



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. درعین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذایمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه 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 ۱-۹۳۹ ■ ■ ■

برنامه ۱-۹۳۹ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۴ نوامبر ۲۰۲۲ - ۱۳ آبان ۱۴۰۱

تو همچو وادی خشکی و ما چو بارانی
تو همچو شهر خرابی و ما چو معماری

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۵

وادی: بیابان

برنامه شماره ۹۳۹

برنامه ۱-۹۳۹
بخش اول
برنامه ویژه پیغام‌های تلفنی

Studio : 001 747 8880638

Parviz Shahbazi





ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم زهرا از نوشهر	۵
۲	سخنان آقای شهبازی	۹
۳	خانم مهتاب از لرستان با سخنان آقای شهبازی	۱۱
۴	سخنان آقای شهبازی	۱۸
۵	خانم آرمیتا از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی	۲۰
۶	سخنان آقای شهبازی	۲۵
۷	آقای محسن و همسرشان خانم اعظم از دامغان	۲۶
۸	سخنان آقای شهبازی	۳۰
۹	آقای امیر از تهران	۳۲
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۳
۱۰	خانم فرزانه	۳۴
۱۱	خانم مرجان از استرالیا	۳۷
۱۲	خانم دیبا از کرج	۴۰
۱۳	آقای فرشاد از خوزستان	۴۳
۱۴	خانم فرخنده و خانم آیدا از جوزان با سخنان آقای شهبازی	۴۵
۱۵	آقای علی از دانمارک با سخنان آقای شهبازی	۵۰
۱۶	خانم زهره از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی	۵۴
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۵۹
۱۷	خانم فریده از هلند	۶۰
۱۸	آقای بیننده	۶۲
۱۹	آقای داریوش از ژاپن	۶۵
۲۰	خانم زهره از آمل	۶۸
۲۱	خانم پروین از اصفهان	۷۱



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۲	آقای عارف از اصفهان	۷۲
۲۳	خانم زینب و فرزندان‌شان از بروجن	۷۳
۲۴	خانم طاهره و خانم هدیه از شیراز	۷۷
۲۵	خانم زهره از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۸۰
۲۶	خانم اکرم از نجف آباد	۸۴
۲۷	خانم طاهره از تهران	۸۵
-	پایان بخش سوم	۸۷



۱- خانم زهرا از نوشهر

سلام بر قرین نازنینم. من معذرت می‌خواهم که زنگ زدم زودتر. من دو هفته قبل زنگ زده بودم نباید زنگ می‌زدم، ولی من هم مشکل خانم فاطمه را دارم اگر اجازه می‌دهید من مطلبم را بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم زهرا: سلام بر قرین نازنینم و همین‌طور سلام بر خواهران و برادران عزیزم که ارتعاش حضورشان حالم را خیلی خوب می‌کند و از پیام‌های عالی‌شان چه با تلفن‌ها و چه در کانال معنوی، بسیار بهره می‌برم و در کل با شما زندگی می‌کنم. با گریه‌هایتان گریه می‌کنم و با خنده‌هایتان می‌خندم و شادم، و از تجربه‌هایتان پند می‌گیرم و در زندگی روزمره به‌کار می‌برم تا سرم به دیوار بلا نخورد.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)

با کودکان عشق درحالی‌که قربان صدقه‌شان می‌روم ابیات را حفظ می‌کنم و یاد می‌گیرم و می‌بینم که چقدر در این مدت تغییر کرده‌اند و پیشرفت داشته‌اند، و این برایم قابل تحسین است.

زهرا هستم از نوشهر، مازندران. دو هفته قبل زنگ زدم و می‌دانم که نباید در این ساعت زنگ می‌زدم، اما من هم مثل خانم فاطمه از گلپایگان که روز چهارشنبه تماس گرفتند، مشکل دارم. و در پرانتز بگویم که خیلی دوستشان دارم و از همه پیام‌هایشان بسیار یاد می‌گیرم و لذت می‌برم.

مشکل ایشان «اشتباه نکردن» بود، اما من در تمام عمرم در اثر پندار کمال بزرگ، ترس شدیدی داشتم از این‌که کاری برخلاف میل کس دیگری انجام بدهم و او را دچار خشم کنم و از ترس این‌که خشم او دامنم را بگیرد، همه عمرم با همه حتی برخلاف میل باطنی‌ام مدارا کردم و کارها و توقعاتی را که از من داشتند، قبل از این‌که به من بگویند و از من بخواهند من خیلی زودتر انجام می‌دادم.

و در کل به‌خاطر این ترس اصلاً برای دلم زندگی نکردم، ولی حالا به پندار کمال غلبه کردم و زنگ زدم، و ترسی ندارم از این‌که به من اعتراض کنید که چرا زود زنگ زدم، مهم این است کاری را که دلم خواست انجام دادم.

دیگر واقعاً تصمیم گرفتم نمی‌خواهم بترسم. من مسئولیت بزرگ کیفیت هشیاری‌ام را در این لحظه می‌پذیرم و می‌دانم توانایی انجام آن را دارم، چون این توانایی نه‌تنها در من بلکه در همه انسان‌ها در بدو خلقت به‌صورت بالقوه وجود دارد، ولی من به‌قول آقای صفدر چون کِرِکَرهام پایین بود تا همین چندوقت قبل از آن خبر نداشتم و از آن استفاده نمی‌کردم.



ولی الآن به لطف ابیات حضرت مولانا و آموزه‌های روشن‌گرایان از این گنج درونم آگاه شدم و بسیار به آن افتخار می‌کنم، و فهمیدم تنها مایه برتری من به عنوان یک انسان، استفاده درست و به موقع از این «گنج» که همان «توانایی و قدرت انتخاب در این لحظه» است، هست؛ نه شکل ظاهری، مقام، پول، شهرت، و هرچیز دیگری که این جهانی است و فانی است و بقا ندارد.

از آقایان خواهش می‌کنم که پیام بدهند. این پیام‌هایشان خیلی تأثیر می‌کند برای آقایان، مثل همسر خودم. تجربه‌اش را می‌بینم در خانه، خیلی مؤثر است، خیلی زیاد! ببخشید من وقتتان را هم گرفتم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. نه، وقت نگرفتید خانم. شما در وقت خودتان صحبت می‌کنید.

خانم زهرا: ممنونم. برّندم (brand) را هم بخوانم.

زندگی تن، مجو از عیسی‌ات کام فرعونى مخواه از موسی‌ات

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۵۳)

بر دل خود کم نه اندیشه معاش
عیش، کم نآید، تو بر درگاه باش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۵۴)

این بدن، خرگاه آمد روح را
یا مثال کشتیِ مر نوح را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۵۴)

تُرک چون باشد، بیابد خرگهی
خاصه چون باشد عزیزِ درگهی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۵۴)

یعنی این‌که منظور در این ابیات از دفتر دوم است، بیت ۴۵۳، یعنی این‌که از عیسی و موسی در این‌جا منظور زندگی است، ما نباید چیزی برای همانیدگی‌هایمان بخواهیم برای زندگی فعلی‌مان بخواهیم، مثل «از خدا غیر خدا را خواستن، ظنّ افزونی‌ست» فکر می‌کنیم زیاد می‌خواهیم، ولی کم می‌شود از ما از زندگی‌مان کم می‌شود.



و فکر معاش را نکنید. اگر در این لحظه باشیم بر درگاه باشیم، همین‌جوری که تا حالا در زندگی‌مان کم نیاوردیم بعد از این هم نمی‌آید. و همین‌جوری که کشتی برای نوح آمده بود، این بدن ما هم برای این نیامده که ما تا آخر عمرمان پرورده‌اش کنیم و بسپاریم به خاک؛ یک خرگاه یک خیمه‌گاهی است برای هشیاری‌مان، بابد روحمان را پرورش بدهیم.

و «تُرک» هم به‌نظر من کسی است که در این مسیر، انسانی است که در این مسیر دارد روی خودش کار می‌کند و همه انسان‌ها عزیزِ درگاه هستند عزیز خداوند هستند، اما تُرک خیلی عزیزتر، چون از عنایات خداوند به‌موقع استفاده می‌کند و این خرگاه را به‌دست می‌آورد، پیدا می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین، خیلی زیبا.

خانم زهرا: آقای شهبازی زندگی‌مان را عوض کردید، زندگی‌مان را زیر و رو کردید. اصلاً چه بگویم؟ فقط می‌گویم:

بر همگان گر ز فلک، زهر بیارد همه‌شب من شکر اندر شکر اندر شکر اندر شکر

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۴)

از آقای زارع‌پور و گروه‌شان هم خیلی تشکر می‌کنم. برای این‌که بدانند چقدر این کارشان ارزشمند است، این را بگویم که ما از بهار امسال به‌خاطرِ پارازیتِ شدید از نعمت دیدن این برنامه از تلویزیون محروم شدیم، و از سپتامبر هم نت نداریم، از تلگرام و پیام دادن و پیام‌ها را استفاده کردن هم محروم شدیم.

قدرتِ نتِ این‌جا مثل نور یک فانوس نفتی کوچک است، گاهی حتی به‌زور pdf برنامه را باز می‌کند و همین pdf ما را با برنامه وصل می‌کند، نمی‌گذارد که از خدا دور بشویم.

چون شوی دور از حضورِ اولیا در حقیقت گشته‌ای دور از خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۱۴)

هر که خواهد همنشینِ خدا تا نشیند در حضورِ اولیا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۳)

از حضورِ اولیا گر بسکلی تو هلاکی ز آنکه جزو بی‌کلی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۴)



هر که را دیو از کریمان وا بُرد بی کسش یابد، سرش را او خورَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۵)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۶)

تولدتان را هم تبریک می‌گویم. سوم آبان تولدتان بود، می‌دانم به این چیزها نیازی ندارید ولی خُب از خداوند مچکریم که شما را خلق کرد، در مسیر قرار داد، ما را از این جهل آگاه کنید که نباید آن‌جوری که زندگی می‌کردیم و یک عمر درد کشیدیم، درد بکشیم.

همین‌طور از همه عزیزانی که ویدئو می‌فرستند، مخصوصاً خواهر قشنگم پریسا جان. امروز داستان و نکته‌های داستان خرس را من یک قسمتش را توانستم توفیق داشتم، بعد دیگر قطع شد نتوانستم ببینم؛ خیلی لذت بردم، خیلی نکته هست و با بیان ایشان نکته‌های زیادی باز شد برای من.

و به‌نظر من مهم‌ترین نکته در این داستان «داشتن حضور ناظر مداوم» است که می‌تواند جلوی لغزش ما را بگیرد. وقتی درست ببینیم چون نیکونهاد هستیم، حتماً قدم اول را نیکو و درست برمی‌داریم، چون این نورافکن ما را «مفتی ضرورت» می‌کند و می‌دانیم که صلاحمان در این است که درّه باشیم نه کوه، تا آب زندگی بتواند در ما جاری باشد.

من ذهنی به‌خاطر این‌که درست نمی‌بیند شک دارد و به‌خاطر همین مظنون بودن نمی‌تواند حرف ناصح، خیر را از یک شخص بدخواه و حسود تمییز بدهد. اگر به اسلحه حضور ناظر مجهز بود می‌توانست درست تشخیص بدهد.

وقتتان را بیش‌تر از این نمی‌گیرم. آقای شهبازی خیلی دوستان دارم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، ممنونم. عالی عالی. خواهش می‌کنم. سپاس.



۲- سخنان آقای شهبازی

بسیار بسیار خوب. اجازه بدهید من قدردانی کنم از این‌که شما این ابیات مولانا را تکرار می‌کنید و خوب یاد می‌گیرید و در زندگی‌تان استفاده می‌کنید، یعنی من مُزدم را دارم می‌گیرم.

دوتا مطلب مهم بین مطالب زیادی که فرمودند گفتند؛ ما حتماً اشتباه می‌کنیم، نمی‌شود اشتباه نکنیم، ولی نباید بعضی اصول را که مولانا به ما یاد می‌دهد رعایت نکنیم، بعد زندگی‌مان را طوری به اصطلاح بنا کنیم که حتماً اشتباه بکنیم.

اشتباه می‌کنیم ولی تا آن‌جا که مقدور است از اشتباهات باید جلوگیری کنیم، عمداً و دانسته اشتباه نکنیم. یکی از آن‌ها عدم رعایت قانون جبران است. یکی از جنبه‌های آن این است که اگر ما کاری را بلد نیستیم، انجامش را قبول نکنیم.

بیش‌تر مشکلات حتی امروزی ما ناشی از این موضوع است که ما کاری را قبول می‌کنیم که بلد نیستیم، یعنی شما دارید اوضاع را چنان تنظیم می‌کنید که زندگی‌تان را بر روی اصولی می‌گذارید که حتماً در آن اشتباه باشد و اشتباهات جبران‌ناپذیر باشد.

ما باید آن قسمتی از کار را که بلد هستیم انجام بدهیم، بقیه را بدهیم دست کسانی که بلد هستند، درسش را خوانده‌اند، تمرین کرده‌اند، سال‌ها تجربه دارند. خیلی کارها هست که یک نفر نمی‌تواند همه را بلد باشد، این یکی‌اش.

یکی دیگر که هرچه که ما می‌گوییم و هر هفته هم می‌گوییم، بلکه همه‌مان یاد بگیریم، یاد نمی‌گیریم و آن این است که همه حواسمان و تمرکزمان و توجهمان و کارمان روی خودمان باشد. ما باید روی خودمان کار کنیم.

اگر شما رد می‌شوید می‌بینید یک نفر به شما فحش می‌دهد، شما باید فحش را بشنوید، بیایید ببینید که چه چیزی از خودتان را باید عوض کنید.

شما نباید بگویید که بر طبق پندار کمال‌تان خب این آدم دیوانه است، بلد نیست زندگی‌اش را حرف زدنش را؛ شما باید یک چیزی را عوض کنید حتماً. این طوری است که شما می‌توانید خودتان را درست کنید.

هر اتفاقی می‌افتد که ذهن شما می‌گوید این شخص مقصر است یا همه مقصر هستند، پندار کمال ما که می‌گوید، همه مقصرند، من می‌دانم، بقیه نمی‌دانند ولی شما این را برمی‌گردانید و شما با ذهنتان می‌توانید با ذهنتان می‌توانید این کار را بکنید.

شما همین الان با خودتان می‌توانید قرار بگذارید که هر اتفاقی می‌افتد، هر قدر هم ذهن من قضاوت می‌کند که تقصیر همسر من است، فامیل همسر من است، نمی‌دانم تقصیر این است، آن است، آخر سر برگردید به خودتان بگویید، نه! من باید ببینم چه را الان می‌خواهم عوض کنم.



این‌طوری هست که ما می‌توانیم خودمان را، جامعه را و حتی دیگران را عوض کنیم. اگر شما می‌خواهید دیگران را عوض کنید، اول باید خودتان را عوض کنید، کاری به دیگران نداشته باشید.

مهم است، دوتا: کاری با کسی ندارم خودم را عوض می‌کنم، قانون جبران را رعایت می‌کنم، کاری را که بلام انجام می‌دهم، اگر اشتباه کردم، پندار کمال من اجازه بدهد که به اشتباه اعتراف بکنم ولو این‌که هزاران نفر می‌شنوند، هیچ مهم نیست. این اعتراف به اشتباه نشانه حضور است، نشانه این است که من واقعاً انسان‌گونه عمل می‌کنم، من میل به اصلاح دارم، من می‌خواهم خراب‌کاری‌ام را متوقف کنم، هم زندگی خودم را، هم دیگران را، ادامه به اشتباه خیلی اشتباه است یعنی اشتباه به توان دو است.

وقتی فهمیدی اشتباه کردی همان‌جا بایست، اگر دشمنت هم است بگو اشتباه کردم ببخشید و به همه اصلاً، هیچ فرق نمی‌کند شما روی خودتان کار می‌کنید، می‌خواهد بچه پنج‌ساله باشد، ده‌ساله باشد، می‌خواهد یک انسان هفتادساله باشد یا بین این‌ها باشد. شما اعتراف به اشتباه می‌کنید فوراً آن هم.



۳- خانم مهتاب از لرستان با سخنان آقای شهبازی

سلام علیکم استاد عزیزم. روز چهارشنبه زنگ زدم گوش‌ام قطع شد، گفتم از لرستان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله، بله، بله. خیلی هم زیبا صحبت می‌کردید. بله بفرمایید.

خانم مهتاب: شعرها را بخوانم؟

آقای شهبازی: شعرها را بخوانید آری. شعرها را بخوانید.

خانم مهتاب:

گفتم دوش عشق را: ای تو قرین و یارِ من
هیچ مباش یک نفس غایب از این کنارِ من

نورِ دو دیده منی، دور مشو ز چشمِ من
شعله سینه منی، کم مکن از شرارِ من

یارِ من و حریفِ من، خوبِ من و لطیفِ من
چستِ من و ظریفِ من، باغِ من و بهارِ من

ای تنِ من خرابِ تو، دیده من سحابِ تو
ذره آفتابِ تو، این دلِ بی‌قرارِ من

لب بگشا و مشکلم حل کن و شاد کن دلم
کآخر تا کجا رسد پنج و ششِ قمارِ من

تا که چه زاید این شبِ حامله از برایِ من
تا به کجا کشد بگو مستی بی‌خمارِ من؟

تا چه عمل کند عجب شکرِ من و سپاسِ من
تا چه اثر کند عجب ناله و زینهارِ من



گفت: خُـنْک تو را که تو در غم ما شدی دوتو
کار تو راست در جهان ای بگزیده کارِ من

مستِ منی و پستِ من، عاشق و می‌پرستِ من
برخورد او ز دستِ من، هر که کشید بارِ من

رو، که تو راست کرّ و فر، مجلسِ عیشِ نه ز سر
زانکه نظر دهد نظر، عاقبت انتظارِ من

گفتم: وانما که چون زنده کنی تو مرده را؟
زنده کن این تنِ مرا از پی اعتبارِ من

مرده‌تر از تنم مجو، زنده کنش به نورِ هو
تا همه جان شود تنم، این تنِ جانسپارِ من

گفت: ز من نه بارها دیده‌ای اعتبارها
بر تو یقین نشد عجب قدرت و کار و بارِ من؟

گفتم: دید دل، ولی سیر کجا شود دلی
از لُطَف و عجایب، ای شه و شهریارِ من؟

عشق کشید در زمان گوشِ مرا به گوشه‌ای
خواند فسون، فسونِ او دامِ دلِ شکارِ من

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۹)

آقای شهبازی روز چهارشنبه زنگ به تو زدم، پانصد بار خواندم «بداد پندم استاد عشق ز استادی» پانصد بار خواندم این شعر و غزل را، از ساعتی که زنگ به تو زدم یک انرژی بی‌نهایتی وارد بدنم شده، خیلی حالم خوب است به‌خدا، صبح‌ها بلند می‌شوم مثنوی می‌خوانم. مثلاً صد بار «حَبَر و سَنی» را می‌گوییم:



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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

یعنی صد بار، تسبیح دستم می‌گیرم، دانه دانه می‌شمارم. نمی‌دانم، صبر و خاموشی را می‌خوانم. بعد می‌گویم:

گفت پیغمبر که جَنّت از اله
گر همی‌خواهی، ز کَس چیزی نخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

چون نخواهی، من کفیلَم مر تو را
جَنّتُ الْمَآوِی و دیدارِ خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

این‌ها را می‌خوانم یعنی انتظار از هیچ‌کس نداشته باش فقط از خدا داشته باش مهتاب. بعد می‌گویم:

بیاموز از پیامبر کیمیایی
که هر چِت حق دهد، می‌ده رضایی

همان لحظه در جَنّت گشاید
چو تو راضی شوی در ابتلایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۷۵)

بعد می‌خوانم:

هر ولی را نوح و کشتی‌بان شناس
صحبّت این خلق را طوفان شناس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۵)

کم‌گریز از شیر و اژدرهای نر
زآشنایان و ز خویشان کن حذر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۶)



در تلاقی روزگارت می‌برند یادهاشان غایب‌ات می‌چرند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۷)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. یک‌کمی هم خودتان را معرفی کنید، چون خیلی‌ها حتماً برنامه چهارشنبه را ندیدند.

خانم مهتاب: آری من مهتاب هستم از کوه‌دشت زنگ می‌زنم. چون که لُریم، زبانمان لک است، فارسی زیاد متوجه نمی‌شوم. مجلس زیاد نمی‌رفتم، همه‌اش در خانه بودم و از موقعی که این برنامه را گوش می‌کنم هیچ جایی نمی‌روم. همه‌اش در خانه‌ام می‌نشینم برنامه‌ات را گوش می‌کنم و روی خودم کار می‌کنم. بچه‌هایم می‌آیند یک‌کم بچه‌هایم جمع می‌شوند، در جمع جذب می‌شوم زود هم می‌آیم. فهمیدید چه می‌گویم آقای شهبازی؟ جمع یک‌کم زود جمع می‌کند.

منتها روزهای چهارشنبه ساعت چهار بلند می‌شوم غزل می‌خوانم تا برنامه‌تان شروع می‌شود. ساعت شش شروع می‌شود، شش ده‌کم شروع می‌شود، درست است؟

آقای شهبازی: بله، بله. می‌خواستم ببینم شما مدرسه رفتید؟ چقدر مدرسه رفتید؟

خانم مهتاب: نه، نه هیچ مدرسه نرفتم. یک نهضت یک کمی رفتم، آن هم نمی‌رفتم، پشت‌کار نداشتم. آن‌قدر سواد نداشتم، فقط بلدم برای شعر بخوانم دیگر.

بعد می‌خوانم:

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّةِ الْجَنَّةِ شنو ای خوش سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

بعدهش می‌گویم:

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

عاشق چو قند باید، بی‌چون و چند باید جانی بلند باید، کآن حضرتی‌ست سامی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۵۶)



لذت بی‌کرانه‌ای‌ست، عشق شده‌است نام او
قاعده خود شکایت است، ورنه جفا چرا بود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

بعد می‌گویم:

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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

هرکه جبر آورد، خود رنجور کرد
تا همان رنجوری‌اش در گور کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹)

گفت پیغمبر که رنجوری به لاغ
رنج آرد تا بمیرد چون چراغ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۰)

آقای شهبازی: به به به! آفرین، آفرین.

خانم مهتاب: خدایا شکرت. خیلی حال خوب است. تمام روز در خانه تنها هستم یک‌سره شعر می‌خوانم، یک‌ذره نیست، کار می‌کنم، سبزی پاک می‌کنم، ظرف می‌شویم، هی شعر می‌خوانم، مثنوی می‌خوانم، همه چیز می‌خوانم، خیلی، خیلی خیلی. دیگر مزاحمتان نشوم استاد عزیزم، پدر عزیزم. خدایا شکرت. خدایا شکرت برای خانم پریسا، خدایا شکرت برای سارا، خدایا شکرت برای همه برای همه، خدایا شکرت برای پویا، خدایا شکرت برای همه، والا دیگه اسم بقیه یادم نمیاد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، خیلی زیبا، خیلی زیبا. شما که واقعاً مدرسه هم نرفتید، می‌گویید آن‌طوری سواد ندارید و با این شعرها مأنوس شدید و حالتان خوب شده، زندگی‌تان خوب شده یک پیشنهادی یک چه می‌گویند توصیه‌ای چیزی به مردم دارید؟ که مردم چکار کنند؟

خانم مهتاب: بله. بنشینید شعرها را بخوانید تلویزیون نبینید، ننشینید اخبار نگاه کنید من الآن هم سرم نگاه می‌کند. من خودم خانه (اتاق) جدا دارم تلویزیون کوچولویی دارم، ماهواره خریدم، می‌نشینم برنامه‌های شما را نگاه می‌کنم، شعرها را می‌خوانم، مثنوی می‌خوانم، شکر خدا می‌کنم. می‌بینم هم سرم حرف می‌زند سکوت می‌کنم، فقط سکوت!

