نظم من ذهنی ما را فلج کرده. نه تنها گیر

دردهای او هستیم، گیر نظم و طرز تلقی و طرز فکر او هم هستیم، گیر عقلش هستیم. عقل من ذهنی نمی‌گذارد ما

یاد بگیریم. شما باید باز کنید فضای یادگیری را که از همه می‌توانیم یاد بگیریم.



در اول می‌خواستم ضمن تشکر از شما و همهٔ دوستانی که این قدر پیام‌های آموزنده می‌دهند از دفتر سوم دوتا بیت بخوانم که همیشه این را به‌عنوان بیت انتخابی و برندم، انتخاب کردم به‌قول دوستان.

دوزخ است آن خانه کان بی‌روزن است اصل دین ای بنده روزن کردن است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۴۰۴)

تیشه هر بیشه‌ای کم زن بیا تیشه زن در کندن روزن هلا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۴۰۵)

آقای شهبازی من سال‌ها این دوزخ را تجربه کردم و در آن زجر و درد کشیدم و خدا را شکر به‌لطف خدا و زحمتهای شما و این برنامهٔ نورانی، راه برایم باز شده و الحمدلله در حال کار کردن روی خودم هستم.
آقای شهبازی: آفرین، آفرین. آن بیت‌هایی را هم که می‌گوید باید روی خودمان کار کنیم، آن‌ها را هم حفظ هستید درست است؟ مثل:

مُردهٔ خود را رها کرده است او مُردهٔ بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

خانم طاووس: بله، می‌فرماید که

مُردهٔ خود را رها کرده است او مُردهٔ بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

در گوی و در چهی ای قلتبان دست وادار از سبال دیگران

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۵)



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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

آقای شهبازی: بله، آفرین. این بیت هم شما امروز اضافه کردید.

خانم طاووس: خواهش می‌کنم، خیلی ممنون آقای شهبازی من یک متن کوتاهی را نوشتم آن را تقدیمتان می‌کنم، با اجازه.

پیغام آقای نیما از کانادا در برنامه تلفنی شب جمعه گذشته بسیار برایم تأثیرگذار بود. این پهلوانی آقای نیما که صادقانه و خالصانه اقرار به اشتباهات خود کردند و از گذشته خود در مقابل چشم و گوش بینندگان برنامه پرده‌برداری کردند. اولاً مرا به تحسین واداشت، دوماً باعث شد نگاهی به گذشته خود بکنم و این چهار مرغ را در خود شناسایی کنم.

بَطّ و طاوس است و زاغ است و خروس این مثال چار خُلق اندر نفوس

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳)

بَطّ، حرص است و خروس، آن شهوت است جاه چون طاوس و، زاغ اُمنیت ست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۴)

فهمیدم که به‌علت داشتن من‌ذهنی چاق و چله‌ای که حاصل پنجاه و اندی زندگی در ذهن و همانیده شدن با آدم‌ها، چیزها، عقاید، باورها و دردها بوده، هر چهار مرغ در من زندگی می‌کرده‌اند و هرکدام فرصت و مجالی می‌یافتند در وجودم جولان می‌دادند و برایم درد تولید می‌کردند. ولی از آن‌جایی که از خود تصویر ذهنی یک آدم اجتماعی و برون‌گرا داشتم که دوستان زیادی دارد و در جمع‌های بسیاری پذیرفته می‌شود، این را حُسن خود و باعث افتخار می‌دانستم و با پرندۀ طاووس هم‌هویت و پرندۀ طاووس که هم‌اسم خودم هست، در من بسیار فعال بود.



و از آنجایی که دیده شدن، خودنمایی و کسب تأیید و تعریف و توجه دیگران برایم مهم بود، بسیاری از توان، احساسات و انرژی و وقت خود را صرف نگه داشتن این روابط می‌کردم و البته این تأیید شدن توسط جمع من‌های ذهنی در من باعث پندار کمال و اظهار دانایی در هر زمینه‌ای شده بود و تمام تمرکز روی دیگران بود و از آن‌ها هویت می‌خواستم.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶)

هر بار چون طاووسی که پرهایش را می‌گشاید تا تحسین و تعجب بینندگان را برانگیزد، من هم با ترتیب دادن مهمانی و درست کردن غذا و دسر جدید و پذیرایی خاص، پرهای خودنمایی و جلب توجه‌ام را باز می‌کردم، ولی غافل از این‌که توجه و تأیید مردم لحظه‌ای و موقت است و دوباره در خماری دیده نشدن و مورد تأیید و توجه نبودن قرار می‌گرفتم و دوباره طرح و نقشه و برنامه جدید و کارافزایی روی کارافزایی و جهد بی‌توفیق. ولی از آنجایی که غیرت زندگی همیشه تیر قضا را به سمت همانیدگی‌های ما پرتاب می‌کند، خدا را شکر که در روابطم دچار مشکل و درد شدم و به هرسو که رفتم به‌جز وحشتم نیفزود. سرخورده و پُردرد مانده بودم که لطف خداوند شامل حالم شد و با تعالیم انسان‌ساز و بی‌نظیر جناب مولانا از طریق برنامه گنج حضور و صحبت‌های بیدار کننده آقای شهبازی افقی تازه و روشن جلوی دیدگانم باز شد.

از هر جهتی تو را بلا داد تا باز کشد به بی‌جهات

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

در بُن چاهی همی بودم زبون در همه عالم نمی‌گنجم کنون

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۳)

آفرین‌ها بر تو بادا ای خدا ناگهان کردی مرا از غم جدا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۴)



آن طاووسِ خودنما و مغرور، حالا فقط نگاهش روی پاهای زشتش بود و شناسایی کردم که هربار یوسف با قدر و ارزشم را به بازارِ جلب توجه و تعریف و تمجید و دیده شدن برده‌ام و به چند درهم ناچیز فروخته‌ام.

در مصر ما یک احمقی نک می‌فروشد یوسفی باور نمی‌داری مرا، اینک سوی بازار شو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۳۳)

خدا را هزاران بار شکر طرح زندگی برای من این بود که آشنایی‌ام با این مفاهیم و کار کردن روی خود با آمدن کرونا مصادف شد که خیلی از اجتماعات و دوره‌های عملاً تعطیل شد و آن گوشه خلوت و دنجی که نیاز داشتم را به‌طور طبیعی برایم فراهم آورد.

یک زمان تنها بمانی تو ز خلق در غم و اندیشه مانی تا به خلق

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۵)

این تو کی باشی؟ که تو آن آوحدی که خوش و زیبا و سرمست خودی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۶)

مرغ خویشی، صید خویشی، دام خویش صدرِ خویشی، فرشِ خویشی، بامِ خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷)



۱۸- خانم عارفه از تهران با سخنان آقای شهبازی

به قول شما از درد صحبت کردن هنر نیست. بله، گذشته‌ام دیگر ارزشش را برایم از دست داده و علاقه‌ای ندارم حتی دیگر مرورشان کنم. اما چندتا نکته یاد گرفتم. یادم هست شما گفتید اگر یک بچه‌ای در شرایط خوبی بزرگ شده مثل خانواده موفق، راهنمایی درست، فراوانی، با بچه‌ای که در محیط ناسالمی بزرگ شده و این نعمت‌ها را ندارد، خدا یک ترازویی دارد. آن بچه دومی بیش‌تر یاد می‌گیرد.

اول همین‌جا بگویم من پدر و مادر خیلی خوبی دارم. مثل پروانه دورشان می‌گردم. اگر قبلاً ایده‌آل نبودند، من هم اصلاً بچه خوبی برایشان نبودم، هرچه از دهانم در می‌آمد به آن‌ها می‌گفتم.

یاد گرفتم وقتی پدر و مادر من در کار خودشان ماندند، من باید به خودم تکیه کنم. من نباید به مرد حالا می‌خواهد پدرم باشد یا جنس مخالف است تکیه بکنم. من خودم آن‌قدر جَتم دارم که بهترین زندگی را برای خودم درست کنم.

درحالی‌که در روستاها و برخی جاها دخترها را زود شوهر می‌دهند و رنگ دانشگاه و زندگی مستقل را نمی‌بینند. بچه‌هایی که در این محیط‌ها بزرگ می‌شوند، نه فراوانی اطرافشان می‌بینند، نه آدم موفق اطرافشان می‌بینند، مثل خود من. همه‌اش بدبختی و کمبود و اثر قرین کار خودش را می‌کند. به مرور می‌شوند یکی مثل خودشان.

و یاد گرفتم که چرا بچه‌های جنوب شهر و مناطق محروم مخصوصاً خانواده‌های کم‌توان، این بچه‌ها خیلی‌هایشان خوب درس نمی‌خوانند و تعداد انگشت‌شماری از آن‌ها موفق می‌شوند. این را با پوست و استخوانم حس کردم، چون یک باور و فرهنگ غلطی هست بین ما بچه‌هایی که در این شرایط بزرگ شدیم که من نمی‌توانم، من لیاقت ندارم، آن‌هایی که دکتر، مهندس می‌شوند با ما فرق دارند، آن‌ها تواناترند، باهوش‌ترند، هرچه بدبختی هست برای ماست، هرچه شوهر معتاد و پرخاشگر است برای ماست.

این بچه با این باورها عمراً بتواند درس بخواند. یک روز می‌خواند، روز دوم من‌ذهنی با حس حقارت حمله می‌کند و رها می‌کند.

و مولانا می‌گوید:

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)



خدا در گوشم گفت که تو فضا را باز کن و کارت را بکن، بقیه‌اش دیگر دست تو نیست، دیگر فکر بیهوده نکن، فکر نگران‌کننده نکن.

یاد گرفتم از گذشته‌ام من حس دوست نداشته شدن داشتم، حس بی‌ارزشی داشتم، و همین داستان باعث شد که وارد یک رابطه یک‌طرفه بشوم و من را دوست نداشته باشند. و از کسانی خوشم می‌آمد که من را دوست نداشتند. البته تصمیم گرفتم که وقتی قصد ازدواج ندارم وارد رابطه نشوم، چون کارافزایی می‌شود، اما من حالا خودم را لایق عشق می‌دانم. و این‌که دوست دارم مثل شما در حد بالای بیست‌چهار ساعت کار بکنم و برای خودم مفید باشم، برای خانواده‌ام مفید باشم، برای مردم هم مفید باشم. می‌خواهم پزشک بشوم، چون این خوابی‌ست که یوسفم برایم دیده. مولانا می‌گوید:

در دل من آن دعا انداختی

صد امید اندر دلم افراختی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۳۲)

من نمی‌کردم گزافه آن دعا

همچو یوسف دیده بودم خوابها

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۳۳)

امیدوارم ما که مثل بچه شما هستیم، خودمان را دست‌کم نگیریم و به‌طور کلی بچه‌های ایران.

یک جمله‌ای هست که می‌گویند: «اگر فقط یک نفر، فقط یک نفر کار غیرممکنی را انجام بدهد، تو هم می‌توانی.»

تازه عمق این جمله را درک کردم، چون تو مثل آن آدم یک بدن داری و آن هشیاری است که این کار بزرگ را انجام داده. حالا این هشیاری در درون من هم هست و از طریق من هم می‌تواند کارهای بزرگی انجام بدهد.

آقای شهبازی، در فقر بزرگ شدم، تو سرم زدند، تو سرم زدند، عشق یک‌طرفه را تجربه کردم، درس خواندنم اُفت کرد به‌خاطر حس ناتوانی و بی‌لیاقتی، اما این‌جاست که مولانا می‌گوید:

«بی‌مرادی شد قلاووز بهشت»، بله.

اول من گفتم که آن بچه دومی که

حالا در محیط فقر و این‌ها بزرگ شده بیش‌تر یاد می‌گیرد. خدا یک ترازویی هم دارد.



بله، من از آن بچه اولیِ زودتر خوردم به بن‌بست. من در هیجده‌سالگی رسیدم به پوچی، که خدایا، من را چرا به دنیا آوردی؟ آوردی من را عذاب بدهی؟

اما خود آن بچه‌ای که در شرایط خوبی بزرگ شده، در سن بیست‌وپنج‌سالگی می‌فهمد که حالش خوب نیست، خوش‌حال نیست، این‌جاست که دردش سرازیر می‌شود، اما برای من زودتر سرازیر شد. برای من خیلی زودتر سرازیر شد. دنبال راه‌حل گشتم، دنبال چاره گشتم، اما چاره‌ای که من ذهنی به من یاد می‌داد، می‌گفت: تو خودکشی کن. چاره من ذهنی من این بود. و واقعاً دیگر درد داشت من را خفه می‌کرد و دیگر یک روز دیگر از همه‌چیز بریدم، در سن هیجده، نوزده سالگی و به شما پیام دادم و گفتم که دیگر نمی‌توانم تحمل کنم، می‌خواهم خودکشی بکنم.

اما شما گفتید، اگر شما به من جواب نمی‌دادید، شاید من الآن زنده نبودم. شما گفتید که خودکشی رهایی نیست، بلکه اول گرفتاری است. من این‌جا گفتید اول گرفتاری‌ست، واقعاً ترسیدم. گفتم یعنی چه؟ من می‌خواهم راحت بشوم، حالا شما می‌گویید اول گرفتاری‌ست؟!

