



## 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 سیزده‌بدر 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 ۱-۹۴۹

برنامه ۱-۹۴۹ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۱۰ فوریه ۲۰۲۳ - ۲۱ بهمن ۱۴۰۱

Podcast گنج حضور  
Search:  
Parviz Shahbazi  
or  
Ganje Hozour

برنامه ۱-۹۴۹  
بخش اول  
برنامه ویژه پیغامهای تلفنی

Studio : 001 747 8880638 Parviz Shahbazi

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم گلی از روستای گوین، استان هرمزگان	۵
۲	سخن‌های آقای شهبازی	۸
۳	خانم بیننده از کرج با سخن‌های آقای شهبازی	۹
۴	سخن‌های آقای شهبازی	۱۱
۵	آقای بیننده از شیراز	۱۲
۶	خانم یکتا و آقای مرادی از شهر بابک	۱۳
۷	سخن‌های آقای شهبازی	۱۸
۸	خانم مهدیه و مادرشان از نظرآباد	۱۹
۹	سخن‌های آقای شهبازی	۲۳
۱۰	خانم سهیلا از قائمشهر	۲۴
۱۱	سخن‌های آقای شهبازی	۲۸
۱۲	آقای امیرحسین از سمنان با سخن‌های آقای شهبازی	۲۹
۱۳	سخن‌های آقای شهبازی در رابطه با خانواده	۳۲
۱۴	خانم مه‌رسا و پدر و مادرشان با سخن‌های آقای شهبازی	۳۴
۱۵	سخن‌های آقای شهبازی	۴۱
۱۶	آقای علی از شیراز	۴۲
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۴۳
۱۷	خانم فریده از هلند	۴۴
۱۸	خانم سرور از گلستان با سخن‌های آقای شهبازی	۴۷
۱۹	آقای فرشاد از خوزستان با سخن‌های آقای شهبازی	۵۳
۲۰	آقای حجت از فولادشهر اصفهان	۵۸
۲۱	آقای پویا از آلمان	۶۰
۲۲	خانم زرین و خانم تیارا و خانم یکتا از زرین شهر اصفهان	۶۵

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۳	سخن‌های آقای شهبازی	۶۹
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۷۰
۲۴	خانم دینا از کانادا	۷۱
۲۵	خانم سعیده از ونکوور	۷۵
۲۶	خانم فرخنده از جوزان نجف‌آباد	۷۸
۲۷	خانم پریسا از کانادا	۸۱
۲۸	خانم پروین از اصفهان	۸۴
۲۹	آقای مهران و خانم مینا از اصفهان	۸۶
۳۰	خانم دیبا از کرج	۹۱
۳۱	خانم بهناز از انگلیس	۹۳
۳۲	آقای بیننده از حوالی تبریز	۹۷
۳۳	خانم زینب و دخترشان از بروجن	۱۰۰
۳۴	خانم زهره از آمل	۱۰۵
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۱۰۹



## ۱ - خانم گلی از روستای گوین، استان هرمزگان

[سلام و احوال‌پرسی خانم گلی با آقای شهبازی]

**خانم گلی:** من گلی هستم از روستای گوین، استان هرمزگان. مدت شش سال است که با پیشنهاد خواهرم به این برنامه آشنا شدم. در این‌جا جا دارد به خواهرم هم تشکر کنم که کمک بزرگی به من کردند و خدا را شکر می‌کنم که به این برنامه علاقه‌مند شدم.

از شما هم آقای شهبازی جان کمال تشکر دارم. تشکر می‌کنم که برای آگاهی و بیداری انسان‌ها از افکارِ ذهن تلاش می‌کنید. و من دومین بار است که به شما تماس گرفته‌ام. این دفعه، یک سالی است که من تماس نگرفته‌ام، موفق نشدم خیلی تلاش کردم. این دفعه می‌خواهم یک کم از پیشرفت‌هایم بگویم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**خانم گلی:** استرس هم دارم [خنده خانم گلی]

**آقای شهبازی:** یک نفس عمیق بکشید. یواش‌یواش صحبت کنید استرس می‌رود.

**خانم گلی:** از اوایل مشکل من این بود که تا چیزی از برنامه شما یاد می‌گرفتم می‌خواستم خویشان و نزدیکان هم به این برنامه گوش کنند. تمام حواسم پیش آن‌ها بود تا این‌که شما فرمودید:

**تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی  
خویش را بدخو و خالی می‌کنی  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)**

فهمیدم که باید روی خودم کار کنم

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم گلی:** و به دیگران کاری نداشته باشم. حالا دیگر کاری به دیگران ندارم و خودم روی خودم کار می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم گلی:** در این‌جا تعهد می‌دهم که فضاگشا باشم و از دیگران توقع نداشته باشم و مقاومت نکنم. کسی را به واکنش و اندامم و دروغ هم نگویم. غیبت نکنم. قانون جبران را رعایت کنم و شعرهای مولانا را می‌خوانم تا درگیرِ سگِ ذهنی نباشم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم گلی: و خدا را شکر می‌کنم که با این‌که مشکلات زندگی روزمره زیاد است، سعی می‌کنم با صبر و شکر و پرهیز با آن‌ها کنار بیایم.

چندتا شعر هم می‌خواستم بخوانم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بله.

خانم گلی: استرس دارم.

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

صدا قطع شد آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: بله بله، صدا می‌آید شما هم خیلی خوب آواز می‌خوانید! بله، بله، بفرمایید.

خانم گلی: [خنده خانم گلی]

تو بپرس چون درآمد؟ که برون نرفت هرگز  
که درآمد و برون شد، صفتی بود جمادی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

غلطم، مگو که: چون شد؟ ز چگونگی برون شد  
تو چگونه‌ای، ولیکن تو ز بی‌چگونه زادی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

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

قدم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)



استرس دارم آقای شهبازی، خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: خیلی خوب، خیلی زیبا بود. آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم گلی]

مجلس  
حضرات



## ۲- سخن‌های آقای شهبازی

بله، خیلی خوب بود! توجه می‌کنید غیر از خودتان که روی خودتان کار می‌کنید، هرکسی که به ذهنتان می‌آید «غیر» حساب می‌شود. همسر شما، بچه شما، پدر و مادر شما، خواهر و برادر شما این‌ها همه «غیر» هستند.

و شما اگر بیاید نزدیکان خودتان را دعوت کنید به این برنامه، دارید من‌ذهنی‌تان را نشان می‌دهید. دعوت به برنامه کار من‌ذهنی است.

درست کردن خود و ارتعاش به حضور و فهمیدن و درک آن‌ها که در شما یک چیزی هست، ارتعاش زندگی هست، زندگی شما بهتر شده، کار زندگی است. آن موقع اگر خواستند که شما چه‌کار می‌کنید؟ می‌توانید بگویید، ولی این‌که یک ماه، دو ماه، سه ماه به برنامه گوش کردید، آقا این چیز خوبی است من این را به همه معرفی کنم، یعنی شما دارید خودتان را فلج می‌کنید یعنی ادامه دیگر نخواهید داد.

این فریب مال واقعاً دیو است. ظاهرش خیلی مفید است می‌گوییم خُب ما این هُشیاری را، دانش را پخش باید بکنیم آقا، همه زود بشنوند به حضور برسند، این‌طوری نیست! حضور زنده شدن آن‌طوری نیست دیگر، بعد ما این‌طوری فهمیدیم. پس وقتی مولانا می‌گوید:

تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی  
خویش را بَدخو و خالی می‌کنی  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

همه است، غیر از خودتان. خودتان هم خودِ اصلی‌تان است نه من‌ذهنی‌تان. فقط روی خودتان کار می‌کنید، والسلام.

و خواهش می‌کنم روی خط تشریف می‌آورید یک‌راست بروید سرِ اصلِ مطلب. حال شما چطور است و فلان و این‌ها، آن‌ها وقت می‌گیرد و وقتِ البته شماست دیگر، می‌دانید من به‌خاطر شما می‌گویم.



### ۳- خانم بیننده از کرج با سخن‌های آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم بیننده و آقای شهبازی]

**خانم بیننده:** من یک چندماهی است که با شما آشنا شدم. با همین حرف‌هایی که چند دقیقه پیش زدید فهمیدم که واقعاً داشتم اشتباه می‌کردم. همین‌جور که شما می‌گفتید فکر می‌کردم که باید همه را از این انقلابی که شما دارید انجام می‌دهید باخبر کنم و همه را یک جورایی به راه راست هدایت کنم [خنده خانم بیننده] بگویم که شما هم بیایید من این راه را پیدا کردم. اما مثل این‌که واقعاً سعی اشتباهی می‌کردم. سعی می‌کنم از این به بعد این کار را دیگر ادامه ندهم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! از کجا زنگ می‌زنید؟

**خانم بیننده:** من از ایران، کرج.

**آقای شهبازی:** کرج زنگ می‌زنید. بله، بفرمایید.

**خانم بیننده:** من خودم از وقتی که ازدواج کردم پنج سالی می‌شود، شبکه شما را می‌دیدم اما نمی‌دانستم جریانش چه هست، چون من از نوجوانی، شانزده سالگی عاشق مولانا بودم. چندین بار هم تلاش کرده بودم که بخوانم، اما متوجه نمی‌شدم و رهایش می‌کردم، چون خیلی اشعارشان سنگین بود برای من، اما همیشه یک عشقی به ایشان داشتم. تا این‌که چند ماه پیش حدوداً بعد از این‌که بچه دوم به دنیا آمد، خیلی حس واقعاً این را می‌کردم که بی‌دفاعم، بی‌کسَم در این دنیا. همه‌اش فکر می‌کردم تنها هستم، حس قربانی را داشتم نسبت به خودم.

تا این‌که یک روزی همین‌جور داشتم می‌زدم شبکه‌ها را، دوباره شبکه شما را دیدم. واقعاً آن لحظه آرامشی به من داد حرف‌هایتان، که احساس کردم رها شدم از تمام سختی‌های زندگی‌ام، با همان یک ساعت برنامه دیدنتان. دیگر از آن به بعد هر وقت که وقت اضافه پیدا می‌کنم تمام وقت‌هایم را با حرف‌های شما پر می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** و سعی می‌کنم این من‌ذهنی‌ام را از خودم دور کنم با این قضاوت کردن‌ها. همسرم شاید حرف‌هایی که به من می‌زد که من شاید تا مدت‌ها با آن درگیر می‌شدم، آن حرف‌ها را با خودم مرور می‌کردم اتفاقات را، خیلی سخت می‌گذشت برایم روزها، تا این‌که حرف‌های شما را گوش دادم و فهمیدم این فقط من‌ذهنی‌ام بوده که من را اذیت می‌کرده.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم بیننده:** از آن موقع دیگر رهایش کردم و هر اتفاقی هم که می‌افتد با فضاگشایی، هر حرفی که می‌زند هنوز، اصلاً یک‌جوری شده که انگار هر حرفی می‌زند دیگر به من بر نمی‌خورد، به روحم هیچ آسیبی نمی‌رسد.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: تسلیم این اتفاق شدم و تسلیم این شدم که شاید واقعاً این اتفاق افتاده که برگردم و به خودم نگاه کنم. الآن هم واقعاً از شما متشکرم به خاطر این برنامه خوبتان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[صدای بیننده قطع شد]

مجلس شورای اسلامی



#### ۴- سخن‌های آقای شهبازی

**آقای شهبازی:** البته این را بگویم شما تسلیم زندگی می‌شوید. در این لحظه تسلیم خدا می‌شوید تسلیم اتفاق نمی‌شوید، اتفاق را می‌پذیرید. پذیرش اتفاق همین تسلیم به خدا شدن است، برای این‌که می‌گویید که من می‌خواهم زندگی صحبت کند، زندگی فکر کند یا خدا فکر کند، به‌نظم ایشان قطع شدند.

این مطلب خیلی مهم است، شما توجه کنید. اوایل در صحبت، ممکن است انسان اشتباه بگوید. تسلیم اتفاق نمی‌شوید، تسلیم بگوئیم خدا می‌شوید در این لحظه که با عقل او اتفاق را درست کنید. فضای گشوده‌شده هم شما هستید هم خود زندگی، این وحدت است و عقل دارد. عقلش عقل کل است و این فرآیند یک فعالیت بسیار شدید است، فعالانه است. انگلیسی‌ها لغتی دارند می‌گویند پسیو (passive) و پسیو در فارسی یعنی غیرفعال، اگر بگوئیم اکتیو (active) هم یعنی فعال. پس «تسلیم» پر از حرکت است، پر از عقل است. تسلیم این نیست که مردم بیایند ظلم کنند به ما، ما هیچ چیزی نگوییم. شما چیزی بگوئید و با عقل خدا بگوئید نه با عقل من‌ذهنی، چون عقل من‌ذهنی همه‌اش از هیجان‌ها می‌آید مثل خشم، ترس.

لازم نیست شما در مقابل اتفاق این لحظه بترسید یا خشمگین بشوید، کافی است فضا را باز کنید، پس تسلیم اتفاق نمی‌شوید، می‌گویید من این اتفاق را می‌خواهم درست کنم، اما نه با عقل من‌ذهنی‌ام که من را به این روز انداخته و وضعیت را بدتر می‌کند، با عقل بزرگ‌تری که مال زندگی است.



۵- آقای بیننده از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی بیننده با آقای شهبازی]

**آقای بیننده:** خسته نباشید آقای شهبازی. من می‌خواستم قانون جبران را رعایت کرده باشم، یک زنگ بزنم و خسته نباشید به شما بگویم.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. زنگ زدن به برنامه رعایت قانون جبران نیست بارها گفتم، ولی حالا شما مطلبتان را بفرمایید. یک چیزی را که یاد گرفته‌اید بفرمایید.

**آقای بیننده:** من همین زنگ زدم که به شما خسته نباشید بگویم، همین.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی] خیلی ممنون. کار دیگری ندارید؟ از کجا زنگ می‌زنید؟

**آقای بیننده:** از شیراز، ارسنجان. شهرستان ارسنجان.

[خداحافظی بیننده و آقای شهبازی]



۶- خانم یکتا و آقای مرادی از شهر بابک با سخن‌های آقای شهبازی

**خانم یکتا:** سلام وقتتان به‌خیر آقای شهبازی. یکتا مرادی هستم از شهر بابک تماس می‌گیرم.

**آقای شهبازی:** به به یکتا! خانم یکتا مرادی. خوبید شما؟

**خانم یکتا:** ممنون شما خوبید؟

**آقای شهبازی:** بله، بله خوب. بفرمایید.

**خانم یکتا:** اگر اجازه بدهید می‌خواستم برایتان چند بیت شعر بخوانم.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم یکتا:**

ای عاشقان، ای عاشقان، من از کجا، عشق از کجا  
ای بیدلان، ای بیدلان، من از کجا، عشق از کجا  
گشتم خریدار غمت، حیران به بازار غمت  
جان داده در کار غمت، من از کجا، عشق از کجا  
ای مطربان، ای مطربان، بر دف زنیذ احوال من  
من بیدلم، من بیدلم، من از کجا، عشق از کجا  
عشق آمده‌ست از آسمان، تا خود بسوزد بی‌گمان  
عشق است بلای ناگهان، من از کجا، عشق از کجا

(شاعر: ناشناس)

**آقای شهبازی:** آفرین.

**خانم یکتا:** شاد باشید.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. شما چند سالتان هست الآن خانم یکتا؟

**خانم یکتا:** من یازده سال.

**آقای شهبازی:** یازده سال. ویدئو هم برای ما می‌فرستید دیگر نه؟ مرتب؟



خانم یکتا: بله می‌فرستیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خب کس دیگری هست می‌خواهد صحبت کند؟

خانم یکتا: بله پدربزرگم. خدا نگهدار.

آقای شهبازی: پدربزرگتان. پس خداحافظ.

آقای مرادی: درود مولانا بر شما باد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، درود بر شما. بفرمایید. خوبید شما؟

آقای مرادی: من خوبم آقای شهبازی. من دیگر از این بهتر نمی‌شود.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای مرادی: من از سال ۹۴ آقای شهبازی، یک کوه‌پیمایی کردیم، از دره‌ها و از همه‌چیز گذشتیم رسیدیم فعلاً به پای کوه، ان‌شاءالله بلکه یک روزی شد برسیم به سر قلعه کوه.

آقای شهبازی: ان‌شاءالله.

آقای مرادی: بله آقای شهبازی. یک آتش عشق، آتش شادی دارد همین‌طور از سرمان آقای شهبازی، مثل این‌که از تنور درمی‌رود گرما، از سر ما هم آتش عشق درمی‌رود، از شادی.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای مرادی: بله آقای شهبازی، بله. ما دیگر هیچ‌چیز از هیچ‌کس نمی‌خواهیم. هیچ‌چیز، هیچ‌چیز، هیچ‌چیز.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای مرادی: بله دیگر از هیچ‌کس هیچ‌چیز نمی‌خواهیم. این شادی که داریم اگر به اندازه تمام دنیا را بدهند، این شادی را ما با آن عوض نمی‌کنیم. یک ثانیه با آن عوض نمی‌کنیم. دیگر چه می‌خواهیم آقای شهبازی؟

این غزل‌ها را در بیابان، در زنبور، در جاده، در ماشین می‌خوانیم، دوهزارتا بیتش غزل الآن در این سر من است آقای شهبازی، دوهزارتا.

آقای شهبازی: به‌به، آفرین!



**آقای مرادی:** بله نوشتم چاپ کردم، از سال ۹۴ آقای شهبازی من هر غزلی از دهان شما بیرون شده یا یک متنی، نوشتمش.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**آقای مرادی:** از سال ۹۴. این تلویزیون هم اگر من در خانه نباشم خاموش است و اگر باشد خانم می‌گوید تو یازده شب داری می‌نویسی؟ خسته نشدی؟ می‌گویم من دارم انرژی می‌گیرم.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**آقای مرادی:** انرژی می‌گیرم، انرژی می‌گیرم. من اگر تا صبح هم بنویسم دیگر خسته نمی‌شوم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** بله می‌دانم، این خود مولانا هم که می‌گوید دیگر این‌ها «استاره‌های دیوسوز» هستند. این انرژی را دیو می‌بلعد در ما. انرژی را موش می‌دزدد و وقتی شما سوراخ‌های موش را ببندی نمی‌تواند ببرد. زندگی از آن‌ور می‌آید در درون شما به وسیله شما زندگی می‌شود، شادی بی‌سبب می‌شود، آرامش می‌شود، انرژی می‌شود، انرژی کاری می‌شود، بله. درست می‌گویید قربان.

**آقای مرادی:** فعلاً تا حالا که از ما هیچ‌کس نتوانسته بدزدد آقای شهبازی. ان شاء الله تا آخر عمر هم نمی‌تواند بدزدد.

**آقای شهبازی:** آری، می‌دانید که می‌گوید ما از دست این دیو به خدا پناه می‌بریم. یک آیه‌های «اعوذ» هم هست در قرآن که خیلی مولانا تأکید می‌کند روی این‌ها، می‌گوید من به خدا پناه می‌برم.

**آقای مرادی:** بله، بله.

**آقای شهبازی:** من پیشنهاد می‌کنم شما نگویید هیچ‌کس نمی‌تواند بدزدد. یک موقع دیدید دزدید! **[خنده آقای شهبازی]**

**آقای مرادی:** بله.

**آقای شهبازی:** دزدید والله، از من هم می‌دزدد، از شما، از همه می‌تواند بدزدد. کافی است بگوییم نمی‌تواند.

**آقای مرادی:** از سال ۹۴ تا حالا دزدیده بود آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** ان شاء الله که ندزدد واقعاً، حالا تا آخر سر هم ندزدد، همین‌طور بماند.

**آقای مرادی:** بله قانون جبران را هم رعایت می‌کنم آقای شهبازی، می‌روم در حمام، یک بیست‌لیتری آبی می‌ریزم، خودم را می‌شویم، تنم را می‌شویم، بیرون می‌شوم.



**آقای شهبازی:** آفرین.

**آقای مرادی:** خانم می‌گوید چرا این قدر کم آب مصرف می‌کنی؟ می‌گویم بابا این آب، بچه‌ها، نوه‌ها، در سال‌های آینده به این آب احتیاج دارند. از خانه می‌روم بیرون می‌بینم خانم دارد حیاط را می‌شوید، می‌گویم خانم این هر ساعت، هر ساعت، این داری خانه را آب‌پاشی می‌کنی گناه دارد. این قانون جبران را زیر پا داری می‌گذاری، این کارها را نکن! می‌گوید چشم! دیگر این کارها را نمی‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**آقای مرادی:** به بچه یاد دادم که این پوست تخمه را باید بیندازد در سطل آشغال. وقتی ریخت، می‌آیم یک بوسی از او می‌کنم این بچه یاد می‌گیرد، در ماشین همین‌طور. این نوه‌ها بود الان خواند، این یکتا بود.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! بله یکتا را می‌شناسم. بله یکتا ماشاءالله.

**آقای مرادی:** این نوه‌ها چهارپنج‌تا را همه‌شان غزل یادشان دادم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**آقای مرادی:** زورم به بزرگ‌ها که نمی‌رسد آقای شهبازی، این کوچولوها که در دسترس هستند زورم به آنها می‌رسد. می‌گویم بیاید تا غزل برایتان بخوانم.

**آقای شهبازی:** خُب بزرگ‌ها هم از همین ارتعاش نورتان، انرژی‌تان استفاده می‌کنند.

**آقای مرادی:** بله، بله الان این خانه ما پر از عشق است، پر از شادی است. بوی عشق می‌دهد همه‌جای خانه.

**آقای شهبازی:** بله با استفاده از ابیات مولانا، درست کردن یک خانواده کوچک خیلی ساده است، خیلی ساده است. یکی دو ماهه می‌شود عوضش کرد اگر گوش بدهند، اگر توجه کنند.

**آقای مرادی:** نه همه‌شان اخلاقشان خوب شده، رفتارشان خوب شده، قشنگ شده. من چون خودم خوب شدم، آنها هم خیلی خوب شدند آقای شهبازی. روی آنها هم اثر گذاشته.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! خیلی خوب.

**آقای مرادی:** یک غزلی می‌خواهید برایتان بخوانم؟

**آقای شهبازی:** بله، بله بفرمایید.





صلا زدند همه عاشقان طالب را  
روان شوید به میدان پی تماشا را

بیار ساقی باقی که جان جان‌هایی  
بریز بر سر سودا شراب حمرا را  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۲)

ای عاشقان، ای عاشقان آمد گه وصل و لقا  
از آسمان آمد ندا کای ماه‌رویان الصلا

ای سرخوشان، ای سرخوشان آمد طرب دامن‌کشان  
بگرفته ما زنجیرِ او بگرفته او دامنِ ما

آمد شراب آتشین ای دیو غم‌کنجی نشین  
ای جان مرگ‌اندیش رو، ای ساقی باقی درآ

ای هفت‌گردون مستِ تو، ما مهره‌ای در دست تو  
ای هستِ ما از هستِ تو، در صد هزاران مرحبا

ای مطرب شیرین‌نفس هر لحظه می‌جنبان جرس  
ای عیش‌زین نه بر فرس بر جان ما زن ای صبا

ای بانگ‌نای خوش‌سمر در بانگ تو طعمِ شکر  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۴)

شاد و پیروز و خوب باشید. خسته هم نباشید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!



خداحافظ.

**آقای مرادی:** آقای شهبازی، یک کم هم دوستی ما و شما یک ذره به هم نخورد ها.

**آقای شهبازی:** نه، چرا بخورد؟

**آقای مرادی:** برای این که ما چندتا پیام دادیم به شما، گفتیم چکار کنیم، چکار نکنیم، چکار کنیم؟ جوابی نشنیدیم.

**آقای شهبازی:** خُب ببخشید، من سرم خیلی شلوغ است آقای مرادی. واقعاً اصلاً این قدر سرم مشغول همین کار شماست. خیلی موقع‌ها نمی‌توانم به این پیغام‌های شخصی جواب بدهم.

**آقای مرادی:** راجع به همان چیزی که گفتید گوش کنید گنج حضور، راجع به او.

**آقای شهبازی:** خیلی خب [خنده آقای شهبازی] حالا چشم، شما یک بار دیگر پیغام بگذارید، خدمت شما زنگ می‌زنم.

**آقای مرادی:** بله، متشکر. شاد باشید.

[خداحافظی آقای مرادی با آقای شهبازی]

## ۷- سخن‌های آقای شهبازی

عرضم به حضورتان که همین کار را همه باید بکنند. شما این غزل‌های مولانا را می‌توانید برای خودتان با آواز بخوانید، می‌توانید آوازخوان خودتان باشید و بخوانید ببینید که دلتان شاد می‌شود.



۸- خانم مهدیه و مادرشان از نظرآباد

[سلام و احوال‌پرسی مادر خانم مهدیه با آقای شهبازی]

**مادر خانم مهدیه:** زنگ زدم خدا قوتی بگویم به شما. به تمام دوستان عزیزم سلام عرض می‌کنم. امیدوارم همه موفق باشند. واقعاً این برنامه معجزه می‌کند. با این مشکلی که، با این داغی که ما دیدیم، این برنامه به ما خیلی کمک کرد. مرتب شعرهای مولانا را می‌خوانم. پدر مهدیه این شعری که دوست داشت، مرتب برایش می‌خوانم. دیگر.

**آقای شهبازی:** چه داغی است؟ ببخشید من نمی‌دانم.

**مادر خانم مهدیه:** پدر مهدیه که رحمت خدا رفت، خیلی برایمان سخت است، ولی با شعرهای مولانا انگار آرامش می‌گیریم. شعرهایی که دوست داشت می‌خوانم برایش. چیز را می‌خوانم برایش، وقتی که می‌روم سر مزارش. خیلی دوست داشت.

چو نماز شام هرکس بنهد چراغ و خوانی  
منم و خیال یاری، غم و نوحه و فغانی

چو وضو ز اشک سازم بود آتشین نمازم  
در مسجدم بسوزد، چو بدو رسد اذانی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۱)

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! خدا رحمتشان کند.

**مادر خانم مهدیه:**

رخ قبله‌ام کجا شد؟ که نماز من قضا شد  
ز قضا رسد هماره، به من و تو امتحانی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۱)

این را خواندم به یادشان، که بماند در این برنامه همیشه یادشان را داشته باشیم، شعری که دوست داشت. گوشه را می‌دهم به مهدیه.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، خیلی لطف فرمودید. بله، بفرمایید.