می‌گویم: «یار در آخر زمان کرد طرب‌سازی



باطنِ او جدِّ جدِّ می‌شود معنی آن فضاگشایی که جدِّ جدِّ است، «باطنِ او جدِّ جدِّ، ظاهرِ او بازی»، می‌گوید دعوا که می‌شود این بازی است، این بازیِ خداوند است، فقط فضاگشایی اصل است.

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

جملهٔ عشاق را یار بدین علم کُشت
تا نکند هان و هان، جهلِ تو طنّازی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

بعد می‌گوییم:

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

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱)

بعد می‌گوییم:

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

بعد می‌گوییم:

خود ندارم هیچ، به سازد مرا
که ز وَهَم دارم است این صد عَنّا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴)

این‌ها را همه می‌خوانم. خیلی خیلی پیشنهاد می‌کنم مولانا را بنشینند نگاه کنند، شعرها را بخوانند، کار روی خودشان بکنند. همسر می‌آید از بیرون ناراحت است، تو با لبخند برو جلویش، حرفی زد اشکال ندارد، قسمت خدا بوده یا اتفاق خدا بوده. ما همه از جنس خدا هستیم، جدایی نداریم! مرد و زن و، جهان تا جهان همه از جنس خدا هستیم، جدایی نداریم.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین. یک بار دیگر اسمتان را بگویید.

خانم مهتاب: مهتاب رشنو از کوه‌دشت لرستان، ما لک هستیم، استاد.

آقای شهبازی: استاد شما هستید، استاد مولانا شما هستید.

خانم مهتاب: اختیار دارید استاد. به خدا قسم یک‌سره شعرها را می‌خوانم، یک‌سره مستِ مستم، می‌نشینم هی شعرها را می‌خوانم. بچه‌هایم هم نگاه می‌کنند، مُنتها حَبَر و سَنی می‌کردم، چند مدت زیادی است که می‌گویم:

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

دیده‌آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدّتی بنشین و، بر خود می‌گری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

این را فهمیدم باز هم مرا می‌کشد که بروم «حبر و سَنی» کنم، منتها ناراحت نمی‌شوم می‌گویم خدایا اشکالی ندارد می‌پذیرم. می‌پذیرم من نقص دارم، کار می‌کنم روی خودم امید به خدا، خدا خودش درستش می‌کند. خیلی مزاحمت شدم استاد ببخشید، به امید خدا پول این تلفن را می‌ریزم ان‌شاءالله اگر خدا بخواهد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، خیلی خوب بود، ممنونم که زنگ زدید خانم مهتاب، عالی، عالی، عالی. آفرین، آفرین.

خانم مهتاب: خدایا شکرت، خدایا شکرت پدر عزیزم، خدایا شکرت برای حضرت مولانا. ایشان می‌گویند:

«گفتم دوش عشق را:» گفتم یک لحظه از کنارم نرو! بنشین! ما هی می‌رویم، چکار کنیم؟ می‌رویم و می‌آییم.



۴ - سخنان آقای شهبازی

لزومی ندارد ما هزار نفر معلم داشته باشیم، همان یک معلم کافی است. ای کسی که شب خوابت نمی‌برد از ترس این‌که این را به دست نیاورم، آن را از دست بدهم، از خانم مهتاب یاد بگیرید. سواد ندارد.

می‌بینید چقدر قانون جبران مهم است! نشسته‌اند گوش کرده‌اند، من حالا نمی‌دانم نوشتن بلدند، نیستند، من از این معجزات مرتب می‌بینم.

یک غفلتی که ما کرده‌ایم همه‌مان، از آموزش‌های بزرگانمان یکی از بزرگ‌ترین‌ها همین مولاناست، غافل بوده‌ایم. آن موقع دنبال خرافات رفته‌ایم.

بابا این چیز سختی نیست؛ مولانا هم دین را توضیح می‌دهد که شما بدانید دین چیست، خرافات چیست، بنشینید بخوانید. نهصدوسی‌ونه تا برنامه اجرا شده. در این نهصدوسی‌ونه تا برنامه حدود هزاروششصد تا آیه قرآن آمده، حدیث آمده.

مگر شما که دکتر هستید، مهندس هستید، لیسانس هستید، به اندازه یک کامیون بزرگ کتاب خوانده‌اید، یک چندتا مطلب هم بخوانید، که از طریق این‌که یک عده‌ای دین را خرافه کرده‌اند، سرتان کلاه نرود فریب نخورید. توجه می‌کنید؟

از خانم مهتاب یاد بگیرید، سواد ندارد، در لرستان است. می‌گوید می‌نشیم سبزی پاک می‌کنم، غذا می‌پزم، آش می‌پزم، چایی می‌گذارم، یک تلویزیون کوچک گرفته.

حالا که خدا را شکر این امکانات درست شده که خردمندی بزرگ‌ترین عارف عالم، یکی از بزرگ‌ترین‌ها، مولانا، فراهم شده، نبود این بیست سال پیش نبود در دست‌رستان. باید شکر کنید، قانون جبران را انجام بدهید زحمت بکشید، تکرار کنید این ابیات را.

این ابیات دیگر من این قدر گفته‌ام، می‌گوید آقا چقدر می‌گویید شما، ابیات را تکرار کنید، با یک بار خواندن آدم نمی‌فهمد، باید جذب جانتان بشود، مثل خانم مهتاب. می‌بینید تندتند می‌خوانند بیت‌ها را.

آدم تکرار نکرده باشد، نمی‌تواند این‌طوری حرف بزند، مثل یک استاد دانشگاه حرف می‌زنند، منتها استادی که در عمل به کار می‌برد، نه فقط در ذهن حفظ کرده، خیلی خوب است واللّه، خیلی، اصلاً این معجزه‌ست.

من خودم هم نمی‌دانستم که واقعاً این ابیات و تکرار این ابیات این قدر معجزه می‌کند در مدت کوتاهی، تمام جنبه‌های زندگی شما را درست می‌کند. همه مسائل ما و موانع زندگی ما و دردهای ما از من‌ذهنی ماست.

خانم مهتاب فهمیده‌اند پندار کمال چیست، غرور چیست، ناموس صد من حدید چیست، آبروی مصنوعی چیست، آبروی درست چیست، خب اگر ایشان فهمیده‌اند چرا ما نمی‌توانیم بفهمیم، برای این‌که نمی‌خوانیم، برای این‌که زحمت نمی‌کشیم.



شما این دانش بزرگان را بیایید بخوانید، به بچه‌هایتان هم یاد بدهید. واقعاً من سپاسگزارم از مادران و مادر بزرگ‌هایی که با بچه‌های کوچک کار می‌کنند. آن‌ها دارند جامعه را درست می‌کنند. تخم گل می‌کارند در دل کودکانشان.

فصلنامه



۵- خانم آرمیتا از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی

خانم آرمیتا: من سیزده سالم هست، از فولادشهر تماس گرفتم. می‌خواستم غزل ۳۰۵۵ جناب مولانا را هم فارسی هم انگلیسی برای شما بیان کنم.

آقای شهبازی: خب شما سیزده سالتان است؟

خانم آرمیتا: بله، بله.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. بفرمایید.

خانم آرمیتا: با اجازه.

بیا که نیابی چو ما دگر یاری
چو ما به هر دو جهان خود کجاست دلداری؟

بیا بیا و به هر سوی روزگار مبر
که نیست نقد تو را پیش غیر بازاری

تو هم‌چو وادی خشکی و ما چو بارانی
تو هم‌چو شهر خرابی و ما چو معماری

به غیر خدمت ما که مشارق شادی‌ست
ندید خلق و نبیند ز شادی آثاری

هزار صورت جنبان، به خواب می‌بینی
چو خواب رفت نبینی ز خلق دیاری

ببند چشم خر و برگشای چشم خرد
که نفس هم‌چو خر افتاد و حرص افساری



ز باغِ عشقِ طَلَبِ کُنِ عقیده شیرین
که طَبْعِ سِرکه فروش است و غوره افشاری

بیا به جانبِ دارالشِّفای خالقِ خویش
کز آن طَبیب ندارد گریزِ بیماری

جهانِ مِثالِ تَنِ بی‌سَر است بی آن شاه
بپیچِ گردِ چنان سَر، مِثالِ دَستاری

اگر سیاه نه‌یی، آینه مده از دست
که روحِ آینه توست و جسمِ زنگاری

کجاست تاجرِ مَسعودِ مُشتَری طالع
که گرم‌دارِ مَنش باشم و خریداری

بیا و فِکرتِ من کُن، که فِکرتِ دادم
چو لَعْل می‌خری، از کانِ من بخر، باری

به پایِ جانبِ آن کَس بُرو که پایت داد
بدو نگر به دو دیده، که داد دیداری

دو کَف به شادیِ او زَن، که کَف زِ بَحْرِ وی است
که نیست شادیِ او را غمی و تیماری

تو بی زِ گوشِ شِنو، بی‌زبانِ بگو با او
که نیست گفتِ زبان، بی‌خلاف و آزادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۵)



الآن می‌خواهم متن را به انگلیسی برای شما بخوانم.

Come, come, for you will not find another friend like me; where indeed in both worlds is a beloved like me

Come, come, and do not pass your days in every direction, for there is no other market elsewhere for your money.

You are like a dry water conduit and I am like the rain; you are like a ruined city and I am like the architect.

Except in serving me, which is the sunrise of joy, men have never seen and never will see any mark of happiness.

In sleep you see a thousand moving forms; when sleep has gone, you see not a single creature.

Close the eye of wrong and open the eye of intelligence, for the carnal soul has fallen like an ass, and concupiscence is the halter.

Seek sweet syrup from the garden of love, for human nature is a vinegar-seller and a crusher of unripe grapes.

Come to the hospital of your Creator, for no sick man can do without that physician.

The world without that king is like the body without its head; wind round such a head as a turban.

If you are not black, let not the mirror go from your hand; for the soul is your mirror and the body is rust.

Where is the lucky merchant with Jupiter in ascension, that I may do that business with him and purchase his goods?

Come, think of me who gave you thought; if you are buying rubies, at least buy from my mine.

Go on foot towards him who gave you a foot, gaze on him with both eyes who gave you sight.

Clap hands for joy for him from whose sea is the foam, for there is no grief or sorrow happening to him.

Listen without ears; speak unto him without a tongue, for the speech of the tongue is not without contradiction and injury.

خانم آرمیتا: تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین. یک بار دیگر اسمتان را بگویید.

خانم آرمیتا: آرمیتا هستم.

آقای شهبازی: آرمیتا خانم. شما انگلیسی را از کجا یاد گرفتید؟



خانم آرمیتا: من انگلیسی را از هفت سالگی، من این‌جا اصفهان یاد گرفتم. از هفت سالگی شروع کردم تا الآن، که مدت زیادی نمانده که دیپلم را بتوانم بگیرم.

آقای شهبازی: الآن کجا زندگی می‌کنید؟ آمریکا یا ایران؟

خانم آرمیتا: من، آرمیتا.

آقای شهبازی: نه، می‌دانم اسمتان آرمیتاست، کجا زندگی می‌کنید؟

خانم آرمیتا: من در فولادشهر زندگی می‌کنم.

آقای شهبازی: آ فولادشهر هستید، اصفهان! آفرین، آفرین. خیلی زیبا بود، **خانم. خیلی خیلی زیبا، آفرین.**

خانم آرمیتا: ممنون. اگر اشکالی ندارد من یک سری توضیحاتی را به انگلیسی راجع به این متن بدهم برای شما.

آقای شهبازی: بفرمایید.

In this qazal (lyric poem) human beings are divided into two parts: the human being who live in the mind and there he creates a heal for himself as his life. A life through of ignorance, depression, grief, dryness and decation. And the person who has pained godliness in his life and happiness, silence, healing are abounded in his life.

مولانا در غزل ۳۰۵۵ از زبان خداوند از انسان دعوت می‌کند تا آن‌ها را از نادانی، بی‌رونی، خشکی و خرابی، حرص، افسردگی، تنهایی، ناراحتی، بی‌هویتی نجات بدهد. و آن‌ها را با فضاگشایی با آینه حضور به شادی ابدی به خداگونگی، به شفا و درمان، به سکون و سکوت برساند.

مولانا در این غزل انسان را به دو دسته تقسیم می‌کند: انسانی که در من‌ذهنی‌اش زندگی می‌کند و زندگی بیرون برای خودش ساخته که غیر قابل تحمل است.

و دسته‌ای که انسان‌ها با خداگونگی آشنا هستند، خداپرست هستند و زندگی سرشار از خوشبختی، یک زندگی که پر از شادی ابدی است دارند و این‌جووری انسان و در این دسته انسان می‌تواند زندگی راحت داشته باشد، زندگی که پس از مرگ می‌تواند از آن زندگی، به آن زندگی افتخار کند، از آن زندگی راضی باشد. تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. آفرین، آفرین. خب اگر کاری ندارید، با شما خداحافظی کنم.

خانم آرمیتا: ممنون. ممنون از این‌که وقتتان را در اختیار من قرار دادید.

آقای شهبازی: ممنونم از این‌که زنگ زدید. بعد آن موقع برنامه را شما گوش می‌کنید، نه؟

خانم آرمیتا: بله، بله، من برنامه را گوش می‌کنم.

آقای شهبازی: پس خیلی جالب، سیزده سالتان است؟



خانم آرمیتا: بله. من با بیش‌تر بچه‌های فامیل داریم برنامه‌های شما را تماشا می‌کنیم. چند بار هم با شما تماس گرفتیم.

آقای شهبازی: بله، آفرین، آفرین. خیلی خوب، به بچه‌هایی که می‌شناسید سلام برسانید. خداحافظی می‌کنم با شما.

خانم آرمیتا: خداحافظ شما. ممنون.

خدا حافظ



۶- سخنان آقای شهبازی

عالی، عالی، عالی. این طوری باید کار کرد. عالی است. این را می‌گویند موفقیت. موفقیت شما، موفقیت مولانا، دیگر خودتان متوجهید چکار باید بکنید.

وقتی بچه‌های دوازده، سیزده ساله این قدر خوب مولانا را می‌فهمند، وقتی خانم مهتاب که می‌گوید من بی‌سوادم، مدرسه نرفته‌ام، این قدر خوب می‌فهمد و در زندگی به کار می‌برد، شما چرا زندگی‌تان را درست نکنید؟

چرا آه و ناله کنید، چرا من ذهنی‌تان را شناسید؟ چرا پندار کمال را شناسید؟ چرا آبروی مصنوعی را شناسید؟ چرا خرافات را شناسید؟ آیا شایسته است خرافات به شما این قدر درد بدهد، به شما مسلط باشد؟ درحالی‌که حقیقت این قدر به ما نزدیک است و خودش را آشکار کرده.

شما ای آدم سی‌ساله، چهل‌ساله، یک نوجوان سیزده‌ساله نمی‌شوید به این دقت می‌فهمد؟ یا آدم کم‌سواد نمی‌شوید مثل خانم مهتاب که این قدر دقیق می‌فهمد مولانا را و در زندگی‌اش به کار می‌برد؟ چرا این قدر ناله می‌کنی، شکایت می‌کنی؟ تمام غم‌های ما خودساخته است و مال پندار کمال ماست.

مردم همه، یک عده‌ای شب و روز مسئله‌سازی می‌کنند خودشان، برای خودشان مسئله درست می‌کنند می‌گویند چرا مسئله داریم، یاد بگیرید؛ روی صفحه تلویزیون است الآن:

ز زندان خلق را آزاد کردم
روان عاشقان را شاد کردم

دهان اژدها را بردردم
طریق عشق را آباد کردم

زهی باغی که من ترتیب کردم
زهی شهری که من بنیاد کردم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۰۲)



۷- آقای محسن و همسرشان خانم اعظم از دامغان

من همراه با خانم برنامه‌های شما را می‌بینم. البته پنج، شش سال پیش من تنها بودم و خواستم یک مقدار از پیشرفت‌های این چند سالم را به شما بگویم.

و این‌که در این چند سال ازدواج کردم و زندگی خوبی دارم خدا را شکر، با کمک شما و مولانا و برنامه. نمی‌گویم خیلی متعهد و خیلی سمج و خیلی پروپاقرص ولی چرا، تقریباً همیشه می‌بینم.

ولی بگویم که پیشرفت‌هایم را بگویم این است که خب زندگی‌ام بهتر شده، آرام‌تر شده‌ام، از لحاظ مادی و مالی خب بهتر شده‌ام، پیشرفت کرده‌ام. بعد قانون جبران را رعایت می‌کنم و خیلی نتیجه گرفته‌ام از قانون جبران در همه جنبه‌ها و این را از شما تشکر می‌کنم.

و تکرار ابیات را که شما گوشزد می‌کنید، واقعاً خیلی خیلی، خیلی مؤثر است. تکرار ابیات همراه با شاید بگویم در این پنج، شش سال ورزش دائم، حال آدم را خوب نگه می‌دارد. نمی‌گویم اصلاً منحرف نشده‌ام، چرا شاید بگویم چند ماه یک مرتبه، یک مثلاً سقوط اسمش را بگذاریم، یک رکود بگذاریم هست، ولی باز برمی‌گردم و باز بیشتر تعهد بیشتر می‌شود و قدردان‌تر می‌شوم، یعنی قدردان‌تر شده‌ام.

شکرگزارتر واقعی شده‌ام، نه زبانی، دلی. بعد همین دیگر، من محسن هستم و خانم اعظم هست. اعظم خانم که یک توراها هم داریم که ان شاء الله او هم تا یک ماه دیگر، دو ماه دیگر به دنیا می‌آید و می‌آید به جمع ما.

آقای شهبازی: آفرین، ماشاءالله، مبارک باشد. یک کمی آقا محسن شما این قانون جبران را چجوری رعایت می‌کنید در زندگی‌تان؟ می‌شود یک توضیح مختصری بفرمایید؟

آقای محسن: بله بله. قانون جبران را از لحاظ خب مادی و مالی آن چیزی که مشخص است حالا این‌که واقعاً آن چیزی را که می‌گیرید باید عوضش را بدهید در هر جنبه‌ای.

حالا به برنامه مثلاً از لحاظ مادی آن چیزی که در وسعم بوده و شاید بعضی موقع‌ها به وسعم خیلی شاید نگاه نکنم، یعنی متعهدم که مثلاً این مبلغی که مثلاً در نظرم هست و حالا اگر هر ماه نه، مثلاً سالی اضافه کنم و نتیجه‌اش را می‌بینم.

و جنبه‌های دیگر مثلاً شده برای سلامتی بدنم، برای مشتری‌ام آن زنگی‌های نفسانی، زنگی‌های من‌ذهنی کم‌رنگ شده رفته کنار، درواقع آن داستان برنده‌برنده را سعی می‌کنم اجرا کنم. این‌که خودم را جای مشتری‌ام بگذارم و در عوض آن چیزی را که مثلاً دریافت می‌کنم، انجام بدهم و حتی بیش‌ترش، و در کارم پیشرفت کرده‌ام.



واقعاً از لحاظ قانون جبران خیلی خیلی خیلی نتیجه گرفته‌ام. واقعاً این که شما می‌فرمایید که در همه جنبه‌های زندگی چقدر مهم است که این را در نظر بگیریم. آن زرنگی خیلی مهم است و هست، واقعاً این نفس ما، آن من‌ذهنی ما، چقدر مودیانہ زرنگی می‌کند.

زرنگی‌هایی که مثلاً شاید یک جاهایی ما خیلی خودمان را حق به جانب بدانیم که این جبران را انجام ندهیم، بگوییم به خاطر این به خاطر آن، به خاطر این و دلیل‌های به ظاهر موجهی بیاریم که مثلاً این زرنگی را بکنیم. نه، واقعاً این‌ها کم‌رنگ شده و به هر حال آدم بهتر می‌بیند.

و می‌گویم این قانون جبران واقعاً خیلی نقش دارد خیلی، یعنی آن زرنگی ما باعث می‌شود که این قانون را زیر پا بگذاریم و مطمئناً آن مزدی را که باید از کارهایمان نگیریم. آره، سکوت‌م بیشتر شده و آن حضور ناظرم بیشتر شده.

بعد ابیات، تکرار ابیات، تکرار ابیات، یعنی من واقعاً مثلاً هر غزل‌هایی را که شاید مثلاً در این ده سال، ده، دوازده سال هست راحت، من برنامه را دنبال می‌کنم، شاید مثلاً یک غزلی که مثلاً به دل من ننشسته، شاید نمی‌دانم هزاربار، پنج هزاربار هرچقدر بار، هرچه تکرار می‌کنم برای من تکراری نمی‌شود و باز یک چیز جدید برای من باز می‌شود، باز یک درس جدید، یک آگاهی جدید برای من دارد، اصلاً واقعاً چیز تکراری بشود این‌ها نیست. نه، هر بار که می‌خوانم یک چیز جدید برایم باز می‌شود.

همین آقای شهبازی، ما دوست دار شما و امثال شما هستیم. حالا اگر وقت مانده یک کوتاه هم خانم می‌خواهد صحبت کند. خانم هم چندسالی هست حالا از آن موقع که ازدواج کردیم، ایشان هم همراه هست و ان شاء الله که این صحبت امشبش باز مؤثرتر باشد در همراهی بیشترش.

آقای شهبازی: ممنونم، بفرمایید، بله خداحافظی می‌کنم.

خانم اعظم: سلام آقای شهبازی، خدا قوت.

آقای شهبازی: خوب هستید؟ خیلی ممنون.

خانم اعظم: سلامت باشید مرسی، اعظم هستم ۳۷ ساله از دامغان. من اولین بار است صحبت می‌کنم با شما. برنامه را هم از طریق همسرم آشنا شدم. اول‌ها مقاومت خیلی داشتم، قبول نمی‌کردم برنامه را، ولی خب به مرور زمان که خودم یواش یواش گوش دادم، نظرم کاملاً عوض شد و خودم هم دیگر الان کاملاً گوش می‌کنم برنامه را، تنها هستم یا با همسرم کاملاً گوش می‌دهیم.

تلویزیون اصلاً نگاه نمی‌کنیم شبکه‌های دیگر را نمی‌بینیم. در محل کارم هم هستم اکثراً گوش می‌کنم یا کتاب‌های گنج‌حضور را گرفته‌ام می‌خوانم. کمک بزرگی به من کرده. آدم عجولی بودم خیلی، اصلاً صبور نبودم، الان نمی‌گویم اصلاً نیستم ولی خب بهتر شده‌ام نسبت به قبل.



شاید هم می‌گویم خیلی عیب‌و ایراد خیلی داشتم، عیب‌های خودم را اصلاً نمی‌دیدم. بیشتر انگشتم به سمت بیرون بود ولی الآن نه، عیب‌های خودم هم می‌بینم. سعی می‌کنم تا جایی که می‌توانم اصلاً ناراحت نشوم، به دل نگیرم چیزی را از کسی، بیش‌تر تمرکز روی خودم باشد ولی خب این ذهن بعضی وقت‌ها باز می‌برد حواس آدم را به سمت بیرون.

پیشنهاد برنامه را هم، همان‌طور که شما گفتید به کسی آن‌جوری نمی‌دهم، ولی خب اگر می‌بینم شخصی آمادگی‌اش را داشته باشد یک مقدار، می‌گویم به آن‌ها یا کتاب‌هایتان را بارها به کسان مختلف معرفی کرده‌ام، داده‌ام حالا دیگر آن‌ها خودشان، اصرار ولی اصلاً نداشته‌ام روی برنامه.