دیگر هیچ‌چیز به شما نگفتم فقط به خدا می‌گفتم خدایا، این یعنی چه؟ این جمله را برایم باز کن! یعنی چه آخر اول گرفتاری‌ست؟!

و فهمیدم. و این را فهمیدم که چرا اول گرفتاری‌ست، چون که درست است من از من ذهنی راحت می‌شوم، اما به خدا که زنده نمی‌شوم! به خدا زنده شدن، نیاز به هشیارانه ویران کردن من ذهنی است. الکی که قرآن نمی‌آید بگوید که مرده‌ها و کسانی که می‌میرند لحظه مرگشان حسرت می‌خورند. چرا حسرت می‌خورند؟ چون که خب به خدا زنده نمی‌شوند دیگر، باید صبر بکنند تا آن قیامت بزرگ برسد. و مولانا آمده یک بیت را گفته، که گفته

گر مراقب باشی و گیری رَسَن حاجت نآید قیامت آمدن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۱)

بله، اگر من در این هفتاد، هشتاد سال، هفتاد، هشتاد سال می‌خواهم عمر کنم اگر من ذهنی را هشیارانه ویران بکنم، دیگر لازم نیست که صبر بکنم که آن قیامت بزرگ برسد، که همه سنگ‌ها و کوه‌ها و حیوانات به خداوند زنده می‌شوند، من هم حالا آن موقع زنده بشوم.

بله، این تمام شد.



آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! می‌توانم بپرسم چند سالتان هست، شما؟

خانم عارفه: بله، من بیست سالم است. من یک سالی هست که حالم خوب شده.

آقای شهبازی: بیست سالتان هست، ها؟!

آفرین، آفرین!

خانم عارفه: بله.

آقای شهبازی: ان شاءالله که هم‌سن‌های شما این پیغام شما را بشنوند و باور کنند و عمل کنند. خیلی خوش‌حالم که آن پیغام را شما فهمیدید و گوش کردید که خودکشی اولِ گرفتاری است. این هم درواقع فریب من‌ذهنی است که خودکشی واقعاً رها شدن از مسئله هست.

خودکشی، آخر نیست. هیچ‌کس نباید این فکر را بکند من خودم را بکشم، راحت می‌شوم. خودکشی وارد شدن در یک جهنم دیگری است که خود آدم یعنی من‌ذهنی اولش در ذهن آدم را می‌کشد، بعد واقعاً می‌کشد، یعنی دیگر آدم می‌رود زیر خاک و نباید تسلیم او شد.

ممنونم، آفرین بر شما. خداحافظی بکنم با شما.

خانم عارفه: من از شما ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی، عالی. شما بفرستید پیغامتان را، بالاخره یا در پیغام‌های عشق یا یک جایی ان‌شاءالله پخش کنیم.

خانم عارفه: ممنونم از شما.



مادر خانم سارا: آقای شهبازی عزیز من راستش امروز متن نوشتم بلکه یک تجربه‌ای دارم که در حال درواقع انجام است مرتب، و آن هم این است که من به‌خاطر کاری که دارم با به‌اصطلاح جوان‌های دختر و پسر شانزده، هفده‌ساله در ارتباط هستم. در مدرسه، در دبیرستان.

و این‌ها آقای شهبازی به‌اصطلاح در زنگ ادبیات‌شان، ادبیات آلمانی‌شان یک کتابی را مورد مطالعه قرار می‌دهند که این کتاب راجع به رابطه یک زن و مردی است که از طریق من ذهنی هردو طرف بسیار قوی با هم‌دیگر علاقمند یا عاشق شدند.

و این بچه‌ها باید بروند این کتاب را درواقع بررسی بکنند جمله به جمله. و هفته‌ها این در کلاس و مغز جوان و زیبا و پاکیزه خودشان را مشغول این قضیه بکنند.

و این قصه را درواقع به صورت پانتومیم، به صورت تئاتر، بعد یکی دو جلسه هم فیلمش را، ویدئواش را می‌آیند پخش می‌کنند و این درواقع مشغله بچه‌های جوان شانزده، هفده‌ساله کلاس مثلاً دهم، یازدهم دبیرستان که بچه‌های بسیار باهوشی هستند، درس‌خوان هستند، در یک مدرسه در یک مقطع خیلی خوبی دارند تحصیل می‌کنند.

و راستش یاد جوان‌های امثال هدیه عزیز و آیدا، فرزانه و بقیه افتادم که این‌ها مشغول گنج حضور هستند و می‌روند ابیات مولانا را بررسی می‌کنند و خودشان را با آن مشغول می‌کنند.

و راستش خیلی خیلی احساس شکرگزاری بزرگی برای من پیش آمد و این که بیایم این‌جا و بگویم که این بچه‌ها و این جوان‌ها واقعاً قدر خودشان را، قدر این موقعیت بسیار طلایی را بدانند.

و بدانند که واقعاً این‌جا خبری نیست. بچه‌ها به شدت بمباران هستند با یک سری مطالبی که درواقع من ذهنی‌شان را تقویت می‌کند و درواقع یک چیزهای خیلی سطحی و بادکنکی را به خوردشان می‌دهند. و حتی مثلاً امکاناتی دارند که چه می‌دانم اگر مشکلی دارند مثلاً زنگ بزنند و حتی بدون هیچ قیمتی به مشکلات این‌ها رسیدگی بکنند.

ولی همین‌جور که شما بارها اشاره کردید چجوری می‌خواهند به مشکلات این‌ها واقعاً رسیدگی بکنند؟ فوق فوقش می‌گویند خُب بگو مشکل چیست، صحبت بکن و این‌ها شنونده می‌شوند. و این بچه‌ها هم احتمالاً این جوان‌ها هم یک مقدار بارشان سبک می‌شود و یک مقدار دردشان کم می‌شود برای یک مدت محدود و دو مرتبه.



چون من ذهنی را نمی‌شناسند، همانندگی را نمی‌شناسند. اصلاً عرفان را و با عرفان آشنا شدن اصلاً مطرح نیست. و همین‌جا می‌خواستم واقعاً شکرگزاری کنم برای بچه‌ها و این‌که به اطلاعاتشان برسانم که واقعاً چقدر چقدر خوشبخت هستند علی‌رغم این‌که حالا شاید فکر می‌کنند در جامعه‌ای هستند بالاخره یک سری کمبودها هست، این نیست، آن نیست، یک سری چیزهایی که باید باشد نیست، ولی آن اصل اصل هست و این خیلی خیلی شکرگزاری دارد واقعاً.

همین آقای شهبازی من واقعاً همین را می‌خواستم بگویم. و سپاس‌گزاری کنم از این برنامه بسیار واقعاً طلایی، حیات‌بخش. و اتفاقاً با دخترم که حالا این‌جا هست اگر اجازه شما بدهید ایشان هم می‌خواهد یک صحبتی در این رابطه داشتند که بکنند اگر وقت باشد.

خانم سارا: من می‌خواستم فقط دو جمله حالا خیلی کوتاه دوست داشتم واقعاً یعنی این صحبتی که من و مامانم این چندروزه داشتیم که من پیش مامانم هستم، از من مامانم در رابطه با تجربیاتش از روزگار در مدرسه و این‌ها را با جزئیات تعریف می‌کند.

اتفاقاتی که در کلاس می‌افتد و چیزهایی که بچه‌ها یاد می‌گیرند، آن حال و هوای بچه‌ها و ما به لطف برنامه گنج حضور خب وقتی که مثلاً قبلاً ممکن بود بشنوم اصلاً اتفاقی در درونم نیفتد ولی الآن هردویمان یک چیزهایی را می‌بینیم که قبلاً نمی‌دیدم.

و برای من این چندروزه روشن شد که، یعنی واقعاً دلم می‌خواست به بچه‌ها به‌خصوص، بگویم که چقدر خوشبخت هستند.

یعنی من برام این صحنه قشنگ آمد جلوی چشمم که تکان‌دهنده بود برایم که یک بچه آلمانی، یک بچه ده‌ساله آلمانی، که دارد هرروز می‌رود و می‌آید و در این جامعه زندگی می‌کند این امکان را ندارد که یک روز جلوی تلویزیون بایستد، حالا مهم نیست که از چه خانواده‌ای بیاید که پدر و مادر پرفسور باشند یا پدر و مادر الکلی باشند، ولی یک بچه آلمانی این امکان را ندارد که جلوی تلویزیون بایستد و یک‌دفعه راهش بخورد به برنامه‌ای مثل گنج حضور.

یعنی همچین چیزی این‌جا نیست. با این‌که اروپا خودش را ممکن است که، مهد تمدن خیلی‌ها ممکن است بدانند اروپا را. خود آلمان کشوری است که چقدر پیشرفته است از لحاظ علمی، ولی من این را امروز عمیقاً درک کردم که از این لحاظ چه فقری این‌جا هست، چه دوری‌ای هست.



این نوجوان‌ها و بچه‌ها این امکانی را که الآن بچه‌های ایران دارند به‌خاطر برنامه گنج حضور ندارند. یعنی آن‌ها نمی‌توانند یک‌دفعه در خانه‌اشان، راهشان بخورد به مولانا، به برنامه‌ای مثل گنج حضور.

و من هم از هدیه عزیز، از همه بچه‌ها، یعنی نمی‌شود اسم برد، ولی واقعاً متوجه شدم که بچه‌ها و نوجوان‌ها چون پاک هستند، چون هنوز درد ندارند یک انعکاسی را می‌دهند که این‌قدر صاف است که خیلی خیلی جلو هستند و خیلی از آن‌ها، خیلی از این فرهنگ جدیدی که شما راه انداختید، که الآن من هم دارم یاد می‌گیرم، که چجوری دارم یاد می‌گیرم! از گوش دادن به پیغام جوان‌ها، بچه‌ها، نوجوان‌ها.

همین را فقط دوست داشتم که، برای خودم خیلی بیدارکننده بود، یعنی آگاه شدن به این‌که در یک جامعه‌ای که ثروت هست، علم هست، همه چیز هست، ولی بچه‌ها این را ندارند.

یعنی الآن امکانی را که بچه‌ها در روستا دارند در ایران بچه آلمانی ندارند این امکان را. و این چقدر زیباست که ما قدرش را بدانیم و مثل مولانا که می‌گوید که

«تو یکی نه‌ای هزاری، تو چراغ خود برافروز»

یعنی این مشعلی را که شما روشن کردید و همه ما تو همه سن مادر بزرگی، بچگی، یک‌جوری داریم با نفس کشیدنمان اگر با حضور باشد این مشعل را به روشنی اضافه می‌کنیم بتوانیم قدر این حالت را بدانیم و قدر خودمان را بدانیم.

ببخشید که زیاد حرف زدم.



۲۰- سخنان آقای شهبازی

خیلی درست است. یک چنین برنامه‌ای به‌خاطر بزرگی مثل مولانا هیچ جای دنیا نیست. اگر در آلمان نیست، در فرانسه نیست، در آمریکا نیست، یعنی هیچ‌جا نیست.

و واقعاً هم به‌جاست که، من حالا این را متوجه شدم بیست سال پیش، و فکر کردم هرچقدر حتی خودم پول دارم در این راه خرج کنم و این دانش را و این ابیات را، واقعاً در خارج نیست، به‌گوش ایرانیان برسانم، این کار خوبی است، این کار مقبول است، این کار به درد می‌خورد.

که می‌بینید خورد، خورد. شاید همین اقدام سبب بشود که ایرانیان به‌طور جمعی، نه مثلاً دو، سه نفر استاد دانشگاه، گنج‌های دیگر خودشان را هم کشف کنند. مثل فردوسی، مثل حافظ، مثل سعدی، مثل عطار، بقیه بزرگان، بروند کشف کنند، این گنج آن‌جاست.

ما یک‌خرده از این گنج مولانا را به شما ایرانیان یا فارسی‌زبانان به‌طور کلی، نشان دادیم. و الآن مشخص شده که در این درس زندگی هست و درس زندگی نه فقط برای ایرانیان است، برای دنیا هست. اگر غرب این درس‌های مولانا را می‌دانست این کارها را نمی‌کردند.

اگر می‌دانستیم که ما آن چیزی که می‌فرستیم به ما برمی‌گردد، به‌طور کلی وقتی در قدرت بودیم این کار را نمی‌کردیم، کار بد را نمی‌کردیم.

هرچقدر مقام ما بالا می‌رود، قدرت دنیایی ما بالا می‌رود، خب تصمیمات ما اثراتی دارد، اگر این با نظم زندگی هماهنگ باشد این سبب خیر می‌شود، اگر با نظم من‌ذهنی هماهنگ باشد سبب تخریب می‌شود.

و ما می‌توانیم میلیون‌ها نیرو را در جهت اصلاح به‌کار ببریم، اگر با نظم زندگی باشد. ما می‌توانیم میلیون‌ها نیروی انسانی را، یعنی میلیون‌ها نفر با هم کار کنند در جهت تخریب! و الآن داریم این کار را می‌کنیم! غرب می‌کند، همه می‌کنند.