**خانم مهدیه:**



[سلام و احوال‌پرسی خانم مهدیه با آقای شهبازی]

**آقای شهبازی:** ماشاءالله صدایتان هم چقدر شاداب است و پرانرژی است و آفرین، آفرین!

**خانم مهدیه:** خیلی ممنون استاد، درست است فوت پدرم برایم خیلی سخت بود. برای من یک امتحان خیلی سختی بود که خدا را شکر با گوش دادن به برنامه‌های گنج حضور و صحبت‌های شما عزیز بزرگوار، و همین‌طور پیغام‌های دوستان عزیز توانستم از این امتحان، موفق بیرون بیایم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مهدیه:** و یک تجربه‌ای داشتم یک پیشرفتی داشتم از داستان خرس در برنامه ۹۰۴ که تعریف کردید شما که فرمودید دوستی ما با خاله خرسه، به اصطلاح همان من‌ذهنی ما [صدنا ناواضح] به صورت هشیاری با من‌ذهنی دوست می‌شویم و از روی نادانی او را دوست خوبی تلقی می‌کنیم. فکر می‌کنیم برای ما دوست خوبی است، رفیق خوبی است، و قدر ما را می‌داند، ولی این دوست خوبی برای ما نخواهد بود.

و جایی که یک جوانی بوده که رفیق می‌شود با من‌ذهنی‌اش، و آن را دوست خوبی برای خودش می‌داند، رفیق خوبی می‌داند، و می‌گوید او برای من دوست خوبی خواهد بود، رفیق خوبی خواهد بود و یک شیرمردی از آن‌جا رد می‌شده که می‌گوید که ای جوان، با من‌ذهنی‌ات دوست نشو، این من‌ذهنی برای تو دوست خوبی نیست و قدر تو را نمی‌داند و زندگی تو را نابود می‌کند و تو را سرنگون می‌کند. با این دوست نشو!

و این جوان هم به این شیرمرد گوش نمی‌دهد از روی نادانی، و می‌گوید که تو حسودی‌ات می‌شود و این خرس برای من دوست خوبی است و قدر من را می‌داند. تو نمی‌خواهد برای من دلسوزی کنی و این شیرمرد هم دو بار این حرف را به او می‌گوید، می‌بیند که او گوش نمی‌دهد، راهش را می‌کشد و می‌رود.

لا حول کنان، لاجول می‌کند و راهش را می‌کشد و می‌رود و تا جایی که این جوان می‌آید در زیر یک سایه درخت می‌خوابد و این خرس می‌نشیند او را باد بزند، باد زدن و نگهداری کردن. سایه درخت به اصطلاح می‌تواند هم‌هویت‌شدگی‌های ما باشد، و دید مگس‌ها دور و برش می‌چرخند و نمی‌گذارند بخوابد که مگس‌ها هم شما گفتید فکرهای ما هستند و این خرس هم باد می‌زند همچنان، می‌بیند مگس‌ها مزاحمش می‌شوند و نمی‌گذارند بخوابد، می‌رود یک سنگ بزرگی برمی‌دارد و می‌زند به صورت این جوان و او را به گشتن می‌دهد.

و من از این داستان یاد گرفتم که نه با من‌ذهنی خودم دوستی کنم، نه با من‌های ذهنی دیگر.

**آقای شهبازی:** آفرین!



**خانم مهدیه:** چون آن ما را به بیراهه می‌کشد و زندگی ما را نابود می‌کند. و هیچ وقت نمی‌گذارد ما به اصل خودمان، به زندگی زنده بشویم و این برای من خیلی جالب بود، خیلی آموزنده بود.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مهدیه:** و در این راه توانستم همان‌جوری که مولانای عزیز می‌فرمایند فقط تسلیم باش و بپذیر، تمرکزت روی خودت باشد، و نپرس چه‌جوری به خدا زنده می‌شوند، خدا چه‌جوری است، خدا چگونه است؟ فقط سکوت کن.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مهدیه:** و همیشه در خانه هم که راه می‌روم می‌گویم من نمی‌دانم، من بلد نیستم، و فقط خودش بلد است و خودش می‌داند و خودش می‌تواند هر کاری را انجام بدهد و من هیچ‌کاره‌ام.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مهدیه:** برای همین خواستم در این راه همیشه تسلیم باشم و فقط از خدا کمک بگیرم و تمرکز روی خودم باشد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مهدیه:** این غزلی که می‌خواهم برایتان بخوانم چون پدر من خیلی دوست داشت با آواز بخوانم، اگر اجازه بدهید این غزل را با آواز تقدیم شما کنم.

**آقای شهبازی:** بله، بله! بفرمایید.

**خانم مهدیه:** به نام خدا

صَلَا رِنْدَانِ دِگَرَبَارِهْ کِه آن شَاهِ قِمَارِ آمَدِ  
اگر تَلْبِیسِ نُو دَارَدِ هَمَانِ اسْتِ او کِه پارِ آمَدِ

ز رِنْدَانِ کِیْسْتِ این کاره کِه پیشِ شَاهِ خُونِ خَوَارِه  
مِیَانِ بَنَدَدِ دِگَرَبَارِهْ کِه اینکِ وَقْتِ کارِ آمَدِ؟



بیا ساقی سَبکِ دستم که من باری میان بستم  
به جانِ تو که تا هستم مرا عشقِ اختیار آمد

چو گلزارِ تو را دیدم چو خار و گلِ برویدم  
چو خارم سوخت در عشقت گلم بر تو نثار آمد

پیاپی فتنه‌انگیزی ز فتنه‌بازنگریزی  
ولیک این بار دانستم که یارِ من عیار آمد

اگر بر رو ز ند یارم رُخی دیگر به پیش آرم  
آزیرا رنگِ رُخسارم ز دستش آبدار آمد

تویی شاه و دیرینه مقام توست این سینه  
نمی‌گویی کجا بودی که جان بی تو نزار آمد؟

شَهَم گوید در این دَشتم تو پنداری که گم گشتم  
نمی‌دانی که صبرِ من غلافِ ذوالفقار آمد

مرا بُرید و خون آمد غزلِ پُرخون برون آمد  
بُرید از من صلاح‌الدین به سوی آن دیار آمد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۸۸)

تقدیم به شما استاد.

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

خانم مهدیه: عالی شما بید عشقم.

[خداحافظی خانم مهدیه و آقای شهبازی]



۹- سخن‌های آقای شهبازی

خانم مهدیه می‌دانید در هفت‌هشت‌سالگی بینایی‌شان را از دست می‌دهند و خُب در آن سن و سال یک دختر جوان بینایی‌اش را از دست می‌دهد، یک مدتی می‌دیده حالش بد می‌شود. از طریق برنامه گنج حضور و شعرهای مولانا حالش الان می‌بینید چقدر خوب است و یک منبع انرژی و همین‌طور ارتعاش زندگی‌ست.

حسابی که روی صفحه می‌بینید حساب نان‌پرافیت (nonprofit) ماست، یعنی حساب این مؤسسه غیرانتفاعی ما که خانه مولاناست. اگر به این حساب کمک کنید می‌توانید از تکسِتِان (Tax) کم کنید از مالیاتان.

PARVIS SHABAZI FOUNDATION, INC

Bank Name: Wells Fargo Bank

:Account Number

7152500364

:Routing Number

121000248

Swift #WFBIUS6



[سلام و احوال‌پرسی خانم سهیلا با آقای شهبازی]

**خانم سهیلا:** من سهیلا هستم شصت‌ساله از قائم‌شهر مازندران زنگ می‌زنم. اولین بارم است.

**آقای شهبازی:** خیلی یواش صحبت کنید، اصلاً عجله نکنید. آرام صحبت کنید.

**خانم سهیلا:** چشم، آقای شهبازی فقط می‌خواستم یک نکته‌ای خدمت همه عزیزانی که تقریباً مدام زنگ می‌زنند عرض کنم که به هر حال خدا می‌خواست، برای این‌که دیگر خیلی دلم می‌سوخت که نمی‌توانستم تماس بگیرم هرچه سعی می‌کردم. **[خانم سهیلا در حال گریه]** بعد خدمت‌تان عرض کنم من از سال ۹۶ بُرچ پنج که روز تولدم است، تولد دوباره‌ام شروع شد با برنامه شما و من زنده شدم با برنامه شما از همان ابتدا به یاری خدا قانون جبران را رعایت کردم شاید که نسبت به توان مالی‌ام خیلی بیشتر و برکاتش را بی‌نهایت در زندگی‌ام دیدم.

آدمی سرشار از پندار کمال، می‌دانم، پُر از جهل و خار بودم و بیداری زندگی‌ام را از شما دارم. به‌شدت مدیون خدا و مولانا و شما هستم. سپاسگزارتان هستم. دست‌های مبارکتان را می‌بوسم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

از عزیزانی که پیغام می‌گذارند مخصوصاً خانم پریسا، مخصوصاً خانم فریبا خادمی، مخصوصاً خانم فائزه، خیلی سپاسگزار و دست‌بوس‌شان هستم.

آقای شهبازی نمی‌دانم چقدر واقف هستید که ما چقدر بدون این‌که مثلاً در زندگی دیگران تأثیر دارد حضورمان، دخالت‌هایمان، قضاوت‌هایمان. من نتوانستم نور بشوم شاید، ولی دیگر راضی نیستم حداقل در زندگی بچه‌هایمان، در زندگی زناشویی بچه‌هایمان مستمر اثر داریم وقتی کنار می‌کشیم، وقتی دخالت نمی‌کنیم، وقتی حضور با قضاوت و می‌دانم نداریم، زندگی‌ها روشن می‌شه، زندگی‌ها روشن شده، من با تمام وجود دست‌بوس‌تان هستم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم سهیلا:** اگر پنج دقیقه‌ام شد که خداحافظی می‌کنم. اگر نه، یک‌سری از استاره‌های دیوسوز حضرت مولانا را یادداشت کردم. اگر اجازه می‌فرمایید عرض کنم.

**آقای شهبازی:** نه، پنج دقیقه نشده، ولی شما باز هم تند صحبت می‌کنید. اصلاً لازم نیست که شما حالت گریه و این‌ها داشته باشید. خیلی آرام صحبت کنید. شما با بچه‌هایتان هم صحبت می‌کنید این‌طوری صحبت می‌کنید؟





**خانم سهیلا:** چشم. نه، من الآن واقعاً هیجان زده‌ام خیلی، نمی‌دانم با بچه‌هایم این طوری صحبت می‌کنم یا نه، فکر نمی‌کنم.

**آقای شهبازی:** خُب برای همین می‌گویم. شما هیجان زده نباشید. شما بگذارید هیجانتان بخوابد، آرام، فرض کن که با دوستت صحبت می‌کنی. یک دوستی هست که همیشه می‌روید می‌گویید و می‌خندید. ما هم دوست شما هستیم، آرام و با خنده صحبت کنید.

**سهیلا:** چشم آقای شهبازی. البته این طور است، مرسی، سپاسگزارتان هستیم. چشم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**خانم سهیلا:** چشم آقای شهبازی چشم. من یک سری استاره‌های دیوسوز را ماه‌ها قبل یادداشت کرده بودم، البته دیگر حالا نمی‌دانم الآن به درد می‌خورد یا نه. فقط گفتم من ذهنی با تعمیم و اعوجاج و ترس کار می‌کند همان که شما فرموده بودید در درس‌هایتان.

**آقای شهبازی:** بله

**خانم سهیلا:** بعد یک سری از این ستاره‌ها را آنصتوا، اولین و تنها قدم، کم و رنجور این‌ها کلماتی هستند، عباراتی هستند که خیلی به درد من خورده در زندگی، خیلی زیاد. درد هشیارانه، تسلیم بی‌قیدوشرط، [صدا ناواضح] پذیرایی از آن، بی‌مرادی، سرگین زیر جو، [صدا ناواضح] نمی‌دانم، نخواستن، طلب، هست، یا همین پرهیز، پنهان‌پری، کالصلح خیر، صبر، شکر، کارافزایی، دام، [صدا ناواضح] فضاگشایی، توبه نصوح، مرده شو، پندار کمال، اشکاری شه، چمن زار رضا، کلی‌گری، خرگیری، مات شاه، خوش‌پوزی، قانون جبران، قانون مزرعه، قبله‌شناسی، رُدُّوا لَعَادُوا، واسجد واقترَب، [صدا ناواضح] مولانا، مسبب‌الاسباب.

من این‌ها را چیزها را یادداشت کرده بودم، این استاره‌ها را که همیشه جلوی چشمم هست، کمکم کند یا اشعار شما را، شعرهایتان را کاملاً مرتب به شکل‌های جدید عوض می‌کنم، روی در و دیوار خانه‌ام هست، جلوی چشمم هست، می‌خوانم، هستند. یک نکته‌ای را فقط می‌خواستم عرض کنم، اگر وقت دارم، وقتم فکر کنم تمام شده، درست است؟

**آقای شهبازی:** نه شما بفرمایید. صحبت‌تان را بکنید، عجله نکنید.

**خانم سهیلا:** می‌خواستم عرض کنم که یک روزی یک عزیزی خانه ما مهمان آمد. در مورد این‌که برنامه شما را باید به دیگران معرفی بکنیم یا نکنیم، من آن اوایل، یعنی سال ۹۶، من فکر می‌کردم این نور را چطور من به کسانی که این قدر در تاریکی و رنج هستند، نشان بدهم. با این‌که شما مدام می‌فرمودید ولی باز من فکر می‌کردم که خلاصه به آن‌ها بگویم شاید مثلاً علاقه‌مند شدند. بعد متوجه شدم فرمایش شما خیلی درست بود و من مثلاً تا به یکی می‌گفتم من ذهنی‌شان پرخاش‌های تند و رفتارهای زننده و زشت می‌کردند که خیلی سریع متوجه شدم فرمایش شما صحیح است و الآن طوری شده که مهمان



مثلاً خانه ما می‌آید، چون شبکه شماسست، کلاً من فقط روی شبکه شما برنامه گوش می‌دهم و تلویزیون را نگاه می‌کنم، بعد فوری کانال را عوض می‌کنم.

**خانم سهیلا:** یک نکته‌ای که واقعاً صحیح فرموده بودید که اصلاً نباید به کسی معرفی کرد. اگر لازم باشد زندگی خودش این کار را می‌کند.

یک نکته دیگر هم این‌که من یک روزی، به‌عنوان تجربه این را عرض کنم. یک عزیزی آمد خانه من به‌عنوان مهمان و خیلی بی‌دلیل و بی‌مهابا شروع کرد به تندی کردن به من. بعد من سعی کردم تمام وجودم پُر از آرامش باشد و قضاوت نکنم و سکوت کنم و دفاع نکنم، واکنش نداشته باشم تمام دستورهای شما را اجرا کنم. همین کار را هم کردم و واکنش نداشتم و با سکوت و آرامش با این‌که از درون خُب ملتهب بودم، ولی به‌رحال توانستم بر خودم، بر منیتم، در آن لحظه مسلط بشوم و سکوت کنم. بعد این مهمان رفت.

بعد از این من خیلی به خودم بالیدم، یعنی پُر شدم از پندار کمال که به‌به، به‌به! سهیلا عجب توانستی سکوت کنی، بی‌دلیل این‌همه توهین، این‌همه حرف‌های ناروا، این همه زشتی، چقدر خوب توانستی سکوت کن، به‌به! و آقای شهبازی شما نمی‌دانید آن شب چطور یکی از ستون‌های زندگی‌ام اصلاً یک‌دفعه فروریخت، یعنی خداوند کاملاً به من نشان داد که پندار کمال:

## از دل و از دیده‌ات بس خون رود

### تا ز تو این مُعْجَبی بیرون رود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵)

**[خانم سهیلا در حال گریه]** من فهمیدم واقعاً چموش است این من‌ذهنی، هر کاری‌اش بکنی یک جایی سر درمی‌آورد، یک جایی می‌خواهد آسیب بزند. و واقعاً دستورهای شما و برنامه مولانا **[صدا ناواضح]** این لحظه. یعنی من حداقل نباید حتی لحظه‌ای کنار بکشم، چون به‌شدت می‌ترسم از این من‌ذهنی که خیلی سفاک است، خیلی وحشی است، خیلی می‌تواند، خیلی خناس است، واقعاً به انواع مختلف فشار می‌آورد و آسیب می‌رساند بدون این‌که آدم متوجه بشود که چه‌جوری داری می‌خوری از کجا داری می‌خوری.

و شما خدا را شکر که لایه‌های مختلف من‌ذهنی را هر جلسه نشانمان می‌دهید. برنامه امروز فوق‌العاده بود. جناب آقای شهبازی باید تمام کنم. درست است؟ یک نکته داشتم اگر اجازه بدهید؟

**آقای شهبازی:** بله بله بفرمایید.



**خانم سهیلا:** ببخشید می‌خواستم عرض کنم که من شب‌ها موقع خواب با صدای شما ابتدا که برنامه شما را داشتم گوش می‌کردم و تا همین پنج‌شش ماه، شش‌هفت ماه پیش بدون صدای شما اصلاً خوابم نمی‌برد. حتماً باید گوشی را صدای شما را گوش می‌کردم تا خوابم بی‌برد.

بعد متوجه شدم که باید در خاموشی بخوابم و این علامت اشاره را دیگر کنار بگذارم به سمت سکوت، به سمت آن خاموشی بروم، و فکر می‌کنم الآن دارم سعی می‌کنم در سکوت بخوابم، در سکوت مثلاً دیگر از این علامت اشاره‌ها، از این فهرست کتاب، از این تابلویی که دارد مسیر را نشان می‌دهد بگذرم و به خود اصل برسم. حالا امیدوار هستم نمی‌دانم این کارم درست است یا نه و این‌که دارم تلاش می‌کنم بتوانم بدون صدای شما بخوابم.

البته کار خیلی سختی است، چون بعضی وقت‌ها مجبور می‌شوم شعر بخوانم، شعرهای مولانا را بخوانم. شما فرمودید که این دستور حضرت مولانا است، که باید در سکوت کامل بتوانی حضور را حس کنی، خلاصه دارم تلاشم را می‌کنم. نمی‌دانم این کار درست است یا نه.

**آقای شهبازی:** بله، آفرین!

**خانم سهیلا:** یا باید همچنان با شعر یا قرائت شعر و شنیدن صدای شما بخوابم. و این‌که یک نکته‌ای هم ببخشید، فقط این یک نکته را هم بگویم، این‌که برنامه قبل بین تماس‌های تلفنی شما می‌فرمودید من به خودم قول دادم، حرف نزنم. تو را به خدا شما هم حرف بزنید. به خاطر این‌که شما در برنامه‌هایتان شعرهای مولانا را تفسیر می‌کنید که من هنوز بعد پنج سال بدون تفسیر شما هیچ چیزی نمی‌فهمم و بدون تفسیر شما زندگی نمی‌توانم بکنم، ولی همین بین تلفن‌ها شما توضیح می‌فرمایید این توضیحات خیلی به درد من حداقل می‌خورد، خیلی به دردم می‌خورد. تو را خدا با خودتان قول ندهید که حرف نزنید. چون حرف‌های شما برای ما گوهر است و ما را محروم از گوهرتان نکنید.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**خانم سهیلا:** دست‌بوس شما هستم. شاد باشید ان‌شاءالله

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، عالی، عالی، عالی!

[خداحافظی خانم سهیلا و آقای شهبازی]



۱۱ - سخن‌های آقای شهبازی

**آقای شهبازی:** بله خُب نمونه خوبی بود از واقعاً پذیرفتن چالش، کار روی خود، همان واژه‌هایی که قید کردند نشان می‌دهد که چقدر زحمت کشیده بودند.

شما هم باید زحمت بکشید. اگر می‌خواهید موفق بشوید باید وقت بگذارید، توجه بگذارید، زحمت بکشید، متعهد بشوید، قوانینی را که مولانا اشاره می‌کند رعایت کنید.

باز هم من تأکید کنم برنامه را به کسی معرفی نکنید! مگر یکی آماده باشد. بیشتر مردم در فضای درد زندگی می‌کنند، درد کشیدن را حق خودشان می‌دانند و مفید می‌دانند! من ذهنی دردهایی مثل رنجش، مثل خشم، ترس، کینه‌توزی، کینه داشتن، انتقام‌جویی، به‌طور کلی پخش هر جور دردی را خیلی متداول می‌داند، صلاح خود می‌داند و کسانی که در این فضا زندگی می‌کنند اگر به ایشان بگویید خداوند همه‌اش شادی است، آرامش است، ما مثل یک درختی هستیم که با ریشه‌مان به خداوند وصل هستیم، بدش می‌آید. باید شاد باشید، آرامش داشته باشید، می‌گوید: مگر می‌شود؟! بله می‌شود.

در برنامه ۹۴۹ به وضوح نشان دادیم که ما خوش یا ناخوش زندگی خودمان را خودمان درست می‌کنیم و هرچقدر با من ذهنی در کار زندگی یا خدا دخالت می‌کنیم همان قدر ناشاد می‌شویم، همان قدر ناسزاوار می‌شویم.

شادی بی‌سبب یعنی همیشه شاد باشیم بدون سبب، بدون که ذهن نشان بدهد به‌خاطر این من شاد هستم، حق انسان است، حقی که با آن زاده می‌شویم ما. هر انسانی این حق را دارد که همیشه شاد باشد، اصلاً غصه نخورد. شما می‌گویید چه جوری؟ به همین شعرهای مولانا گوش بدهید، به برنامه ۹۴۹ گوش بدهید ببینید چه جوری.

مردم زندگی‌شان را خودشان با دست خودشان جهنم می‌کنند و در جهنم با عینک جهنم و درد نگاه می‌کنند و درد می‌کشند، درد پخش می‌کنند می‌گویند چه جوری؟ همان کارها را نکن! می‌بینی که می‌شود.

زندگی یا خداوند می‌خواهد ما شاد بشویم، نمی‌خواهد ما با دست من ذهنی زندگی‌مان را خراب کنیم و ما خراب می‌کنیم گردن خدا می‌اندازیم، گردن مردم می‌اندازیم، خودمان شخصاً خودمان را بدبخت می‌کنیم!



۱۲- آقای امیرحسین از سمنان با سخن‌های آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای امیرحسین با آقای شهبازی]

**آقای امیرحسین:** امیرحسین هستم، بیست و پنج ساله از سمنان. ما یک چند سال پیش زنگ زدیم، دیگر هرچه گرفتیم شما را نتوانستیم بگیریم، دیگر این سری لطف خدا شامل حال ما شد و توانستیم به شما زنگ بزنیم.

حالا یک رفیقی هم پیدا کردیم، خیلی اتفاقی از بچه‌های گنج حضور است در سمنان. بعد خلاصه این‌که خلاصه‌اش را بگویم ما خیلی تغییر کردیم، از چند سال پیش شاید پنجاه درصد، من عوض شدم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای امیرحسین:** بعد به شما بگویم آن موقع همه‌چیز را سخت می‌گرفتم، برای هرچیزی ناراحت می‌شدم، خیلی زودرنج بودم، خوشبختی را در چیزها می‌دیدم، خلاصه همه‌چیز را در مادیات می‌دیدم، ولی الآن شکر خدا خیلی عوض شدم. هنوز هم البته راه باقی است و ما خلاصه ادامه می‌دهیم این راه را، به امید خدا بتوانیم یک نتیجه خوبی از آن بگیریم. دست شما هم درد نکند.

**آقای شهبازی:** گرفتید دیگر، نتیجه خوب گرفتید.

**آقای امیرحسین:** جان؟

**آقای شهبازی:** نتیجه خوب را گرفته‌اید.

**آقای امیرحسین:** ان شاء الله که همین‌جوری باقی بماند و این‌که بتوانم خلاصه یک خیری هم از ما به مردم برسد، همین‌جوری فقط برای خودمان نباشد یک نتیجه خوب. ما به اصطلاح یک سه‌چهار سالی هست من دارم این برنامه را دنبال می‌کنم. یک مقدار مبلغی هم ناچیز پرداخت می‌کنیم. خلاصه ما را حلال کنید کم و زیاد.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید.

**آقای امیرحسین:** چون که واقعاً این برنامه ارزشش خیلی بیشتر از این یک قران، دو هزار ماست.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.



**آقای امیرحسین:** چاکرتان هستم. زنده باشید. ان شاءالله که همین‌جوری شما عمرتان هم زیاد باشد و هر سال بهتر از سال قبل باشید، پایدارتر باشید ان شاءالله.

**آقای شهبازی:** همین دعای خوبی است، بگویید ان شاءالله شما عمرتان را درست صرف کنید. همین دعا برای ما بس است واقعاً، تلف نکنیم دیگر، صرف کار مفید بکنیم، این دعا برای من خیلی لازم است، بله این دعا را بکنید. حالا مهم نیست دیگر چند سال زنده باشیم، ولی آن باقی‌مانده را مفید صرف کنیم.

**آقای امیرحسین:** ان شاءالله، ان شاءالله که همین‌جوری باشد. والله یک چیزی الان در ذهنم بود می‌خواستم بگویم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**آقای امیرحسین:** حالا اگر یک لحظه صبر کنید من رفیقم هم با شما صحبت بکند این‌جاست، اگر اجازه می‌دهید، وقتتان گرفته نشود؟

**آقای شهبازی:** بله بله.

**آقای امیرحسین:** بعد به خدمت شما عرض شود که چالش زیاد داشتیم خلاصه، همه‌اش کار دادگاه و این‌ور آن‌ور، این بیت‌ها را که می‌خواندیم در چالش‌های زندگی خیلی کمک می‌کرد، آرامم می‌کرد. یعنی هرچه من درس خواندم و دانشگاه رفتم، هیچ کلاسی، هیچ کتابی، این قدر کمک نکرد که این برنامه کمک کرد.

**آقای شهبازی:** آفرین

**آقای امیرحسین:** این‌ها یک چیزهایی است که من از قلبم دارم می‌گویم. همین چیزی هم که فکر کنم قبلی زنگ زده بود گفت که به کسی هم نمی‌شود اصلاً توصیه کرد، باید خودش در این فرکانس قرار بگیرد که خودش بیاید سمت این برنامه. اصلاً چیزی نیست که اجباری باشد. مثلاً آدم از روی هم‌هویتی که با پدرش دارد یا مادرش دارد یا به اصطلاح زنش دارد، به او بگوید بیا تو هم در این مسیر حالت خوب بشود، اصلاً نیست. خلاصه هرکسی خودش باید بخواهد قلباً بخواهد ادامه بدهد. این را من هم متوجه شدم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین. گاهی اوقات مردم «خود» را، خیلی مهم است، حالا همه بشنوند، این باید تکرار بشود، وقتی می‌گوییم «خود»، می‌گوید مگر مثلاً شوهرم خودم نیست؟ تمام هم‌هویتی‌های خودش را خودش می‌داند. نه، «خود» یعنی همین خودت، شخص خودت، نه همسرت، نه بچه‌ات، نه فامیلت. «خود» یک نفر هست، آن هم هشیاری است، نه کس دیگر. بله بفرمایید.