چون می‌دانم همه این‌ها کار زندگی‌ست، اگر لازم باشد به وقتش می‌آیند سمت این برنامه. در کل برنامه را خیلی دوست دارم، آرامش خاصی دارم، نسبت به قبل خیلی آرامش بیشتر شده، در کارم، در زندگی‌ام هم موفق‌تر شده‌ام، از شما خیلی خیلی ممنونم. یک شعر کوتاه هم می‌خواستم بخوانم:

هله، نومید نباشی که تو را یار براند
گرت امروز براند نه که فردات بخواند؟

در اگر بر تو ببندد، مرو و صبر کن آنجا
ز پسِ صبر تو را او به سرِ صدر نشاند

و اگر بر تو ببندد همه ره‌ها و گذرها
ره پنهان بنماید که کس آن راه نداند

همگی ملک سلیمان به یکی مور ببخشد
بدهد هر دو جهان را و دلی را نرماند

دل من گرد جهان گشت و نیابید مثالش
به که ماند به که ماند به که ماند به که ماند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۶۵)

نهایت سعیم را می‌کنم که قانون جبران را رعایت کنم، ولی نمی‌گویم کامل، صددرصد، ولی کمک ناچیزی از طرف خودم و همسر می‌ریزم جدا. من جدا می‌ریزم، ایشان هم همین‌طور، به برنامه کمک می‌کنیم.



و می‌گویم سعی می‌کنم اگر کسی لطفی، محبتی نسبت به من دارد، حتماً محبتش را هرجوری می‌توانم جبران بکنم. از شما هم خیلی خیلی ممنونم صدای دوستان را هم گوش می‌دهم، بچه‌ها را گوش می‌دهم و خیلی کمک‌کننده است واقعاً. پیام‌های معنوی را گوش می‌دهم. الآن یک مدتی است که تلگرامم قطع شده، ولی کانال‌های گنج‌حضور هم هستم، آن‌ها را هم می‌خوانم پیام‌های معنوی را. همه‌شان واقعاً تأثیرگذار هستند.

آقای شهبازی: آفرین، پیام‌های خوب هستند به نظر شما؟ پیام‌ها پس تأثیرگذارند؟

خانم اعظم: بله‌بله خیلی، به من که خیلی کمک کردند. من هم ابیات را حفظ کردم، خیلی از ابیاتی را که به دلم نشست یا حتی قسمتی از مثنوی یا شده یک برنامه را کامل گوش دادم، برنامه‌هایی که دوست داشتم را بیشتر گوش دادم. شعرها را که به دلم نشست آن‌ها را بیشتر گوش دادم، اصلاً حفظ کردم با خودم تکرار می‌کنم، خیلی جاها کمک‌کننده هست و در چالش‌ها واقعاً آرام‌بخش هستند. مزاحمتان نمی‌شوم دیگر، وقت برنامه را بیشتر از این نمی‌گیرم، ولی همسرم فکر کنم یک صحبت کوتاه دیگری دارند از من خدانگهدار.

آقای شهبازی: خداحافظ شما عالی عالی.

آقای محسن: آقای شهبازی مجدد سلام و نکته پایانی را که به‌قولی دوست داشتم بگویم و فراموش کردم آن موقع، می‌گویم که واقعاً:

زان مزد کار می‌نرسد مر تو را که تو پیوسته نیستی تو درین کار، که گهی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۸۱)

حالا شامل همه ما شاید یک جاهایی می‌شود و من هم شده و هست. ولی واقعاً حداقل این را می‌دانم که نفس ما، نفس اماره ما، آن من‌ذهنی ما، بسیار مودی است و واقعاً طبق آن گفته یا حدیث که «مؤمن باید زیرک باشد»، یعنی از ماست درواقع زیرکی در مقابل این نفس من‌ذهنی مودی ما، همین.

خیلی مودی است و خیلی مودی است، یعنی دیگر هرچه بگوییم کم است و از ماست که لحظه‌لحظه حواسمان درواقع به مودی بودنش باشد. خیلی ممنون آقای شهبازی ببخشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، عالی عالی، خداحافظی می‌کنم با شما.



۸- سخنان آقای شهبازی

خیلی خوب بود. خوشبختانه مثال‌هایی پیش می‌آید که خیلی متداول است در جامعه، مثل همین خانواده کوچک. می‌بینید این خانواده گرم است، عشق در آن است، قانون جبران در آن است.

قانون جبران موقعی خوب اجرا می‌شود که شما از پندار کمال بیاید پایین و طلب‌کار هیچ‌کس نباشید و بگویید که هیچ‌کس در جهان چیزی به من بدهکار نیست.

این‌طوری نیست که من مثلاً با یک رابطه‌ای به یک همسر وصلم یا به بچه‌ام وصلم یا به پدر و مادرم وصلم، این‌ها وظیفه‌شان است، هیچ‌کس وظیفه ندارد کاری برای ما انجام بدهد مگر ما بخواهیم جبران کنیم.

شما می‌توانید بنشینید واقعاً تأمل کنید، یک انشا بنویسید در مورد همسر من چکارهایی می‌کند که من باید جبران کنم؟ جبران هم زبانی نیست، دست شما درد نکند، کافی نیست این، شما هم باید یک کاری بکنید.

نمی‌شود یک نفر بیاید به اندازه هزار دلار برای شما کار انجام بدهد، شما بگویید خیلی ممنون. نه، شما به همان اندازه باید برایشان کار انجام بدهید.

و قانون جبران من‌ذهنی نیست شما بگویید حساب کتاب یعنی چه دیگر، ما زن و شوهر هستیم، دیگر حساب کتاب نداریم؛ پس یکی کار کند، یکی هیچ کار نکند، می‌بینید این خانواده شکست می‌خورد.

شما اگر از این پایگاه مصنوعی و توهمی پندار کمال که من این بالا هستم، همه نوکر من هستند، بیاید پایین، می‌بینید که می‌توانید خیلی چیزها را نخواهید که حقتان نیست. میل ما که حق ما نیست، میل من‌ذهنی ما بهتر است بگوییم حق ما نیست.

بگوییم حق ما آن است که جبران می‌کنم، برایش کار می‌کنم. من همان قدر می‌توانم از یک نفر چیزی را بخواهم که به اندازه‌ای که می‌دهم، اگر هیچ‌چیز نمی‌دهم برای چه می‌خواهم؟ آن موقع می‌بینید زندگی‌تان تنظیم می‌شود، روابطتان درست می‌شود. مردم از شما فرار نمی‌کنند.

در کار دروغ، زرنگی، این‌ها کار نمی‌کند، این‌ها قانون جبران نیست. در کار شما می‌گویید که من بهترین کوششم را می‌کنم، این کار را که به من سپرده‌اند به بهترین صورت ارائه بدهم که از آن دیگر بهتر نمی‌شود. اصلاً کاری نداشته باشید که به شما پول می‌دهند، نمی‌دهند. توجه می‌کنید؟

من برنامه اجرا می‌کنم، هر برنامه‌ای حتی بعد از نهصد و سی و نه تا برنامه، می‌گویم بهترین کوششم را به کار می‌برم یعنی دیگر اگر بهتر از این نیست یعنی نمی‌توانم. توجه می‌کنید؟



این طوری نیست بگویم حالا مردم توجه نمی‌کنند یا می‌کنند، قانون جبران ایجاب می‌کند شما نگوئید مردم نمی‌فهمند، مردم می‌فهمند؛ همه می‌فهمند. اصلاً این قانون جبران است همه می‌فهمند، ولی پندار کمال ما می‌گوید که بابا مردم که نمی‌فهمند، نه، مردم می‌فهمند من هم بهترینم را هر لحظه ارائه می‌کنم.

شما اگر بهترینتان را لحظه به لحظه ارائه کنید از کاهلی ذهن، از توطئه ذهن بیرون جسته‌اید، آن موقع خواهید فهمید که مرتب مشتری پیدا می‌کنید، آقا خانم برای ما می‌خواهید کار کنید؟ این کار را شما انجام بدهید، این قدر کار سرتان می‌ریزد که اصلاً دیگر وقت پیدا نمی‌کنید.

بعضی‌ها کار را خراب می‌کنند، یا نمی‌فهمد، خب به اندازه‌ای که پول می‌دهی آتش می‌گیری دیگر. نه، شما کارت را عالی انجام بده، یواش یواش می‌بینی مزدت بالا می‌رود. یک کسانی پیدا می‌شوند تو را می‌شناسند، جذب می‌کنند حقوقت را می‌برند بالا شما این کار را بکنید.

اگر جوان هستید وقت را تلف نکنید، انرژی را تلف نکنید، زرنگی نکنید، دروغ نگوئید. بهترینت را با راستی با سادگی ارائه کن خواهی دید که موفق می‌شوی. آن هم در زمان کوتاه.



۹- آقای امیر از تهران

درود استاد شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: درود بر شما خواهش می‌کنم بفرمایید.

آقای امیر:

خویشتن نشناخت مسکین آدمی از فزونی آمد و، شد در کمی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۰۰۰)

امیر هشتم سی ساله از تهران، استاد شهبازی عزیز، و اولین بار است که تماس می‌گیرم خدمتان.

چند سال پیش با برنامه شما آشنا شدم و بسیار... [بخشید من هل شدم..] عذر می‌خواهم.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید... خواهش می‌کنم. یک جوان سی ساله که زنگ می‌زند، ما هم این طرف هل می‌شویم.. شما نگران نباشید.

آقای امیر: اختیار دارید استاد. شما محبت دارید. همیشه دوستان تماس می‌گیرند و این جمله را می‌گویند. فکر نمی‌کردم خودم هم حالا.. این انرژی شما ماشاءالله مثل یک شیر می‌ماند...

و چند سال پیش که شروع کردم با برنامه شما کارکردن، بسیار اتفاقات عجیبی در زندگی من افتاد و تغییرات بسیار چشم‌گیر بود. در واقع مثل یک انسانی می‌ماند که تابه‌حال مثلاً کافئین مصرف نکرده، قهوه نخورده و یک‌دفعه حالا مثلاً می‌آید یک نوشیدنی کافئین‌دار می‌خورد. شاید برای اولین بار در واقع اتفاقات درواقع خیلی چشم‌گیری ببیند و این.. راجع به پرده پندار من می‌خواستم خدمت شما عرض کنم و دوستان، این‌که حالا قصد تماس گرفتن نداشتم، ولی دیدم که خُب چون این اتفاق برای من افتاده، لازم دانستم که حالا.. یک‌بار دیگر برای خودم حداقل تکرار بشود. این‌که این اتفاقات در زمانی که افتاد و خُب.. مثل همان مصرف کافئین بود، هشیاری بالا و درواقع احساس معنوی بودن زیاد و این‌که خُب من می‌فهمم دیگران نمی‌فهمند. و این پرده پندار در پوست و خون من دیگر رسوخ کرده بود. و همسر من آن‌موقع.. در واقع ما این دخترمان به دنیا آمده بود و.. یک دختر یک‌ساله داشتیم. من مدام در رابطه با نگهداری این بچه یا درباره درواقع رشد این بچه مثلاً صحبت می‌کردیم و من یک‌سری نظرات می‌دادم و ایشان خُب اگر قبول نمی‌کردند، یا گوش می‌دادند و انجام نمی‌دادند. نه این‌که درست بوده باشد. ولی من فکر می‌کردم چون بیشتر از ایشان متوجه هستم و چون من گنج حضور گوش می‌دهم و معنویاتم رفته بالا، من بیشتر متوجه می‌شوم. تا این‌که ایشان.. اصلاً به آن منظور آدم معنوی نیست، ولی واقعاً ادراکاتش البته بیشتر از من است، حتی الآن.. و ایشان یک‌بار برگشت به من گفت که ببین تو الآن که داری [هی] تبلیغ این برنامه را می‌کنی، می‌گویی بیا تو هم بنشین گوش بده و تو هم شروع کن روی خودت کار کن، می‌خواهی یک‌جورهایی این



کنترلِ خودت روی من را با بالا بردن پذیرش من، روی من اجرا کنی. و می‌خواهی حرفت را به کرسی بنشانی و آن‌موقع بود که این حرف خورد توی صورت من و گفتم واقعاً درست دارد می‌گوید. یعنی همان موقع که این پرده پندار در وجود من بود و جلوی چشم من بود، کامل متوجه این قضیه شدم که ایشان واقعاً درست می‌گفتند. لذا.. حالا ما هم مثل این آقا محسن از دامغان که تماس گرفته بودند و می‌گفتند ما می‌رفتیم و می‌آمدم. واقعاً من هم رفتم و آمدم چندبار و دیدم بهتر از این برنامه، انسان‌سازتر از این برنامه وجود ندارد. و هر دفعه هم که در واقع جدا می‌شدیم از این برنامه، دردهای بیش‌تر و رنج‌های بیش‌تری می‌کشیدیم، که حالا خدا را شکر این چند وقت اخیر، نمی‌گویم من، خود این درواقع مسیر من را می‌خواند دوباره. دوباره من را می‌کشاند به این سمت. بدون این‌که من بخواهم درواقع زوری بزنم استاد جان. تمام شد حالا.. بیشتر از این وقت دوستان را نگیرم. خیلی سپاسگزارم از این‌که وقت گذاشتید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. خواهش می‌کنم. پس موفق باشید. خدا حافظی می‌کنم باشما.

آقای امیر: سپاسگزارم. خدا نگه‌دار.

♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦



استاد با اجازه‌تان تعدادی از کلمات کلیدی برنامه ۹۳۹ را بیان می‌کنم.

«پاسبانی»، زندگی با پاسبانی کردن بر کائنات، این قدرت را دارد که کائنات را به روانی و سادگی اداره کند و این خاصیت پاسبانی در ما انسان‌ها وجود دارد که با پاسبانی کردن بر مملکت خود، خودمان را بدون هیچ دخالت من‌ذهنی اداره کنیم تا با نظم زندگی یکی شویم.

درواقع پاسبانی بر ذهن، عمل‌های من‌ذهنی هم‌چون خشم، حسادت، رنجش و... را به ما نشان می‌دهد و نتیجه انجام دادن هرکدام از این عمل‌ها را بر ما اعمال می‌کند. چرا که این شناسایی است و مساوی است با آزادی از زاغ غم که در جهانمان پا می‌کوبد.

درواقع پاسبانی نشان می‌دهد که سمن‌زار رضایت دارد آشفته می‌شود، می‌گوید حرکت کن، ببین چه چیزی دارد به مرکزت می‌آید؟ چه چیزی دارد زندگی را از تو می‌دزدد؟ و حالا از آن، زندگی را نخواه. پس می‌بینیم که با وجود و ورود همانندگی در مرکزمان رُخمان زرد و بیمار می‌شود.

و حالا «نومیدی»، با وجود این عوامل درد، ممکن است نومیدی به سراغمان بیاید. بله ناامیدی می‌آید چون امیدمان به همانندگی و ذهن است و به مرکز عدم که ناامیدکننده نیست، نمی‌باشد. می‌گویند تو امیدت را بر چیزی بگذار که هیچ‌گاه بر آن امید نداشتی تا زندگی با تو قرین شود.

تو همه طمع بر آن نه، که در او نیست امیدت که ز نومیدی اول تو بدین سوی رسیدی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۲۰)

حالا به ما می‌گویند تو زاینده شو، جناب مولانا دارند که:

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)

می‌گویند تو هیچ می‌دانی که تو جاری‌کننده نیروی زندگی هستی؟ می‌دانی تو چه امکاناتی داری؟ از آن‌ها استفاده کن. می‌گویند من به تو قدرت تشخیص و خلاقیت دادم، به تو قدرت شکرآفشانی دادم، از آن‌ها استفاده کن، فکر این لحظه را با خاموشی ذهنت ایجاد کن.



این قدر از دیگران در انجام کارهایت تقلید مکن و خوب ببین که چه چیزی را می‌خواهی. چرا نمی‌توانیم آن کارها را انجام دهیم؟ در این جا کلمه «بچه»، «جُستی» و «شب‌خیزی» و «بتاز» را داریم که در مقابل آن، «کاهلی» و «اینرسی» من‌ذهنی است.

من‌ذهنی نیاز به یک نیروی حرکت‌دهنده دارد که با فضاگشایی، جان ما به‌عنوان نیروی شتاببخش و حرکت‌دهنده، این نیرو را برای جهیدن به من‌ذهنی اعمال می‌کند.

چرا که من‌ذهنی در مقابل تغییر مقاومت می‌کند، شب‌خیز نیست که فوراً در شب ذهن فضا را باز کند و عیبی که می‌بیند را سریعاً بپندازد. جناب مولانا دارند که:

بچه بچه ز جهان تا شه جهان باشی شکرستان هله تا تو شکرستان باشی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۹۰)

تنها با همین رد کردن همانندگی به‌عنوان چیزی که می‌خواهد حال ما را خوب کند، به همین سادگی می‌توانیم از هر غمی که می‌خواهد به سراغ ما بیاید رها شویم.

عنکبوت دیو، بر چون تو ذُباب کر و فر دارد، نه بر کبک و عُقاب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۴۲)

بانگ دیوان، گله‌بان اشقیاست بانگ سلطان، پاسبان اولیاست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۴۳)

پس حرف‌های من‌ذهنی، واکنش‌های اطرافیان، درد عالم، مثل عنکبوت عمل می‌کنند و مگس هم از عنکبوت ترس دارد و هرکس که از جنس من‌ذهنی باشد هم مگس است. بزرگی و شکوه این واکنش‌ها برای این مگس هست و برای کسی که در حضور است و هم‌چون عقاب تیز و چُست و پاسبان است، ارزش ندارد.

و حال ما در وضعیت‌های واکنشی و روبرو شدن با من‌ذهنی در کدام دسته می‌رویم؟ آیا با واکنش نشان دادن به وضعیت‌های ذهن و به من‌های ذهنی اطراف می‌توانیم این توهم و این تقلید را از بین ببریم؟

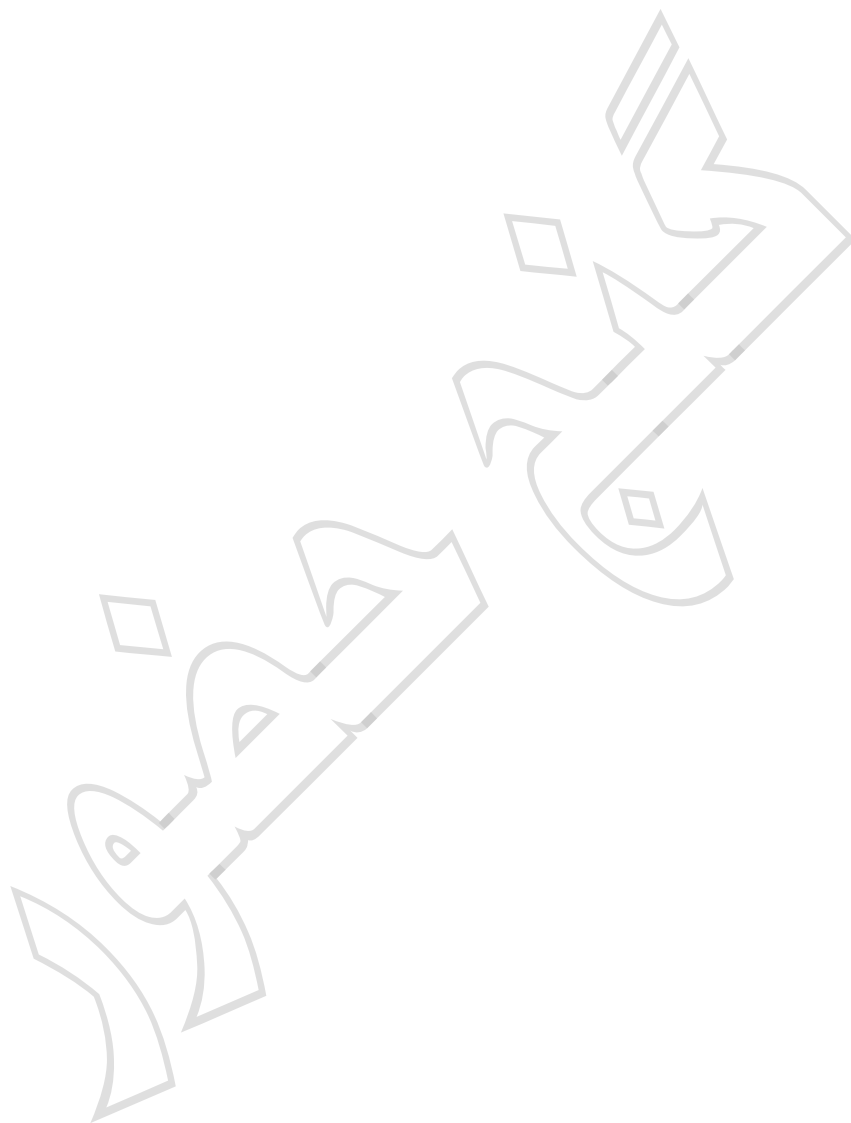
چرا که با جدی گرفتن و واکنش نشان دادن به آن‌ها که دید ذهن می‌بیند، زیر نفوذ صدای دیو که گله‌بان بدبختان است می‌رویم.



و اگر این صدا را دیگر نشنویم و دید من‌ذهنی از مُد افتاده شود و حس وجود از آن گرفته شود، زیر نفوذ صدای زندگی که پاسبان اولیاست می‌رویم. خیلی ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

استاد شهبازی: خیلی زیبا، شما ویدئو کردید این را، این پیغام را؟

خانم فرزانه: ویدئو می‌کنم ارسال می‌کنم استاد.





۱۱- خانم مرجان از استرالیا

مولانا در دفتر دوم مثنوی، در دل داستان اعتماد بر تملق و وفای خرس، یکی از لغزشگاه‌های بسیار مهم در مسیر زنده شدن به زندگی را به همراه چاره آن، به ما آموزش می‌دهد:

لغزشگاه تکبر و ادعای سروری و استادی.

مولانا در بیت ۷۴۵ از دفتر سوم مثنوی، با اشاره به آیه ۱۲۶ از سوره توبه، به ما می‌گوید: انسان از هنگام تولد تا مرگش مورد امتحان قرار می‌گیرد، و در بیت بعد می‌گوید:

امتحان بر امتحان است ای پدر هین، به کمتر امتحان، خود را مخر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶)

با این آموزش باید به هوش باشیم که با پشت سر گذاشتن امتحانی کوچک و ناچیز و دستیابی به پیروزی‌های معنوی یا حتی مادی، دچار غرور و خودبزرگ بینی نشویم و خود را کامل نشماریم. چراکه از دیدگاه مولانا، پندار کمال، یک بیماری و مرض روحی به شمار می‌آید، آن هم بدترین نوع ...

و در داستان خرس می‌گوید:

رحمت اندر رحمت آمد تا به سر بر یکی رحمت فرو ما ای پسر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱)

پس، امتحان بر امتحان و رحمت اندر رحمت است.

برای مثال، این امکان وجود دارد که ما در یک امتحان، آن هم با کمک بزرگان، در خود یک همانندگی را شناسایی کرده و سپس، با فضاگشایی و عنایت و رحمت زندگی، این یک همانندگی را بیاندازیم. حتی ممکن است تا مدت زیادی نیز با کار بر روی خود، دیگر بقایایی از آن همانندگی را در خود نبینیم.

حال، همین‌جا ممکن است خرس مهربان شده با پندار کمال ما را دچار احساس بی‌نیازی از بزرگان کند و به تبع آن، ما را از تعهد و استمرار بازدارد. آن‌هنگام، در خواب غفلت، فراموش می‌کنیم که امتحان پشت امتحان است و من‌ذهنی می‌تواند به آسانی خودش را بتند و دوباره همان همانندگی در ما به قوت خود بالا بیاورد، و در پس آن، دیو در گوشمان زمزمه‌های ترس و ناامیدی را سر دهد.

بنابراین، اگر در امتحانات زندگی تدبیری اندیشیدیم، یا فضل و هنر و موفقیتی کسب کردیم بدان بسنده نکنیم، از راه بازناستیم و همواره آن را از خرد و عقل و تدبیر زندگی ببینیم. مولانا در ادامه این هشدار را به ما می‌دهد که با موفقیت در



یک بازی زندگی و کسب دانش و معارف عرفانی در محضر استاد معنوی، امکان دارد که ما دچار تکبر شده و خود را هم‌تراز یا حتی برتر از ایشان بدانیم. غرور و ادعای استادی و سروری در محضر بزرگان، و سرپیچی از ایشان سر را به باد می‌دهد، یعنی انسان را به تباهی می‌کشد.