خود ما ایرانیان هم از این گنج بی‌خبر مانده‌ایم، ولی یک خبر خوب این است که ما ذاتمان خوب است، یعنی آن انحرافات سطحی فوراً قابل درمان هست.

یعنی اگر ما غیبت می‌کنیم، دروغ می‌گوییم، ناراست هستیم، زرنگ هستیم، از هم می‌دزدیم، این‌ها خیلی سطحی هستند. می‌بینید وقتی چهارتا بیت مولانا را می‌شنوید، یک‌دفعه به خودت می‌آیی که این کاری که من می‌کنم به‌نظر می‌آید درست نیست.



و همین شناسایی که به نظر می‌آید درست نیست، شناسایی‌ست که سبب می‌شود آدم روی خودش کار کند. خب شما می‌بینید، صدتا بیتِ مولانا را بخوانید شما متوجه اشکالتان می‌شوید. اول ممکن است کاری نکنید، ولی یک نیرویی آن‌جاست، که نیروی شناسایی است در درون شما هست، حالا اسمش را بگذار وجدان یا هرچیز دیگری، یا نیروی شناسایی، نیروی تمییز، فرد مرتب به خودش تلقین می‌کند ولو به‌طور نهانی که راهی که من می‌روم درست نیست، باید برگردم. یک روزی برمی‌گردد.

بنابراین این تظاهر سطحیِ خاصیت‌های بدِ من ذهنی قابل درمان و قابل ریزش است. اگر ما بتوانیم این آموزش را جمعی کنیم. بله درست است.

خوشبختانه این کار پیش رفت به کمک شما. شما به دو طریق کمک می‌کنید، یکی از نظر مالی که این خرج زیادی دارد، تأمین بشود، دوم، کار روی خودتان.

من واقعاً سپاس‌گزارم از آن مادران، پدران، مادر بزرگ‌ها که می‌نشینند با نوه‌هایشان کار می‌کنند. و در ضمن شما می‌دانید این یک فرصتی را به‌وجود می‌آورد که آدم ارتباط برقرار کند.

شما اگر شعر مولانا بلد باشید به نوه‌تان می‌توانید بگویید که من این را می‌خوانم تو بعد از من بخوان، هم سبب دوستی می‌شود، هم سبب آموزش خوب می‌شود، هم وقت درست صرف می‌شود، هم آدم می‌تواند ارتباط برقرار کند.

در خانواده هم همین‌طور. خانواده می‌تواند دور هم جمع بشود، اگر هفت، هشت تا خانواده بگویند آقا ما یک پارتی آموزشی می‌خواهیم بگذاریم، اسمش را هم بگذارید، پارتی بگذارید اصلاً، مهمانی.

به‌هرحال، جوان، بچه، بزرگ، جمع بشوند، بگوییم که امروز می‌خواهیم یک غزل بخوانیم و اولش یک‌خرده مشکل شروع می‌شود، ولی اگر نگذارید شیطان دخالت کند و خراب کند و منم منم آن‌جا نباشد، فقط مثل سفره سیزده‌بدر بچه، بزرگ، نوجوان، همه، عقیده‌شان را بگذارند آن‌جا و برداشتشان را بگذارند سفره، هرکسی برداشت خودش را بکند، می‌تواند مهمونی خیلی خوبی باشد در خانواده، به‌جای غیبت کردن، به‌جای حرف‌های بد زدن، چه شده؟ چه کسی ورشکست شده؟ کجا اتفاق بد افتاده؟

به‌جای آن‌ها آدم می‌تواند یک غزل بخواند، یک ده، پانزده تا بیت مثنوی بخواند و جایزه بدهد به‌کسی که حفظ می‌کند. آن موقع بچه‌ها و جوان‌ها تشویق می‌شوند بیایند بیت‌ها را بخوانند، حفظ کنند. یک آفرینی، باریکلایی شما می‌گویید، به‌عنوان پدر و مادر، یا پدر بزرگ، آن نوه‌ها ذوق می‌کنند، بچه‌ها ذوق می‌کنند، راه درست را پیدا می‌کنند.



همین است دیگر، باید در دسترس قرار بگیرد. در نتیجه من واقعاً سپاس‌گزارم که شما، هم قانون جبران را به صورت کار روی خودتان انجام می‌دهید، هم بچه‌هایتان، و هم این‌که کمک مالی می‌کنید، که اگر یک کمی بهتر کنید واقعاً این امکان وجود خواهد داشت که این کار پیش برود.

ما از نظر کمک مالی یک کمی ضعیف شده‌ایم، اگر مخصوصاً کسانی که خارج از ایران هستند بتوانند کمک‌شان را در ماه به صد دلار برسانند در ماه، آن‌هایی که دارند خیلی خوب می‌شود، ما می‌توانیم تقویت بشویم.

من راجع به این موضوع صحبت نمی‌کنم برای این‌که، حالا الآن پیش‌آمد. پیش‌نمی‌آید دیگر، پیش‌نمی‌آید صحبت کنیم ولی حداقل حق عضویت واقعاً، برای این‌که بتوانی کمکی هم بکنی به گنج حضور و قانون جبران را رعایت کنید، ماهی صد دلار است.

سعی کنید آن‌هایی که در خارج هستند ماهی صد دلار به این برنامه بدهند، تا برنامه ادامه پیدا کند، این برنامه کار کرده، مفید است و شکر بکنیم، شکر بکنیم.

این برنامه می‌تواند خرافات را از بین ببرد. نه به خاطر من، به خاطر بزرگی مثل مولانا. خرافات یعنی این‌که انسان اگر چیزی را باور کند، من ذهنی داشته باشد، آن باور تبدیل به خرافه می‌شود.

و با مولانا شما هم دین واقعی را یاد می‌گیرید و هم عرفان یاد می‌گیرید، هم درس زندگی یاد می‌گیرید، حتی به قسمت مادی‌تان هم کمک می‌کند، همه چیزتان را درست می‌کند. مولانا همه چیز، همه ابعاد زندگی‌تان را درست می‌کند.

حالا شما ممکن است این سؤال را بکنید که چرا ما بی‌خبر مانده‌ایم؟ بروید دلیلش را پیدا بکنید، چه کسی باعث شده؟ یا چه کسانی؟ چه نیرویی باعث شده که ما به بزرگی مثل مولانا توجه نکنیم؟ شما برسید.

یک آموزشی که هم دین واقعی را می‌تواند به ما یاد بدهد که ما خرافه‌پرست نباشیم، واقعاً دین داشته باشیم. شما نگاه کنید این آیه‌هایی که این‌جا می‌نویسیم، حدیث، این‌ها واقعاً طلایی‌اند.

کدامشان را ما رعایت می‌کنیم؟ کدامش را به ما گفته‌اند؟ چه کسی دوران دبستان، دبیرستان دانشگاه، آمد به ما گفت آقا این آیه قرآن است، این هم حدیث است، این هم شعر مولانا است که براساس این‌ها گفته.

شما این را یاد بگیرید در زندگی زناشویی‌ات، در کارت به دردت می‌خورد. یک نفر نگفته، می‌گفتند ما این قدر اشتباه نمی‌کردیم.



زندگی فقط دبستان و دبیرستان و دانشگاه و کار نیست، آن‌ها خیلی ساده است. بعداً ما دچار مشکل می‌شویم در خانواده، در خودِ کار، در رابطه با خودمان، با بچه‌مان، با همسرمان، این مشکلات ما را فلج می‌کنند. شما آدم‌ها را ببینید در چهل سالگی سخته می‌کنند از بین می‌روند، سرطان می‌گیرند. چرا؟ برای این‌که این آموزش‌ها را به ما ندادند.

حتی بد دانسته‌اند، آخر چطور یک آموزش مثل مولانا که بهترین راه یاد گرفتن دین است به ما نگفته‌اند آقا این را هم بخوان، حالا کتاب‌های دیگر هست، این هم بخوان، این به دینت کمک می‌کند؟! هیچ‌کس نگفته.

بعضی هم گفته‌اند ضد دین است. چرا؟ شما برسید چرا مولانا ضد دین است؟ برای این‌که این همه آیه و حدیث و فلان می‌آورد؟ به‌خاطر این ضد دین است؟ به‌خاطر این‌که ما نخوانده‌ایم. گفتند ضد دین است، گفتیم بله ضد دین است دیگر.

وقتمان را نگذاشته‌ایم بخوانیم ببینیم این‌که می‌گوید ضد دین است، نکند خودش دین ندارد؟ نکند می‌خواهد بی‌سواد و جاهلیت را رواج بدهد؟ نکند یک عامل خارجی است؟ اصلاً ایرانی نیست، نکند توطئه است؟ مگر آخر می‌شود که ما ایرانی باشیم فردوسی را، مولانا را، حافظ را، سعدی را، عطار را نخوانیم؟

بی‌خبر می‌مانیم، هم از نظر معنوی، هم از نظر مادی سر ما کلاه می‌گذارند. اگر ما به‌جای دین واقعی به خرافات معتقد باشیم، از آن بالا نگاه می‌کنند می‌گویند آقا این‌ها خرافی‌اند، می‌روند دست می‌زنند به فلان ساختمان نجات می‌خواهند. کسی که از ساختمان نجات بخواند هنوز می‌شود سرش کلاه گذاشت.

فکر نمی‌کنید این‌طوری است؟ کسی که در دسته‌های هزارتایی برود از ساختمان، از خاک نجات بخواند، سر او می‌شود کلاه گذاشت از نظر مادی. برای این‌که او نمی‌داند، خیلی واضح است.

شما رفتار کلی ما را ببینید، ما بزرگی مثل مولانا داریم که شعرش را واقعاً به درخت بخوانیم درخت شروع می‌کند به، مثال می‌زنم، لرزیدن. روی سنگ اثر می‌گذارد، نمی‌خوانیم! بعد آن موقع می‌رویم فیلم هفتاد سال پیش را، هشتاد سال پیش را تماشا می‌کنیم، این درست است؟

بعد آن موقع این همه هم مسئله داریم، می‌گوییم یک کسی بیاید این مسائل را حل بکند، این مسائل را فقط خودت می‌توانی حل کنی، باید خودت حل کنی. وقتی این شعرها را دادیم بچه‌ها خواندند، می‌بینید بچه‌ها می‌فهمند. آن خرد زندگی‌شان به‌کار افتاد، این بچه دیگر خرافاتی نمی‌شود، فهمید که زندگی چه است، عشق چه است، خدا چه است، خدا را با خرافات اشتباه نمی‌گیرد.



می‌گوید خدا اصل ماست که همه چیز ما او است، ما باید به او زنده بشویم. ما رفتیم چسبیدیم به پوست. این را می‌فهمد، بچه ده ساله می‌فهمد، هشت ساله می‌فهمد، چرا؟ برای این که به او گفته شد، به ما نگفته‌اند.

حتی آدمی مثل من که جست‌وجوگر بودم که آخر چه راهی درست است؟ بالاخره ما اهل روستا هستیم بلد نیستیم، معلّم خوبی نداشتیم، پدرمان نمی‌دانست، مادرمان نمی‌دانست، دایی‌مان نمی‌دانست، فامیلان جز چیزهای همین معمولی ده، چیزی نمی‌دانستند، خُب برویم کتاب بخوانیم.

خب این کتاب، آخر کدام کتاب را بخوانیم؟ برو فلان کتاب نمی‌دانم سیاسی را بخوان، راجع به کمونیسم بخوان، نمی‌دانم فلان کن، خُب از این‌ها ما چیزی یاد نگرفتیم. پس چرا نگفتند بروید مولانا بخوانید؟ چرا همگانی نکردند؟ چرا وقتی من بچه بودم هفت سالم بود، ده سالم بود یک هم‌چون تلویزیونی نبود؟! واقعاً پولش را نداشتند؟

درست است که هم‌چنین امکاناتی نبود از نظر تکنولوژی، بالاخره تلویزیون بود، رادیو بود، دبستان، دبیرستان بود. معلّمی که داشتیم می‌توانست بفهمد بداند که این شعرها را برای ما بخواند، آن‌ها هم نمی‌دانستند. وقتی ندانیم اشتباه می‌کنیم.

به‌خاطر (حالا وقت شما را هم گرفتم)، به‌خاطر بیزینسی که من داشتم، الآن هم دارم البته، که مربوط به مدی‌کال هست و هشتاد درصد بیزینس ما ابتدا صادرات بود، به‌خاطر همین من به کشورهای زیادی سفر کردم، برای بیزینس می‌رفتم، شما اسم ببرید تقریباً من رفته‌ام.

آن‌جا هم با یک عده‌ای آشنا شدم، خُب نماینده ما بودند و این‌ها، و هر جا می‌رفتم از نظر فرهنگی هم، چون در این زمینه مطالعه داشتم خُب یک نگاهی می‌کردم، هیچ‌جا هم‌چون فرهنگی ندارد که ما داریم، هیچ‌جا. اصلاً شما نمی‌توانید پیدا بکنید. شما مثل مولانا در جهان نمی‌توانید پیدا کنید والسلام.