**آقای امیرحسین:** بله همین‌جوری که شما می‌گویید، یعنی هرکسی در حالتی که ما جمع هستیم، ولی در چیز اصلی این است که ما فرد هستیم، یعنی حالت فردیت داریم، یعنی هرکسی باید روی خودش کار کند، به هیچ‌کس کاری نداشته باشد که آقا مثلاً اگر به اجبار یعنی یک حالتی اصلاً نتیجه عکس می‌دهد. طرف دارد راه معمولی خودش را هم می‌رود، حالا خلاصه دست‌وپاشکسته، ما برویم به او اجبار کنیم که آقا بیا سمت این برنامه، می‌آید اصلاً یک نتیجه برعکس شدیدی می‌دهد.

**آقای شهبازی:** بله بله

**آقای امیرحسین:** اگر اجازه بدهید ما گوشه را بدهیم به رفیقمان.

**آقای شهبازی:** بله بله خواهش می‌کنم.

**آقای امیرحسین:** ان‌شاءالله سری بعد، الان راستش رویش نمی‌شود حقیقتاً. ببخشید، یعنی من هیچ حرفی هم آماده نکردم. ببخشید اگر دست‌وپاشکسته صحبت کردیم.

**آقای شهبازی:** همین‌طوری خوب است، عالی عالی، عالی! همین خودت را آماده نمی‌کنی بهترین از آب درمی‌آید. ممنونم خداحافظی می‌کنم.

**آقای امیرحسین:** قربان شما آقای شهبازی، ان‌شاءالله که سایه‌ات بالای سر همه مردم باشد همین‌جوری، چاکرتم.

**آقای شهبازی:** من هم از شما ممنونم که در بیست‌وپنج‌سالگی رو آوردید به مولانا. خیلی خوب موقعی است، آفرین.

**آقای امیرحسین:** قربان شما، سلامت باشید، زنده باشید.

[خداحافظی آقای امیرحسین و آقای شهبازی]

۱۳ - سخن‌های آقای شهبازی در رابطه با خانواده

واقعاً من پیشنهاد می‌کنم جوانان ما قبل از ازدواج حتماً خودشان را در معرض آموزش مولانا قرار بدهند. بدانند که من ذهنی دارم، با من ذهنی‌شان با یک من ذهنی دیگر ازدواج نکنند. اساس خانواده را روی توهم بنا نکنند، روی درد بنا نکنند. مسئولیت خودشان را بپذیرند. می‌دانند که هر لحظه ممکن است دچار من ذهنی خودشان بشوند. حواسشان به من ذهنی خودشان باشد که به رابطه، انرژی بد، درد، ذخیره نکنند.

رابطه مثل حساب بانکی می‌ماند. اگر با عشق، شما همین‌طور که در بانک پول می‌گذارید، یک انرژی خوب ذخیره کنید پس از مدتی می‌بینید خانواده می‌خندد، خوش است. اگر رنجش‌های کوچک‌کوچک جمع بشود، طرفین درد ذخیره کنند، پس از مدتی دیگر غیرقابل تحمل می‌شود و غیرقابل جبران. گیج می‌شود آدم و خانواده خیلی مهم است.

شما خانواده تشکیل می‌دهید، اشتباهات ما را نکنید. ما وقتی جوان بودیم مثلاً بیست، بیست و پنج سال این چیزها نبود. همین‌طور که فرمودند، این‌ها را در مدرسه، چه می‌دانم در دبستان، دبیرستان، دانشگاه به آدم یاد نمی‌دهند. این‌ها را باید یا آدم خودش بخواند یا خانواده مثلاً در یک سطحی باشد که مثلاً مولانایی باشد، آن‌جا پدر، مادر مثلاً مولانا بخوانند یا بزرگان دیگر را بخوانند آدم آن‌جا یاد بگیرد که اغلب این‌طوری نیست.

اغلب خانواده‌ها بی‌عشق هستند، در نتیجه فقط یک راه می‌ماند شما خودتان، خودتان را درست کنید. هیچ راه دیگری نیست! خیلی‌ها ببخشید این کلمه را به‌کار می‌برم همین‌طوری دیمی بزرگ می‌شوند. دبستان، دبیرستان، دانشگاه هم می‌روند. وقتی از دانشگاه می‌آیند بیرون، همان اخلاقیاتشان صفر!

هیچ‌کس به ما نگفت در دانشگاه که آقا دروغ نگو، خوب نیست، بدبخت می‌شوی، سرنگون می‌شوی. کلک زن، زرتنگ نباش، نگفتند. الآن من دارم از طریق مولانا به شما می‌گویم. در ضمن این دانش بسیار گران‌قیمت است. بارها گفته‌ام، قدیم‌ها به آن می‌گفتند «کالای شاهانه» یعنی فقط به شاه و دور و برش می‌رسید.

در انگلیسی می‌گفتند کامدتی آف کینگز (commodity of kings) کینگ (king) یعنی شاه به انگلیسی.

کامدتی (commodity)، یعنی کالا.

کامدتی آف کینگز (commodity of kings) دیگر به دست رعیت و آدم عادی نمی‌رسید. الآن دوستان ما از روستا زنگ می‌زنند. این در واقع امکان و نعمت خداست. این‌جور دانش مثل دانش ریاضیات و فیزیک و این‌ها نیست که شما بردارید یک حل المسائل بگیرید از رویش بخوانید، چنین چیزی نیست.

این دانش، دانش دیگری‌ست که هرکسی برای زندگی لازم دارد. هیچ یک نفر نیست که بگوید من از این دانش بی‌نیاز هستم. چون هرکسی می‌آید من ذهنی می‌سازد اگر من ذهنی را ادامه بدهد، هم خودش و بدنش و تمام جنبه‌های وجودی خودش را





خراب می‌کند، خانواده را خراب می‌کند، بچه‌هایش را خراب می‌کند، جامعه را خراب می‌کند آخرسر موقع مُردن می‌گوید چه شد ما زندگی نکردیم! سرش کلاه می‌رود. چون زود آدم پیر می‌شود یعنی سنّش می‌رود بالا می‌بیند مثلاً هفتاد سالش است. من الآن هفتاد و پنج سالم است یا شش سالم است، باورم نمی‌شود! ولی واقعاً درست است عددها را که می‌شماری از نظر ریاضی درست است.

پیغام‌های تلفنی



۱۴ - خانم مهرسا و پدر و مادرشان با سخن‌های آقای شهبازی

خانم مهرسا: سلام، من مهرسا هستم هفت سالم است از کرج.

آقای شهبازی: سلام. به به به، آفرین، ماشاءالله! بله.

خانم مهرسا: خوبید آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: بله، دیگر با شما صحبت می‌کنیم خوب نباشیم؟ خیلی خوب.

خانم مهرسا: می‌خواهم برایتان شعر مولانا بخوانم.

آقای شهبازی: به به! بفرمایید.

خانم مهرسا:

لب را ز شیر شیطان می‌کوش تا بشویی  
چون شسته شد توانی پستان دل مکیدن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲۹)

ای عاشق جریده بر عاشقان گزیده  
بگذر ز آفریده بنگر در آفریدن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲۹)

آمد تو را فتوحی روحی چگونه روحی  
کو چون خیال داند در دیده‌ها دویدن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲۹)

نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي رَسِيدَةً  
غَم بِيَشٍ وَ غَم كَم رَا رَهَا كُن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

ای بلبل سحرگه، ما را بپرس گه گه  
آخر تو هم غریبی، هم از دیار مایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۶۵)



دم او جان دَهَدَتْ رو ز نَفَخْتُ بپذیر  
 کار او کُن فیکون است نه موقوفِ علل  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

عشق خَران جو به جو تا لب دریای هُو  
 گهنه خران کو به کو، اسکی بَبَج کیمده وَر  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۳۲)

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی] آفرین، آفرین! خُب.

**خانم مهرسا:** آقای شهبازی من هر روز می‌روم مدرسه، می‌آیم می‌بینم شما باز هم در برنامه هستید، واقعاً دستتان درد نکند که این قدر شعرهای مولانا به ما یاد می‌دهید.

**آقای شهبازی:** آفرین، ممنونم. شما می‌دانستید شما، بلبل سحرگه هستید؟

آن شعری که می‌خوانید «بلبل سحرگه»، شما هم بلبل سحرگه هستید واقعاً. آفرین، آفرین! خیلی زیبا، آفرین بر پدر و مادرتان. خُب کس دیگری هم می‌خواهد صحبت کند؟

**خانم مهرسا:** بله. خداحافظ.

**آقای شهبازی:** بله بدهید پس. خداحافظ.

**پدر خانم مهرسا:** الو، سلام.

**آقای شهبازی:** بله، سلام ماشاءالله به شما. ماشاءالله، آفرین!

**پدر خانم مهرسا:** سلام سلامت باشید، ماشاءالله به خود شما که این‌ها همه‌شان خدمت شما بگویم که زحمات چندین و چندساله شماست که در قالب این بچه‌ها و این بچه‌هایی که تازه راه زندگی را پیدا می‌کنند این شرایط را به‌وجود آوردید که بتوانند واقعاً راهی را انتخاب کنند که در آینده مثل مایی که همین الآن صحبت می‌کردید در مورد این‌که در دانشگاه و مدرسه و جامعه به ما خیلی چیزها را یاد نمی‌دهند. و شما این زحمت را می‌کشید و یک مسیری را جلوی راه این بچه‌ها قرار می‌دهید که این مسیر یک مسیر همیشگی است.

**آقای شهبازی:** آفرین!



**پدر خانم مهرسا:** و نسل به نسل شاید بچه‌های این بچه‌ها، بچه‌های بچه‌هایشان، همین‌جوری ادامه پیدا کند و این راه گسترش پیدا کند و مثل یک درختی تنومند شاخ و برگش را این قدر بگستراند که همه در خانه چنین ابیاتی را، چنین شرایطی را داشته باشند.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**پدر خانم مهرسا:** و از این تاریکی که الآن در خیلی از جامعه، مخصوصاً جامعه ما ایران حاکم هست و مردم واقعاً راهی را نمی‌دانند، راهی را نمی‌شناسند.

من خیلی از مشکلاتی که واسه خودمان، من همیشه خودم را رأس این پیکان قرار می‌دهم، که ما نمی‌دانستیم، به ما نگفتند جناب آقای شهبازی، به ما نگفتند که واقعاً زندگی چیست، هدف چیست. لذت بردن از زندگی چیست، به ما نگفتند شما با هر چیزی که می‌توانید شاد باشید، می‌توانید شاد باشید. به ما این‌ها را نگفتند، دوست داشتند آن راهی را دوست دارند را به ما نشان بدهند.

و این را شما به زبان الآن و قرن‌ها به زبان مولانای بزرگ، دارید این حرف‌ها را می‌زنید و این‌ها را تکرار می‌کنید به زبانی ساده‌تر که مردم بتوانند این‌ها را متوجه بشوند، مخصوصاً خود بنده که واقعاً اصلاً دیدگاه من قبل از این برنامه اصلاً یک چیز دیگری بود و الآن چیز دیگری است.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**پدر خانم مهرسا:** این ابیات مولانا، شاید کسی در این وادی‌ها نباشد متوجه نشوند. دقیقاً مثل یخ بستن یک آبی است که اگر آن آب اگر یخ نبسته باشد متوجه نمی‌شود یخ بستن چه‌جوری است. باید خودت در آن حال و هوا، در آن برنامه، در آن مسیر قرار بگیری که این همان به قول مولانای بزرگ که راه واقعاً ما را می‌خواند اصلاً نیازی به این‌که ما راه را پیدا کنیم نیست. ما درون راه هستیم، منتها کم‌لطفی‌هایی که از خودمان نشأت می‌گیرد، و عدم پذیرش خیلی از موارد، عدم این‌که واقعاً خودمان را قبول نمی‌کنیم، جایگاه خودمان را نمی‌شناسیم، باعث می‌شود که خودمان را خیلی پست‌تر و بی‌محتواتر از همه نشان بدهیم ولو این‌که ما بزرگانی مثل مولانای بزرگ داریم که بتوانیم این راه را پیدا کنیم.

این را شما زحمت می‌کشید بالاخره، با کارهایتان، با ابیاتتان، با کلام زیبایتان و دلنشینتان، این مسیر را باز می‌کنید.

امیدوارم که ما و همه مردمی که این برنامه را گوش می‌کنند حداقل بتوانیم آن حمایت‌هایی که باید لازم است را حتماً انجام بدهیم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. ان شاء الله.



**پدر خانم مهرسا:** همان‌جوری که [صدا ناواضح]، تفریح‌مان، خدمت شما بگویم و خیلی چیزها و حتی من بنزین ماشین را مثال می‌زنم که بخواهیم حرکتی انجام می‌دهیم به یک بنزین نیاز هست.

این هم بالاخره یک حرکتی است باید هزینه بشود، چه روحاً، چه وقتاً، چه مالاً، مالا از آن‌جایی است که از خیلی از شرایط مالی خب آدم باید گذشت کند، این یک واقعیت است نمی‌شود، از بچگی می‌گویند یک مثلی هست که با حلوا حلوا گفتن اصلاً دهان شیرین نمی‌شود! این‌جا هم همین حرکت است باید از یک چیزهایی بگذری تا به یک چیزهایی برسی، دقیقاً آن قانون جبران این‌جا هم دقیقاً خودش را نشان می‌دهد. من دیگر وقت شما را نمی‌گیرم.

**آقای شهبازی:** آفرین، خیلی زیبا.

**پدر خانم مهرسا:** ان‌شاءالله که در این را همیشه ثابت‌قدم و استوار باشید و پایدار.

**آقای شهبازی:** باهم، باهم. من هم واقعاً سپاس‌گزارم که شما هم روی خودتان کار می‌کنید، هم روی بچه‌تان. این هم پیشرفت بزرگی است که واقعاً شما بچه‌تان را یک زندگی می‌بینید و می‌دانید و، می‌بینید هم به‌صورت زندگی پاسخ می‌دهد. الان این بچه شما خیلی شیرین است، خیلی دوست‌داشتنی است. درست می‌گویم؟

**پدر خانم مهرسا:** آقای شهبازی من حالا باز زیاد صحبت کردم ولی این را بگویم خدمتتان. اصلاً وقتی که مهرسا شروع کرد به این ابیات و شعرها را شروع، به‌اصطلاح یاد گرفت، اصلاً این استارتش (start) را مادرش زد. اول ایشان به این برنامه نگاه می‌کردند، من اصلاً آن موقع این برنامه را نگاه می‌کردند می‌گفتم این آقا اصلاً کیست، چه می‌گوید، برای چه این‌قدر نگاه می‌کنید؟

خب بالاخره آدم متوجه نمی‌شود. عرض کردم که خیلی از مسائل، پیرامون ما هست ولی ما توجه نمی‌کنیم، یا دوست نداریم اصلاً توجه کنیم، ما ذهنمان متأسفانه چیزهایی را دوست دارد بشنود که دوست دارد. یعنی خودش را در آن مسیر دوست داشتن قرار می‌دهد و آن‌ها خیلی نگاه می‌کردند، خیلی تلاش می‌کردند در این مسیر، و به‌لحاظ همین دخترم هم از سه‌سالگی همین اولین بارهایی که این به‌اصطلاح شعرها را می‌خواندند و می‌فرستادند، دخترم از سه‌سالگی برای شما شعر ارسال می‌کردند، می‌خواندند.

و این، عرض کردم همان شاخ و برگ است که یک درخت تنومندی را مثال زدیم خدمتتان این با یک جوانه کوچک شروع می‌شود. بزرگ‌ترین به‌اصطلاح مشکلات با یک چیز خیلی ریز، یک شین اگر در کفش آدم برود شاید خیلی چیز ریزی باشد ولی می‌تواند شما را از راه رفتن، اصلاً جلوی پتان را بگیرد و نتوانید راه بروید و این‌جا هم همین است. یک نوری، به‌اصطلاح یک شکافی که از یک نور می‌آید می‌تواند یک دنیا را متحول کند و این شاخ و برگش را به هم‌جا بگستراند و این‌جا همین مسئله است.



من خانواده را مثال می‌زنم، چون از خانواده ما شروع شد، از همسرم که واقعاً برنامه را خیلی پیگیری می‌کردند و الآن هم پیگیرند و خب در وهله دوم دخترم بود که از سه‌سالگی شعر می‌خواند، خیلی علاقه داشت و خودم هم خب خیلی علاقه داشتم. البته من همیشه می‌گویم آقای شهبازی من اصلاً هنر را دوست دارم، من یک هنرمندیم منتها خب بالاخره دیگر شرایط این‌جا یک‌جوری است که بنده را ندیدند هنوز، شاید شما بنده را کشف کنید و به جهان معرفی کنید.

**آقای شهبازی:** ان شاءالله.

**پدر خانم مهرسا:** این قسمتش را من شوخی کردم با شما.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی]، راستی همسران می‌خواهند صحبت کنند، چند کلمه؟

**پدر خانم مهرسا:** یک لحظه اگر اجازه بدهید. با این‌که یک کسالتی داشتند ولی دیگر، گوشی خدمتان. از من خداحافظ از همه دوستان.

**آقای شهبازی:** خداحافظ، خداحافظ.

[سلام و احوال‌پرسی مادر خانم مهرسا و آقای شهبازی]

**مادر خانم مهرسا:** من سرما خوردم یک کمی صدایم گرفته می‌خواستم زنگ بزنم امروز بخوانم که متأسفانه سرما خوردم و آواز بخوانم برای برنامه.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، حالا با صدای گرفته هم ما قبول داریم آواز شما را!

**مادر خانم مهرسا:** سلامت باشید شما لطف دارید به ما، واقعاً:

عجب بختی که رو بنمود ناگاهان، هزاران شکر  
ز معشوق لطیف‌اوصافِ خوبِ بوالعجب، ما را

در آن مجلس که گردان کرد از لطف، او صراحی‌ها  
گرانقدر و سبک دل شد دل و جان از طرب، ما را  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱)

آقای شهبازی چه بگویم واقعاً، هیچ‌چیز نداریم بگویم واقعاً. چه‌جوری واقعاً با چه زبانی تشکر کنیم نیست واقعاً، در کلام نمی‌گنجد. من شعرها را می‌نویسم بیت‌ها را، همه در اتاق خواب، آشپزخانه، همه این ابیات را روی یخچال، با این‌ها زندگی



می‌کنم لحظه لحظه و بلندبلند می‌خوانم و مهرسا خودبه‌خود حفظ می‌کند نه این‌که بیایم اجبارش کنم، بنشین یاد بگیر نه، وقتی من می‌خوانم این‌ها را با ریتم و آواز، مهرسا هم یاد می‌گیرد.

آقای شهبازی آفرین، آفرین!

مادر خانم مهرسا:

یونسی دیدم نشسته بر لب دریای عشق  
گفتمش: چونی؟ جوابم داد بر قانون خویش

گفت: بودم اندرین دریا غذای ماهیی  
پس چو حرف نون خمیدم تا شدم ذالنون خویش

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

آقای شهبازی: عالی، عالی!

مادر خانم مهرسا: سپاس‌گزاریم از شما، از زندگی، از مولانا، از خداوند که این قدر مهربان است و جبران‌کننده است و برای ما جبران کرد همه چیز را، با این برنامه، با شما، با مولانا که به زبان فارسی است این شعرها، مثنوی، همه این‌ها برای ما جبران شده آقای شهبازی.

من همیشه می‌گفتم من چقدر آدم بدبختی‌ام، چرا زندگی من این‌جوری است، چرا هر کاری می‌کنم زندگی‌ام کار نمی‌کند، هر تلاشی می‌کنم به نتیجه نمی‌رسید. بیشترین برنامه‌ای که روی من تأثیر کرد، ۷۴۵ برنامه‌ای بود که یک هفته بود برنامه را نگاه می‌کردم.

برنامه ۷۴۵، برنامه خانون و کنیزک بود. واقعاً این برنامه یعنی تک‌تک بیت‌هایش انگار با من داشت صحبت می‌کرد. آقای شهبازی خیلی ممنونم. وقت برنامه را گرفتم.

آقای شهبازی: ممنونم عالی، عالی! نه، خانواده شما یک خانواده نمونه‌ای است که به‌نظر من همه خانواده‌ها می‌توانند مثل شما باشند. آن هم در مدت کوتاه با اشعار مولانا، خیلی کوتاه. حیف است که من ذهنی زندگی مردم را، مخصوصاً ایرانی‌ها را به یغما ببرد، غارت کند، زیر پا له کند، درحالی‌که ما مولانا داریم. بزرگان زیادی هم داریم حالا یکی‌اش را ما بگیریم استفاده کنیم.



مولانا مثل یک اقیانوس بزرگی است، هرچقدر بخواهی شنا کنی، جا هست. لزومی ندارد چیز دیگری بخوانی. برای یک آدم حرفه‌ای که کار دارد می‌رود روز کار می‌کند، همین یک بزرگی را بگیرد مثل مولانا، بسش است و زندگی خودش را زود درست کند، خانواده را درست کند.

مثل شما، الآن دیگر به نظر من وضعیت خانۀ شما برای همه روشن است که این خانه، خانۀ عشق است، زیبایی است، مهربانی است، انعطاف است، مسئولیت است، انرژی خوب است از مهسا درست می‌گوییم دیگر اسمش را؟

**مادر خانم مهسا:** مهسا.

**آقای شهبازی:** بله، از مهسا.

**مادر خانم مهسا:** واقعاً عشق است آقای شهبازی اصلاً صحبت‌هایی می‌کند من اصلاً فقط می‌نشینم می‌گویم با من حرف بزن، این قدر قرین خوبی است، واقعاً این لطف خدا بوده اصلاً نمی‌دانم چه جوری بگویم. این بچه این قدر قشنگ با من صحبت می‌کند. تا یک چیزی می‌شود می‌گوید مامان از کسی چیزی میخواه، یا انتظاری نداشته باش.

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

این ابیات را می‌خواند.

این بچه هفت ساله وقتی این‌ها را می‌فهمد ما هم می‌توانیم بزرگ‌ترها می‌توانیم، ولی خب این گنج در دسترس همه است ولی استفاده نمی‌کنند همه متأسفانه. ما هم ان‌شاءالله که در این مسیر هستیم باید مواظب باشیم.

جناب عطار می‌گویند: «اگر صد سال روز و شب ریاضت می‌کشی دائم»، من همه‌اش این بیت را تکرار می‌کنم، «مباش ایمن، یقین می‌دان که نَفَسْت در کمین باشد».

**آقای شهبازی:** آفرین! ممنونم خب با شما خداحافظی می‌کنم خیلی خوب بود.

**مادر خانم مهسا:** خیلی ممنون، از بینندگان عذرخواهی می‌کنم. ما زیاد صحبت کردیم. ممنونم. واقعاً سپاس‌گزاریم می‌کنیم از شما.

[خداحافظی مادر خانم مهسا و آقای شهبازی]





۱۵ - سخن‌های آقای شهبازی

من پیشنهاد می‌کنم که مخصوصاً جنس مردان از این نردبان بسیار بلند «می‌دانم» بیاییم پایین، اگر زندگی‌مان اشکال دارد، این «می‌دانم» ما کار نمی‌کند. بیاییم از این نردبان پایین و ببینیم چه اشکالی داریم؟

متأسفانه «می‌دانم» در ما مردها خیلی زیاد است، در من هم خیلی زیاد بوده، ممکن است الآن هم باشد من متوجه نباشم و تن بدهیم به آموزش مولانا خودمان را درست کنیم.

این «می‌دانم» خیلی مانع هست. خیلی‌ها ممکن است ببینند من دارم صحبت می‌کنم، شعر مولانا را می‌خوانم بگویند که آخر این آقا چه می‌گوید واقعاً؟! زیاد هم صحبت می‌کند، این شعرها هم که به درد نمی‌خورند، قدیمی‌اند، من خودم می‌دانم.

همین «می‌دانم» واقعاً یعنی عامل بدبختی! نمی‌دانیم، هیچ من ذهنی نمی‌داند، همه‌مان من ذهنی داریم و گفت ما دانشی نداریم غیر از آن‌که این لحظه تو به ما می‌دهی. بنابراین کسی که فضاگشایی نمی‌کند دانش هم ندارد.

«می‌دانم» یعنی یک سری باورهای شرطی‌شده قدیمی پوسیده که از دیگران گرفته‌ایم و با آن‌ها همانیده هستیم، آن را دانش خودمان می‌دانیم. آن دانش کار نمی‌کند. دانش پنج دقیقه پیش برای الآن کار نمی‌کند، ولی ما مال سه‌هزار سال پیش را گرفته‌ایم با آن همانیده هستیم، فکر می‌کنیم آن باور، آن الگوی ذهنی الآن هم کار می‌کند، نیست همچون چیزی!

تمام باورها الگوهای ذهنی ساخت من ذهنی است، همیشه کار نمی‌کنند، نه! آن چیزی که جاودانه است اصل ماست، خداست.



آقای علی:

## عیب درویش و توانگر به کم و بیش بد است کار بد مصلحت آن است که مطلق نکنیم

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۷۸)

[سلام و احوال‌پرسی آقای علی و آقای شهبازی]

**آقای علی:** پنج سال است که شاگرد شما هستم، بسیار، بسیار، بسیار زندگی‌ام متحول شده. حال دلم واقعاً خوب شده.

زمانی که می‌روم پای عابربانک قانون جبران را اعمال می‌کنم، واقعاً به قول امروزی‌ها می‌روم بالا.

استاد گرامی بچه‌ها واقعاً درست می‌گویند، آدم قفل می‌کند وقتی تلفن برقرار می‌شود.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. یک نفس عمیق بکشید.

**آقای علی:** اگر افتخار بدهید چندتا بیت به افتخار شخص شما بخوانم.

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

**آقای علی:** البته آن بیتی که از حافظ خواندم، من حضور ذهن دارم که چند سال پیش شما فرمودید هرکس از شیراز تماس

گرفت، یک بیت از حافظ بخواند. من به این دلیل خواندم آن بیت را.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا. بله باید هم بخوانید. حیف است که نخوانید.

**آقای علی:** من خیلی سپاس‌گزارم از شما. واقعاً من هرچه در زندگی‌ام، یعنی می‌توانم بگویم پنج سال است دارم زندگی

می‌کنم. گذشته‌ها حالا به فرمایش شما در مبحث روان‌شناختی نباید برویم، ولی گذشته‌ها اصلاً متوجه زندگی نبودم. در این

پنج سال حتی پای سفره که می‌نشینم، خوردن غذا یک لذت دیگری برای من دارد.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**آقای علی:** هرچه داریم خلاصه از شما داریم. من این چندتا بیت را می‌خوانم، رفع مزاحمت می‌کنم. این هم به افتخار شما.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. ممنونم.

آقای علی:



در نگاه من، بهارانی هنوز  
پاک‌تر از چشمه‌سارانی هنوز

روشنایی بخش چشم آرزو  
خنده صبح بهارانی هنوز

در مشام جان به دشت یادها  
باد صبح و بوی بارانی هنوز

در تموز تشنه‌کامی‌های من  
برف پاک کوهسارانی هنوز

در طلوع روشن صبح بهار  
عطر پاک جوکنارانی هنوز

کشتزار آرزوهای مرا  
برق سوزانی و بارانی هنوز  
(محمدرضا شفیعی کدکنی)

عزتتان زیاد، خیلی خوشحال شدم. اصلاً انتظار نداشتم به این سرعت ارتباطم برقرار بشود. دستپاچه حرف زدم. ان شاء الله که بعداً بتونم بهتر صحبت کنم.