مولانا در بیت زیر در این باره حجت را تمام کرده و می‌گوید:

ور کنی با او مری و همسری کافرمان دان گر تو ز ایشان سر بری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۳۵)

مولانا می‌گوید: مرا کافر بدان اگر با ولی حق بستیزی و خود را با او برابر بدانی، و در آن صورت جان سالم بدر ببری.

مرغ، کو بی این سلیمان می‌رود عاشقِ ظلمت، چو خفاشی بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۲)

با سلیمان خو کن ای خفاشِ رد تا که در ظلمت نمایی تا ابد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۳)

اگر به بزرگانمان شک داریم یا آنان را قبول نداریم باید بدانیم که:

لکلک ایشان، همواره نغمهٔ لک لک یعنی «همهٔ ملک جهان هستی ای خدا از آن توست» را می‌سراید و در نهایت، آتش وحدت و یگانگی را بر شک و تردید می‌افکند.

لکلک ایشان که لک لک می‌زند آتشِ توحید در شک می‌زند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۵۳)

در آخر، مولانا راه‌کارایمنی از این خطر بزرگ را پیشه کردن تواضع، فروتنی، همراهی و خدمت در پیشگاه زندگی و بزرگان می‌داند.

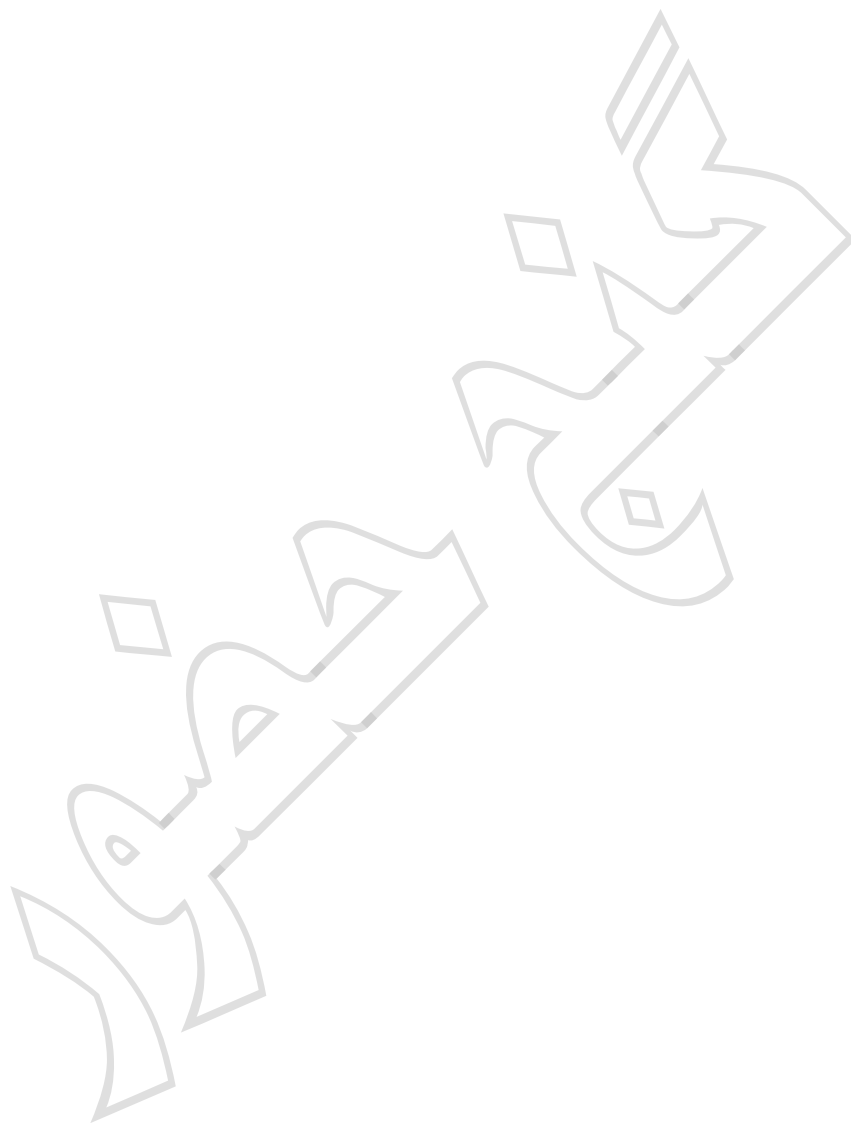
خرس چون فریاد کرد از اژدها شیرمردی کرد از چنگش رها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۷۰)



تو کم از خرسی نمی‌نالی ز درد؟ خرس رست از درد چون فریاد کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۱)





دیبا هستم از کرج.

آقای شهبازی: بله خانم دیبا خوبید؟

خدا را شکر خیلی خوبم، عالی. مگر می‌شود با این قرینِ مولانا و شما شدن بد بود. خیلی خوب هستم و روی خودم کار می‌کنم. خیلی استفاده می‌کنیم از برنامه شما. خدا را شکر که شما را داریم، مولانا را داریم. هزار بار شکر.

خدا را شکر برای برنامه ۹۳۹، چقدر غزلِ عالی، چقدر اجرای عالی، چقدر آموزش‌ها عالی. من متنی را آماده نکردم یک قصه‌ای را می‌خواستم بگویم و یک تجربه‌ای.

یک قصه‌ای هست که شاید خیلی از دوستان شنیده باشند. اولاً تشکر می‌کنم از این پیغام‌ها. خیلی پیغام‌ها امروز عالی بود. خانم مهتاب که ما را زیر و رو کردند واقعاً. در شگفتم، به به از این شهری که شما بنیاد کردید، چه گلستانی آباد کردید. من خودم هر موقع که خطا می‌کنم می‌گویم:

تو چگونه گلستانی که گلی ز تو نروید؟ تو چگونه باغ و راغی که یکی شجر نداری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۷)

این را خیلی برای خودم می‌خوانم و سعی می‌کنم روی خودم بیش‌تر کار کنم برنامه‌ها را با دقت بیش‌تری گوش بدهم. قصه‌ای که می‌خواستم بگویم یک پادشاهی بود که خیلی وضع خوبی داشت، همه چیز، امکانات و پول زیاد و این‌ها. یک نوکری هم داشت که ته باغ زندگی می‌کرد در یک اتاق با اهل و عیالش و این‌ها.

یک شب، یعنی هر شب شاهد خنده، شادی و اینی که روی قابلمه بزنند و روی تشت بزنند، باهم بخوانند، بخندند، این نوکرش و خانواده‌اش و این‌ها. شاهد شادی این‌ها بود این پادشاه. به وزیرش می‌گوید که من این‌همه دارایی دارم ولی چیزی که ندارم شادی است! این‌ها چجوری این‌قدر شادند؟ چرا؟

وزیرش می‌گوید فردا به او یک صدتا سکه بده یکی‌اش را کم کن. بعد پادشاه به آن نوکرش نودونته‌تا سکه می‌دهد ولی به او می‌گوید صدتا سکه برای تو.

آن شب این نوکرش با همسرش می‌نشینند سکه‌ها را با یک ذوق و شوقی می‌شمارند و این‌ها می‌بینند ای وای! نودونته‌تا سکه است. دیگر از آن لحظه تمام زندگی این‌ها در به در به دنبال آن یک سکه گم شده بود و خنده می‌رود، شادی می‌رود، آن آرامش می‌رود.



و این تجربه را، یعنی این داستان خیلی آموزنده است برای ما گنج حضوری‌ها. از خانواده عزیزم تشکر می‌کنم با این پیغام‌های خوبشان. این است که ما همه چیز داریم، ما اصلاً شادی بی‌سبب در ذاتمان است ولی

خود ندارم هیچ، به سازد مرا که ز وَهَم دارم است این صد عَنَّا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴)

این عنا یعنی رنج و سختی، ما تمام رنج و سختی‌هایمان به‌خاطر توهمات داشتن است. چرا ما این قدر حرص داریم بیش‌تر جمع کنیم؟!

البته من خودم را می‌گویم. آقای شهبازی تجربه‌ای که در خود زندگی شخصی خودم تجربه می‌کنم می‌بینم یک چیزی را دارم باز رفتم یک چیزی را خریدم. بعد خب می‌گویم عیب ندارد الآن تو شناختی، شناسایی کردی، این‌ها را داری روی خودت کار می‌کنی.

و در مورد رها شدن من، رها شدن از همانیدگی‌ها در این هفته؛ عجیب به همانیدگی‌ها می‌چسبم، خطا می‌کنم، دوباره بلند می‌شوم. تا ابد کار من آمد خیز خیز:

من که خَصَم هم منم، اندر گریز تا ابد کارِ من آمد خیز خیز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۰)

درست است زمین می‌خوریم، درست است اشتباه می‌کنیم، ولی خدا را شکر که برنامه گنج حضور مال ماست، مولانا مال ماست، شما دارید با این عشق و تعهدتان به ما این لقمه‌های شیرین را می‌گویید. ان شاء الله که ما بتوانیم این‌ها را حلال کنیم.

من رها نمی‌کنم همانیدگی دارم، می‌بینم، شناسایی می‌کنم، و خیلی موفق هم شدم خدا را شکر خوب پیش می‌روم. آمدم در مورد کلمه رها گفتم بگذار کلمه رها را با مولانا تجزیه تحلیل بکنم.

حرف «ر» را گفتم چون رهیدی، این‌جا یادداشت کردم آدرس‌هایشان را،

چون رهیدی، شکر آن باشد که هیچ سوی آن دانه نداری پیچ پیچ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۸۰)

پیچ پیچ: خم در خم و سخت پیچیده



این قدر نیچیم دور دانه‌های دنیایی، رها بشویم. من در مورد کلمه رها دوست دارم این سه بیت را بخوانم از مولانا. دفتر دوم، بیت ۲۰۸۸. حرف «ه»:

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

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷)

من به خودم می‌گویم، اگر هر لحظه رویت به‌سوی خداوند باشد، به‌سوی دانه‌ها برگردی تو رها می‌توانی بکنی. پس این به دستِ توست، به دستِ توست که کنترل نکنی، به دستِ توست که توقع نداشته باشی، به دستِ توست که مقایسه نکنی، به دستِ توست که در دام‌های آدم‌ها، حرف‌هایشان، قضاوت‌هایشان، نظرهایشان، درآمدهایشان، کم و زیاد دانه‌های دنیا نیفتی. «این به دستِ توست، بشنو ای پدر».

و در آخر حرف «الف»:

چون الف چیزی ندارم، ای کریم جز دلی دلتنگ‌تر از چشمِ میم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۲۹)

ای خدایا من همان الف هستم، الف آدم، الف باید بروم، این دلِ تنگ من ذهنی من را بتوانم رویش کار کنم. آقای شهبازی خیلی ممنونم.



«فرق زندگی مرفه و پرامکانات با زندگی باکیفیت»

زندگی مرفه و پرامکانات:

به زندگی‌ای می‌گویند که در آن تمام امکانات مادی برای داشتن رفاه و راحتی فراهم باشد. مثلاً پول به مقدار بسیار زیاد، بهترین خانه و ماشین، بهترین لباس‌ها و مسافرت‌ها و ...

زندگی باکیفیت:

به زندگی‌ای گفته می‌شود که در آن انسان حالش خوب است، شاد است، غصه و غم هیچ‌چیزی را نمی‌خورد، وضعیت‌ها و امکانات مادی نمی‌توانند او را غمگین کنند، قدرت عمل دارد، حس امنیت دارد، خودش را با کسی مقایسه نمی‌کند، کینه و توقع از کسی ندارد، و به‌طور خلاصه درونش پاک باشد، پر از عشق و پذیرش باشد، همه را دوست داشته باشد بدون تفاوت گذاشتن و قضاوت کردن.

زندگی پرامکانات به بیرون اشاره می‌کند. مثلاً می‌گویند فلانی پنج‌تا خانه دارد، سه‌تا ماشین. یعنی می‌توان آن‌ها را دید، جسم هستند، جامد هستند. اما زندگی باکیفیت به درون انسان اشاره می‌کند و یک جسم جامد نیست که بتوان آن را دید و اندازه‌گیری کرد، بلکه فقط می‌توان آن را تجربه و حس کرد.

بنابراین حال خوب و شادی زندگی، مربوط به درون انسان است و آدم باید از درون آن را تجربه کند، ربطی به بیرون ندارد. حالا طبق این دو تعریف، اگر از تمام انسان‌ها بپرسیم که از بین این دو نوع زندگی کدام را انتخاب می‌کنید، آن‌ها چه می‌گویند؟ قاعدتاً همه می‌گویند که ما زندگی باکیفیت را می‌خواهیم که همیشه شاد باشیم و حالمان خوب باشد.

خب پس چرا ما حالمان خوب نیست و شاد نیستیم؟ چرا این‌همه دعوا و جدایی و دشمنی در دنیا وجود دارد؟ اشتباه ما چیست؟

اشتباه ما این است که ما این زندگی باکیفیت و حال خوب را می‌خواهیم از طریق امکانات مادی در بیرون به‌دست بیاوریم، مثل پول و باور. یعنی ما فکر می‌کنیم که راه رسیدن به زندگی باکیفیت، زندگی پرامکانات است. فکر می‌کنیم شادی و خوشبختی در پول زیاد، ماشین، خانه، دوست و آشنا و فامیل است.

افراد ثروتمند، زندگی پرامکاناتی دارند، ولی این به این معنی نیست که زندگی باکیفیتی دارند و حالشان خوب است. چرا افرادی که همه‌چیز دارند خودکشی می‌کنند؟ چرا هیچ‌کس راضی نیست؟ همه ما اگر حتی ثروتمند نباشیم، لحظاتی بوده که پول زیاد داشته‌ایم، ولی حالمان خوب نشده و تازه متوجه شدیم که همین پول باعث از بین رفتن آرامشمان می‌شود.



حالا این سوال پیش می‌آید که ما حس آرامش و شادی را که یک چیز درونی است چگونه از چیزهای بیرونی می‌خواهیم؟ چگونه بیرون را به درون ربط می‌دهیم؟ از طریق فکر کردن. فکرها مانند طنابی هستند که واسطه بیرون و درون هستند.

ما فکر چیزهای بیرونی مثل پول را در ذهنمان تجسم می‌کنیم و از آن یک تصویر ذهنی می‌سازیم و از این تصویر ذهنی خوشبختی و شادی می‌خواهیم. مثلاً پولمان در بیرون زیاد می‌شود، تصویر ذهنی در درونمان بالا می‌رود و ما احساس امنیت و خوشی می‌کنیم و وقتی کم می‌شود حالمان بد می‌شود.

این خوشی، بسیار موقتی و زودگذر است و مصنوعی است چون از توهم درست شده، از تصاویر تجسمی در ذهن درست شده. اما حال بد آن بسیار دردناک است و دردهایی مثل ترس و خشم، آدم را نابود می‌کند.

این‌طوری نیست که فرد ثروتمند همیشه خوش باشد. چون هی که چیزها را زیاد می‌کند متوجه می‌شود که این خوشی‌ها موقتی بوده و دیگر حالش را خوش نمی‌کند، بنابراین باز هم بیشتر و بیشتر می‌خواهد و حالش در درون با کم و زیاد شدن این چیزها تغییر می‌کند. بالاخره به جایی می‌رسد که دردهای حاصل از کم شدن چیزها او را به جهنم دردها می‌کشاند.

همچنین قانون زندگی این است که اتفاقات به گونه‌ای می‌افتند که این چیزهایی که ما در ذهنمان از آن‌ها خوشبختی می‌خواهیم، مدام کم می‌شوند و به آن‌ها ضرر می‌رسد. بنابراین مدام و مدام حالمان بد می‌شود.

مثلاً همسر ما یک جسم در بیرون است. اگر ما از او در ذهنمان یک تصویر ذهنی بسازیم و از او خوشبختی بخواهیم، در این صورت اتفاقات به گونه‌ای می‌افتند که به ما بگویند تو حق چنین کاری را نداری و نباید همسرت را در مرکز قرار دهی. مثلاً مدام دعوایمان می‌شود و هر کاری می‌کنیم باز هم بینمان قهر و کینه است.

هزاران سال است که ما داریم این‌طوری زندگی می‌کنیم و این‌ها را نمی‌دانستیم و قضیه را کاملاً برعکس متوجه شدیم. الآن از بزرگی مثل مولانا داریم یاد می‌گیریم. فقط با کمی تأمل می‌توانیم به ارزش این مطالب مولانا پی ببریم و با استفاده از آن زندگی‌مان را تغییر دهیم و عمرمان را تلف نکنیم. جلوی اشتباه را هر لحظه می‌توان گرفت، هر اشتباهی هم که باشد.

در برنامه ۹۳۴ آقای شهبازی فرمودند که ما با من ذهنی هیچ موقع عدالت زندگی را درک نمی‌کنیم. ما می‌گوییم خداوند یا زندگی عدالت ندارد چون یک سری‌ها پول و ثروت زیادی دارند و بقیه چیزی ندارند، بنابراین ثروتمندان خوشبخت هستند و فقیران بدبخت. یعنی تمام ملاک و معیار تشخیص ما همین چیزهای مادی و بیرونی و جسم‌هاست.

الآن با مولانا یاد گرفتیم که زندگی عدالت دارد و منبع شادی و خوشبختی در درون هر انسانی گذاشته شده است، فقط کافی است از آن استفاده کند، فرقی ندارد ثروتمند یا فقیر باشد. چه بسا که ثروت یک شخص بلای جانش شود.



۱۴- خانم فرخنده و خانم آیدا از جوزان نجف آباد با سخنان آقای شهبازی

سلام استاد، خدا قوت، فرخنده هستم از جوزان نجف آباد

آقای شهبازی: سلام علیکم، بله بله خانم فرخنده خوبید؟

خانم فرخنده: ممنون، عالی. شکر وجود حضور و صبر شما

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان
هر صباحی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۲)

هین مگو کین ماند اندر گردنم
که هم‌اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۳)

هرچه آید از جهان غیب‌وش
در دلت ضیف است او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان

این‌که هشیار باشیم به دردسازی من‌ذهنی و با فضاگشایی، به من‌ذهنی این را اعلام کنیم که تا این زمان هرچه مقاومت کردی کافی‌ست و وقتی می‌خواهیم مقاومت کنیم بگوییم که راه دیگری غیر از مقاومت وجود دارد، این‌که فضا را باز کنیم و با خردمندی چالش به‌وجود آمده را مدیریت کرده و حل کنیم.

در حقیقت ما با فضا‌بندی و مقاومت میدانی برای من‌ذهنی با دست خود باز می‌کنیم که هرچه بیش‌تر تاخت‌وتاز و تخریب کند و از همه بدتر شروع به مالیات گرفتن از ما می‌کند آن‌هم در حین مقاومت کردن، چرا که چرخ موتور من‌ذهنی تنها با مقاومت ما می‌چرخد. درواقع مقاومت ما سوخت اصلی موتور ذهن است، هرچه این سوخت را بیش‌تر به او برسانیم، یعنی به مقاومت خود ادامه داده و در ماندن در مقاومت اصرار بورزیم، مکش موتور ذهن افزایش یافته و هرآن‌چه را که داریم یک‌جا از ما می‌بلعد.

پس ما باید بدانیم که این لحظه ساکن است و اتفاقات گذرا، پس با اتفاقات اتفاق نیفتیم ؟؟؟؟ انسان‌ها نشویم تا در دام من‌ذهنی قرار نگیریم که با اتفاقات بلند شویم و به هر سو کشیده شویم. و به این درک برسیم که هرلحظه زندگی پیغام



جدیدی برای مهمان‌خانه تن ما می‌فرستد که اگر با عدم مقاومت سرعت ذهن را کاهش دهیم، پیغام فرستاده شده از طرف زندگی را دریافت می‌کنیم ولی برعکس اگر مقاومت کنیم، این مقاومت باعث قطع اتصال ما با زندگی می‌شود و این پیغام‌گیر در ما از مدار خارج می‌شود و ما چاره‌ای جز افتادن در چرخه مقاومت نداریم، درست مانند آن مار نادان که به جای این‌که از مقاومت دست بردارد و آرام بگیرد تا از دهان خارپشت رهایی پیدا کند، بیهوده به تقلا افتاد، خودش را به خارهای تیز می‌زد و از بی‌صبری و شدت شتاب، خودش را به‌کشتن داد.

بگرفت دَم مار را یک خارپشت اندر دهن
سر درکشید و گرد شد، مانند گویی آن دغا

آن مار ابله خویش را، بر خار می‌زد دَم به دَم
سوراخ سوراخ آمد از خود را زدن بر خارها

بی صبر بود و بی حیل، خود را بگشتی از عَجَل
گر صبر کردی یک زمان، رستی ازو آن بدلقا

بر خارپشت هر بلا خود را مَزَن تو هم، هَلا!
ساکن نشین، وین ورد خوان: جاءَ الْقُضَا ضَاقَ الْفُضَا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

با قضا پنجه مَزَن ای تند و تیز
تا نگیرد هم قضا با تو ستیز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۰)

مُرده باید بود پیش حکم حق
تا نیاید زخم، از رَبُّ الْفَلَق

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۱)

ممنونم استاد

آقای شهبازی: خیلی خوب، آفرین. عالی.

خانم فرخنده: تشکر می‌کنم، بااجازتون گوشی را می‌دهم به دخترم. خداحافظ.



خانم آیدا: سلام استاد، آیدا هستم هفده ساله

آقای شهبازی: سلام، بله آیدا خانم کم پیدا هستید آیدا خانم، بفرمایید.

خانم آیدا:

به هر کجا که روی، ماه بر تو می‌تابد مه‌ست نورفشان بر خراب و آبادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۹۹)

ما در هر زمان و مکانی که باشیم، در حضورِ خردِ زندگی هستیم و اگر اجازه دهیم نورِ زندگی به ما بتابد در صفرثانیه درد لحظه‌ای ما را صفر می‌کند و ما احساس راحتی و آرامش می‌کنیم. تنها چیزی که می‌تواند باعث آرامش ما شود، ذهن خاموش است. تنها در حالت خاموشی ذهن ماست که زندگی می‌تواند به ما کمک کند و خردش را جاری کند. تنها با تسلیم است که ما می‌توانیم به زندگی اجازه دهیم بی‌نهایتش را در ما باز کند.

ما قبل از این‌که هر حرکت و رفتاری را انجام دهیم، تصویر ذهنی‌اش در ذهن ما چیده می‌شود. درواقع این ذهن ماست که به ما می‌گوید چه کاری انجام بده و چه چیزی بگو. حالا من ذهنی آمده‌است و از این فرصت استفاده می‌کند و از ذهن ما سوءاستفاده می‌کند. او می‌داند تنها جایی که می‌تواند از طریق آن بر روی ما اعمال اراده کند، ذهن ماست.

حالا اگر بتوانیم ذهنمان را مدیریت کنیم و آن را کنترل کنیم و خاموشش کنیم، توانسته‌ایم من ذهنی را کنترل کنیم و آن را کوچک کنیم.

ممنونم استاد، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، شما جدیداً ویدئو فرستاده‌اید به ما؟

خانم آیدا: بله استاد.