و خُب از نظر آموزش معنوی هر جامعه‌ای برای خودش یک اخلاقیاتی دارد، ولی خُب مال ما کجا مال آن‌ها کجا؟ منتهی ما، می‌گوییم ما استفاده نمی‌کنیم. شما ممکن است یک ابزاری داشته باشید بسیار بُرا، ولی از آن استفاده نکنید. ممکن است هزاران دلار در یک بانک سوئیس داشته باشید، در یک جعبه‌ای باشد ولی گذش را ندانی، خُب نمی‌توانی استفاده کنی، به تو نمی‌دهند.

ما هم آن‌طوری شده‌ایم. حالا باید دست‌به‌دست هم بدهیم، قانون جبران را رعایت کنیم. و شما همین‌طور که کار می‌کنید روی خودتان و روی بچه‌هایتان و همین‌طور حمایت مالی می‌کنید تا این آموزش پخش بشود و ادامه



پیدا بکند، باید صبر کنیم، صبر. برای بیداری آدم‌ها از خرافه‌زدایی باید صبر کرد. و یک سرعتی دارد این هم، سرعت آن دست ما نیست، دست قضا و کُن‌فکان هست، ولی کوشش‌اش دست ما است.

همین‌طور که می‌بینید من هر کاری که از دستم برمی‌آید می‌کنم ولی دیگر بیش‌تر از این انتظار ندارم، نه انتظاری هم ندارم، ولی همین‌طور ما می‌بینید چیزهای شگفت‌انگیزی می‌بینیم، می‌بینیم مثلاً از یک دختر خانم شانزده‌ساله، اسمش را بگوییم هدیه یا کوچک‌تر از آن حورا یا مثلاً آیدا و یا چند نفر دیگر که مثل سارینا و همین خانمی که امروز آمدند روی خط، این‌ها همه جوان هستند دیگر.

مردم یاد می‌گیرند و این‌ها بلد شده‌اند زندگی را. و شما با این دانش مولانا واقعاً از یک آفتی راحت می‌شوید و آن آفت سرکشی و انحراف جوان است. این جوانان سرکش بودند، پدر و مادر نمی‌تواند با من‌ذهنی از عهده سرکشی جوانش بربیاید.

شما می‌دانید آدم شانزده‌ساله چقدر می‌تواند سرکش باشد، چقدر مثل هدیه می‌تواند خردمند باشد. چقدر می‌شود خانم سارینا سرکشی را بگذارد کنار، خودش روی خودش کار کند، سرکشی‌اش را ببیند، انحرافش را ببیند و پرهیز را یاد بگیرد از چه کسی؟ از مولانا.

پدر و مادرش عاجز می‌شوند، اگر بخواهند با او مبارزه کنند یا شکست می‌خورند یا یک موقعی خدایی نکرده فرزندان می‌رود یک بلایی سرش می‌آورد، گریه می‌کنند تا عمر پشیمان می‌شوند.

ما نمی‌توانیم با زور جلوی سرکشی جوان بربیاییم، این یادمان باشد. نیروی شیطانی را در جوان نباید تقویت کرد. چه‌جوری تقویت می‌کنیم؟ با مبارزه.

اگر یک پدری با من‌ذهنی‌اش بخواهد با بچه‌اش که از جنس من‌ذهنی است مبارزه کند هر دو شکست می‌خورند، هر دو خرد می‌شوند. چه بسا پدر از بین برود زود. اگر زورش زیاد باشد بچه از بین برود، یا هر دو از بین بروند.

این کار درستی نیست درحالی‌که این آموزش هست فقط باید روی خودمان کار کنیم. و این استنباط را که می‌دانم بگذاریم کنار، نمی‌دانیم. من که می‌گویم جست‌وجوگر بودم که اشتباه نکنم، هزاران تا اشتباه کردم. اگر این‌ها را در بیست و پنج سالگی می‌دانستم آن اشتباهات را نمی‌کردم، وقت تلف نمی‌شد، عمرم تلف نمی‌شد، کیفیت زندگی‌ام بهتر می‌شد. ببخشید وقت شما را گرفتم

◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇



انبیا گفتند در دل علتی‌ست که از آن در حق‌شناسی آفتی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۷)

در ما مرض و آفتی چون من‌ذهنی قرار دارد که ما را در شناسایی اصل خودمان، که خدائیت ماست، ناتوان می‌کند. و از عوارض این مرض: حرص، سیری‌ناپذیری، حسادت از طریق مقایسه. اضطراب و نگرانی نسبت به آینده، احساس گناه نسبت به گذشته، عصبانی بودن، ناآرامی و بی‌قراری و بی‌حوصلگی، قدرت‌طلبی، میل به دیده شدن، کوچک کردن دیگران، انتقاد کردن، عیب‌یابی از خود و دیگران که این‌ها همه ما را از جنس اصلی خود، که زندگی است دور می‌کند.

و تا از جنس خدا نشویم، احوال ما را نخواهد پرسید و درمانی صورت نمی‌گیرد. و بزرگ‌ترین اشکال ما این است که از من‌ذهنی که در ما این بلاها را به سر ما آورده، چاره و درمان می‌خواهیم. آن هم راه غلط به ما نشان می‌دهد، در صورتی که باید از مسیح درون خود درمان و چاره بخواهیم که دم زنده‌کننده او به سمت ما بیاید. و آمدن این دم با تسلیم و فضاگشایی میسر است.

این‌که ما اتفاق این لحظه و هر آنچه را که ذهن نشان می‌دهد بی‌کار کنیم، با مقاومت صفر در مقابل اتفاق و چیزی که ذهن به ما نشان می‌دهد.

و از چیزهای بیرونی شفا نخواستن، این‌که خود را بخشیده و دست از سر خود برداریم و توقع و انتظار خود را از بیرون و آدم‌های بیرون کاملاً قطع کنیم.

این‌که اعتراف کنیم بیمار زندگی هستیم، نه من‌ذهنی. و تنها کسی که جویای حال ما باید باشد، زندگی است، نه من‌ذهنی و زیاد کردن همانیدگی‌ها.

چون من‌ذهنی مانند طبیبی قلبی و ناوارد از فضای بسته داروهای برای ما تجویز می‌کند که نه تنها درمانی حاصل نمی‌شود، بلکه بر شدت درد ما می‌افزاید.

که بپرسد جز تو خسته و رنجورِ تو را؟ ای مسیح! از پی پرسیدنِ رنجورِ بیا

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷)



دست خود بر سر رنجور بنه که چونی؟ از گناهِش بمیندیش و به کین دست مخا

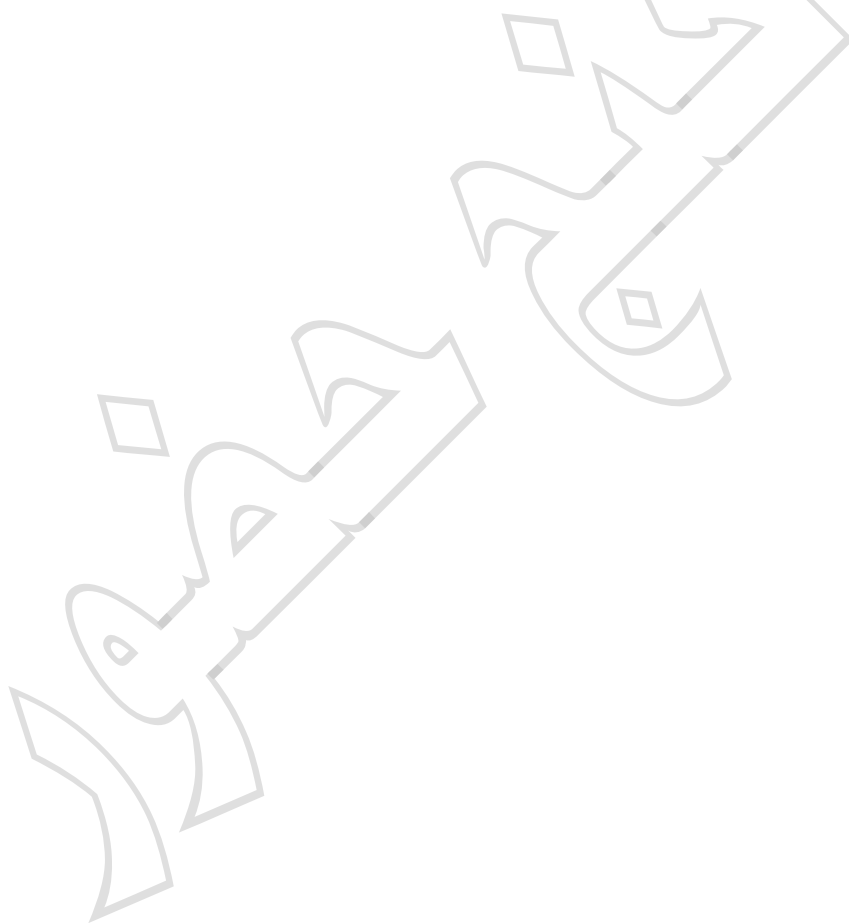
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷)

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خواهش می‌کنم. تمام شد صحبتتان؟

خانم فرخنده: بله، تشکر می‌کنم از برنامه عالی‌تان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.





با اجازه‌تان. برداشتی از برنامه ۹۳۳.

که بپرسد جز تو خسته و رنجور تو را؟ ای مسیح! از پی پرسیدن رنجور بیا

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷)

فکرهای پی‌درپی، زندگی خواستن از چیزها و دیگران و دردهایی چون خشم، رنجش و کینه نتیجه همانیدگی و مرکز جسمی است. این دردها ما را بیمار و خسته کرده‌است. چرا هنوز زخمی و رنجور هستیم؟

به‌جای معطل کردن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، به آن چیز کار داریم و از اتفاق شفا می‌خواهیم. تسلیم یعنی بی‌کار و معطل کردن هر اتفاق.

برحسب گناهان گذشته می‌اندیشیم و به‌خاطر کارهای گذشته ناراحت می‌شویم و خود را ملامت می‌کنیم. جناب مولانا می‌فرماید: برحسب گذشته نیندیش، چون خداوند برحسب گذشته نمی‌اندیشد.

و دراین‌صورت دست روی سرت گذاشته، بیماری‌ات شفا می‌یابد.

یکی از تنگ‌نظری‌های من‌ذهنی، نبخشیدن خود و دیگران است، روانداشتن زندگی خود برای دیگران، چون من‌ذهنی درکی از بی‌نهایت فراوانی و برکت ندارد و محدوداندیش است.

عشق به اشیا ما را کور و کر کرده، صدای زندگی را حتی با گوش دادن به برنامه هم نمی‌شنویم. من‌ذهنی با لجبازی و دید دوئی، عشق و وحدت نمی‌شناسد.

بیمار چیزهای بیرونی هستیم و نیازمند احوال‌پرسی دیگران. انتظار ما انسان‌ها به‌کلی باید قطع شود. غیر از خداوند، کسی ما را شفا نخواهد داد.

من روش زندگی خودم را دارم. این حرف من‌ذهنی برای ادامه دادن به سبب‌سازی ذهن است. کار عاقلانه خاموشی و متوقف نمودن جهد بی‌توفیق است.

عجله برای رسیدن به حضور، نشانه کاهلی من‌ذهنی است. زندگی مثل گل، انسان را شکوفا می‌کند.

نشانه وجود این مأمور خراب‌کار در وجود ما، ناراحت شدن و واکنش به رفتار دیگران است. ما بیمار خداوند و زندگی هستیم.



چو تو پنهان شوی از من همه تاریکی و کفرم
چو تو پیدا شوی بر من مسلمانم به جان تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۶۲)

گر آبی خوردم از کوزه خیال تو در او دیدم
وگر یک دم زدم بی تو پشیمانم به جان تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۶۲)

اگر بی تو بر افلاکم چو ابر تیره غمناکم
وگر بی تو به گلزارم به زندانم به جان تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۶۲)

ممنونم استاد.

آقای شهنازی: خیلی زیبا، آفرین.



مولانا در مثنوی، دفتر دوم، داستان اعتماد کردن بر تملق و وفای خرس را بیان فرمودند، در این داستان مولانای بزرگوار روی دیگری از من‌ذهنی را به ما می‌شناساند به این صورت که انسان ممکن است با من‌ذهنی‌اش دوست شود و به دوستی احمقانه او اعتماد کند و کارهای به ظاهر خوب و معنوی زیادی انجام دهد اما از روی ذهن که همه کار بی‌مزد خواهد بود.

با خرس من‌ذهنی هر محبتی که می‌کنی بی‌جا و دردآور است، هر خدمتی که می‌کنی بی‌جا و نادرست است.

با خرس من‌ذهنی عینکی جلوی چشمان حقیقت بین توست که نمی‌دانی کی و چگونه محبت کنی، کی و کجا و چگونه به دیگران خدمت کنی، کی و کجا حرف بزنی یا سکوت کنی، خلاصه هر کاری که می‌کنی هرچند ظاهراً پسندیده است ولی درواقع دردزا و هلاک‌کننده است.

باید من‌ذهنی را با کمک پیرراه، مولانای عزیز شناخت و از آن کاملاً فاصله گرفت تا این عینک توهمی و گمراه‌کننده از جلوی چشمان حقیقت بین ما کنار رود و به خطا نیفتیم.