آقای شهبازی: عالی، عالی! ممنونم.

[ خداحافظی آقای علی با آقای شهبازی ]

◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇

[سلام و احوال‌پرسی بیننده با آقای شهبازی]

خانم فریده:

«چارق ایاز»

## گر دیو و پری حارس با تیغ و سپر باشد چون حکم خدا آید، آن زیر و زبر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

حارس: نگهبان، پاسبان

وقتی این بیت را شنیدم انگاری خدا یک فیلم سینمایی برایم پخش می‌کرد. فیلم سینمایی که اسمش چارق ایاز بود. «حکم خدا»، چه کلمه پر قدرتی. وقتی که او می‌گوید بشو می‌شود، تمام دنیا هم که جمع بشوند نمی‌توانند بگویند نشو.

یادم است دختری نوجوان بودم در سن شانزده هفده سالگی که پا در راه پر خطری گذاشته بودم، اولین صحنه خطر را با آن روبرو شدم، اما همین حکم «بشو و می‌شود» خداوند بود که من را نجات داد و از خطر عبورم داد. طی آن سال‌ها و در آن سنین جوانی و نوجوانی، بارها و بارها با خطر روبرو شده بودم، حتی گاهی اوقات اصلاً خودم هم نمی‌دانستم که پا به کوچه و خیابانی که می‌گذارم دوروبرم همه پر از خطر است. ولی خب چون حکم کن‌فکان خداوند بود انگاری چشم هیچ دیوی نه می‌دید و نه می‌شنید.

## چون قضا آید، شود دانش به خواب مه، سیه گردد، بگیرد آفتاب (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۳۲)

بیست و چهار سالم بود که از ایران خارج شدم، باز همین حکم کن‌فکان خداوند بود که من را از خطرهای بزرگی عبور داد. طرح و برنامه‌ریزی خداوند را هیچ جنبنده‌ای نمی‌تواند به هم بزند. فیلم سینمایی‌ام به نام مستعار چارق ایاز ادامه دارد. وارد چالش‌هایی شدم که چندین سال با آن دست و پنجه نرم می‌کردم تا این‌که زندگی گفت دست از فضولی کردن در کار من بکش.

## گر قضا پوشد سیه، همچون شب هم قضا دستت بگیرد عاقبت (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸)



گر قضا صد بار، قصد جان کند  
هم قضا جانت دهد، درمان کند  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹)

این قضا صد بار اگر راحت زند  
بر فراز چرخ، خرگاهت زند  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۰)

از گرم دان این که می‌ترساندت  
تا به ملک ایمنی بنشاندت  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۱)

خرگاه: خیمه بزرگ، سراپرده

تلاش ما برای به‌دست آوردن‌ها برای چیست؟ اگر خودمان را به زمین و زمان هم که بگوییم، تا او نگوید بشو، نخواهد شد.  
ترس ما برای چیست؟ برای از دست دادن. آنکه شیشه را کنار سنگ نگه می‌دارد، آنکه پنبه را کنار آتش نگه می‌دارد،  
آیا همین حکم خداوند نیست؟!

گر نگهدار من آنست که من می‌دانم  
شیشه را در بغل سنگ نگه می‌دارد  
(ضرب‌المثل)

وقتی که همه‌چیز تحت کنترل و اراده یک نیروی برتری قرار دارد، دیگر این کنترل من به چه دردی می‌خورد؟!

گر دیو و پری حارس با تیغ و سپر باشد  
چون حکم خدا آید، آن زیر و زبر باشد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

حالا ما بنشینیم با افکار من‌ذهنی‌مان ده‌ها فکر و اندیشه بکنیم که برای محافظت از فلان همانیدگی‌مان چه و چکار کنیم:

چون حکم خدا آید، آن زیر و زبر باشد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)



هر فکر و هر چاره‌اندیشی ما با من‌ذهنی‌مان در نهایت مار دوسر خواهد شد. یادم است در همین چارق ایازم سال‌ها سعی می‌کردم یک همانیدگی بزرگی را که خداوند با تمام قوا می‌خواست آن را از زندگی‌ام بیرون کند، من هم با من‌ذهنی‌ام، با تمام قوا سعی داشتم که به هر قیمتی که شده آن همانیدگی را در زندگی‌ام نگه دارم، غافل از این‌که:

## بر هر چه امیدست، کی گیرد او دست بر شکلِ عصا آید و آن مارِ دوسر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

همان چیزی که امید خودمان می‌دانیم، همان دقیقاً ناامیدکننده ماست. هر چیزی که فکر می‌کنیم با به‌دست آوردنش آزاد خواهیم شد، راه‌حلِ نجاتِ زندگی‌مان هست، همان دام ماست. شاید در ابتدا به‌صورت عصا و تکیه‌گاه زندگی‌مان خودش را نشان بدهد، ولی نهایتاً ماری خواهد شد که خودمان را نیش خواهد زد.

خلاصه بگویم: با حکم خداوند نمی‌شود جنگید و کشتی گرفت، چراکه در نهایت همان طرح و برنامه‌ای که خداوند طرح‌ریزی کرده پیش خواهد رفت. ما فقط با کنترل و مقاومت‌مان راه را بر خودمان طولانی‌تر می‌کنیم.

## گر دیو و پری حارس با تیغ و سپر باشد چون حکم خدا آید، آن زیر و زبر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

خانم فریده: تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، ممنونم خانم فریده.

[خداحافظی بیننده و آقای شهبازی]



۱۸ - خانم سرور از گلستان با سخن‌های آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم سرور و آقای شهبازی]

**خانم سرور:** «قانون آلت یا کشت اول»

خداوند در روز آلت کشتی در ما کاشته‌است، یعنی خودش را در ما کاشته که همان هشیاری حضور است و از ما پرسیده: «تو از جنس من هستی؟» ما هم گفتیم: «بله»، ولی در این جهان این عهد و پیمان یادمان رفته، یادمان رفته که از جنس خدا هستیم و باید دوباره به او زنده شویم.

همچنین آلت، سه مطلب را به ما یادآوری می‌کند:

(۱) ما از جنس خدا و امتداد او هستیم.

(۲) برای انسان بودنمان یا از جنس خدا بودن، احتیاج به چیزهای این‌جهانی نداریم که به ما بگویند ما چه کسی هستیم، بلکه ما شاهد خودمان هستیم. خداوند ما را شاهد خودمان قرار داده، پس نباید چیزی را که ذهن نشان می‌دهد شاهد خودمان بگیریم.

(۳) آلت به معنی این است که گذشته، این لحظه ما را نمی‌سازد. در این لحظه ما می‌توانیم به خدا زنده شویم، و هرچیز که در ذهن اتفاق افتاده ربطی به اصل و ذات ما در این لحظه ندارد.

برای زنده شدن به این عهد و پیمان یا زنده شدن به زندگی، باید به اتفاق این لحظه «بله» بگوییم. بله گفتن به اتفاق این لحظه، همان بله آلت است. وقتی به اتفاق این لحظه بله می‌گوییم کاملاً این خود اصیل را بدون شاهد جهانی حس می‌کنیم، در این حالت است که ما عمق پیدا می‌کنیم و به حضور یعنی به خدا زنده می‌شویم.

با بله گفتن به اتفاق این لحظه، ذهن خاموش می‌شود، دیگر گذشته را به ما نشان نمی‌دهد و گذشته اثری روی ما در این لحظه ندارد.

هشیاری مراحل مختلف را طی کرده، ذهن آخرین نقطه سفر هشیاری است، از این‌جا به بعد می‌تواند به خدا زنده شود، ولی ما این را نمی‌دانستیم و فکر می‌کنیم همین من ذهنی هستیم.

هشیاری از جماد به نبات، از نبات به حیوان و از حیوان به ذهن انسان سفر داشته، ولی در ذهن انسان گیر افتاده و به دور خودش می‌چرخد.



در این جهان، هشیاری پاک و منزّه، آلوده به همانیدگی شده، مرتب از این فکر به آن فکر می‌پرد، در زمان زندگی می‌کند و در ذهن زندانی شده، درحالی‌که ذات اصلی ما از جنس بی‌زمانی و بی‌مکانی است. ما باید از ذهن زاده شویم و هشیاری را از اسارت و زندان ذهن نجات دهیم.

ولی ما از این اسارت آگاه نیستیم در نتیجه با ذهن همانیده، در خواب زندگی می‌کنیم، به همانیدگی‌ها ادامه می‌دهیم و درد می‌کشیم که همه این همانیدگی‌ها کشت دوم هستند. آن کشت اول را که خدا کاشته، کامل و بگزیده است و خواهد روید، ولی ما در رویش این کشت اولیه با من‌ذهنی اخلاص می‌کنیم و نمی‌گذاریم رشد کند.

ما باید به آن‌جا برسیم که اگر این کشت‌های ثانی که ما با آن‌ها همانیده هستیم، از جمله با همسر، فرزند، با پول و مقام و غیره، این‌ها اگر بروید یا وسط کار خشک بشوند، اصلاً مهم نیستند.

درحالی‌که ما در من‌ذهنی این‌گونه نیستیم، با از دست دادن یک همانیدگی عزا می‌گیریم و داد و بیداد راه می‌اندازیم، اما چه بخواهیم، چه نخواهیم این‌ها می‌ریزند، پس اگر هشیار و آگاه باشیم این کشت‌های ثانویه را خودمان باید درو کنیم.

ولی ما به اشتباه می‌آییم روی کشت اولیه که خداوند در ما کاشته، همانیدگی می‌کاریم و چقدر این همانیدگی‌ها، برای ما با ارزش هستند. البته ما چیزها را برای راحت زندگی کردن لازم داریم و نزدیکانمان را هم باید عاشقانه دوست داشته باشیم و به آن‌ها عشق بورزیم، ولی ما راه را اشتباه رفتیم، همه‌چیز و همه‌کس را در مرکزمان گذاشتیم و با آن‌ها همانیده شدیم و مرکزمان را آلوده کردیم درحالی‌که خداوند باید مرکز ما می‌بود.

اما زندگی، خداوند مرکز آلوده و ناپاک را دوست ندارد و می‌خواهد مرکز ما پاک باشد، برای همین همانیدگی‌های ما را نشانه می‌گیرد، می‌خواهد این کشت‌های ثانویه را از مرکز ما پاک کند و همان کشت اول که خودش است در مرکز ما باشد، چون مرکز ما خانه خداست.

به‌عبارتی خداوند صاحب این خانه است، ولی ما صاحب‌خانه را بیرون کردیم و با غیر که همان من‌ذهنی است هم‌خانه شدیم که جز درد و بدبختی چیز دیگری برای ما ندارد. این کشت‌های دوم، هرچه که در این جهان ما با آن همانیده شدیم، این‌ها فانی هستند. «اصل ما هیچ ایرادی ندارد و کامل است.»

ما فقط اشتباهاً به ذهن افتادیم، در ذهن از این فکر همانیده به آن فکر همانیده می‌رویم که این کار مُخرَب و غم‌ساز است، چون ما را از این لحظه دور می‌کند، به زمان می‌برد و در نتیجه از خدا دور می‌شویم.

این کشت‌های ثانویه دردساز هستند، ما آن‌ها را باید دور بیندازیم، برای این‌که در اثر همانیدن و عمل کردن به آن‌ها، زندگی خودمان را خراب می‌کنیم و به درد می‌افتیم. ما امتداد خدا هستیم، یا به‌عبارتی ما خودش هستیم، ولی از این راز بزرگ آگاه نیستیم که خدا خودش را در ما کاشته و باید اجازه دهیم آن هشیاری که اصل و ذات ماست در ما رشد کند.





خداوند خودش را به صورت هشیاری و خلأ در ما نفوذ داده، ۹۹/۹۹ درصد بدن ما خالی است و همه چیز ما از اوست.

وقتم تمام شد آقای شهبازی. چند بیت آست مانده.

**آقای شهبازی:** اگر هست ادامه بدهید، حالا وقت زیاد مهم نیست. چقدر عالی است خانم سرور، ماشاءالله! عالی، عالی! اصلاً بی نظیر، آفرین!

بفرمایید بله، هرچه هست بخوانید.

**خانم سرور:**

قانون آست یا کشت اول:

**گر بروید، ور بریزد صد گیاه  
عاقبت بر روید آن کشته اله  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۱۰۵۷)**

**کشت نو کارید بر کشت نخست  
این دوم فانی است و آن اول درست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۱۰۵۸)**

**کشت اول کامل و بگزیده است  
تخم ثانی فاسد و پوسیده است  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۱۰۵۹)**

شرح ابیات آست:

اگر در انسان صد گونه گیاه و چمن همانندگی سبز شود، همه آنها خشک می شوند و فرومی ریزند. سرانجام آنچه که خداوند از ابتدا در روز آست، در وجود انسان به صورت هشیاری خالص کاشته است، آن خواهد رویید.

انسان کشت ثانویه و جدید، یعنی همانندگی‌ها را بر روی آن کشت نخست که پیمان آست، ذات و جنس خداست کاشته است. این کشت‌های دوم، فانی و ازبین رفتنی هستند. آن کشت اول درست است که با فضاگشایی لحظه به لحظه، با آگاه شدن از این لحظه ابدی، به راحتی خواهد رویید.



کشت اول یعنی آلتست، کامل و برگزیده بوده و کاشت خداوندست، ولی کشت دوم، همانندگی‌ها، فاسد و پوسیده هستند. هرچیزی که ما به صورت فکر در ذهن خود می‌کاریم، به خودمان اضافه می‌کنیم و با آن همانیده می‌شویم، پوسیده است. باید آن‌ها را کنار بگذاریم تا آن کشت اولیه، هشیاری خالص رشد کند، به عبارتی مرکزمان باید از تمام همانندگی خالی و پاک شود.

ممنونم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب! خانم سرور این را یک عکس نوشته اگر می‌توانید لطف کنید بنویسید، با متن‌هایی که نه زیاد باشد در این پنجره. یک جوری که در هر اسلاید به اصطلاح به اندازه‌ای باشد که از دور دیده بشود، مردم بتوانند بخوانند. یک عکس نوشته درست کنید.

عالی بود، اصلاً بی‌نظیر بود! واقعاً ممنونم از این، هم قلمتان ساده است هم بسیار عمیق است هم جامع است. و سپاس‌گزارم که این همه عمیق شما این موضوع را درک کردید و چقدر هم ساده و روشن بیان می‌کنید. عالی، عالی!

**خانم سرور:** خواهش می‌کنم، اختیار دارید. همه سخنان شماست جناب شهبازی، واقعاً من از خودم هیچ چیز ندارم به خدا. همه‌اش مال بیانات گهربار شماست. **[خنده خانم سرور]** جدی آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** نه! شما لطف دارید. اجازه بدهید، من شوخی نمی‌کنم تعارف هم نمی‌کنم، ببینید «بهر اظهار است این خلق جهان» چرا این برنامه را گذاشتیم؟ چرا برنامه مثلاً همین عکس‌نوشته‌های شما یا، به صورت‌های مختلف بیان شما را ما نشان می‌دهیم؟

برای این‌که در بیان‌های مختلف یک موضوع هست فقط، به صورت‌های مختلف بیان می‌شود و یک صورتش ممکن است در بعضی افراد اثر کند و حتی گفته من آن را ده بار هم تکرار کنم اثر نکند. این است که به این صورت روشن که شما می‌فرمایید و روزبه‌روز هم روشن‌تر می‌شود و عمیق‌تر می‌شود من سپاس‌گزارم، سپاس‌گزارم توجه کرده‌اید، کار می‌کنید.

و این هم الگوی خوبی است، مردم باید عرض کردم مثل شما کار کنند، نمونه بسیار خوبی هستید. موضوع را درک کردید، در زندگی‌تان اجرا کردید، بیان هم می‌کنید آن هم روشن، خیلی روشن! شما خیلی روشن‌تر از من صحبت می‌کنید.

**خانم سرور:** اختیار دارید آقای شهبازی، نفرمایید. **[خنده خانم سرور]**

**آقای شهبازی:** بله، خیلی خوب است. واقعاً من اصلاً فکر می‌کنم دیگر اگر کسی این صحبت‌های شما را نفهمد یعنی نمی‌خواهد بفهمد! دیگر روشن‌تر از این نمی‌شود! همین هفت‌هشت دقیقه صحبت کردید، همین را، همین را اجرا کند، این را بفهمد اجرا کند، دیگر نمی‌خواهد چیز دیگر. دیگر اصل موضوع را گفتید شما. ممنونم.



**خانم سرور:** خواهش می‌کنم، اختیار دارید، ممنونم از شما.

**آقای شهبازی:** پس به صورت عکس‌نوشته همین‌طور که می‌سازید.

یک خواهشی هم از دوستان دارم، این خیلی از دوستانمان این پنجره را درست کردند، ولی این قدر ریز می‌نویسند، نمی‌شود خواند. حتی همینی هم که ما گذاشتیم سه بیت الآن، این هم زیاد است. باید مثلاً یک بیت، این درست است.

شما باید مثلاً چهار خط، چهار سطر بنویسید، پنج سطر. این قدر که از دور یک آدم مُسن بتواند بخواند و وقتی به صفحه نگاه می‌کند نترسد «ای بابا! این همه چیز را چه کسی باید بخواند؟». نه، از دور کاملاً دیده بشود و روشن باشد، بزرگ باشد. همه باید این کار را رعایت بکنند و تا برنامه‌ها مفید باشند.

**خُب امروز ما موسیقی داریم خانم سرور؟**

**خانم سرور:** بله پویا نشسته این‌جا.

**آقای شهبازی:** به‌به! [خنده آقای شهبازی] در خدمتان هستیم. ممنونم.

**[آقای پویا حدود سه دقیقه موسیقی می‌نوازند.]**

**آقای شهبازی:** به‌به! خیلی زیبا! عالی، عالی!

**خانم سرور:** خواهش می‌کنم، ممنونم از شما.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم این متنتان را بفرستید در این پیغام‌های معنوی، فعلاً ما بگذاریم مردم ببینند.

**خانم سرور:** بخوانم از رویش دو مرتبه؟

**آقای شهبازی:** حالا اگر بخوانید از رویش هم خیلی جالب می‌شود، هم صوتی هم نوشته که در پیغام‌های معنوی تلگرام بگذاریم و سایتمان، تا شما عکس‌نوشته درست کنید.

**خانم سرور:** باشه، چشم حتماً، حتماً! سلامت باشید.

**آقای شهبازی:** ممنونم و تشکر کنید از آقا پویا که استاد موسیقی در گرگان و اطرافش هستند.

**خانم سرور:** باشه حتماً، سلامت باشید.

**آقای شهبازی:** درست می‌گویم دیگر، درست است؟



**خانم سرور:** بله درست است. پویا خودش هم علاقه‌مند است، اصلاً نیاز نیست که من به او بگویم برای برنامه ساز بز، خودش می‌زند بعد دیگر من برای شما پست می‌کنم.

**آقای شهبازی:** لطف دارند، لطف دارند، زحمت می‌کشند و موسیقی‌هایشان را با شعرهای مولانا پخش می‌کنیم.

**خانم سرور:** بله، لطف می‌کنید شما هم، ممنونم از شما که استفاده می‌کنید. ممنون.

**آقای شهبازی:** موسیقی ایشان هم به برکت شعر مولانا جاودانه می‌شود واقعاً، این‌ها می‌مانند. صد سال بعد می‌گویند آقا پویا موسیقی زده [خنده آقای شهبازی] شعر هم شهبازی پخش کرده.

**خانم سرور:** ان شاءالله، ان شاءالله. [خنده خانم سرور] واقعاً سعادتی بود برای پویا هم که بتواند برای برنامه گنج حضور ساز بزند. من خودم هم خیلی خوشحالم از این بابت، خدا را شکر می‌کنم. ممنونم از شما که استفاده می‌کنید.

[خداحافظی خانم سرور و آقای شهبازی]

۱۹- آقای فرشاد از خوزستان با سخن‌های آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی بیننده با آقای شهبازی]

**آقای فرشاد:** آقای شهبازی من یک متن نوشته بودم، حالا آن را نمی‌خواهم بخوانم، همین‌طوری می‌خواهم دو کلام حرف بزنم سپاسگزاری کنم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**آقای فرشاد:** در برنامه‌های اخیر راجع به قانون جبران و تعهد و این‌که «چه می‌خواهم» صحبت کردید. یعنی یک مثلث به ما یاد دادید که قاعده‌اش می‌شود «چه می‌خواهم»، ضلع سمت چپش می‌شود «تعهد» و سمت راستش می‌شود «قانون جبران». خواستم تشکر کنم به‌خاطر این‌که مثلاً من به‌عنوان یک جوان واقعاً سردرگم هستم و اصلاً نمی‌دانم چطوری باید زندگی کنم؟ چه می‌خواهم؟ اصلاً تعهد چه هست؟ قانون جبران یعنی چه؟ این‌ها را من هزار سال زندگی هم کنم، این‌ها را یاد نمی‌گیرم، کسی نیست که بخواهد این چیزها را باشد، واقعاً به ما یاد بدهد، واقعاً این چیزها را نیست.

بعد این هم همیشه به خودم می‌گویم که مثلاً باید من این هم در نظر بگیرم که من جوان هستم، مثلاً در جوانی آشنا شدم و این‌ها را یاد گرفتم، من با این سبک زندگی ما من باید می‌رفتم کلی اشتباه می‌کردم و خطا و جریمه و این‌ها می‌دادم و پشیمان می‌شدم، تا آن موقع هم یاد نمی‌گرفتم مطمئناً، این چیزها نبود اصلاً. این هم باید در نظر بگیرم در قانون جبران، در قدردانی، این هم به آن اضافه کنم.

**آقای شهبازی:** آهان.

**آقای فرشاد:** بعد تشکر می‌کنم، فقط همین. زنگ زدم که تشکر کنم از این بابت این‌که می‌گویم یک چیزهایی مثل تعهد را آدم نمی‌داند از کجا، یعنی اصلاً این چیزها نیست، خیلی عجیب‌غریب است، این‌ها واقعاً شکر دارد، واقعاً قدردانی دارد.

من حقیقت من خودم مدام با خودم هی تکرار می‌کنم و می‌بینم و می‌گویم بابا من باید هرچه دارم بگذارم، این‌ها اصلاً چیزی نیست که بخواهی فکر کنی در موردش و فلان کنی و بهمان کنی و استدلال کنی، اصلاً هرچه داری باید بگذاری، اصلاً حیف است اصلاً این چیزها، من باید کلاهم را بدهم بالا التماس کنم اصلاً.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین. خب ببینید آقا فرشاد، گفتید چند سال‌تان است شما؟

**آقای فرشاد:** من بیست‌وپنج سالم است.

**آقای شهبازی:** ببینید بیست و پنج سال! خیلی خب ماشاءالله حالا خوبی‌اش این است که خیلی جوان هستید و این‌ها، این چیزها را در این سن یاد می‌گیرید واقعاً زندگی‌تان فوراً شکوفا می‌شود.

می‌خواهم جوانانی که به سن و سال شما هستند چه خانم‌ها چه آقایان بدانند، ممکن است قبول نکنند و نبینند این قانون را و بگویند درست نیست نه، ما می‌دانیم و یک جور دیگر عمل می‌کنیم، ولی قانون زندگی که بسیار جامع است و ما را پوشانده است قانون جبران است. قانون جبران یعنی قانون بده‌بستان. باید بدهی و بگیری، بدهی و بگیری، بدهی و بگیری، ولی من ذهنی براساس گرفتن فقط بنا شده.

ما فکر می‌کنیم که زرنگ هستیم و می‌دانیم و بهترین آدم کسی است که زرنگ باشد و بداند و ندهد و بگیرد، دائماً بگیرد، چه اشکالی دارد ما دائماً بگیریم؟ خُب این ذهن این را نمی‌فهمد که این کار نمی‌کند و برای ما دیده نمی‌شود چه جوری کار نمی‌کند، چون ما می‌گوییم که الآن فرصت پیش آمده ما این را می‌گیریم، دفعه بعد هم فرصت پیش آمده این را می‌گیریم، می‌گیریم، می‌گیریم، می‌گیریم، دیگر نمی‌دهیم. کار نمی‌کند! فقط این را بدون استدلال، بدون فکر کردن اصلاً درباره‌اش یاد بگیرید.

بعضی چیزهاست آدم نمی‌فهمد، نمی‌تواند بفهمد که یاد بگیرد. این قانون را همه مخصوصاً جوانان، در هر سنی، مخصوصاً جوانان یاد بگیرند. من از این که خدمت کنم، مثلاً می‌روم یک کمپانی کار کنم، آن‌جا به‌جای این که صد درصدم را بگذارم، صد و بیست سی درصدم را می‌گذارم، یعنی حتی بیشتر از آن پولی که به من می‌دهند کار می‌کنم. چون شما که باید آن‌جا باشید و بهتر است کار کنید. هم خودتان یاد می‌گیرید هم کار بیشتری به شما می‌دهند.

بعد می‌بینید یواش‌یواش که کار را یاد می‌گیرید و می‌دهید، صاحب کار قدر شما را می‌داند. یک دفعه مشخص می‌شوید، دیده می‌شوید و هیچ موقع هم نباید در معرض خراب‌کاری بقیه که کار نمی‌کنند و می‌گویند ما «حداقل را باید بدهیم، حداکثر را بگیریم»، این کار نمی‌کند. شما در معرض نفوذ آن‌ها قرار نگیرید. شما بدهید، بدهید، بدهید و اشکالی ندارد، اصلاً حساب نکنید که می‌گیرید یا نه. پس یک مدتی می‌بینید هی می‌آید، اصلاً بدون این که شما بتوانید بشمارید دارد می‌آید، این قدر می‌آید که نمی‌توانید بشمارید.

من همچو ذهنیتی از ابتدای زندگی‌ام داشتم، من هیچ موقع بی‌پول و کم‌پول و این‌ها نبودم. به تدریج که سنم بالا رفت، اصلاً پولم همیشه فراوان بود، شاید صد برابر آن بود که لازم داشتم. همیشه این‌طوری بوده، از بیست و پنج شش سالگی به بعد این‌طوری شد، چرا؟ الآن می‌بینید دیگر، الآن هم در اجرای برنامه صد درصدم را نمی‌گذارم، تا آن‌جا که مقدور است، دیگر بیشتر از آن نمی‌توانم.

وقتی یک برنامه اجرا می‌کنم حساب نمی‌کنم شما پول می‌دهید، نمی‌دهید، خب اگر نمی‌دهید خب من چرا بهترین برنامه را اجرا کنم؟! همین قدری که می‌دهید من هم به شما می‌دهم. نه، این را من نمی‌گوییم.