آقای شهبازی: خیلی خُب، خیلی ممنون. می‌خواستم سؤال کنم ببینم که رابطه شما با مادرتان چطور است؟ دوستانه است، عشقی است، چجوری است؟

خانم آیدا: بله استاد قبلاً خیلی با ایشان مشکل داشتم یعنی من ذهنی خیلی با ایشان مشکل داشت و از ایشان خیلی کینه داشتم چون مادرم قبل از این‌که با گنج حضور آشنا بشوند خیلی به ما زور می‌گفت، یعنی یک من ذهنی دیکتاتوری داشت کلاً. اصلاً نمی‌گذاشت ما جایی برویم، کلاً نمی‌گذاشت با کسی دوست بشویم، به‌جز خانه بابا بزرگم اجازه نمی‌داد جای دیگری برویم. باید هر جور او می‌گفت لباس می‌پوشیدیم، هر جور می‌گفت حرف می‌زدیم، ولی الآن که با گنج حضور آشنا شده خُب خیلی تغییر کرده و اصلاً دیگر آن من ذهنی دیکتاتور را ندارد و الآن ما با صلح زندگی می‌کنیم، با عشق.

آقای شهبازی: با هم دوست هستید؟



خانم آیدا: بله

آقای شهبازی: آفرین. خب شما توصیه‌ای به مادران دارید؟ که مادران چجوری تغییر کردند.

خانم آیدا: استاد مادرم از وقتی فهمید هرکسی دنیای خودش را دارد و هرکسی نباید کسی را ؟؟؟؟ کند، متوجه شد که حتی اگر بچه‌اش هم باشد نباید او را کنترل کند، این من‌ذهنی است که می‌خواهد روی دیگران کنترل داشته باشد. ما اگر در هشیاری و حضور باشیم، فقط روی ذهن خودمان نورافکن می‌اندازیم و هر لحظه سعی می‌کنیم فضاگشایی کنیم، نه که روی دیگران نورافکنمان را بیندازیم و ببینیم چه کسی دارد چه کاری می‌کند که نصیحتش کنیم و بگوییم که چکار بکن و چکار نکن. و او متوجه شد که او ما را اداره نمی‌کند بلکه خرد زندگی دارد ما را اداره می‌کند، برای همین به اصطلاح خودمان می‌گوییم ما را سپرده به خرد زندگی، یعنی هر کاری که با ما انجام بدهد خرد زندگی، می‌داند که برای ما درس است و پختگی دارد، نباید دخالت کند و ما هم همین‌طور.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. شما خیلی پیشرفت کردید خانم، امروز دیدید که پیغام مادران خیلی عالی بود، خیلی عالی بود، آفرین.

خانم آیدا: بله استاد، لطف دارید شما، از برکت وجود شماست همه این‌ها.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، آفرین. امروز خیلی، یعنی همیشه خوب است، امروز عالی. دیگر نمونه خانواده خوبی هستید باید مردم نگاه کنند به شما. یک دخترخانم هفده ساله مثل شما حرف می‌زند این پیشرفت بزرگی است، نه تنها برای خانواده شما و شما، برای جامعه ایران.

باید این حرف را بشنوند، بین چقدر خردمندانه شما حرف می‌زنید، می‌گویید مادرم ما را کنترل می‌کرد الان فهمید که ما را باید بسپارد به دست خرد کل که تمام کائنات را اداره می‌کند، نگران ما نباشد، کنترل نکند. ما هم درختی هستیم که ریشه در زندگی داریم. شما این را متوجه می‌شوید، آفرین.

شما چه، شما که دیگر کنترل نمی‌کنید، زور نمی‌گویید، سرکش نیستید، سرکشی را می‌فهمید چیست؟ نه؟

خانم آیدا: ببخشید استاد وسط حرفتان پریدم. استاد من سرکش بودم، خیلی هم سرکش بودم چون که خب قطعاً وقتی یک من‌ذهنی ؟؟؟؟ من‌ذهنی من، خب من بدون نورافکن بودم، بدون حضور بودم، قطعاً من‌ذهنی من هم با آن مقابله می‌کند و این در خانواده ما بود ولی الان ایشان اصلاً کاری با ما ندارد.

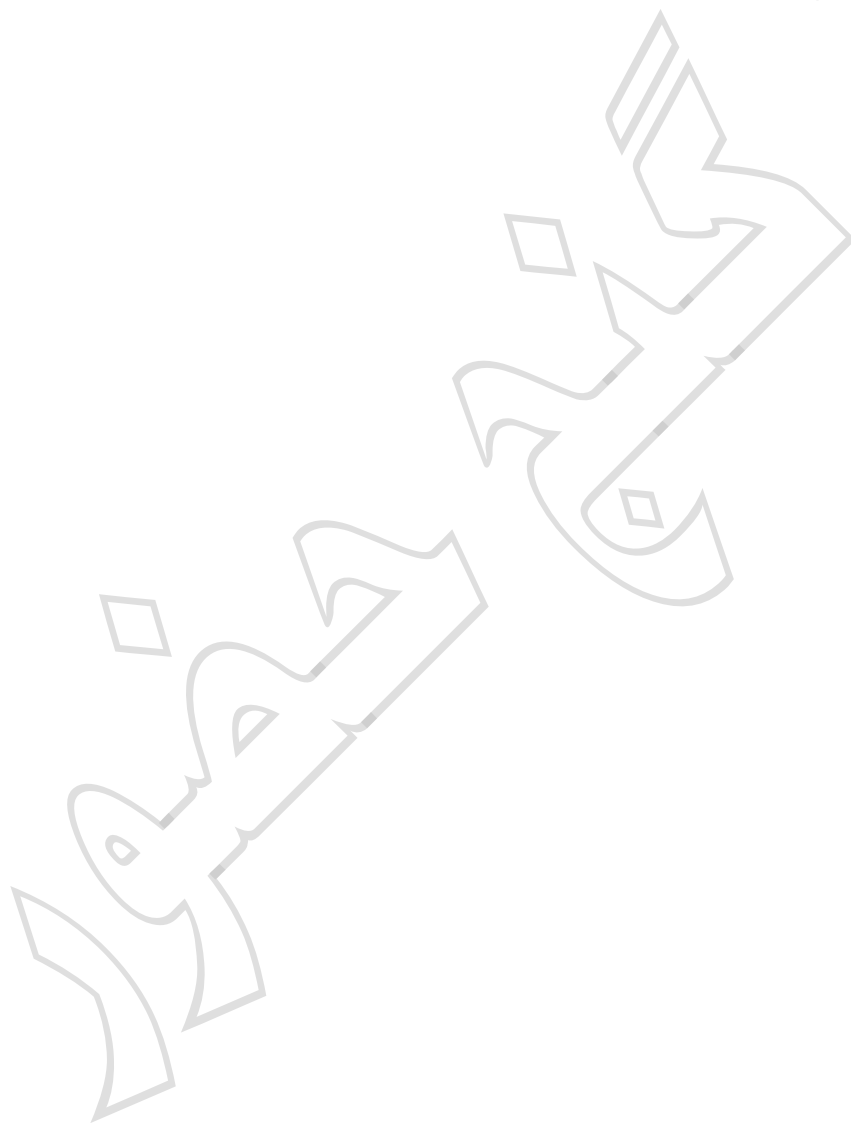
و من هم استاد خیلی سرکش بودم. من آدمی بودم که تا به من یک چیزی می‌گفتند و به من برمی‌خورد، می‌رفتم در اتاق را قفل می‌کردم و نمی‌گذاشتم کسی وارد شود و با او قهر می‌کردم یا اصلاً دیگر حسابش نمی‌کردم. یا وقتی یک رفتار کوچک از یک نفر می‌دیدم او را به کل از زندگی‌ام حذف می‌کردم، به جایی رسیده بود که اصلاً هیچ دوستی نداشتم این قدر به همه چیز می‌گفتم به اصطلاح خودمان، و برای همه رنجش ایجاد می‌کردم و با همه مقابله می‌کردم و این‌ها.



اما الآن نه، الآن می‌دانم که از هرکسی هر چیزی برمی‌آید. این من هستم که باید مقاومت نکنم، فضا را باز کنم و از رفتار دیگران برای خودم درد ایجاد نکنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. خیلی‌خب، خیلی‌خب ممنونم آیدا خانم عالی، عالی، آفرین. پس خداحافظی می‌کنم با شما، خداحافظ.

خانم آیدا: ممنونم ممنونم، خداحافظ





۱۵- آقای علی از دانمارک با سخنان آقای شهبازی

خدمتتان عرض شود که می‌خواستم راجع به خودم یک مقداری صحبت کنم و راجع به شرایطی که این‌جا تجربه کردم در دانمارک، یک مقدار صحبت کنم و با اجازه‌تان چند مطلب را می‌خواستم راجع به قانون جبران صحبت کنم و بیان کنم.

همان‌طور که در تأیید فرمایشات شما، قانون جبران خیلی، بسیار مهم و کلیدی هست، چه در سطح خانواده به‌عنوان کوچک‌ترین به‌هرحال سازمان یک جامعه، چه در سطح یک اداره یا شرکت یا سطوح بالاتر، بسیار مهم و کلیدی هست.

و من خودم تا وقتی ایران بودم جناب شهبازی، اصلاً راجع به قانون جبران چیزی به آن صورت نمی‌دانستم و به همان خاطر رعایت نمی‌کردم و به‌هرحال ضررهای زیادی هم شخصاً در این رابطه متحمل شدم، به‌خاطر این‌که قانون جبران را زیر پا گذاشتم.

از جمله این‌که مثلاً در شرکت کار می‌کردم، به‌قول شما اصلاً بهترین کارم را ارائه نمی‌دادم، ولی توقعم در سطح خیلی بالا بود. و این‌که مثلاً کسی برایم کاری انجام می‌داد ممکن بود در حد یک تشکر زبانی باشد و اصلاً دنبال این نبودم که حتماً به اندازه آن قانون جبران را رعایت کنم.

و این‌ها باعث شد که من الآن بفهمم، واقعاً آن قانون جبران بوده که اگر رعایت می‌کردم، می‌توانستم هم به خودم کمک کنم، هم به آن شرکتی که در آن‌جا کار می‌کردم کمک کنم، هم به کل جامعه و کشورم و این‌طوری می‌توانستم مفید واقع بشوم.

و این‌جا هم که آمدم جناب شهبازی، چیزهای خوبی که از دانمارکی‌ها یاد گرفتم، یکی این بوده که ساده زیستی دانمارکی‌ها هست آقای شهبازی. این‌جا مردم در آپارتمان‌های خیلی کوچک و با کم‌ترین امکانات و وسایل تجملاتی اصلاً وجود ندارد، با کم‌ترین امکانات زندگی می‌کنند.

اگر به خانه یک نفر پولدار هم سر بزنی، یک دست مبل خیلی ساده با یک یخچال خیلی کوچک و کم‌ترین امکاناتی که برای یک زندگی لازم هست، زندگی می‌کنند و هیچ تجملاتی نیست، خیلی چشم و هم‌چشمی نیست.

و این‌که این‌جا همه همدیگر را به اسم کوچک صدا می‌زنند، اصلاً عناوینی مثل آقای دکتر، آقای مهندس و آقای نخست‌وزیر یا خانم نخست‌وزیر نیست. حتی نخست‌وزیرشان را به اسم کوچک صدا می‌زنند، حتی اگر روبروی نخست‌وزیر باشند، به او می‌گویند مثلاً حسین، و این‌جا افتاده کاملاً. و این خیلی نکته قابل توجهی بود برای من.

و این‌که این‌جا تمام نوجوانان از سنین دوازده‌سالگی، سیزده‌سالگی می‌روند در سوپرمارکت‌ها یا کارهای نظافتی، اصلاً برایشان مهم نیست این چه کاری هست ولی قانون جبران را رعایت می‌کنند، خودشان را سربار پدر و مادرشان نمی‌کنند.

و از همان سن نوجوانی شروع می‌کنند به کار کردن و هیچ توقع و انتظاری نه از پدر نه از مادرشان دارند که به آن‌ها پول بدهند و آن‌ها را حمایت کنند.



و همچنین مثلاً موقعی که می‌خواهند حالا با یکی تشکیل خانواده بدهند، اگر شده با یک چمدان لباس می‌روند در یک آپارتمان خیلی کوچک، شروع می‌کنند به زندگی کردن. نه خبری از مهریه‌های سنگین هست، نه خبری از جهیزیه‌های آن‌چنانی هست.

و این‌جوری هست که نه فشاری به پدر و مادرها میاد و زندگی‌ها بسیار ساده و بدون هیچ تجملاتی این‌جا شروع می‌شود. و این بسیار مهم هست که، ولی من خب تجربه‌ای که از ایران دارم کاملاً برعکس این هست.

خدمتتان عرض شود که این‌جا همه واقعاً کار می‌کنند، از صبح زود زن و مرد، به‌خاطر همین اقتصادشان پیشرفت کرده‌است. زن و مرد صبح زود بلند می‌شوند کار می‌کنند، روزی هشت ساعت، نه ساعت کار می‌کنند و با کم‌ترین توقع و بیش‌ترین تلاششان را می‌کنند و قانون جبران را تا حد امکان رعایت می‌کنند.

این خیلی مهم هست واقعاً و ما همه باید درس بگیریم از این نکاتی که می‌بینیم این‌جا. و خدمتتان عرض شود که می‌خواستم که تشکر کنم از شما و خسته نباشید به شما بگویم و تبریک به‌خاطر این برنامه‌هایتان و این ثمرهایی که الان دارد می‌دهد. خانم مهتاب امشب زنگ زدند واقعاً بسیار جالب و تعجب‌برانگیز هست، همچنین خانم آمیتیدا بودند که زنگ زدند به انگلیسی هم صحبت کردند، ایشون هم واقعاً جالب بود.

می‌خواستم که اگر امکانش باشد خواهش کنم از این‌هایی که مثل ایشان دانش انگلیسی‌شان خوب است، ترجمه این غزل‌ها یا ابیات را اگر می‌شود بگذارند در کانال که ما، امثال من مثلاً این‌جا بتوانیم اگر شده این‌جا تکثیر کنیم به انگلیسی یا ترجمه بشود با کمک این مثلاً دانمارکی‌های علاقه‌مند هستند.

از انگلیسی راحت‌تر است که برگردد به دانمارکی تا از فارسی بخواهیم برگردانیم. خواستم خواهش کنم اگر امکانش هست این‌ها را به اشتراک بگذارند و ما بتوانیم استفاده کنیم.

آقای شهبازی: عالی عالی، ممنونم از ویدئوهایی که فرستادین، این‌ها هم خیلی عالی هستند، خیلی خیلی زحمت می‌کشید، باز هم لطف کنید بفرستید پخش می‌کنیم.

آقای علی: فرستادم، سه، چهاربار گذاشتند ولی این‌که خیلی شلوغ هست فکر کنم ندیدید. حالا باز می‌گذارم دوباره.

آقای شهبازی: می‌بینیم، دیر و زود دارد، ولی به‌قول معروف سوخت و سوز ندارد می‌بینیم.

آقای علی:

بعد یک سؤال دیگر از شما داشتم، کتاب‌هایتان به انگلیسی هم منتشر شده یا نه، فقط به فارسی هست؟

آقای شهبازی: نه، کتاب‌های من به فارسی هست، ولی همین پدیده‌ها که فقط ایشان نبودند، کسان دیگر هم هستند به انگلیسی صحبت می‌کنند، حتی از درون ایران.



و من فکر می‌کنم که این جریان بزرگ که ایرانی‌ها به خارج منتقل شده‌اند، حالا در سطح یک‌جور خاصی دیده می‌شود، ولی در عمق منظور این است که واقعاً این خردی که در ایران هست، مثل مولانا، مثل فردوسی، مثل حافظ، مثل سعدی، مثل عطار و بقیه، این خرد به زبان‌های دیگر ترجمه بشود و در جهان پخش بشود و جهان را نجات بدهد واقعاً.

در این‌که ما ایرانی‌ها بسیار سهل‌انگاری کرده‌ایم در توجه به بزرگانمان و الآن وضع ما ممکن است خوب نباشد، ولی به محض این‌که توجه بکنیم به حرف بزرگانمان، فوراً خودمان را می‌توانیم اصلاح کنیم. و این اصلاح فوری را شما در همین خانم مهتاب مثلاً می‌بینید یا در بچه می‌بینید که به چه سرعتی یا الآن مثلاً با آیدا صحبت می‌کردیم، یا مادر آیدا که این‌ها دیگر خودشان دارند می‌گویند.

می‌گویند مثلاً من این‌طوری بودم، این‌طوری شدم، یا بچه پانزده، شانزده‌ساله دارد توضیح می‌دهد که البته با من‌ذهنی ما فکر می‌کنیم اصلاً بچه پانزده، شانزده‌ساله بچه است و چیزی نمی‌فهمد و می‌بینید به چه بیان روشنی دارد حقیقت را بیان می‌کند که پس بچه‌های ما در هر سنی پدر و مادرشان را می‌بینند.

این‌که ما می‌گوییم نمی‌فهمند، هم‌چو چیزی وجود ندارد، می‌فهمند. حالا، بنابراین عرضم این است که این‌که ما، یا شما مثلاً در دانمارک هستید و دانمارکی بلدید، یا یکی در نروژ است، آن یکی در آلمان است، من گمان می‌کنم که این افراد که به این درجه هم به گنج حضور و مولانا علاقه‌مندند، این‌ها دست خودشان نیست.

کما این‌که اجرای برنامه هم دست خود من نبوده، واقعاً نیست. یک نیرویی انگار باعث شد که من این، به‌هرحال این نه‌صدوسی‌ونه‌تا برنامه اجرا شد، حالا نمی‌دانم تا کجا می‌رسد. تصمیم بر این است که تا هزار برسد، ولی همین‌طور که می‌بینید در هر برنامه‌ای الآن نزدیک واقعاً سیصد، چهارصد بیت از مولانا خوانده می‌شود.

این خیلی مهم است این‌که ما سیصد بیت را، چهار صد بیت را از یک انسان بزرگی مثل مولانا در یک برنامه می‌خوانیم و مردم می‌بینند و تأثیر می‌پذیرند و من منظورم این است که این در زیر یک حرکاتی هست که عشق یا بگویند خداوند انجام می‌دهد.

یکی را از این‌جا می‌برد، آن‌جا. یک گروهی را می‌کشد این‌ور، خلاصه می‌خواهد به‌وسیله خردی که از قبل در جهان هست، می‌دانید حالا ما خودمان را خیلی تحقیر کرده‌ایم، متأسفانه ما ایرانی‌ها، ولی واقعاً بزرگ‌ترین دانش بشری که به‌درد بشر می‌خورد و می‌تواند هدایتش کند، در ایران است.

آقای علی: بله واقعاً.

آقای شهبازی: می‌بینید دیگر شما؟

آقای علی: نیستش این‌جا، نیست. بله. مقایسه می‌کنم، در تأیید فرمایشات شما، مقایسه می‌کنم با بزرگ‌ترین مثلاً نویسنده یا شاعر دانمارکی، بعد شعرش را می‌خوانی اصلاً هیچ مفهومی ندارد. مثلاً یک چیزهایی گفته، اصلاً نه سری دارد، نه تهی دارد.



در مقایسه اصلاً با کوچک‌ترین شاعران ما واقعاً این‌ها صفرند، هیچ چیزی ندارند. ما واقعاً قدردان این بزرگان باید باشیم. این گنج است، واقعاً بزرگ‌ترین گنجی است که ما قدرش را ندانستیم. من خودم شخصاً نمی‌دانستم. واقعاً ضرر کردم، ولی ما باید قدرش را واقعاً بدانیم.

این برنامه‌ای که الآن هست که شما زحمت می‌کشید، به این راحتی در اختیار همه هست، فقط کافی است که ما اراده کنیم و بخواهیم عوض بشویم و بلافاصله کار انجام می‌شود.

آقای شهبازی: بله. می‌خواستم بگویم که به‌هرحال آدم انتظارش را ندارد یک نوجوان سیزده‌چهارده‌ساله در ایران بخواهد یک شعری را به فارسی بخواند، به همان زیبایی هم به انگلیسی بخواند. خودش هم در ایران باشد، حالا آمریکا بود می‌گفتیم یا مثلاً کسانی را، بچه‌هایی را در آمریکا می‌بینیم یا در کشورهای دیگر که این‌ها به زبان فارسی و به زبان آن جایی که زندگی می‌کنند، این شعرها را می‌خوانند و ترجمه می‌کنند.

هیچ‌کس هم به آن‌ها نمی‌گوید ترجمه بکن، مثلاً من می‌بینم هفت‌هشت‌ساله آمده فیلم‌هایش، پخش می‌کنیم. این است که این جریان شروع شده که ما بتوانیم به‌اصطلاح بزرگی بزرگان خودمان را به دنیا، اول خودمان بفهمیم، اول خودمان بفهمیم، خودمان را درست کنیم و یک روزی می‌رسد، ایرانی دیگر نه دروغ می‌گوید، نه زرنگ است، نه هیچ چیزی. از من ذهنی، از خر من ذهنی پیاده می‌شود، همه ایرانیان.

وقتی آن‌طوری راستین شدند، می‌توانند آن موقع بزرگان‌شان را به دنیا نشان بدهند و خیلی سریع عوض می‌شوند آدم‌ها. من می‌بینم الآن، همه می‌بینیم یعنی، سریع.

آقای علی: بله. بله. واقعاً درست است فرمایشتان و واقعاً به همین خاطر اگر آن‌هایی که مثل ایشان دانش انگلیسی‌شان خوب است، لطف کنند این‌ها را به اشتراک بگذارند که ما بتوانیم از دانش این‌ها استفاده کنیم در جهت پخش این ابیات به زبان‌های دیگر.

آقای شهبازی: مثلاً یکی دیگر همین خانم مرجان از استرالیا است. یک مطلبی را به انگلیسی بیان کرده بود. این قدر ساده و روان و جامع و عالی بود که حالا همین هم پخش می‌کنیم.

آقای علی: در همان کانال پیام‌های معنوی این‌ها را می‌گذارید یا؟ لطف کنید در همین کانال پیام‌های معنوی انگلیسی‌ها را هم، آن‌هایی را که زحمت می‌کشند بگذارند که بتوانیم، ممنون می‌شویم.



۱۶- خانم زهره از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی

استاد خواستم اول از خانم مهتاب تشکر کنم. امشب فکر می‌کنم خانم مهتاب یک درس قشنگی به من دادند که اشتیاقی که ایشان داشتند ربطی به سوادشان ندارد و چقدر دیدم با اشتیاق و با چه ذوقی داشتند شعرهای جناب مولانا را می‌خواندند و گفتند که در هر شرایطی شعرهای مولانا را می‌خوانند و این فکر می‌کنم درس قشنگی بود که آدم در هر شرایطی می‌تواند کارش را انجام بدهد.

این‌که من الآن این‌جا سختم هست و نمی‌توانم و نمی‌شود و الآن باید شرایط جور باشد، این دیگر کاهلی من‌ذهنی است و این درس قشنگی بود برای من امشب، از ایشان تشکر می‌کنم و همهٔ بینندگانی که یک جورهایی به ما درس می‌دهند، از کودکان عشق بگیر، هرکدامشان یک جورهایی گنج حضور هستند.

آقای شهبازی:

بله درست است درست است. من یک چیزی یادم نرفته بگویم خانم زهره. بعضی از بینندگان ما سششان هم کم نیست، از دیدن کودکان عشق زیاد راضی نیستند.

من توجه می‌دهم به یک موضوعی که در ما هست، دوباره یک جنبه‌ای از پندار کمال است. این‌که یک کسی واقعاً با سن پایین مثلاً دوازده‌ساله، سیزده‌ساله، هشت‌ساله واقعاً خردمندانه صحبت می‌کند و یک شعر خوبی را از مولانا به خوبی می‌خواند و درست می‌خواند معنی می‌کند، نباید ما بلد نیستیم به ما بر بخورد.

و یک کسی چهل سال دارد پنجاه سال دارد، یک بچه‌ای شعر را می‌خواند خب آن پنجاه‌ساله بلد نیست، ناراحت می‌شود. به‌جای ناراحتی، آدرسش آن‌جا هست، بفرمایید شما بنشینید شما هم گوش بدهید یاد بگیرید. یعنی یک‌جور متأسفانه یک حسادت و چه می‌دانم برخوردگی ناآگاهانه است.