با خرس من‌ذهنی حتی اشعار مولانا را می‌خوانیم و به نظرمان فهمیده‌ایم و عمل می‌کنیم در صورتی که با ذهن آن‌ها را تفسیر و تعبیر می‌کنیم و اشتبا عمل می‌کنیم با خواندن اشعار مولانا و گوش کردن به برنامه گنج حضور واژه‌هایی چون «قرین، آنصِتوا، صبر، شکر، پرهیز، مراقبه» را می‌خوانیم، می‌شنویم ولی با ذهن آن‌ها را می‌فهمیم و در نتیجه درست به کار نمی‌بریم.

تازه با این کار ایجاد ناراحتی و درد هم برای خودمان و هم دیگران می‌کنیم و این بسیار ما را از طریقت دور می‌کند بدون این که متوجه باشیم که مولانا در مثنوی دفتر پنجم می‌فرماید

**ای بسا سرمستِ نار و نارِجو
خویشتن را نورِ مطلق داند او**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶)

**جز مگر بندهٔ خدا، یا جذبِ حق
با رهش آرد، بگرداند ورق**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۷)



تا بداند کآن خیال ناریه در طریقت نیست اِلّا عاریه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۸)

اما نباید ناامید شویم، چون ناامیدی ما را در ذهن بیشتر فرومی‌برد.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷)

ما باید متعهدانه به برنامه گوش دهیم و اشعار مولانا را زیاد بخوانیم و فقط و فقط در اتفاقات لحظه هشیارانه فضاگشایی کنیم، فضاگشایی دور از ذهن، یعنی هیچ مقاومت، گله و شکایت، قضاوت، به گذشته و آینده رفتن، توقع داشتن، تأیید و تمجید دیگران را گرفتن، ملامت کردن، مقایسه کردن و این‌ها را نداشته باشیم.

اتفاقات را خوب و بد نکنیم، چون تمام این‌ها از روی ذهن است، در اتفاقات لحظه است که خدا روی ما کار می‌کند و زنگار همانیدگی‌ها را از آینه دل ما می‌زداید، اتفاقات متناسب با میزان و نوع همانیدگی‌های ما است، به این جهت اگر ما در اتفاقات لحظه فضاگشایی دور از ذهن کردیم و تسلیم بودیم از طریق این فضای گشوده شده خرد الهی به خرد ما می‌ریزد و ما به سلامت از اتفاق بیرون می‌آییم.

باید بسیار مراقب بدترین قرینمان که ذهنمان است باشیم و با قرین شدن با اشعار مولانا و برنامه گنج حضور آرام آرام ذهنمان را شناخته و از آن فاصله بگیریم.



۲۴- آقای صادق و همسرشان از ایلام با سخنان آقای شهبازی

خطها واقعاً شلوغ است، ما هرچه تلاش می‌کنیم... اولاً خوشحال هستیم که واقعاً این قدر شلوغ است. خسته نباشید من از ایلام زنگ می‌زنم از یکی از روستاهای ایلام. می‌خواستم در... البته از همه دوستان تشکر می‌کنم واقعاً از پیام‌هایشان که می‌دهند ما خیلی استفاده می‌کنیم. می‌خواستم در مورد دو شعر بسیار مهم از دفتر سوم بیت‌های ۳۶۲ و ۳۶۳ توضیحاتی بدهم البته به‌طور خلاصه.

قبض دیدی چاره آن قبض کن زانکه سرها جمله می‌روید ز بُن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

بسط دیدی، بسط خود را آب ده چون برآید میوه، با اصحاب ده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

در شعر اول می‌فرماید «قبض دیدی چاره آن قبض کن» پس وقتی من قبض می‌بینم باید قبض خود را چاره کنم، این‌جا یک امید به من داده که چاره وجود دارد. پس وقتی قبض می‌آید من نباید با آن ستیزه کنم و مقاومت کنم اگر این کار را بکنم و خودم را با آن درگیر کنم، همین درگیری و ستیزه باعث می‌شود آن قبض و همان چالش ریشه‌اش قوی و قوی‌تر شود و بالاخره از آن ریشه سری بیرون بیاید که هم خودم و هم دیگران را اذیت می‌کند پس راه چاره ستیزه با قبض و مقاومت نیست.

با قضا پنجه مزنی تند و تیز تا نگیرد هم قضا با تو ستیز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۰)

حالا راه چاره چیست؟ این‌که مولانا می‌گوید چاره دارد. من نباید اجازه بدهم که من ذهنی چاره را بگویم، خود مولانا راه چاره را می‌گوید.

پس چه چاره جز پناه چاره‌گر؟ ناامیدی مسّ و، اکسیرش نظر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۶)



پس چاره ما در هنگام دیدن قبض پناه خداست. حالا پناه خدا کجا است؟ همین فضای گشوده شده است که ما در پناه خدا قرار می‌گیریم. مس خودش نمی‌تواند خودش را به طلا تبدیل کند. باید نظر به او بیفتد، پس درواقع این قبض فقط برای این آمده که مرا هل بدهد به پناه خدا و فضای گشوده شده.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنو ای خوش‌سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیشرو لشکر

پس نامرادی‌ها فقط برای این آمده‌اند که مرا ببرند به پناه خدا، آن‌جا بهشت است و چاره آن‌جاست آن‌جا من بسط می‌بینم و آن‌جاست که مس من تبدیل به طلا می‌شود.

بسط دیدی، بسط خود را آب ده چون برآید میوه، با اصحاب ده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

پس باید با قبض‌ها در صلح باشم تا من را به فضای بسط ببرند. مولانا می‌فرماید:

حکم حق گُسترد بهر ما بساط که بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

حالا من در صورت دیدن بسط چطوری آن را آب دهم؟ مولانا خودش طریقه آب دادن بسط را هم می‌گوید.

انصِتوا یعنی که آبت را به لاغ هین تَلَفِ کَم کُن، که لب خشک است باغ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹)

آب دادن آن فقط با خاموشی است پس یک دانه است که باید آب خاموشی بخورد تا به یک درخت تبدیل شود. مولانا می‌فرماید بسط را آب دهید تا رشد کند و میوه دهد. یعنی من نباید فقط با کاشتن یک دانه، مثلاً بادام به مردم بگویم بیاید از درخت من بادام بخورید و فوراً شروع بکنم به «حبر و سنی» درخت بادامی وجود ندارد.



فقط یک دانه و یک ریشه کوچک است که باید آب خموشی و صبر و شکر بخورد. وقتی تبدیل به یک درخت بادام شد آن موقع هم من نیازی نیست چیزی بگویم. مردم خودشان از آن استفاده می‌کنند و خودم هم استفاده می‌کنم. پس در کل اصلاً نیازی نیست من با زبان چیزی بگویم. چون من از این آموزش فهمیدم که من از جنس گوش هستم و خدا از جنس زبان است.

چون تو گوش‌ی، او زبان نی جنس تو گوش‌ها را حق بفرمود: آنصتوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲)

و نباید به خدا بگویم فلان کار را بکن، فلان کار را نکن، فلان کس را بکش، فلانی را نکش، فلان چیز را به من بده، فلان چیز را نده و از این صحبت‌ها. بدین صورت من از جنس زبان شدم و خدا را از جنس گوش کرده‌ام، که این‌طوری نیست. من باید فقط گوش کنم که او حرف بزند و فعلاً که به گوش من اگر چیزی نمی‌گوید، از این فرصت استفاده کنم و از چیزهایی که به گوش مولانا گفته استفاده کنم.

این یک فرصت طلایی است که مولانا در اختیار ما گذاشته که تمام چیزها که زندگی به گوش او گفته در اختیار ما گذاشته تا ما هم که فعلاً نمی‌توانیم فضا را باز کنیم و از شراب مستقیم خود زندگی استفاده کنیم از این گوهرهای ناب که به گوش مولانا و دیگر بزرگان گفته نهایت استفاده را ببریم.

که نمونه‌اش برای خانواده ما که شعر ۵۳۰ و همین اشعار زیبا و احادیث زیبا خودشان درس‌هایی هستند که من دیده‌ام، و باید آب تکرار و طلب را به آن بدهم. تا در من رشد کنند و شکوفا شوند و زمینه را فراهم کنند تا من بتوانم دیگر قربانی قبض‌ها نشوم با فضاگشایی با اصل خودم یکی شوم و این دویی که یکی من هستم و یکی خدا، و من خدا را دارم از میان بروم و من و او در فضای وحدت و فضای گشوده‌شده یکی بشویم و او درواقع به گوش خودش بگوید. خسته نباشید آقای شهبازی. مطلب من در مورد این دو شعر تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی خوب خیلی خوب. عالی عالی عالی. ماشاءالله. واقعاً اصلاً چه بگویم این قدر زیبا و مؤثر بیان کردید. بعدش هم شما می‌گویید از روستا هستم. آفرین بر روستا!

آقای صادق: بله بله، من از روستا هستم. ما در روستایی هستیم در ایلام. البته روستای ما از نظر امکانات هم خوب است مثلاً گاز داریم، برق داریم، تلفن و این‌ها را داریم. ولی خودتان در جریان روستا هستید.

این آموزش‌ها من بارها گفته‌ام یک طلای نابی بود به دست من و امثال من در گوشه‌گوشه ایران که واقعاً محروم بودیم از این چیزها.



آقای شهبازی: بله شما هم دوباره از این به اصطلاح بیننده‌هایی هستید یا شاگردان مولانا هستید که به صورت مؤثر و گویا این آموزش را دارید برمی‌گردانید، دارید یاد می‌دهید. من مطمئن هستم که از همین صحبت‌های امروز شما خیلی‌ها امروز درس گرفتند و خیلی انسان‌ها درس خواهند گرفت. یعنی چندتا چیز را باهم ترکیب کردید، بسیار زیبا آن طوری که خودتان درک کردید و در عمل از آن استفاده می‌کنید. من از شما خیلی ممنون هستم. هم از شما، هم از همسرتان. که این همه دقیق کار کردید، مو را از ماست کشیدید. آفرین.

آقای صادق: خب من مجدداً از شما تشکر می‌کنم از همه زحمتهایی که می‌کشید. از همه دوستان، واقعاً ما درک می‌کنیم که چقدر هزینه می‌کنید، چقدر زحمت می‌کشید. سپاسگزاری می‌کنم. از همین‌جا مراتب سپاسگزاری خودم را به همه دوستان اعلام می‌کنم.

همسر آقای صادق: سلام آقای شهبازی حال شما خوب است؟

آقای شهبازی: سلام خوب بله، چقدر خوشحالم صدای شما را می‌شنوم.

همسر آقای صادق: من هم خیلی خوشحال هستم. خدا را شکر بخاطر سلامتی شما و به خاطر تلاش‌های بی‌نظیر شما واقعاً.

آقای شهبازی: بله، خیلی ممنون که نخواستید و الآن زنگ می‌زنید. بفرمایید دیروقت است آن‌جا!

همسر آقای صادق: نه، خواهش می‌کنم این کاری نیست در مقابل کار بی‌نظیر شما. من هم مثل بقیه دوستان که واقعاً فرمودند که این برنامه در جهان بی‌نظیر است. بی‌نظیر، چنین برنامه‌ای اصلاً بی‌نظیر است، نمی‌دانم چطور بگویم. من خیلی قدر این برنامه را می‌دانم، من از زمین تا آسمان به فاصله این‌ها را شکر می‌کنم به خاطر این برنامه. اگر بینندگان می‌خواهند بدانند این چیست؟ این عنایت است. عنایت چیست؟ این است.

واقعاً این یک عنایت ویژه است. ما که بچه روستا بودیم و هیچ امکاناتی نداشتیم اگر الان به خود من بگویند این برنامه گنج حضور را از شما می‌گیرم ولی به یک نقاط بسیار پیشرفته می‌برم من عوض نمی‌کنم، هرگز عوض نمی‌کنم.

آقای شهبازی آفرین. ممنونم. نه نه من عرضی ندارم داشتم حرف شما را تأیید می‌کردم. البته می‌خواهم بگویم که هم شما هم بینندگان بنده را یعنی «پرویز شهبازی» را از این فرمول‌ها بگذارید کنار. برای این‌که یک موقعی من را قاطی کنید، یک قضاوت‌هایی پیش می‌آید و اظهارنظرها، شما هستید و آموزش فرهنگی ایرانیان و مولانا، بالاخص خودتان را طرف مولانا بدانید نه من؛ یک موقعی ممکن آن موقع اگر من در میان باشم ممکن است ایراد بگیرید، هزارتا ایراد من دارم، همین الآن من دارم، من نباید معیار باشم.



همین پیشرفت شما و کار شما و مولانا باید باشد این جوری کار می‌کند. خواستم بگویم من کاری نمی‌کنم و هم نمی‌خواهم که خدایی نکرده این وسط مزاحم باشم، کسی بگوید که مثلاً یک اشکالی در من هست. شما هیچ موقع نه من را تحسین کنید، نه با من ستیزه کنید. بلکه آموزش را باید بگیرید و آموزش هم روی صفحه هست و آره، و من ذهنی می‌تواند از همه چیز استفاده کند برای مانع‌سازی و یکی از آن‌ها بنده هستم که در خدمت شما نشستم.