اصلاً پول دادن شما، کمک شما عاملی نیست که من ببینم. من می‌گویم باید خودم را بیان کنم به بهترین صورت. تمام آن‌چه که در چنته دارم، در جسمم دارم، در روحم دارم، در ذهنم دارم باید خودم را تماماً با صددرصد نیرو ارائه کنم، اصلاً چیزهای بیرونی را دخالت ندهم، این هست بیان زندگی. در نتیجه خواهش می‌کنم قانون جبران را خوب بفهمید و خوب اجرا کنید. اجرا کنید! نگذارید دیو بیاید بگوید که نه!

دیو تلقینات دارد: «آقا چه می‌دهند؟» شما ممکن است بپرسید: «آقا این آمده مردم را چاپیده، شرکت درست کرده، جیب مردم را خالی می‌کند، اصلاً من کار نمی‌کنم پول می‌گیرم.» این را نگویند شما! این را نگویند! شما خودتان را خرج کنید، توجه می‌کنید؟ قانون جبران را انجام بدهید.

به هیچ وجه نگذارید. کسی به شما یک چایی داد، یک چایی بدهید: «آقا خیلی ممنون دست شما درد نکند، چایی‌اش خیلی خوشمزه بود خدا حافظ شما، دفعه بعد دو تا بدهید.» نه، آن طوری نیست. «دست شما درد نکند» قانون جبران نیست. دست کنید به جیب‌تان، به اندازه‌ای که به شما خوبی کردند، این پول معیار خوبی است.

ما با پول هم‌هویت نمی‌شویم، ولی معیاری‌ست که شما جبران می‌کنید یا نه. و همه پدرتان به شما خوبی می‌کند، پول می‌دهد، تشکر کنید. «پدرم است، وظیفه‌اش است خب»، نه، تا هجده سالگی بله. از هجده سالگی به بعد اگر کمک می‌کند تشکر کنید، شما هم یک کاری برایش بکنید: «پدر مثلاً بیایم یک کاری برایتان بکنم». ما می‌گوییم شوهرم است دیگر، وظیفه‌اش هست، نه، شوهرت وظیفه‌اش نیست. خانم است وظیفه‌اش است، نه!

این قانون بده‌بستان، ذهن می‌گوید که: «آقا مگر ما چیز هستیم که، مادی هستیم که همه را بشماریم آخر که؟ این‌که عشق را از بین می‌برد». عشق می‌آورد! شما حساب کنید. حساب کنید، خواهید دید که عشق می‌آید. وقتی بی حساب شما می‌گوید بگیرم، بگیرم، بگیرم، زندگی خراب می‌شود، تباه می‌شود.

حتی در خانواده زن و شوهر می‌توانند بگویند ببینید شما این کار را انجام بدهید، ما هم این کار را انجام می‌دهیم، این را باهم می‌بریم بالا و ارزش کار همدیگر را هم می‌دانیم که این‌ها ارزش دارند، نه این‌که حالا خانم‌ها بچه‌ها را نگه می‌دارند تربیت می‌کنند این‌که ارزش ندارد اصلاً، من پول درمی‌آورم، پول مهم است، اگر پول درنیآورم همه شما از گرسنگی می‌میرید. نه، این‌ها استدلال‌های خوبی نیست. قانون جبران را باید ما بفهمیم، در خانواده و فرداً و در جامعه اجرا کنیم.

آقای فرشاد من به جای شما صحبت کردم، ببخشید.

**آقای فرشاد:** عالی، عالی، عالی، سپاس، سپاس. آقای شهبازی الآن من سربازم، حالا به جای سربازی در یک شرکتی آمریه گرفتیم نمی‌روم پادگان، آن‌جا کار می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین.



**آقای فرشاد:** بعد آن‌جا که می‌روم، یک کار دفتری به من دادند، مثلاً پشت کامپیوتر و این‌ها هست. بعد مثلاً من روز اول که رفتم گفتم خب این کاری که به من می‌دهند، هی با خودم مثلاً استدلال می‌کردم، خب این مثلاً چه نتیجه‌ای دارد؟ این اصلاً به درد نمی‌خورد، هیچ مزیتی، هیچ کمکی نمی‌کند، سرباز هم هستم، خلاصه حالت طلبکاری گرفته بودم. و مثلاً همین طوری با خودم می‌گفتم نه کار چه فایده دارد و این چیزها.

بعد که شما این صحبت‌ها را کردید، شما گفتید که من در دبستان نمی‌دانم یا راهنمایی، این‌جا ایران درس خواندم، باید جبران کنم مدیون هستم، باید کمک کنم. بعد من گفتم بابا آقای شهبازی در آمریکا بهترین زندگی را دارد می‌کند نگاه فکر کجا را می‌کند، بعد من نشستم این‌جا این چه فکری هست که من می‌کنم؟! برای این می‌گویم نمی‌دانم، الآن یاد گرفتم. بعدش باور کنید من از روز بعدش شروع کردم به کار کردن.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! بهترینتان را انجام بدهید، حتی بپرسید کار دیگر ندارید، من مثلاً دوسه ساعت اضافه دارم، خواهید دید که مردم شما را می‌بینند، دوروبرتان.

توجه کنید آدم‌هایی که دوروبر ما هستند که به نظرمان می‌آید از دستشان هیچ کار بر نمی‌آید، این‌ها از دستشان کار بر می‌آید، باید رغبت پیدا کنند به ما کمک کنند. هیچ‌کس بدون کمک مردم نمی‌تواند به جایی برسد. مردم باید به آدم کمک کنند، تنها راه کمک مردم قانون جبران است. شما با قانون جبران هم عشق مردم را، محبت مردم را، هم ساپورت (support) مردم را، کمکشان را از هر جنبه می‌توانید جلب کنید.

شما وقتی سخت کار می‌کنید، یک سال، دو سال آن‌جا کار می‌کنید، وقتی می‌روید پیش مدیرتان می‌گویید مثلاً من این را می‌خواهم، مدیرتان برایتان انجام می‌دهد. برای دیگران انجام نمی‌دهد، برای شما انجام می‌دهد، حتی خیلی بیشتر از آن که شما می‌خواهید انجام می‌دهد، چرا؟ همه ما زیر قانون جبران هستیم، چه بخواهیم چه نخواهیم. مطمئن باش مدیر شما بیشتر از شما می‌داند، بیشتر از شما قانون جبران را می‌فهمد، چون شما دستش را گرفتید.

یک مدیری می‌بینید چهارپنج نفر آدم کلیدی دارد، همه کارها را به آن‌ها می‌دهد، چرا؟ بقیه کار نمی‌کنند. وقتی مدیر می‌آید مشغول می‌شوند فلان، مدیر می‌رود دوباره می‌نشینند وقت تلف می‌کنند. مدیر می‌فهمد حالا! چیزی نمی‌گوید، ولی به موقعش او هم جبران نمی‌کند. باید ما کار کنیم، کار کنیم سفسطه نکنیم، این دیو من ذهنی نمی‌گذارد سر چیزهای هیچ، «من زرنگم»، یعنی چه من زرنگم؟ «من می‌دانم، همه کار کنند برای من، من یک آدم خاصی هستم، همه نوکر من هستند»، همچو چیزی نیست آقا. همچو چیزی نیست، باید از این توهم‌ها بیرون بیاییم. ما باید کار کنیم، زن، مرد، هیچ فرقی نمی‌کند. باید کار یاد بگیریم.





اصلاً کار یاد گرفتن به جای این‌که سریال تماشا کنید، فیلم تماشا کنید بروید کار یاد بگیرید، کامپیوتر یاد بگیرید، نمی‌دانم کار، کار، کار، تا وقتی شما می‌روید یک جایی می‌خواهید کار بگیرید، شما را بگیرند، بگویند به به به! شما وقتی کار بلد باشید شما را ول نمی‌کنند، استعفا هم بدهید می‌گویند چه می‌خواهید، چقدر می‌خواهید؟ چکار کنیم که نروید؟

وقتی شما کار بلد نیستید می‌روید استعفا کنید، می‌گویند که باشد خیلی خوشحال شدیم، خوش آمدید، خدا حافظ شما ان شاء الله بعداً می‌بینیم همدیگر را، از شر شما راحت می‌شوند.

خیلی از کارمندان هستند که مدیرهایشان می‌خواهند از شرشان راحت بشوند، ولی راه بلد نیستند، ایران را نمی‌گویم ها! این‌جا را حالا من می‌گویم، کار نمی‌کنند، چون قانون جبران را بلد نیستند. بعد هم خودشان را بدبخت کرده‌اند، هیچ چیز ندارند، بعد همه را هم ملامت می‌کنند غیر از خودشان.

قانون جبران را در هر سنی هستید انجام بدهید. ده سالتان است به پدر و مادرتان بگویید پدر، مادر کاری دارید من انجام بدهم؟ کمک می‌توانم بکنم در آشپزخانه؟ بروم خرید کنم؟ بروم نمی‌دانم فلان؟ نگویند پدر و مادرم نوکر من هستند کارها را انجام می‌دهند، وظیفه‌شان هست، نه همچو چیزی نیست. اگر روی پایتان می‌توانید راه بروید، با دستتان چیزی می‌توانید بردارید، حتماً می‌توانید یک کاری انجام بدهید در جهت اجرای قانون جبران. خیلی ممنون، آقا فرشاد بفرمایید.

**آقای فرشاد:** ببخشید، فقط خواستم این هم بگویم که تشکر می‌کنم که یک شرایطی به وجود آوردید که ما کمک کنیم. چون من راستش یعنی هر کاری می‌کنم فکر می‌کنم وقتی تلف شده به جز گنج حضور. دستتان درد نکند که شرایط کمک کردن ما هم فراهم کردید. تشکر از شما، تشکر از گروه آقای زارع‌پور، از گروه خلاصه‌نویسی، از گروه لولیان، دوستان خارج از کشور، تشکر از شما فرهنگ، تشکر از همه خلاصه، دستتان درد نکند، سپاس، سپاس، سپاس.

[خدا حافظی بیننده و آقای شهبازی]

○ ○ صحبت آقای شهبازی بین دو تماس:

**آقای شهبازی:** قانون جبران انجام بدهید و قانون مزرعه. صبر کنید، صبر کنید، صبر کنید! انجام بدهید، صبر کنید.

## بر هر چه امیدست، کی گیرد او دست بر شکل عصا آید و آن مار دوسر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

جناب مولانا می‌فرمایند آقای انسان، خانم انسان، تو در من ذهنی‌ات هستی، تو همانیده هستی! در این حالت بر هر چه که امید داری که به تو زندگی بدهد، کمکت کند، تکیه‌گاہت باشد، آن به تو کمک نمی‌کند. تو در پندار کمال هستی، به‌نظرت می‌آید که می‌توانی به آن چیزی که ذہنت نشان می‌دهد و تجسم می‌کنی تکیه کنی و پناه تو باشد.

مگر نمی‌بینی این کار احمقانه است؟! این من‌ذهنی توست که آن را ساخته، تکیه به ساخته‌ی ذہنی خود کار خطرناکی‌ست، مار دو سر است، تو را به مقاومت و قضاوت می‌کشاند و به‌تدریج مغز تو و اطرافیان‌ت را می‌خورد و زندگی‌ات تباہ می‌شود.

## لیک مقصود ازل، تسلیم توست ای مسلمان بآیدت تسلیم جُست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۷)

منظور آفرینش همه‌ی ما انسان‌ها این است که پس از مدت کوتاهی همانندگی و زندگی در ذہن با تصاویر این جهان، برگردیم، آگاهانه اطراف اتفاقات فضاگشایی کرده لحظه‌به‌لحظه اقرار آست کنیم و به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده شویم.

## صد حیلہ گر تراشی و صد شهر اگر روی قربان عید خنجر الله اکبری (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۷۷)

جناب مولانا می‌فرماید هر فکر و عمل با من‌ذهنی بکنی از یک وضعیت ذہنی به وضعیت ذہنی دیگر بروی، به چیزها بچسبی، درد در انتظار ماست. سرانجام و سرنوشت ما این است که آگاه از حکم خداوند شده و تن به حکم کُن‌فکان بدهی. بیاییم به این لحظه‌ی ابدی، فضا را باز کنیم و تمام همانندگی‌هایی که در ذہن خود ساخته و از آن‌ها کمک و زندگی می‌خواهیم را در پیشگاه شمشیر زندگی قربانی کنیم و به‌کلی از جهان جمع شویم.



## گر بگریزی ز خراجات شهر بارکش غول بیابان شوی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۷۱)

ما در وسعت بی‌نهایت این لحظه ابدی یعنی در شهر فضای یکتایی هستیم، اما مالیات زندگی در این شهر را که دادن تمام همانیدگی‌هاست را پرداخت نکرده‌ایم، یعنی اصلاً فضا را باز نکرده‌ایم، درد هشیارانه نکشیده‌ایم و همانیدگی‌ها را نینداخته‌ایم. ما مرتب فضا را بسته مقاومت و قضاوت کرده‌ایم و از شهر بیرون پرت شدیم و بارگران من‌ذهنی و دردها و همانیدگی‌های خودساخته خود را به دوش می‌کنشیم و اسیر غول بیابان و برهوت ذهن همانیده خود شده‌ایم.

## صلا رندان دگرباره، که آن شاه قمار آمد اگر تلبیس نو دارد، همانست او که پار آمد (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۸۸)

همه ما انسان‌ها باید آگاه باشیم و خوب بدانیم که همیشه در قمار زندگی بوده و هستیم و حریف ما هم پادشاه کُن فکان، شاه قماربازان عالم است. ما نمی‌توانیم از شاه قماربازان ببریم و دیگر از یک همانیدگی به همانیدگی دیگر نرویم، چون مطمئناً شاه قمار آن را خواهد گرفت. [صدناواوضح] وقت را تلف نکنیم. با شاه قمار، قمار بازی می‌کنیم و همه‌چیز را می‌بازیم تا نیست شویم و رمز زندگی را از شاه قمار که خود زندگی‌ست بگیریم.

متأسفانه ما هیچ راهی برای زندگی نگذاشته‌ایم که ما را بیدار کند به‌جز نامرادی. درد هشیارانه و انداختن همانیدگی بسیار سخت و طاقت‌فرساست، اما ما با گرفتن رمز عبور از بزرگانی همچون مولانا می‌توانیم فضاگشایی کنیم، صبر کنیم، شکر کنیم، پرهیز کنیم تا ان‌شاءالله به منظور زندگی نائل شویم. خیلی ممنونم استاد نازنین. با اجازه‌تان خداحافظی می‌کنم.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، خیلی زیبا! شما هم اگر این‌ها را می‌خواهید به‌صورت عکس‌نوشته درست کنید، در هر اسلاید خیلی کم بنویسید، ریزریز پهلوی هم لطفاً ننویسید و بزرگ باشد. اسلاید زیاد می‌شود زحمت بیشتر می‌برد، ولی خب قابل استفاده‌تر می‌شود.

ممنونم از شما، زحماتتان.

[خداحافظی آقای حجت و آقای شهبازی]



[سلام و احوال‌پرسی آقای پویا و آقای شهبازی]

**آقای پویا:** متن من یک کم بیشتر از شش‌هفت دقیقه است من قول می‌دهم هر هفته زنگ نزیم اگر اجازه بدهید.

**آقای شهبازی:** نه، بفرمایید. تند نخوانید فقط. با آرامش و مطمئنه بخوانید به اصطلاح [خنده آقای شهبازی].

**آقای پویا:** چشم، اسم متن هست چاپار:

**فعل تو وافی‌ست، زو کُن مُلتَحَد**

**که درآید با تو در قعر لَحَد**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۰)

**پس پیمبر گفت: بهر این طریق**

**باوفاتر از عمل نَبود رفیق**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۱)

**گر بُود نیکو، ابد یارت شود**

**ور بُود بد، در لحد مارت شود**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۲)

یکی از ساده‌ترین آموزه‌های مولانا حرفی است که در سه بیت بالا خلاصه شده‌است. آموزه ساده این است که همه ما می‌میریم. یکی ۱۰ روز دیگر یکی ۱۰ سال دیگر و دیگری ۱۰۰ سال دیگر. بهر حال همه ما می‌میریم. وقتی هم که می‌میریم به قول قدیمی‌ها گفتن دستانمان از این دنیا کوتاه می‌شود.

دستانمان که از این دنیا کوتاه باشد یعنی دیگر نمی‌توانیم هیچ تأثیری بر روی این کره زمین بگذاریم. اما یک استثنا وجود دارد. یک استثنا! مولانا می‌گوید عمل تو در این لحظه و مجموع اعمال تو در زندگی‌ات و تأثیر آن‌ها در این دنیا وفادار و باقی هستند. وفادار به این معنا که وقتی مُردی و هیچ‌چیزی به تو در این دنیا وفا نکرد ولی عملت وفادار می‌ماند و به تأثیر خود ادامه می‌دهد هرچند که تو در قعر گور باشی و رفته باشی. مثلاً خانه که وفادار نمی‌ماند گیریم ۵ تا خانه داشتی. یکی را حَسَن می‌برد دیگری را حُسین یکی را می‌کوبند و برج می‌کنند و غیره.



پس به این دلیل است که پیامبر فرموده‌است که در این کیهان در این دنیا و جهانی که ما زندگی می‌کنیم هیچ چیزی باوفا تر از عمل نیست. پس زندگی‌ات را بر این اساس بنیان کن که هر لحظه ناظر و حاضر بر عملت باشی، چراکه عمل و کار ما در این جهان اگر نیکو باشد تا ابد یارمان است و اگر بد باشد همچون ماری همراه ما در گور تا پایان دنیا باقی خواهد ماند.

## فعل تو وافی‌ست، زو کن مُلتَحَد که درآید با تو در قعر لَحَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۰)

## پس پیمبر گفت: بهر این طریق باوفا تر از عمل نَبُود رفیق

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۱)

## گر بُود نیکو، ابد یارت شود ور بُود بد، در لحد مارت شود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۲)

حالا بگذارید موضوع را کمی بشکافیم. هیتلر در جنگ جهانی دوم نقش بسیار پر رنگی داشت. بسیاری ویرانی‌ها، آوارگی‌ها، خرابی‌ها و کُشت و کشتارها راه انداخت که آثار آن هنوز باقی است. مثلاً در آلمان معماری باستانی بسیاری از اماکن از بین رفت و اکنون خیلی از بافت‌های شهری بی‌هویت‌اند. در مثال دیگری دولت آلمان از زمان جنگ به بعد بودجه هنگفتی را صرف آموزش و پرورش می‌کند تا دیگر هیتلری آفریده نشود.

جای دوری نرویم در ایران اعجوبه‌ای رویید به نام مولانا که ما شعرهایش را بعد از ۸۰۰ سال، توجه کنید دوستان بعد از ۸۰۰ سال می‌خوانیم، می‌فهمیم، ارتعاش می‌کنیم، زندگی‌مان را بهبود می‌دهیم، عشق ورزیدن را یاد می‌گیریم، مهربان بودن را می‌آموزیم و تسلیم شدن را سرلوحه زندگی‌مان قرار می‌دهیم.

در مثال دیگری برنامه گنج‌حضور آفریده شد و بیست و چند سال قبل من از این آموزش بهره بردم، شما بهره بردید و مولانا را با این برنامه شناختیم. خلاصه مطلب این‌که مجموع اعمال مولانا، مهندسی به نام پرویز شهبازی و تعهد خودمان باعث شدند بار دُرُشت از پشت ما برود. باعث شد که ما طریق دُرُست زندگی کردن را یاد بگیریم. مجموع اعمال. تکرار می‌کنم مجموعه‌ای از اعمال.



فعل تو وافیست، زو کن مُلتَحَد

که درآید با تو در قعر لَحَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۰)

پس پیمبر گفت: بهر این طریق

باوفاتر از عمل نَبُود رفیق

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۱)

گر بُود نیکو، ابد یارت شود

ور بُود بد، در لحد مارت شود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۲)

حالا سؤال این جاست که ما این آموزه‌ی ساده ولی بسیار قدرتمند و کاربردی را چگونه در زندگی روزانه‌یمان پایه می‌نهیم یعنی اعمال می‌کنیم؟

من در این لحظه هر عملی را که می‌خواهم انجام دهد از خودم سؤالی می‌پرسم. سؤال این است که عمل من در این لحظه مرا در نهایت به کجا هدایت می‌کند.

**آقای یویا:** مثلاً از خودم می‌پرسم من اگر الان سیگار بکشم و این کار را تا بیست ساله آینده انجام دهم، اثرش چیست؟ اثرش این است که ریه‌ی خودم را نابودم کردم و در کنارش مَشْتی هم به طبیعت دود فرستادم. یعنی بیست سال دیگر از من بپرسند و من کمی عاقل شده باشم می‌گویم من در تخریب طبیعت نقش فعالی داشتم و این نتیجه‌ی عمل من هم تا ابد می‌ماند هرچند من مرده باشم.

در مثال دیگری من علاقه‌ی زیادی به سریال دیدن دارم این لحظه با خود می‌گویم خُب من سی ساله شده‌ام هنوز وقت هست بشینیم تا ۴۰ سالگی سریال ببینیم و بعدش دیگر نه. نتیجه‌اش این می‌شود که من ۱۰ سال از بهترین سال‌های زندگی‌ام را صرف هیچ کرده‌ام. بله عملاً هیچ خلقی از طریق من انجام نشده است. یعنی تک‌تک آن اندک زمان‌هایی را هم که کار نمی‌کردم داشتم خرج پوچی می‌کردم و نتیجه‌اش هم بعد از مردن من باقی است. نتیجه‌اش هیچی است که می‌ماند. نتیجه‌اش این است می‌توانست مولانایی از من خلق بشود با کار خودم که نشد.

در مثال دیگری مثلاً اگر پدر و مادری فرزندزنی می‌کنند، نتیجه‌ی عمل این است که وقتی بمیرند آن بچه‌ها هم یاد گرفته‌اند فرزندان خودشان را کتک می‌زنند و این چرخه همین‌گونه ادامه می‌یابد تا کسی بگوید آقا نتیجه‌ی عملت بعد از مرگت هم همراهت است. شاید یک جوان ۲۰ ساله یا ۳۰ ساله یا ۴۰ ساله در این لحظه‌اش بگوید حالا کو تا مرگ من، من باید عشق



دنیا را بکنم و دغدغه مرگ را نداشته باشم. در عمل به‌رحال مهم نیست چون در هر زمانی که آدمی بمیرد تنها و تنها این عملش و آثارش است که می‌ماند مستقل از این که ۱۰ سال عمر کردی یا ۱۰۰ سال.

**فعل تو وافی‌ست، زو کُن مُلتَحَد  
که درآید با تو در قعر لَحَد**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۰)

**پس پیمبر گفت: بهر این طریق  
باوفاتر از عمل نبُود رفیق**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۱)

**گر بُود نیکو، ابد یارت شود  
ور بُود بد، در لحد مارت شود**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۲)

پس جمع‌بندی کنیم اگر عمل ما در این لحظه از فضای گشوده‌شده بیاید نتیجه‌سازنده‌ای دارد که بمیریم هم تا ابد می‌ماند. به‌قول غزل این هفته زیر و زبر یا حصن و مفر است. مثلاً متنی می‌آفرینی و کسی ۱۰ سال دیگر آن را گوش می‌دهد و فضاگشایی را با متن تو می‌فهمد هرچند که تو مرده باشی.

در مقابلش مثلاً تو این لحظه دست از خشمت برنمی‌داری و با همین خشم می‌میری. تمام اطرافیانت این فضای مسموم و دردآلود تو را تجربه می‌کنند و این خشمگین بودن را به قرین‌هایت هم یاد می‌دهی، می‌میری و فرزندی تربیت کرده‌ای که مثل تو مَشتی خشمگین می‌شود. آثار عملت هنوز باقی است. مولانا در غزل این هفته نام این آثار را مار دوسر، غرر، صد دام دگر و چه اثر گذاشت!

**فعل تو وافی‌ست، زو کُن مُلتَحَد  
که درآید با تو در قعر لَحَد**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۰)

**پس پیمبر گفت: بهر این طریق  
باوفاتر از عمل نبُود رفیق**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۱)



## گر بُود نیکو، ابد یارت شود ور بُود بد، در لحد مارت شود (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۲)

اسم متن چاپار بود. چاپار به معنی نامه‌رسان، پیک و قاصد است. هرکسی در این جهان از زمانی که پایش را بر روی کره زمین می‌گذارد چاپار و نامه‌رسان مطلبی است که آن مطلب بعد از مرگش هم ادامه خواهد داشت. شاید اولش ندانیم که چاپاریم ولی به هر حال زمانی پی خواهیم برد که تنها خودمان مسئول حال خوب یا بدمان هستیم و نه کس دیگری. حال انتخاب با تو است چاپاری چون مولوی می‌شوی یا چاپاری چون هیتلر!

## بی‌کلید این در گشادن راه نیست بی‌طلب نان سنت الله نیست (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

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

[خداحافظی آقای پویا با آقای شهبازی]



## گر دیو و پری حارس با تیغ و سپر باشد چون حکم خدا آید، آن زیر و زبر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

از خودم پرسیدم آیا قبل از این‌که بمیری زندگی کرده‌ای و هدف از آفرینش خودت را فهمیدی؟ یا فقط نفس کشیدی و زنده بوده‌ای؟ آیا از لحظه‌لحظه زندگی‌ات در راه درست و فضاگشایی بهره‌مند شدی؟ این همه عمر دنبال همانیدگی‌ها و خواسته‌های من‌ذهنی دوییدی، چه شد؟ این همه نگاهبان پری و دیو من‌ذهنی بودی، خوب و بد کردی، زشت و زیبا کردی، بهتر و بدتر کردی، آیا نگاهبان هشیاری‌ات هم بوده‌ای؟ آیا نگاهبان مرکزت که باید عدم باشد هم بوده‌ای؟ آن کارگاه آفرینش را پُر از چه کرده‌ای؟

پس بیدار شو و تمام وابستگی‌ها و همانیدگی‌ها و تلاش‌های بیهوده‌ای را که برای به‌دست آوردن خواسته‌های من‌ذهنی به‌کار برده‌ای را ببین که چگونه از بام افتادی. مگر نمی‌بینی مولانا می‌گوید:

## بر کنار بامی ای مست مُدام پست بنشین یا فرود آ، وَالسَّلَام (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۶)

آدم از زمانی که پا به این جهان گذاشت همواره زندگی با او بوده و همیشه حواسش به او بوده‌است و به او هشدار داد که ای انسان، به این درخت نزدیک نشو! یعنی به درخت ذهن نزدیک نشو، وارد ذهن نشو، فریب من‌ذهنی را نخور، از فضای یکتایی جدا و دور نشو، ولی من‌ذهنی توجه و حواسش را از فضای یکتایی دزدید و او را از بام هشیاری به پایین و به فضای ذهن انداخت و در درد فروبرد.