ما متوجه نمی‌شویم چرا به ما برمی‌خورد. ما باید خیلی خوش‌حال باشیم یک بچه‌ای یک شعر مولانا می‌خواند یا بین ده تا بیست سال دارد به این زیبایی بیان می‌کند معنی یک بیت مولانا را و در زندگی‌اش به‌کار می‌برد، ما باید خیلی خوش‌حال باشیم نه این‌که به ما بر بخورد و به هرکسی بر بخورد یک توجه‌ای بکند که من کاهلی می‌کنم، خوب کار نمی‌کنم، از این‌که یک بچه‌ای این‌ها را می‌داند و من نمی‌دانم، به من برمی‌خورد، خب برنخورد، برنخورد، کار کن. بله بفرمایید ببخشید، خواستم فقط این خواهش را بکنم بعضی‌ها یک موقعی می‌گویند ...

خانم زهره:

این کودکان عشق را وقتی من خودم می‌بینم حالا یک جورهایی حسرت می‌خورم استاد می‌گویم که خوش به حال این بچه‌ها که چقدر زود با جناب مولانا آشنا شدند، شاید این دردهایی که الآن ما کشیدیم آن‌ها دیگر نمی‌کشند و الآن هرکدامشان خودشان یک استاد هستند برای ما.



آقای شهبازی: بله، امروز آیدا را دیدید چجوری صحبت می‌کرد؟

خانم زهره: بله خانم آیدا.

آقای شهبازی:

سرکشی رفته، این سرکشی که در ذات من‌ذهنی است که شما بچه شانزده، هفده‌ساله را دیدید چجوری است، اصلاً من‌ذهنی داشته باشد با او نمی‌شود حرف زد، همه‌چیز به او برمی‌خورد چون فکر می‌کند همه‌چیز را می‌داند.

الآن آن سرکشی از این بچه‌هایی که گنج حضور می‌بینند زایل شده، نیست. این سرکشی همین‌طور می‌ماند، یعنی یک بچه‌ای که شانزده، هفده سال است سرکشی دارد، همین‌طور نوزده، بیست‌وپنج، همین‌طور می‌آید بالا سی، چهل، همین‌طوری سرکش می‌شود. یادش می‌رود که سرکشی را باید بیندازد برای این‌که جزو ذات من‌ذهنی است سرکشی.

شما می‌بینید یک آدم هشتادساله باز هم سرکش است، اِه تو دیگر چرا سرکش هستی؟ تو برو بنشین استراحتت را بکن، ورزش کن، مولانا بخوان، شعر بخوان، چرا این‌طور واکنش نشان می‌دهی؟ دیگر از تو گذشته، حالا دو، سه سال دیگر زنده هستی، دیگر معلوم است که آخرش کجا می‌روی، برای چه سرکش هستی؟ بله بفرمایید ببخشید.

خانم زهره:

استفاده کردیم استاد. استاد این روزهایی که دارم می‌گذرانم را همه‌ی شرایطش را واقعاً دوست دارم. استاد یک مدتی هست که حال خوب شده.

آقای شهبازی:

خب خدا را شکر.

خانم زهره:

قبلاً حال خیلی بد بود، خیلی یعنی تشدد ذهنی زیادی داشتم، خیلی تضاد شدید داشتم، حسادتم را نمی‌توانستم در این سن و سال کنترل کنم و تضاد شدیدی داشتم. ولی الآن مدتی است که حالم خیلی خوب است و این را مدیون واقعاً شما و برنامه‌ی گنج حضور هستم. همان اتفاق‌های قبلی دارد می‌افتد، چیز خاصی نیست، ولی الآن با یک دید دیگری دارم به زندگی نگاه می‌کنم.

الآن این‌که افتاده، این یک بی‌مرادی است، باید فضا باز کنم، باید پیغامش را بگیرم، باید بفهمم برای چه این اتفاق افتاده و قبلاً همه‌اش چرا این‌جوری شد چرا آن‌جوری شد، خوب و بد می‌کردم، زشت و زیبا می‌کردم، فهمیدم که واقعاً این‌ها همه‌اش خوب و بد کردن و خوشبختی و بدبختی فقط مال من‌ذهنی است و من‌ذهنی فیلم‌نامه‌نویس خوبی است برای خودش و ما هم عادت کردیم که هر کاری که می‌خواهیم می‌کنیم، باید آخر ماجرا را بدانیم، بدانیم الآن این کاری که انجام می‌خواهم بدهم، آخر ماجرا چه اتفاقی می‌افتد، خوب است، بد است و ما مثل یک عروسک خیمه شب‌بازی دست من‌ذهنی بودیم.



الآن دیگر هر کاری که می‌خواهم بکنم می‌دانم که فقط برنامه‌نویس اصلی خداست و هر اتفاقی بیفتد فقط باید فضا را باز کنم، نه این‌که بنشینم بگویم که الآن بدبخت شدم این اتفاق افتاد، خوشبخت شدم این اتفاق افتاد. خوشبختی و بدبختی فقط مال من‌ذهنی است.

و می‌دانم که برنامه‌نویس اصلی خداست یا زندگی است و این‌که نمی‌دانی آخرش می‌خواهد چه بشود، باید هر لحظه تسلیم باشی و فضا را باز کنی و بدون هیچ ترسی به آینده و این کار برای من‌ذهنی خیلی دردآور است چون‌که همیشه باید همه‌چیز را بداند و با انصتوا آشتی نکرده، صبر و شکر ندارد، دوست ندارد مقصر باشد، دوست دارد همیشه بقیه مقصر باشند.

اگر که امروز من شادی بی‌سبب ندارم دلیلش این است که دوست دارم اشیاء به من شادی بدهند. اگر امروز این وسیله را داشته باشم خوش‌حالم، اگر نداشته باشم ناراحتم. پس این مقصر خودم هستم که فندانسیون زندگی‌ام را براساس چیزهای آفل و گذرا گذاشتم که زودی خراب می‌شود و با داشتن وسایل حال من خوب و بد می‌شود و این‌جا مقصر خودم هستم نه کس دیگری. و این سه بیت طلایی که از زمانی که شما گفتید بخوانید و خواندم، من همیشه یعنی دیگر مثل، یعنی هر ثانیه‌ای برای خودم می‌خوانم:

مردۀ خود را رها کرده‌ست او

مردۀ بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

یعنی مرتباً این را بخوانم. یعنی همه‌اش دوست داشتم بقیه را کنترل کنم ببینم چه اتفاقی می‌افتد. یک من‌ذهنی خیلی فضولی داشتم. ببینم بقیه چکار می‌کنند، الان دیگر دوست دارم فقط سرگرم کار خودم باشم، نه بقیه. بقیه چکار می‌کنند و این‌ها.. به من هیچ ربطی ندارد. خودم را درست کنم.

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی

خویش را بدخو و خالی می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

حَبْر: دانشمند، دانا
سَنی: رفیع، بلند مرتبه

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)



یعنی مرتباً استاد من این سه بیت را می‌خوانم در هر شرایطی. مثلاً شاید بدترین شرایط بوده که اصلاً نگذاشتم حالم را بد کند. یا گفتم که این یک..

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حَفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو ای خوش‌سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیش‌رو لشکر

دوست دارم که همه‌اش از آن اتفاقی که افتاده پیغامش را بگیرم، نه خود مسئله را... چون این ذهن است که دارد قضاوت می‌کند، خوب و بد می‌کند و من را راهنمایی می‌کند. دوست ندارم در آن شرایط فقط اجازه بدهم ذهنم برایم قضاوت کند. و این که این تضاد هم که واقعاً خیلی اذیت می‌کرد.

واقعاً استاد متوجه شدم وقتی با کسی تضاد داشته باشید، با تضاد آن طرف را خیلی بزرگش می‌کنید و آن تو را اذیت می‌کند.

وقتی که یک چیزی را خیلی دوستش داشته باشی، قدرت زندگی کردن را از دست می‌گیری و آن تو را ضعیف می‌کند در برابر زندگی، دوست دارم که... مثلاً خیلی وابستگی شدیدی به پسر داشتم. وقتی خودم دیدم که با وابستگی که خودم به امیرحسین داشتم چه‌جوری او را هم نمی‌توانستم جلو‌آش دوام بیاورم. چون واقعاً این‌قدر همانندگی داشتم در برابرش که نمی‌توانستم ببینم و همین وابستگی هم من را ضعیف می‌کرد، هم او را ضعیف می‌کرد. و وقتی که به این درک رسیدم که وقتی که یک چیزی را خیلی دوست داشته باشی، قدرت زندگی کردن را از تو می‌گیرد و تو را ضعیف می‌کند و جبری می‌شوی، یعنی نمی‌توانی واقعاً درست فکر کنی و تصمیم‌گیری و این‌ها واقعاً.. مثلاً مشکلات مالی که داشتم، استاد شما می‌گویید که وقتی شیر آب بسته است، توقع داری از آن آب بیاید...! شیر آب را باز کنید تا از آن آب بیاید، به همین راحتی.. وقتی که درونم بسته باشد مطمئناً بیرون من هم بسته است. وقتی مشکل مالی امروز دارم، مطمئناً درونم بسته است. مثل این است که شیر آب را بستند.

آقای شهبازی: آفرین

خانم زهره: این‌ها واقعاً.. استاد هم شما خیلی توضیح می‌دهید و هم از کودکان عشق می‌نشینم، حرفشان را گوش می‌کنم و می‌بینم، یاد می‌گیرم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.

خانم زهره: یک زمانی می‌گفتم نه من دیگر خیلی بزرگ هستم و این بچه‌ها چه می‌گویند.. ولی می‌بینم نه، تک‌تک این بچه‌ها خودشان یک استاد هستند برای خودشان.



آقای شهبازی: آفرین، خیلی عالی. شما همین چند بیتی را که خودتان خواندید.

بی مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شَنُو ای خوش‌سِرِشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

و همین‌طور آن یکی را که:

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان هر صبا حی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

این چندتا بیت را باید واقعاً بخوانیم. این تن ما مهمان‌خانه است این لحظه.. یک مهمان می‌رسد پیغام می‌آورد، و بیشتر اوقات به صورت بی‌مرادی می‌آید. از این بی‌مرادی شما باید پیغام بگیرید. دعا کنید.. می‌گذارد می‌رود. شما خواهش می‌کنم آن سه بیت را بخوانید..

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان هر صبا حی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کین ماند اندر گردنم که هم‌اکنون باز پَرَد در عَدَم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وَش در دلت ضیف است، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

حالا برای خودتان می‌گوییم.

و همین‌طور



بی مرادی شد قلاووز بهشت حَفَّتِ الْجَنَّةُ شِنو ای خوش سِرِشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

و آن یکی

عاشقان از بی مرادی‌های خویش باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

این دوتا مطلب را هی تکرار کنید و از خبروسنی کردن دیگران هم بپرهیزید، می بینید که... قانون جبران را هم انجام بدهید.

این چهارتا چیز شما را می برد جلو، نیروی محرکه می دهد.

ممنونم عالی. پس دیگر خداحافظی می کنم خداحافظ.

خانم زهره: ممنون از شما استاد خدانگهدار.

◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇



نفس و شیطان:

دیو چون عاجز شود در اِفْتِتان اِسْتِعاَنَت جَوید او زین اِنسیان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱)

که شما یارید با ما، یاری‌ای جانب مایید جانب داری‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۲)

اِفْتِتان: گمراه کردن

همان‌طور که نیروی زندگی در جهان هستی در حال کار و جذب ماست، نیروی درد و همانندگی شیطان هم در حال کار و فعالیت است. از هر چیزی که نگرانی یا می‌ترسی از همان‌جا شیطان راه را پیدا می‌کند و وارد می‌شود و به تو حمله می‌کند.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

نیروی درد و همانندگی بزرگ از بیرون حمله‌اش را کرده و انگاری به نیروی من‌ذهنی درونی خودمان فرمانی صادر کرد که الآن وقت کار است، من‌ذهنی بالا بیا و ترس و وحشت را به جان هشیری بینداز.

حالا دیگر نوبت من‌ذهنی خود ماست که فعال شده و با فکر پشت فکر همانندگی‌ها را به حرکت درمی‌آوریم و زهر را به جان هشیری مان می‌ریزیم. همانندگی‌ها در شکل ظاهری ترس خودنمایی می‌کنند.

ترس ناشی از دست دادن همانندگی‌ها، ترس از دست دادن کنترل بر روی داشته‌هایی که هشیری به خودش چسبانده. درحالی‌که هشیری همچون الف لخت است و نیازی به چیزی برای اضافه کردن خودش ندارد.



زندگی هم بیکار نشسته، نیروی زندگی که درون خود ماست، از طریق تسلیم و پذیرش ما شروع به کار و فعالیت می‌کند.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

با خواندن ابیات، هشیاری را با زندگی قرین کرده، تا وقتی که فضای درون باز بشود. بانگ غول درون فروکش می‌کند و حمله دیو دفع می‌شود. بالاخره شادی بی‌سبب بالا می‌آید که این نشانی از نیرو و فعالیت خود زندگی‌ست.

بله، سلاح دم نزدن، سلاح آنصِتوا، سلاح قرین شدن با مولانا، سلاح تسلیم زندگی شدن به جای تسلیم اتفاق شدن، سلاح نعره لاضیر، سلاح حیدروار فریاد کشیدن، سلاح تمرکز بر روی خود، و بالاخره سلاح قضا و کُن فکان که نظم زندگی‌ست، کار می‌کند، کار می‌کند.

به وعده‌های خوشش اعتماد کن ای جان که شاه مثل ندارد به راست‌میعادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۹۹)

راست‌میعادی: صدق قول، راست وعده بودن

با تشکر فریده از هلند.



از برنامه ۹۳۹ چند تا بیت را با اجازه‌تان همین جوری بخوانم. (با آواز)

ای باغبان، ای باغبان، آمد خزان، آمد خزان
بر شاخ و برگ از دردِ دل بنگر نشان، بنگر نشان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)

تو چگونه گلستانی که گلی ز تو نروید؟
تو چگونه باغ و راغی که یکی شجر نداری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۷)

گاو می‌شاید خدایی را به لاف
در رسولی چون منی صد اختلاف؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۴۹)

پیشِ گاوی سجده کردی از خری
گشت عقلت صیدِ سحرِ سامری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۵۰)

شُه بر آن عقل و، گزینش که تو راست
چون تو کانِ جَهل را کُشتن سزاست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۵۲)

گاو زرین بانگ کرد، آخر چه گفت؟
کاحمقان را این همه رغبت شگفت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۵۳)

گاو را داند خدا گوساله‌ای
خَر خریداری و، در خور کاله‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۹۲)

خورده چو آدم دانه‌ای، افتاده از کاشانه‌ای



پَریده تاج و حلّه‌شان زین افتنان، زین افتنان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)

جمع باشید ای حریفان زآنکه وقت خواب نیست

هر حریفی کو بَخُسبَد، والله از اصحاب نیست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۹۳)

اگر عیب همه عالم تو را باشد چو عشق آمد

بسوزد جمله عیبت را که او بس قهرمانستی

گذشتم بر گذرگاهی بدیدم پاسبانی را

نشسته بر سر بامی که برتر ز آسمانستی

کلاه پاسبانانه، قَبای پاسبانانه

ولیک از های‌های او دو عالم در امانستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۱۹)

ز آواز اسرافیل ما، روشن شود قندیل ما

زنده شویم از مردن آن مهرجان، آن مهرجان

لک‌لک بیاید با یدک، بر قصر عالی چون فلک

لک‌لک کنان، کالمُلک لک، یا مُستَعان، یا مُستَعان

بلبل رسد بربط‌زنان، وان فاخته کوکوکنان

مرغان دیگر مطربِ بختِ جوان، بختِ جوان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)

عید جهان عید جهان، یا مُستَعان دُوالامتنان، از لامکان عنبر فشان، عنبر فشان، همچون جنان همچون جنان افسون بخوان،

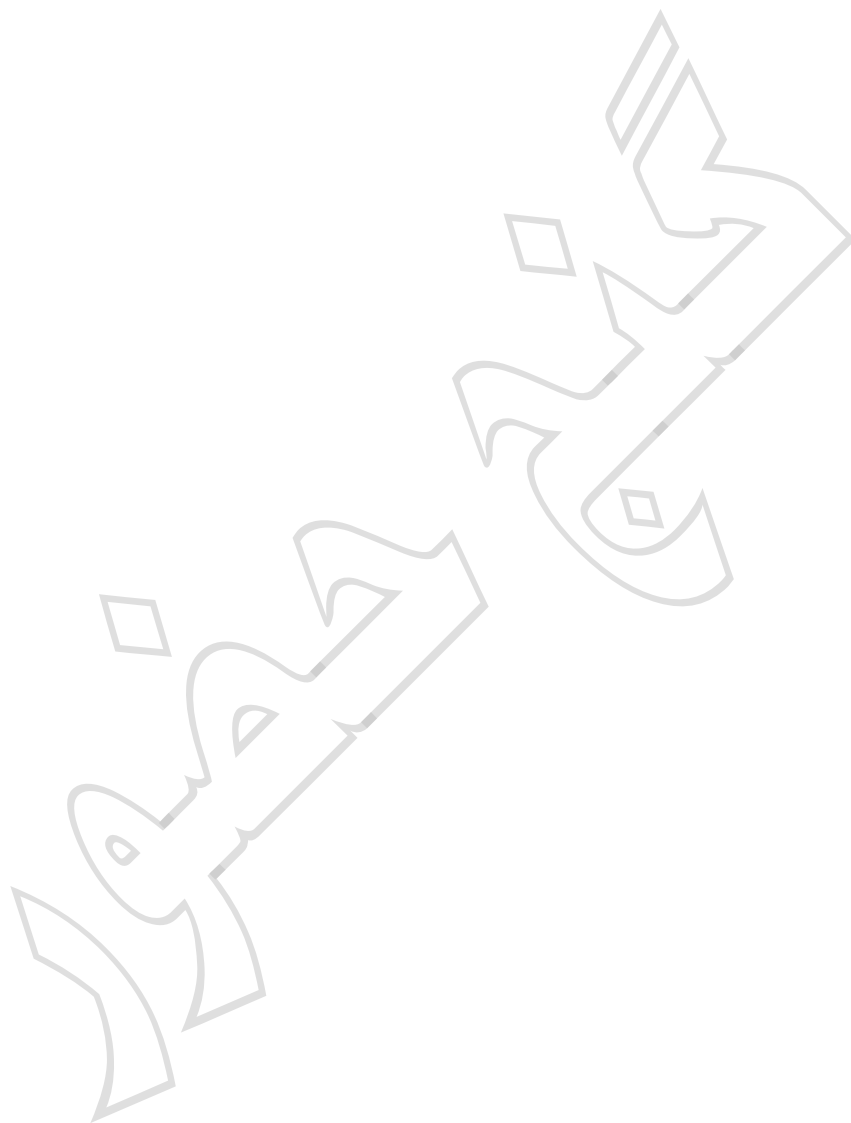
افسون بخوان.

(آقای بیننده)



من زین قیامت حاملم، گفت زبان را می‌هلم
می‌ناید اندیشه دلم، اندر زبان، اندر زبان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)





سلام، از ژاپن خدمتان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: سلام علیکم، خواهش می‌کنم.

آقای داریوش: خواستم این روزها از «قرین» صحبت زیاد می‌شود، در برنامه ۹۳۸ یکی از محورهای اصلی را «قرین» فرمودید، خواستم یک کم در این مورد بگویم.

از قرین بی قول و گفت‌وگوی او خو بدزد دل، نهان از خوی او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

از درس‌های گنج حضور یاد گرفتیم که من‌ذهنی خیلی اتفاقات و حوادث را دوست دارد. کشش عجیبی دارد به دنبال کردن و گوش دادن اخبار که چه شده؟ چه نشده؟ من‌ذهنی ما بدون توجه کردن به خود و تمرکز روی خود و اصلاح و تغییر خود، بیرون خود را می‌خواهد تغییر دهد.

مردۀ خود را رها کرده‌ست او مردۀ بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

اطلاع داشتن و باخبر بودن و آگاهی خوب است به شرط این‌که آن‌ها به‌درد زندگی بخورند و ما را از مقصود اصلی دور نکنند و ما را تحت تأثیر اتفاقات قرار ندهند و ما را از کار و تمرکز روی خود دور نکنند.

همه‌اش دنبال کردن اتفاقات، دیدن اخبار، فیلم، سریال، عکس، مجله، روزنامه‌ای که در آن آموزش و مطالب نوشته شده و گفته شده نتوانند به ما دانش زندگی بدهند، نه‌تنها غیر مفید بلکه می‌تواند ضررزننده هم باشد و ما را از مقصود خودمان دور می‌کند و ما با قرین شدن با آن‌ها از خود غافل می‌شویم.

باوجود این‌که ما قرین را به‌وسیله آموزه‌های مولانا تا حدودی شناخته‌ایم، باز می‌بینیم که مواقعی پیش می‌آید که ما تحت تأثیر قرین‌های اطرافمان قرار می‌گیریم و نمی‌توانیم جلو خودمان را بگیریم.



تمرکز و دقت و طلب واقعی لازم است تا ما بتوانیم از بین این همه قرین‌های جور واجور و کشش و جاذبه‌های آن حفظ کنیم. ما تا زمانی که نتوانستیم سرعت ذهنمان را پایین بیاوریم و بر اثر شرطی‌شدگی‌ها و عادت‌هایی که سال‌ها در وجود ما ریشه دوانده و قوام یافته، احتمال دارد که زود تحت تأثیر این قرین‌ها قرار بگیریم و دور تسلسل درد را در زندگی مان ادامه بدهیم. افراد خانواده، همکاران و هر شخصی که در طول روز با آنها مُراوَد و برخورد داریم و یا می‌بینیم، می‌تواند روی ما تأثیر بگذارد و حتی ممکن است فریب من‌ذهنی خودمان را نیز بخوریم، با به‌کار بردن کلماتی مانند: «حالا مگر چه می‌شود، یک بار که چیزی نمی‌شود، آخر بگذار ببینم چه خبر هست»، با این خیالات فریب من‌ذهنی خودمان را خورده، در این صورت می‌لغزیم و می‌افتیم به دامن من‌ذهنی و به وضعیت سابقمان برمی‌گردیم و آن مقدار هشاری که جمع شده بود هم از بین می‌رود.

ما در این انبار، گندم می‌کنیم گندم جمع آمده، گم می‌کنیم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷)

در دنیا هر روز و هر لحظه هزاران اتفاق و حادثه رخ می‌دهد. اگر ما بخواهیم از همه آنها باخبر بشویم و آنها را دنبال کنیم، تحت تأثیر این اتفاقات قرار می‌گیریم و از خودمان غافل می‌شویم. به جای قرین شدن با مولانا، خواندن کتاب‌های مثنوی مولانا و مطالعه بزرگان و چاره‌اندیشی برای دردهایمان سی، چهل سال دنباله‌رو شدیم و تقلید کردیم و به خواندن و گوش دادن به اخبار و حوادث پرداختیم و آنها را دنبال کردیم و آلت دست و قربانی شدیم و وقت و فرصت را از دست دادیم و نتیجه و دستاوردش را دیدیم و به روح و جسممان آسیب زدیم.

بعد از این همه سال بالاخره زندگی ما را به حال خود رها نکرد و مولانا و گنج حضور را در مسیر راهمان قرار داد و تازه راه را پیدا کردیم و دیگر آلت دست و قربانی شدن بس است.

فرمودید اگر می‌خواهید دیگران درست شوند بهترین کار این است که روی خودمان کار کنیم. ما فکر می‌کنیم دیگران را باید عوض کنیم در صورتی که باید خودمان را عوض کنیم. اگر شما حقیقتاً دلتان به حال مردم می‌سوزد، خودتان را عوض کنید. حقیقتاً یک دنیا معنا در این جملات نهفته است. وقتی من خود آزاد نیستم و در بند من‌ذهنی هستم چطور می‌توانم از آزادی حرف بزنم؟ وقتی خودم اشکالات و ایرادات درون خودم را نشناختم چطور می‌توانم اشکالات و ایرادات بیرون خودم را درست کنم.