من تا آن‌جا که مقدور است سعی می‌کنم مانع نشوم و مسئله نشوم. چون برای راه‌حل هستم من این‌جا، ولی چون دوستان من ذهنی دارند با من ذهنی شروع می‌کنند، چه بسا از یک خاصیت من خوششان نیاید و همان مانع بشود.

برای همین عرض می‌کنم که بنده را از این فرمول‌ها باید بگذارید کنار، بگویید من هستم، یک انسان روی خودم کار می‌کنم. این هم یک آموزش است. حالا از آقای شهبازی خوشم نمی‌آید، می‌روم مثنوی را می‌گیرم می‌خوانم. بله بفرمایید ببخشید.

همسر آقای صادق: خواهش می‌کنم. ما فقط به خاطر این‌که شما این آموزش را، این مولانا را پیدا کردید و به ما معرفی کردید، ما باید طبق قانون جبران از شما تشکر کنیم. قدر شما را بدانیم، به‌خاطر همین بودن شما. در هر هفته حاضر شدن شما در این برنامه. و این‌که این آموزش را به ما یاد دادید واقعاً باید ما سپاسگزار همیشه باشیم. حالا چه در پنهانی، یا حالا می‌گویید در همین نزد شما بگوییم. حالا ما در پنهانی واقعاً از شما خیلی تشکر می‌کنیم.

همین شعرهای زیبا، همین چیزهایی که مولانا، از همه مهم‌تر با توضیح ساده شما، ولی بسیار پرمعنی، که همه‌کس می‌فهمد.

از پیر تا جوان، از همین کودکان گرفته تا هشتاد و پنج ساله، نودساله، همه می‌فهمند. چون ذات اصلی انسان این برنامه و این شعرها را می‌فهمد.

شاید ما یک ابری، مثل ابری یا گرد و غباری، مثل این روپوش نازکی روی روح اصلی ما پوشیده شده، ولی با تکرار این ابیات و یاد گرفتن از این آموزش‌ها به‌وسیله شما این روپوش زود برداشته می‌شود. مخصوصاً در کودکان که نزدیک هستند به حضور.

خیلی عالی است این شعرها. ببخشید وقت را زیاد گرفتیم، ولی دو، سه تا شعر می‌خوانم و مزاحم نمی‌شوم.



نمی‌دانیم از کدام شعرها، همه شعرها، همه شعرها عالی، پرمعنی هستند و بسیار عالی، عالی و بیدارکننده هستند. نمی‌دانم از کدامشان بخوانیم. همین‌جوری از دفتر سوم بیت ۴۰۶۳ که شما همیشه می‌خوانید و توضیح می‌دهید می‌خوانم.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

زان عَوَانِ مُقْتَضٰی که شهوت است
دل اسیرِ حرص و آز و آفت است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۴)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۵)

در خبر بشنو تو این پند نکو
بَيْنَ جَنْبِیْکُمْ لَكُمْ اَعْدٰی عَدُوْ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۶)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۷)

این واقعاً مولانا در این ابیات به ما من‌ذهنی را معرفی می‌کند. می‌گوید که همه دردها، بدبختی‌ها، سختی‌ها و مشکلاتی که می‌کشیم از دست انسان یا اطراف یا بیرون نیست. فقط از طرف نفس ما هست و نفس ما در درون ما است.

و ما باید مواظب باشیم که این مأمور را معرفی کرده، می‌گوید پنهان‌شونده است. یعنی زود یک کاری را خرابکاری می‌کند و خودش را پنهان می‌کند و به گردن بیرون از انسان می‌اندازد، انسان‌های دیگر.



می‌گوید افسونگر است و سوسه‌کننده است، خرابکار است، ساحر است، دزد است، خواهنده است و در جایی دیگر هم می‌گوید که راه‌حل دارد و این هم عدم کردن مرکز فقط راهش است. همین نقطه‌چین‌های مرکز ما این مجموعه کوچکی به نام شیطان کوچک است که جاسوس شیطان بزرگ در بیرون است تشکیل می‌دهد.

اگر ما بتوانیم به وسیله اتفاقی که خدا در این لحظه برای ما می‌افتد و به وسیله قانون کن فکان اگر بتوانیم تسلیم باشیم و قضاوت نکنیم، تا این نقطه‌چین‌ها را بیرون بیندازد، ما می‌توانیم یواش‌یواش این مرکز را پاک کنیم. یا بتوانیم یک کار دیگر بکنیم و هم‌هویت شدگی‌های جدید را به مرکز نیاوریم و مراقب باشیم، می‌توانیم این من‌ذهنی برداشته بشود و پراکنده بشود و یواش‌یواش از جای این نقطه‌چین‌ها حضور بیاید بیرون.

خدا خودش را به ما نشان بدهد و این عدم کردن مرکز به این آسانی نیست ولی راه‌حل‌هایش را داده گفته که ناامید نشوید، انصتوا باید باشید، هر لحظه اشتباه کردید برگردید، توبه کنید، می‌گوید این مرکب را با توبه باید دم‌به‌دم پاک بدارید این را و از کسی چیزی نخواهید. از قرین‌های بد پرهیز کنید. همه این‌ها را گفته حالا مزاحم نمی‌شوم ولی دیگر توضیح بدهم وقت زیاد می‌گیرد. ولی چند شعر دیگر می‌خواهم بخوانم اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بله بله، توضیح بدهید ما از شما همیشه یاد می‌گیریم، شما هیچ موقع نگران وقت نباشید. بینندگان ما وقتی شما صحبت می‌کنید واقعاً خوشحال می‌شوند، گوش می‌دهند بله. بفرمایید.

همسر آقای صادق: خواهش می‌کنم. می‌گوید وقتی که این مأمور خواهنده چیزی می‌خواهد تو را دعوت می‌کند از بیرون چیزهای جدید را بیاوری به مرکز، باید مواظب باشی. این را پیغمبر گفته، گفته:

**گفت پیغمبر که جَنَّت از اله
گر همی‌خواهی، ز کَس چیزی مَخواه**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

**چون نخواهی، من کفیلَم مر تو را
جَنَّتُ الْمَأْوٰی و دیدارِ خدا**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

**ور به امرِ حقِ بخواهی، آن رواست
آنچنان خواهش، طریقِ انبیاست**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۸)



می‌گوید که اگر چیزی نخواهی، پیامبر به ما قول داده، ما را ضمانت کرده گفته که اگر گوش به نفس خودت ندهی، و چیزی از بیرون نخواهی، من شما را ضمانت می‌کنم که بهشت را به شما بدهند. بهشت چیست؟ همان یکی شدن ما با خدا، اتحاد ما با خدا، همان دیدار خداست و گفته که ساحر است. چطور سحر می‌کند؟ در دفتر ششم از بیت ۳۱۶ می‌گوید که این‌جوری انسان را سحر می‌کند. سحر این‌جوری است که چیزی بد و بی‌ارزش را به ما خوب و بزرگ جلوه می‌دهد. زیبا جلوه می‌دهد. دفتر ششم از بیت ۳۱۶ می‌گوید که:

همچنان جملهٔ نعیمِ این جهان
بس خوش است از دور پیش از امتحان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۶)

می‌نماید در نظر از دور آب
چون روی نزدیک، باشد آن سراب

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۷)

گنده پیرست او و از بس چاپلوس
خویش را جلوه کند چون نو عروس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۸)

هین مشو مغرورِ آن گلگونه‌اش
نوش نیش‌آلودهٔ او را مچش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۹)

صبر کن کالصبّر مفتاحُ الفرج
تا نیفتی چون فرج در صد حرج

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۰)

آشکارا دانه، پنهان دام او
خوش نماید ز اولتِ انعام او

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۱)



با اجازه‌تان پیامی آماده کرده‌ام درمورد پذیرفتن مسئولیت هشیاری خود در این لحظه.

پس هماره روی معشوقه نگر این به دست توست، بشنو ای پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷)

این بیت بیدارکننده را بارها در هفته‌های اخیر از آقای شهبازی شنیده‌ام. گویا ایشان با تأکید و تکرارهای خود، می‌خواستند یک راز خیلی بزرگ در درون ما باز شود.

پس هماره روی معشوقه نگر این به دست توست، بشنو ای پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷)

مولانا با مهارت منحصربه‌فرد خود چنان کلمات را کنار هم قرار می‌دهد که در یک بیت به‌ظاهر ساده کلی معنا نهفته می‌شود:

مورد اول، دیدن روی معشوق:

مولانا به ما نوید می‌دهد که ما در همین فرم خاکی می‌توانیم روی خدا یا زندگی را ببینیم و با او ملاقات کنیم. هربار فضاگشایی می‌کنیم و درون خود را عدم می‌کنیم، روی معشوقه، یعنی روی خدا یا زندگی را می‌بینیم.

مورد دوم، هماره:

هماره یعنی همواره، یعنی همیشه. یعنی لحظه‌به‌لحظه. مولانا می‌گوید تو می‌توانی آن‌چنان فضا را باز کنی که لحظه‌به‌لحظه روی معشوقه را نگاه کنی. نه این‌که یک لحظه با فضاگشایی روی معشوقه را ببینی و لحظه بعد فضا را ببندی، و در افکار خود غرق شوی، تا دیگر روی خدا یا زندگی را نبینی.

مورد سوم، این به دست توست:

یعنی این‌که لحظه‌به‌لحظه روی معشوقه را ببینی به دست تو است، نه دست انسان دیگری، نه دست وضعیت‌ها، نه دست ژن تو یا جامعه یا مردم. با این صحبت مولانا تمام مسئولیت را به سمت خود ما متوجه می‌کند. می‌گوید آیا مرتب فضا را باز می‌کنی؟ آیا فضای باز شده را باز نگه می‌داری؟ آیا مراقب هستی کشش افکار و صحبت‌های همانیده تو را نکشد و ابری نشود که جلوی روی معشوقه را بگیرد؟



اگر مسئول هشیاری خود هستی که چه خوب. اگر نه می‌شوی همان انسان مستی که پس از مصرف شراب بیرونی و مستی حاصل از آن جنایت‌ها می‌کند و بعد می‌گوید شراب اختیار را از من گرفته بود و من مقصر نیستم.

همچو مستی، کو جنایت‌ها کند گوید او: معذور بودم من ز خود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵)

حالا ما هم مست شراب‌هایی مثل تأیید و توجه و پول و مقام و همانندگی با انسان‌های دیگر می‌شویم، بعد در من ذهنی جنایت می‌کنیم. یعنی از خدا و زندگی دور می‌شویم، و بعد می‌گوییم من اختیاری نداشتم، این شراب‌های بیرونی من را این‌طوری کردند. آن وقت زندگی هم به ما می‌گوید:

گویدش لیکن سبب ای زشتکار از تو بُد در رفتنِ آن اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

یعنی زندگی می‌گوید ای کسی که در من ذهنی زشتکار هستی، فقط همانندگی روی همانندگی می‌گذاری، این که اختیارت از دست رفت، این که روی معشوقه را ندیدی، هم‌ااش از خودت بود که اختیارت را دادی رفت.

تو می‌توانستی هر لحظه روی زندگی را ببینی. اما اختیارت را تفویض کرده‌ای به چیزها و انسان‌های دیگر. اختیارت بیهوده نرفت. تو خودت آن را راندی.

با کنار هم قرار دادن این چهار بیت این نتیجه را می‌شود گرفت که اولاً، ما باید هر لحظه با فضاگشایی روی زندگی را ببینیم.

دوم، این که ما توانایی و قابلیت دیدن روی زندگی لحظه به لحظه را داریم. سوم، این که اختیار آن به دست خود ما است. و چهارم، این که اگر همواره روی زندگی را نمی‌بینیم، مسئول آن خود ما هستیم، نه کس دیگر یا وضعیت دیگری. خودمان اختیار خود را به چیزها، انسان‌ها و اجسام تفویض کرده‌ایم و باعث شده‌ایم همواره روی معشوق را نبینیم.



۲۶- خانم معصومه از میانه

از زحماتان تشکر می‌کنیم آقای شهبازی، خیلی ممنون، زحمت می‌کشید. اگر اجازه بدهید چند نکته طلایی از برنامه ۹۳۳ را به اشتراک بگذارم آقای شهبازی.

که بپرسد جز تو خسته و رنجور تو را؟
ای مسیح! از پی پرسیدن رنجور بیا
دست خود بر سر رنجور بنه که چونی؟
از گنااهش بمیندیش و به کین دست مخا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۷)

نکته طلایی اول: تمرکز روی خودم. من فضا را باز می‌کنم، تا خدا مرا جذب کند. چون من مریضم، رنجورم، خسته‌ام در من ذهنی و جز خداوند نمی‌تواند مرا نجات دهد.

نکته طلایی دوم: از آن چیزهایی که ذهنم در جهان نشان می‌دهد، زندگی و خوش‌بختی نمی‌خواهم.

نکته طلایی سوم: در این بازی زندگی من مغلوب شیطان شده‌ام و مرا از بدو تولدم فریب داده و گرفتارم کرده.

نکته طلایی چهارم: اگر مرکز را باز کنم و کوری عشق بیاید و جنس خداگونه‌ام از دست نمی‌رود و شیطان نمی‌تواند مرا از راه بدر کند.