و از آنجایی که آدم کار یک زمان را بر خود دراز نکرده، از زندگی عذرخواهی می‌کند و از من‌ذهنی جدا شده و به فضای یکتایی برمی‌گردد.

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



پس آن‌جاست که به ما می‌گویند آدم باش، یعنی مثل آدم ذهنت را خاموش کن، تسلیم باش، کار کتوت را صد سال کیش نده و فضا را در این لحظه باز کن و از هشیاری جسمی به هشیاری نظر برگرد. تمام شد استاد.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا! آفرین. کس دیگری هم هست بخواد صحبت کند؟

**خانم زرین:** بله استاد تیارا و یکتا هم هستند.

**آقای شهبازی:** به به به!

[خداحافظی خانم زرین و آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی خانم تیارا یازده‌ساله و آقای شهبازی]

**آقای شهبازی:** ویدئوی زیبایتان هم امروز رسید دستمان، ممنونم. بخش هم کردیم.

**خانم تیارا:** خواهش می‌کنم. بله ممنون. با اجازه‌تان.

## جرع‌ای کن فیکون بر سر آن خاک بریخت لب عشاق جهان خاک تو را لیسیده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۸)

مولانا در غزل شماره ۲۳۷۸ می‌گوید یک جرعۀ کُن فیکون بر سر خاک انسان ریخته، البته همه انسان‌ها از جنس هشیاری هستند. خداوند به همه انسان‌ها در این لحظه فرمان ایزدی‌اش این است که «باش آن هوشیاری که از اول بوده‌ای.» زندگی به انسان‌ها می‌گوید تو هشیاری بشو که با من ذهنی یا بدون من ذهنی.

وقتی ما آن هشیاری می‌شویم، «آن» قدم به زندگی ما می‌گذارد و شروع می‌کند به تغییر دادن. تا حالا ما به این فرمان گوش نکردیم، ذهناً گوش دادیم، فکر کردیم که به این عبارت «کُن فیکون» گفته می‌شود که خدا به چیزها می‌گوید هشیاری بشو، و همان می‌شود، ساخته می‌شود، درست می‌شود.

و وقتی می‌گوید: «لب عشاق جهان خاک تو را لیسیده» یعنی هرکسی که با آن جایی که هشیارانه برسد، به این فرمان گوش کند خاک عشاق جهان را می‌لیسد و «آن» بوی خدا می‌دهد، بوی عشق می‌دهد، بوی زندگی می‌دهد. و ما خود زندگی هستیم و هشیارانه از جنس خود زندگی می‌شویم.

«عشاق» انسان‌هایی هستند که باز هم امر کن را گوش کردند و آن کسی بودند که از اول بوده‌اند و درک کرده‌اند که خودشان امتداد خدا هستند. پس بنابراین ما باید آن هشیاری بشویم که از اول بوده‌ایم. استاد تمام شد.



**آقای شهبازی:** خیلی زیبا! آفرین، آفرین! همین را یک ویدئو بکنید خانم تیارا. عالی، عالی!

**خانم تیارا:** چشم حتماً.

[خداحافظی خانم تیارا و آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی خانم یکتا و آقای شهبازی]

**خانم یکتا:** یکتا هستم، هشت‌ساله.

**آقای شهبازی:** هشت‌ساله شدید. کی شدید هشت‌ساله خانم یکتا؟

**خانم یکتا:** چند روز پیش استاد.

**آقای شهبازی:** تولدتان مبارک باشد.

**خانم یکتا:** ممنون استاد.

[خنده آقای شهبازی]

**خانم یکتا:** می‌خواستم یک شعر از مولانا برایتان بخوانم.

**آقای شهبازی:** بله بله، بفرمایید.

**خانم یکتا:**

**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)

**دشمنی داری چنین در سرِ خویش**

**مانع عقل‌ست و، خصمِ جان و کیش**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)



یک نفس حمله کند چون سوسمار

پس به سوراخی گریزد در فرار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۶)

در دل، او سوراخ‌ها دارد کنون

سر زهر سوراخ می‌آرد برون

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۷)

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! همین را هم بخوانید ویدئو کنید، بفرستید به ما.

خانم یکتا: چشم استاد.

آقای شهبازی: ممنونم. عالی، عالی، عالی!

[خداحافظی خانم یکتا و آقای شهبازی]



**آقای شهبازی:** خیلی جالب است. این شعرهایی که خانم یکتا خواندند که هفت سالشان بود، دوسه روز است که می‌گویند شدند هشت‌ساله، واقعاً یک برکتی‌ست که آدم در هفت‌هشت‌سالگی همچو شعری را برای خودش بخواند و بفهمد معنی‌اش چه هست. می‌گوید: «نفس و شیطان» هردو یکی بوده‌اند، «فرشته و عقل» هم یکی بوده‌اند.

من ذهنی ما با شیطان یکی است، حضور ما با خدا یکی است. در درون ما یک دشمنی داریم به نام «من‌ذهنی»، گفتند از هر سوراخی سرش را می‌آورد بیرون، «سوراخ» هر همانندگی‌ست و در دل سوراخ زیاد دارد، یکی را می‌پایی می‌بینی از آن یکی سرش را آورد بیرون، لطمه زد به ما رفت. این‌ها را دارد می‌خواند یک کودک هفت‌ساله.

واقعاً باید شکر کنیم که این ابیات مولانا در بین مردم پخش شده. نه تنها پخش شده این‌که شما ارزش این‌ها را فهمیدید و پذیرفتید و به‌کار می‌برید تا بتوانید وضعیت‌های زندگی‌تان را سامان بدهید، بهتر زندگی کنید. این‌ها درس‌های زندگی‌ست و ما هم یک مسئولیتی داریم به‌عنوان فارسی‌زبان، حالا ایرانی، افغانی، هرکسی که فارسی صحبت می‌کند مخصوصاً ایرانیان، با قدرت باید این مطالب را یاد بگیرند در دنیا پخش کنند.

همچو مطالبی که خدمت شما ارائه می‌کنیم، یعنی این ابیاتی که روی صفحه می‌نویسیم شما می‌بینید در هیچ‌جای دنیا وجود ندارد! فقط در ایران وجود دارد، باید قدرش را بدانید.

بارها عرض کردم خدمتتان وقتی من آمدم آمریکا بگیریم مثلاً دیگر ناینتی‌تو (1992) مثلاً نودو هشت سال و مثلاً سی سال، بله البته ۸۵ (1985) آمدم می‌شود سی و پنج سال، من سی و پنج سال است آمریکا زندگی می‌کنم. اوایل ایران می‌رفتم می‌آدم، بعد دیگر الآن سی سال است ایران نیامده‌ام. در عوض در آمریکا به‌خاطر این‌که ابتدا بیزینس ما که مدیکال (medical) است به اصطلاح پزشکی است، با بیشترش صادرات بود و من فرصت پیش می‌آمد که به این کشورها مسافرت می‌کردم برای بیزینس (Business)، بعد آن موقع علاوه بر بیزینس آن چشم دیگرم باز بود که ببینم این‌جا چه خبر است، از نظر فرهنگی و این‌ها چکار می‌کنند و فلان.

و اصلاً مثل بزرگان ایران در هیچ‌جا وجود ندارد و ما قدرش را نمی‌دانیم! ما اصلاً کسی مثل مولانا نداریم در جهان! در جهان عرض می‌کنم! خیلی فیلسوف هست، روانشناس هست. روانشناسان فعلی غرب که خیلی هم به نام هستند یک شعبه کوچکی از مولانا هستند.

اصلاً روانشناسان باید بیایند این ابیات را بگیرند و به‌جای این‌که روی ذهن کار کنند، آدم‌ها را از ذهن خارج کنند! بیشتر روانشناسان می‌خواهند ذهن را درست کنند، بروند در ذهن آن باورها را یک‌ذره تکان بدهند، بعضی باورها را بیندازند دور، یک باورهای جدیدی آن‌جا نصب کنند. مثلاً یک سری دردها را مثلاً بیندازند دور و این‌ها. این‌ها در درازمدت کار نمی‌کند، باید کل من‌ذهنی را شما بی‌کار کنید و به زندگی زنده بشوید.



این است که از این‌که شما زحمت کشیدید و بچه‌های هفت‌هشت‌ساله‌تان این شعرها را در خانواده می‌خوانند و ما هم پخش می‌کنیم، واقعاً سپاسگزارم، یک مزدی هم به ما دادید و خیلی ممنون. در مدت کوتاه آن مزد را دادید. آخر بیست سال که چیزی نیست که ما این برنامه را پخش کردیم. این همه اثرگذاری این برنامه نشان قدرت بزرگان ماست که فراموش کردیم، آن موقع مأموریت خودمان را که باید این‌ها را ما کشف کنیم در زندگی‌مان استفاده کنیم.

لزومی نداریم که به دیگران به کشورهای دیگر بگوییم که بیایید مثلاً این فرهنگ ما را ببرید مال خودتان کنید، این خوب است، نه! وقتی عملاً این‌ها را زندگی کنیم کشورهای دیگر، دولت‌های دیگر، چه می‌دانم فرهنگ‌های دیگر می‌فهمند فوراً، فوراً می‌فهمند!

مثل می‌گویم شخص شما دیگر، شخص شما اگر غیبت نکنید مثلاً، اصلاً دروغ نگویند، به هیچ‌وجه دروغ نگویند و فضا را باز کنید، ایراد نگیرید، انتقاد نکنید، نه با من ذهنی، این‌ها همه راه‌های ترک من‌ذهنی‌ست. یک دفعه می‌بینید که آدم‌های دور و برتان فوراً می‌فهمند که «آقا چه شده؟! شما آدم بهتری شدید.» توجه می‌کنید؟

لزومی ندارد ما به‌زور با من‌ذهنی و با پندار کمال بخواهیم دیده بشویم. در من‌ذهنی هی می‌گوییم: «آی مردم، ما را ببینید!» لزومی ندارد. به‌صورت زندگی که نمی‌خواهد دیده بشود، اگر شما نخواهید دیده بشوید یک دفعه می‌بینید دارید دیده می‌شوید، به‌طور معجزه‌آسا.

ما می‌گوییم باید همه را سر جای خودشان بنشانیم، عقلمان را به آن‌ها نشان بدهیم، به آن‌ها بگوییم شما بلد نیستید ما بلدیم تا مشخص بشویم. این کار ما را زمین می‌زند، دیده نمی‌شویم، هرچقدر هم بخواهیم دیده بشویم دیده نمی‌شویم، ولی وقتی بخواهی اصلاً دیده نشوی، یک دفعه می‌بینی داری دیده می‌شوی! خیلی عجیب است.

◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇

خانم دینا: سلام آقای شهبازی دینا هستم از کانادا. با اجازه‌تان آقای شهبازی، پیامم را می‌خوانم.

موضوع: «قضا و کُن فکان»

در برنامه ۹۴۹ گنج حضور یکی از محورهای اساسی لغزش انسان، یعنی اعتماد به قدرت محدود ذهن و ماندن در آن و یا به عبارت دیگر عدم اعتقاد به نیروی بی‌نهایت زندگی یا قضا و کُن فکان مطرح شد.

درواقع به کمک ابیات مولانا ایرادات خودمان را متوجه شدیم که چطور ما در من‌ذهنی فقط به فکرهای همانیده و ازپیش‌ساخته و شرطی‌شده‌مان اعتقاد داریم. پندار کمال و «می‌دانم» درست کردیم و به دنبال آن ناموس و حیثیت بدلی که با یک حرف بد و یا ناسزا به هم می‌ریزد و درد ایجاد می‌کند و با این طرز دید و عمل براساس آن، زندگی را هم به خودمان و هم به دیگران زهر کرده‌ایم. مرتب مسئله ایجاد کرده و به حل آن مشغول می‌شویم و فکر و ذهنمان تماماً مشغول کم و زیاد شدن این هستی‌های موهومی من‌ذهنی‌مان است و از کارگاه زندگی دور و بی‌نصیب مانده‌ایم.

### رو به هستی داشت فرعونِ عنود

#### لاجرم از کارگاهش کور بود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۴)

### صد هزاران طفل کُشت او بی‌گناه

#### تا بگردد حکم و تقدیر اله

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۷)

مولانا در این تمثیلی که از داستان موسی و فرعون گرفته، دقیقاً همین موضوع را به ما نشان داده که ما در این لحظه به‌عنوان یک من‌ذهنی ستیزه‌گر بلند می‌شویم، فقط دنبال همانیدگی و حیثیت بدلی من‌ذهنی‌مان هستیم و با مقاومت و سبب‌سازی‌های ذهنی، لحظه‌به‌لحظه زندگی را می‌کشیم تا بتوانیم آنچه را که من‌ذهنی‌مان به ما تلقین می‌کند را به نمایش بگذاریم. درست است که من‌ذهنی تلاش می‌کند که حکم و تقدیر زندگی را عوض کند، یعنی خودش به‌جای زندگی بنشیند، ولی نیروی قضا بر ریش و سبیل و حیل‌های ما در من‌ذهنی می‌خندد.

### خود قضا بر سبَلت آن حیل‌مند

#### زیر لب می‌کرد هر دم ریش‌خند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۶)



چراکه من ذهنی و راهکارهایش فقط درد و مسئله را بیشتر می‌کنند و البته نیروی قضا و کُن فکان یا همان خرد کلی که به تمامی مخلوقات، توانمندی شکوفا شدن در این لحظه را داده و می‌دهد نیز در جهت زنده شدن ما به اصلمان کار می‌کند و در این لحظه با نشانه گرفتن یک همانیدگی در ما دارد به ما می‌گوید که عقل من ذهنی را رها کن، صفر کن. دنبال سبب‌سازی‌های ذهن نرو، از فکری به فکر دیگر نپر در این‌ها زندگی نیست، چراکه :

## کار من بی‌علت است و مستقیم هست تقدیرم نه علت، ای سقیم (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۶)

سقیم: بیمار

## عادت خود را بگردانم به وقت این غبار از پیش، بنشانم به وقت (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۷)

مولانا از زبان زندگی دارد به ما هشدار می‌دهد که در هر وضعیت مالی، روحی، احساسی که هستیم فقط ذهن را خاموش کنیم، از «می‌دانم» ذهن رها می‌شویم تا قضا و کُن فکان که در این لحظه در کمین است بیاید و زندگی ما را از این غبار دردها و همانیدگی‌ها پاک کند.

شدت درد، عمق تاریکی که ذهن به ما نشان می‌دهد مهم نیست، چون به محض باز کردن فضا، ما عملاً با نیروی کل یکی می‌شویم، بی‌نهایت می‌شویم و قدرت پیدا می‌کنیم. اگرچه این کار به نظر ذهن غیرممکن می‌آید ولی امکان‌پذیر است.

اکثریت ما تجربه کرده‌ایم که چطور ارتعاش ابیات مولانا روی ما که در عمق تاریکی و سردی من‌ذهنی‌مان به سر می‌بردیم اثر گذاشت و خاموش شدیم و قضا و کُن فکان این من‌ذهنی‌مان را شخم زد و از نو ساخت، کاری که هرگز در این عقل محدود ذهنی‌مان نمی‌گنجید.

## عشق چون دعوی، جفا دیدن گواه چون گواهِت نیست، شد دعوی تباه (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۰۹)

پس می‌شود! کار سخت و اراده قوی به‌عنوان گواهی از ما می‌خواهد. مثل شخصی که بخواهد هر روز بعد از ۱۰ ساعت کار طولانی به ورزشگاه برود و ورزش کند. از نظر من‌ذهنی مجبور و کاهل عملی نیست، ولی وقتی شخص شروع کرد به باشگاه





رفتن و لذت و شغف عمیقی که بعد از ورزش کردن در او تجربه می‌شود، این کار را خیلی راحت و به‌صورت عادت و در هر شرایطی انجام می‌دهد.

بنابراین اگرچه فضاگشایی و سپردن خود به نیروی کل به نظر غیرممکن است، ولی با تکرار ابیات مولانا به‌خصوص ابیات «خاموشی» و «نمی‌دانم» در ما شروع به کار می‌کند. ولی ما باید آگاه باشیم که با علت و سبب ذهن نمی‌توانیم نتیجه‌اش را در خودمان جست‌وجو کنیم، فقط خودمان را در آغوشش رها می‌کنیم.

## صبح نزدیک است، خامُش، کم خروش من همی کوشم پی تو، تو، مکوش (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

برای ما که در جست‌وجوی صفای زندگی هستیم و از من‌ذهنی و دردهایش خسته شده‌ایم، درد هشیارانه یا جفای زندگی معنی پیدا می‌کند و دیگر از آن نمی‌گیریم، باید عادت روزانه‌مان شود دقیقاً مثل همان ورزشکار که خستگی کار دلیلی برای بازماندنش از ورزش نیست.

## من عجب دارم ز جوای صفا کو رَمَد در وقت صیقل از جفا (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۸)

و قضا و کُن‌فکان زندگی شروع می‌کند به صیقل دادن آینه درونمان و دیگر از قبول مسئولیت ایجاد دردها و پذیرفتن آن‌ها نمی‌ترسیم. اگر درد و همانندگی را شناسایی می‌کنیم، فضا را برایش باز می‌کنیم و در آغوشش می‌گیریم و شجاعانه اجازه می‌دهیم که زندگی با قضا و کُن‌فکانش آن را از ما بگیرد.

## چون گواهد خواهد این قاضی، مَرَنج بوسه ده بر مار، تا یابی تو گنج (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۱۰)

از کوچک شدن من‌ذهنی و ناموشش نمی‌ترسیم و تمام بی‌مرادی‌ها را فرصتی می‌دانیم که من‌ذهنی‌مان را کوچک کنیم و خودمان را تغییر دهیم. قانون جبران را اول نسبت به خودمان و بعد دیگران به‌طور کامل انجام می‌دهیم و از بخشیدن دیگران و بخشش کردن هر آنچه زندگی به ما داده نمی‌ترسیم و خدمت می‌کنیم.



من عجب دارم ز جویای صفا  
کو رمَد در وقت صیقل از جفا  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۰۸)

عشق چون دعوی، جفا دیدن گواه  
چون گواهِت نیست، شد دعوی تباه  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۰۹)

چون گواهِت خواهد این قاضی، مَرَنج  
بوسه ده بر مار، تا یابی تو گنج  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۱۰)

آقای شهبازی: خیلی خیلی خوب دینا خانم، عالی! از این یک ویدئو درست کنید لطفاً.

[خداحافظی خانم دینا و آقای شهبازی]



[سلام و احوال‌پرسی خانم سعیده با آقای شهبازی]

خانم سعیده:

«تبر اعتراف»

(شمع اعتراف)

آقای شهبازی شما در برنامه این هفته از پندار کمال، ناموس و درد صحبت کردید و فرمودید اعتراف به خطا، برای از بین بردن ناموس بدلی من‌ذهنی، چقدر کمک‌کننده است. اعتراف کردن دل انسان را نرم می‌کند. ما اگر می‌خواهیم آموزش‌های بزرگانی چون مولانا در ما اثر کند، باید دلمان نرم شود و اعتراف به خطا، بسیار دل انسان را نرم می‌کند. برعکس، اعتراف نکردن به خطا و روپوشانی خطا، خوراک خوبی برای این هیولای درون ماست. و دل ما را سخت‌تر و سنگ‌تر می‌کند و در نتیجه آب زندگی از ما عبور نمی‌کند.

## دل شود روشن ز شمع اعتراف با کس آر بد کرده‌ای حاشا مکن (بهرام سیاره، متخلص به پریش شهرضایی)

چند بار تا حالا شده وقتی از ته دل از خطایمان عذرخواهی کردیم، این حس سبکی و آرامش را تجربه کرده‌ایم؟ خب چرا خودمان را از تجربه این حس زیبا محروم کرده‌ایم؟! چرا اعتراف نمی‌کنیم؟! چرا می‌ترسیم؟! از چه می‌ترسیم؟!

از خلق خدا می‌ترسیم؟! می‌ترسیم دیگر ما را قبول نداشته باشند؟! می‌ترسیم دیگر ما را کامل و بی‌نقص ندانند؟! می‌ترسیم دیگر به ما اهمیت ندهند؟! خب ندهند، چه اهمیتی دارد وقتی ما خدا را در مرکزمان داشته باشیم؟ مگر کسی که خدا به مرکزش پا بگذارد، دیگر به کسی یا چیزی نیازمند است؟!

اگر در حق کسی خطایی کرده‌ایم، همین الآن بلند بشویم زنگ بزنیم و عذرخواهی کنیم. نترسیم از هیچ چیز، به این من‌ذهنی که می‌گوید نه، مبادا عذرخواهی کنی، کوچک می‌شوی، برایت خیلی بد می‌شود، دیگر از این به بعد روی تو و حرف‌هایت حساب نمی‌کنند، آبرویت می‌رود. به او بگوییم می‌خواهم آبرویم برود. من این ناموس و آبروی بدلی و سطحی که براساس یک مشت دروغ بنا شده را دیگر نمی‌خواهم.



مگر نه این‌که این ناموس، بند پای ماست، خب چند بار که با تبر اعتراف به خطا و عذرخواهی واقعی، به آن ضربه بزنیم، پاره می‌شود و از چنگ این آبروی تصنعی آزاد می‌شویم، دلمان نرم می‌شود، روحمان لطیف می‌شود. اصلاً در درگاه خداوند ما چیزی جز خضوع و لطافت و بندگی نباید داشته باشیم. نیک‌نامی این جهان به درد ما نمی‌خورد.

دل را تمام برگن ای جان، ز نیک‌نامی  
تا یک به یک بدانی اسرار را تمامی

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

عاشق چو قند باید، بی‌چون و چند باید  
جانی بلند باید، کان حضرتی است سامی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۵۶)

سامی: بلندمرتبه

ما داریم با خدا معامله می‌کنیم، دادن این آبروی تصنعی که چیزی نیست، بگوییم اصلاً هرچه داریم برود. فقط تو بمانی و بس.

خُنک آن قماربازی که بباخت آنچه بودش  
بنماند هیچش الا هوس قمار دیگر  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۸۵)

تمام شد، خیلی ممنونم.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، آفرین، آفرین! ماشاءالله. ویدئو بکنید و شما هم بزرگ بنویسید در این پنجره. خیلی خوب بود خانم سعیده.

**خانم سعیده:** خیلی ممنون آقای شهبازی، به روی چشم.

**آقای شهبازی:** بله، ممنونم. ممنونم که این چیزها را فهمیدید و در زندگی‌تان هم به‌کار می‌برید. بله، عالی، عالی! شمع اعتراف؟ [در حال خنده می‌گویند] خیلی عالی!



خانم سعیده: تبر اعتراف. ولی شمع اعتراف قشنگ‌تر است. چشم اسمش را می‌گذاریم شمع اعتراف.

آقای شهبازی: [در حال خنده می‌گویند] نه، نه، نه اسم.

خانم سعیده: نه شمع اعتراف قشنگ‌تر است. چشم شمع اعتراف. اتفاقاً قشنگ‌تر هم هست، لطیف‌تر است تا تبر اعتراف.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم سعیده]

مهرزور



[سلام و احوال‌پرسی خانم فرخنده و آقای شهبازی]

خانم فرخنده: تشکر می‌کنم، نکات برداشت شده از برنامه ۹۴۸، با اجازه‌تان.

## کارگاه صُنْعِ حَق، چون نیستی است پس برون کارگه بی‌قیمتی است (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰)

این‌که ما موظف هستیم که لحظه‌به‌لحظه زمینه و امکان کار کردن خدا را روی خودمان فراهم کنیم. ما هشیاری همیشه شاد بوده و از جنس شادی هستیم. پس با قطع کردن، گرفتن شادی از چیزهایی که ذهن به ما مدام نشان می‌دهد، شادی بی‌سبب نهفته درون خود را نمایان کنیم و این انرژی به دام‌افتاده را از بند من‌ذهنی‌رها کرده، به جریان انداخته و در جهان پخش کنیم.

هرکس فقط می‌تواند معمار ساختمان وجود خود باشد. پس دست از تغییر یا درست کردن یا از نو بنا کردن دیگران برداریم. «تسلیم» و «رضا» و «توکل» سه عنصر پویا و زنده در ما هستند که در برخورد با هر اتفاقی هرسه باید با هم ترکیب شوند و بدون به‌کار گرفتن یکی از آن‌ها، وجود ما کارگاه خداوند نخواهد شد.

فضای گشوده‌شده کارگاه زندگی است و فضای بسته کارگاه من‌ذهنی و بیرون از فضای گشوده‌شده چیزی ارزش و قیمت ندارد. درست است که جاذبه ذهن بیشتر است، ولی از طرف دیگر زور و قدرت زندگی بیشتر و نهایتاً پیروزی و موفقیت با زندگی است.

ذهن محل زنده شدن به خداست و جای بدی نیست. در صورتی‌که زیاد در آن نمائیم و آن را خالی از همانندگی‌ها نگه داریم. با فضاگشایی می‌توانیم هرآنچه را که از طرف ذهن سبب رویدن کِشت ثانی در ما شده‌است را قطع کنیم و موانع رویش کِشت اول را از میان برداشته تا با جاری شدن آب زندگی زمینه را برای کِشت نو و کِشت نخست فراهم کنیم.

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

## کِشتِ نو کارید بر کِشتِ نخست این دوم فانی است و آن اوّل درست (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۸)



## کِشْتِ اوّلِ کامل و بگزیده است

## تخم ثانی فاسد و پوسیده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۹)

## افکن این تدبیر خود را پیش دوست گرچه این تدبیرت هم از تدبیر اوست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم بیت ۱۰۶۰)

همیشه باید آن جاهایی را که ذهن مقاومت دارد را و عوض نمی‌شود را عوض کنیم، نه دیگران را یا حتی بزرگانی چون مولانا را.

بزرگ‌ترین قدرت، اعتراف به اشتباه و داشتن پندار کمال است، نه این‌که ناموس درست کرده و درد ایجاد کنیم و با پندار کمال بگوییم که بی‌عیب و نقص هستی و بگوییم که مگر می‌شود با این اُبهت و عظمت بگوییم اشتباه کردم؟

پندار کمال بزرگ‌ترین ضعف من‌ذهنی که آن را برترین قدرت خود و عامل بقای خود می‌داند. در صورتی‌که برترین قدرت‌ها در فضای گشوده‌شده است که این فضاگشایی ما را از ضعف و محدودیت ذهن به‌طور کامل خارج می‌کند.

ما چون با من‌ذهنی مدت زیادی زندگی کرده و بزرگ شده‌ایم، ناآگاهانه همه‌چیز را حق خود می‌دانیم. حق خود می‌دانیم که خشمگین شویم، برنجیم، بترسیم، مقاومت کنیم، حسادت کنیم و از همه بدتر، مسئولیت‌هشیاری خود را گردن دیگران بیندازیم و به دنبال مقصر حال بد خود در بین دیگران باشیم. می‌گوییم دیگران ما را به‌هم ریختند، عصبانی کردند، به مقاومت واداشتند پس آن‌ها مسئول رساندن حال خوب به ما هستند.