من وقتی اسیر من‌ذهنی خودم باشم، پند و اندرز ظاهری و زبانی من روی فرزند خودم هم اثر ندارد. این چه اصول و منطقی می‌تواند باشد که وقتی درد در درون من کوبیده شده و من‌ذهنی حاکم بر اعمال، فکر و احساسات من هست، خودم را رها کرده و به بیرون بپردازم.

دیده آبر دیگران، نوحه‌گری



مدتی بنشین و، بر خود می‌گری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

به همه چیز فکر می‌کردیم غیر از معنویت، سراغ هر کاری رفتیم غیر از معنویت، یعنی معنویت صفر. ما قوانین زندگی و راز و رمزهای زندگی را نمی‌دانستیم و سال‌ها راه را اشتباه طی کردیم و دچار شکست‌ها و گرفتاری‌های زیادی شدیم و هیچ نتیجه‌ای نگرفتیم.

حال به وسیله مولانا و گنج حضور متوجه شدیم که باید هر کدام ما تک‌تک و اول از همه و هرچیزی روی خود کار کرده و از خودمان شروع کنیم و معنویت و کار روی خود در درجه اول اهمیت است و در مدت کمی که با این روش عمل کردیم، نتیجه شگفت‌انگیزش را دیده‌ایم.

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟
تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

خیلی ممنون، تشکر از محبتتان، خدا حافظ.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، عالی عالی عالی، خدا حافظ شما



من بعد از ده ماه الآن، ده هفته پیش زنگ زده بودم. البته سه بار، چهار بار زنگ زدم، از پیشرفت‌هایم گفته بودم. بعد همین‌جور با برنامه دارم جلو می‌روم. الآن خیلی هل شدم.

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

خانم زهره: من زهره هستم، از آمل زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: خانم زهره، از آمل. بله. خیلی خب شما که ماشاءالله خیلی خوب صحبت می‌کنید، خیلی خوب هم می‌نویسید. بفرمایید.

خانم زهره: زنده باشید. مرسی. من مدیون شما هستم واقعاً. خیلی زندگی‌ام تغییر کرده و همچنان دارم جلو می‌روم. این پندار کمال شدید دارم. الآن هم مثل خانم فاطمه از گلپایگان، از ایشان ممنونم واقعاً. ایرادهای کار خودم را خیلی می‌بینم، بعد هرچه که می‌بینم به خودم می‌گیرم. می‌دانم این نفس من است، در درون خودم زندگی می‌کند. که این شعر می‌گوید:

دشمنی داری چنین در سر خویش مانع عقل‌ست و خصم جان و کیش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)

من اصلاً نوشته‌ای ننوشتم. همین‌جوری دارم صحبت می‌کنم. ببخشید. این‌که واقعاً من ذهنی‌ام را شناختم، می‌بینم که هرکجا خطا می‌کند به خودم می‌گیرم.

بنده آنم که مرا بی‌گناه آزرده کند چون صفتی دارد از آن مه که بیازرد مرا

(مولوی، دیوان شمس غزل ۴۳)

بلیس وار ز آدم مبین تو آب و گلی ببین که در پس گل صد هزار گلزارم

(مولوی، دیوان شمس غزل ۲۸۴۰)

علت ابلیس انا خیری بده‌ست وین مرض، در نفس هر مخلوق هست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶)



عَلَّتِي بَتَّرَ زِ پندارِ کمال نیست اندر جانِ تو ای دُودلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

از دل و از دیده‌ات بس خون رود تا ز تو این مُعْجَبی بیرون رود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

خانم زهره: مرسی ممنونم. خیلی شعر، خیلی حفظم. چون الآن زنگ زدم هل شدم واقعاً. خواستم ترسم را بریزم. این پندار کمال خودم را می‌بینم.

آقای شهبازی: شما به جای شعر چند تا از تغییراتان را بگویید. دیگر این‌ها که شعر ندارد.

خانم زهره: الآن واقعاً دارم تمرکز را روی خودم می‌گذارم. نمی‌خواهم اصلاً کسی را حَبَر و سَنی کنم. اگر هم واقعاً اشتباه می‌کنم، اعتراف می‌کنم. می‌گویم که من اشتباه کردم، از اشتباه نمی‌ترسم. دو، سه هفته پیش بود، نمی‌دانم یک ماه پیش بود فکر کنم، خیلی اشتباه، یعنی از وقتی که شناختم که این نفس در درون خودم است، آن شعرهایی که خوانده بودید در مورد نفس خیلی به خودم آمدم که با خودم بهتر، راحت‌تر برخورد می‌کنم الآن یا خودم را سخت نمی‌گیرم، می‌پذیرم. می‌پذیرم که نفسم است، از من ذهنی‌ام است. باید با زندگی هماهنگ بشوم، دیگر قرینم را خدا می‌بینم.

گفتم دوش عشق را: ای تو قرین و یارِ من هیچ مباش یک نفس غایب از این کنارِ من

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۹)

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



(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

این‌ها را می‌خوانم آقای شهبازی، واقعاً آرام می‌شوم. به خودم می‌آیم، این ترس‌ها از من می‌ریزد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.

خانم زهره: مرسی ممنونم. خواستم زنگ بزنم همین ترسی که دارم، همین پندار کمالی که دارم، حتی اشتباه دارم می‌خوانم زنگ بزنم بگویم، اعتراف کنم که من ذهنی نه این را بلد نیستی، این چیز هست که می‌گوید که اگر لفظ، بلد نیستی، کز است، حدیث کز بُود معنی‌ات راست، آن کژی لفظت مقبول خداست.

گر حدیث کز بُود، معنیت راست آن کژی لفظ، مقبول خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بین ۱۷۱)

معنی راست هم مقبول خدا می‌شود. این کژی من‌ذهنی‌ات است. این‌ها را خواستم بگویم. اعتراف کنم یک کمی، سخت نگیرد این من‌ذهنی. واقعاً خدایا، شکر تو زنگ زدم، با شما صحبت کردم، خیلی خوشحالم. گفتم هرچه خدا بخواهد. اگر واقعاً خدایا شد، زنگ زدم با شما صحبت کردم واقعاً شکر! و اگر هم نکردم، می‌پذیرم. انگار که صحبت کردم. هر یک از این بیننده‌هایی که می‌آیند می‌گویند، انگار که حرف خودم را با شما دارد می‌زند. خیلی ممنونم از شما. از تمام بینندگان. مرسی ممنونم.

آقای شهبازی: عالی، عالی. باز هم زنگ بزنید.

خانم زهره:

عشق‌گزین عشق و در او کوکبه می‌ران و مترس ای دل تو آیت حق مصحف کز خوان و مترس

(مولوی، مثنوی، غزل ۱۲۰۴)

مرسی مزاحم نمی‌شوم آقای شهبازی، ببخشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. عالی، عالی. خدا حافظ.

خانم زهره: ممنونم، زنده باشید. خدا حافظ.



ای باغبان، ای باغبان، آمد خزان، آمد خزان بر شاخ و برگ از دردِ دل بنگر نشان، بنگر نشان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)

در گذرگاه این لحظه اگر سوهای خودنمایی، پول، حرص و غیره را رها کنیم، سرزمین وجود درمان است. بیدار شو! درد بیماری و آفت تن را ببین! آیا من باغبانِ تنم هستم؟ باغبانِ دائمِ درحال رسیدگی به باغ، دفع آفات و کندنِ علف هرز است. با ناظر شدن متوجه شدم من هیچ رسیدگی به باغ نکرده‌ام، دشمن وجودم هستم. علف هرز مانع رشد کشت اول شده‌است، نفس هم که از جنس شیطان است باعث هرج و مرج و خراب‌کاری شده. شهری خراب که پاسبانش به خواب رفته و دزدان همه‌چیز را غارت کرده‌اند.

جمله درختان صف‌زده، جامه سیه، ماتم‌زده بی‌برگ و زار و نوحه‌گر زان امتحان، زان امتحان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)

هر لحظه که بی‌رَمق و بی‌حوصله از شرایط ناله می‌کنیم، در امتحانِ آلتست هستیم که دست خداوند را ببینیم که در کار است و به پنج حس خود شک کنیم و با قول و فعلِ هم‌سان به آلتست اقرار کنیم با بی‌ذهنی؛ ذهن خالی از حرف، باور، خاطره و آرمان.

این ذهنی که باورهای پوسیده بشری را به مرخصی فرستاده دیگر آن‌ها را به‌کار نمی‌گیرد، خدا را نشان‌دار نمی‌کند، در زمین مردمان خانه نمی‌سازد، به شخصِ لاحول‌گو اعتماد نمی‌کند، از «انکار و شک به قابلیت زنده شدن به زندگی» به «یقین» رسیده‌است. این وجود «زاغ غم» را از حکمرانی عزل کرده، خردِ اداره‌کننده کائنات و خداوند را جایگزین می‌کند، در زمینِ مُسلمی که خداوند می‌دهد بنا می‌سازد.

به کوری چشم زاغ بعد از مدتی، تاریکی و خفقان کم شده به روز روشن حضور می‌رسیم.

میرد خزانِ همچو دد، بر گورِ او کوبی لگد نک صبحِ دولت می‌دمد، ای پاسبان، ای پاسبان

صبحا، جهان پر نور کن، این هندوان را دور کن
مر دهر را مَحرو ر کن، افسون بخوان، افسون بخوان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)



من متنی چیزی آماده نکردم، راستش حالم هم زیاد خوب نبود، ولی گفتم یک تماسی بگیرم هم صدایتان را بشنوم هم از دوستان تشکر بکنم بابت پیغام‌های خوبشان و این‌که زحمت می‌کشند قانون جبران را رعایت می‌کنند، و ما هم استفاده می‌کنیم؛ از شما هم همین‌طور ممنونیم استاد، هرچند که این تشکر زبانی واقعاً جایز نیست و دراصل ما باید روی خودمان کار کنیم تا بتوانیم این زحمات شما را جبران کنیم.

آقای شهبازی: خُب چه چیزی باعث می‌شود نکنید؟

آقای عارف: راستش آن میل به کشیده شدن به همانیدگی‌ها است که چیزی است که من در خودم شناسایی کردم، و آن رفاقت با خرس من‌ذهنی است که باعث می‌شود ما به‌سمت جهان کشیده بشویم و دست از طلب برداریم و آن طلب حقیقی در ما به‌قولی بمیرد، وگرنه ما نمی‌توانیم دست از این کار کردن روی خودمان برداریم، چرا؟ چون منظور اصلی زندگی است. آقای شهبازی: خیلی خُب، امیدوارم حالتان خوب بشود، دوباره برگردید برنامه را گوش کنید؛ فوراً حالتان خوب می‌شود.



خانم میتراناز:

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟
تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغِ خود برافروز

که یکی چراغ روشن ز هزار مرده بهتر
که به است یک قد خوش ز هزار قامت کوز
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

آقای سامان:

بر خارپشت هر بلا خود را مزن تو هم، هلا!
ساکن نشین، وین ورد خوان: جاءَ الْقُضَا ضَاقَ الْفُضَا

فرمود ربّ العالمین با صابرانم همنشین
ای همنشین صابران افرغْ عَلَینَا صَبْرَنَا

رفتم به وادی دگر، باقی تو فرما ای پدر
مر صابران را می‌رسان هر دم سلام نو ز ما
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

خانم زینب:

چشم حس افسرد بر نقش ممر
تُش ممر می‌بینی و او مُستقرّ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۸)

این دویی اوصاف دید احوّل است
وَرنه اوّل آخر، آخر اوّل است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۹)



هی ز چه معلوم گردد این؟ ز بحث بحث را جو، کم کن اندر بحث بحث

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۰)

چشم من ذهنی ما خشک می‌شود بر نقش فکرها با جدی گرفتن و واکنش به آن‌ها ما منجمد شده‌ایم. یک جسم ساخته‌ایم و فکرها ما را به هر سو می‌کشد و ما را به صورت جامد درمی‌آورند. ما هم فکر می‌کنیم باید با حرکت فکرها کنده شویم و هیچ سکون و استقراری نداریم، درحالی‌که مسبب در زندگی ما فکرها و اتفاقات و حرکت آن‌ها نیستند، بلکه خداوند مسبب است. اوست که به ما زندگی می‌دهد، نه فکرها و اتفاقات.

ما با گذر کردن فکرها نباید تکان بخوریم. یک لحظه اگر امتحان کنیم و در خود این حالت را تجربه کنیم که اتفاقات می‌افتند، ولی ما چون مسبب را خداوند می‌دانیم، پس با آن‌ها کار نداریم. من ذهنی ما دوبین هست و درحالی‌که ما خود را به صورت جسم درآورده‌ایم، بقیه را هم به صورت یک جسم می‌بینیم.

ما من ذهنی درست کرده‌ایم و با همان تصویر ذهنی هم با دیگران برخورد داریم. رفتن به ذهن و رفتن به حالت سبب‌سازی آن در صورتی برای ما واضح می‌شود که به خداوند زنده شویم.

بر قرین خویش مَفرّا در صفت کآن فراق آرد یقین در عاقبت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴)

نُطقِ موسی بُد بر اندازه، ولیک هم فزون آمد ز گفتِ یارِ نیک

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۵)

آن فزونی با خَضرِ آمد شِقاق گفت: رَوُ تو مَکْثِری هَذَا فِرَاق

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۶)

مواظب ذهن باشیم. این‌که هر لحظه پرهیز کنیم از حرف زدن. من همیشه فکر می‌کردم که حرف‌هایی که می‌زنم به نفع بقیه خانواده‌ام است. می‌گفتم من که هیچ چیزی نگفتم، پس چرا این طرف عصبانی شد؟ غافل از این‌که من در آن موقع از خدا دور شده بودم. من ذهنی سخن می‌گفت.

درواقع در خدمت شیطان بودم. درواقع من شک داشتم که با خاموشی کارها بهتر و درست‌تر پیش می‌رود، حداقل می‌توانم انرژی درونی خود را حفظ کنم.



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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

هر که جبر آورد، خود رنجور کرد تا همان رنجوری‌اش، در گور کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹)

اگر این حرف‌های استاد شهبازی را بشنوم و این عیب‌ها را اگر چه که می‌بینم و از دست آن‌ها خیلی هم ناراحت و صدمه خورده هستم، ولی نخواهم کاری برای آن‌ها انجام دهم، این‌که هر لحظه می‌گویم من مجبورم این‌طوری باشم و من تغییر نمی‌کنم، ناامید باشم، پس چگونه می‌توانم از این رنجوری نجات پیدا کنم؟

اگر می‌دانم که حرف زدن، حتی به صورت کم هم به ضرر خودم است و به ضرر بقیه خانواده است، چرا این کار را بکنم و از آن پرهیز نکنم؟ مگر نه این است با کمی تأمل و حزم می‌توانم خودم را ببینم، ببینم کجا دارم اشتباه می‌کنم، جلو خراب‌کاری ذهن را می‌توانم بگیرم.

ذهن همیشه دوست دارد در یک وضعیت بماند، خود را غیر قابل تغییر می‌داند، ولی من می‌توانم با مواظب بودن و دائم حواسم روی خودم باشد و این‌که صبر کنم، شکر کنم و پرهیز کنم، از عدم تغییر و جبر و کاهلی من‌ذهنی عبور کنم و آن را جدی بگیرم.

ساخت موسی قدس در، باب صغیر تا فرود آرند سر قوم زحیر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۶)

ز آنکه جباران بُدند و سرفراز دوزخ آن باب صغیر است و نیاز

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۹۹۷)

این‌همه دردی که ما کشیدیم برای بیداری ما بوده است. پس اگر بیدار شده باشیم، به درد دیگری نیاز نیست، بلکه با آمدن درد ما باید بفهمیم که چقدر با این من‌ذهنی کار کرده‌ایم، چقدر باعث صدمه شده‌ایم.



پس باید این احساس نیاز خود را به خداوند اعلام کنیم. از صمیم قلب از او به خاطر دور شدن از منظورمان معذرت‌خواهی کنیم. صبر داشته باشیم که او با کن‌فکان روی ما کار کند.

هر که را دیو از کریمان وا بَرَد بی کَسَش یابد، سرش را او خَوَرَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۵)

یک بَدَسْتُ از جمع رفتن یک زمان مکرِ شیطان باشد، این نیکو بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۶)

آیا ما از این برنامه استفاده نکرده‌ایم؟ آیا قبل از برنامه زندگی ما این‌گونه بود؟ یا این‌که پر از کینه و رنجش و دردهای دیگر بودیم؟ آیا درست است بعد از کمی تغییر یا یک کمی پیشرفت که کردیم با من‌ذهنی دوستی کنیم و به خراب‌کاری او ادامه دهیم؟ از این جمع عشقی و از مولانا و استاد عزیزم حتی یک وجب هم نباید دور شد، چرا که فرصتی می‌شود در دست شیطان، چرا که

دشمنی داری چنین در سرِ خویش مانع عقل‌ست و، خصمِ جان و کیش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)



۲۴- خانم طاهره و خانم هدیه از شیراز

اول از همه که می‌خواهم به‌خاطر سلامتی شما از خدا سپاس‌گزاری کنم، بعد واقعاً چهارشنبه که برنامه پخش نشد، واقعاً قدر برنامه‌های زنده را من دیگر دانستم که واقعاً همه برنامه‌ها خیلی عالی است، ولی برنامه زنده خیلی انرژی‌اش بیشتر است. و خدا را برای سلامتی شما خیلی سپاس‌گزارم.

با اجازه‌تان شروع می‌کنم.

ما انسان‌ها وقتی به‌عنوان هشیاری وارد این جهان می‌شویم کم‌کم که بزرگ می‌شویم، از اطرافیانمان یاد می‌گیریم که با چیزها همانیده شویم و با مرور زمان، من‌ذهنی که همان خرس ما است، بدون این‌که متوجه شویم، اختیار زندگی ما را به‌دست می‌گیرد، و باعث می‌شود که ما در جوانی به درد بیفتیم و اشتباهات زیادی کنیم. مثلاً دروغ بگوییم، حسادت کنیم، خشمگین شویم، به پدر و مادرمان احترام نگذاریم، و از همه مهم‌تر برای فرار از این دردها با یک انسان دیگر همانیده می‌شویم و دنیا را برحسب آن می‌بینیم و حاضری به‌خاطر رسیدن به آن شخص دست به هر کاری بزنیم.

با این روش زندگی دردها و مسئله‌های زیادی برای ما پیش می‌آید و خرس ما را ناامید می‌کند. و ما که اختیاری از خودمان نداریم و راه درستی را هم بلد نیستیم، ممکن است به مواد مخدر، مشروبات یا قرص‌های آرامش‌بخش یا خودکشی دست بزنیم. در این مواقع خرس ما عامل این مشکلات را بدشمنی، فرق گذاشتن خدا بین بندگان یا خانواده، جامعه و بی‌پولی می‌داند.

ولی وقتی به‌وسیله برنامه گنج حضور راه درست زندگی را پیدا می‌کنیم و می‌فهمیم که باید روی خودمان کار کنیم، خرس متوجه می‌شود ولی این بار از حیل‌های قبل استفاده نمی‌کند، بلکه با ما مهربان می‌شود. مثلاً می‌گوید چه برنامه خوبی پیدا کرده‌ای، تو دیگر غیبت نمی‌کنی، به خانواده‌ات احترام می‌گذاری، به‌غیر از خودت کسی را مقصر زندگی‌ات نمی‌دانی. ولی اگر ما این تشویق‌های خرس را جدی بگیریم و خوشحال شویم، مانند همان کلاغی می‌شویم که بالای درخت پنیری در دهانش بود و روباه برای ربودن پنیر شروع به تعریف از کلاغ کرد. و کلاغ که باورش شده بود، دهانش را باز کرد تا بگوید آواز خیلی خوبی هم دارم، که ناگهان طعمه افتاد و روباه حیل‌گر هم به خواسته‌اش رسید و طعمه را برداشت و فرار کرد.

پس نتیجه می‌گیریم که ما نباید از تعریف و تشویق خرسمان خوشحال شویم، چون باعث می‌شود که دوباره ما فریب او را بخوریم و به خواسته‌اش برسیم.

ممنونم آقای شهبازی تمام شد.

آقای شهبازی: تمام شد. خیلی زیبا بود.

خانم طاهره: همه‌اش با وجود شماس، از برنامه شماس.



خانم هدیه: یکی از مواردی که ما عاشقان این راه باید مواظب باشیم این است که دیو به وسیله من ذهنی‌مان با آوردن دلایل مختلف، ما را می‌ترساند تا ما دست از طلب برداریم و دیگر روی خودمان کار نکنیم. مثلاً ما وقتی از جمع دوری می‌کنیم و از قرین‌های بد فاصله می‌گیریم، به ما می‌گوید: «چرا از آن‌ها دوری می‌کنی؟ چرا نمی‌روی داخل جمع؟ حالا آن‌ها دیگر از تو بدشان می‌آید و تو دوستانت را از دست می‌دهی و دیگر کسی تو را تأیید نمی‌کند.»

یا مثلاً اگر ما همانندگی‌ها را شناسایی کنیم و بخواهیم آن‌ها را ببندازیم مثلاً پولمان را، به ما می‌گوید: «چون پول چیز مهمی است و باعث قدرت و خوشبختی‌ات می‌شود، آن را زیاد خرج نکن، وگرنه بدبخت می‌شوی.»

یا مثلاً به ما می‌گوید: «فقط همین یک جا را دروغ بگو، چون این‌جا به نفعت است، وگرنه آبرویت جلو بقیه می‌رود.» ما هم می‌گوییم من که این‌ها را با هزار مصیبت به دست آورده‌ام و می‌ترسیم که مزایای این‌ها را از دست بدهیم و مرکز عدم را می‌بندیم و دوباره وارد گمراهی ذهن می‌شویم.

تو ز بیم بانگ آن دیو لعین واگریزی در ضلالت از یقین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۹)

حالا اگر ما به حرف‌های ذهنمان گوش نکنیم و فضا را باز کنیم و حواسمان روی خودمان باشد و از قرین‌های بد دوری کنیم و خدا را قرین زندگی قرار دهیم، من ذهنی این دفعه به وسیله آدم‌ها و اتفاقات به ما حمله خواهد کرد. مثلاً یک دفعه سروکله آدمی پیدا می‌شود و می‌خواهد با ما دوستی کند و ما را به خودش مشغول کند. یا مثلاً برای ما مسئله درست می‌کند تا ما دست از طلب برداریم.

دیو چون عاجز شود در افتتان استعانت جوید او زین انسیان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱)

که شما یارید با ما، یاری‌ای جانب مایید جانب داری‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۲)

ولی ما نباید فریب حیل‌های ذهن را بخوریم، و هرچه او می‌گوید نباید برای ما ارزشی داشته باشد. ما باید مدام تلاش کنیم تا جایی که من ذهنی زورش به ما نرسد و به خداوند زنده شویم. و ما نباید حتی یک وجب هم از جمع عاشقان دور شویم، وگرنه دیو ما را تنها پیدا می‌کند و مغز ما را می‌خورد، یعنی فکرهای ما را خراب می‌کند.

یک بدست از جمع رفتن یک زمان



مکر شیطان باشد، این نیکو بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۶)

استاد جان تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. آفرین. بگویند چند سالتان است، شاید یک عده‌ای شناسند شما را.

خانم هدیه: شانزده سالم است.

آقای شهبازی: شانزده سالتان است، آفرین. خیلی خوب، کار دیگری ندارید؟

خانم هدیه: می‌خواستم دوتا بیت شعر هم با آواز بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله. بفرمایید.