نکته طلایی پنجم: من باید به خدا بی‌نا شوم و مرکز عدم باشد و غیر خدا نمی‌تواند محل شهوت همانندگی‌هایم شود.

نکته طلایی ششم: وقتی مرکز خراب است، عقل و حس امنیت، هدایت و قدرتم را از آن مرکز آلوده به همانندگی‌ها می‌گیرم و انکار می‌کنم که مریضم.

نکته طلایی هفتم: کلمه «اعوذ» یعنی پناه می‌برم به خدا در هر لحظه مبارک با فضاگشایی پی‌درپی و اقرار می‌کنم. و اقرار می‌کنم که من مریض و رنجور و خسته‌ام در من ذهنی و نیاز به خداوند دارم و درد درمانم از رحمت و سرچشمه خرد بی‌پایانش و شراب عشقش درمان می‌شود ان شاء الله.

وقت آن آمد که من عریان شوم
نقش بگذارم، سراسر جان شوم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۳)



و در آخر کارمان خدایا چنان کن عاقبتمان را که تو خشنود باشی و ما رستگار.

اگر اجازه بدهید آقای شهبازی برندم را از بیت مولانا به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: بله، بله شما هم برندتان را بفرمایید.

خانم معصومه:

ناگاه سحرگاهی، بی‌رخنه و بی‌راهی آورد طبیب جان یک خمره پر افسنتین

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶۳)

تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا، آفرین.

خانم معصومه: خیلی ممنون، آقای شهبازی. خیلی وقت بود تماس نگرفته بودم، دلم برایتان تنگ شده بود.

آقای شهبازی: چقدر خوب است امروز قطع نشد. یادتان باشد مرتب هی قطع می‌شد تلفن قبلاً.

خانم معصومه: آره، خوش بختانه، خدا را شکر. خیلی وقت است آقای شهبازی، تلفن‌ها ماشاءالله شلوغ هستند

ولی بهتر توانستیم توکل بر خدا بگیریم.



۲۷- خانم مهسا و آقای احسان از کرج

سلام مهسا هستم سی و چهار ساله از کرج. کوتاه صحبت می‌کنم چون می‌خواهم همسرم صحبت کنند. من همیشه طولانی صحبت می‌کنم. چندتا مورد می‌خواستم بگویم، کوتاه.

این‌که این برنامه یک مدت طولانی است، نزدیک دو سال است برای من گنج است، به‌خاطر این‌که یک مدت بود، به مدت پنج سال، راحت جلو همه این برنامه را نگاه می‌کردم و به همه نشان می‌دادم این برنامه را. حالا معرفی هم بود، می‌شد می‌کردم، ولی بعد فهمیدم نه، این برنامه یک گنجی است که من باید برای خودم، خانواده خودم داشته باشم و به کسی نگویم.

حتی الآن مادرم هلند است، اصلاً نمی‌گذارم هیچ‌کس بفهمد که من این برنامه را گوش می‌کنم، چون همه یک مقاومتی نسبت به این برنامه نشان می‌دهند. من دیگر دوست ندارم این کار انجام بشود، چون این گنج خیلی گرانبها است و دوست ندارم حتی کوچک‌ترین توهین یا بی‌احترامی به این گنج بزرگ داده بشود.

مورد دیگر که می‌خواستم بگویم این‌که من همسرم با خودم خیلی درد کشیدیم در این راه، در راه عرفان و با من ذهنی خودمان جلو رفتیم و واقعاً همان‌جور که شما همیشه می‌گویید، درد وارد شد به ما و خُمان کرد زندگی و چنان دردی کشیدیم با مقاومت در برابر قضا، ولی قضا همان‌جور که همیشه بیتش هست:

گر قضا صد بار، قصد جان کند هم قضا جانت دهد، درمان کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹)

همان قضا بلندمان کرد و جان دوباره به ما داد و راه درست را به ما نشان داد و من توصیه می‌کنم این راه را انتخاب نکنند بینندگان و ما تجربه کردیم، دردش را کشیدیم، اما خُب قوی‌تر و پخته‌تر شدیم و محکم‌تر قدم برمی‌داریم.

درمورد دخترم لعا می‌خواستم بگویم که شما همیشه از حضور، از عشق می‌گویید که بچه‌ها را با حضور عشق ببینید و من تمام سعیم را دارم می‌کنم با دخترم لعا این کار را انجام بدهم و با عشق با او رفتار بکنم و سعی کنم که عشق غالب بشود به همه همانیدگی‌هایی که دارد تجربه می‌کند. دو سالش است و دوست دارم که فقط با عشق زندگی کند و همین هم هست و خدا را شکر می‌کنم و همیشه این را برایش می‌خوانم.



تا با تو قرین شدست جانم
هر جا که روم، به گلستانم

تا صورت تو قرین دل شد
بر خاک نیم، بر آسمانم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۶۶)

درمورد شناسایی این‌که من بیمار هستم، بله من ذهنی دارم و از مولانا، از بزرگان، از شما تشکر می‌کنم که به من شناسانید که من بیمار هستم و من ذهنی دارم و باید شناسایی‌اش کنم، ناظرش باشم و این هشیاری حضور به تله افتاده در من ذهنی را یواش‌یواش با یاری خداوند، ان‌شاءالله که جدا بکنم و نجات بدهم.

و درمورد زیبایی‌های خدا می‌خواستم بگویم، من تازه از طبیعت آمدم، در دل جنگل رفتم با همسرم، با دخترم و آن ظرافت و، آن لطافت و، آن عشق تمام، آن کمال کامل بودن خدا را دیدم در این پاییزی که دارد شروع می‌شود، آن برگ‌ریزان را.

آن برگ‌های سبز، زرد می‌شوند، می‌ریزند و چقدر خدا عاشق و لطیف است و ما انسان‌ها باید یاد بگیریم، از طبیعتش یاد بگیریم این لطافت و زیبایی را که آفرینندگان چقدر عاشق و لطیف است و ما با همان لطافت، با همان عاشقی باید زندگی کنیم و درس است در این طبیعت، طبیعت درس بزرگی به من می‌دهد. همیشه من می‌روم با همسر و دخترم یک مراقبه‌ای داریم و شسته می‌شود این آینه و صیقل داده می‌شود.

و هر لحظه از خدا می‌خواهم قائم به ذاتم باشم. ناظر به ذهنم باشم و هر لحظه ترازو و آینه را حواسم باشد به آن که این را رعایت بکنم و ترازو و آینه خدا باشم. همیشه می‌گویم خدایا خودت جای من باش، خدایا خودت چشم و سرم باش. تمام عینک‌های هم‌هویت‌شدگی را از من بگیر. عینک بی‌رنگی و زیبای خودت را به چشمان من بگذار و راه سختی است، خیلی سخت است. خیلی جاها گریه‌ام را درآورده، خیلی جاها ضجه زدم. خیلی جاها درد کشیدم. خدا را صدا زدم، ولی از راهم بر نمی‌گردد. فقط بزرگان را انتخاب کردم که از آن‌ها درس بگیرم، که بتوانم در این راه موفق بشوم به‌همراه همسرم و دخترم.

چندتا بیت می‌خوانم، گوشه را می‌دهم به همسرم، خیلی زیادی صحبت کردم.

گفت پیغمبر که جَنَّت از اله
گر هَمی‌خواهی، ز کَس چیزی مَخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)



چون نخواهی، من کفیلَم مر تو را جَنَّتِ الْمَأْوَىٰ و دیدارِ خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

مردۀ خود را رها کرده‌ست او مردۀ بیگانه را جوید رَفُو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

خیلی ممنونم.

آقای احسان:

سلام من احسان هستم، سی و هفت سالم است، از کرج تماس می‌گیرم. خدا را شکر که با شما صحبت می‌کنم. آقای شهبازی من صحبت‌م سه بخش دارد. اگر بتوانم خیلی سریع بگویم خیلی خوب می‌شود. اولش می‌خواستم یک اعترافی بکنم، این‌که من من‌ذهنی دارم و تمام دردهای حاصل از آن را دارم، چهارتا مرغ را دارم، خشم را دارم، رنجش را دارم، ناز کردن را دارم، ستیزه را دارم، همه این‌ها را دارم. خُب وقتی تماس می‌گیرم و این را اعتراف می‌کنم، راحت می‌شوم. دیگر نمی‌پوشانم روی این دردها را و حرفم را می‌توانم راحت بزنم. این بخش اول صحبت‌م بود.

بخش دوم می‌خواستم درموردِ آزمایش لیزر صحبت بکنم که واقعاً حیرت‌آور بود و برای من شوکه‌برانگیز بود. این‌که ما لیزری که دارد تابیده می‌شود، خم می‌کنیم به سمتِ شوره‌زارِ فکر جای خودش را دارد و دائماً داریم این کار را می‌کنیم از طریق فکر، اما نکته‌ی خیلی مهمی که در این آزمایش وجود دارد، وجودِ خود لیزر هست که لیزر



دارد تابیده می‌شود به مرکز من و ما اصلاً به خود لیزر توجه نمی‌کنیم که لیزر آن‌جا هست. مولانا در ابیاتشان کاملاً زه این نکته اشاره می‌کنند، مثلاً می‌گویند:

که تو آن هوشی و باقی هوش پوش خویشتن را گم مکن یاوه مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۱)

می‌گوید تو لیزر هستی، نور دارد تابیده می‌شود درونت یا می‌گوید که

هین قُم اللَّیْلَ که شمعی ای هُمَام شمعِ اندر شب بُود اندر قیام

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۵۶)

مولانا تظاهر به معنوی‌گرایی یا مذهبی یا سخنانِ عارفانه نمی‌کند. خیلی ببخشید، می‌گوید: هله، هوی، با تو هستم. لیزر دارد در مرکزت همین لحظه می‌تابد، اگر گوش بدهی، حتی می‌توانی با گوش عدمت صدای لیزر را بشنوی و متوجه بشوی که آن‌جا دارد این می‌تابد و اگر زاویه ۸/۴۸ را پیدا بکنی، یعنی اَنصِتُوا را انجام بدهی و ذهنت را یک لحظه خاموش بکنی، می‌توانی آن را ببینی و اگر آن را ببینی، آن روی خودش منطبق می‌شود و از آن به بعد ذهنت خاموش می‌شود، حالا اتفاقاتی که بعدش می‌افتد، نور لیزر چطور می‌تواند بتابد و آن‌جا چه فعل و انفعالاتی به وجود می‌آید حالا آن را نمی‌دانم، ولی این را می‌دانم که صدای لیزر را می‌توانی بشنوی. این هم بخش دوم بود. فرصت دارم که بخش سوم را هم بگویم کوتاه؟

آقای شهنازی: بله، بله. بفرمایید.

آقای احسان: خیلی متشکرم. می‌خواستم تأثیری که این برنامه در مدت هفت الی هشت سالی که دارم تماشا می‌کنم، در زندگی‌ام گذاشته را خدمت بینندگان عزیز عرض بکنم. حالا این‌که گذشته چکار می‌کردم و چقدر داغون بودم بماند که مواد مخدر مصرف می‌کردم، از هر نوعی‌اش را مصرف کردم، تا دیروقت خانه نمی‌آمدم، با همسر رفتار درستی نداشتم، خودم را عاقل و دانا می‌دانستم، همه این‌ها را داشتم.

ولی این لحظه ساعت هفت و نیم تا هشت صبح بیدار می‌شوم، دوش می‌گیرم، همسر را راهی می‌کنم او می‌رود باشگاه. من می‌روم صبحانه‌ای که طبق برنامه ورزشی‌ام هست را برای خودم درست می‌کنم. کتاب مطالعه می‌کنم. دخترم بیدار می‌شود، مراقبت می‌کنم از او. بعد می‌روم باشگاه تمرین سنگین می‌کنم، البته قبلش می‌روم مغازه. بعد از آن‌جا می‌روم باشگاه تمرین سنگین می‌کنم.



حتی به جایی رسیدم که تحت نظر مربی البته، سیصد و بیست کیلو پرس پا می‌زنم. خُب این واقعاً شمس‌القمر است. من اصلاً نمی‌توانستم از روی زمین بلند بشوم. عرضم به خدمتتان بعد دوباره می‌روم سر کار، بعد می‌روم دنبال همسر، اگر بشود با دخترم می‌رویم پیاده‌روی و دوباره به زندگی مشغولم. روابطم با همسر خوب شده. سعی می‌کنم خسیس نباشم، رستوران‌های خوب ببرمشان، هتل ببرمشان. قانون جبران را حتی من تا دو سال پیش هزار تومان پول نداشتم، حتی همه‌چیزم را از دست داده بودم، حتی الآن به هفته‌ای مثلاً حالا مبلغش را می‌گویم، پانصد هزار تومان رساندم، می‌توانم پرداخت کنم. این همان، خیلی خوب شد این‌ها را عرض کردم خدمتتان.