ولی هرگز نمی‌گوییم که اشتباه از خودم است. خودم حق اختیارم را زیر پا گذاشته‌ام، در صورتی‌که می‌توانستم انتخاب کنم که این لحظه نرنجم، خشمگین نشوم، با ادعای کامل و ذهن پر از باد، داشتن پندار خود را انکار می‌کنیم و می‌گوییم چیزی به ما بر نمی‌خورد، در صورتی‌که مدام حول محور خشم و ترس و رنجش می‌چرخیم و اشتباهات دیگران را مدام به آن‌ها یادآوری می‌کنیم و اشتباهات خود را به گردن آن‌ها انداخته، و آن‌ها را به‌خاطر خطای نکرده مدام سرزنش می‌کنیم و با این کار بخش عظیمی از فضای گشوده‌شده را به فضای بسته می‌دهیم و هرگز متقاعد نمی‌شویم که خرد کل بهتر از عقل من‌ذهنی است.

فقط با عمل عقل من‌ذهنی خود اطمینان داریم. مطمئنیم که رنجش، خشم، پندار کمال، حَبَر و سَنی کردن دیگران کار ما را حل می‌کند. ولی به فضای گشوده‌شده اعتماد نداریم و به وعده‌های خوش زندگی بی‌اعتماد هستیم. در صورتی‌که اگر همه‌چیز را به زندگی بسپاریم نیازی به این‌همه مقاومت و ایجاد انرژی مخرب در هستی نداریم.



به وعده‌های خوشش اعتماد کن ای جان  
که شاه مثل ندارد به راست‌می‌عادی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۹۹)

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! کس دیگری هم هست؟

خانم فرخنده: نه استاد، تشکر می‌کنم از شما و برنامه عالی‌تان.

آقای شهبازی: ممنونم، خواهش می‌کنم.

[خداحافظی خانم فرخنده با آقای شهبازی]





[ سلام و احوال‌پرسی خانم پریسا و آقای شهبازی ]

خانم پریسا:

## گر دیو و پری حارس با تیغ و سپر باشد چون حکم خدا آید، آن زیر و زبر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

اگر «دیو» که زشت‌ترین و منحوس‌ترین چیزی است که می‌توانیم در این دنیا تجسم کنیم، و «پری» زیباترین و لطیف‌ترین عامل دنیایی، با شمشیر و سپر از ما محافظت کنند، باز هم وقتی قضای خدا فرا برسد «زیر و زبر» می‌شوند و هیچ کاری نمی‌توانند بکنند.

شاید این بیت هشدار می‌دهد که برای مایی که از سبب و اسباب دنیایی کمک می‌گیریم. مثلاً کسی در خانواده مریض شده است، ما می‌نشینیم و با خود می‌گوییم اگر این کار را کرده بودم یا آن کار را نمی‌کردم این اتفاق نمی‌افتاد یا حتی بالاتر از آن وقتی کسی فوت می‌شود این خیال باطل می‌آید که من سهمی داشتم در این اتفاق، و اگر جور دیگری عمل می‌کردم آن فرد الان سالم بود.

تمام این‌ها حیل‌ها و ترفندهای من‌ذهنی است که می‌خواهد ما را بیشتر در ذهن نگه دارد. دیدن سبب و اسباب این جهانی و ندیدن خدای سبب‌ساز در پشت همه اتفاقات تله‌ای است که ذهن برای به دام انداختن هشیاری ما می‌تند و ما خیلی راحت در این دام می‌افتیم. به دنبال افتادن در این دام سبب و اسباب جهانی شروع به ملامت و سرزنش خود، اطرافیان و یا اتفاقات می‌کنیم.

## بر هرچه امیدست، کی گیرد او دستت بر شکل عصا آید و آن مار دو سر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

هرآنچه غیر از خدا که به آن امید می‌بندیم و فکر می‌کنیم نجات‌دهنده ما هستند و دست ما را می‌گیرند در شکل عصایی می‌آیند که می‌توانند در دست بگیریم و به کمک آن‌ها راه برویم در حالی که مار دو سر گزنده‌ای است که زهرش را به ما وارد می‌کند.

در ابیاتی از مثنوی داشتیم:



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

هرچه غیر اوست، استدراج توست  
گرچه تخت و مُلک توست و تاج توست  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۸)

استدراج: به تدریج در من‌دهنی رو به افسانه من‌دهنی و نابودی رفتن.

یعنی از تنها چیزی که شاد می‌شوی فقط و فقط خدا باشد چراکه فقط او است که بهار است، باقی چیزها همه ماه دی است که سرد است. هرچیزی غیر از خدا «استدراج» ما است یعنی ما را درجه به درجه به سمت نابودی می‌برد هرچند که به ظاهر تخت و مُلک ماست و تاج گران‌بهایی است که بر سر می‌گذاریم.

بارها پیش آمده که وقتی موفقیتی در بیرون برای من پیش می‌آید و از آن شاد می‌شوم این بیت را برای خودم می‌خوانم. آیا واقعاً هیچ چیزی در بیرون ارزش شاد شدن را دارد؟! خیر، چون آفل است، می‌آید و می‌رود. اما یک چیزی هست که شادی آن شیرین‌شیرین است و همیشگی است و آن این لحظه است و زنده شدن به آن.

جوشش عشق و شادی که بی‌سبب که از همین لحظه می‌آید و انسان را مست می‌کند تنها همان است که ارزش شاد شدن را دارد، باقی چیزها آفل هستند حتی اگر بهترین چیز دنیایی باشند و تخت و مُلک و تاج ما باشند باز هم ارزش شاد شدن را ندارند و اما چقدر راحت انسان می‌تواند این‌ها را عصای خود کند، بگوید این چیز یا این فرد دست من را می‌گیرد.

در داستان حضرت یوسف که در زندان بود و هم‌زندانی او در حال آزاد شدن از زندان بود، حضرت یوسف از آن زندانی دیگر خواست که وقتی از زندان آزاد شد و به پیش عزیز مصر رفت یادی از حضرت یوسف بکند و از عزیز مصر بخواهد که او را از زندان نجات دهد. اما همین‌که یوسف از غیر خدا کمک گرفت، مدت زمان بیشتری را در زندان ماند. حضرت مولانا می‌فرماید که چطور ممکن است زندانی‌ای، فرد زندانی دیگر را از زندان نجات دهد.

کی دهد زندانی در اِقتِناص  
مرد زندانی دیگر را خلاص؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۰۳)



مولانا می‌گوید چطور می‌توانی از یک چوب پوسیده برای خودت عماد یا ستون محکمی را تهیه کنی که بتوانی بر آن تکیه بزنی؟! اگر کسی این کار را بکند، خدا او را ادب می‌کند.

پس ادب کردش بدین جرم اوستاد  
که مساز از چوب پوسیده عماد  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۳)

عماد: ستون، تکیه‌گاه

در مقابل، مولانا می‌فرماید فقط روی پای زندگی بلند شو، چراکه او کافی است.

کافیَم، بدهم تو را من جمله خیر  
بی سبب، بی واسطه یاری غیر  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

کافیَم بی نان تو را سیری دهم  
بی سپاه و لشکرت میری دهم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

بی بهارت نرگس و نسرين دهم  
بی کتاب و اوستا تلقین دهم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۹)

کافیَم بی داروت درمان کنم  
گور را و چاه را میدان کنم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۰)

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی خانم پریسا و آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی خانم پروین با آقای شهبازی]

خانم پروین:

## گر دیو و پری حارس با تیغ و سپر باشد چون حکم خدا آید، آن زیر و زبر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

غرض از آمدن به این جهان، عشق و یکی شدن با زندگی است. خداوند ما را خلق نکرد تا درد کشیده، غصه بخوریم، اتفاقات را خوب و بد کنیم و از اتفاقات به ظاهر بد، ناراحت شویم.

## تن با سر نداند سر کُن را تن بی‌سر شناسد کاف و نون را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۱)

کاف و نون: کُن، اشاره به آیه ۸۲، سوره یس (۳۶)

«تن با سر» خداوند را پشت ماجراها نمی‌بیند و با دید جسم‌بین احساس ترحم به انسان‌ها دارد. داشتن بدترین قدرت تخریب مانند دیو و یا انسان دوستانه‌ترین احساسات و عواطف من‌ذهنی در مقابل حکم قضای خداوند، ذره‌ای اعتبار ندارد. دوست و دشمن او، رهن او هستند. در من‌ذهنی دزد و راهزنی هستیم که هر لحظه زندگی را می‌دزدیم و به مانع تبدیل می‌کنیم و در مقابل تیر حوادث، دیگران را ملامت می‌کنیم.

با آموزه بزرگان چند درصد خود را مقصر وضعیت الآن خود می‌بینیم؟ قبول دارم که تقصیر خداوند نیست؟ اشتباهم نوشیدن نوش همانندگی است که هر لحظه به من‌ذهنی باج داده، اجازه می‌دهم بترسد، ناراحت شود و توقع داشته باشد. یوسف نیکو خصالیم که به‌جای تسلیم و ناظر و خاموش بودن، هنوز به من‌های ذهنی اعتماد داریم. جرم ما فراموشی لطف الهی و کمک خواستن از غیر اوست.

جناب مولانا در دفتر سوم، بیت ۹۸۰ می‌فرمایند:

## لنگ و لوک و خفته شکل و بی‌ادب سوی او می‌غیژ و او را می‌طلب (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۸۰)



لوک: آنکه به زانو و دست راه رود از شدت ضعف و سستی، عاجزی و زبونی

خفته: خوابیده، خمیده

غیزیدن: خزیدن، چهاردست‌وپا مانند کودکان راه رفتن، به روی زانو نشسته راه رفتن

-----

خیلی وقت تلف کردی و اقامت در ذهن طول کشیده، در هر وضعیتی هستی رو به سوی خدا کن و طلب وصل او را داشته باش.

## دست، کورانه بِحَبْلِ اللَّهِ زَن جز بر امر و نهی یزدانی متن (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۹۲)

با فضاگشایی من‌ذهنی را کنار بزن تا امر و نهی خداوند چراغ راه شما باشد.

استاد تمام شد.

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

[خداحافظی خانم پروین و آقای شهبازی]



[سلام و احوال‌پرسی آقای مهران با آقای شهبازی]

**آقای شهبازی:** آقا مهران خیلی وقت است صدای شما را نشنیدیم. احتمالاً نمی‌توانید بگیرید.

**آقای مهران:** خواهش می‌کنم، زنده باشید. من امروز اصفهان هستم. بعد عرضم به خدمت شما هم خانم یک پیغام آماده کرده هم خودم. حالا باز هم من اول دارم می‌خوانم. حالا شما احتمالاً می‌خواهید بگویید چرا خانم اول شروع نکرده!

**آقای شهبازی:** والا شما دیگر پهلوان هستید، قهرمان هستید قبل از خانمتان می‌خوانید آن دیگر جرئت شماست دیگر. هیچ‌کس از این جرئت‌ها ندارد، بفرمایید.

**آقای مهران:** لطف خانم است. سلامت باشید. آقای شهبازی من یک چند هفته پیش درباره آن قصه دباغ در بازار عطاران راد پیغامی آماده کرده بودم، الان ادامه‌اش را می‌خواهم بخوانم.

همان‌طور که گفتم دباغی بیهوش شدن انسان از عطر زندگی است و خارج شدن از این لحظه است که در داستان گفت که یک دباغی موقعی که از بازار عطاران راد رد می‌شد، با عطر عطاران بیهوش می‌شود و به‌خاطر این‌که همیشه در بوی بد بوده، آن بو او را بیهوش می‌کند، چون برایش غریب است، همان‌طور که ما همیشه از این لحظه خارج هستیم و بیهوش هستیم از عطر زندگی.

منشأ صفت دباغی در من‌ذهنی است. زمانی که مهران بدون حضور ناظر در حال شکایت و ناله است و غیبت می‌کند یعنی دباغ است. یعنی او در آن لحظه بیهوش می‌شود از اطاعت قانون زندگی. زندگی می‌گوید تسلیم و پذیرش بدون قید و شرط.

مهران می‌شنود و قبول می‌کند، اما فردا که سر کار می‌رود با مشتریان شرکت و همکاری‌اش شروع می‌کند به ناله و شکایت از وضع اقتصاد و غیبت کردن پشت‌سر مشتریان بد حساب منطقه.

پس از این‌که به خودش می‌آید و با حضور ناظر عملکرد خودش را رصد می‌کند می‌بیند که بیهوش بوده، خجالت می‌کشد از زندگی. خجالت می‌کشد از این‌همه زحمت آقای شهبازی که با تمام توان مالی و جانی خودش به ما هزاران بار گفتند که فضا را باز کن و از فضای گشوده‌شده فکر و عمل کن. خجالت می‌کشد از مجلس عاشقان.

پس از هر کج‌روی به خودم نگاه می‌کنم و عاجز بودنم را می‌بینم و با حس عجز و ناتوانی به ابیات زندگی بخش مولانا روی می‌آورم.



**پیش‌خویشان باش چون آواره‌یی  
بر مه کامل زن، ار مه پاره‌یی  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۸۰)**

**جُزو را از کُلّ خود پرهیز چیست؟  
با مخالف این همه آمیز چیست؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۸۱)**

مولانا خویش اصلی ماست. می‌گوید «پیش‌خویشان باش چون آواره‌یی»، یعنی مانند گدایی که در به‌در است و نیازمند است، در خانه بزرگانی چون مولانا را بزن.

می‌گوید «بر مه کامل زن، ار مه پاره‌یی» یعنی اگر ماه کامل نیستی، خود را بر ماه کامل بزن. یعنی با بزرگان قرین شو و از آن‌ها خو بگیر.

**جُزو را از کُلّ خود پرهیز چیست؟  
با مخالف این همه آمیز چیست؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۸۱)**

یعنی ای مهران، تویی که زندگی هستی چرا به‌عنوان من‌ذهنی مُرده از اصالت وجودی خودت پرهیز می‌کنی؟ عقلی که از اصل خودش بپرهیزد آیا صلاحیت نگه داشتن را دارد؟

می‌گوید «با مخالف این همه آمیز چیست؟» عقلی که به ما می‌گوید با مخالف و ضد خود آمیخته شو و درد بکش آیا صلاحیت نگه داشتن دارد؟

**خویش و بی‌خویشی به یک‌جا کی بُود؟  
هر گلی کز ما بروید خار ماست  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۲۹)**

مولانا می‌گوید تویی که عقل کل هستی چطور توقع داری که عقل جزوی خودت را در کنار آن عقل کل حفظ کنی؟ می‌گوید گلی که از عقل من‌ذهنی رشد کند، خار مرکز ما می‌شود و از خار چه انتظاری داری؟



ما باید خودمان را ببخشیم. ما دباغی بودیم که در بوی بد مدفوع و امعا و احشای من‌ذهنی بزرگ شدیم و فقط آن رایحه را استشمام کردیم. ما نفهمیدیم که آن بوی بد، عینک همانیدگی ما شده بود و کل جهان را همچو بوی مدفوع می‌دیدیم. باید خودمان را ببخشیم و تلاش کنیم تا این من‌ذهنی گنبدیده در مرکزمان را آرام‌آرام پاک کنیم.

مثال آقای صادق از ایلام خیلی جالب بود که فرمودند سنگ با تعداد ضربات بالا خواهد شکست. شاید نشان ندهد که دارد می‌شکند اما خواهد شکست. سنگ از درون تحت فشار است و ما پیروز خواهیم شد، «فتح باب» خواهیم کرد.

**هر که را باشد ز سینه فتح باب**

**او ز هر شهری، ببیند آفتاب**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۹۹)

**حق پدید است از میان دیگران**

**همچو ماه، اندر میان اختران**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۰)

فتح باب: گشودن در

اختران: ستارگان

می‌گوید:

**هر که را باشد ز سینه فتح باب**

**او ز هر شهری، ببیند آفتاب**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۹۹)

یعنی هرکه سینه‌اش گشاده بشود و فضا را در خودش باز کند، دیگر برای او فرقی ندارد کجا باشد و در چه وضعیتی به سر می‌برد. او در تمام مکان و زمان و هر لحظه آفتاب را حس می‌کند. او از زمین فرم پرواز کرده و دیگر آفتاب درونش طلوع و غروب ندارد. آفتاب در او زنده شده زیرا او خود آفتاب است.

می‌گوید:

**حق پدید است از میان دیگران**

**همچو ماه، اندر میان اختران**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۰)





یعنی برای انسان زنده‌شده، زندگی همیشه و در هر فرم و شکلی قابل رؤیت است، مثل ماه که در میان ستارگان درخشندگی زیبا و عظیمی دارد. ممنونم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. خیلی زیبا، آفرین، عالی.

**آقای مهران:** من گوشی را می‌دهم خانم از شما خداحافظی می‌کنم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. خداحافظ شما.

**خانم مینا:** الو، سلام آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** سلام خوبی؟

**خانم مینا:** مرسی ممنون زنده باشید. با اجازه‌تان یک پیغام خیلی ساده دارم امشب که تقریباً فی‌البداهه است با عنوان «مسیر یا مقصد؟»

**آقای شهبازی:** بله، بله بفرمایید.

**خانم مینا:** ما در زندگی یاد گرفته‌ایم که باید به یک جایی برسیم، به یک هدف، یک مکان، یا هر چیز دیگری. خب این خیلی قشنگ است، ولی ما معمولاً یک چیز مهم را فراموش می‌کنیم، آن هم این است که ما مسیر را فراموش می‌کنیم و فقط مقصد را هدف قرار می‌دهیم.

یعنی می‌گوییم کی می‌شود من به پول برسم، ولی نمی‌گوییم خب از مسیر کسب درآمد هم می‌توانم لذت ببرم. ما در زندگی مان خیلی وقت‌ها این لحظه یعنی لحظه‌ی حال را فراموش می‌کنیم. فراموش می‌کنیم که حتی بعضی وقت‌ها خوردن یک چای ساده کنار یک بخاری گرم هم بخشی از زندگی است.

فراموش می‌کنیم که لبخند زیبای کودک ما به ما هم بخشی از زندگی است. خیلی از ما بسیاری از لحظات را تکراری یا به‌دردنخور می‌بینیم. فقط رسیدن به آن هدف را اصل زندگی قرار داده‌ایم.

یک استاد معنوی یک مثال جالبی زد. گفت اگر ما در یک جمعی باشیم و یک جادوگر بیاید بگوید چه کسی دلش می‌خواهد به‌وسیله‌ی جادوگری، از دوران مدرسه سریع برسد به دوران دانشگاه که بتواند مدرکش را بگیرد؟ قطعاً کسی هست که در آن جمع می‌گوید من.

باز آن جادوگر می‌گوید چه کسی دلش می‌خواهد بچه‌اش همین الان بزرگ بشود که بتواند ازدواج کند و ازدواج بچه‌اش را ببیند؟ قطعاً باز یک پدر و مادری هستند که می‌گویند من.



و به همین ترتیب خیلی از ما دنبال آن جادوگری می‌گردیم که لحظات ما را بدزدد! چرا؟ چون یاد نگرفتیم که مسیر هم به اندازه مقصد ارزشمند است. پس من ذهنی دزد لحظات است! یعنی لحظات را می‌دزدد.

یا شاید من ذهنی به ظاهر معنوی به ما بگوید کی می‌شود من به حضور برسیم؟ ولی نمی‌گوید من در این مسیر حضور باشم و از مسیر لذت ببرم.

پس مشکل این است که ما مقصد را مهم‌تر از مسیر می‌دانیم و من تا به حال خیلی از لحظات را توسط سرقت من ذهنی از دست دادم، ولی در تلاشم که از لحظه به لحظه زندگی‌ام نهایت لذت را ببرم. تمام شد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! خیلی خوب و مهم.

[خداحافظی خانم مینا و آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی خانم دیبا با آقای شهبازی]

یک متنی تهیه کردم در مورد جمله زیبای «این نیز بگذرد» که از سه بیت بی‌نظیر دفتر ششم مثنوی می‌خوانم. در رابطه با این سه بیت من این جمله «این نیز بگذرد» را نوشتم.

چشم حس افسرد بر نقش ممر  
تُش ممر می‌بینی و او مستقر  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۸)

این دویی اوصاف دید احوال است  
وَرنه اوّل آخر، آخر اوّل است  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۹)

هی ز چه معلوم گردد این؟ ز بعث  
بعث را جو، کم کن اندر بعث بحث  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۰)

«ممر» به معنی محل عبور است و «مستقر» یعنی قرار داشتن در این لحظه ابدی که خالی از داشتن‌هاست و مرکز عدم ماست. «بعث» یعنی زنده شدن به خدا و بی‌نهایت و ابدیت.

حالا در مورد جمله «این نیز بگذرد»،

بسیار این جمله را شنیده‌ام. این جمله «این نیز بگذرد» مساوی با این است که یعنی فضا باز بکنیم و از اتفاقات بگذریم. «این نیز بگذرد» را به انگشتم می‌اندازم، ولی با همان انگشت دیگران را کنترل و ملامت می‌کنم و فضا باز نمی‌کنم و نمی‌گذرم.

«این نیز بگذرد» را قاب می‌کنم و به دیوار می‌زنم، ولی در قاب دلم کینه و قضاوت و رنجش‌ها را نگه می‌دارم و فضا باز نمی‌کنم و نمی‌گذرم و نمی‌دانم که این افسردگی از چسبندگی به چیزهای آفل دنیااست و از عقل من‌ذهنی می‌آید.

و لازمه گذشتن از این «خشت لَرب» تعهد و کار کردن روی خودم است و با اجرای قانون جبران می‌توانم از تخریب‌های من‌ذهنی‌ام خلاص شوم. مولانا با این سه بیت زیبا:



## چشم حس افسرد بر نقش ممر تُش ممر می بینی و او مُستقر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۸)

«تُش» یعنی به معنی تو او را «ممر» می بینی.

ما با هشیاری جسمی به نقش‌ها می‌چسبیم و از آن‌ها گذر نمی‌کنیم و به سوی مستقر اصلی که عدم است سفر نمی‌کنیم. مقصود از آمدن ما زنده شدن به ابدیت خداوند است و این را «بعث» می‌گویند. اما من ذهنی «بعث» را درک نمی‌کند و مدام بحث می‌کند. من ذهنی با دردهای گذشته و کودکی همانیده می‌شود، به نقش‌ها می‌چسبید و از دردها گذر نمی‌کند. پس نمی‌تواند در عدم و فضای این لحظه مستقر شود.

پس روز به روز با قانون جذب دردهای بیشتری جذب می‌کند و من ذهنی بزرگ‌تری می‌سازد. این شخص دردمند، دردهایش را ارزش می‌داند و آن‌ها را به خانواده و جامعه انتقال می‌دهد. حال اگر به نقش‌ها نچسبیم و از آن‌ها بگذریم، چشم ما با نور خدا می‌بیند و انسان‌ها را تنها جسم و پوست نمی‌بینیم بلکه روح بی‌نهایت آن‌ها را می‌بینیم.

## چشم‌ها چون شد گذاره، نور اوست مغزها می‌بیند او در عین پوست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۱)

تمام شد آقای شهبازی. ممنون از وقتی که دادید.

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

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم دیبا]



[سلام و احوال‌پرسی خانم بهناز با آقای شهبازی]

من بهنازم، یک ده روزی هست که مهاجرت کردم آمدم انگلیس برای تحصیل. قبل از این‌که بیایم هم‌اش می‌گفتم که چطوری می‌شود که، چون خیلی دیدم که دوست‌هایی که خارج از کشورند خب خیلی فعال‌ترند و راحت‌تر زنگ می‌زنند، هم‌اش می‌گفتم چطوری می‌شود که من آن‌جا هم که رفتم حالا غیر از درسی که می‌خوانم بتوانم یک جوری فعال باشم و جدا نشوم از این برنامه و این‌که یک طوری بتوانم حالا یک خدمتی هم بکنم.

خب در این ده روز که آمدم یک کمی تا آدم با محیط جدید تطبیق پیدا کند و خب کارهایی که مجبوریم مثلاً بکنیم اولش، یک کمی من را از حالا برنامه جدا کرده بود، ولی خب سعی می‌کردم حداقل روزی یک ساعت را ببینم.

و هم‌اش می‌گفتم که خدایا خودت مراقب من باش من از این برنامه جدا نشوم، چون من خیلی برایم واقعاً هم جمع یاران هم خود برنامه و هم شما برایم مهم بود.

امروز واقعاً از آن‌جا که همیشه زندگی مراقب من است موقعی که در اتاق مطالعه داشتم درس می‌خواندم یک لحظه به خودم گفتم که بلند شوم به پدر و مادرم زنگ بزنم با ایمو (پیام رسان Imo).

آدم بیرون و به آن‌ها زنگ زدم با آن‌ها صحبت کردم، وقتی آمدم برگردم دیدم ته‌گریدور یک خانمی مرا صدا می‌کند، هندی بود، بعد آمد جلو اسمم را پرسید گفت که تو دانشجوی دکترا هستی؟ گفتم آره من این را می‌خوانم، گفت من هم حالا زبان‌شناسی می‌خوانم و خلاصه یک خرده که صحبت کردیم. گفت پس باید رومی را بشناسی، گفتم که بله من می‌شناسم و خب همه زندگی‌ام را هم مدیونش هستم، اصلاً هرچه که دارم از مولانا دارم.

گفت من، حالا نمی‌دانم صدای من را شنیده بود که من فارسی حرف می‌زنم برایش جالب شد، گفت من خیلی حکمت مولانا را دوست دارم قشنگ گفت (wisdom of rumi) و دلم می‌خواست فارسی یاد بگیرم که مولانا بتوانم بخوانم. و شما حالا مثلاً جایی می‌شناسید که من بتوانم شعرهای مولانا را به زبان انگلیسی بشنوم و پیدا کنم؟

گفتم والله ما یک برنامه‌ای داریم برنامه گنج حضور، ولی خب به زبان فارسی است به زبان انگلیسی نیست، ولی خب من تنها کاری که می‌توانم بکنم این است که خب، من خب رشته‌ام آخر زبان انگلیسی بود، یعنی از همان ایران هم که بودم و الآن هفت‌هشت سال هم هست که برنامه را می‌بینم یک درک، یک درک‌هایی بالاخره این‌همه شما صحبت کردید، در من هم یک تاثیرهایی گذاشته، گفتم می‌توانم یک شعری را اگر خودم درک کردم، بیایم به زبان انگلیسی مثلاً برایتان توضیح بدهم.