خانم هدیه (با آواز):

مرده بدم زنده شدم، گریه بدم خنده شدم
دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۳)

آقای شهبازی: آفرین. نمی‌خواهید به دوست‌هایتان، آن‌هایی که شانزده سالشان است یک پیغام بفرستید؟

خانم هدیه: تا می‌توانند نگاه به برنامه کنند و شعرها را هم حفظ کنند و تکرار کنند.

آقای شهبازی: تکرار کنند، تکرار کنند. آفرین.



۲۵- خانم زهره از کانادا با سخنان آقای شهبازی

استاد در مورد برنامه ۹۳۹ که خیلی غزل زیبایی را مطرح کردید و واقعاً دوستان می‌گفتند مثل بمب اتم بود، منتها یک قسمتش که خیلی برای من جالب بود آن قسمتی بود که شما سه بیت خواندید درمورد «پاسبان» و «باغبان» و این خیلی برای من درواقع جالب بود. حالا مطلب خاصی آماده نکرده‌ام ولی می‌خواستم برداشتی درموردش را بگویم. دقیقاً از روز سه‌شنبه، چهارشنبه این چقدر در ذهن من می‌آید و با خودم تکرار می‌کنم که آن بیتی که می‌گفت که

غلام پاسبانانم که یارم پاسبانستی
به چُستی و به شب‌خیزی چو ماه و اخترانستی

غلام باغبانانم که یارم باغبانستی
به تریّ و به رعنائی، چو شاخ ارغوانستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۱۹)

و فرمودید که پاسبانِ جان ما باید باشیم. یعنی این‌که آیا ما هر لحظه مواظب خودمان هستیم؟ آیا اجازه می‌دهیم که هر فکری به ذهن ما بیاید؟ آیا اجازه می‌دهیم که هر دردی در ما بالا بیاید؟ و این‌ها را من مدام دارم به خودم یادآوری می‌کنم و خدا را شکر خیلی دارد به من کمک می‌کند. این‌که هر لحظه حواسم باشد که آیا مثل همان پاسبان جلو در که جلواش را بگیرد که هر هیچانی در من بالا نیاید؟ آیا با هر قرینی دارم هم‌نشین می‌شوم؟ آیا مراقب کلامم هستم؟

در برنامه ۹۳۹ فرمودید درمورد زبان خدا که بیت دوم غزل بود که فرموده بودند «بی‌زبانی» و گفتید که سکوت زبان خداست و ما چون زبان خدا را بلد نیستیم و با زبان خودمان صحبت می‌کنیم، در واقع ما بی‌زبان هستیم. با این زبان درازمان در عین حال ما بی‌زبان هستیم، چون بی‌خبر از زبان زندگی هستیم و مدام به این حرف زدن ادامه می‌دهیم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم زهره: این دیدن کاهلی‌های خودم، دیدن پندار کمال خودم، همان نقش پاسبانی که برای خودم می‌دیدم خیلی کمک‌کننده بود و همان مفهوم «باغبان» هم که درواقع یک روی دیگر این سکه است و همان کشت اولی که در واقع زندگی در وجود ما کاشته، چقدر ما داریم از این کشت اولمان مراقبت می‌کنیم؟ و عین جمله‌ای که شما در برنامه فرمودید، گفتید که مثل این هست که آیا ما گلی را کاشته باشیم، آیا ما سم به وجود این گل، به ریشه این گل می‌ریزیم یا این‌که مدام مراقبش هستیم و باغبانی‌اش را می‌کنیم که این گل و این گیاه به ثمر برسد؟ و دقیقاً این مفهوم «باغبان» هم که مطرح شد در مورد خود ما و «کشت اول» ما هم صادق است.

ما درواقع آن پیمان‌الستی را که بسته‌ایم، آن ریشه زندگی را که در وجود ما هست را به‌عنوان کشت اول که کامل و بگزیده است، را داریم و این‌که ما چقدر داریم باغبانی‌اش را می‌کنیم؟ چقدر مراقبش هستیم؟ این تن‌سالمی که به ما داده شده آیا



از آن مراقبت می‌کنیم؟ این فکر و خلاقیتی که زندگی در اختیار ما گذاشته، شادی بی‌سببی که ما اساساً از جنسش هستیم، آیا مراقب آن هستیم یا این‌که اجازه می‌دهیم سم‌های افکار من‌ذهنی و سموم هیجانات منفی را به پایش می‌ریزیم و درواقع یک جواری آن ریشه را در درون خودمان می‌خشکانیم.

در هر صورت، این در واقع نکته‌ی خیلی کلیدی و طلایی بود. برنامه ۹۳۹ فوق‌العاده زیبا بود ولی این تکه‌اش واقعاً یک جواری ملکه ذهن من شده از آن روز و دوست داشتم که با شما به اشتراک بگذارم. هم این‌که دلم خیلی تنگ شده بود دوست داشتم حتماً با شما صحبت کنم و از دوستان عزیز تشکر بکنم بابت تمام پیغام‌های عالی‌شان. امروز هم مثل همیشه عالی بود. هم این‌که صدای شما را بشنوم و باز از شما تشکر بکنم بابت همه زحماتی که برای ما می‌کشید و امیدوارم که شما با بزرگواری خودتان ببخشید تمام کم‌کاری‌های ما را و این‌که آن‌جواری که باید، شاید قدردان نبودیم و یا حالا قانون جبران را رعایت نکردیم. در هر صورت سپاس‌گزارم از شما و خدا را شکر می‌کنم بابت وجود شما و همه دوستان عزیز.

آقای شهبازی: بله ممنونم. حالا شما الآن فکر می‌کنید دوست خودتان هستید یا دشمن خودتان؟

خانم زهره: والا آقای شهبازی درواقع این دوتا نیروی دوست و دشمن هردو در وجود ما هست، این‌که به کدامش غذا می‌دهیم و چقدر مراقب هستیم، تعیین‌کننده است. من این روزها واقعیتش خیلی دوست خودم شده‌ام. بعد از یک سری چالش‌هایی که در چند ماه اخیر داشتم و یک مقداری افتان و خیزان زیاد بود، ولی خدا را شکر می‌کنم که یک سری چیزهایی در من بالا آمد که فهمیدم این‌ها وجود دارد هنوز در من و من نباید دچار پندار کمال بشوم و فکر بکنم که خیلی پیشرفت کرده‌ام و یا احساس بی‌نیازی بکنم. و یک موقع‌هایی درد هم که بالا می‌آید بعدش آدم شاید یک چیزهای جدیدی را در خودش کشف می‌کند که این روزها من احساس می‌کنم که دوباره با خودم دوست شده‌ام.

آقای شهبازی: دوست شده‌اید، آفرین! پس هم پاسبانی می‌کنید وجود خودتان را و هم باغبانی، هم «چُست و شب‌خیز» هستید. شب‌خیز هستید؟ یعنی همین‌که یک اتفاقی می‌افتد می‌پرید و می‌گویید که هان! یک چیزی دارد می‌آید به مرکز من و من نباید بگذارم یا اتفاقات شما را می‌بلعند و می‌قاپند و می‌برند؟ وقتی یک اتفاقی می‌افتد شما شب‌خیزی می‌کنید، فضا را باز می‌کنید، می‌گویید اتفاق آمده من از آن پیغام را بگیرم و بیدار بمانم و به خواب اتفاق نزوم؟ یا نه! اتفاق می‌قاپد شما را می‌برد؟

خانم زهره: ان شاء الله که نمی‌قاپد، ان شاء الله که فضاگشایی می‌کنیم و موضوع این هست آقای شهبازی که دیدگاهی که حالا در مورد این‌که ما برای چه به این دنیا آمده‌ایم، این را ما باید همیشه به خودمان یادآوری بکنیم که آن منظور اصلی ما در این دنیا، در همان شکلی که شما اول برنامه نشان می‌دهید، شکل نقشه گنج، مسیری که به سمت بالا می‌رود و کمال‌گرایی است، ما در آن مسیر عمر هشتادساله خودمان را می‌بینیم و برای آن مسیر برنامه می‌چینیم و شاید طلب ما، کمال در آن مسیر است و این‌که در آن مسیر به ثمر رسیدگی را می‌بینیم و این‌که چه کاری انجام بدهیم که به ثمر برسیم. ولی من این هفته مثلاً تأملی که روی خودم داشتم دیدم که واقعاً لزومی ندارد که ما واقعاً حتی به ثمر رسیدگی خودمان را توقع داشته باشیم که در این عمر هشتاد سال، یعنی یک کاری بکنیم که حتماً در این عمرمان به نتیجه برسد. ممکن است که فردی مثل مولانا



هشتصد سال پیش این ابیات را گفته باشد و الآن ما داریم نتیجه‌اش را می‌بینیم. پس این‌که به کمال فکر می‌کنیم و این‌که فکر کنیم باید حتماً به یک جایی برسیم، مانع ما هست و ما فقط و فقط باید تمرکزمان روی خودمان باشد و شمع حضور خودمان را روشن بکنیم و وقتی که شمع حضور ما روشن بشود، زندگی به ما می‌گوید که ما چجوری به ثمر می‌رسیم.

این به‌ثمر رسیدگی را ما از الآن نمی‌توانیم برایش برنامه‌ای داشته باشیم؛ فقط و فقط هر لحظه، هر ثانیه همان قدم اولی که در آن در واقع نقشه گنج شما می‌فرماید و درواقع «بی‌نهایت حضرت است این بارگاه»، هر لحظه آگاهی و پاسبانی و باغبانی ما را می‌طلبد و وقتی که ما این را می‌بریم در بعد زمان، در واقع می‌بریمش در ذهن و آن منظور اصلی را از آن جدا می‌شویم و آن طلب اصلی را از آن جدا می‌شویم.

آقای شهبازی: خیلی خوب. در غزل بود «زاغ غم». زاغ غم و یکی دیگر بود «امتحان» و یکی هم «مُنتَظِرُون». مولانا از آیه قرآن استفاده کرده بود «مُنتَظِرُون»، یعنی مردم در انتظارند. پس شما به زاغ غمتان غلبه کرده‌اید درست است؟

خانم زهره: بله ان شاءالله بله حتماً. مگر با وجود برنامه‌های شما می‌شود که آدم غم را هم تجربه می‌کند؟ غم را ما تجربه می‌کنیم وقتی که خودمان خودمان را دور کنیم. همان مثالی که شما همیشه می‌زنید. مثل این‌که یک گیاهی را ما یک جایی کاشته‌ایم، ولی خودمان آمدم رویش را پوشانده‌ایم و نور آفتاب را از آن محروم کرده‌ایم و یک بخاری هم کنارش روشن کرده‌ایم. دمای خوب و آب خوب را خودمان داریم می‌گیریم از خودمان با در واقع افکار من‌ذهنی و هیجان‌ناش.

آقای شهبازی: بله. یعنی نه حرفه «پاسبانی» را بلدیم و نه حرفه «باغبانی» را. شما به‌عنوان باغبان تا حالا به خودتان در آینه نگاه کرده‌اید، از خودتان بپرسید که من به این آدم چجوری می‌توانم خوبی کنم، خدمت کنم همیشه؟ چه چیزی خدمت حساب می‌شود؟ چه چیزی خدمت حساب می‌شود، چه چیزی زیان حساب می‌شود به من؟ در آینه نگاه کنیم بگوییم مثلاً ورزش می‌کنم، درست غذا می‌خورم، فکرهای خوب می‌کنم، با چه کسی قرین هستم؟

واقعاً این قرین مهم‌ترین اثر را در زندگی ما دارد. کسی که با قرین بد قرین می‌شود در باغبانی‌اش و پاسبانی‌اش اشکال وجود دارد. پاسبان هم می‌تواند پاسبان نباشد. شما پاسبان خوبی بودید یا ما می‌بینیم پاسبان یک موقعی با دزد شریک می‌شود. شما پاسبانی هستید که با دزد شریکید یا واقعاً پاسبان هستید؟ پاسبان وجود خودتان! مولانا هردو را تعریف کرد و گفت پاسبان خوب شب‌خیز است. انسانی که پاسبان کیفیت هشیاری خودش است در شب دنیا یعنی شب همانیدگی‌ها فوراً بیدار می‌شود، بیش‌ترش را بیدار می‌ماند. آن شعر را بلدید می‌گوید که بیش‌تر شب را بیدار بمان؟ هین...

خانم زهره:

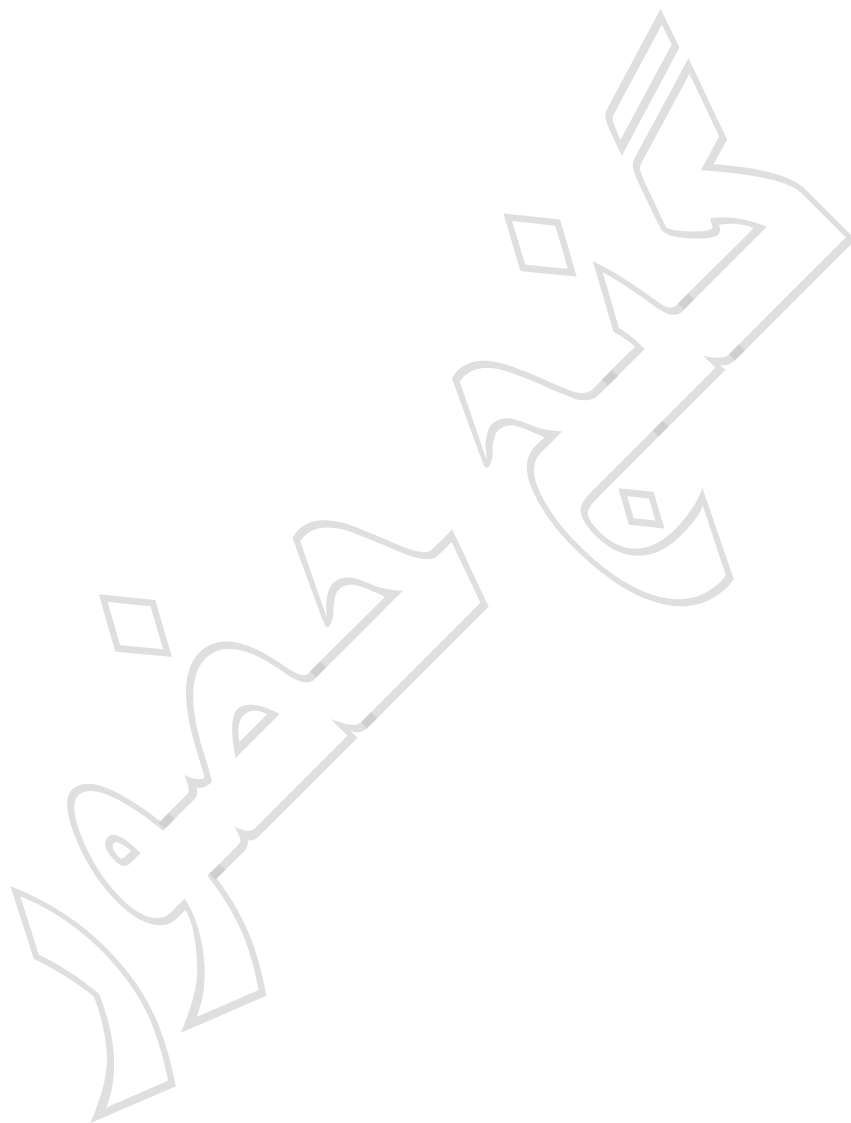
هین قُم اللَّیْلَ که شَمعی ای هُمَام
شمعِ آن‌در شب بُودِ آن‌در قیام

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۵۶)



آقای شهبازی: به به! بله! معنی هم بکنید. یعنی در شب بلند شو، در شب برخیز. شب‌خیزی کن، برای این‌که شمع هستی. شمع را در شب روشن می‌کنند، یعنی شمع پاسبانی شما هم در شب همانیدگی‌ها باید روشن باشد. خودتان هم برای باغبان بودن همیشه باید ترّ و رعنا باشید. پس هم «چُست و شب‌خیز» و هم «ترّ و رعنا». اگر باشید، هم پاسبان خوبی هستید و هم باغبان خوبی هستید.

خانم زهره: خیلی ممنونم از وقتی که من دادید.





آقای شهبازی در یکی از برنامه ها خانم سارا از آلمان یکی از تجربیات خودشان را بیان کردند که گفتند که با مادرشان وعده صبحانه گذاشته بودند که با هم بروند صبحانه بخورند. بعد ایشان هم با شوق و ذوق آماده می‌شوند و می‌روند بعد می‌بینند که مامانشان صبحانه‌شان را خورده.

خب اول ناراحت می‌شوند و خودشان تنها می‌نشینند صبحانه می‌خورند و ولی بعد گفتند که سریع این شعر مولانا به خاطرشان آمد که

لذت بی‌کرانه‌ای است عشق شده‌ست نام او قاعده خود شکایت است ورنه جفا چرا بُود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

این تجربه از ایشان و شعر مولانا را که خواندند از آن موقع همین‌طور مدام در ذهن من تکرار می‌شد و انگار در ضمیر ناخودآگاه من حک شده بود. مدام می‌خواندم و هر دفعه با تکرارش دریچه‌ای نو برای من باز می‌شد و وقتی که خوب آن را مدام تکرار کردم دیدم که تمام اصول و قواعد و نظم و قانون‌هایی که ما در ذهن برای خودمان معلوم کردیم واقعاً با این بیت رنگ می‌بازد و همه اتفاقات را عین عدل و انصاف و دور از هرگونه جفا و ستم می‌بینیم.

دیگر توقع، خوب و بد کردن افراد و اتفاقات، حبر و سنی دیگران، مقاومت و قضاوت، گله و شکایت، همه و همه به یک‌باره از بین می‌رود، یعنی واقعاً دیگر در اتفاقات هیچ ستمی نمی‌بینیم و کاملاً تسلیم و فضاگشا می‌شویم. بعد دیگر آن احوالی من ذهنی می‌رود از جلو چشمانمان.

من از شما و از تمام دوستان از کوچک تا بزرگ که در کنار برنامه شما از تجربیاتشان می‌گویند و اشعار مولانا را می‌خوانند، واقعاً متشکرم. چون همه آن‌ها دست به دست هم می‌دهد یک مجموعه‌ای می‌شود و واقعاً روی ما تأثیر می‌گذارد. من اشعاری را که بچه‌ها می‌خوانند، مخصوصاً آن‌هایی که سنشان خیلی پایین است واقعاً به من تلنگر می‌زند که من با این سن و سالم کجای کارم و باید چکار کنم، بجنیم، دیر شده.

و خلاصه خیلی ممنونم از شما از برنامه زیبای شما و مولانا و پکیجی که درست کردید متشکرم آقای شهبازی عزیز. ممنون.



با سلام و درود خدمت آقای شهبازی عزیز و همراهان گنج حضور. اول از همه بابت این‌که هفته پیش تماس گرفتم و متنی را که خواندم بیت اولش را اشتباه خواندم، عذرخواهی می‌کنم. درستش این است، می‌خوانم:

هست خوارزمشاه یزدانِ جلیل دل همی خواهد از این قومِ رذیل

(مثنوی، مولوی، دفتر پنجم، بیت ۸۶۸)

رذیل: ناکس و فرومایه

با اجازه‌تان متنی نوشتم بخوانم. اسم متن این هستش که انسان‌ها مسخره اندیشه‌های خود شده‌اند.

جمله خَلقان، سُخره اندیشه‌اند ز آن سبب خسته‌دل و غم‌پیشه‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۹)

سُخره: مورد مسخره قرار گرفتن

ما انسان‌ها هر لحظه مورد مسخره و بازیچه اندیشه‌هایمان هستیم و من‌ذهنی یا همان نفس، ما را با فکرها و اندیشه‌های بی‌درپی مشغول کرده و از هدف نهایی‌مان که همان زنده شدن به خدائیت و حضور است بازداشته و ما را به سخره گرفته است و از ما خوراک و انرژی می‌گیرد.

اگر در این لحظه حاضر و هشیار نباشیم و خودمان را بازنگری نکنیم، واقعاً خسته‌دل و پر از غم و غصه می‌شویم. اکثر ما انسان‌ها در اندیشه‌های بیهوده و پوچ و توخالی غرق شده و دست‌وپا می‌زنیم. من‌ذهنی زندگی زنده این لحظه را از آن‌ها ربوده و به درد تبدیل کرده است. پس نتیجه می‌گیریم که با حاضر بودن در این لحظه ازلی و ابدی، به من‌ذهنی فرصت نمی‌دهیم تا ما را به غم و اندوه و افسردگی فرو ببرد.

جمله بی‌قراریت از طلبِ قرارِ توست طالبِ بی‌قرار شو تا که قرارِ آیدت

جمله بی‌مُرادیت از طلبِ مُرادِ توست ور نه همه مُرادها همچو نثارِ آیدت

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۳)



ما انسان‌ها نباید خوشی و آرامش را از بیرون جست‌وجو کنیم. این را باید بدانیم که آرامش و شادی از درون به بیرون است نه از بیرون به درون. چرا ما با آن شادی و آرامش درونی که اصلمان است نمی‌رسیم؟ برای این‌که ناسپاس و ناشکر هستیم، چرا که خداوند پر از رحمت، نعمت، برکت و فراوانی و کوثر و مهربانی است.

آیا زندگی می‌خواهد که انسان زندگی‌اش را با غم سپری کند؟ خیر. خداوند نمی‌پسندد انسان حتی یک لحظه را با غم سر کند. ما به‌خاطر ناسپاسی درهای رحمت الهی را می‌بندیم و نعمت را به نعمت و درد تبدیل می‌کنیم و در زندان ذهن زندانی و گرفتار می‌شویم و هیچ جای خلاصی برای خودمان باقی نمی‌گذاریم و آن‌قدر ادامه می‌دهیم تا جایی که برایمان عادی می‌شود و به آن شرایط پر از درد عادت می‌کنیم، در صورتی‌که اصل ما این‌گونه نیست که فکر می‌کنیم.

درواقع ما از جنس ابدیت و بی‌زمانی و لامکانی هستیم که باید به زندگی زنده شویم و عشق و برکات را در جهان هستی پخش کنیم. با ناسپاسی از زندگی و کارهای اشتباهی که انجام می‌دهیم باعث می‌شویم روزن دلمان بسته شود.

ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل خدای گفت که انسان لربّه لکنود

تو سود می‌طلبی سود می‌رسد از یار
ولی چو پی نبری کز کجاست سود چه سود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۱۴)

«إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُودٌ.»

«که انسان نسبت به پروردگارش کافر نعمت و ناسپاس است.»

(قرآن کریم، سوره عادیات (۱۰۰)، آیه ۶)

این ناسپاسی از خدا و زندگی است که ما برای خودمان و اطرافیانمان لحظه‌به‌لحظه درد و غم و گرفتاری ایجاد می‌کنیم و خودمان زندگی نمی‌کنیم و نمی‌گذاریم آن‌ها زندگی کنند و خلاصه این‌که جهان بیرون، انعکاس درون من است.

زانکه می‌بافی، همه ساله بپوش
زانکه می‌کاری، همه ساله بنوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۱)

فعل توست این غصه‌های دم به دم
این بود معنی قد جَفَّ الْقَلَمَ



(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

که نگردد سنت ما از رشد
نیک را نیکی بود، بد راست بد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۳)

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ.»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

(حدیث)

رشد: به راه راست رفتن، هدایت شدن، بالیدن، نمو کردن و ترقی

چون الف چیزی ندارم، ای کریم
جز دلی دلتنگ‌تر از چشم میم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۲۹)

خود ندارم هیچ، به سازد مرا
که ز وهم دارم است این صد عنا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴)

خوش باش که هر که راز داند
داند که خوشی خوشی کشاند

شیرین چو شکر تو باش شاکر
شاکر هر دم شکر ستاند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

سپاس فراوان استاد مهربان و عزیزم. شکر می‌کنم به‌خاطر وجود شما و همه دوستان عزیزم. عذر می‌خواهم که طولانی شد
متنم.

◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