بعد دوباره از آنجا می‌روم باشگاه تمرین سنگین می‌کنم، حتی به جایی رسیدم که تحت نظر مربی البته، ۳۲۰ کیلو پرس پا می‌زنم، خوب این واقعاً شَقُّ الْقَمَر است من حتی نمی‌توانستم از روی زمین بلند شوم، عرضم به خدمتتان که بعد دوباره می‌روم سر کار، بعد برمی‌گردم می‌روم دنبال همسر، اگر بشود با دخترم می‌رویم پیاده‌روی و دوباره به زندگی مشغول هستم. روابطم با همسر خوب شده، سعی می‌کنم خسیس نباشم، رستوران‌های خوب ببرمشان، هتل ببرمشان، قانون جبران را حتی من تا دو سال پیش هزارتومان پول نداشتم و حتی همه‌چیزم را از دست داده بودم ولی الآن هفته‌ای مثلاً حالا مبلغش را هم می‌گویم به پانصد هزار تومان رساندم و می‌توانم پرداخت کنم.

این‌ها همه تأثیراتی بوده که این برنامه روی شخص من گذاشته حالا. برای همسر دقیقاً همین‌ها وجود دارد که من می‌خواستم بیش‌تر درمورد خودم صحبت کنم.

خیلی خوب شد که این‌ها را عرض کردم خدمتتان.

آقای شهبازی: آفرین، عالی عالی، موفق شدید.

بله، این‌طوری باید باشد، زن و شوهر با هم کار می‌کنند، موفق می‌شوند.



با اجازه‌تان اول سه بیت از حافظ بخوانم:

هر آن که جانبِ اهلِ خدا نگه دارد
خُدّاش در همه حال از بلا نگه دارد

حدیث دوست نگویم مگر به حضرت دوست
که آشنا، سخن آشنا نگه دارد

دلا معاش چنان کن که گر بلغزد پای
فرشته‌ات به دو دست دعا نگه دارد

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۲۲)

استاد چندتا از تجربه‌هایم را خدمت شما و دوستان عزیزم اعلام کنم.

آقای شهمازی: بگذارید من از شما یک سؤال دارم. ببینید مثلاً من به حافظ خیلی علاقه دارم و خب خیلی هم احترام و ارزش دارد برای من، شما هم شیرازی‌ها همین‌طور هستید؟ آخر حافظ همشهری شماست، نمی‌گویید که این حافظ همشهری ماست و این‌ها؟ شما هم خیلی دوست دارید نه؟ احترام می‌گذارید به حافظ؟

خانم پریزاد: بله من قبل از آشنایی با برنامه شما و مولانا کلاً با حافظ بودم. در انجمن شعر هم عضو آن‌جا بودم، شرکت می‌کردم، شعرها را حفظ می‌کردم و می‌خواندم آن‌جا ولی معنایش را درست متوجه نمی‌شدم. امروز تازه متوجه شدم معنای شعرهای حافظ هم با آموزه‌های شما متوجه شدم.

آقای شهمازی: آفرین، عالی، عالی، بفرمایید.

خانم پریزاد: زنده باشید. چندتا از تجربه‌هایم خدمت شما و دوستان عزیزم اعلام کنم که چیزی نبود جز لطف شما و مولانا و طرح زندگی.

آخرین تماسی که گرفتم نه ماه قبل بود. حالا این تماس چجوری بود؟ شروع تماس رفتم در اتاق پسر و گفتم، مادر جان من را حمایت کن. این شماره‌ها را تو هم بگیر برایم. گفت نمی‌توانم، من از این برنامه خوشم نمی‌آید.

استاد جان عذرخواهی می‌کنم از این جمله که گفتم.



آقای شهمازی: نه خیلی خوب است؛ چند سالشان بود؟

خانم بریزاد: والا چهل سالش هست.

آقای شهمازی: چهل سال، خیلی خوب. خوب.

خانم بریزاد: گفت، خوشم نمی‌آید. همزمان خودم هم شماره را گرفتم. یک لحظه شنیدم صدایتان را. فرمودید بله، بفرمایید. خیلی عجیب بود برایم، این بیت آمد در دلم که گفت:

خامش کن و خامش کن زیرا که ز امر کن آن سکتۀ حیرانی بر گفت مزید آمد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۱)

تجربه بعدی دوره شیوع کرونا بود که همسرم و پسرم کرونا گرفتند، خیلی شدید بود، من از صبح که بیدار می‌شدم تا لحظه آخر شب در خدمت این‌ها بودم و درحالی عطسه و سرفه در سر و صورت من می‌کردند، من برایم مهم نبود. خودم را سپردم به دست زندگی. خوب من نگرفتم. این هم چیزی نبود جز لطف خدا، مولانا و استاد عزیزم. تجربه بعدی من، استاد جان من شصت و چهار سالم است. خدا را شکر تا حالا مشکلی نداشتم، کلاً اهل دارو و دکتر هم نیستم. حتی با ویتامین هم ردیف نیستم. اما سالی یک‌بار یک چک‌آپ کامل انجام می‌دهم. آخرین آزمایش من نشان داد تیروئید شدید دارم. تمام علائم هم داشتم.

خواب‌آلودگی شدید، ریزش موی شدید، ضربان نامنظم قلب، همان آریتمی (Arrhythmia)، سردی بدن. سردی بدنم خیلی شدید بود. خوب با این مراحل کنار آمدم، رفتم دکتر، داروی تیروئید با دوز (Dose) خیلی بالا به من داد، نخوردم.

به خودم گفتم یک‌بار دیگر می‌روم آزمایش. رفتم، نتیجه آزمایش نرمال (Normal) بود. مشکلی نداشتم. برایم عجیب بود که عوارضش هم رفته بود. این هم چیزی نبود جز لطف خدا، مولانا و استاد عزیزم.

تجربه بعدی دو ماه قبل رفتم خرید، می‌خواستم خریده‌ایم را ببرم در ماشین. راه رفتنم در حد نیمه دویدن است. یک لحظه پاهایم رفت پشت یک سیم برق، به شدت چهار دست‌وپا خیلی محکم پرت شدم؛ در حدی که کف دو تا دستم کبود شد، دو تا زانویم کبود شد و قفل کرد.

خب می‌گفتم صد درصد زانویم یا دررفته یا شکسته، دستم هم حتماً شکسته. در حدی بودم که من را با ویلچر بردند دکتر.



بردند دکتر ارتوپد و رادیولوژی. خب عکس گرفتند. دکتر گفت نه شکسته، نه دررفته. فقط کوفتگی و خون‌مردگی شدید دارد.

تقریباً یک ماه طول کشید تا دست و پایی به حالت طبیعی برگشت. عصب و تاندون دستم کِش آمده بود، از کار افتاده بود، زانوهایم هم درد شدید داشت ولی بدون هیچ دارو و مراحل پزشکی کلاً برطرف شد. این هم چیزی نبود جز معجزه و لطف خدا، مولانا و استاد عزیزم. و این چند بیت را دائم می‌خوانم:

کافیم، بدهم ترا من جمله خیر
بی سبب، بی واسطه یاری غیر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

کافیم، بی داروت درمان کنم
گور را و چاه را میدان کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۰)

استاد عزیزم فردای روزی که این اتفاق افتاده بود، برنامه زنده شما بود؛ چهارشنبه صبح. تلوزیون را روشن کردم. این سه بیت آمد روی صفحه:

پس ریاضت را به جان شو مشتری
چون سپردی تن به خدمت، جان بَری

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۶)

ور ریاضت آیدت بی اختیار
سر بِنه، شکرانه ده، ای کامیار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۷)

چون حقت داد آن ریاضت، شکر کن
تو نکردی، او کشیدت زامر کن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۸)

این بیت هم استاد عزیزم خیلی به دلم می‌نشیند:



می‌مالَم این دو چَشم که خواب است یا خیال
باور نمی‌کنم عَجَب ای دوست کین مَنَم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۰۸)

این بیت هم خیلی به دلم می‌نشیند:

این دگر من نیستم، من نیستم
حیف از آن عُمَری که با من زیستم

(فروغ فرخزاد، شعر تولدی دیگر)





آقای شهبازی الآن فکر کنم چند روز پیش بود که سالگرد مادر بود و یک سال از این واقعه می‌گذرد و من هیچ‌وقت فکر نمی‌کردم به این سرعت بگذرد و من نسبت به آن روزها چقدر تغییر کردم و این آموزه را هر روز در خودم قوت می‌دهم مولانا را و این ابیات را هر روز و هر روز خدا را شکر بهش نزدیک‌تر هستم. و هیچ‌وقت فکر نمی‌کردم که این قدر متعهدانه و با تعهد روزافزون بتوانم این برنامه را ادامه بدهم. و یک پیغامی آماده کرده بود، یک صحبتی هست در مورد بو و حس بویایی که جناب مولانا خیلی در مورد حس بویایی صحبت می‌کنند. گ، یک تمثیلی است از آن عطر و حس زیبایی زندگی که همیشه از شامۀ حس بویایی انسان تمثیل می‌زنند تا ما بدانیم که این حس زندگی چقدر شبیه به یک بوی خوش است. که در غزل ۲۲۷۹ جناب مولانا می‌گوید:

این کیست این؟ این کیست این؟ در حلقه ناگاه آمده؟ این نورِ الهیست این، از پیشِ الله آمده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۷۹)

جناب مولانا من احساس می‌کنم یک چنین تصویری دارند از این بیت که ما یک بوی خوشی را احساس می‌کنیم در این ابیات و رد این بو را می‌گیریم و کوچه‌ها و خیابان‌ها را در پی این بو طی می‌کنیم و می‌رسیم به آن مخزن آن بو.

مخزن آن عطر زیبای زندگی و آن را یک روز پیدا می‌کنیم که آن فضای یکتایی است، البته شما می‌گویید این مسیر رسیدنی نیست، ولی ما این بو را هم‌چنان در پی آن هستیم تا آخرین روزی که در این کره زمین زندگی می‌کنیم، در پی این بوی زندگی، عطر زندگی خواهیم بود.

و در غزل ۸۳۷ از دیوان شمس جناب مولانا می‌گویند:

هر کجا بوی خدا می‌آید خلق بین بی‌سر و پا می‌آید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۳۷)



و ما این بو را تا حدودی از طریق ابیات مولانا حسش کردیم و تمام تلاشمان هست که بی‌سروپا به سمت این عطر زیبای زندگی روانه بشویم.

و در غزل ۳۳۸ جناب عطار می‌گوید که:

گر نسیم یوسفم پیدا شود
هر که نابینا بود بینا شود

بس که پیراهن بدرم تا مگر
بویی از پیراهنش پیدا شود

(عطار، غزلیات، غزل ۳۳۸)

و در ابیاتی هم از مولانا هست که از بوی پیراهن یوسف صحبت می‌کند و در این غزل می‌گوید اگر نسیم یوسف یا همان بویی که ما در پی آن هستیم پیدا بشود، بینش نابینای من‌ذهنی ما «هر که نابینا بود بینا شود» این بینش بینا می‌شود، این عینک‌ها برداشته می‌شود.

فقط ما باید در پی او، عطر زندگی به قول مولانا «بی‌سروپا» برویم و در طلب فراوان و بی‌وقفه حرکت کنیم.
و می‌گوید:

بس که پیراهن بدرم تا مگر
بویی از پیراهنش پیدا شود

(عطار، غزلیات، غزل ۳۳۸)

و ما هر لحظه باید این پیراهن من‌ذهنی را بدریم تا روزی به بوی پیراهن زندگی برسیم که همان فضای لایتناهی است.

و در غزل ۲۴۳ عطار هم می‌گوید:

نرسد بوی زلف تو به دلم
تا که کار دلم به جان نرسد

(عطار، غزلیات، غزل ۲۴۳)



و تمام این ابیات می‌خواهد به ما بگوید که یک بویی هست، یک شباهت به یک بویی دارد که ما فقط باید در پی آن باشیم و این بو زیباترین حس زندگی را به ما القاء می‌کند.

و در غزل ۶۹ عطار می‌فرمایند:

چون دل من بوی می‌عشق یافت عقل زبون گشت و خرد زیر دست

(عطار، غزلیات، غزل ۶۹)

و ما زمانی‌که بوی می‌عشق برسد مرکزمان و عقل ما زبون و همان عاجز خواهد شد و خرد می‌گوید که «خرد زیر دست یعنی» خرد تحت اراده زندگی خواهد شد.

و در غزل ۱۹۴۶ جناب مولانا می‌گویند:

تا خموشم من ز گلزار تو ریحان می‌برم چون بنالم عطر گیرد عالم از ریحان من

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۴۶)

و جناب مولانا می‌گویند: تا زمانی‌که من خموش باشم، تا زمانی‌که من ذهنم را خاموش کنم از این گلزار زندگی ریحان خواهم برد و ریحان هم نماد زندگی است یا نماد می‌توانیم بگوییم دولت یا آن زیبایی و آن دارایی و آن ثروت معنوی ما می‌تواند باشد.

و می‌گویند «چون بنالم عطر گیرد عالم از ریحان من» یعنی ما هم این ناله مثبت است و این ناله همان فضاگشایی ماست و این بوی زندگی با فضاگشایی ما پخش خواهد شد و عالم از این بوی خوش توسط هر انسان خوشبو و معطر خواهد شد. ممنونم از شما.

آقای شهنازی: خیلی زیبا آقا مهران.