قرار شد که روزها در استراحت ناهارمان برویم بنشینیم و صحبت کنیم. بعد گفت پس بیا یک جامعه مولانا درست کنیم، این‌جا چون در این دانشگاه هرکسی یک جامعه دارد، مثلاً سوسایتی (society) نمی‌دانم فلان بهمان، گفت بیا یک سوسایتی آو رومی (society of Rumi) هم درست کنیم.

گفتم خب خیلی خوب می‌شود اگر، حالا من می‌توانم، چون من تولید محتوا می‌کنم البته به زبان فارسی ولی، می‌توانم حالا من مثلاً همان‌ها را به زبان انگلیسی بکنم بگذارم آن‌جا در اختیار بقیه که هرکسی هم که اعضایی که اضافه می‌شوند بتوانند در حد شعرهای ساده و حالا تعبیر و تفسیرش را هم بخوانند. و بعد دیگر نرم‌افزار شما را به او گفتم.

ولی خب متأسفانه، دلیلی هم که زنگ زدم همین بوده، که بخش انگلیسی ندارد یعنی وبسایت (website) گنج حضور. و من خیلی دلم می‌خواهد که در حدی که خودم می‌توانم و حالا دوستان دیگری که انگلیسی بلدند، تکه‌تکه همه بخش‌های برنامه را یا شعرهایی که تفسیر می‌کنیم را به صورت انگلیسی هم بگذارند.

به آن خانم گفتم، اسمش جبرا بود، گفتم چقدر جالب است که شما این قدر مولانا را دوست دارید! حالا ما که می‌خوانیم به هر حال زبانمان است خیلی هنر نمی‌کنیم، تو می‌خواهی بروی یک زبان دیگر یاد بگیری، فارسی که بتوانی مولانا بخوانی؟!

گفت مولانا خیلی طرفدار دارد در دنیا، و من هم حکمتش را خیلی دوست دارم به خاطر همین آره حاضرم مثلاً یک زبان جدید یاد بگیرم.

به هر حال من فکر کنم اگر بتوانیم که، و البته می‌دانم مسئولیت بزرگی است، ولی من حاضرم تکه‌تکه آن چیزهایی که بلدم، شعرهایی که حالا با تفسیرهایی که شما کردید را باز در حجم‌های کوچک دیگر، انگلیسی کنیم و بگذاریم در وبسایت.

این خانمی که من امروز دیدم که خیلی مشتاق بود. می‌گفت، حتی برای او حرف می‌زدم یکی دوتا مثلاً بیت:

## هر ولی را نوح و کشتیان شناس

## صحبت این خلق را طوفان شناس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۵)

این‌ها را مثلاً برایش، آن تفسیرهایی که شما می‌کردید همیشه برای او می‌گفتم، همین‌طور می‌خکوب به من نگاه می‌کرد و یک برقی در چشمانش بود! و اصلاً می‌گفت بی‌صبرانه منتظرم که فردا مثلاً موقع ناهار با همدیگر صحبت کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین آفرین. بله، حتماً. حتماً شما این کار را بکنید. دیگر جوانانی مثل شما باید مولانا را به انگلیسی به دنیا معرفی کنند. برای همین به اصطلاح زندگی شما را علاقمند کرده به مولانا. انگلیسی هم که می‌گویید زبانان انگلیسی است، یعنی همه‌اش انگلیسی خواندید نه؟



**خانم بهناز:** من از لیسانسم بله رشته‌ام ادبیات انگلیسی بوده تا الآن.

**آقای شهبازی:** خب دیگر، پس شما بسیار واجد شرایط باید باشید، یک مدتی هم خب در انگلیس تحصیل می‌کنید. تا حالا در کشورهای انگلیسی زبان نبوده‌اید مثل انگلستان و آمریکا؟

**خانم بهناز:** تازه آمدم، تازه ده روز است آمدم.

**آقای شهبازی:** خب حالا یک دو سالی بمانید یک اصطلاحاتی هست که معمولاً در ایران هست آدم این‌ها را نمی‌داند. وارد می‌شوید، زودی وارد می‌شوید شما. بگذارید آن هم شما یک چیز کنید که مثلاً، چه‌جوری به اصطلاح این‌ها را ترجمه کنید که آدم‌های عادی متوجه بشوند. توجه می‌کنید؟

**خانم بهناز:** متوجهم. من چون معلم زبان بودم، یعنی خود زبانم هم بد نیست، هم در ادبیات هم خواندم، هم می‌توانم که ترجمه کنم. ولی خب مسئولیت، یعنی از عهده من به‌تنهایی بر نمی‌آید.

الآن من خواهش می‌کنم همه کسانی که هستند خارج از ایران تکه‌تکه دیگر، در حجم‌های کوچک این کار را بکنند تا یک چیز بزرگی بشود و بتوانند. چون حیف است، یعنی این اشتیاقی که من در این خانم جیرا امروز دیدم، می‌گفت آدم‌هایی مثل من زیادند که خیلی مولانا را دوست دارند ولی خب ما جایی را نداریم.

یک کتابی به من نشان داد که دانلود کرده بود، بعضی از شعرهای مولانا را، ولی خب آن‌جوری که شما رمزگشایی می‌کنید فرق دارد با خود شعر خالی و مطمئناً.

مثلاً به من می‌گفت من آن گِست هاوس (Guesthouse) مولانا را خیلی دوست دارم، مسجد مهمان‌کُش را می‌گفت [خنده] **خانم بهناز:**، می‌گفت مثلاً از آن علاقمند شدم. و گفتم ما خودمان در کشورمان بودا داریم ولی چون بودا از یک خالق حرف نمی‌زند، خدا را این‌قدر به او اشاره نمی‌کند من علاقمند شدم به مولانا، چون فکر می‌کنم باید یک خدایی حتماً وجود داشته باشد.

**آقای شهبازی:** بله، بله، بله، بله. خب شما لطف کنید از طریق تلگرام با ما تماس بگیرید.

**خانم بهناز:** بله چشم حتماً.

**آقای شهبازی:** یک مطلبی بفرستید بعد، حالا ما شما را ان‌شاءالله چیزی ترجمه کردید آن‌ها را در تلگرام می‌گذاریم.

**خانم بهناز:** من حالا برای این خانم می‌خواهم یک چیزی ترجمه کنم که فردا به او دادم، می‌توانم همین تکه‌تکه هر چیزی ترجمه می‌کنم برای شما هم بفرستم که بعداً ان‌شاءالله که یک حجم زیادی بشود، که بشود در وب‌سایت گذاشت که هرکسی غیر فارسی زبان است هم به آن دسترسی داشته باشد دیگر.



**آقای شهبازی:** اصلاً ما مرکز مولانا را برای این کار درست کردیم این‌جا دیگر. و اشتیاق خارجی‌ها مخصوصاً این آمریکایی‌ها را دیدیم که مرتب زنگ می‌زنند از این‌ور آن‌ور من را پیدا می‌کنند می‌گویند کلاس بگذار و این‌ها، من خیلی گرفتارم.

و حالا ان‌شاءالله این مرکز مولانا، راه افتاده بود این کووید آمد همه‌چیز را به هم زد. کووید هم دارد فروکش می‌کند این‌جا. ان‌شاءالله اگر بتوانیم دور هم دوباره جمع بشویم، دیگر این کلاس گذاشته بودیم به انگلیسی، دیگر همه‌چیز به هم خورد. دوباره شروع می‌کنیم، بله.

شروع می‌کنیم بله، و همان اشتیاق این‌جا هم هست، دنبال رومی می‌گردند، هی زنگ می‌زنند، کلاس ندارید؟ فلان، ما می‌خواهیم بیاییم.

بله خانۀ مولانا برای همین است، که کلاس بگذاریم، کنفرانس بگذاریم. امروزه دیگر زوم (Zoom) هست و نمی‌دانم می‌توانی آن‌جا یک چیزی پخش کنی از طریق، در زوم بشینند، آنلاین بنشینند، یا می‌توانیم استریم (stream) کنیم. هزار جور از طریق این مرکز مولانا ما کار خواهیم کرد. آره شما هم ان‌شاءالله به گروه اضافه بشوید، ترجمه کنید.

**خانم بهناز:** من از خدایم هستم. من واقعاً آرزویم است همیشه. امیدوارم بتوانم کمک کوچکی انجام بدهم.

**آقای شهبازی:** هستند، کسانی هم هستند که الآن از همین کلاس روز یکشنبه من دارند ترجمه می‌کنند، بله مرتب من می‌بینم.

**خانم بهناز:** حتماً این‌ها یک ریپازیتوری (repository) بشود که مثلاً مثل حالا شما گذاشتید برنامه‌های یک تا صد به زبان فارسی، هر چیزی که به زبان انگلیسی است در وب‌سایت یک جای مشخص داشته باشد که هرچقدر هم کم بتوانند آن‌جا بروند و بخوانند مستقیم. مثلاً راحت باشد پیدا کردن، دسترسی به آن.

و حالا این کم‌کم ان‌شاءالله زیاد می‌شود دیگر، مطمئناً عاشقان زیادند که بیایند کمک کنند و این را گسترش بدهند. خیلی ممنون از توجهتان.

**آقای شهبازی:** بله، بله. ان‌شاءالله. خواهش می‌کنم. ممنونم، اسمتان چه بود فرمودید؟

**خانم بهناز:** من بهناز.

**آقای شهبازی:** خانم بهناز هستید، خیلی خب یک پیغام بفرستید خانم بهناز، بگویید من بهناز هستم زنگ زد، شما را دیگر می‌شناسیم آن موقع، تلفنتان را خواهیم داشت.

[خداحافظی خانم بهناز با آقای شهبازی]



[سلام و احوال‌پرسی بیننده با آقای شهبازی]

آقای بیننده: دوسه بیت شعر آماده کرده‌ام:

چون تو گوش‌ی، او زبان، نی جنس تو  
گوش‌ها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲)

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

پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا  
تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

امر قُل زین آمدش کای راستین  
کم نخواهد شد بگو دریاست این  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۸)

خداوند می‌فرماید من یک گنج پنهان بودم خواستم از طریق انسان‌های دنیای کنونی آشکار شوم. یک‌دوسه بیت ترکی هم دارم آن را هم می‌توانم بخوانم؟

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

آقای بیننده:

من که بیر گیزدین خزینه‌دیم زمانه غیب‌د  
آشکارین باعشی وار کلمه کاف نوند

کاف نان نونی اگر بیر جمع اِدَت بیر بیر بیر  
جمع اولار کُن کلمه‌سی معنا وِرر کاف نوند



[ترجمه:]

من که در یک خزینه مخفی بودم در زمانه غیب  
باعث آشکار شدن هست در کلمه کاف و نون  
کاف و نون را اگر جمع کنیم باهم یک به یک  
جمع می‌شود کلمه کُن معنا می‌دهد در کاف و نون]

**آقای بیننده:** همین معنای کن فیکون می‌دهد.

**آقای شهبازی:** بله بله. ممنون.

**آقای بیننده:** ببخشید، یک بیت دیگر شعر دارم:

تا کُنّی مَرّ غیر را حَبْر و سَنّی  
خویش را بَدخو و خالی می‌کُنّی  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای بیننده:** آقای شهبازی من خیلی پیشرفت کردم ان شاءالله.

فارسی هم کم بلدم. حالا بچه‌ها هم خانه نیستند، آن‌ها هم کار می‌کنند. اما خب در خانه نیستند.

**آقای شهبازی:** از کجا زنگ می‌زنید؟

**آقای بیننده:** من از دوروبر تبریز.

**آقای شهبازی:** دوروبر تبریز. آفرین، آفرین!

**آقای بیننده:** پنجاه و هشت سالم است، بازنشسته‌ام. راننده کامیون.

**آقای شهبازی:** راننده کامیون. آفرین، آفرین! خیلی خوب خواندید شعرها را.

**آقای بیننده:** بله، این‌ها را آماده کردم، کم سواد دارم. کار می‌کنم [صدا ناواضح] با این‌ها.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!



**آقای بیننده:** در خانه من ذهنی پیدا می‌کنم من آخر از بچه‌ها. بیرون خوبم، ولی در خانه من را پیدا می‌کنند.

**آقای شهبازی:** عجب! خیلی خوب، تمرین کنید.

**آقای بیننده:** تمرین می‌کنم. فضاگشایی می‌کنم و تمرین معنوی می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین، همین پهلوانی این است که در خانه فضا را باز کنید، با بچه‌ها مهربان باشید، حرف‌هایشان را تحمل کنید، نگویید این‌ها هیچ‌چیز بلد نیستند، نباید حرف بزنند.

**آقای بیننده:** نه آن‌ها هم کار می‌کنند، از بیرون می‌آیم، با بچه‌ها کار می‌کنیم. دخترم، همسرم کار می‌کنند.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای بیننده:** حالا در خانه نیستند اگر خانه بودند آن‌ها سواد بیشتری دارند.

ممنون خدا حافظ آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** ممنونم خدا حافظ. بله، آفرین.

۳۳- خانم زینب و دخترشان از بروجن

[سلام و احوال‌پرسی خانم زینب با آقای شهبازی]

ببخشید استاد اگر اجازه بدهید گوشی را بدهم دخترم یک شعر برایتان بخواند.

آقای شهبازی: بله، بله، بله.

دختر خانم زینب: [سلام و احوال‌پرسی با آقای شهبازی] ریحانه هشتم از بروجن. می‌خواستم یک شعر برایتان بخوانم و هفت

سالَم هست.

جَوِّقُ جَوِّقُ و ، صَفْ صَفْ از حرص و شتاب

مُحْتَرَزِ زَآتَش، گریزان سوی آب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۳)

لَا جَرَمَ، ز آتش برآوردند سر

إِعْتِبَارًا لِإِعْتِبَارِ ای بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۴)

بانگ می‌زد آتش ای گیجانِ گول

مَنْ نِیْ أَمِ آتَش، منم چشمه‌ی قبول

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵)

چشم‌بندی کرده‌اند ای بی‌نظر

دَر مَنْ آی و هیچ مگریز از شرر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۶)

ای خلیل اینجا شرار و دود نیست

جَزْ كِه سِحْرُ و خُدْعَةُ نمرود نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۷)

چون خلیلِ حق اگر فرزانه‌ای

آتشِ آبِ توست و تو پروانه‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۸)



جَوِّقَ جَوِّقَ: دسته دسته  
مُحْتَرِّزَ: دوری کننده، پرهیز کننده  
إِعْتِبَارًا لِإِعْتِبَارَ: عبرت بگیر، عبرت بگیر  
گول: ابله، نادان

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! خیلی زیبا، خیلی خوب بود. خب بدهید کس دیگر هم صحبت کند.

دختر **خانم زینب:** ممنون. با اجازه‌تان می‌دهم به مادرم.

**خانم زینب:** ببخشید استاد. یک متنی اگر اجازه بدهید برایتان حاضر کردم اگر اجازه بدهید برایتان بخوانم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید، بله.

**خانم زینب:**

یک سگ است، و در هزاران می‌رود  
هرکه در وی رفت، او او می‌شود  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۳۸)

هرکه سردت کرد، می‌دان کو در اوست  
دیو، پنهان گشته اندر زیر پوست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۳۹)

هرکسی که مرا سرد می‌کند از طریق نَفْسِ حرف می‌زند و من اگر به حرف این افراد گوش دهم یعنی زیر بار حرف‌های شیطان و زیر القائات مخرب شیطان قرار گرفته‌ام.

من ذهنی من با شیطان یکی‌ست و این من ذهنی دشمن درونی من است که سبب زایل شدن عقل اصلی من می‌شود. من ذهنی دائماً به من می‌گوید به عقل من عمل کن.

آنچه گوید نفس تو کاینجا بدست  
مَشْنَوَشِ چون کار او ضد آمده‌ست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶)

جُز توکّل، جز که تسلیم تمام  
در غم و راحت، همه مکرست و دام  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸)



من همیشه باید من‌ذهنی را کوچک کنم، فرصت‌های کوچک شدن به من‌ذهنی بی‌مرادی نیست، به‌جای ناله و شکایت باید پیغام زندگی را بگیرم که تسلیم شوم و توکل کنم و راضی باشم.

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

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

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

همه استادان در پی معیوب‌ها هستند. با پندار کمال و ناموس و درد باعث می‌شویم که خداوند نتواند روی ما کار کند، باید شکسته شویم مطمئن باشیم که دیدمان درست نیست. چراکه دید من‌ذهنی اصلاً هر لحظه اشتباه می‌کند، پس چگونه با اطمینان با این دید من‌ذهنی حرف می‌زنیم، فکر می‌کنیم، عمل می‌کنیم، باید هر لحظه حزم داشته باشیم که مبادا با این دید دچار خرابکاری شویم.

پس این حزم به ما کمک می‌کند که خداوند به ما دسترسی داشته باشد، دست ما را که هر لحظه در من‌ذهنی منحرف می‌شویم را به سمت درست ببرد.

**هرکه را مُشک نصیحت سود نیست  
لاجرم با بوی بد خو کردنیست**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۵)

این نصیحت‌های مولانا برای ما که سال‌ها با بوی بد من‌ذهنی خو کرده‌ایم شاید خوش‌آیند نباشد و ما اصلاً به آن‌ها گوش ندهیم. من‌ذهنی ما در برابر آن‌ها مقاومت می‌کند، اصلاً نقطه پیشرفت ما همین بیت‌هایی هستند که من‌ذهنی ما در برابرشان مقاومت می‌کند.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم زینب: ما با بوی بد درد خو گرفته‌ایم و به‌سوی آن‌ها می‌رویم. اگر فضاگشایی نکنیم و نور خداوند بر ما نباشد مثل کود هستیم درون من‌ذهنی.

اگر مادر به بچه خودش عشق بدهد و او را از جنس زندگی ببیند او با زندگی و با عشق آشنایی پیدا می‌کند. خیلی کارهایی را که بقیه در من‌ذهنی به رفتارهای آن‌ها کرده‌اند را جدی نمی‌گیرد. یعنی این شخص با گرمای عشق آشناست.

قدرت در این است که انسان هر وقت اشتباه می‌کند آن را بپذیرد و با معذرت‌خواهی به خودش کمک کند.

ممکن است من‌های ذهنی دیگر فضای درون ما را ببندند، ولی همان وقت ما با آگاهی به این موضوع نگهبان هشیاری خود خواهیم بود، و عطای بی‌عدد را از خداوند می‌گیریم.

ما باید همانندگی‌ها را شناسایی کنیم و بیندازیم. در ذهن ماندن باعث می‌شود که فکر کنیم عمل به این کار خیلی آسان است، ولی اصلاً این کار آسانی نیست، یعنی رها کردن همانندگی‌ها و درد کشیدن اصلاً آسان نیست.

پیشتر از واقعه، آسان بود  
در دل مردم، خیال نیک و بد  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۶)

چون درآید اندرون کارزار  
آن زمان گردد بر آن کس کار، زار  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۷)

چون نه شیری، هین مننه تو پای، پیش  
کآن اجل گُرد است و، جان توست، میش  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۸)

مرگ به من‌ذهنی خیلی سخت است، من‌ذهنی هر لحظه می‌خواهد مقاومت کند تا دوباره خودش را ترمیم کند. آیا من هم این‌گونه هستم؟ آیا هر لحظه از شناسایی و انداختن اظهار شجاعت می‌کنم؟ و خودم را با دیگران مقایسه می‌کنم؟ و می‌خواهم بهتر از بقیه باشم در صورتی که در عمل ثابت می‌کنم که این‌گونه نیست؟



من عجب دارم ز جویای صفا  
کو رَمَد در وقت صیقل از جفا  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۰۸)

عشق چون دعوی، جفا دیدن گواه  
چون گواهِت نیست، شد دعوی تباه  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۰۹)

چون گواهِت خواهد این قاضی، مَرَنج  
بوسه ده بر مار، تا یابی تو گنج  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۱۰)

ما خیلی مدعی هستیم، ادعا داریم که نیازمند عشق هستیم و جویای آن هستیم، ولی در وقت صیقل دادن و کوچک کردن من ذهنی و درد هشیارانه من ذهنی دوباره بالا می‌آید.

فکرهایی در سرمان می‌آید که نباید به آن‌ها اصلاً توجهی بکنیم ولی از آن‌ها نقره می‌رویم و وقتی خداوند از ما شناسایی همانیدگی‌ها و پرهیز از آن‌ها را می‌خواهد، ما می‌رنجیم.

مولانا می‌گوید رنج را بوسه دهیم تا به گنج اصلی وجود مخفی شده خودمان دست پیدا کنیم.

مادر ار گوید تو را: مرگ تو باد  
مرگ آن خُو خواهد و، مرگ فساد  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۱۷)

اگر خداوند وضعیتی را برای ما پیش می‌آورد و می‌خواهد ما خوی بدمان را رها کنیم و عیب‌های خود را ببینیم و بدانیم که قبلاً اشتباه کرده‌ایم الآن با فضاگشایی و گرفتن پیغام در جهت اصلاح خود برآییم.

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! خب با شما خداحافظی می‌کنم. عالی.





۳۴- خانم زهره از آمل

[سلام و احوال‌پرسی خانم زهره و آقای شهبازی]

**خانم زهره:** می‌خواستم تشکر کنم از برنامه. من زهره هستم از آمل.

**آقای شهبازی:** بله زهره خانم.

**خانم زهره:** آقای شهبازی خیلی پیشرفت کردم، زنگ زدم از پیشرفت‌هایم بگویم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**خانم زهره:** هروقت می‌خواهم زنگ بزنم از پیشرفت‌هایم بگویم همه‌چیز از ذهنم می‌پرد. ببخشید.

**آقای شهبازی:** خب یک نفس عمیق بکشید، تا سه هم بشمارید. اگر می‌خواستید این پیشرفت‌ها را برای دوستان صحبت

کنید و نقل کنید چه‌جوری بود؟ این‌جا هم فرض کنید که دارید برای دوستان تعریف می‌کنید، آرام صحبت کنید.

**خانم زهره:** باشد، چشم. من یک من‌ذهنی خیلی قوی‌ای داشتم، خیلی. همان‌طور که در برنامه می‌گویید، می‌گویید که هر

لحظه باید این لحظه باشید، من اصلاً لحظه را بلد نبودم در این لحظه باشم، یا گذشته بودم یا آینده.

بعد، از قرص‌ها، نمی‌دانم، خیلی قرص مصرف می‌کردم، بعد می‌ترسیدم، رنجش داشتم، همه‌چیز، اصلاً خودم نمی‌دانستم

این از من‌ذهنی‌ام است. بعد با این برنامه که پیش رفتم دیدم همه‌چیز از خودم است. شروع کردم ابیات مولانا را خیلی تکرار

کردم، بعد نوشتم، همیشه با این برنامه بودم. منظورم این است که فقط باید با این برنامه باشیم، قرینان همین برنامه

هست.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهره:**

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۹)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)



## می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

هنوز من ذهنی‌ام تماماً محو نشده، هست، در من همین هیجان‌ات است که خوابیده، می‌دانم تا آخر عمرم باید پای این برنامه باشم. هیچ وقت از این برنامه جدا نشوم. خیلی خوشحال هم هستم، خیلی شاد شدم، خیلی راضی‌ام، هر اتفاقی هم که می‌افتد واقعاً این اتفاق من را غرق نمی‌کند. دیگر آن آدمی که بودم، دیگر نمی‌ترسم اصلاً، همیشه در این لحظه هستم. توکلم واقعاً به خداست.

همین الان دوسه هفته همسرم سر کار نمی‌رود، خیلی من به هم می‌ریختم، از این‌که خانه بود، الان انگار نه انگار آقای شهبازی. انگار می‌رود سر کار همه چیز هست، فراوانی هست، خیلی راضی‌ام، همیشه دلگرمی می‌دهم به او. ایشان هم می‌بیند که من این‌جوری شدم اصلاً خیلی تغییر کردند، خیلی آرام شدند.

شکر می‌کنم واقعاً. هر لحظه خدا را شکر می‌کنم. همه چیز را می‌سپارم به خودش، انگار که این سریع همه چیز هم روان می‌شود، همه چیز راحت، چه‌جوری بگویم، همه چیز راحت می‌گذرد.

وقتی که ترس من ذهنی نباشد، وقتی من ذهنی را خوب بشناسیم، همه چیز، خب خدا می‌آید در مرکز دیگر، خیالمان راحت است، واقعاً خیالمان راحت است.

آقای شهبازی من اصلاً هیچ چیزی نمی‌نویسم، هر وقت زنگ هم می‌زنم همین‌جوری خودم می‌گویم، نمی‌توانم از روی نوشته اصلاً بخوانم. ببخشید، همین‌جوری معلوم نیست چه می‌گویم، ببخشید.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب می‌گویید خانم، عالی، عالی! بفرمایید.

**خانم زهره:** می‌توانم حالا یک شعر بخوانم؟ حفظ هستم.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم زهره:**

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



نورِ دو دیدهٔ منی، دور مشو ز چشمِ من  
شعلهٔ سینهٔ 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، دیدهٔ من سحابِ تو  
ذرهٔ آفتابِ تو، این دلِ بی‌قرارِ من

تا چه عمل کند عجب شکرِ من و سپاسِ من  
تا چه اثر کند عجب ناله و زینهارِ من  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۹)

همه را نمی‌توانم از حفظ الآن این‌جا بگویم، یادم رفته، ببخشید.

آقای شهبازی: بله، دیگر این‌جا زنگ بزنید یادتان می‌رود، معمولاً این‌ها را باید بنویسید.

خانم زهره: بله یادمان می‌رود.

آقای شهبازی: بله.

خانم زهره:

علتی بتر ز پندارِ کمال  
نیست اندر جانِ تو ای دودلال  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

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



آقای شهبازی یک چیز دیگر هم خواستم بگویم، این‌که هر وقت خشم هم مثلاً دارم در مورد دیگران مثلاً قضاوت، این‌ها می‌خواهد به ذهنم بیاید این شعرها خیلی به هم کمک می‌کند. و این‌که:

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

اگر این شه دورو باشد، نه آتش خلق و خو باشد  
برای جست‌وجو باشد، ز فکر نفس کژپایی

دورویی اوست بی‌کینه، ازیرا اوست آینه  
ز عکس تو در آن سینه نماید کین و بدرایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۵۲)

بلیس وار ز آدم مبین تو آب و گلی  
ببین که در پس گل صد هزار گلزارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷)

آقای شهبازی فکر کنم شارژم دارد تمام می‌شود، ببخشید مزاحم شما شدم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم زهره: ممنونم، خیلی دوستتان دارم. مرسی. هم این‌که از همه دوستان هم خیلی ممنون. در کانال می‌خوانم نوشته‌ها را، خیلی به من کمک می‌کند. من نمی‌توانم اصلاً این برنامه را واقعاً کنار بگذارم. یعنی هر شب، جمعه شب هم باید تکرارش را ببینم، هم‌ااش دارم تکرار می‌کنم با این برنامه هستم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهره]

❖ ❖ ❖ پایان بخش سوم ❖ ❖ ❖